



CENTRE CULTUREL  
BOUDDHIQUE  
DE RENNES

DHAGPO Rennes  
ÉTUDES ET MÉDITATION BOUDDHIQUES

# Conférence Approfondissement

par lama TRINLÉ DORDJÉ




Et si vous m'expliquez  
le bouddhisme


DONNER DU SENS À SA VIE  
LA VOIE DU BOUDDHA

CONF — **9.12** | SOIRÉE — **10.12** | **11.12**  
mardi | mercredi | jeudi

 [www.ccbrennes.fr](http://www.ccbrennes.fr)

 07 81 00 81 22

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

 2 rue des Veyettes | 35200 Rennes  
Z.I. Sud-Est | Bus : ligne 11, arrêt Pré-Gare!

Conférence 2025

Non-adhérent : **12€** | Adhérent : **7€** | Réduit : **5€**  
inscription sur Assoconnect via le site du CCBR

Approfondissement

Non-adhérent : **12€** | Adhérent Dhagpo : **10€** | Réduit : **5€**  
inscription sur HelloAsso via <https://rennes.dhagpo.org>

Organisés par le Centre Culturel Bouddhique de Rennes et Dhagpo Rennes

# Conférence | tout public

---

## Mardi 9 décembre 2025 / 20H

au Centre Culturel Bouddhique de Rennes — Grande salle

# Et si vous m'expliquiez le Bouddhisme

## par lama TRINLÉ DORDJÉ

### Donner du sens à sa vie, la voie du Bouddha

*Introduction au bouddhisme et à l'approche du bouddhisme tibétain.*

Chacun aspire à un bonheur durable, libre de tout mal-être. Vivre dans une société complexe et en constante évolution peut générer confusion et insatisfaction. Quels sont les points-clés et les ressources de l'enseignement du Bouddha pour vivre une vie pleine de sens ? Que signifie cultiver sa propre richesse intérieure ?

— **Conférence** | Plein : 12€ | Adhérent : 7€ | Réduit : 5€

— **Inscription & information** | via **Assoconnect** sur le site du CCBR

— **Contact** | ☎ 07 81 00 81 22 | ✉ [ccbrennes@gmail.com](mailto:ccbrennes@gmail.com)

— Cette conférence sera suivie de deux soirées d'approfondissement dirigées par lama Trinlé Dordjé le mercredi 10 et le jeudi 11 décembre 2025 au CCBR.

**Trinlé Dordjé** est moine et vit au monastère de Kundreul Ling depuis 2001. Il a commencé la méditation en 1980 et fait partie du groupe d'intervenants sur la méditation, les pratiques de Chenrezik et Amitabha ainsi que sur l'entraînement de l'esprit (Lodjong).

---

## Approfondissement | Méditer pour quoi faire ?

### Mercredi 10 et Jeudi 11 décembre 2025 / 20H — 22H

au Centre Culturel Bouddhique de Rennes — Salle de méditation

*L'approche de la méditation bouddhiste.* Dans un monde de plus en plus rapide, changeant et turbulent, nous sommes de plus en plus sujet au stress. La méditation bouddhique propose une pause. Non seulement, elle apaise très progressivement l'esprit, mais elle permet aussi à nos qualités fondamentales de se révéler à nous-mêmes. Trinlé Dordjé nous montrera comment cette ouverture à soi devient progressivement une source de bienfaits pour soi et pour les autres.

— **Approfondissement** | Plein : 12€ | Adhérent Dhagpo : 10€ | Réduit : 5€

— **Inscription & information** | via **HelloAsso** sur <https://rennes.dhagpo.org>

— **Contact** | ☎ 07 50 43 12 58 | ✉ [rennes@dhagpo.org](mailto:rennes@dhagpo.org)

— **Attention, l'inscription est distincte pour les trois soirées** (la première étant organisée par le CCBR, les deux suivantes par Dhagpo Rennes). Paiement possible sur place chaque soir juste avant la conférence (prévoir espèces ou chèque, nous n'avons pas de terminal de paiement par CB), ou en ligne au plus tard la veille.

---

— Conférence organisée par le Centre Culturel Bouddhique de Rennes et Dhagpo Rennes