Informations

HORAIRE DES PRATIQUES

Méditation par la détente et la vigilance

Tous les Jeudis à 19h - Durée 1 h
Cette pratique est ouverte à tous.

Pratique de Tchenrezi

Le 1er Mercredi du mois à 19h - Durée 1 h

Accueil des nouveaux participants

Merci de nous contacter
Sauf mention contraire, les activités régulières ont lieu à la salle municipale d'Arceau - 17310 ST PIERRE D'OLERON

Ouverture du centre 15 minutes avant.

ADHÉSIONS

Adhésion annuelle:

25 €uros
L'adhésion est requise pour participer aux pratiques hebdomadaires.
Le premier mois de pratique est offert.
L'adhésion n'est pas demandée pour assister aux conférences et enseignements.

TARIFS DES ÉVÉNEMENTS

Conférences

Durée de l'événement	Tarifs
1 séance : Adhérent	5 €
1 séance : Non Adhérent	7 €

Enseignements

	Durée de l'événement	Tarifs
Adhérent	1/2 Journée	7 €
	1 Journée	13 €
Non Adhérent	1/2 Journée	8 €
	1 Journée	15 €

Méditations Guidées

Durée de l'événement	Tarif
1 Séance	5 €

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

DHAGPO Oléron

ÉTUDES ET MÉDITATION BOUDDHIQUES

L'association ***KTT Oléron*** **(Dhagpo Oléron)** est un centre d'études et de méditation bouddhiques. Elle a pour but l'étude, la diffusion et la pratique de la philosophie et des enseignements du bouddhisme Tibétain de la tradition Karma Kagyu.

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, des pratiques bouddhistes et le prêt de livres sur le bouddhisme.

« Le bouddhisme offre une méthode pour comprendre comment être, comment agir, en d'autres termes comment vivre notre humanité en prenant soin de nous-mêmes et des autres. »

LAMA JIGMÉ RINPOCHÉ

KTT Oléron
Mairie de Saint Pierre
17310 Saint-Pierre d'Oléron - France
06 99 00 54 85
E-mail : oleron@dhagpo.org
Site web : oleron.dhagpo.org/

Imprimé par nos soins. Ne pas jeter sur la voie publique.

DHAGPO Oléron
ÉTUDES ET MÉDITATION BOUDDHIQUES

PROGRAMME 2026-2027

CENTRE URBAIN DE DHAGPO KAGYU LING

MÉDITATION GUIDÉE — OUVERT À TOUS

Mercredi 2 septembre à 18h45

Réouverture du centre Dhagpo Oléron

Le centre est heureux de vous accueillir de nouveau

Lieu : Dhagpo Oléron - Salle municipale d'Arceau, St Pierre d'Oléron

CONFÉRENCE — OUVERT À TOUS

Vendredi 25 septembre de 20h à 22h

Les fonctionnements de l'esprit

C'est notre esprit qui mène notre vie, au gré de nos émotions. L'exploration des rouages de notre confusion est au cœur de la libération du mal-être. Apprenons à nous comprendre.

Lieu : Salle de la mairie – 5 boulevard Victor Hugo, Le Château d'Oléron

ENSEIGNEMENT — OUVERT À TOUS

Samedi 26 septembre de 14h à 17h30
et dimanche 27 de 10h à 12h et de 14h à 17h

Le lâcher-prise

Le lâcher-prise, dans l'approche bouddhiste, est un chemin vers la liberté. Il ne s'agit pas de renoncer au monde, mais de renoncer à l'illusion de le posséder ou de le contrôler.C'est un aller vers la simplicité, la présence et la paix.

Intervenant : Lama Namdak
Possibilité de pique-nique partagé le dimanche midi sur place.
Lieu : Dhagpo Oléron - Salle municipale d'Arceau, St Pierre d'Oléron

ENSEIGNEMENT — OUVERT À TOUS

Samedi 5 décembre de 14h à 17h30
et dimanche 6 de 10h à 12h et de 14h à 17h

Cycle "Les 37 pratiques des Bodhisattvas"

Quelles sont les trente-sept pratiques des bodhisattvas, comment doit-on les comprendre et les mettre en application ?
Lama Shedroup continue de nous expliquer les stances (slokas) pour nous permettre de comprendre comment intégrer la motivation et l'action du bodhisattva dans notre quotidien afin de faire de chaque situation une possibilité de clarifier l'esprit et un moyen d'accomplir le bienfait des autres.
L'enseignement sera basé sur les commentaires du livre de Dilgo Khyentsé Rinpoché "Le Trésor du coeur des êtres éveillés. Pratique de la vue, de la méditation et de l'action" Seuil

