



Institut Guépèle

association culturelle bouddhiste loi de 1901 fondée par le Vénérable Dagpo Rimpotché

Les mardi soir au Forum de 19h à 20H30

104 rue de Vaugirard, métro Montparnasse ou Saint Placide

Programme 2016/2017

La Méditation de Concentration

Un répétiteur de l'Institut Guépèle fera un exposé sur une partie de l'Enseignement sur la méditation de concentration avec une séance d'entraînement à la concentration, sur la base des Enseignements du Vénérable Dagpo Rimpotché.

Texte : ***la concentration et le calme mental***

Le 17 janvier 2017 : les 4 attentions (méditation guidée)

Le 21 février : la méditation analytique - association/union des 2 types de méditation (concentration et analytique) (présentation)

Le 21 mars : la méditation analytique - association/union des 2 types de méditation (concentration et analytique)(méditation guidée)

Le 25 avril : Synthèse de la méditation de concentration (présentation)

Le 16 mai : Synthèse de la méditation de concentration (méditation)

Le 13 juin : Synthèse englobant la méditation analytique, la façon de combiner la méditation de concentration et la méditation analytique