

Informations

TARIFS DE ÉVÉNEMENTS

Méditations guidées

Conférences et enseignements

	Tarif-Adhérents	Tarif Non-adhérent	Tarif réduit
Conférence	5€	6€	3€
Enseignement (par demi-journée)	5€	6€	3€
Enseignement complet (3 demi-journées)	15€	18€	9€

ADHÉSIONS

Adhésion annuelle

Tarif 1: 70€

Tarif 2: 55€

Tarif 3: 22€

Trois montants sont applicables. A chacun(e) de choisir le montant correspondant à ses possibilités.

L'adhésion est requise pour participer aux pratiques proposées et faire des emprunts à la médiathèque. Cependant, l'adhésion n'est pas demandée pour assister aux conférences et enseignements.

La cotisation couvre la période allant du 1^{er} octobre 2024 au 30 septembre 2025.

Il est bien entendu que des problèmes financiers ne sauraient être un obstacle à la pratique du Dharma. En cas de difficultés, n'hésitez pas à nous en parler. La question financière ne doit pas être un empêchement à votre venue. Pour toute précision, contactez-nous.

HORAIRE DES PRATIQUES

Méditation Shiné (détente et vigilance)

Tous les lundis à 19h sauf le premier lundi du mois - Durée 1h

Tous les vendredis à 11h - Durée : 1 h

Cette pratique est ouverte à tous.

Pratique de Tchenrezi

Tous les premiers lundis du mois, à 19h - Durée 1h (présentiel)

Tous les jeudis, à 19h - Durée 1h (par Zoom en visioconférence)

Cette pratique est réservée aux personnes ayant pris refuge

Ouverture du centre 15 minutes avant.

DHAGPO La Rochelle

ÉTUDES ET MÉDITATION BOUDDHIQUES

L'association **Dhagpo La Rochelle** 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 et le prêt de livres sur le bouddhisme.

« Dans un environnement humain, la chose la plus importante, notamment pour parcourir le chemin des bouddhas, est d'avoir un coeur courageux, un coeur bienveillant, un coeur sage. »

THAYÉ DORJÉ, SA SAINTÉTÉ LE XVII^e GYALWA KARMAPA



68 rue Michelet
17000 La Rochelle - France

Jean-Marie : 06 66 33 21 66
Christian : 06 15 68 63 61

E-mail : [larochelle@dhagpo.org](mailto:larochele@dhagpo.org)
Site web : larochelle.dhagpo.org/

DHAGPO La Rochelle

ÉTUDES ET MÉDITATION BOUDDHIQUES

PROGRAMME DE NOVEMBRE 2024 À AVRIL 2025



CONFÉRENCE

OUVERT À TOUS

Samedi 23 novembre de 10h à 12h**N'est pas bouddhiste qui veut**

Le Bouddhisme ne se résume pas au "végétarisme, à la non-violence, à la paix et à la méditation. Beaucoup aujourd'hui se réclament du Bouddhisme et en imitent les attributs sans en épouser vraiment la philosophie profonde. La différence fondamentale entre le Bouddhisme et toutes les autres religions réside dans le respect et la compréhension des « quatre sceaux » : Toute chose composée est impermanente... Toute émotion est douleur... Aucune chose n'existe en et par elle-même... Le nirvana est au-delà des concepts...

Alors que signifie vraiment "être bouddhiste" ?

ENSEIGNEMENT

OUVERT À TOUS

Samedi 23 novembre de 14h30 à 18h**et dimanche 24 de 10h à 12h30 et de 14h30 à 16h30****Les fondements de la pensée bouddhiste ou le respect et la compréhension des 4 sceaux**

Pourquoi sommes-nous constamment en butte à la douleur et aux contrariétés malgré notre désir profond d'être heureux ? Du point de vue bouddhiste, c'est parce que nous avons des perceptions fondamentales erronées de la réalité qui conduisent à de faux rapports avec le monde et avec nous-mêmes, qui à leur tour produisent confusion et souffrance. Sur la base de cette dynamique, le bouddhisme formule un principe connu sous le nom des Quatre Sceaux, axiomes communs à toutes les écoles bouddhiques.

