

PROGRAMME DU KTT DHAGPO - BERGERAC
2023 - 2024

2023 =

- **OCTOBRE = les samedi 21 et dimanche 22 octobre 2023, enseignement de...
lama Trinlé Carlo, thème : les émotions.**

(10 h - 12 h et 14 h - 17 h) à la salle de l'Orangerie, jardin Perdoux, à Bergerac)

« *Étymologiquement, l'émotion est ce qui met l'esprit en mouvement ; donc, là où il y a de la vie, il y a de l'émotion ! Mais dans quelle direction les émotions nous entraînent-elles ? Vers un bonheur durable ou à la rencontre de difficultés ? Comment reconnaître le potentiel de souffrance d'une émotion ? Comment savoir quoi faire lorsqu'elle se présente ? Les émotions étant le reflet de la richesse de notre esprit, il ne s'agit pas ici de les juger ou de les réprimer, mais bien de repérer leur présence et de les identifier, afin de nous amener peu à peu vers plus de discernement et de sérénité. En faisant alterner instructions, discussions et méditations, lama Trinlé explore les émotions une à une, pour nous aider à comprendre leur fonctionnement. Il nous donne également les moyens de nous libérer de leur dimension confuse. »*

- **NOVEMBRE = le samedi 25 novembre enseignement de ...
lama Shedroup, thème : le karma.
Salle des Syndicats, 12 Place de la Myrpe, à Bergerac.
(10 h - 12 h et 14 h - 17 h).**

"Conférence : Le Karma

Le terme « karma » signifie « action » et désigne des actes que nous avons accomplis et que nous accomplissons.

C'est le processus par lequel nous expérimentons les conditions heureuses et malheureuses que nous rencontrons.

Lama Shédroup nous explique comment aborder le karma de façon à en faire un processus de transformation intérieure.

2024 =

- **JANVIER = le samedi 27 janvier : journée "la méditation, un chemin de transformation", avec lama Dordjé Puntso. (10 h - 12 h et 14 h - 17 h). Salle à la Maison Chan.**

- **MARS = le samedi 23 mars : journée "la méditation, un chemin de transformation", avec lama Shérab Kunzang. (10 h - 12 h et 14 h - 17 h). Salle à définir.**

- **AVRIL = le samedi 27 avril : journée "la méditation, un chemin de transformation", avec lama Dordjé Puntso. (10 h - 12 h et 14 h - 17 h). Salle n° 1, Maison des associations, Place Jules Ferry à Bergerac**

- **JUIN =**

- **Le samedi 1er juin : enseignement de Dordjé Puntso, thème : "la spiritualité au quotidien".**

"Comprendre et apaiser les émotions.

Les états émotionnels tissent la toile de la confusion humaine et nous vivons notre vie sans savoir pourquoi l'esprit est constamment sous tension et rarement en paix. » Lama Jigme Rinpoché

Sur la base du livre « Le manuel des héros ordinaires » nous analyserons le fonctionnement des émotions pour comprendre comment les vivre de manière constructive."

(10 h - 12 h et 14 h - 17 h). Salle à définir.

- Le samedi 22 juin : journée "la méditation, un chemin de transformation", avec lama Shérab Kunzang. (10 h - 12 h et 14 h - 17 h). Salle n° 1, Maison des associations, Place Jules Ferry à Bergerac.

A 17 h, Assemblée générale du KTT.