

Informations

QUE PROPOSONS-NOUS?

Méditations guidées tous les jeudis à 19 h 30,
26 rue Pierre Loti à Bergerac,
Entre 18 h 15 et 19 h 15, moment partagé
autour de la lecture d'un livre.

LES PREMIERS JEUDIS de 19 h 30 à 20 h 30	MEDITATION CHINE	19 h 15, ACCUEIL DES PERSONNES NOUVELLES
LES DEUXIEMES JEUDIS de 19 h 30 à 20 h 30	TCHENREZI EN FRANCAIS	
LES TROISIEMES JEUDIS de 19 h 30 à 20 h 30	MEDITATION CHINE	19 h 15, ACCUEIL DES PERSONNES NOUVELLES
LES QUATRIEMES JEUDIS de 19 h 30 à 20 h 30	TCHENREZI EN TIBETAÏN	

Conférences et enseignements

SAMEDI 14 NOVEMBRE 2020	de 10 à 12 h et de 14 à 17 h	LA MEDITATION, EN TOUTE SERENITE
VENDREDI 2 AVRIL 2021	à 20 h 15	ABORDER L'IMPERMANENCE ET LA MORT
SAMEDI 3 AVRIL 2021	de 10 à 12 h et de 14 à 17 h	ABORDER L'IMPERMANENCE ET LA MORT
SAMEDI 24 AVRIL 2021	de 10 à 12 h et de 14 à 17 h	LA MEDITATION, UN CHEMIN DE TRANSFORMATION
SAMEDI 26 JUIN 2021	de 10 à 12 h et de 14 à 17 h	LA MEDITATION, UN CHEMIN DE TRANSFORMATION

Adhésion annuelle :

60 € ou 80 € (soutien). En cours d'année, le montant de l'adhésion est calculée au prorata de la période restante. Premières séances offertes. La question financière ne doit pas être un obstacle à votre venue : pour toute précision, contactez-nous.

DHAGPO Bergerac

ÉTUDES ET MÉDITATION BOUDDHIQUES

L'association **Dhagpo Bergerac** est un centre d'études et de méditation bouddhiques. Elle est reliée à l'association **Dhagpo Kagyu Ling** à St Léon sur Vézère en Dordogne. Elle propose des séances de méditation, des conférences, des enseignements, des pratiques bouddhistes et le prêt de livres sur le bouddhisme.

« La réalité est que le passé est vraiment passé, que le futur n'est pas encore advenu et que même le présent n'est qu'une simple expérience du changement. Par conséquent, il n'y a rien à craindre, rien à perdre. Tout ce qui demeure est une simple expérience. »

THAYÉ DORJÉ, SA SAINTETÉ LE XVII^e GYALWA KARMAPA



Dhagpo Bergerac
26 Promenade Pierre Loti
24100 Bergerac

Marie : 06 73 97 99 81
Marie-Annick : 06 86 42 43 28

bergerac@dhagpo.org
bergerac.dhagpo.org

DHAGPO Bergerac

ÉTUDES ET MÉDITATION BOUDDHIQUES

PROGRAMME D'OCTOBRE 2020 À JUIN 2021



Photo de couverture : © Safu

ENSEIGNEMENT

OUVERT À TOUS

Samedi 14 novembre de 10h à 12h et de 14h à 17h**LA MÉDITATION EN TOUTE SÉRÉNITÉ : les remèdes aux obstacles que nous pouvons rencontrer**

Droupla Sempa donnera une série d'enseignements alternés avec des questions-réponses et des moments de méditation.

La méditation résulte de l'union de la détente et de la vigilance. Elle permet de développer clarté d'esprit et stabilité et par là, de mieux comprendre nos fonctionnements et de développer une relation d'ouverture aux autres.

Intervenant : Droupla Sempa

Participation aux frais : 7 €. La question financière ne doit pas être un obstacle à votre venue.

Lieu : Maison des syndicats - Place de la Myrpe, Bergerac



CONFÉRENCE

OUVERT À TOUS

Vendredi 2 avril à 20h15**et samedi 3 avril de 10h à 12h et de 14h à 17h****Aborder l'impermanence et la mort dans le bouddhisme**

Parce que la vie nous semble être une continuité, la rupture de la mort nous bouleverse profondément. Dans la vision bouddhiste, la vie continue en effet : ce sont les naissances et les morts qui se succèdent, l'impermanence étant présente à chaque instant. Un des buts du chemin spirituel est de nous aider à préparer le moment de la mort et à rassembler tout au long de notre existence les causes et les conditions nécessaires. Tous ces aspects sont abordés au travers d'enseignements, de questions-réponses et de méditations guidées.

