

Informations

TARIFS DES ÉVÉNEMENTS

Durée de l'événement	
Enseignement : par demi-journée ou soirée	7 €
Conférence	8 € (4 € pour les petits budgets)
Découverte de la méditation	Libre participation aux frais
Retraite	40 € pour 3 jours et 50 € pour 4 jours

Si vous souhaitez participer en visioconférence, demandez le lien d'accès Zoom en nous écrivant par mél : poitiers@dhagpo.org.
Le tarif est le même que si vous étiez en présentiel : demandez notre RIB pour faire un virement ou envoyez un chèque.

La question financière ne doit pas être un obstacle à votre présence et vous pouvez donner selon vos possibilités.

Le repas du dimanche midi peut être pris sur place pour les personnes qui le souhaitent (chacun apporte un met végétarien à partager).
Pour toute question, contactez-nous.

ADHÉSION ANNUELLE

Dhagpo Poitiers est une association loi 1901 gérée bénévolement, sa gestion est basée sur votre générosité.

Nous laissons à la discrétion de chaque adhérent le choix, en fonction de ses possibilités parmi les tarifs d'adhésion annuels suivants :

90 € ou 120 € ou 150 €

15 € pour les étudiants et les petits budgets.

HORAIRES DES PRATIQUES

Méditation par la détente et la vigilance

Tous les mercredis de 19h à 20h et tous les dimanches de 11h à 12h
Cette pratique est ouverte à tous.

Pratique de Chenrezik

Tous les mercredis de 18h à 18h50 et tous les dimanches de 10h à 10h50

Pratique de Milarépa

Dates mises à jour régulièrement sur notre site internet.

Pratique de Tara Verte

Dates mises à jour régulièrement sur notre site internet.

DHAGPO Poitiers

ÉTUDES ET MÉDITATION BOUDDHIQUES

L'association **KTT de Poitiers (Dhagpo Poitiers)** est un centre d'études et de méditation bouddhiques. Elle est reliée à l'association **Dhagpo Kagyu Ling** à St Léon sur Vézère en Dordogne. Elle propose des séances de méditation, des conférences, des enseignements, des pratiques bouddhistes, des groupes d'études et le prêt de livres sur le bouddhisme.

« Un Centre urbain de Dhagpo est un espace de découverte et d'étude des valeurs du bouddhisme. La mise en oeuvre simple de cet enseignement dans notre vie quotidienne est source d'harmonie, de détente, de soutien et de bien-être. Sur cette base, nous pouvons, pas à pas, cheminer dans la direction de l'éveil. »

LAMA JIGMÉ RINPOCHÉ

11-13 rue François Rabelais
86000 Poitiers

05 49 88 85 89

E-mail : poitiers@dhagpo.org
Site web : poitiers.dhagpo.org/

DHAGPO Poitiers

ÉTUDES ET MÉDITATION BOUDDHIQUES

PROGRAMME DE SEPTEMBRE 2026 À MAI 2027



CONFÉRENCE

OUVERT À TOUS

Vendredi 25 septembre de 19h30 à 21h
Le changement constant

Dans la philosophie et la pratique bouddhiste, l'idée d'impermanence est centrale. Elle n'est pas uniquement quelque chose de parfois difficile mais aussi la possibilité d'évolution et donc le cadre du chemin. Lama Shédroun nous parlera de l'impermanence dans toutes ses dimensions de difficultés, mais aussi de réalisations à venir.

Intervenant : Lama Shédroun
Lieu : 11-13 rue François Rabelais, Poitiers

MÉDITATION GUIDÉE

OUVERT À TOUS

Samedi 26 septembre de 10h30 à 12h
Découverte de la méditation

Les points essentiels de cette pratique sont expliqués : la position du corps, l'état d'esprit et les supports de méditation. L'enseignant alternera au cours de la session les temps de méditation et d'explications. La méditation est une rencontre progressive avec nos fonctionnements. Elle permet de poser un regard neuf sur nos différents états d'esprit et nos pensées. S'entraîner à les voir et à ne pas les suivre permet de clarifier l'esprit en le pacifiant. C'est également un temps de détente et de pause dans nos activités.

Intervenant : Lama Shédroun
Lieu : 11-13 rue François Rabelais, Poitiers

ENSEIGNEMENT

OUVERT À TOUS

Samedi 26 septembre de 14h à 17h
et dimanche 27 de 10h à 12h et de 14h à 17h
Connaissance de soi, ouverture à l'autre

D'ordinaire notre attention est attirée par les phénomènes extérieurs. L'entraînement à la méditation nous permet de poser notre attention sur nos fonctionnements et nos productions mentales. Cela nous permet de nous ouvrir au monde et aux autres d'une manière plus saine, avec lucidité et compassion.

