

## Centres FPMT dans la région

### Institut Vajra Yogini

81500 Marzens

Tel 05 63 58 17 22

[www.institutvajrayogini.fr](http://www.institutvajrayogini.fr)

### Monastère Nalanda

Rouzegas 81500 Labastide St-Georges

[www.nalanda-monastery.org](http://www.nalanda-monastery.org)

## Groupes d'études de l'Institut :

### Albi

Un vendredi par mois à 20h

96 av. Colonel Teyssier

Serge : 06 14 18 87 94

### Balma (Tcheukor Ling Balma)

Le mardi à 20h

L'Institut 05 63 58 17 22

### Castres

Un vendredi par mois à 20h30

Daniel 05 63 72 13 48

### Rodez

Un jeudi par mois à 19h30

François 05 65 71 88 02

### Toulouse (Tcheukor Ling Toulouse)

Le mercredi à 20h

43 rue Roland Garros

Sylvie 06 76 65 13 25

### Villefranche de Rouergue

Un mardi par mois à 19h30

Lina et Gérard 05 65 45 20 80

## Centre relié à l'Institut :

### Ariège (Gandèn Tcheuling)

Rives 09320 Soulans

05 61 96 87 09

## Plan d'accès



**Participation libre aux frais.**  
Votre participation sert notamment à  
assumer les frais d'organisation.

Accueil téléphonique :

André F : 06 21 41 37 50

André P : 06 19 23 43 87

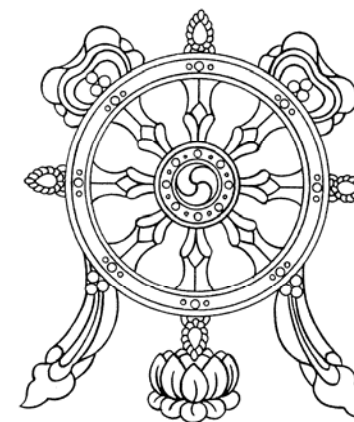
# *l'Institut Vajra Yogini*

Centre d'études et de méditation  
du bouddhisme tibétain  
propose

enseignements & méditations

**un mardi par mois à 20h 30**

## Les méthodes du Bouddha



*165 rue Gustave Jay*  
*quartier Villebourbon*  
**82 000 MONTAUBAN**

*de mars à juin 2012*

## Enseignements et méditations

### Intervenants

#### Vénérable Tenzin Ngeunga

A rencontré le bouddhisme en 1977 et participé aux débuts de l'Institut Vajra Yogini. Résidente depuis 2004, elle a pris l'ordination monastique en 2006. Elle y enseigne le programme « Initiation à la méditation » et guide régulièrement des soirées de méditation.

#### Vénérable Losang Guëndune

A rencontré le bouddhisme theravada en 1988, il travaillait avec des réfugiés. Depuis 2005, il vit au Monastère Nalanda et a été ordonné en 2006.



### Emancipation sur la voie du bodhisattva

avec le vénérable Losang Guëndune

*Mardi 6 mars 2012 à 20h30*

La nature de bouddha nous montre qu'il n'y a pas de différence substantielle entre les bouddhas et nous, mais que les capacités qui existent en nous-mêmes vont pouvoir se développer pour atteindre l'état de bouddhité. Le chemin est donc un développement de nos capacités, un chemin de véritable émancipation de notre humanité avec les défis et les responsabilités qui accompagnent ce voyage.

### Purifier notre esprit

**S'entraîner à la méthode permettant de purifier toutes les négativités, causes de souffrance**

avec la vénérable Tenzin Ngeunga

*Mardi 10 avril 2012 à 20h30*

Suite à la soirée du 6 décembre consacrée à ce thème, nous reviendrons sur la méthode des « quatre forces d'opposition » qui, selon les enseignements du Bouddha permet de purifier

notre continuum mental des graines et empreintes négatives si préjudiciables pour nous et les autres. Nous analyserons son processus et nous entraînerons ensemble à sa mise en application.

### Présentation de la voie vers l'éveil

avec la vénérable Tenzin Ngeunga

*Mardi 15 mai 2012 à 20h30*

*Mardi 12 juin 2012 à 20h30*

Comment le prince Siddharta est-il devenu « Bouddha » ? Quelle voie a-t-il suivi pour y parvenir ? Pouvons-nous l'imiter, et jusqu'à quel point ? Quelles étapes successives faut-il parcourir pour cela ?

Deux soirées pour se familiariser avec une vue d'ensemble du cheminement spirituel bouddhiste et ses aspects fondamentaux, par l'écoute, la discussion et la méditation.

