

## Ce que nous vous proposons

### Événements, retraites et conférences

Nos événements publics, thématiques, explorent la manière dont la méditation et des valeurs humaines comme la sagesse et la bienveillance transforment notre quotidien.



Pour les étudiants intéressés par les enseignements du Bouddha, Lérab Ling offre un chemin complet d'étude et de pratique.

### Venir avec son groupe

Si vous partagez nos valeurs et souhaitez bénéficier de ce lieu spirituel unique avec votre groupe, vous êtes les bienvenus à Lérab Ling ! Vous serez accompagnés par une équipe bienveillante et disponible.



**Moyens de paiement :** Cartes de crédit, chèques, espèces et chèques vacances



**Langues parlées :** FRE, ENG



**Le site est accessible** aux personnes à mobilité réduite. Indiquez vos besoins à l'accueil.



**Le site est équipé pour accueillir les cyclistes** avec un parking pour vélos et prise électrique.

**Localisation :** à 1h de Montpellier, entre Lodève et Le Caylar



### Nous contacter

Lérab Ling, L'Engayresque,  
34650 Roqueredonde

lerabling.org  
lerab.ling@rigpa.org

GPS : 43.800248 / 3.237998

# Lérab Ling

## Centre de retraite bouddhiste tibétain



# Bienvenue à Lérab Ling !

Lérab Ling est un lieu ouvert à tous, où chacun peut entrer en contact avec la sagesse des enseignements du Bouddha ; un lieu à considérer pour se détendre, réfléchir et trouver la paix.

C'est l'un des principaux centres de découverte, d'étude et de pratique de la tradition du bouddhisme tibétain en Europe.

Basée sur les valeurs de compassion, de tolérance et de paix, la tradition bouddhiste tibétaine offre un chemin spirituel transformateur. Elle invite à une meilleure connaissance de soi et une connexion plus profonde avec les autres, propice au développement de la sérénité intérieure. Tout ce que nous vous proposons est présenté par des enseignants expérimentés, des maîtres bouddhistes ainsi que des spécialistes de différents domaines. Notre but est de partager la sagesse pratique du bouddhisme.

Fondé en 1991, Lérab Ling a été béni par de nombreux grands maîtres et en particulier par le Dalai-Lama. C'est un site vivant qui héberge une communauté de membres monastiques et laïcs.

Idéalement niché dans un écrin de verdure, Lérab Ling est situé au sein du Parc Naturel Régional du Haut-Languedoc, à une heure de Montpellier. Ici, la faune et la flore sont protégées, ce qui fait de Lérab Ling un lieu singulier où la nature s'épanouit sur 140 ha.



Nous sommes heureux de vous accueillir pour profiter de cet environnement préservé et calme. Venez savourer l'atmosphère de ce lieu paisible et découvrir son temple, l'un des plus majestueux d'Europe. C'est un chef-d'œuvre d'architecture qui abrite un art sacré tibétain riche et unique, avec une étonnante statue du Bouddha de 7 mètres de haut.



# Ce que nous vous proposons

Tout au long de l'année, Lérab Ling organise une soixantaine d'événements (journées, week-ends, retraites...) destinés au public et aux étudiants inscrits sur le chemin bouddhique. Il est alors possible de prendre ses repas à Lérab Ling et d'y dormir. Laissez-vous guider !

## Visites

Venez découvrir le temple et la méditation le dimanche après-midi du printemps à l'automne.



Nous proposons aussi des journées de découverte, des visites guidées de groupe (sur réservation), et participons aux Journées du Patrimoine.

L'accès autour du temple est libre en semaine, lorsque notre programme le permet.

**IMPORTANT** Merci de toujours vérifier les dates et les horaires sur notre site internet avant de vous déplacer.

## Week-end escapade sérénité

Venez reprendre votre souffle à Lérab Ling le temps d'un week-end ! C'est une pause détente, sans contraintes, en toute simplicité, dans un environnement spirituel singulier.



## Séjours méditation

Ce sont des moments pour soi, pour faire une pause et retrouver sa paix intérieure. Vous pratiquerez la méditation, en connexion avec la nature, et serez accompagnés par des enseignants qualifiés.



## Cours réguliers, toute l'année

Ils sont pour ceux qui souhaitent apprendre ou approfondir la méditation et entrer en contact avec une dimension plus profonde de soi, grâce aux enseignements du Bouddha.