Lama Namdak nous expliquera pourquoi les Quatre Sceaux sont spécifiques à la voie bouddhiste et la distingue des autres voies spirituelles.

Intervenant : Lama Namdak**Lieu :** Salle de la Trompette - 130 bis avenue du Lieutenant-colonel Bernier, La Rochelle

CONFÉRENCE

OUVERT À TOUS

Samedi 8 février de 10h30 à 12h30**Vivre l'incertitude**

Dans un monde toujours plus complexe et en continuel changement, nous cherchons une stabilité intérieure. Pourtant les événements peuvent nous mettre en déséquilibre. Comment s'adapter sans se perdre ? "Oser investir la vie" : c'est l'objet de cette réflexion, à partir de l'enseignement du Bouddha.

ENSEIGNEMENT

OUVERT À TOUS

Samedi 8 février de 14h30 à 18h**et dimanche 9 de 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30****Le Courage de l'éthique**

Vivre l'éthique est affaire de discipline, de courage et de patience.

La base de l'éthique bouddhiste est de ne pas nuire aux êtres et à soi-même. Le préalable est de développer une plus grande conscience des conséquences de nos actes, afin de cultiver ce qui est positif, bénéfique, et de nous défaire de ce qui nous entrave.

Intervenante : Anila Trinlé**Lieu :** Salle France Vatré - Lafond - 90, rue du vélodrome, La Rochelle

CONFÉRENCE

OUVERT À TOUS

Samedi 5 avril de 10h30 à 12h30**Comprendre notre esprit pour améliorer notre vie au quotidien**

L'esprit recèle des ressources inépuisables. Mais comme nous n'y avons pas encore accès, nous ne pouvons nous appuyer dessus pour pleinement nous épanouir au quotidien. L'enseignement bouddhique propose, par la compréhension du fonctionnement de l'esprit, de nous affranchir progressivement des limites que nous nous imposons. Ainsi, graduellement, toutes les qualités de la richesse intérieure se révèlent à nous et nous emmènent vers un bonheur durable.

ENSEIGNEMENT

OUVERT À TOUS

Samedi 5 avril de 14h30 à 18h**et dimanche 6 de 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30****L'entraînement de l'esprit suivant la voie bouddhique**

Basé sur une approche concrète, applicable au quotidien, l'entraînement de l'esprit consiste à développer la sagesse et la compassion. Il s'agit, par la réflexion et la méditation, en partant de nos tendances habituelles centrées sur soi, de transformer les fonctionnements de notre esprit pour nous ouvrir progressivement à la réalité de l'être. Lama Jean-Guy s'inspire du Lojong, enseignement du maître bouddhiste indien Atisha (982-1054), qui explique sous forme de maximes concises comment intégrer chaque situation au chemin spirituel.

Intervenant : Lama Jean-Guy**Lieu :** Salle de Bongraine B1 - 99 rue Nicolas Gargot, La Rochelle

CONFÉRENCE

OUVERT À TOUS

Samedi 26 avril de 10h30 à 12h30**Le changement constant : l'impermanence**

" Tout, tout est impermanent, rien n'est permanent, vous devez comprendre cela. Par conséquent, ne soyez pas surpris, lorsque quelque chose change" Shamar Rinpoché

Nous expérimentons un changement permanent, comment le comprendre ? Comment en faire une source de sagesse ? L'impermanence est au cœur de l'enseignement du Bouddha

ENSEIGNEMENT

OUVERT À TOUS

Samedi 26 avril de 14h30 à 18h**et dimanche 27 de 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30****Mort, renaissance et états intermédiaires.**

Nous devons tous mourir un jour ; la manière d'effectuer ce passage est d'une grande importance pour la poursuite de notre évolution.

Comment les explications sur le processus de la mort et de la renaissance données par le Bouddha peuvent nous aider de nos jours à aborder ces moments délicats ; pour nous et pour venir en aide à autrui lorsqu'un proche ou un ami vient à nous quitter. L'enseignant nous donnera des éclaircissements sur des termes souvent mal compris : Bardo, Karma, Réincarnation, Renaissance...

Intervenant : Lama Shédroup**Lieu :** Salle Michel Martineau - Le Prieuré - 48, rue Antoine de Saint-Exupéry, La Rochelle