

Institut Kadam Tcheuling Océan

Programme des groupes d'étude et de méditation

Du 1^{er} trimestre - Janvier à Avril 2022

2 Groupes, un le mardi et un le mercredi # un seul horaire : 19h-20h45

	Dates et horaires	Sujets abordés
Janvier	Mardi 11/01	« Découvrir l'enseignement du Bouddha » Les Trois Roues du Dharma », exposé suivi d'échanges. Proposé par l'Institut Guépèle (codes zoom à demander)
	Mercredi 12/01	Etude de l'esprit : sa nature, ses composants et son fonctionnement. Jérémy Lafitte (zoom IKTO)
	❖ Week-end du 15 et 16/01	❖ Enseignement du Vénérable Dagpo Rimpotché sur « La voie Rapide » du Panchen Lama Losang Yéshé ❖ Samedi 15h15 à 17h15, Dimanche 10h à 12h
	Mardi 18/01	Etude de l'esprit : sa nature, ses composants et son fonctionnement. Denis Carratier (zoom IKTO)
	Mercredi 19/01	Etude autonome en groupe (zoom IKTO)
	Mardi 25/01	« Découvrir l'enseignement du Bouddha » « La non-violence envers soi et les autres » - diffusion d'une vidéo d'une conférence de Rimpotché avec échanges. Proposé par l'Institut Guépèle (codes zoom à demander)
	Mercredi 26/01	Etude de l'esprit : sa nature, ses composants et son fonctionnement. Jérémy Lafitte (zoom IKTO)
Février	Mardi 1/02	Etude de l'esprit : sa nature, ses composants et son fonctionnement. Denis Carratier (zoom IKTO)
	Mercredi 2/02	Aide à l'assimilation du plan du Lamrim en lien avec les fondements de l'enseignement du Bouddha. Marie-Stella BOUSSEMART (zoom IKTO)
	Mardi 8/02	« Découvrir l'enseignement du Bouddha » « La non-violence envers soi et les autres » - diffusion d'une vidéo d'une conférence de Rimpotché avec échanges. Proposé par l'Institut Guépèle (codes zoom à demander)
	Mercredi 09/02	Etude de l'esprit : sa nature, ses composants et son fonctionnement. Jérémy Lafitte (zoom IKTO)
	❖ Week-end du 12 et 13/02	❖ Enseignement du Vénérable Dagpo Rimpotché sur « La voie Rapide » du Panchen Lama Losang Yéshé ❖ Samedi 15h15 à 17h15, Dimanche 10h à 12h
Vacances d'hiver		Samedi 12/02 au Dimanche 27/02 (zone A)
Mars	Mardi 1/03	Etude de l'esprit : sa nature, ses composants et son fonctionnement. Denis Carratier (zoom IKTO)
	Mercredi 2/03	Aide à l'assimilation du plan du Lamrim en lien avec les fondements de l'enseignement du Bouddha. Marie-Stella BOUSSEMART (zoom IKTO)
	❖ Week-end du 5 et 6/03	❖ Enseignement du Vénérable Dagpo Rimpotché sur « La voie Rapide » du Panchen Lama Losang Yéshé ❖ Samedi 15h15 à 17h15, Dimanche 10h à 12h
	Mardi 8/03	« Découvrir l'enseignement du Bouddha » « Amour, Compassion, Esprit d'Eveil » - Exposé suivi d'échanges ; Proposé par l'Institut Guépèle (codes zoom à demander)
	Mercredi 9/03	Le mental et les facteurs mentaux. Jérémy Lafitte (zoom IKTO)
	Mardi 15/03	Le mental et les facteurs mentaux. Denis Carratier (zoom IKTO)
	Mercredi 16/03	Etude autonome en groupe (zoom IKTO)
	Mardi 22/03	« Découvrir l'enseignement du Bouddha » « Comment gérer son stress selon le bouddhisme » - diffusion d'une vidéo d'une conférence de Rimpotché avec échanges.

		Proposé par l'Institut Guépèle (codes zoom à demander)
	Mercredi 23/03	Le mental et les facteurs mentaux. Jérémy Lafitte (zoom IKTO)
	Mardi 29/03	Le mental et les facteurs mentaux. Denis Carratier (zoom IKTO)
	Mercredi 30/03	Aide à l'assimilation du plan du Lamrim en lien avec les fondements de l'enseignement du Bouddha. Marie-Stella BOUSSEMART (zoom IKTO)
Avril	Mardi 5/04	« Découvrir l'enseignement du Bouddha » Comment gérer son stress selon le bouddhisme » - diffusion d'une vidéo d'une conférence de Rimpotché avec échanges. Proposé par l'Institut Guépèle (codes zoom à demander)
	Mercredi 6/04	Le mental et les facteurs mentaux. Jérémy Lafitte (zoom IKTO)
	❖ Week-end du 9 et 10/04	❖ Enseignement du Vénérable Dagpo Rimpotché sur « La voie Rapide » du Panchen Lama Losang Yéshé ❖ Samedi 15h15 à 17h15, Dimanche 10h à 12h
	Mardi 12/04	Le mental et les facteurs mentaux. Denis Carratier (zoom IKTO)
	Mercredi 13/04	Etude autonome en groupe (zoom IKTO)
<i>Vacances de Printemps</i>		<i>Samedi 16/04 au Dimanche 01/05 (zone A)</i>