

## DHAGPO Belvis

ETUDES ET MEDITATION  
BOUDDHIQUES



### **RETRAITE MEDITATION Avec lama Rabzang**

**7 au 9 juin 2025**

**Lieu de Retraite :**  
**Chemin de La Gineste, GFA les Myrtilles,  
Belvis 11340**

**Renseignements :**  
**Jackie : 06 80 14 93 13 ou  
04 68 31 27 40**

**Françoise : 06 76 66 13 47**

[belvis@dhagpo.org](mailto:belvis@dhagpo.org)

## Programme

Lama Rabzang souhaite que les "sessions" ne soient pas définies par avance mais soient une alternance de méditation assise, de "marche méditative", d'instructions et de questions/réponses.

**La Retraite finira à 16h lundi le 9 juin.**  
**Pour ceux et celles qui resteront sur place pour une  
réunion inter-ktt mardi le 10, les pratiques du lundi soir  
peuvent continuer jusqu'à 21h (comme pour le samedi et  
dimanche).**

### **Samedi 7 juin**

10h00 – 11h00 session  
11h00 – 11h30 pause  
11h30 – 12h30 session  
12h30 – 14h30 pause déj.  
14h30 – 16h00 session  
16h00 – 16h30 pause  
16h30 – 18h00 session  
18h00 – 20h00 pause diner  
20h00 – 21h00 méditation et/ou Tchenrezi

### **Dimanche 8/Lundi 9 juin**

07h15 – 08h00 méditation  
08h00 - 09h00 pause déj  
09h00 – 10h30 session  
10h30 - 11h00 pause  
11h00 – 12h30 session  
12h30 – 14h30 pause déj  
14h30 – 16h00 session  
16h00 – 16h30 pause  
16h30 – 18h00 session  
18h00 – 20h00 pause diner  
20h00 – 21h00 méditation et/ou Tchenrezi

## Bulletin d'inscription

	Retr	Midi	Soir
Sam 7	8	9	6
Dim 8	8	9	6
Lun 9	8	9	6

Mar 10 9

**Total ..... euros**  
□ □ □

Nom \_\_\_\_\_

Prénom \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Email \_\_\_\_\_

Téléphone \_\_\_\_\_

**Inscription** : Chèque d'arrhes de 24€ obligatoire, à l'ordre du KTT de Belvis

**A envoyer à : Dhagpo Belvis (KTT de Belvis)  
GFA Les Myrtilles, Chemin de La Gineste,  
Belvis 11340**

Si vous avez besoin d'une facture merci de le préciser lors de l'inscription.

La question financière ne doit pas être un obstacle à votre venue. Si vous avez des difficultés financières n'hésitez pas à le signaler.

## FRAIS

Les frais de participation à la retraite sont de 8€ par jour.

Les repas sont pris en commun sur place pour un coût de 9€ le midi et 6€ le soir. Ces repas sont végétariens et en majorité bio. Le petit-déjeuner relève de votre organisation personnelle.

La vaisselle est fournie; pensez à apporter vos aliments pour le petit-déjeuner.

Prévoir une offrande aux Lamas.

Vous aurez à disposition une boutique de livres et d'objets rituels.

## CONSEILS

Afin de préserver le bien-être de chacun ayez la gentillesse de venir sans animaux.

Pensez à apporter vos coussins de méditation et vos textes Tchenrezi .

Taxi du Pays de Sault 04 68 20 99 67

## HEBERGEMENT

**Il y a la possibilité de camper sur place à la Gineste** (douches disponible et cetera).

Il y aura d'autres possibilités d'hébergement Mise à jour progressivement.

### **La Font Blanche**

[fontblanche@gmail.com](mailto:fontblanche@gmail.com)

Christel Heine 06 72 73 44 90

Il y a une variété de chalets, mobil-homes et options camping à côté :

### **Camping à Roquefeuil**

(à 10 minutes/8 km)

<https://camping-lamareauxfees.com/>

[contact@camping-lamareauxfees.com](mailto:contact@camping-lamareauxfees.com)

04 68 31 11 37/06 60 55 41 83

### **Camping à Belcaire**

(à 13 minutes/12 km)

<https://www.camping-pyrenees-cathare.fr/>

[contact@leschaletsdulacbelcaire.fr](mailto:contact@leschaletsdulacbelcaire.fr)

04 68 20 39 47

.

## **Plan d'accès à Belvis 11340**

GPS Lat : 42.85 Long : 2.0833

