

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

si vous souhaitez des renseignements :

Tel 06.11.50.70.77

mail : iktgga@gmail.com

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 : septembre, octobre, novembre 2026

Activités en présentiel 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**

SEPTEMBRE

Mardi 8	18h15	Pratique de Tara Verte
Samedi 12	Matin 9h30-12h	Groupe 2: Perceptions et vocabulaire philosophique Groupe 3: Etude, Réflexion, Méditation (<i>spécifiquement sur les facteurs mentaux</i>)
	Après-midi	14h15 à 15h15 : Récitation des 6 pratiques préparatoires 15h15 à 15h45 : Présentation d'un nouvel atelier régulier : « Echange » et « Entraînement à la méditation concentration sur le souffle » Pause 16h15-17h45 : Enseignement de Gueshé Lobsang Tenzin lags sur « le Bodhicaryavattara », à confirmer
Dimanche 13	Matin	10h à 10h45 : Récitation du Ganden Lha Gyama 10h55 à 12h15 : Suite de la transmission par le Vénérable Dago Rimpoché de son commentaire de l'Uttaratantra
Samedi 19	9h30 à 11h30	Groupe 1 : Accueil de nouvelles personnes, présentation et échange, découverte du bouddhisme tibétain
Mercredi 23	18h15 à 19h30	ASSEMBLEE GENERALE de l'association ATTLD , suivie de : Pratique de Tara Verte

OCTOBRE

Samedi 3	9h30-12h	Groupe 1: Présentation des bases du bouddhisme Groupe 2: Perceptions et vocabulaire philosophique Groupe 3: Etude, Réflexion, Méditation
Mercredi 7	18h15 à 19h30	Pratique de Tara Verte , suivie de : Session d' « Entraînement à la méditation concentration sur le souffle »
Samedi 10 et dimanche 11	<i>Session mensuelle d'Enseignements</i>	Enseignement de Geshé Lobsang Tenzin lags et/ou de Kyabjé Rinpoché, OU Zéphyr de Tara <i>en présentiel au temple, détails à venir</i>
Mercredi 21	18h15 à 19h30	Pratique de Tara Verte , suivie de : Session d' « Entraînement à la méditation concentration sur le souffle »
Samedi 31 et dimanche 1er novembre	Week-end d'Enseignement à KTL GGA du Vénérable Gueshé Dondrup lags , <i>détails à venir</i>	

NOVEMBRE

Mercredi 11	18h15 à 19h30	Pratique de Tara Verte , suivie de : Session d' « Entraînement à la méditation concentration sur le souffle »
Samedi 14	9h30-12h	Groupe 1: Présentation des bases du bouddhisme Groupe 2: Perceptions et vocabulaire philosophique Groupe 3: Etude, Réflexion, Méditation
Dimanche 22	11h-16h	Journée PORTES OUVERTES de KTL GGA et ATTL D <i>(artisanat, buffet, projection de conférence)</i>

Mercredi 25	18h15 à 19h30	Pratique de Tara Verte , suivie de : Session d' « Entraînement à la méditation concentration sur le souffle »
-------------	---------------	--

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 Rinpoché
- 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 -