

Centre de Méditation Kadampa Metz Mars 2025

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
03	04	05	06	07	08	09
16h00-17h20 JQES 19h30-20h45 Événement spécial : Conférence avec Guèn Konchog 19h30-20h30 SAINT AVOLD Enseignement	08h30-10h30 La Voie Rapide 16h00-17h20 JQES	16h00-17h30 Joyau du cœur avec méditation guidée 19h00-20h30 Enseignement sur le Tantra	10h15-11h45 : Sodjong 16h00-17h20 JQES 18h30-19h15 Méditation 45 min	16h00-17h20 JQES 18h45-20h45 PF	08h45-13h00 PFE Après-midi Guérir la souffrance de la solitude 14h30-15h45 Séance 1 16h15-17h30 Séance	15h00-16h20 JQES (tsog)
10	11	12	13	14	15	16
15h45-17h30 OGS (tsog) 18h30-19h15 Méditation 45 min 19h45-21h Enseignement 19h30-20h30 SAINT AVOLD Enseignement	08h30-10h30 La Voie Rapide 16h00-17h20 JQES ---- 19h30-20h45 MULHOUSE Enseignement	14h-15h Powa 16h00-17h30 Joyau du cœur avec méditation guidée ----- 19h30-20h45 STRASBOURG Enseignement	16h00-17h20 JQES 18h30-19h15 Méditation 45 min	16h00-17h20 JQES 18h45-20h45 PF	08h45-13h00 PFE 15h00-16h20 JQES (tsog)	10h30-11h45 Enseignement Gestion des émotions
17	18	19	20	21	22	23
16h00-17h20 JQES 18h30-19h15 Méditation 45 min 19h45-21h Enseignement 19h30-20h30 SAINT AVOLD Enseignement	08h30-10h30 La Voie Rapide 18h00-19h20 JQES (tsog)	16h00-17h30 Joyau du cœur avec méditation guidée	16h00-17h20 JQES 18h30-19h15 Méditation 45 min	Préparation TP	11h-13h : TP Bouddha de la Médecine 15h-16h30 Enseignement	10h-11h15 Enseignement 11h45-13h Enseignement 15h-16h15 Enseignement
24	25	26	27	28	29	30
16h00-17h20 JQES 18h30-19h15 Méditation 45 min 19h45-21h Enseignement ----- 19h30-20h30 SAINT AVOLD Enseignement	08h30-10h30 La Voie Rapide 18h00-19h45 OGS (tsog) ---- 19h30-20h45 MULHOUSE Enseignement	16h00-17h30 Joyau du cœur avec méditation guidée ----- 19h30-20h45 STRASBOURG Enseignement	16h00-17h20 JQES 18h30-19h15 Méditation 45 min	16h00-17h20 JQES 18h45-20h45 PF	08h45-13h00 PFE 15h30-19h30 Tambour mélodieux	10h30-11h45 Enseignement Gestion des émotions

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