



27 et 28 novembre 2021

La Vie quotidienne est une méditation

par Lama Namdak

Si le chemin spirituel consiste à développer nos qualités, ceci ne peut se vivre que dans l'expérimentation des situations que nous rencontrons chaque jour, en nous fondant sur la méditation. Il s'agit de rassembler les conditions qui nous amènent à une juste pratique méditative, se déclinant ensuite dans le quotidien. Conscience de nos émotions, entraînement à la vigilance, développement de la bienveillance fondée sur le discernement : autant de dimensions explorées par la méditation. Une porte d'entrée pour se donner les moyens de vivre le bouddhisme au quotidien.



Intervenant : **Lama Namdak**
Enseignant bouddhiste occidental laïc
de tradition tibétaine Kagyü

Enseignement ouvert à tous

Dates :

**Samedi 27 et dimanche 28 novembre 2021,
de 10 h 30 à 12 h 30 et de 14 h 30 à 17 h 30**

Tarifs adhérents :

14 euros/journée • 25 euros/week-end

Tarifs non-adhérents :

20 euros/journée • 35 euros/week-end

La question financière ne doit toutefois pas être un obstacle à votre participation. N'hésitez pas à nous contacter.

**Nombre de places limité
à 15 • Pass sanitaire non
requis • Réservation pré-
alable obligatoire**

**RESPECT DES GESTES
BARRIÈRES**

