

**Mars**

Jour	Date	Horaires
Jeu	3	Losar Big Love day 19h-21h
Ven	4	Enseignements sur le tantra de Kalachakra 19h-21h
S/D	5-6	Enseignements sur le tantra de Kalachakra 10h-18h
Sam	12	Introduction à la méditation Vipassana 10h-18h
Dim	13	Yoga du maître commentaire Lama Chopa 10h-18h
Mar	15	Transformer les problèmes de santé avec Guéshé Dakpa 19h30-21h
Ven	18	Jour des miracles 19h-21h
Sam	19	DB – comment méditer ? 10h-18h
Dim	20	Sciences et bouddhisme 10h-18h
Dim	27	PEBA - La voie graduée vers l'éveil 14h-18h
Lun	28	PEBA - La voie graduée vers l'éveil 10h-18h

**Avril**

Jour	Date	Horaires
S/D	9-10	La voie du bonheur avec Vén. Amy 14h-16h / 17h-19h
Mar	12	Transformer les problèmes de santé avec Guéshé Dakpa 19h30-21h
Sam	16	DB - Comment méditer ? 10h-18h
Dim	17	Méditation sur la voie 10h-18h
Sam	23	PEBA - La voie graduée vers l'éveil 14h-18h
Dim	24	PEBA - La voie graduée vers l'éveil 10h-18h
		AG du Centre 19h-20h30
Sam	30	Pratique de purification 10h-18h

**Nos événements**

**La transmission orale de Manjoushri Yavas** avec Andy Wistreich (initiation dans les tantras supérieurs requise) ■  
4/3 (19h-21h) ; 5, 6/3 (10h-18h). Participation libre



**Pratiquer la sadhana de Tchenrezi** avec Guéshé Dakpa Tsoundou (initiation requise) ▲  
7/5 (10h-18h). Participation 20 € (15 €)



**La voie du bonheur avec Vén. Amy Miller** ■  
8/4 (19h-21h) ; 9, 10/4 (14-16 et 17-19h). Participation libre

**S'asseoir ensemble Rendez-vous interreligieux** ▲  
1/5 (15h-18h). Participation libre

**Cérémonie du refuge** ▲  
12/6 (17h-19h). Participation libre

**Événements communautaires pour se retrouver**

- Losar – Big love day le 3/3 (19h-21h) ▲
- Assemblée Générale le 24/4 (18h-19h30) ▲ ■
- Journée de la gratitude le 2/4 (10h-18h) ▲
- Fête de la réjouissance le 26/6 (12h-18h) ▲

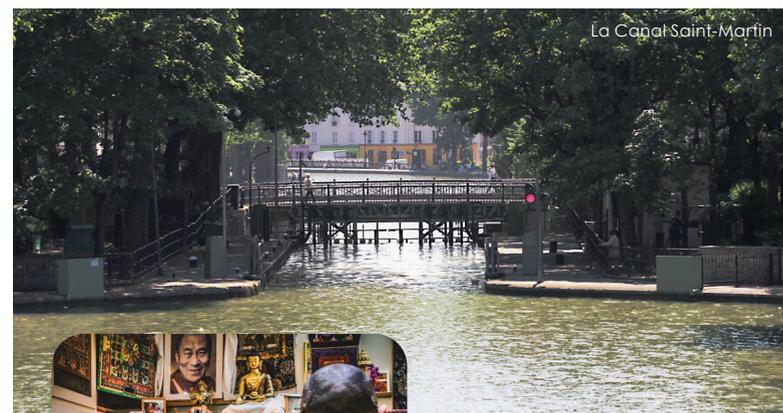


▲ Sur place - ■ En ligne - ( ) Tarif adhérent

**Où est le centre Kalachakra ?**



Pour retrouver le détail du programme et en savoir plus sur le centre et les intervenants : [www.centre-kalachakra.net](http://www.centre-kalachakra.net)



**Centre Kalachakra**  
5 passage Delessert  
75010 Paris  
01 40 05 02 22

**Centre de retraite de la Sarthe**  
Les Hautes Grouas  
72110 St Cosme en Vairais  
01 40 05 02 22



Retrouvez nous également sur : **Instagram - Facebook**



**Centre Kalachakra**



**Programme**  
mars / juin 2022

5 Passage Delessert 75010 Paris    Les Hautes Grouas 72110 St-Cosme-en-Vairais

Tél : 01 40 05 02 22  
[www.centre-kalachakra.net](http://www.centre-kalachakra.net) // [info@centre-kalachakra.net](mailto:info@centre-kalachakra.net)



**Mai**

Jour	Date	Horaires
Dim	1	S'asseoir ensemble (dialogue inter-religieux) 15h-18h
Sam	7	Pratiquer Tchenrezi avec Guéshé Dakpa 10h-18h
Dim	8	Yoga du maître commentaire lama tcheupa 10h-18h
Mar	10	Transformer les difficultés familiales avec Guéshé Dakpa 19h30-21h
Sam	14	DB – Présentation de la voie 10h-18h
Dim	15	Sciences et bouddhisme 10h-18h
Sam	21	PEBA - La voie graduée vers l'éveil 14h-18h
Dim	22	PEBA - La voie graduée vers l'éveil 10h-18h
S/D	28-29	Art tibétain : peinture de tangkas 10h-18h



