

## **"Les 10 Voies Karmiques Blanches"**

2 mardis par mois au FORUM104  
à 19h, salle Cyprès

Exposé par un répétiteur, réalisé sur la base des Enseignements  
du Vénérable Dagpo Rimpotché,  
puis petits groupes d'étude, réflexion, méditation et concentration.

- 9 et 17 septembre 2019** : Ne pas tuer  
Ne pas voler
- 1 et 15 octobre** : Ne pas avoir d'inconduites sexuelles  
Ne pas dire de propos mensongers
- 5 et 19 novembre** : Ne pas dire de propos de discorde  
Ne pas dire de propos blessants
- 3 et 17 décembre** : Ne pas dire de propos futiles  
Ne pas avoir de convoitise
- 7 et 21 janvier 2020** : Ne pas avoir de malveillance  
Ne pas avoir de vues fausses

**Entrée libre**

**Forum104 104 rue de Vaugirard PARIS 6 – métro Montparnasse**

Institut Ganden Ling & Institut Guépèle – 2 chemin de la Passerelle  
77250 Veneux-Les Sablons

<http://www.gandenling.org>

@GandenLing

01 60 70 39 81

## **"La Prise de Refuge"**

2 mardis par mois au FORUM104  
à 19h, salle Cyprès

Exposé par un répétiteur, réalisé sur la base des Enseignements  
du Vénérable Dagpo Rimpotché,  
puis petits groupes d'étude, réflexion, méditation et concentration.

- 4 et 25 février 2020** :~ Les causes de la Prise de Refuge  
~ Les objets de la Prise de Refuge  
~ Pourquoi les objets de la Prise de Refuge conviennent
- 10 et 24 mars** : ~ Prendre Refuge en connaissant les qualités des objets  
de refuge
- 31 mars et 28 avril** : ~ Prendre Refuge en connaissant les spécificités des  
objets de refuge  
~ Prendre Refuge par l'acceptation des objets de refuge  
~ Prendre Refuge sans admettre d'autres objets de  
refuge
- 12 et 26 mai** : ~ Les bienfaits de la Prise de Refuge
- 9 et 23 juin** : ~ Les engagements de la Prise de Refuge

**Entrée libre**

**Forum104 104 rue de Vaugirard PARIS 6 – métro Montparnasse**

Institut Ganden Ling & Institut Guépèle – 2 chemin de la Passerelle  
77250 Veneux-Les Sablons

<http://www.gandenling.org>

@GandenLing

01 60 70 39 81