

*Intervenante*

### **Vénérable Tenzin Ngeunga**

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



#### **Accueil téléphonique:**

**Institut Vajra Yogini : 05 63 58 17 22**  
**François : 05 65 71 88 02**



### **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**

Rouze gas 81500 Labastide St-Georges  
[www.nalanda-monastery.org](http://www.nalanda-monastery.org)

### **Groupes d'études de l'Institut :**

#### **Albi**

Un vendredi par mois  
96 avenue 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

#### **Montauban**

Un mardi par mois à 20h30  
André 05 63 63 26 83 - 06 21 41 37 50

#### **Toulouse (Tcheukor Ling Toulouse)**

Le mercredi à 20h  
43 rue Roland Garros  
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

## **L'Institut Vajra Yogini**

Centre d'études et de méditation  
du bouddhisme tibétain  
81500 Marzens

propose  
enseignements & méditations

**un jeudi par mois à 19 h 30**

### **Les méthodes du Bouddha**



« Le Manoir »  
Place de l'Eglise

**12330 VALADY**

**de mars à juin 2012**

# Présentation de la voie vers l'éveil

avec la vénérable Tenzin Ngeunga

*Jeudi 15 mars 2012 à 19h30*

*Jeudi 5 avril 2012 à 19h30*

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 ?

Suite à la présentation, le 9 février, du premier des trois principaux aspects de la voie bouddhiste, le **renoncement** à la souffrance et à ses causes, nous explorerons, le 15 mars, le cœur de la voie bouddhiste : **l'intention altruiste** d'atteindre l'éveil pour le bien de tous les êtres.

Le 5 avril, nous aborderons les méthodes permettant d'éradiquer la racine des souffrances : **la sagesse qui réalise la vacuité**.

Ces deux soirées sont destinées à se familiariser, par l'écoute, la discussion et la méditation, avec une vue d'ensemble du cheminement spirituel bouddhiste et ses aspects fondamentaux.

# Le maître spirituel

avec la vénérable Tenzin Ngeunga

*Jeudi 10 mai 2012 à 19h30*

*Jeudi 14 juin 2012 à 19h30*

On considère dans le bouddhisme tibétain que le maître spirituel est le « fondement de toutes qualités ».

Quelle réalité profonde et inspirante se cache derrière ces mots ?

Sous quelle forme peut-elle trouver écho en nous, femmes et hommes du 21<sup>e</sup> siècle en Occident ?

Comment pouvons-nous l'intégrer dans notre vie pour qu'elle devienne un puissant moyen de transformation intérieure ?

La vénérable Ngeunga nous guidera dans l'exploration de ce sujet passionnant, à l'aide des enseignements qu'elle a reçus et de son expérience.

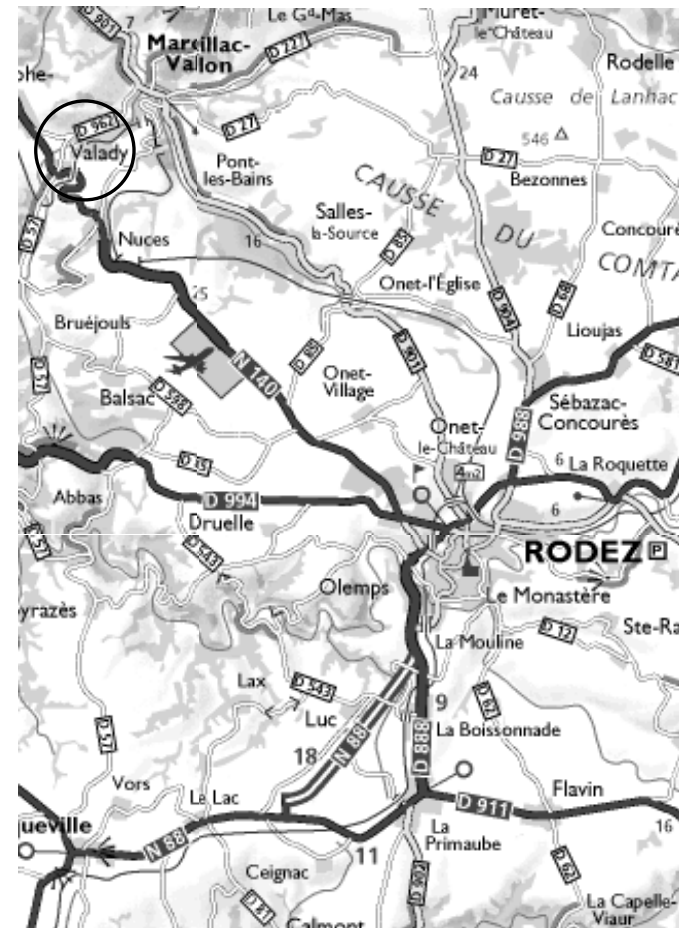
Deux soirées d'écoute, de discussion et de méditation.



# Plan d'accès

Valady est situé à proximité de la ville de Rodez, quelques kilomètres après l'aéroport, sur la Route Nationale 140 :

**Rodez -> Decazeville -> Brive**



## Participation libre

Votre participation sert à assumer les frais des intervenants, du local, des différentes fournitures.

Elle rend surtout le dharma accessible à tous.