



# Calendrier

---

de Septembre 2024  
à février 2025



# CYCLES DE TRANSMISSION



## Les cycles Shiné / Lhagtong

Dans ce nouveau programme nous vous proposons des week-ends **Introduction**, **Shiné**, **Lhagtong** et enfin des week-ends **Vajrayana**. Le propos de ces différents thèmes est détaillé ci-dessous.

Il est important de souligner que la pratique du Dharma s'inscrit dans une voie progressive autant du point de vue de la compréhension que de la méditation.

Week-end d'**Introduction à l'enseignement bouddhiste & à la méditation de Shiné** : Première approche de l'enseignement du Bouddha (le Dharma) et de la méditation de «Shiné» (Samatha) : la pacification mentale qui constitue la base de toute pratique méditative. Ce week-end s'adresse particulièrement aux personnes qui n'ont pas ou peu d'expérience de la méditation.

### Cycle **Shiné** :

Apprentissage et approfondissement de la méditation de Shiné (pacification mentale) qui constitue la base de toute pratique méditative.

Cycle **Lhagtong** : la «Vision Pénétrante». La pratique de Lhagtong est le chemin qui conduit à l'expérience de la nature de l'esprit, le Mahamoudra. Pour participer à ce week-end, il faut avoir une bonne expérience de la pratique de Shiné.

Cycle **Vajrayana** : le Vajrayana est également appelé le véhicule des «moyens habiles». Il offre une approche singulière et particulièrement puissante pour expérimenter et réaliser la nature de l'esprit, le Mahamoudra. Dans cette transmission, l'accent sera mis sur l'intégration de ces pratiques dans notre vie quotidienne. Pour y participer il est souhaitable d'avoir une bonne pratique de Shiné et de Lhagtong.

Cycle d'**études** : il est guidé par Lama Tsultrim et porte sur les fondements du Grand Véhicules : Le Mahayana. Ces week-end d'étude sont ouvert à tous ceux qui ont déjà des notions de base du Dharma.

---

## Les autres cycles

---

### Pratiques fondamentales (Ngöndro) :

Ces week-ends d'instructions et de pratique porteront sur les pratiques fondamentales du Mahamoudra : Le Refuge et le développement de la Bodhicitta (l'esprit d'Éveil qui fait naître la compassion envers tous les êtres) & la pratique de Vajrasattva. Les Ngöndros sont considérés dans la Lignée Kagyu comme l'une des manières les plus puissantes pour dissiper les voiles à la réalisation du Mahamoudra. Il est recommandé d'avoir une certaine préparation physique pour participer à ces week-ends.

Pratique **individuelle** en silence:

Les séjours de pratique individuelle sont destinés aux personnes qui souhaitent approfondir leur pratique personnelle. Le déroulement de ces séjours est détaillé sur la page d'inscription en ligne. Ces séjours s'effectuent intégralement en silence.

Pratique de «**Tchenrézi**» :

Tchenrézi est un yidam, un symbole de méditation qui personnifie notre nature de Bouddha, la sagesse rayonnante d'amour et de compassion. Faire la pratique de Tchenrézi à 4 bras, réciter son mantra permet d'accomplir les phases de développement et d'achèvement communes à toute pratique du Vajrayana. C'est une pratique courte et profonde, facile à mettre en pratique et à intégrer au quotidien. Particulièrement bénéfique pour le monde d'aujourd'hui.

Les **retraites fermées** s'adressent aux personnes ayant déjà une pratique régulière et autonome de la méditation et qui souhaitent l'approfondir dans un cadre privilégié. Le programme alterne entre des temps de pratique individuelle et des temps de pratique commune dans le temple. La retraite se passe totalement en silence et doit être effectuée dans son intégralité.

### Entretien des espaces verts :

Ces journées seront consacrées à l'entretien des jardins et des espaces verts autour du centre. Si vous souhaitez y participer vous êtes les bienvenus. Vous pouvez également venir avec votre famille et n'oubliez pas vos outils si vous en avez (gants, cisailles, machettes, débroussailleuses, etc.). Les personnes qui peuvent nous aider à la cuisine sont également les bienvenues.



---

## Les Enseignements

---

Une fois par mois, un moine du centre Bodhicharya France se rend dans les tcheulings pour une soirée de pratique et d'enseignement. La soirée commence par un temps de méditation guidée, puis, pendant une heure, l'enseignant développe un point du Dharma (l'écoute) auquel fait suite un temps de questions / réponses (la réflexion). Pendant le mois qui suit, le pratiquant entraîne son esprit (la méditation). La soirée se termine en toute convivialité autour d'une tasse de thé.

