



Calendrier

de Mars 2026
à Août 2026





La Voie de la Libération

Dans ce nouveau programme nous vous proposons un cycle de transmission comprenant **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 «**La Voie de la Libération**» :

Module 1 - **Shiné** :

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

Module 2 - **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 d'**études** : il est guidé par Lama Tsultrim et porte sur les fondements du Grand Véhicule : Le Grand Véhicule et le Véhicule du Diamant. Ces week-ends d'étude sont ouverts 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**. Nous proposons également des week-ends et des retraites consacrés à la pratique de **l'offrande du Mandala** pour les personnes qui sont déjà engagées dans les Ngöndros.

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.

Les week-ends / retraite «Esprit d'Éveil»:

Ces week-ends / retraites sont ouverts à tous et proposent des enseignements et des pratiques pour générer l'esprit d'éveil (l'esprit altruiste), la motivation fondamentale dans le Grand Véhicule.

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, débroussailluses, 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 Myriam Boulay au 06 22 29 33 18.

■ 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 Câlins 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 2026



M A R S			réf. livret
1	DIM		
2	LUN		
3	MAR		
4	MER	<i>Sangha études (en visioconférence).</i>	<i>p.4</i>
5	JEU		
6	VEN		
7	SAM	Introduction à l'enseignement bouddhiste & à la méditation. Guidé par le moine Orgyen.	<i>p.2</i>
8	DIM		
9	LUN		
10	MAR	<i>Enseignement à Épinal.</i>	
11	MER	<i>Enseignement à Lusse.</i>	
12	JEU	<i>Enseignement à Belfort.</i>	
13	VEN		
14	SAM	Week-end «Esprit d'Éveil». Guidé par Lama Tsultrim.	<i>p.2</i>
15	DIM		
16	LUN		
17	MAR	<i>Enseignement à Nancy.</i>	
18	MER	<i>Enseignement à Meudon. Sangha études (en visioconférence).</i>	
19	JEU		
20	VEN		
21	SAM	Cycle «La Voie de la Libération» - Module 1 : Shiné. Guidé par le moine Orgyen.	<i>p.2</i>
22	DIM		
23	LUN		
24	MAR	<i>Enseignement à Colmar.</i>	
25	MER	<i>Enseignement à Mulhouse.</i>	
26	JEU	<i>Enseignement à Strasbourg.</i>	
27	VEN		
28	SAM	Cycle Études : Le Vajrayana. Guidé par Lama Tsultrim.	<i>p.2</i>
29	DIM		
30	LUN		
31	MAR		

SUITE...

A V R I L			réf. livret
1	MER	<i>Sangha études (en visioconférence).</i>	
2	JEU		
3	VEN		
4	SAM	Pratiques fondamentales : Offrande du Mandala. Guidé par le moine Orgyen.	p.3
5	DIM		
6	LUN		
7	MAR	<i>Enseignement à Épinal.</i>	
8	MER	<i>Enseignement à Lusse.</i>	
9	JEU	<i>Enseignement à Belfort.</i>	
10	VEN		
11	SAM	Cycle «La Voie de la Libération» - Module 2 : Lhagtong. Guidé par Lama Tsultrim.	p.2
12	DIM		
13	LUN		
14	MAR	<i>Enseignement à Nancy.</i>	
15	MER	<i>Enseignement à Meudon. Sangha études (en visioconférence).</i>	
16	JEU		
17	VEN		
18	SAM	Week-end de pratique individuelle.	p.3
19	DIM		
20	LUN		
21	MAR	<i>Enseignement à Colmar.</i>	
22	MER	<i>Enseignement à Mulhouse.</i>	
23	JEU	<i>Enseignement à Strasbourg.</i>	
24	VEN		
25	SAM	Enseignements de Lama Tséring. (Nous vous communiquerons plus d'informations ultérieurement.)	
26	DIM		
27	LUN		
28	MAR		
29	MER		
30	JEU		

CALENDRIER 2026



M A I			réf. livret
1	VEN		
2	SAM	Introduction à l'enseignement bouddhiste & à la méditation. Guidé par le moine Orgyen.	p.2
3	DIM		
4	LUN		
5	MAR	<i>Enseignement à Épinal.</i>	
6	MER	<i>Enseignement à Lusse. Sangha études (en visioconférence).</i>	
7	JEU	<i>Enseignement à Belfort.</i>	
8	VEN		
9	SAM	Cycle «La Voie de la Libération» - Module 1 : Shiné. Guidé par le moine Orgyen. Enseignement de Lama Tsultrim à Faro.	p.2
10	DIM		
11	LUN		
12	MAR	<i>Enseignement à Nancy.</i>	
13	MER	<i>Enseignement à Meudon.</i>	
14	JEU		
15	VEN		
16	SAM	Week-end de pratique individuelle. Enseignement de Lama Tsultrim à Berlin.	p.3
17	DIM		
18	LUN		
19	MAR	<i>Enseignement à Colmar.</i>	
20	MER	<i>Enseignement à Mulhouse. Sangha études (en visioconférence).</i>	
21	JEU	<i>Enseignement à Strasbourg.</i>	
22	VEN		
23	SAM	Entretien des espaces verts.	p.3
24	DIM		
25	LUN		
26	MAR		
27	MER		
28	JEU		
29	VEN		
30	SAM	Cycle Études : Le Vajrayana. Guidé par Lama Tsultrim.	p.3
31	DIM		



SUITE...

