

CONFÉRENCES

1/ Thème : « L'ouverture du cœur »

Le souhait d'aider les êtres fait partie de notre évolution spirituelle. Cesser de nuire, pacifier l'esprit et dévoiler ses qualités : telles sont les conditions de l'ouverture du cœur

Mercredi 28 octobre de 18h30 à 20h30

Hotel Alamanda, 81 avenue de Bourbon à Saint-Gilles-les-Bains

Participation : 10 €



2/ Thème : « Prendre soin de soi »

Prendre soin de soi est un chemin de vigilance, de lucidité et de présence. Chaque pensée, chaque parole, chaque acte peut devenir une offrande au bonheur de tous

Jeudi 05 novembre de 18h130 à 20h30

Hotel Alamanda, 81 avenue de Bourbon à Saint-Gilles-les-Bains

Participation : 10 €

ENSEIGNEMENTS



Au Centre Abbyléna – Saint-Paul

n°1 rue du 11 novembre 97460 St Paul
(09h30/12h et 13h30/17h30)

Week-end 1

« Les fonctionnements de l'esprit »

C'est notre esprit qui mène notre vie, au gré de nos émotions. L'exploration des rouages de notre confusion est au cœur de la libération du mal-être. Apprenons à nous comprendre.

Samedi 31 octobre et dimanche 1er novembre

Week-end 2

« À la recherche de la paix intérieure »

Samedi 14 et dimanche 15 novembre

Week-end 3

« Qu'est-ce que le bien-être ? »

Une succession de situations agréables que l'on essaie de maintenir le plus longtemps possible ? Un état naturel qui nous serait inhérent ?

Une soirée pour se questionner sur la nature de ce que chacun de nous recherche : le bonheur.

Samedi 21 et dimanche 22 novembre

DHAGPO Réunion

ÉTUDES ET MÉDITATION BOUDDHIQUES



Séjour de Lama Dordjé Puntso

Du dimanche 25 octobre

au lundi 23 novembre 2026

www.reunion.dhagpo.org

reunion@dhagpo.org

0692 03 21 48 ou 0692 26 67 22

DHAGPO Réunion

ÉTUDES ET MÉDITATION BOUDDHIQUES

À propos de nous...

Centre d'étude et de méditation bouddhiste, Reunion Dhagpo (Dharma Reunion KTT) est une association loi 1901, créée depuis une vingtaine d'années, qui a pour vocation la diffusion des enseignements du bouddhisme tibétain à la Réunion. Elle organise la venue à la Réunion de Lamas confirmés afin de mettre à la disposition du plus grand nombre un enseignement authentique et relié à des maîtres reconnus et respectés. C'est également un lieu de partage et de pratique de la méditation. Dharma Reunion KTT est relié au centre Dhagpo Kagyu Ling situé en Dordogne et placé sous l'autorité spirituelle du 17e Gyalwa Karmapa Trinley Thayé Dorjé, actuellement détenteur de la lignée Kagyu.

Lama Dordjé Puntso

Il vient du centre Dhagpo Kagyu Ling en Dordogne et a été formé par plusieurs grands maîtres de la lignée Kagyu et notamment par Lama Guendune Rinpoche, maître très respecté. Il a effectué plusieurs longues retraites traditionnelles de méditation (3 ans, 3 mois et 3 jours).

Pendant son séjour il donnera des enseignements et répondra aux questions lors de rendez-vous hebdomadaires.

Stage

Un stage/retraite aura lieu au gîte Eucalyptus dans les hauts de Saint-Paul du samedi 07 au mercredi 11 novembre à 14h00. Il portera sur les pratiques de Chenrezi, de Chiné et sur l'étude de l'ouvrage de Gampopa « Le précieux ornement de la libération ».

Tarifs repas inclus : - chambre seul 330,00 euros
- chambre à deux 250,00 euros/pers.
- sous tente 150,00 euros

Retraite Chenrezi Chiné

S'entraîner à la détente et vigilance tout en se reliant aux qualités de la compassion.

Chiné est une invitation à révéler notre présence et lucidité

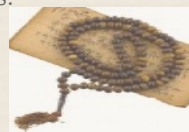
Chenrezi est une invitation à se relier à la compassion éveillée. Combiner ces deux entraînements, c'est se doter deux ailes de l'oiseau pour aller vite et loin

Etude de l'Ornement de la précieuse libération de Gampopa

Tout chemin spirituel authentique demande étude, réflexion et méditation. L'étude permet de prendre contact avec les bonnes connaissances. La réflexion permet de valider en soi même la justesse de ces connaissances. Méditer c'est se familiariser à ces connaissances.

L'ouvrage de Gampopa répond à ces 3 entraînements, il est donc important de le suivre étape par étape.

Cultiver la paix en s'entraînant à la présence. S'essayer la méditation. Rien de bien compliqué : s'asseoir, se détendre, respirer et être présent. Lama Dorjé nous accompagne dans cet exercice en alternant pratique et questions réponses.



À noter :

Dhagpo Réunion KTT est une association loi 1901 : la participation demandée permet de prendre en charge le coût des locations de salles et des billets de l'enseignant, bénévole.

Adhésion annuelle : 50 €

Participation enseignement, par jour

Adhérents : 10 € – Non-adhérents : 15 €

Participation aux conférences

10 € – petit budget 5 €

L'argent ne doit pas être un obstacle à votre venue.

En cas de difficulté, veuillez nous en faire part.

Les 5 Soutras souverains

Les livrets sont à disposition des personnes intéressées, au prix de 8 €.

Faites-vous connaître au 0692 03 21 48.



« Le bouddhisme est un mode de vie par lequel nous développons les qualités de notre esprit.

C'est un mode de vie très particulier, car c'est une façon d'atteindre le bonheur sans nuire à autrui. »

LE XVII^e GYALWA KARMAPA, TRINLEY THAYÉ DORJÉ

Ne pas jeter sur la voie public