Le prosélytisme est interdit dans le bouddhisme, c'est pourquoi la transmission du Dharma doit nécessairement faire l'objet d'une demande. **Celle-ci se traduit par une offrande des participants à l'enseignant à la discrétion de chacun. Elle témoigne de la valeur que nous accordons à la transmission. Elle est très importante du point de vue de l'auditeur comme de l'enseignant.**

---

## Les Tcheulings

---

Les tcheulings (« Jardins du Dharma ») ont été créés pour rendre accessible le Dharma là où les personnes vivent et travaillent. Ils leur permettent ainsi de découvrir l'enseignement du Bouddha, d'en approfondir la compréhension et d'avoir à leur disposition un lieu de pratique. Ceci a pu se mettre en place et se maintient encore aujourd'hui grâce au dynamisme et à la générosité de leurs membres. **Les tcheulings étant rattachés à l'activité du centre Bodhicharya France, il est nécessaire d'être membre de l'association Bodhicharya France pour participer aux activités des tcheulings.** Pour toute information, veuillez prendre contact avec le responsable du tcheuling le plus proche de chez vous.

---

## Sangha Études (en visioconférence)

---

Sangha Études est une rencontre en ligne de présentations mutuelles de notre compréhension des textes du Dharma, basées sur des commentaires de Maîtres contemporains et du passé. Ces rencontres s'adressent aux personnes déjà engagées dans la pratique du Dharma qui souhaitent approfondir leur compréhension à travers l'étude de textes. Il ne s'agit pas d'un enseignement, mais de l'étude individuelle d'un ouvrage commun suivi d'un travail de recherche. L'objectif de ces séances est de renforcer sa compréhension des passages étudiés et de partager ses recherches aux autres.

Ces rencontres sont animées par Lama Tsultrim qui s'assurera que leur déroulement reste conforme à l'orientation du thème.



## ■ Bodhicharya France Centre monastique de Lusse

Enseignement et méditation mensuels avec le moine Orgyen à 20h : (voir dates sur le calendrier)  
*Pour tout renseignement,*  
contacter Francis BOURGUER : 06 64 24 40 36

## ■ Bodhicharya - Colmar

Adresse : centre Zen • 20 rue d'Agen • 68000 Colmar  
Enseignement et méditation mensuels avec le moine Orgyen à 19h : (voir dates sur le calendrier)  
*Pour tout renseignement,*  
contacter Christelle FONKENEL au 06 11 43 77 37

## ■ Bodhicharya - Meudon

Adresse : chez Laurent NOTTALE  
46, allée du Mail • 92360 Meudon-La-Forêt  
Enseignement et méditation mensuels avec le moine Orgyen à 19h : (voir dates sur le calendrier).  
Méditation hebdomadaire en groupe le mercredi à 19h  
*Pour tout renseignement,*  
contacter Laurent NOTTALE  
au 06 87 76 84 90  
ou par mail : tcheulingdemeudon@orange.fr

## ■ Bodhicharya - Belfort

La maison de quartier des glacis du château •  
22 avenue de la Laurencie • 90000 Belfort  
Enseignement et méditation mensuels avec le moine Orgyen à 19h30 : (voir dates sur le calendrier).  
*Pour tout renseignement,*  
contacter Hervé ARNOUX au 06 71 57 36 91  
• méditation du calme mental les jeudis de 18h à 19h  
(sauf les jeudis de tcheuling) : 36 rue Barboilloz à Vesoul,  
chez Hervé ARNOUX au 06 71 57 36 91  
• les jeudis à 19h30 au 4, rue de Rome à BELFORT,  
chez Christian Vuillier Devillers au 06 82 34 03 00

## ■ Bodhicharya - Mulhouse

Adresse : Lerchenberg  
11 rue du Cercle • 68200 Mulhouse  
Enseignement et méditation mensuels avec le moine Orgyen à 20h : (voir dates sur le calendrier).  
*Pour tout renseignement,*  
contacter Yann FOULFOIN au 06 07 26 55 87

## ■ Bodhicharya - Nancy

Adresse : Dojo Zen  
30 rue Christian Pfister • 54000 Nancy  
Enseignement et méditation mensuels avec le moine Orgyen à 20h : (voir dates sur le calendrier).  
*Pour tout renseignement,*  
contacter Patrick ARNOULD au 06 73 42 96 29.

