

# Centre de Méditation Kadampa Metz Mai 2025

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche	
05	06	07	08	09	10	11	
<b>16h00-17h20</b> JQES <b>19h30-20h45</b> <b>Événement spécial :</b> <b>Conférence avec Guèn Konchog</b> ---- <b>19h30-20h30</b> SAINT AVOLD Enseignement	<b>08h30-10h30</b> La Voie Rapide <b>10h30-12h00</b> Permanence accueil <b>16h00-17h20</b> JQES	<b>16h00-17h30</b> Joyau du cœur avec méditation guidée	<b>10H15-11h45</b> : Sodjong <b>12h00-14h00</b> Permanence accueil <b>14h00-15h00</b> Tara <b>16h00-17h20</b> JQES <b>18h30-19h15</b> Méditation 45 min	<b>Retraite dans les Vosges</b> <b>Méditation et déconnexion :</b> <b>Plonger dans la paix de notre propre esprit</b>			
12	13	14	15	16	17	18	
<b>18h30-19h15</b> Méditation 45 min <b>19h45-21h</b> Enseignement ---- <b>19h30-20h30</b> SAINT AVOLD Enseignement	<b>08h30-10h30</b> La Voie Rapide <b>10h30-12h00</b> Permanence accueil <b>16h00-17h20</b> JQES ---- <b>19h30-20h45</b> MULHOUSE Enseignement	<b>14h-15h</b> Powa <b>16h00-17h30</b> Joyau du cœur avec méditation guidée ---- <b>19h30-20h45</b> STRASBOURG Enseignement	<b>12h00-14h00</b> Permanence accueil <b>16h00-17h20</b> JQES <b>18h30-19h15</b> Méditation 45 min	<b>16h00-17h20</b> JQES <b>18h45-20h45</b> PF	<b>08h45-13h00</b> PFE <b>Après-midi Apprendre à s'en remettre à un guide spirituel</b> <b>14H30-15h45</b> Séance 1 <b>16h15-17h30</b> Séance 2	<b>10h30-11h45</b> Enseignement Gestion des émotions <b>15h00-16h20</b> JQES (tsog)	
19	20	21	22	23	24	25	
<b>18h30-19h15</b> Méditation 45 min <b>19h45-21h</b> Enseignement ---- <b>19h30-20h30</b> SAINT AVOLD Enseignement	<b>08h30-10h30</b> La Voie Rapide <b>10h30-12h00</b> Permanence accueil <b>16h00-17h20</b> JQES	<b>16h00-17h30</b> Joyau du cœur avec méditation guidée	<b>12h00-14h00</b> Permanence accueil <b>16h00-17h20</b> JQES <b>18h30-19h15</b> Méditation 45 min	<b>Festival International Printemps TP Bouddha Maitreya</b> <b>Avec Guèn La Kelsang Jampa</b> <b>Au CMK Mandjoushri (Anlgeterre)</b>			
26	27	28	29	30	31	01	
<b>Festival International Printemps TP Bouddha Maitreya</b> <b>Avec Guèn La Kelsang Jampa</b> <b>Au CMK Mandjoushri (Anlgeterre)</b>			<b>Repos</b>			<b>10h30-11h45</b> Enseignement Gestion des émotions	

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