

**DU LUNDI 29 AU MERCREDI 31 JUILLET 2013**  
**20 HEURES**

## **STAGE D'ENSEIGNEMENT AVEC LAMA DEUNDAM**

### **Points clés de la méditation dans la vie quotidienne**



*Enseignant laïc et après deux retraites de trois ans au monastère de Kundreul Ling sous la direction de Lama Guendun Rinpoche, Lama Deundam se partage aujourd'hui entre enseignements et retraites personnelles. Sa pédagogie, sa connaissance et son expérience du bouddhisme sont appréciées de tous.*

La méditation a pour but de nous relier à ce que nous sommes réellement, à la véritable nature de notre esprit qui est fondamentalement paisible et stable.

Pratiquer la méditation est un entraînement de l'esprit au quotidien permettant de réduire la force de nos pensées perturbatrices habituelles et de développer de nouvelles habitudes de pensées qui sont sources de paix et de joie intérieure et de contentement.

Entre temps de méditation guidés et instructions, Lama Deundam développera les points clés d'une pratique quotidienne de la méditation et abordera les différents points de l'enseignement bouddhiste.

**ACCUEIL à partir de 19h30 – Sans réservation**

**La soirée : 10 euros / Tarif réduit 7 €**

**Centre d'Etudes Bouddhiques Tibétain de Lyon Karma Thartchin Ling**

**75 rue Vauban – 69006 Lyon**

**accueil@cebt-l-ktl.org | Internet : www.cebt-l-ktl.org**

**Tel. 04 37 24 01 93**