Intervenant : Lama Shédroup
Lieu : Petite salle du Château de Bonnemie, St Pierre d'Oléron

"Un centre urbain de Dhagpo est un espace de découverte et d'étude des valeurs du bouddhisme. La mise en oeuvre simple de cet enseignement dans notre vie quotidienne est source d'harmonie, de détente, de soutien et de bien-être. Sur cette base, nous pouvons, pas à pas, cheminer dans la direction de l'éveil." Lama Jigmé Rinpoché

CONFÉRENCE — OUVERT À TOUS

Vendredi 12 mars de 20h à 22h

Méditer, le moyen de révéler notre richesse intérieure !

Dans les situations de tous les jours, nous sommes parfois emportés par des mouvements émotionnels puissants, qui nous prennent au dépourvu. Ils nous empêchent ainsi de rester au contact de notre richesse intérieure, faite d'amour et de compassion, mais aussi du discernement qui nous aide à mieux comprendre qui nous sommes et comment sont les autres.
Et si la méditation, associée à une connaissance de base de notre fonctionnement émotionnel, nous permettait de mieux rester au contact de cette richesse ?
Lors de cette conférence, lama Jean-Guy exposera les notions clefs de la méditation bouddhique, comment et pourquoi méditer.
Leur compréhension et intégration permettent d'aller vers un bonheur durable, libre des circonstances difficiles.

Lieu : Salle de la mairie – 5 boulevard Victor Hugo, Le Château d'Oléron

ENSEIGNEMENT — OUVERT À TOUS

Samedi 13 mars de 14h à 17h30
et dimanche 14 de 10h à 12h et de 14h à 17h

Méditer, la clef pour cultiver l'amour au-delà de l'attachement

Avoir des relations riches est essentiel pour chacun. Pourtant, la force de l'attachement associée à l'amour rend souvent les rapports complexes et émotionnels. De même, les relations évoluent au fil du temps et notre capacité d'adaptation est parfois mise à mal. La compréhension issue de la méditation nous est alors une aide précieuse.
En abordant le sujet sur la base de situations très concrètes, ce stage nous donne les moyens de revisiter nos relations afin de les rendre fertiles et bienveillantes.

Intervenant : Lama Jean-Guy
Possibilité de pique-nique le dimanche midi sur place.
Lieu : Petite salle du Château de Bonnemie, St Pierre d'Oléron

« Le bouddhisme est un mode de vie par lequel nous développons les qualités de notre esprit. C'est un mode de vie très particulier, car c'est une façon d'atteindre le bonheur sans nuire à autrui. » Thayé Dorjé, le XVII Gyalwa Karmapa

RETRAITE

Samedi 10 avril, dimanche 11 et lundi 12
de 10h à 17h

Chenrezig : cultiver la compassion universelle

Un aspect de sagesse est l'expression des qualités de l'esprit éveillé présent en chacun. Chenrezik représente la compassion universelle et OM MANI PADMÉ HOUNG est le mantra qui lui est associé. Méditer sur Chenrezik dissipe progressivement les voiles qui recouvrent notre richesse intérieure et fait mûrir en nous la compassion. Cette retraite est l'occasion d'approfondir la compréhension de cette pratique et de s'y appliquer plus intensément.
Remarque : ce stage - sur inscription - s'adresse plus particulièrement à ceux qui, ayant déjà reçu des explications de base, souhaitent approfondir leur pratique. Pour les personnes qui souhaitent bénéficier des instructions de base, Dhagpo La Rochelle organise un stage "Approche de Chenrézik les 27 et 28 mars 2027".

Intervenant : Lama Jean-Guy
Il est nécessaire d'avoir pris refuge pur suivre la retraite
Lieu : Salle des Marais - 2 quai aux Vivres, Rochefort

ENSEIGNEMENT — OUVERT À TOUS

Enseignement Lama Walli

Date et thème de l'enseignement à déterminer pour le mois de Juin 2027.

Intervenant : Lama Walli

MÉDITATION GUIDÉE

Samedi 31 juillet de 19h à 20h

Fermeture du centre Dhagpo Oléron

Le centre ré-ouvrira début septembre. Au plaisir de vous revoir.

« Abandonner tout acte nuisible, accomplir tout ce qui est bénéfique, et maîtriser son propre esprit, tel est l'enseignement du Bouddha. » Bouddha Shakyamuni