J U I N			réf. livret
1	LUN		
2	MAR	Enseignement à Épinal.	
3	MER	Enseignement à Lusse. Sangha études (en visioconférence).	
4	JEU	Enseignement à Belfort.	
5	VEN		
6	SAM	Pratiques fondamentales : Refuge & Bodhicitta / Vajrasattva. Guidé par le moine Orgyen.	p.3
7	DIM		
8	LUN		
9	MAR	Enseignement à Nancy.	
10	MER	Enseignement à Meudon.	
11	JEU		
12	VEN		
13	SAM	14h : Assemblée générale de l'association «Une Ecole à Bodhgaya». 15h : Assemblée générale de l'association Aide à la Sangha Monastique.	
14	DIM	10h : Rituel d'offrande à Milarépa (Tsok). 14h : AG et CA de l'association Bodhicharya France.	
15	LUN		
16	MAR	Enseignement à Colmar.	
17	MER	Enseignement à Mulhouse. Sangha études (en visioconférence).	
18	JEU	Enseignement à Strasbourg.	
19	VEN		
20	SAM	Fête du Bouddha à Strasbourg.	
21	DIM		
22	LUN	Fermeture du centre jusqu'au 6 juillet.	
23	MAR		
24	MER		
25	JEU		
26	VEN		
27	SAM		
28	DIM		
29	LUN		
30	MAR		



CALENDRIER 2026



JUILLET			réf. livret
1	MER	Fermeture du centre jusqu'au 6 juillet.	
2	JEU		
3	VEN		
4	SAM		
5	DIM		
6	LUN		
7	MAR	Retraite «Esprit d'Éveil». Guidée par Lama Tsultrim. <i>La retraite peut être effectuée dans son intégralité ou pour quelques jours seulement. Elle commence le mardi à 17h et se termine le dimanche à 12h. L'arrivée des participants se fait à partir de 14h30.</i>	p.3
8	MER		
9	JEU		
10	VEN		
11	SAM		
12	DIM		
13	LUN		
14	MAR	Retraite Ngöndro. Guidée par le moine Orgyen. <i>La retraite peut être effectuée dans son intégralité ou pour quelques jours seulement. Elle commence le mardi à 17h et se termine le dimanche à 12h. L'arrivée des participants se fait à partir de 14h30.</i>	p.3
15	MER		
16	JEU		
17	VEN		
18	SAM		
19	DIM		
20	LUN		
21	MAR	Retraite Shiné. Guidé par le moine Orgyen. <i>La retraite peut être effectuée dans son intégralité ou pour quelques jours seulement. Elle commence le mardi à 17h et se termine le dimanche à 12h. L'arrivée des participants se fait à partir de 14h30.</i>	p.2
22	MER		
23	JEU		
24	VEN		
25	SAM		
26	DIM		
27	LUN	Séminaire d'été sous la guidance de Ringou Rinpoché au Portugal.	
28	MAR		
29	MER		
30	JEU		
31	VEN		



A O Û T			réf. livret
1	SAM	Séminaire d'été sous la guidance de Ringou Rinpoché au Portugal.	
2	DIM		
3	LUN		
4	MAR		
5	MER		
6	JEU		
7	VEN		
8	SAM		
9	DIM		
10	LUN		
11	MAR	Retraite Lhagtong. Guidée par Lama Tsultrim. <i>La retraite peut être effectuée dans son intégralité ou pour quelques jours seulement. Elle commence le mardi à 17h et se termine le dimanche à 12h. L'arrivée des participants se fait à partir de 14h30.</i>	p.2
12	MER		
13	JEU		
14	VEN		
15	SAM		
16	DIM		
17	LUN		
18	MAR	Retraite «Offrande de Mandala». Guidé par le moine Orgyen. <i>La retraite peut être effectuée dans son intégralité ou pour quelques jours seulement. Elle commence le mardi à 17h et se termine le dimanche à 12h. L'arrivée des participants se fait à partir de 14h30.</i>	p.3
19	MER		
20	JEU		
21	VEN		
22	SAM		
23	DIM		
24	LUN		
25	MAR	Fermeture du centre jusqu'au 8 septembre.	
26	MER		
27	JEU		
28	VEN		
29	SAM		
30	DIM		
31	LUN		





Centre monastique bouddhiste

BODHICHARYA FRANCE

1, La Bouille 88490 Lusse

Tel : 03 29 51 21 93

E-mail : contact@bodhicharya-france.org

Site internet : www.bodhicharya-france.org

