

Informations

TARIFS

Conférence

Participation libre

Enseignements

Durée de l'événement	Tarif normal	Tarif réduit
1 soirée d'enseignement	8 €	6 €
2 soirées d'enseignement	13 €	9 €
1 journée week-end	16 €	11 €
2 journées week-end	27 €	21 €

La question financière ne doit pas être un obstacle à votre venue.
Pour toute précision, contactez-nous.

ADHÉSION

Adhésion annuelle

Catégorie de revenus	Cotisation
Moins de 950 €	55 €
De 950 € à 1500 €	70 €
Plus de 1500 €	80 €
Adhésion solidaire	81 € ou plus à votre convenance

L'adhésion peut être réglée en 1 à 4 fois. Elle est requise pour participer aux pratiques proposées et faire des emprunts de revues ou livres. Cependant, vous pouvez participer ponctuellement à la méditation du lundi sans être adhérent. Le premier mois de pratique est offert. L'adhésion n'est pas demandée pour assister aux conférences et enseignements.

HORAIRES DES PRATIQUES

Méditation par la détente et la vigilance

Tous les lundis à 20h30 - En présentiel - Durée 1h

Cette pratique est guidée et ouverte à tous.

Pratique de Tchenrezi

Un mercredi sur deux à 20h30 - En visio uniquement - Durée 1h

Ouverture du centre 10 minutes avant.

DHAGPO Montauban

ÉTUDES ET MÉDITATION BOUDDHIQUES

L'association **KTT de Montauban (Dhagpo Montauban)** est un centre d'études et de méditation bouddhique. Elle est reliée à l'association **Dhagpo Kagyu Ling** à St Léon sur Vézère en Dordogne. Elle propose des séances de méditation, des conférences, des enseignements et le prêt de livres sur le bouddhisme.

« Le bouddhisme est dit universel parce qu'il transcende toute notion temporelle ou culturelle. Il peut être appliqué par le berger du Moyen-Âge tout comme par l'homme d'affaires du XXI^e siècle. »

LAMA JIGMÉ RINPOCHÉ

Espace La Canopée
12 rue de la Comédie
82000 Montauban - France

Sophie : 06 03 74 59 91
Madeleine : 06 32 96 09 34

E-mail : montauban@dhagpo.org
Site web : montauban.dhagpo.org
Facebook :
[@groupedudharmamontauban](https://www.facebook.com/groupedudharmamontauban)

DHAGPO Montauban

ÉTUDES ET MÉDITATION BOUDDHIQUES

PROGRAMME SEPTEMBRE 2025 - JUIN 2026



Photo de couverture : © Audrey Dessierres

ENSEIGNEMENT

OUVERT À TOUS

Samedi 15 novembre et dimanche 16 de 10h à 16h**Un chemin de libération : Les trois entraînements**

Dans le cadre des trois entraînements - de l'éthique, de la méditation et du discernement- se trouve une étonnante manière de mener nos vies. En les combinant, ils nous permettent de nous approcher au plus près de ce que nous recherchons sans cesse, à savoir: le bonheur.

Intervenant : Lama Namdak**Lieu :** Espace La Canopée - 12 rue de la Comédie , Montauban

CONFÉRENCE

OUVERT À TOUS

Mardi 17 mars de 20h à 22h**A la recherche de la paix intérieure**

Qu'est ce que le bien être ? Une succession de situations agréables que l'on essaie de maintenir le plus longtemps possible ? Un état naturel qui nous serait inhérent ? Cette conférence nous permet de nous questionner sur la nature de ce que chacun de nous recherche : le bonheur.

Lieu : Les voûtes de Villebourbon - 90 avenue Aristide Briand , Montauban

ENSEIGNEMENT

OUVERT À TOUS

Mercredi 18 mars et jeudi 19 de 20h30 à 22h30**Introduction à la méditation bouddhique**

La méditation est d'abord un entraînement à la non-distraction de l'esprit menant à la clarté. L'esprit est ainsi conscient, présent à lui-même. Cette clarté permet de comprendre en profondeur le sens des enseignements du Bouddha que nous pouvons alors assimiler et mettre en œuvre de manière plus juste. Durant ces deux soirées, Lama Kemtcho nous introduit à la pratique méditative – la méthode et les techniques – ainsi qu'aux qualités qui peuvent se développer et aux perspectives sur le long terme.

Intervenante : Lama Kemtcho**Lieu :** Espace La Canopée - 12 rue de la Comédie , Montauban

ENSEIGNEMENT

Samedi 23 mai et dimanche 24 de 10h à 16h**L'apparition en dépendance : Entre interdépendance et vacuité**

Si le Bouddha, lors d'un second cycle d'enseignement, a montré l'absence de réalité ultime de tous les phénomènes, il n'en demeure pas moins vrai qu'à un niveau relatif la conscience expérimente des choses qui semblent bien réelles et qui se manifestent selon une logique inéluctable. L'enseignement sur les douze liens de production en dépendance rend compte de cette double vérité et permet d'accéder à une compréhension claire du monde manifesté tout en reconnaissant sa nature illusoire.

Intervenant : Dominique Thomas**Lieu :** Espace La Canopée - 12 rue de la Comédie , Montauban

Écouter, réfléchir et méditer

Dhagpo Montauban offre la possibilité à chacun de mettre en œuvre au quotidien les trois aspects de la pratique bouddhiste :

Écouter des enseignements

L'association accueille des enseignants qualifiés, lamas occidentaux ou tibétains de la lignée karma kagyü, autour de trois axes d'études : bouddhisme au quotidien, philosophie bouddhiste, entraînement à la méditation. Les sessions ont lieu généralement en semaine durant des soirées ou sur un week-end (voir programme).

Réfléchir à la philosophie bouddhiste

Sur demande d'un petit groupe de personnes, il est possible de mettre en place un groupe de réflexion pour se réunir régulièrement et intégrer davantage les enseignements par l'étude de certains textes de référence.

Méditer découverte et approfondissement

L'activité de l'association est rythmée par des pratiques de méditation périodiques. Parmi elles, la méditation par la détente et la vigilance constitue leur socle fondamental commun. Accessibles à tous, les sessions sont guidées afin de fournir les explications de base pour tout nouvel arrivant.