

**Niveau 1 : Débutants, découverte du bouddhisme**

- Bases du Bouddhisme et notions fondamentales

**Niveau 2 : L'Enseignement**

- Les 3 roues du Dharma
- Les 3 instructions supérieures - (3 IS)
- Les 3 types de pratiquants

**Niveau 3 : Notions essentielles**

- Karma
- Les 4 écoles philosophiques : notions
- La notion de « moi »
- Le cycle des existences
- Les trois Joyaux
- L'esprit d'éveil
- Tantrapitaka

**Niveau 4 : Etude de l'esprit : perceptions, mental et facteurs mentaux**

- Vocabulaire philosophique
- Les perceptions - Mental
- Les facteurs mentaux
- les 5 agrégats : Abhidharma

*Nota : Les méditations analytiques et concentrations sont menées dans chaque groupe d'étude, en rapport avec les points étudiés*

**Journée ou W.E de retraite d'études du Lam Rim (voie progressive vers l'éveil)**

- Motivation et concentration
- Récitation des Six Pratiques Préparatoires (explication pour les nouveaux)
- Exposé du Lam Rim
- Méditation analytique et concentration
- Dédicace

*Divers en intersessions : explications sur le mandala, les ablutions, ....*

**INSTITUT KADAM TCHEULING GARD-GRAND AVIGNON**

site web : [www.avignon-bouddhisme-tibetain.fr](http://www.avignon-bouddhisme-tibetain.fr)

mail : [iktgga@gmail.com](mailto:iktgga@gmail.com) tel : 06 11 50 70 77

Armand et Denise Dromigny

Autres Instituts Kadam Tcheu Ling Sud-Est :

- Kadam Tcheu Ling Drôme-Ardèche (26) : 04.75.53.52.58
- Kadam Tcheu Ling Méditerranée (13) : 06.03.85.25.96



**Institut Kadam Tcheuling Gard-Grand**

**Avignon**

Association culturelle bouddhiste Loi 1905

Etablie sous l'autorité spirituelle

du Vénérable Dago Rimpoché



Programme : **Janvier à Avril 2020**

*Les activités ont lieu au temple :*

*7 quarto rue Pierre Curie*

*30400 Villeneuve-les-Avignon*

*Tél : 06 11 50 70 77*

*Zone non grisée : selon niveau*

*Zone grisée = accessible à tous*

**JANVIER**

<b>Vendredi 3</b>	18h15	Méditation de Tara Verte
<b>Samedi 11</b>	9h15-11h45	Gr Niveau 1 - <i>Découverte du bouddhisme</i> Gr Niveau 4 - <i>Etude de l'esprit : mental et facteurs mentaux - Abhidharma</i>
	14h15- 16h45	Gr Niveau 3 – <i>Notions essentielles</i> Gr Niveau 2 - <i>L'Enseignement</i>
<b>Samedi 18</b>	9h45 à 12h	6 pratiques préparatoires et méditation sur un point du Lamrim ( <i>ouvert à tous</i> )
<b>Mardi 28</b>	18h15	Méditation de Tara Verte

**FEVRIER**

<b>Samedi 1</b>	9h15-11h45	Gr Niveau 1 - <i>Découverte du bouddhisme</i> Gr Niveau 4 - <i>Etude de l'esprit : mental et facteurs mentaux - Abhidharma</i>
	14h15- 16h45	Gr Niveau 3 – <i>Notions essentielles</i> Gr Niveau 2 - <i>L'Enseignement</i>
<b>Samedi 8 et/ou dimanche 9</b>	<b>9h45- 12h et 14h15-16h30</b>	<b>Pratique de purification des 35 Bouddhas</b> <i>( !! ou enseignement de Rinpoché selon circonstances !!)</i>
<b>Samedi 22 et dimanche 23</b>	<b>9h-12h et 14h-16h30</b>	<b>Petite Retraite de Lamrim à Villeneuve</b> <i>(sur inscription, voir conditions au dos)</i>
<b>Lundi 24</b>	<i>Pour info</i>	<b>Losar – Nouvel an tibétain</b>

