

## PROGRAMME :

### Niveau 1 : Bases du bouddhisme, l'Enseignement

- Bases du bouddhisme
- Notions fondamentales
- Les 3 roues du Dharma
- Les 3 instructions supérieures - (3 IS)
- Les 3 types de pratiquants
- Le Karma

### Niveau 2 : Notions essentielles

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

### Niveau 3 : Etude de l'esprit : mental et facteurs mentaux

- Vocabulaire philosophique
- Les facteurs mentaux
- étude du Lamrim

*Des 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



**Institut Kadam Tcheuling  
Gard-Grand Avignon**

*Association culturelle bouddhiste Loi 1905  
établie sous l'autorité spirituelle  
du Vénérable Dago Rimpoché*



## Programme : 1er trimestre 2025

**Activités au temple de l'institut KTL GGA :  
7 quarto, rue Pierre Curie  
30400- Villeneuve lez Avignon**

Tel 06.11.50.70.77

**Zone grisée = accessible à tous**

**Zone non grisée : selon les groupes**

## JANVIER

Samedi 4	9h30-12h	<b>Groupe d'étude niv 1 : Les bases du bouddhisme</b> <b>Groupe d'étude niv 2 : Notions essentielles</b>
Samedi 4	14h30-17h	<b>Groupe d'étude niv 3 : Etude de l'esprit</b>
<b>Mercredi 8</b>	18H15	Pratique de Tara Verte
Samedi 11 et Dimanche 12	<b>Session mensuelle de cursus à Veneux et Enseignement webcasté</b>	<b>Samedi 11 :</b> 11h-12h : Enseignement du Vénérable Dago Rimpoché (sous réserve) 13h30-15h : Récitation des 6 pratiques préparatoires 15h-17h : Enseignement de Gueshé Lobsang Tenzin lags sur le « Bodhicaryâvatâra » <b>Dimanche 12 :</b> 10h : récitation du Ganden Lha Gyama 11h-12h : Enseignement de Rinpoché ou de Gueshé lags( détails à venir)
<b>Mercredi 22</b>	18h15	Pratique de Tara Verte
Samedi 25	<b>Journée conviviale à l'institut</b>	<b>Ouvert à tous les membres avec vos proches</b> <b>11h :</b> intervention de Maïté sur son dernier voyage dans l'Himalaya indien <b>Pause midi :</b> buffet partagé, stand artisanat <b>14h-15h30 :</b> suite de l'exposé de Maïté

## FEVRIER

Mercredi 5	18h15	<b>Pratique de Tara Verte</b>
Samedi 8	9h30-12h	<b>Groupe d'étude niv 1</b> : Les bases du bouddhisme <b>Groupe d'étude niv 2</b> : Notions essentielles
	14h30-17h	<b>Groupe d'étude niv 3</b> : Etude de l'esprit
Samedi 15 et Dimanche 16	<b>Session mensuelle de cursus à Veneux et Enseignement webcasté</b>	<b>Samedi 15</b> : 11h : Enseignement du Vénérable Dagpo Rinpoché (sous réserve) détails à venir 13H30 : Récitation des 6 pratiques préparatoires 15h-17h : Enseignement de Gueshé Lobsang Tenzin lags sur le « Bodhicaryâvatâra »
		<b>Dimanche 16</b> : 10h : récitation du Ganden Lha Gyama 11h-12h : Enseignement de Rinpoché ou de Gueshé Lobsang Tenzin lags ( détails à venir)
Mercredi 26	18h15	<b>Pratique de Tara Verte</b>
Vendredi 28	<i>POUR INFO</i>	<b><i>LOSAR- Nouvel An Tibétain</i></b>

## MARS

Samedi 8	9h30-12h	<b>Groupe d'étude niv 1</b> : Les bases du bouddhisme <b>Groupe d'étude niv 2</b> : Notions essentielles
	14h30-17h	<b>Groupe d'étude niv 3</b> : Etude de l'esprit
Mercredi 12	18h15	<b>Pratique de Tara Verte</b>
Samedi 15 et Dimanche 16	<b>Session mensuelle de cursus à Veneux et Enseignement webcasté</b>	<b>Samedi 15</b> : 11h : Enseignement du Vénérable Dagpo Rinpoché (sous réserve) détails à venir 13H30 : Récitation des 6 pratiques préparatoires 15h-17h : Enseignement de Gueshé Lobsang Tenzin lags sur le « Bodhicaryâvatâra »
		<b>Dimanche 16</b> : 10h : récitation du Ganden Lha Gyama 11h-12h : Enseignement de Rinpoché ou de Gueshé Lobsang Tenzin Lags détails à venir)

### Activités de l'institut

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.**

#### **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 concentration. 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 le développement de l'amour et de 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 et des autres Maîtres liés à l'Institut
- 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, histoire du Tibet, ...  
Pour consulter ces ouvrages, l'institut est ouvert une demi heure avant les activités

\*\*\*\*\*

**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*