

Nous joindre :

Barbara : 06 13 83 01 97

Jean-Paul : 06 95 20 13 29

E-Mail : [bassin.arcachon@dhagpo.org](mailto:bassin.arcachon@dhagpo.org)

Site web : <http://arcachon.dhagpo.org>

Facebook : [www.facebook.com/dhagpobassinarcachon](http://www.facebook.com/dhagpobassinarcachon)

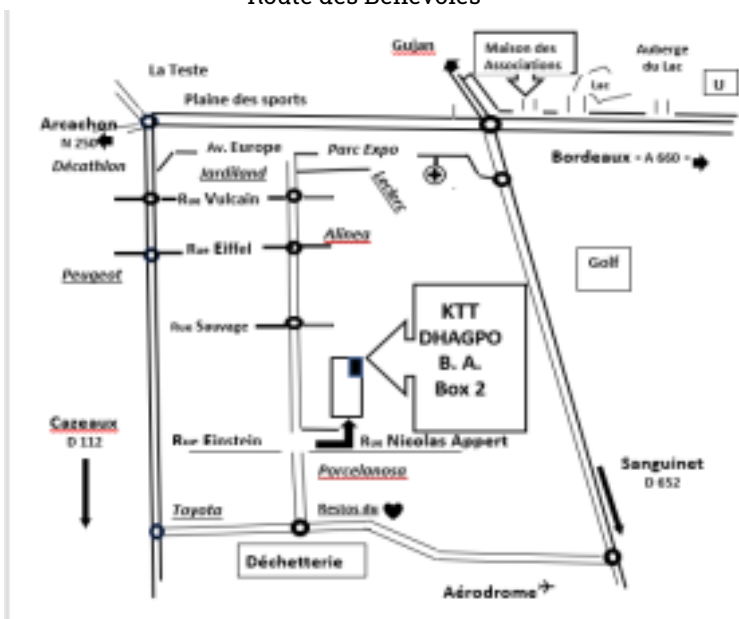
Siege de l'Association : 2 rue Pierre Daney-Gujan Mestras

Site de Dhagpo en Dordogne : [www.dhagpo-kagyu.org](http://www.dhagpo-kagyu.org)

**Lieu des conférences :**

Maison des Associations de Gujan-Mestras -

Route des Bénévoles -



DHAGPO – KTT Bassin d’Arcachon

ETUDES ET MEDITATION BOUDDHIQUES

**PROGRAMME 2021 / 2022**



**Centre d'étude et de méditation du  
Bouddhisme Tibétain**

*(Association Loi 1901 à but non lucratif, gérée bénévolement)*

Lignée Karma Kagyu, dont le 17ème Gyalwa Karmapa, Trinley Thayé Dorjé en est l'actuel détenteur - une des quatre lignées du Bouddhisme Tibétain affiliée à l'UBF (Union Bouddhiste Française)

**Des enseignements et des pratiques : KTT**  
Box 2, Rue Nicolas Appert 33260 La Teste de Buch  
**Merci de bien vouloir garer votre véhicule à l'extérieur du site**

10/2021

"Un KTT est un espace de découverte et d'étude des valeurs du bouddhisme. La mise en œuvre simple de cet enseignement dans notre vie quotidienne est source d'harmonie, de détente, de soutien et de bien-être. Sur cette base, nous pouvons, pas à pas, cheminer dans la direction de l'éveil."

Lama Jigmé Rinpoché, Directeur spirituel du centre Dhagpo Kagyu Ling

Depuis 27 ans, l'association Dhagpo Bassin d'Arcachon - KTT – (*KARMA TEKSOUM TCHEULING -lieu de transmission de tous les aspects de l'enseignement*) propose des séances de méditation et des pratiques, des groupes d'étude, des enseignements et des conférences.

L'adhésion permet de participer aux activités régulières de Dhagpo Bassin d'Arcachon KTT.

### Tarif des adhésions 2021/2022

- Adhésion annuelle : 120 €
- Gratuit pour les moins de 18 ans.
- Membre bienfaiteur – dons pour soutien de l'activité : montant libre.

*Cotisation adaptée pour toute personne connaissant des difficultés financières (chômeurs – étudiants...) et qui ne peuvent adhérer à ce tarif. Contactez-nous sans hésiter)*

Notre association n'est soutenue par aucune subvention. Elle ne peut exister que par le soutien financier de ses adhérents et sympathisants.

### Avantages de la carte membre de Dhagpo B .A.

- Accès à toutes les activités de l'association : méditations, groupes d'étude, pratiques avec rituels, prêt de livres de la bibliothèque.
- Tarif préférentiel sur l'adhésion à Dhagpo Kagyu Ling (24)
- Gratuité de l'adhésion à Dhagpo Bordeaux

### Les activités

#### Méditation guidée de la pacification mentale et/ou Méditation « shiné » de la tradition tibétaine.

Entraînement de l'esprit, elle permet progressivement de voir ce qui se passe en nous. Associée à l'étude et à la réflexion, elle nous amène à un changement intérieur et à mieux comprendre nos fonctionnements.

- Plusieurs sessions de 10 à 15 mn dans l'heure
  - Lundi : 18 h – 19 h
  - Mardi : 14 h 30 – 15 h 30 (méditation pour tous)

Elle peut se faire sur un coussin ou une chaise. A chaque séance des instructions sont données pour aider les participants.

#### Groupe d'étude et d'échanges sur des textes de Maîtres :

2 jeudis par mois de 14 h 30 à 16 h

#### Bibliothèque

Ouvrages proposés à la vente et livres en prêt pour les adhérents.

Pratiques de groupe régulières :

- . Tchenrézi : Lundi à 18 h (1h)
- . Tchenrézi en français : un lundi par mois
- . Milarépa : Courte pratique une fois par mois
- . Amitabha : en français à 15 h le 3ème mercredi du mois
- . Lodjong : 09 h – 17 h un samedi par mois
- . Tara : 1 dimanche par mois

### CONFERENCES PUBLIQUES

DATE	THEME	CONFERENCIER
M - 21.9.2021	L'ego et ses fonctionnements	Lama Dordje Puntso
V - 19.11.2021	Les émotions	Lama Deundam
V - 01.04.2022	Se préparer à la mort	Lama Shedroup
M - 10.5.2022	Calme mental	Droupla Bruno

**Horaire** : 20 h 30 (M : mardi soir) – (V : vendredi soir) – Participation aux frais : 7 €

**Lieu** : Maison des Associations à Gujan-Mestras – Route des Bénévoles –

### ENSEIGNEMENTS (\*)

DATE	THEME	ENSEIGNANT
22 & 23.09.2021 (1)	L'entraînement de l'esprit - Lodjong	Lama Dordje Puntso
20 & 21.11.2021 (2)	Comprendre la réalité : les 4 sceaux	Lama Deundam
2 & 3.4.2022 (2)	Mort et renaissance	Lama Shedroup
11 & 12.05.2022 (1)	La parole juste	Droupla Bruno

(\*) Précédant les enseignements en weekend (novembre 2021 et mai 2022) :

**Découverte de la méditation** avec le lama (participation libre) :

Samedi de 10 h à 11 h 30

**Horaires** :

En semaine (1) : Mercredi et jeudi de 20 h à 22 h -

En week-end (2) : Samedi de 14 h à 17 h et dimanche de 10 h à 12 h - 14 h à 17 h

Participation aux frais : 7 € par demi-journée

**Lieu** : Box 2, Rue Nicolas Appert 33260 La Teste de Buch

*Les enseignements seront ouverts au public – sous réservation –*

-----