Informations

QUI SOMMES NOUS?

L'association Dhagpo Brest 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.

TARIFS DES ÉVÉNEMENTS

Conférences et enseignements

Enseignements	Non-Adhérents	Adhérents
1 demi-journée ou soirée	7 €	5 €
2 demi-journées ou soirées	14 €	10 €
3 demi-journées ou soirées	21 €	15 €
Conférences	5 €	5 €

L'adhésion n'est pas obligatoire pour les conférences et les enseignements.
La question financière ne doit pas être un obstacle à votre venue.
Pour toute précision, contactez-nous.

ADHÉSIONS

Adhésion annuelle La cotisation comporte 2 aspects:

L'adhésion à l'association
Chômeur, étudiant et faible revenus 50 €, autres cas 100 € minimum.

La participation aux frais de fonctionnement
- 2 € à chaque méditations en espèce
- 5 €/10 €/15 € ou plus par virement chaque mois
(somme forfaitaire mensuelle indépendante de votre venue ou pas)

Vous pouvez, bien sûr, participer à quelques séances avant de décider d'adhérer. Dans ce cas, la participation ponctuelle de **2 euros** sera la bienvenue.

FICHE SYMPATHISANT

Vous désirez recevoir les informations du centre par mail (conférences, enseignements, infos diverses).
Nom :

Prénom :

Adresse mail :

DHAGPO Brest

ÉTUDES ET MÉDITATION BOUDDHIQUES

Lundi de 18h30 à 19h30
Méditation guidée - ouverte à tous
Entraînement à la non distraction de l'esprit

Un jeudi sur deux de 18h30 à 19h30
Tchenrezi guidé en français**

Samedi de 10h30 à 11h30
Méditation guidée - ouverte à tous
Entraînement à la non distraction de l'esprit
Spécialement destinée aux débutants
11h30/12h : temps de questions/réponses
autour d'un thé

Un samedi sur deux 14h à 15h *
Pratique de Tchenrézi en tibétain**

Un samedi sur deux de 14h à 15h30 *
Pratique de Tara Verte**

*(ouverte aux personnes ayant reçu l'enseignement de cette pratique.)

Centre de méditation et d'enseignements
1 rue de l'église
29850 GOUESNOU - France
E-mail : brest@dhagpo.org
Site web : brest.dhagpo.org/

Imprimé par nos soins. Ne pas jeter sur la voie publique.

DHAGPO Brest
ÉTUDES ET MÉDITATION BOUDDHIQUES

PROGRAMME JUSQU'À JUIN 2025

CENTRE URBAIN DE DHAGPO KAGYU LING

CONFÉRENCE — OUVERT À TOUS

Vendredi 4 octobre de 20h à 22h

Karma et lâcher prise

Le karma n'est pas une fatalité ! C'est le processus par lequel nous expérimentons les conditions que nous rencontrons, qu'elles soient heureuses ou malheureuses. Le terme « karma » signifie « action » et désigne des actes que nous avons accomplis et que nous accomplissons, motivés par les différents états d'esprit qui nous traversent. Comment lâcher prise face aux situations difficiles qui se présentent alors à nous ? Lama Deundam nous aidera à mieux comprendre ce processus et y faire face avec plus de sérénité.

Lieu : Salle municipale de l'Enclos - 2 rue de l'église, GOUESNOU

ENSEIGNEMENT

Samedi 5 octobre de 14h à 17h
et dimanche 6 de 10h à 12h et de 14h à 17h

Être un bodhisattva dans la vie quotidienne, la bodhicitta

Comment intégrer la motivation et l'action du bodhisattva dans notre quotidien afin de faire de chaque situation une possibilité de clarifier l'esprit et un moyen d'accomplir le bienfait des autres.

Intervenant : Lama Deundam
Lieu : Centre de méditation et d'enseignements - 1 rue de l'église, GOUESNOU

CONFÉRENCE — OUVERT À TOUS

Vendredi 29 novembre de 20h à 22h

Relation de couple et vie spirituelle

Vivre une relation de couple est fondatrice dans l'histoire de chacun. La force de l'attachement associée à l'amour rend souvent la vie à deux complexe et émotionnelle. L'éclairage bouddhiste nous donne des clés pour faire de cette relation un chemin spirituel afin d'aller vers plus de clarté et de bienveillance. Intervenant : Lama Guétso

Lieu : Salle municipale de l'Enclos - 2 rue de l'église, GOUESNOU

ENSEIGNEMENT

Samedi 30 novembre de 14h à 17h
et dimanche 1er décembre de 10h à 12h et de 14h à 17h

Les 4 pensées et la pratique des 4 préliminaires

Les 4 pensées permettent de prendre conscience de notre situation de façon plus réaliste et de comprendre la raison d'être du chemin spirituel. Ces réflexions portent sur quatre aspects : la précieuse existence humaine, l'impermanence et la mort, la loi de causalité (le karma) et le caractère insatisfaisant du cycle des existences. Elles sont la base du chemin dans tous les véhicules bouddhistes. Lama Guetso nous parlera ensuite de la pratique des 4 préliminaires dites préliminaires du Mahamoudra qui consistent en 4 méditations accompagnées de récitations.

