

Centre de Méditation Kadampa Metz Octobre 2026

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
05	06	07	08	09	10	11
16h00-17h20 JQES ---- 18h00-19h00 SAINT AVOLD Méditation 19h30-20h45 SAINT AVOLD Méditation & Enseignement	116h00-17h20 JQES 18h30-19h15 Méditation 19h45-21h Enseignement	16h00-17h30 Joyau du cœur avec méditation guidée ----- 19h30-20h45 MULHOUSE Enseignement	14h00-15h00 Tara 16h00-17h20 JQES	Festival International d'Automne Transmission des bénédictions de Djé Tsongkhapa Avec Guèn-la Kelsang Dékyong Au CMK Espagne (Malaga)		
12	13	14	15	16	17	18
Festival International d'Automne Transmission des bénédictions de Djé Tsongkhapa Avec Guèn-la Kelsang Dékyong Au CMK Espagne (Malaga)				Repos	Week-end : Notre véritable joyau du coeur-retraite guidée post festival automne : 10h-11h15 Séance 1 11h45-13h Séance 2 15h00-16h15 Séance 3 17h15-18h35 JQES (tsog)	Week-end : Notre véritable joyau du coeur-retraite guidée post festival automne : 10h-11h15 Séance 1 11h45-13h Séance 2 15h00-16h15 Séance 3 17h00-18h00 Prostrations 35 Bouddhas (10 min pause) & La Grande Mère
19	20	21	22	23	24	25
16h00-17h20 JQES	11h00-12h30 : Sodjong guidé* 16h00-17h20 JQES 18h30-19h15 Méditation 19h45-21h Enseignement	14h-15h Powa 16h00-17h30 Joyau du cœur avec méditation guidée ----- 19h30-20h45 STRASBOURG Enseignement	16h00-17h20 JQES 18h-19h Enseignement 19h00-22h00 PF (examen)	16h00-17h20 JQES (tsog)	09h00-12h00 PFE (examen) 14h30-16h30 Voie Rapide avec méditation guidée	10h30-11h45 Enseignement Gestion des émotions 15h00-16h45 OGS (tsog) ---- 11h00-12h15 NANCY Enseignement
26	27	28	28	30	31	01
Vacances						

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