

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
mail : 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 Dagpo Rimpoché



Programme : Janvier à Mars 2026

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 10	14h-16h	Groupe d'étude niv 1 : Les bases du bouddhisme Groupe d'étude niv 2 : Notions essentielles Groupe d'étude niv 3 : Etude de l'esprit
	16h15	Suite de l' Enseignement de Guéshé Lobsang Tenzin lags sur la suite du <i>Bodhicaryâvatâra</i> (La marche vers l'Eveil) de Shantideva
Dimanche 11	10h-12h	10h : récitation du Ganden Lha Gyama 11h : suite de l' Enseignement du Vénérable Dagpo Rinpoché sur son commentaire de l' <i>Uttaratantra</i>
Mercredi 14	18h15	Pratique de Tara Verte
Samedi 24	9h-12h 14h-16h	Pratique de purification aux 35 Bouddhas de confession <i>(réservée aux personnes bouddhistes)</i>

FEVRIER

Mercredi 4	18h15	Pratique de Tara Verte
------------	-------	------------------------

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.

Samedi 7 et dimanche 8	Session mensuelle de cursus à Veneux	Samedi 7 : Récitation des 6 pratiques préparatoires et Enseignement, <i>informations à venir</i>
		Dimanche 8 : Récitation du Ganden Lha Gyama et Enseignement, <i>informations à venir</i>
Samedi 14 février	9h30-12h	Groupe d'étude niv 1 : Les bases du bouddhisme Groupe d'étude niv 2 : Notions essentielles
	14h30-17h	Groupe d'étude niv 3 : Etude de l'esprit
Mercredi 18	18h	Losar (Nouvel an tibétain) : Récitation du Ganden Lha Gyama suivi d'un moment partagé (partage de Tchaï et Drésil)
Mercredi 25	18h15	Pratique de Tara Verte

MARS

Samedi 7	Journée d'étude du Lamrim <i>(ouvert à tous)</i>	9h30-12h : Récitation des 6 pratiques préparatoires, puis Exposé avec méditations 14h-16h : Exposé avec méditations , et dédicace
Samedi 14 et dimanche 15	Session mensuelle de cursus à Veneux	Samedi 14 : Récitation des 6 pratiques préparatoires et Enseignement, <i>informations à venir</i>
		Dimanche 15 : Récitation du Ganden Lha Gyama et Enseignement, <i>informations à venir</i>
Mercredi 18	18h15	Pratique de Tara Verte

Nota : Les changements éventuels concernant le planning vous seront données par mail

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.

Programme des Instituts Guépèle et Ganden Ling : www.gandenling.org

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