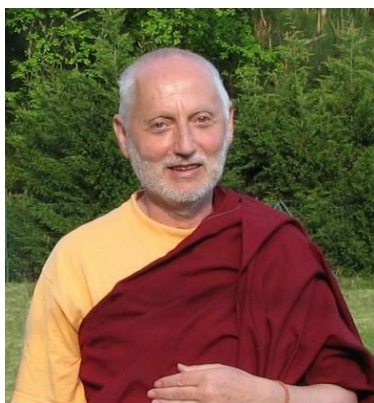


# CONFERENCE ET MEDITATIONS DU MARDI 9 AU JEUDI 11 DECEMBRE 2014 AVEC LAMA NAMGYAL



Lama Namgyal a accompli 3 fois la retraite traditionnelle de 3 ans, sous la direction de Guendune Rinpoché au monastère de Kundreul Ling en Auvergne.

Il a aussi pratiqué le yoga et le zen.

Son approche du bouddhisme est empreinte de joie, de légèreté et de délicatesse.

## **Mercredi 10 – 20h** **CONFERENCE PUBLIQUE**

**COMMENT TRANSFORMER LES 5 TENDANCES  
- ATTRACTION, REPULSION, ORGUEIL,  
JALOUSIE ET IGNORANCE -**

**EN SENTIMENTS BENEFIQUES TELS QUE L'AMOUR  
ALTRUISTE, LA COMPASSION, LA JOIE ET  
L'IMPARTIALITE ?**

## **MEDITATIONS GUIDEES AVEC INSTRUCTIONS**

### **SHINE, LE CALME MENTAL : MARDI 9 - 20h**

Le présent devient véritablement don quand notre regard se poste juste au cœur de l'instant, sans le saisir. Le présent est libre et, d'instant en instant, celui qui porte ce regard le devient aussi.

### **Tchenrézi : JEUDI 11- 20h**

Méditer sur le Bouddha de l'amour et de la compassion pour développer ces qualités en soi et pour autrui.

■ **ACCESSIBLE A TOUT PUBLIC** ■ **ACCUEIL SANS RESERVATION A PARTIR DE 19h30**

**Conférence : 10 € pour tous**

**Méditations : Adhérents et première venue : 7 € / TR 5 € - Sympathisants : 10 €**

**CENTRE D'ETUDES BOUDDHIQUES TIBETAIN DE LYON ★ KARMA THARTCHIN LING**

**75 rue Vauban – 69006 Lyon**

**accueil@cebtl-ktl.org | www.cebtl-ktl.org | 04 37 24 01 93**