Intervenant : Lama Shédroun
Lieu : 11-13 rue François Rabelais, Poitiers



RETRAITE

OUVERT À TOUS

Du vendredi 13 novembre à 8h au dimanche 15 à 17h
Pratique intensive de méditation bouddhique

La pratique de la méditation conduit à un esprit plus paisible et plus à l'aise. Notre esprit étant détendu, les événements qui nous perturbent habituellement perdent de leur importance et nous les considérons de manière moins dramatique. Grâce à la méditation, l'esprit apprend progressivement à ne plus être distrait par les circonstances. Quand l'esprit n'est pas affecté par les mouvements intérieurs et extérieurs, il est capable de découvrir sa propre stabilité et sa tranquillité. Un esprit stable, non perturbé, nous conduit à éprouver moins de mal-être dans notre vie.

Intervenant : Droupla Valentin
Le tarif sera communiqué ultérieurement.
Possibilité de s'installer dès le 12 novembre en fin de journée.
Participation sur inscription préalable en écrivant à poitiers@dhagpo.org.
Lieu : Gîte de La Grange Madame - 8 rue de La Sayette , VASLES (79)



RETRAITE

Du mercredi 25 novembre à 8h au dimanche 29 à 16h
Retraite de Chenrezik

Un aspect de sagesse est l'expression des qualités de l'esprit éveillé présent en chacun. Chenrezik représente la compassion universelle et OM MANI PADME HOUNG est le mantra qui lui est associé. Méditer sur Chenrezik dissipe progressivement les voiles qui recouvrent notre richesse intérieure et fait mûrir en nous la compassion. Cette retraite permet d'approfondir la compréhension de cette pratique et de s'y appliquer plus intensément.

Intervenant : Tenzin
Retraite guidée par Tenzin Wangchouk (Peio), sous la direction de Lama Jigmé Rinpoché qui interviendra ponctuellement.
Réservé aux adhérents : les détails et tarifs seront précisés ultérieurement => inscription préalable requise.
Il est nécessaire d'avoir pris refuge, ce stage est destiné aux personnes qui sont habituées à cette pratique.
Lieu : Centre de retraite de Marfond (Dhagpo Dendrol Ling) - lieu-dit "Marfond", PLAZAC (24)



Des modifications sont susceptibles de survenir en cours d'année, consultez régulièrement notre site internet pour avoir les dernières mises à jour.

ENSEIGNEMENT

Commentaire de l'ouvrage "L'ornement de la précieuse libération" de Gampopa

En février ou mars 2027 (les dates exactes seront communiquées ultérieurement)

Intervenant : Khenpo Rikdzin
Enseignement en tibétain, traduit en français.
Lieu : 11-13 rue François Rabelais, Poitiers



ENSEIGNEMENT

OUVERT À TOUS

Samedi 3 avril et dimanche 4 de 10h à 12h et de 14h à 17h
La méditation bouddhique

La pratique de la méditation conduit à un esprit plus paisible et plus à l'aise. Notre esprit étant détendu, les événements qui nous perturbent habituellement perdent de leur importance et nous les considérons de manière moins dramatique. Grâce à la méditation, l'esprit apprend progressivement à ne plus être distrait par les circonstances. Quand l'esprit n'est pas affecté par les mouvements intérieurs et extérieurs, il est capable de découvrir sa propre stabilité et sa tranquillité. Un esprit stable, non perturbé, nous conduit à éprouver moins de mal-être dans notre vie.

Intervenant : Lama Jean-Guy
Lieu : 11-13 rue François Rabelais, Poitiers



ENSEIGNEMENT

OUVERT À TOUS

Samedi 29 mai de 14h à 17h
et dimanche 30 de 10h à 12h et de 14h à 17h
Introduction à l'ego et ses fonctionnements

Intervenante : Lama Tcheudreu
Lieu : 11-13 rue François Rabelais, Poitiers
Dans le cadre de l'enseignement du Bouddha, on appelle « ego » l'identification à nos constituants psycho-physiques, encore appelés « les cinq agrégats ». En comprenant leur nature, leurs liens et leur fonctionnement, nous pouvons sortir de l'illusion générée par la saisie de l'ego. Il s'en suivra une libération de toute forme de mal-être. Cette compréhension résulte de l'entraînement méditatif associé à une connaissance théorique de nos constituants.

