



## Programme des cours de Dharma 2015-2016

---

### **Samedi 17 octobre**

**10h30** Méditation: *la motivation*

**14h** *Traité du milieu*: chap. XV, analyse de la nature propre (p. 137-140).

### **Lundi 2 novembre - 14h et 20h30**

*La Voie de la lumière*: les Trois Joyaux du refuge (p. 113-118).

### **Samedi 7 novembre**

**10h30** Méditation: *la concentration en un point*

**14h** *Connaître l'esprit*: présentation (p. 27-34).

### **Lundi 9 novembre - 20h30**

*La Voie de la lumière*: les préceptes du refuge (p. 118-122).

### **Samedi 14 novembre**

**10h30** Méditation: *la vision supérieure*

**14h** *Traité du milieu*: chap. XV suite (p. 141-142); chap. XXVI, analyse des douze facteurs de l'existence [conditionnée] (p. 246-248).

### **Lundi 16 novembre - 14h**

*La Voie de la lumière*: les préceptes du refuge (p. 118-122).

### **Samedi 21 novembre**

**9h30** Méditation: *pratique de Tchènrézi* (jour de *ts'ok*)

**14h** *Connaître l'esprit*: les perceptions directes (p. 34-42).

### **Lundi 23 novembre - 20h30**

*La Voie de la lumière*: chapitre 9, degré intermédiaire, le réalisme hinayaniste (p. 141-156).

### **Samedi 28 novembre**

**10h30** Méditation: *altruisme et interdépendance*

**14h** *Traité du milieu*: chap. XXVI suite (p. 249-250).

### **Lundi 30 novembre - 14h**

*La Voie de la lumière*: le karma, la vacuité (p. 127-156).

### **Samedi 9 janvier**

**10h30** Méditation: *le karma*

**14h** *Connaître l'esprit*: les cognitions inférentielles (p. 42-44).

### **Lundi 11 janvier - 14h et 20h30**

*La Voie de la lumière*: le karma et ses fruits, les 10 actes noirs etc. (p. 128-139).

### **Samedi 16 janvier**

**10h30** Méditation: *tonglèn*

**14h** *Connaître l'esprit*: les 5 autres cognitions - dans la division en 7 - (p. 44-50).

**15h30** *Traité du milieu*: chap. XXVII, analyse des vues (p. 251-255).

### **Lundi 18 janvier - 20h30**

*La Voie de la lumière*: le karma et ses fruits, les 10 actes noirs etc. (p. 128-139), suite.

### **Samedi 23 janvier**

**10h30** Méditation: *la vacuité*

**14h** *Connaître l'esprit*: les 5 autres cognitions - dans la division en 7 - (p. 44-50), suite.

### **Lundi 25 janvier - 14h**

*La Voie de la lumière*: le karma et ses fruits, les 10 actes noirs etc. (p. 128-139), suite.

### **Samedi 30 janvier**

**9h30** Méditation: *pratique de Tchèngrézi*

**14h** *Traité du milieu*: chap. XXVII, suite et fin du *Traité* (p. 256-263).

### **Lundi 1<sup>er</sup> février - 20h30**

*La Voie de la lumière*: le renoncement - les souffrances humaines (p. 141-151).

### **Samedi 6 février**

**10h30** Méditation: *méthodes de purification du karma négatif* (fin de l'année tibétaine)

**14h** *Connaître l'esprit*: cognitions du non-soi (p. 50-51) et les objets (p. 52-56).

**15h30** *Traité du milieu*: chap. XXVII, suite et fin du *Traité* (p. 256-263).

### **Lundi 8 février - 14h**

*La Voie de la lumière*: le renoncement - les souffrances humaines (p. 141-151).

### **Samedi 13 février**

**10h30** Méditation: *tonglèn*

**14h** *Connaître l'esprit*: cognitions du non-soi (p. 50-51) et les objets (p. 52-56), suite.

### **Lundi 29 février - 20h30**

*La Voie de la lumière*: le renoncement - les souffrances des *devas* et *asuras* (p. 151-156).

### **Samedi 5 mars**

**10h30** Méditation: *l'impermanence*

**14h** *L'Entrée au milieu*: préface du traducteur (p. 15-19) et l'auteur (p. 22-25).

### **Lundi 7 mars - 14h**

*La Voie de la lumière*: le renoncement - les souffrances des *devas* et *asuras* (p. 151-156).

### **Samedi 12 mars**

**10h30** Méditation: *le renoncement à la souffrance*

**14h** *Connaître l'esprit*: phénomènes spécifiquement caractérisés (p. 55-56).

### **Lundi 14 mars - 20h30**

*La Voie de la lumière*: chap. X, la naissance de l'esprit d'Eveil (p. 157-162).

### **Samedi 19 mars**

**10h30** Méditation: *l'esprit d'Eveil*

**14h** *L'Entrée au milieu*: lignée de transmission (p. 29) et les 4 systèmes (p. 33-41).

### **Lundi 21 mars - 14h**

*La Voie de la lumière*: chap. X, la naissance de l'esprit d'Eveil (p. 157-162).

