

Centre de Méditation Kadampa Metz Juillet 2026

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
06	07	08	09	10	11	12
16h00-17h20 JQES 18h30-19h15 Méditation 45 min 19h45-21h Enseignement	16h00-17h20 JQES	14h00-15h Tara 16h00-17h30 Joyau du cœur avec méditation guidée	18h30-19h15 Méditation 45 min 16h00-17h20 JQES	16h00-17h30 OGS (tsog)	10h30-11h45 Enseignement Gestion des émotions 15h00-16h30 JQES (tsog)	10h30-11h45 Enseignement Gestion des émotions
13	14	15	16	17	18	19
16h00-17h20 JQES 18h30-19h15 Méditation 45 min 19h45-21h Enseignement	Vacances					
20	21	22	23	24	25	26
Vacances			Festival International d'été (CMK Mandjoushri Angleterre) La voie suprême vers l'illumination Transmission des bénédictions du Tantra du Yoga Suprême Avec Guèn-la Kelsang Sangden et Guèn-la Kelsang Jampa			
27	28	29	30	31	01	02
Festival International d'été (CMK Mandjoushri Angleterre) La voie suprême vers l'illumination Transmission des bénédictions du Tantra du Yoga Suprême Avec Guèn-la Kelsang Sangden et Guèn-la Kelsang Jampa						

Code couleur : Méditation et PG, Prières, Programmes d'études approfondi (PF et PFE), Événement spécial

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