

Week-end de retraite à Ploërmel – 25 au 27 mars 2022

En mars prochain, Dhagpo Lorient associé avec les centres Dhagpo Vannes et Rennes, organise un week-end de retraite au lycée La Touche à Ploërmel.

Pour cette année le thème de cet enseignement est celui de la pratique de Tchenrézi.

Tchenrezi représente la compassion universelle des êtres éveillés.

Sa pratique nous permet de la révéler en nous à l'aide de méditations sur des formes symboliques et des sons purs (mantra), pour finalement acquérir la capacité d'aider les êtres d'une manière vaste et profonde.

Cet enseignement sera donné par lama Rabzang.

Important : Il est nécessaire d'avoir pris refuge pour participer à ce stage. Toutefois, il sera possible de prendre refuge auprès de lama Rabzang au cours du week-end.

Texte de pratique proposé : livret de pratique de Tchenrézi.

Modalités :

Lieu : lycée agricole La Touche Ploërmel :

<https://www.lycee-latouche.fr/>

Dates, horaires :

Du vendredi 25 mars 2022 vers 18 h pour s'installer/dîner ensemble, au dimanche 27 mars 12 h (prolongement envisagé jusqu'à 16h)

Programme indicatif des pratiques/enseignements :

Vendredi :

- 20 h à 21 h : méditation (pratique) de Tchenrezi suivie d'un échange.

Samedi :

8 h à 9 h : méditation guidée.

10 h à 12 h puis 14 h à 17h30 : enseignement.

20 h à 21 h : méditation de Tchenrezi.

Dimanche :

7 h à 8 h : méditation guidée.

9 h à 12 h (et envisagé 14 h-16 h) : enseignement.

À prévoir :

Coussin + petit tapis (sinon des chaises sont disponibles) ; literie (draps ou sac de couchage) ; nourriture à partager pour tout le week-end.

Hébergement :

Possible sur place, c'est un internat dans un lycée.

Chambres individuelles, lavabo dans les chambres, douches et WC à l'étage.

Chacun doit venir avec ses draps, oreillers, couvertures, serviettes etc...

La nuitée est à 16,75 €.

Avant de partir chacun remet sa chambre en état et fait le ménage.

Repas :

Sur place, à organiser, sur une base "chacun amène des trucs à partager". Il y a des frigos et micro-ondes sur place.

Frais de session :

Participants adhérents à Dhagpo Lorient : uniquement les frais d'hébergement.

Participants non adhérents à Dhagpo Lorient (en sus des éventuels frais d'hébergement) : 25 € le week-end (10 € par demi-journée) ; réduit pour les sans-emploi, étudiants...: 15 € le week-end (6 € par demi-journée).

Le coût ne doit pas être un obstacle : nous signaler si difficulté.

Offrande au lama : une enveloppe sera disponible, chaque participant qui le souhaite y mettant son offrande.

Inscriptions :

En ligne, par le lien ci-dessous :

https://doodle.com/poll/vx786wuzrce84m6s?utm_source=poll&utm_medium=link

Si vous souhaitez plus informations :

Courriel : lorient@dhagpo.org

Mobile : 06 81 01 83 13.

Plan d'accès :