### **Samedi 26 mars**

**9h30** Méditation: *pratique de Tchènrézi*

**14h** *Connaître l'esprit*: divisions bipartites (p. 56-67).

### **Samedi 2 avril**

**10h30** Méditation: *la nature de l'esprit*

**14h** *L'Entrée au milieu*: les 4 systèmes philosophiques plus en détail (p. 41-47).

### **Lundi 4 avril - 14h et 20h30**

*La Voie de la lumière*: les 6 causes et 1 effet (p. 162-175).

### **Samedi 9 avril**

**10h30** Méditation: *visualisation*

**14h** *Connaître l'esprit*: la cognition (p. 71-77).

### **Lundi 25 avril - 14h et 20h30**

*La Voie de la lumière*: les 6 causes et 1 effet (p. 162-175), suite.

### **Samedi 30 avril**

**10h30** Méditation: *les 4 pensées qui détournent du samsara*

**14h** *L'Entrée au milieu*: *svatantra* et *prasanga* (p. 47-50), les types de non-soi (p. 51-56).

### **Lundi 2 mai - 20h30**

*La Voie de la lumière*; les 4 dharmas noirs (p. 175-7), chap. XI, pratique générale du Mahayana -> esprit d'Eveil d'application: les 6 perfections (p. 179).

### **Samedi 7 mai**

**9h30** Méditation: *pratique de Tchènrézi*

*Connaître l'esprit*: perception directe et perception directe valide (p. 79-84).

### **Lundi 9 mai - 14h**

*La Voie de la lumière*: les 4 dharmas noirs (p. 175-7), chap. XI, pratique générale du Mahayana -> esprit d'Eveil d'application: les 6 perfections (p. 179).

### **Samedi 14 mai**

**10h30** Méditation: *la compassion*

**14h** *L'Entrée au milieu*: notes (p. 56-57), hommage (p. 63-64), sens du titre (p. 65), hommage (p. 67), la compassion (p. 71-75).

### **Samedi 21 mai**

**10h30** Méditation: *tonglèn*

**14h** *Connaître l'esprit*: perceptions directes sensorielles et mentales (p. 84-93)

### **Lundi 23 mai - 14h et 20h30**

*La Voie de la lumière*: entraînement aux 4 premières des 6 perfections transcendantes (p. 179-186).

### **Samedi 28 mai**

**10h30** Méditation: *la patience*

**14h** *L'Entrée au milieu*: les 3 types de compassion (p. 76-80).

### **Lundi 30 mai - 14h**

*La Voie de la lumière*: entraînement aux 4 premières des 6 perfections transcendantes (p. 179-186).

### **Samedi 4 juin**

**10h30** Méditation: *la nature de l'esprit*

**14h** *Connaître l'esprit*: perceptions directes auto-connaissantes (p. 93-96) et perceptions directes yogiques (p. 97-101).

### **Lundi 6 juin - 20h30**

*La Voie de la lumière*: entraînement aux 5<sup>ème</sup> et 6<sup>ème</sup> perfections transcendantes, *shamatha* et *vipashyana* (p. 186-190).

### **Samedi 11 juin**

**10h30** Méditation: *concentration et sagesse*

**14h** *L'Entrée au milieu*: présentation de chacune des 10 terres (p. 80-88).

### **Lundi 13 juin - 14h**

*La Voie de la lumière*: entraînement aux 5<sup>ème</sup> et 6<sup>ème</sup> perfections transcendantes, *shamatha* et *vipashyana* (p. 186-190).

### **Samedi 18 juin**

**9h30** Méditation: *pratique de Tchènrézi*

**14h** *Connaître l'esprit*: les 3 conditions engendrant une perception directe (p. 102-107).

### **Lundi 20 juin - 20h30**

*La Voie de la lumière*: entraînement aux 5<sup>ème</sup> et 6<sup>ème</sup> perfections, *shamatha* et *vipashyana*, suite et fin (p. 190-199).

### **Samedi 25 juin**

**10h30** Méditation: *tonglèn*

**14h** *L'Entrée au milieu*: ce qui différencie *Shravakas*, *Pratyekabuddhas* et *Bodhisattvas* selon le *Prasangika-Madhyamaka* (p. 88-100).

### **Lundi 27 juin - 14h et 20h30**

*La Voie de la lumière*: entraînement aux 5<sup>ème</sup> et 6<sup>ème</sup> perfections transcendantes, *shamatha* et *vipashyana*, suite et fin (p. 190-199).

### **Samedi 2 juillet**

**10h30** Méditation: *la dédicace des mérites*

**14h** *L'Entrée au milieu*: ce qui différencie *Shravakas*, *Pratyekabuddhas* et *Bodhisattvas* selon le *Prasangika-Madhyamaka* (p. 88-100) suite.

**16h** *Connaître l'esprit*: les cognitions inférentielles (p. 115 etc.).

\* \* \* \* \*

*Club Naropa - P'ëndé Tcheuling*  
<http://club-naropa.wix.com/pendetcheuling>