ACTIVITÉS DU CENTRE DHAGPO BÉARN

ENTRAÎNEMENT À LA MÉDITATION

Durée : 1 heure

Apaiser et clarifier l'esprit

La méditation bouddhique permet de se familiariser avec la détente et la lucidité utiles au quotidien, de cultiver un regard intérieur et de s'entraîner à demeurer dans l'état naturel de l'esprit libre, libre d'agitation.

Méditation

Le mercredi à 19 heures
Le samedi à 11 heures

AUTRES PRATIQUES

TCHENRÉZI

Bouddha de l'amour et de la compassion

Le mardi à 19 heures
Le samedi à 9h30
(Pratique guidée en français la première semaine de chaque mois)

TARA VERTE

La « Libératrice », personnification de l'activité spontanée des bouddhas

Voir calendrier au centre ou sur le site.

GROUPES D'ÉTUDE

Possibilité d'étudier en petit groupe (4-6 pers.) des enseignements donnés par des Maîtres (transcripts, ouvrages…).

BIBLIOTHÈQUE

Possibilité pour tout membre de l'association d'emprunter livres et revues.

INFORMATIONS PRATIQUES

ACCUEIL des nouvelles personnes pour la méditation

Il est conseillé de prendre contact par téléphone pour un rendez-vous.

COTISATIONS (septembre 2025-août 2026)

50 € la première année
Autres tarifs : consulter le site (bearn.dhagpo.org)
Carte découverte méditation : 8 € *(5 séances)*

Association loi 1901 : il est indispensable d'être membre pour participer aux activités.

L'argent ne doit pas être un obstacle à votre participation. N'hésitez pas à nous contacter.

TARIFS ENSEIGNEMENTS ET CONFÉRENCES

Enseignement : 6 € la demi-journée ou la soirée,
8 € pour les non-adhérents
Conférence : 5 €

CONTACTS

Centre Dhagpo Béarn
6 avenue Bellevue
64140 Billère

e-mail : bearn@dhagpo.org

Tél. : 06 81 30 19 80 - Francine *(Méditation et Tchenrézi)*
06 30 57 10 93 - Philippe H. *(Méditation)*
06 19 92 08 95 - Louise *(Tara Verte)*

Site internet : bearn.dhagpo.org

« La compassion est le résultat naturel d'une profonde compréhension. En effet, il ne s'agit pas d'un ingrédient à ajouter, elle résulte simplement de l'intégration personnelle du sens de notre condition humaine. »

Lama Jigmé Rinpoché
« Manuel des héros ordinaires, la voix des boddhisatvas »

PROGRAMME 2025-2026

CENTRE D'ÉTUDE ET DE MÉDITATION BOUDDHIQUES – DHAGPO BÉARN

CENTRE DHAGPO BÉARN

KTT Pau, association loi 1901 reliée à Dhagpo Kagyu Ling, siège européen de la lignée Karma Kagyu.

www.dhagpo.org

(Saint-Léon-sur-Vézère [24])

Dhagpo Kagyu Ling, situé en Dordogne, a été choisi par le XVI^e Karmapa pour y implanter le siège européen de la lignée Karma Kagyu.

Ses enseignants expérimentés rendent l'enseignement du bouddhisme accessible au plus grand nombre et éclairent d'un regard neuf les problèmes de notre société du XXI^e siècle.

L'activité de Dhagpo Kagyu Ling débute en 1975 et des centres à vocation urbaine, reliés à Dhagpo, sont créés dès 1982 pour offrir à chacun la possibilité d'échanger, d'étudier et de méditer près de chez soi.

À ce jour, on compte près de 70 centres en France, dont celui de Dhagpo Béarn, sous la direction spirituelle du XVII^e Karmapa Trinley Thayé Dorjé.

DHAGPO BÉARN

PROGRAMME

Vendredi 10 octobre 2025 - Conférence
Lama Rabzang

Les émotions : comment les vivre

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 ?

11-12 octobre 2025 - Lama Rabzang

Transformer les émotions perturbatrices

Les perturbations émotionnelles seront vues une par une en détail, ainsi que les différents moyens de s'en libérer. La sagesse bouddhiste nous donne des clés pour les reconnaître, les aborder, les transformer et les purifier.

Samedi	10h-11h30	Méditation guidée *(entrée libre)*
	14h30-17h	Enseignement
Dimanche	10h-12h	Enseignement
	14h30-17h	Enseignement

25-26-27 novembre 2025 - Droupla Birgit

Faire le lien entre l'enseignement du Bouddha, la méditation et le quotidien

Durant ces trois soirées, Droupla Birgit nous propose d'explorer trois aspects : les bienfaits de la méditation, créer les conditions pour la pratique et découvrir la méditation du calme mental.

Mardi	20h-22h	Enseignement
Mercredi	20h-22h	Enseignement
Jeudi	20h-22h	Enseignement

Vendredi 27 mars 2026 - Conférence
Dominique Thomas

Oser l'altruisme

Nous avons tous appris qu'il fallait être généreux, bienveillant et attentionné à l'égard d'autrui. Mais, les aléas de la vie aidant, nous avons souvent tendance à faire passer ces valeurs au second rang, derrière nos urgences personnelles. Pourtant, l'altruisme, associé à la sagesse, est l'élément-clé de l'épanouissement.

28-29 mars 2026 - Dominique Thomas

Les quatre sceaux du Dharma

« Tout ce qui est composé est par nature impermanent. Tout ce qui est contaminé est souffrance. Tous les phénomènes sont dépourvus d'existence inhérente. Seul le nirvana est paix. »
Un enseignement est bouddhiste s'il affirme ces quatre points. Mais que signifient-ils vraiment et comment les intégrer dans notre pratique et notre vie quotidienne ?

Samedi	10h-11h30	Méditation guidée *(entrée libre)*
	14h30-17h	Enseignement
Dimanche	10h-12h	Enseignement
	14h30-17h	Enseignement

Vendredi 12 juin 2026 - Conférence
Lama Shedroup

À la recherche de la paix intérieure

Afin de trouver la paix intérieure, il nous faut d'abord identifier ce qui l'entrave. Ainsi, nous pouvons mettre en œuvre les moyens pour apaiser l'esprit et laisser ses qualités émerger.

13-14 juin 2026 - Lama Shedroup

Mort, renaissance et états intermédiaires

Du point de vue de l'enseignement du Bouddha, cette vie est précieuse. Nous devrons cependant la quitter pour expérimenter d'autres situations. Comprendre les processus en jeu nous permettra d'aborder plus sereinement ces changements.
Deux journées pour découvrir et préciser les notions liées à la mort et à ses processus, tels que bardo, karma, réincarnation, renaissance.

Samedi	10h-12h	Enseignement
	14h30-17h	Enseignement
Dimanche	10h-12h	Enseignement
	14h30-17h	Enseignement

Vous trouverez toutes les informations pratiques, ainsi que le lieu des conférences, sur le site :
www. bearn.dhagpo.org

Les enseignements ont lieu au centre Dhagpo Béarn à Billère.

Lors de sa venue au centre, le lama se rend disponible pour des entretiens individuels. Prendre contact avec un responsable du centre pour obtenir un rendez-vous.