Intervenant : Lama Guétso
Lieu : Centre de méditation et d'enseignements - 1 rue de l'église, GOUESNOU

CONFÉRENCE — OUVERT À TOUS

Mardi 25 mars de 20h à 22h

Le bouddhisme, moi et les autres

Nous avons l'habitude de séparer les choses: moi et les autres, moi et le reste du monde, moi et le bouddhisme qui peut devenir notre nouvelle philosophie de vie. Cependant, les enseignements bouddhistes nous font découvrir que tout est lié et que la place des autres est déterminante dans notre parcours vers un mieux être et à terme vers l'éveil. Quant au "moi" centre du monde, on va apprendre qu'il y a moins de consistance qu'il n'y paraît. Lama Namdak nous aide à concevoir le monde avec plus de lucidité et d'apaisement.

Lieu : Salle municipale de l'Enclos - 2 rue de l'église, GOUESNOU

ENSEIGNEMENT — OUVERT À TOUS

Mercredi 26 mars et jeudi 27 de 19h30 à 21h30

L'égo et ses fonctionnements

De la naissance à la mort, nous nous saisissons comme une identité monolithique, dressée face au monde et aux autres. Le bouddha nous enseigne que ce monolithe est une illusion à l'origine de nos mal-être. Il nous invite à y regarder de plus près et alors se dévoile un agencement d'états d'esprit dynamiques, se combinant les uns aux autres. Ce discernement est libérateur de l'illusion. Il nous ouvre à un chemin de vie où nous pouvons progresser réconciliés avec nous même, les autres et le monde."

Intervenant : Lama Namdak
Lieu : Centre de méditation et d'enseignements - 1 rue de l'église, GOUESNOU

CONFÉRENCE — OUVERT À TOUS

Vendredi 9 mai de 20h à 22h

Faire face à ses peurs et ses émotions au quotidien

Peur, culpabilité, attachement, aversion, jalousie, orgueil, indifférence: ces perturbations nous agitent sans cesse. Comment travailler avec elles? Peut-on se libérer de leur emprise? Faut-il les vivre ou les transformer? Lama Rabzang nous propose des pistes afin de mieux comprendre le fonctionnement de ces émotions perturbatrices. Nous pouvons ainsi développer progressivement, une vision différente, gage de liberté

Lieu : Salle municipale de l'Enclos - 2 rue de l'église, GOUESNOU

ENSEIGNEMENT

Samedi 10 mai de 14h à 17h
et dimanche 11 de 10h à 12h et de 14h à 17h

Chemin de pratique: Méditation, étude et yidam

Le Bouddha a enseigné différents chemins en fonction de la capacité des êtres, afin de nous libérer de la souffrance. Nous découvrirons avec lama Rabzang quels sont ces chemins, ou ces techniques qui peuvent parfois nous paraître compliquées ou trop élaborées.

Intervenant : Lama Rabzang
Lieu : Centre de méditation et d'enseignements - 1 rue de l'église, GOUESNOU

Bulletin d'adhésion

L'adhésion court du 1er janvier au 31 décembre de l'année civile.
Nom :

Prénom :

Adresse :

Tél :

Mail :

Date d'adhésion :

Adhésion annuelle la cotisation comporte 2 aspects:

L'adhésion à l'association
Cochez le montant qui vous convient :
Chômeur, étudiant et faible revenus : O 50 €
Autres cas : O 100 €
Si plus, précisez ..... €

La participation aux frais de fonctionnement
- 2 € à chaque méditations en espèce
- 5 €/10 €/15 € ou plus par virement chaque mois
(somme forfaitaire mensuelle indépendante de votre venue ou pas)
Si plus, précisez : ..... €

Contribution globale
Règlement (adhésion + participation)..... €

Nous vous remercions chaleureusement de bien vouloir privilégier les virements. Vous pouvez ainsi étaler vos paiements mensuellement par exemple.
Cette option simplifie grandement notre travail de trésorerie.

Nos coordonnées bancaires

IBAN : FR76 1558 9297 5903 7210 6954 081
BIC : CMBRFR2BARK