

Centre de Méditation Kadampa Metz Avril 2024

Lundi 1	Mardi 2	Mercredi 3	Jeudi 4	Vendredi 5	Samedi 6	Dimanche 7
16h00-17h20 JQES 18h45-19h30 Méditation 45 min 20h-21h30 Enseignement	8h30-10h30 La Voie Rapide* 16h00-17h20 JQES	14h-15h Powa 16h00-17h20 JQES	16h00-17h20 JQES 19h15-20h Méditation 45 min ----- 20h-21h30 THIONVILLE Enseignement	16h00-17h20 JQES 18h45-20h45 PF	8h45-13h05 PFE 15h30-17h15 OGS (tsog) - 17h30 Visionnage vidéo - Journée de la NTK	10h-13h Matinée sur le thème Je pense trop ! Apprendre à se centrer 15h-16h20 JQES (tsog)
8	9	10	11	12	13	14
15h00-16h00 Tara 16h00-17h20 JQES 18h45-19h30 Méditation 45 min 20h-21h30 Enseignement ----- 19h30-20h30 SAINT AVOLD Enseignement	8h30-10h30 La Voie Rapide* 16h00-17h20 JQES ----- 19h30-21h MULHOUSE Enseignement	18h30-20h15 OGS (tsog) ----- 19h30-21h STRASBOURG Enseignement 19h30-21h PONT À MOUSSON Enseignement	16h00-17h20 JQES 19h15-20h Méditation 45 min ----- 20h-21h30 THIONVILLE Enseignement	16h30-17h50 JQES 19h-20h Introduction à la retraite de Nyoung'né	Retraite non guidée de Nyoung'né 6h30-7h10 Prise des préceptes 7h30-9h Séance 1 10h30-12h Séance 2 16h15-17h45 Séance 3	Retraite non guidée de Nyoung'né 6h30-7h Prise des préceptes 7h15-8h45 Séance 1 10h30-12h Séance 2 14h-15h20 JQES (tsog) 16h-17h30 Séance 3
15	16	17	18	19	20	21
16h-17h40 OGS (tsog) Jour illumination Bouddha 18h45-19h30 Méditation 45 min 20h-21h30 Enseignement ----- 19h30-20h30 SAINT AVOLD Enseignement	8h30-10h30 La Voie Rapide* 16h00-17h20 JQES	16h00-17h20 JQES 19h-20h30 Enseignement le Tantra	10h15-11h45 Sodjong 16h00-17h20 JQES 19h15-20h Méditation 45 min ----- 20h-21h30 THIONVILLE Enseignement	16h00-17h20 JQES 18h45-20h45 PF	8h45-13h05 PFE 15h-16h20 JQES (tsog)	Pause
22	23	24	25	26	27	28
16h00-17h20 JQES 18h45-19h30 Méditation 45 min 20h-21h30 Enseignement ----- 19h30-20h30 SAINT AVOLD Enseignement	8h30-10h30 La Voie Rapide* 16h00-17h20 JQES ----- 19h30-21h MULHOUSE Enseignement	16h00-17h20 JQES ----- 19h30-21h STRASBOURG Enseignement 19h30-21h PONT À MOUSSON Enseignement	16h00-17h45 OGS (tsog) 19h15-20h Méditation 45 min ----- 20h-21h30 THIONVILLE Enseignement	16h-17h20 JQES	10h-16h15 Événement spécial avec Kadam Olivier sur le thème Transformer ses émotions négatives	10h-16h15 Événement spécial avec Kadam Olivier sur le thème Transformer ses émotions négatives 17h-20h40 Tambour mélodieux

PF : PROGRAMME DE FONDATION| PFE : PROGRAMME DE FORMATION DES ENSEIGNANTS PRIÈRES BOUDDHISTES OUVERTES À TOUS - JQES : JOYAU QUI EXAUCÉ LES SOUHAITS, TARA : LIBÉRATION HORS DE LA DOULEUR, PPM : PRIÈRES POUR LA PAIX DANS LE MONDE, OGS : OFFRANDE AU GUIDE SPIRITUEL, TM : TAMBOUR MÉLODIEUX, TSOG : OFFRANDES DE NOURRITURE, POWA : PRIÈRE POUR LES DÉFUNTS, SODJONG : PRATIQUE POUR LES PERSONNES ORDONNÉES *Réservé aux personnes qui ont reçu les transmissions de Hérouka et Vajrayogini