## Activités de l'institut

### MARS

<b>Mardi 3</b>	18h15	Méditation de Tara Verte
<b>Samedi 14</b>	9h15-11h45	Gr Niveau 1- <i>Découverte du bouddhisme</i> Gr Niveau 4 - <i>Etude de l'esprit : mental et facteurs mentaux - Abhidharma</i>
	14h15- 16h45	Gr Niveau 3 – <i>Notions essentielles</i> Gr Niveau 2 - <i>L'Enseignement</i>
<b>Samedi 21</b> <b>Dimanche 22</b>	<b>Institut</b> <b>Guépèle</b>	Session mensuelle de Week End à Veneux
<b>Jeudi 26</b>	<b>18h15</b>	Pratique du Ganden Lha Gyama <i>suivie d'une méditation</i>

### AVRIL

<b>Samedi 4</b>	9h15-11h45	Gr Niveau 1- <i>Découverte du bouddhisme</i> Gr Niveau 4 - <i>Etude de l'esprit : mental et facteurs mentaux - Abhidharma</i>
	14h15- 16h45	Gr Niveau 3 – <i>Notions essentielles</i> Gr Niveau 2 - <i>L'Enseignement</i>
<b>Du 6 au 17</b>	<b>Institut Guépèle</b> <b>à Veneux</b>	<b>Grande retraite de Lamrim</b>
<b>Jeudi 23</b>	<b>18h15</b>	Méditation de Tara Verte

**!! Ce programme est communiqué sous réserve de changements (selon circonstances et événements à venir)**

**Programme de l'institut Guépèle à Veneux les Sablons :**

*Les dates concernant les activités organisées par l'institut Guépèle sont données à titre d'information. Pour plus de renseignements, consultez le site :*

[www.gandenling.org](http://www.gandenling.org)

*Institut Guépèle : Chemin de la Passerelle - 77250 – Veneux les Sablons .*

*Tél : 01 60 70 39 81*

Elles sont proposées de façon régulière pour permettre à chacun d'y participer. Toute nouvelle personne intéressée ou souhaitant des renseignements est invitée à prendre contact avec les responsables.

### **Les ateliers : Étude, Réflexion, Méditation**

- Aider les participants à obtenir une meilleure compréhension des enseignements dispensés par le vénérable Dagpo Rimpoché
- Permettre d'acquérir des bases solides sur la philosophie et religion bouddhiste, puis de les approfondir au travers de la méditation et des rituels
- Apprendre à mettre en œuvre dans la vie de tous les jours les connaissances obtenues afin de mieux surmonter les difficultés inévitables de la vie, pour en retirer un bien-être personnel et une harmonie avec les autres
- Prendre le contrôle de son esprit au travers des méditations (analytique et concentration), afin d'obtenir calme mental et pensées positives

### **Les rituels :**

- Les rituels sont des pratiques sous forme de : mélodies, méditations, visualisations et concentrations ; considérés comme remèdes. Ils permettent à l'esprit de purifier nos empreintes négatives et de développer toutes nos qualités
- Un entraînement régulier peut apporter une transformation de l'esprit qui aura des effets sur les autres êtres, tels que l'amour et la compassion

### **Les retraites : Conditions d'acceptation**

- Être bouddhiste ou souhaiter le devenir
- Suivre régulièrement le cursus d'étude, ainsi que les rituels
- Participer aux enseignements de Rinpoché ou des Maîtres
- Inscription obligatoire et acceptation par les responsables Denise et Armand.

### **La bibliothèque :**

- Mise à disposition d'une bibliothèque avec possibilité d'emprunter des livres sur le bouddhisme, biographies de Maîtres, l'histoire du Tibet, ...  
Pour consulter ces ouvrages, l'institut est ouvert une demi heure avant les activités

\*\*\*\*\*

**L'institut Kadam Tcheu Ling GGA est une association culturelle loi 1905**

A ce titre, tous vos dons pourront bénéficier d'une réduction d'impôts égale à 66% dans la limite de 20% de votre revenu imposable

Fidèle à la tradition bouddhiste, l'Institut tient à observer la gratuité dans les activités qu'il propose. Son fonctionnement est entièrement basé sur le bénévolat et les dons.

\*\*\*\*\*

*Ne pas jeter sur la voie publique, imprimé par nos soins*