**Juin**

Jour	Date	Horaires
Sam	4	Les bienfaits de l'attention 10h-18h
Dim	5	Yoga du maître commentaire lama tcheupa 10h-18h
Mar	7	Transformer nos craintes pour la planète avec Guéshé Dakpa 19h30-21h
Sam	11	PEBA - La voie graduée vers l'éveil 14h-18h
Dim	12	PEBA - La voie graduée vers l'éveil 10h-17h Cérémonie refuge 17h-19h
Mar	14	Saka Dawa 19h-21h
Sam	18	DB – Présentation de la voie 10h-18h
Dim	19	Méditation sur la voie 10h-16h Dialogue inter-religieux 17h-19h
Sam	25	Faire face à l'impermanence 10h-18h
Dim	26	Fête de la réjouissance 10h-18h



**Sagesse au quotidien**

**16 attitudes pour donner plus de sens à notre vie**

avec **Virginie CB** ■

4, 11, 25/3 ; 1/4 ; 27/5 ; 3, 10, 17/6 (19h-21h).

Participation libre



Virginie CB

**Faire face à l'impermanence** avec **Virginie CB** ▲

25/6 (10h-18h). Participation 20 € (15 €)



**Découvrir le bouddhisme**



Vén. Gyaltsen

**Découverte du Bouddhisme**

avec **Vén. Gyaltsen** ▲ ■

19/3 ; 16/4 ; 14/5 ; 18/6 (10h-18h).

Participation 20 € (15 €)

**Sagesse du cœur** avec **Guéshé Dakpa** ▲ ■

15/3 ; 12/4 ; 10/5 ; 7/6 (19h30-21h30).

Participation 5 €



**Approfondir le bouddhisme**

**Sciences et bouddhisme** avec **Vén. Gyaltsen** ▲ ■

20/3 et 15/5 (10h-18h). Participation 20 € (15 €)

**PEBA** avec **Guéshé Dakpa** ▲ ■

26, 27/3 ; 23, 24/4 ; 21, 22/5 ; 11, 12/6 (14h-18h samedi et 9h30-18h dimanche).

Participation 25 € (20 €)

**Le yoga du maître, commentaire du lama tcheupa**

avec **Guéshé Dakpa** ▲ ■

13/3, 3/4, 8/5, 5/6 (10h-18h).

Participation 20 € (15 €)



Guéshé Dakpa

▲ Sur place - ■ En ligne - ( ) Tarif adhérent



**Méditer**

**Méditation du matin** ■

Lundi au vendredi (7h30-8h). Participation libre

**Méditation du mercredi** ▲ ■

Mercredi (19h30-21h). Participation libre

**Yoga du méditant** avec le Dr Hugues Gouzènes ▲ ■

17/3 ; 21/4 ; 5, 19/5 ; 2, 16/6 (19h30-21h).

Participation 8 € (6 €)

**Méditations sur la voie** avec **Vén. Gyaltsen** ▲

17/4 ; 19/6 (10h-18h). Participation 15 € (12 €)

**Introduction à la méditation vipassana** ▲

12/3 (10h-18h). Participation 15 € (12 €) par jour

**Les bienfaits de l'attention** avec **Franck** ▲ ■

4/6 (10h-18h). Participation 20 € (15 €)



**Harmoniser le corps et l'esprit**

**Relaxation** avec **Justine** ▲ ■

Mardi (12h30-13h30). Participation 5 €

**Yoga** avec **Véronique** ▲

Jeudi (12h30-13h30). Participation 8 €

**Atelier de découverte Kundalini et Yin**

avec **Isabelle Sherpa** ▲

26/3 ; 23/4 ; 21/5 ; 11/6 (10h-12h). Participation 12 €

**Taichi** avec **André** ▲

Lundi (12h30-13h30).



**Pratiquer**

**À l'écoute** avec **Vén Denyeu (Elio)** ▲ ■

11/3 ; 8/4 ; 27/5 ; 24/6 (sur rdv de 13h à 18h).

Participation libre

**Lecture de sutras** ▲

Mardi (15h-16h30). Participation libre

**Pratique de Tara en ligne** avec **Djamel** ■

Vendredi (18h-19h). Participation libre

**Bouddha de médecine** avec **Djamel** ▲ ■

18/3 ; 16/4 ; 16/5 (18h-19h). Participation libre

**Bouddha de médecine et Tara** avec **Djamel** ▲ ■

10/3 ; 9/4 ; 9/5 ; 7/6 (18h-19h30). Participation libre

**Prières pour les malades et les défunts**

avec **Vén. Denyeu (Elio)** ■

Lundi (18h30-19h30). Participation libre

**Pratique de purification**

avec **Vén. Denyeu (Elio)** ▲ ■

30/4 (10h-18h). Participation 15 € (12 €)

**Jour des miracles** le 18/3 (19h-21h) ▲

**Rituel Shaka Dawa** le 14/6 (19h-21h) ▲

**Art tibétain : peinture de tangkas** ▲

28, 29/5 (10h-18h). Participation 40 € (30 €)

Sur inscription

