

Centre de Méditation Kadampa Metz Avril 2025

Lundi 31	Mardi 01	Mercredi 02	Jeudi 03	Vendredi 04	Samedi 05	Dimanche 06
16h00-17h20 JQES 18h30-19h15 Méditation 45 min 19h45-21h Enseignement 19h30-20h30 SAINT AVOLD Enseignement	08h30-10h30 La Voie Rapide 16h00-17h20 JQES	16h00-17h30 Joyau du cœur avec méditation guidée	10h15-11h45 : Sodjong 16h00-17h20 JQES 18h30-19h15 Méditation 45 min	16h00-17h20 JQES 18h45-20h45 PF	08h45-13h00 PFE Après-midi Apaiser les relations toxiques 14h30-15h45 Séance 1 16h15-17h30 Séance	10h30-11h45 Enseignement Gestion des émotions 15h00-16h20 JQES (tsog)
07	08	09	10	11	12	13
16h00-17h20 JQES 19h30-20h45 Événement spécial : Conférence avec Guèn Konchog 19h30-20h30 SAINT AVOLD Enseignement	08h30-10h30 La Voie Rapide 14h00-15h00 Tara 16h00-17h20 JQES ---- 19h30-20h45 MULHOUSE Enseignement	14h-15h Powa 16h00-17h30 Joyau du cœur avec méditation guidée ---- 19h30-20h45 STRASBOURG Enseignement	15h45-17h30 OGS (tsog) 18h30-19h15 Méditation 45 min	16h00-17h20 JQES 18h45-20h45 PF	Vacances	
14	15	16	17	18	19	20
18h30-19h15 Méditation 45 min 19h45-21h Enseignement 19h30-20h30 SAINT AVOLD Enseignement	Vacances			Festival National TP Tara Blanche Avec Guèn La Kelsang Dékyong Au CMK France		
21	22	23	24	25	26	27
Festival National TP Tara Blanche Avec Guèn La Kelsang Dékyong Au CMK France			16h00-17h20 JQES 18h30-19h15 Méditation 45 min	15h45-17h30 OGS (tsog) 18h45-20h45 PF	08h45-13h00 PFE 15h00-16h20 JQES (tsog)	10h30-11h45 Enseignement Gestion des émotions
28	29	30	01	02	03	04
16h00-17h20 JQES 18h30-19h15 Méditation 45 min 19h45-21h Enseignement ---- 19h30-20h30 SAINT AVOLD Enseignement	08h30-10h30 La Voie Rapide 17h00-21h00 Tambour Mélodieux ---- 19h30-20h45 MULHOUSE Enseignement	16h00-17h30 Joyau du cœur avec méditation guidée ---- 19h30-20h45 STRASBOURG Enseignement	Retraite non guidée Refuge 09h15-10h45 Séance 1 11h30-13h00 Séance 2 14h30-16h00 Séance 3 16h45-18h15 Séance 4	Retraite non guidée Refuge 09h15-10h45 Séance 1 11h30-13h00 Séance 2 14h30-16h00 Séance 3 18h45-20h45 PF	Retraite non guidée Refuge 09h15-10h45 Séance 1 11h30-13h00 Séance 2 14h30-16h00 Séance 3 16h45-18h15 Séance 4	10h30-11h45 Enseignement Gestion des émotions Retraite non guidée Refuge 14h30-16h00 Séance 1 16h45-18h15 Séance 2

PF : PROGRAMME DE FONDATION| PFE : PROGRAMME DE FORMATION DES ENSEIGNANTS PRIÈRES BOUDDHISTES OUVERTES À TOUS - JQES : JOYAU QUI EXAUCE 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