## ■ Bodhicharya - Strasbourg

Adresse : Centre Zen  
21, rue des Magasins • 67000 Strasbourg  
Méditation et enseignement mensuels avec le moine Orgyen à 19h : (voir dates sur le calendrier).  
*Pour tout renseignement,*  
contacter le secrétariat du centre au 03 29 51 21 93  
ou par mail : contact@bodhicharya-france.org

## ■ Bodhicharya - Épinal

Adresse : Micro-crèche Câlines Doudou •  
22 allée du Général de Reffye • 88000 Epinal  
Méditation et enseignement mensuels avec le moine Orgyen à 20h : (voir dates sur le calendrier).  
*Pour tout renseignement,*  
contacter Joëlle SCHMIDLIN au 06 18 21 12 17



# CALENDRIER 2024



SEPTEMBRE			réf. livret
1	DIM		
2	LUN		
3	MAR	<b>Cycle Vajrayana : Retraite des 4 divinités. Guidé par Lama Tsultrim.</b>	
4	MER		
5	JEU		
6	VEN		
7	SAM		
8	DIM		
9	LUN		
10	MAR	<i>Enseignement à Épinal.</i>	p.4
11	MER	<i>Enseignement à Lusse.</i>	
12	JEU	<i>Enseignement à Belfort.</i>	
13	VEN		
14	SAM	<b>Introduction à l'enseignement bouddhiste &amp; à la méditation.</b>	p.2
15	DIM	<b>Guidé par le moine Orgyen.</b>	
16	LUN		
17	MAR	<i>Enseignement à Nancy.</i>	p.4
18	MER	<i>Sangha études (en visioconférence). Enseignement à Meudon.</i>	
19	JEU		
20	VEN		
21	SAM	<b>Cycle Études : Le Mahayana. Guidé par Lama Tsultrim.</b>	p.3
22	DIM	<i>Enseignement du moine Orgyen à Belle-Île-en-Mer.</i>	
23	LUN		
24	MAR	<i>Enseignement à Colmar.</i>	p.4
25	MER	<i>Enseignement à Mulhouse.</i>	
26	JEU	<i>Enseignement à Strasbourg.</i>	
27	VEN		
28	SAM	<b>Enseignement du Vénérable Ringou Tulkou Rinpoché.</b>	
29	DIM		
30	LUN		

# SUITE...

OCTOBRE			réf. livret
1	MAR		
2	MER		
3	JEU		
4	VEN		
5	SAM	<b>Cycle Shiné. Guidé par le moine Orgyen.</b>	p.2
6	DIM		
7	LUN		
8	MAR	<i>Enseignement à Épinal.</i>	p.4
9	MER	<i>Enseignement à Lusse.</i>	
10	JEU	<i>Enseignement à Belfort.</i>	
11	VEN		
12	SAM	<b>Pratique individuelle</b> (en silence).	p.3
13	DIM		
14	LUN		
15	MAR	<i>Enseignement à Nancy.</i>	p.4
16	MER	<i>Sangha études (en visioconférence). Enseignement à Meudon.</i>	
17	JEU		
18	VEN		
19	SAM	<b>Pratiques fondamentales (Ngöndro). Guidé par le moine Orgyen.</b>	p.3
20	DIM		
21	LUN		
22	MAR	<i>Enseignement à Colmar.</i>	p.3
23	MER	<i>Enseignement à Mulhouse.</i>	
24	JEU	<i>Enseignement à Strasbourg.</i>	
25	VEN		
26	SAM	<b>Cycle Études : Le Mahayana. Guidé par Lama Tsultrim.</b>	p.2
27	DIM		
28	LUN		
29	MAR		
30	MER		
31	JEU		



# CALENDRIER 2024



NOVEMBRE		réf. livret	
1	VEN		
2	SAM	Fermeture du centre du 2 au 21 novembre : Pèlerinage en Inde.	
3	DIM		
4	LUN		
5	MAR		
6	MER		
7	JEU		
8	VEN		
9	SAM		
10	DIM		
11	LUN		
12	MAR		
13	MER		
14	JEU		
15	VEN		
16	SAM		
17	DIM		
18	LUN		
19	MAR		
20	MER		
21	JEU		
22	VEN		
23	SAM	Cycle Études : Le Mahayana. <i>Guidé par Lama Tsultrim.</i>	p.3
24	DIM		
25	LUN		
26	MAR		
27	MER		
28	JEU		
29	VEN		
30	SAM	Introduction à l'enseignement bouddhiste & à la méditation. <i>Guidé par le moine Orgyen. Enseignement de Lama Tsultrim à Faro.</i>	p.2



