

Les Lamas qui nous rendent visite régulièrement pour nous dispenser leurs enseignements sont des Européens qui ont effectué deux retraites de 3 ans, 3 mois, 3 jours. Ils appartiennent à la tradition Karma Kagyu du bouddhisme tibétain dont le siège européen est : DHAGPO KAGYU LING, Landrevie 24290 ST LEON SUR VEZERE

www.dhagpo-kagyu.org

PRATIQUES HEBDOMADAIRES

Proposées par le KTT de l'Albigeois

Les lundi A 20H30

Au 16 rue de la Caussade à ALBI (1er étage)

Méditation (Shiné)

Pratique de Tchenrézi un lundi sur deux après la méditation

Pour toute question:

www.kttdelalbigeois.org
kttdelalbigeois@hotmail.fr

Le KTT de l'Albigeois est une association Enregistré sous le numéro W811002414 à la préfecture d'ALBI dont le but est l'étude, la diffusion et la pratique de la philosophie et des enseignements du bouddhisme tibétain de la tradition Karma Kagyu

KTT de L'Albigeois

Programme saison

2013 / 2014



**Groupe de méditation, d'étude, et de
pratique du bouddhisme tibétain**

05-63-60-34-66

ou 06-70-89-57-82

Générosité - conduite éthique



**Mercredi 2 et jeudi 3
octobre 2013 à 20h30**

Lama Anila Teundroup

Six qualités nous permettent de transcender notre fonctionnement ordinaire et de développer notre potentiel de compassion et de sagesse. Au travers de la générosité, la conduite éthique, la patience, la persévérance, la méditation et la connaissance transcendante, nous pourrions ainsi nous relier différemment aux autres et au monde, aller au delà de nos préoccupations ordinaires et tout comme le Bouddha actualiser son propre bienfait ainsi que celui des êtres.

Patience - l'effort enthousiaste



**Mercredi 4 Décembre et jeudi
5 Décembre 2013
à 20 h 30**

Lama Kunkyab

L'essence de la patience est un état d'esprit libre de calcul, de conceptualisation, de critique, un état fondamental d'ouverture qui nous permet d'accepter les choses telles qu'elles sont.

La persévérance : son essence est de trouver la joie dans l'action positive, et ses caractéristiques consistent à revêtir l'armure du courage et de l'énergie, à ne jamais relâcher la vigilance et la propension à aider les êtres, à toujours poursuivre le but de l'éveil.

Ces enseignements auront lieu au **16 rue de la Caussade 81000 ALBI**
La conférence du 3 décembre aura lieu à la ferme de Pratgraussals à ALBI

Conférence:



Donner un sens à son existence

**Mardi 3 décembre 2013 à
20h30 Lama Kunkyab**

À la ferme de Pratgraussals

L'absorption méditative - perfection de la sagesse



**Mercredi 5 et Jeudi 6 Février
2014 à 20h30**

Lama Sherab Kunzang

La 5ème des six qualités transcendantes est « l'absorption méditative ». Elle consiste à laisser reposer l'esprit sans distraction dans ce qui est salutaire. La 6ème qualité est « la sagesse », ou « connaissance supérieure », c'est à dire une compréhension juste de la nature ultime de la réalité.

Méditation - Chenrézi

**Samedi 10 et dimanche 11 Mai
2014 -10h - 12h et 14h -17h**

Lama Tcheudreun



Séance de méditation ouverte à tous le samedi matin.

Les autres demi-journées: Explication de la pratique de Chenrézi et initiation à la méditations (réservé aux personnes ayant pris refuge).