



Clarté et compassion - Retraite d'étude et de méditation
Du jeudi 29 mai au dimanche 1^{er} juin avec lama Jigmé Rinpoché

JEUDI 29	VENDREDI 30	SAMEDI 31	DIMANCHE 1
	7 h – 8 h Pratique de Tara Verte Temple	7 h – 8 h Pratique de Tara Verte Temple	7 h – 8 h Pratique de Tara Verte Temple
8 h 30 – 10 h 30 Inscriptions Accueil	9 h - 10 h Méditation Institut / YouTube	9 h - 10 h Récitation <i>Soutra de la confession aux 35 Bouddhas</i> et mantra de Vajrasattva Institut / YouTube	9 h - 10 h Méditation Institut / YouTube
10 h 30 – 12 h Lama Jigmé Rinpoché Enseignement / Teaching Institut / YouTube	10 h 30 – 12 h Lama Jigmé Rinpoché Enseignement / Teaching Institut / YouTube	10 h 30 – 12 h Lama Jigmé Rinpoché Enseignement / Teaching Institut / YouTube	10 h 30 – 12 h Lama Jigmé Rinpoché Enseignement / Teaching Institut / YouTube
14 h 30 - 15 h Gourou Yoga XVI ^e Karmapa Institut / YouTube	14 h 30 - 15 h Gourou Yoga XVI ^e Karmapa Institut / YouTube	14 h 30 - 15 h Gourou Yoga XVI ^e Karmapa Institut / YouTube	14 h - 14 h 30 Gourou Yoga XVI ^e Karmapa Institut / YouTube
15 h – 16 h 30 L'apparition en dépendance Restitution Institut / YouTube	15 h – 16 h 30 L'apparition en dépendance Restitution Institut / YouTube	15 h – 16 h 30 L'apparition en dépendance Restitution Institut / YouTube	14 h 30 – 16 h L'apparition en dépendance Restitution Institut / YouTube
17 h - 18 h Sharpa : le détenteur de la coiffe rouge Lama Trehor Institut 	17 h - 18 h Sharpa : le détenteur de la coiffe rouge Lama Trehor Institut 	17 h - 18 h Sharpa : le détenteur de la coiffe rouge Lama Trehor Institut 	16 h 30 - 17 h 30 Sharpa : le détenteur de la coiffe rouge Lama Trehor Institut 
20 h 30 - 21 h 30 Pratique de Chenrezik Institut / YouTube	20 h 30 - 21 h 30 Pratique de Chenrezik Institut / YouTube	20 h 30 - 21 h 30 Pratique de Chenrezik Institut / YouTube	
Les rituels quotidiens sont accomplis dans le temple : Mahakala à 18h.			