# SUITE...

D É C E M B R E			réf. livret
1	DIM	<b>Introduction à l'enseignement bouddhiste &amp; à la méditation. Guidé par le moine Orgyen. Enseignement de Lama Tsultrim à Faro.</b>	p.2
2	LUN		
3	MAR	<i>Enseignement à Épinal.</i>	
4	MER	<i>Enseignement à Lusse.</i>	
5	JEU	<i>Enseignement à Belfort.</i>	
6	VEN		
7	SAM	<b>Cycle Shiné. Guidé par le moine Orgyen.</b>	p.2
8	DIM	<i>Enseignement de Lama Tsultrim à Berlin.</i>	
9	LUN		
10	MAR	<i>Enseignement à Nancy.</i>	
11	MER	<i>Sangha études (en visioconférence). Enseignement à Meudon.</i>	
12	JEU		
13	VEN		
14	SAM	<b>Cycle Lhagtong. Guidé par Lama Tsultrim.</b>	p.2
15	DIM		
16	LUN		
17	MAR	<i>Enseignement à Colmar.</i>	
18	MER	<i>Enseignement à Mulhouse.</i>	
19	JEU	<i>Enseignement à Strasbourg.</i>	
20	VEN	<b>Fermeture du centre jusqu'au 7 janvier (inclu).</b>	
21	SAM		
22	DIM		
23	LUN		
24	MAR		
25	MER		
26	JEU		
27	VEN		
28	SAM		
29	DIM		
30	LUN		
31	MAR		



# CALENDRIER 2025



JANVIER			réf. livret
1	MER	<b>Fermeture du centre jusqu'au 7 janvier.</b>	<b>Retraite Shiné / Lhagtong à Belle-ile-en-Mer du 2 au 5 janvier (ouvert à tous). Guidé par le moine Orgyen</b> <i>Plus d'informations ultérieurement sur notre site internet.</i>
2	JEU		
3	VEN		
4	SAM		
5	DIM		
6	LUN		
7	MAR	<i>Enseignement à Épinal.</i>	p.4
8	MER	<i>Enseignement à Lusse.</i>	
9	JEU	<i>Enseignement à Belfort.</i>	
10	VEN		
11	SAM	<b>Cycle Vajrayana : instructions et pratique de Tchenrézi. Guidé par Lama Tsultrim.</b>	p.3
12	DIM		
13	LUN		
14	MAR	<i>Enseignement à Nancy.</i>	p.4
15	MER	<i>Sangha études (en visioconférence). Enseignement à Meudon.</i>	
16	JEU		
17	VEN		
18	SAM	<b>Pratiques fondamentales (Ngöndro). Guidé par le moine Orgyen.</b>	p.3
19	DIM		
20	LUN		
21	MAR	<i>Enseignement à Colmar.</i>	p.4
22	MER	<i>Enseignement à Mulhouse.</i>	
23	JEU	<i>Enseignement à Strasbourg.</i>	
24	VEN		
25	SAM	<b>Cycle Études : Le Mahayana. Guidé par Lama Tsultrim.</b>	p.3
26	DIM		
27	LUN		
28	MAR		
29	MER		
30	JEU		
31	VEN		



		Tcheulings	FÉVRIER	réf. livret		
1	SAM					
2	DIM					
3	LUN					
4	MAR	Épinal.	<b>Retraite fermée (intégralement en silence) du 4 au 9 février.</b> <i>Chacun peut venir pour effectuer la pratique qu'il souhaite pendant les sessions individuelles et participer aux pratiques communes. La retraite doit être effectuée dans son intégralité. Elle commence le mardi à 16h et se termine le dimanche à 12h. L'arrivée des participants se fait à partir de 14h30. Le programme des journées vous sera communiqué ultérieurement.</i>			
5	MER	Lusse.				
6	JEU	Belfort.				
7	VEN					
8	SAM					
9	DIM					
10	LUN					
11	MAR	Nancy.			<b>Retraite fermée (intégralement en silence) du 11 au 16 février.</b> <i>Chacun peut venir pour effectuer la pratique qu'il souhaite pendant les sessions individuelles et participer aux pratiques communes. La retraite doit être effectuée dans son intégralité. Elle commence le mardi à 16h et se termine le dimanche à 12h. L'arrivée des participants se fait à partir de 14h30. Le programme des journées vous sera communiqué ultérieurement.</i>	p.4
12	MER	Meudon.				
13	JEU					
14	VEN					
15	SAM					
16	DIM					
17	LUN					
18	MAR	Colmar.	<b>Retraite fermée (intégralement en silence) du 18 au 23 février.</b> <i>Chacun peut venir pour effectuer la pratique qu'il souhaite pendant les sessions individuelles et participer aux pratiques communes. La retraite doit être effectuée dans son intégralité. Elle commence le mardi à 16h et se termine le dimanche à 12h. L'arrivée des participants se fait à partir de 14h30. Le programme des journées vous sera communiqué ultérieurement.</i>			
19	MER	Mulhouse.				
20	JEU	Strasbourg.				
21	VEN					
22	SAM					
23	DIM					
24	LUN					
25	MAR					
26	MER					
27	MAR					
28	MER					
29	JEU					





Centre monastique bouddhiste  
**BODHICHARYA FRANCE**

1, La Bouille 88490 Lusse

Tel : 03 29 51 21 93

E-mail : [contact@bodhicharya-france.org](mailto:contact@bodhicharya-france.org)

Site internet : [www.bodhicharya-france.org](http://www.bodhicharya-france.org)