Le thème sera abordé lors d'une conférence le vendredi soir, et avec un approfondissement le samedi dans la journée.

Participation aux frais : 7 € le vendredi, 10 € le samedi, 15 € pour les deux journées.

La question financière ne doit pas faire obstacle à votre venue.

Intervenant : Droupla Bruno

A noter : Il est possible de partager le repas de midi ensemble dans cette salle le samedi.

Lieu : Salle de l'Orangerie - Jardin Perdoux, rue Lakanal, Bergerac



PRATIQUE

OUVERT À TOUS

Samedi 24 avril de 10h à 12h et de 14h à 17h**La méditation : un chemin de transformation 1/4**

Pour la troisième année, nous proposons une série de quatre samedis de pratique de méditation, avec des temps d'échange et d'enseignement. L'idée de ces rencontres est de soutenir le processus de transformation que la pratique de la méditation permet et de clarifier la perspective qu'elle ouvre à long terme.

L'entrée est libre et gratuite pour chacune de ces quatre journées.

Intervenante : Lama Shérab Kunzang

Important : il est nécessaire d'amener son coussin et son tapis de méditation.

Il sera précisé ultérieurement s'il est possible de partager un repas. Rendez-vous sur le site 2 semaines avant.

Lieu : Maison des Associations : Salle n° 1 - Place Jules Ferry, Bergerac



PRATIQUE

OUVERT À TOUS

Samedi 26 juin de 10h à 12h et de 14h à 17h**La méditation : un chemin de transformation 4/4**

La quatrième journée du cursus de méditation sera animée par Lama Dorjé Puntso. Voir la présentation de la journée du 24 avril 2021.

Intervenant : Dordjé Puntso

Rappel : il est nécessaire d'amener son coussin et son tapis de méditation.

Il sera précisé ultérieurement s'il est possible de partager un repas. Rendez-vous sur le site 2 semaines avant.

Lieu : Maison des Associations : Salle n° 1 - Place Jules Ferry, Bergerac



PRATIQUE

Jeudi 3 septembre à 18h**Reprise des activités**

Cette année, la crise sanitaire impacte notre programme. Concrètement, les salles mises à notre disposition proposent un nombre de places très limité durant toute cette période. Cela nous oblige à n'ouvrir les deux premières journées du cycle de méditation qu'aux seuls membres du KTT. Cela nous a amené aussi à annuler une conférence.

IMPORTANT : l'évolution de la gestion de la crise pourrait nous obliger à annuler une ou plusieurs manifestations. Merci donc de vous informer sur notre site pour vous assurer que rien n'a dû changer : les éventuelles modifications seront mises à jour immédiatement...

Merci de respecter les gestes barrières : masques, distance de sécurité, usage du gel hydroalcoolique... Le respect de ces quelques règles permettent assez simplement de maintenir les liens, de continuer à recevoir les enseignements, et de pratiquer ensemble : c'est peut-être cela qu'il est important de regarder...

Écouter, réfléchir et méditer

Dhagpo Bergerac offre la possibilité à chacun de mettre en oeuvre au quotidien les trois aspects de la pratique bouddhiste :

Écouter les enseignements

L'association accueille des enseignants qualifiés, lamas occidentaux ou tibétains de la lignée karma kagyü, autour de trois axes d'études : bouddhisme au quotidien, philosophie bouddhiste, entraînement à la méditation. Chaque année, nous proposons une conférence sur un thème large, puis une conférence avec son approfondissement permettant de mieux appréhender le thème. Cette année, nous proposons aussi un cursus de 4 samedis qui permet de pratiquer la méditation avec un Lama, et d'échanger sur le but et la mise en oeuvre de la méditation (voir notre programme).

Réfléchir à la philosophie bouddhiste

Sur demande d'un petit groupe de personnes, un moment d'échange autour d'un livre d'enseignement se déroule chaque jeudi avant les pratiques et permet, au fur et à mesure, d'intégrer d'avantage les enseignements.

Méditer découverte et approfondissement

L'activité de l'association est rythmée par des pratiques de méditation périodiques. Parmi elles, la méditation par la détente et la vigilance (chiné) constitue le socle fondamental, commun à toutes les pratiques ou activités bouddhiques. Accessibles à tous*, les sessions sont guidées afin de fournir les explications de base pour tout nouvel arrivant.

* Il est par ailleurs toujours possible d'assister à toutes pratiques. En revanche, hormis la méditation par la détente et la vigilance, certaines conditions sont requises avant de pouvoir s'y engager. La venue régulière de lamas qualifiés offre des opportunités pour cela.