

Calendrier 2020 / 2021 - SANGHA LOKA D'ALBERTVILLE

	Sessions	Programme	Enseignant/Instructeur
Septembre 2020			
7	Session d'introduction	Exercices corporels / Méditation / Echanges	
14	Session de pratique	Exercices corporels / Méditation / Echanges	
21	Session de pratique	Méditation / Tonglen / Echanges	
28	Pratique/Etude	Etude partagée du Dharma	
Octobre			
4	JOURNEE SL	Le dévoilement et l'épanouissement de la Nature	Lama Lhundroup
5	Session d'introduction	Exercices corporels / Méditation / Echanges	
12	Enseignement	Ethique et responsabilité universelles	Philippe Vernerey
19	Session de pratique	Méditation / Tonglen / Echanges	
26	Pratique/Etude	Etude partagée du Dharma	
Novembre			
2	Session d'introduction	Exercices corporels / Méditation / Echanges	
9	Session de pratique	Méditation / Tonglen / Echanges	
16	Enseignement	La thérapie sacrée (quatre nobles réalités)	Serge
23	Session de pratique	Méditation / Tonglen / Echanges	
28		Matinée sophro	Anne
30	Pratique/Etude	Etude partagée du Dharma	
Décembre			
7	Session d'introduction	Exercices corporels / Méditation / Echanges	
14	Enseignement	Les quatre notions fondamentales	Lama Samten
Janvier 2021			
4	Session d'introduction	Exercices corporels / Méditation / Echanges	
11	Enseignement	L'éthique (Action et discipline)	Philippe Vernerey
18	Session de pratique	Méditation / Tonglen / Echanges	
25	Pratique/Etude	Etude partagée du Dharma	
Février			
1	Session d'introduction	Exercices corporels / Méditation / Echanges	
8	Enseignement	Les paramitas (1)	Lama Yéshé
15	Session de pratique	Méditation / Tonglen / Echanges	
22	Pratique/Etude	Etude partagée du Dharma	
Mars			
1	Session d'introduction	Exercices corporels / Méditation / Echanges	
8	Enseignement	La compréhension	Philippe Vernerey
15	Session de pratique	Méditation / Tonglen / Echanges	
22		Assemblée générale	
29	Pratique/Etude	Etude partagée du Dharma	
Avril			
12	Session d'introduction	Exercices corporels / Méditation / Echanges	
19	Enseignement	Les paramitas (2)	Lama Yéshé
26	Session de pratique	Méditation / Tonglen / Echanges	
Mai			
3	Session d'introduction	Exercices corporels / Méditation / Echanges	
10	Enseignement	Les paramitas (3)	Drubla Derine
17	Session de pratique	Méditation / Tonglen / Echanges	
31	Pratique/Etude	Etude partagée du Dharma	
Juin			
7	Session d'introduction	Exercices corporels / Méditation / Echanges	
14	Enseignement	Les trois joyaux (entrer en refuge)	Lama Lhundroup
21	Session de pratique	Méditation / Tonglen / Echanges	
28	Pratique/Etude	Etude partagée du Dharma	
Sessions d'introduction : Exercices corporels, méditation pleine présence et échanges			
Sessions d'Enseignement : La Voie du Bouddha, les 9 thèmes abordés au cours de l'année			
Sessions de pratique : Méditation / Tonglen / Echanges			
Pratique - Etude partagée d'un thème à partir des 108 questions de la Voie du Bouddha ou autres textes et webcast du Dharma			