



# DHAGPO Montpellier

ÉTUDES ET MÉDITATION BOUDDHIQUES



## PROGRAMME 2020 - 2021

### CONFERENCES

19 rue Chaptal, Montpellier

18 Septembre 2020

PAR LAMA NAMDAK

**Porter un regard bienveillant sur le monde**

27 Novembre 2020

PAR LAMA GUETSO

**Le contentement : un état d'esprit sous-estimé ?**

9 Avril 2021

PAR LAMA SHERAB KUNZANG

**Pratiquer le bouddhisme : Un chemin de transformation personnelle**

28 Mai 2021

PAR DROUPLA BRUNO

**Colère et jalousie, comment gérer ?**

Juin 2021

PAR ANILA TRINLÉ

**Accompagner un proche**

*Date & événement seront confirmés sur notre site internet*

Tarif conférences : 8€  
Horaires conférences : 20h - 22h

### STAGES

16 rue Dom Vaissette, Montpellier

19 - 20 Septembre 2020

PAR LAMA NAMDAK

**Se familiariser à l'impermanence de notre vie**

28 - 29 Novembre 2020

PAR LAMA GUETSO

**De la générosité à la sagesse, la pratique des « Paramitas »**

10 - 11 Avril 2021

PAR LAMA SHERAB KUNZANG

**Les orientations que propose le bouddhisme**

29 - 30 Mai 2021

PAR DROUPLA BRUNO

**Les émotions, moteur de vie ou cause des nos malheurs**

Juin 2021

PAR ANILA TRINLÉ

**Comment dire ? pour une juste communication**

*Date & événement seront confirmés sur notre site internet*

Tarif stages : 15€/par jour | 25€/we  
Possibilité tarif réduit  
Horaires stages : 10h - 17h

### PRATIQUES HEBDOMADAIRES

16 rue Dom Vaissette, Montpellier

*Adhésion : 10€/mois*

Méditation shiné du calme mental : **LUNDI** et **JEUDI** de 19h à 20h, **SAMEDI** de 10h à 11h

Pratique de Tchenrézi, Bouddha de l'Amour et de la Compassion : **LUNDI** de 20h à 21h, **SAMEDI** de 11h à 12h

Atelier étude : un **MARDI sur deux** de 19h à 21h

### MAIS AUSSI

Découverte de la méditation, matinée porte-ouverte : **4 SAMEDIS** dans l'année

Les vendredis de la philosophie bouddhiste : un **VENDREDI** par mois de 19h30 à 21h