

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
					1	2
					9h30-12h30 PFE Examen	19h-20h15 JES (tsog)
3	4	5	6	7	8	9
12h45-13h15 DÉFI MÉDITATION * 16h30-17h45 JES 18h-19h Powa 19h30-21h30 PF	17h-18h15 JES 19h30-20h15 Méditations coachées	7h-9h La Voie Rapide** 12h45-13h15 DÉFI MÉDITATION * 16h30-17h45 JES 19h30-20h45 COURS DE MÉDITATION Unir la méditation à son quotidien	16h30-17h45 JES 19h-20h Méditation et sagesse bouddhiste	12h45-13h15 DÉFI MÉDITATION * 17h-18h15 JES 19h-20h Prières pour la paix dans le monde 19h-20h CONFÉRENCE GRATUITE à la MDA "Et si j'arrêtais de râler"	8h15-8h45 La Grande Mère 9h-13h30 PFE 17h-18h - Tara	14h30-17h30 APRÈS-MIDI THÉMATIQUE L'art de simplifier sa vie 19h-20h15 JES (tsog)
10	11	12	13	14	15	16
12h45-13h15 DÉFI MÉDITATION * 16h30-17h45 JES 19h-20h30 OGS (tsog)	17h-18h15 JES 19h30-20h15 Méditations coachées	7h-9h La Voie Rapide** 12h45-13h15 DÉFI MÉDITATION * 16h30-17h45 JES 19h30-20h45 COURS DE MÉDITATION Protéger notre esprit de la négativité	16h30-17h45 JES 19h-20h Méditation et sagesse bouddhiste	12h45-13h15 DÉFI MÉDITATION * 17h-18h15 JES	9h-17h30 ÉVÈNEMENT SPECIAL!!! Transmission des bénédictions du Bouddha de la Médecine	10h-17h RETRAITE DE MÉDITATION GUIDÉE Soigner son coeur pour soigner le monde 19h-20h15 JES (tsog)
17	18	19	20	21	22	23
12h45-13h15 DÉFI MÉDITATION * 16h30 - 17h45 JES 18h15-19h Pratique de purification des 35 Bouddhas 19h30-21h30 PF	17h-18h15 JES 19h30-20h15 Méditations coachées	7h-9h La Voie Rapide** 12h45-13h15 DÉFI MÉDITATION * 16h30-17h45 JES 19h30-20h45 COURS DE MÉDITATION Ne plus nourrir notre insatisfaction	16h30-17h45 JES 19h-20h Méditation et sagesse bouddhiste	12h45-13h15 DÉFI MÉDITATION * 17h-18h15 JES	9h-13h30 PFE 15h-18h APRÈS-MIDI THÉMATIQUE Tantra : mode d'emploi**	19h-20h15 JES (tsog)
24	25	26	27	28	29	30
12h45-13h15 DÉFI MÉDITATION * 16h30-17h45 JES 19h30-21h30 PF	17h-18h15 JES 19h-20h30 OGS (tsog)	7h-9h La Voie Rapide* 12h45-13h15 DÉFI MÉDITATION * 16h30-17h45 JES 19h30-20h45 COURS DE MÉDITATION Valoriser la modestie	16h30-17h45 JES 19h-20h Méditation et sagesse bouddhiste	12h45-13h15 DÉFI MÉDITATION * 17h-18h15 JES 19h-20h Prière pour la paix dans le monde	9h-13h30 PFE 17h30-21h TM (tsog)	10h-17h30 ATELIER DE MÉDITATION : Et si la vie était un rêve? Découvrir la sagesse de la vacuité

PF : PROGRAMME FONDAMENTAL | PFE : PROGRAMME DE FORMATION DES ENSEIGNANTS ; PRIÈRES BOUDDHISTES OUVERTES À TOUS - JES : JOYAU QUI EXAUCÉ LES SOUHAITS, TARA : LIBÉRATION HORS DE LA DOULEUR , OGS : OFFRANDE AU GUIDE SPIRITUEL, TM : TAMBOUR MÉLODIEUX, TSOG : OFFRANDES DE NOURRITURE, POWA : PRIÈRE POUR LES DÉFUNTS

* Défi méditation "Trouver de l'énergie pour avancer" **seulement en direct sur YouTube** ; **Réservé aux personnes qui ont reçu les transmissions de Hérouka et Vajrayogini