

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
29 Prières pour tous TSÖG TM 09h00-12h30	30 Prières pour tous J♥ 16h00-17h00	1 ^{er} mai Prières pour tous J♥ 16h00-17h00	2 Bouddhisme au quotidien avec Marie-Claude Martel SE PRÉPARER À LA MORT Méthodes pour se préparer à la mort 10h30-11h30 [15\$] 📶	3 Prières pour tous J♥ 16h00-17h00	4 DHARMA POUR ENFANTS Prendre et donner avec Nancy Boucher Horaire 13h30 à 14h30 Tarifs 8\$/enfant 20\$/famille (3 enfants et +)	5 Dimanche pour la paix dans le monde La grande compassion 11h00-12h00 Contribution volontaire
Méditation guidée 18h00-18h30 [5\$]	Bouddhisme au quotidien avec Marie-Claude Martel SE PRÉPARER À LA MORT Méthodes pour se préparer à la mort 19h-20h15 [15\$] 📶	Méditation et Bouddhisme avec Marie-Claude Martel MIEUX VIVRE PAR LA MÉDITATION Prendre plaisir au quotidien 19h-20h15 [15\$] 📶	Programme de fondation Pour étudiants déjà inscrits 19h-21h	Méditation guidée 18h00-18h30 [5\$]		
6 VR (Prérequis) 07h00-09h00	7 Prières pour tous J♥ 16h00-17h00	8 Prières pour tous TARA 16h00-17h00	9 • NOUVELLE SÉRIE • Bouddhisme au quotidien avec Marie-Claude Martel PURIFICATION : LE GRAND MÉNAGE DU PRINTEMPS Karma : nos actions et leurs effets 10h30-11h30 [15\$] 📶	10 Prières pour tous TSÖG OGS 15h30-17h15	11 LA BIENVEILLANCE ENVERS SOI Comment éliminer la négativité avec Gilles Beaudin Horaire 9h30 à 12h30 📶 Tarifs RÉG. : 30\$ AC : 15\$ PF : Inclus Information meditationquebec.org/atelier-11-mai/	12 Dimanche pour la paix dans le monde La richesse intérieure de la compassion 11h00-12h00 Contribution volontaire
Prières pour tous J♥ 16h00-17h00	Prières pour tous J♥ 16h00-17h00	Prières pour tous TSÖG JES 16h00-17h15	Prières pour tous TSÖG JES 16h00-17h15	Prières pour tous TSÖG OGS 15h30-17h15		
Méditation guidée 18h00-18h30 [5\$]	• NOUVELLE SÉRIE • Bouddhisme au quotidien avec Marie-Claude Martel PURIFICATION : LE GRAND MÉNAGE DU PRINTEMPS Karma : nos actions et leurs effets 19h-20h15 [15\$] 📶	• NOUVELLE SÉRIE • Méditation et Bouddhisme avec Marie-Claude Martel EN PAIX AVEC SOI Frénésie de nos vies : comment ne pas se laisser emporter 19h-20h15 [15\$] 📶	Programme de fondation Pour étudiants déjà inscrits 19h-21h	Méditation guidée 18h00-18h30 [5\$]		
13 VR (Prérequis) 07h00-08h30 Prières pour tous 35 Bouddhas 09h00-10h00	14 Prières pour tous J♥ 16h00-17h00	15 Préceptes [Sur inscription] 06h30 - 07h15	16 Bouddhisme au quotidien avec Marie-Claude Martel PURIFICATION : LE GRAND MÉNAGE DU PRINTEMPS À garder ou à jeter 10h30-11h30 [15\$] 📶	17 Prières pour tous J♥ 16h00-17h00	18 L'ART DE PRIORISER <i>THE ART OF PRIORITIZING</i> Vendredi 17 mai Qu'est-ce qui compte vraiment ? Samedi 18 mai Agir sans réagir : savoir vivre en paix avec Guèn Kelsang Norbu enseignant résident du Centre de méditation kadampa Caroline du Nord Information et Inscription meditationmontreal.org/enseignant-invite	19 Dimanche pour la paix dans le monde L'amour véritable 11h00-12h00 Contribution volontaire
Méditation guidée 18h00-18h30 [5\$]	Bouddhisme au quotidien avec Marie-Claude Martel PURIFICATION : LE GRAND MÉNAGE DU PRINTEMPS À garder ou à jeter 19h-20h15 [15\$] 📶	Méditation et Bouddhisme avec Marie-Claude Martel EN PAIX AVEC SOI Moins d'attentes, moins de déceptions 19h-20h15 [15\$] 📶	Programme de fondation Pour étudiants déjà inscrits 19h-21h	Méditation guidée 18h00-18h30 [5\$]		
20 VR (Prérequis) 07h00-08h30	21 Prières pour tous J♥ 16h00-17h00	22 Prières pour tous J♥ 16h00-17h00	23 Bouddhisme au quotidien avec Marie-Claude Martel PURIFICATION : LE GRAND MÉNAGE DU PRINTEMPS Pourquoi purifier ? 10h30-11h30 [15\$] 📶	24 Prières pour tous TSÖG JES 16h00-17h15	FESTIVAL INTERNATIONAL DE PRINTEMPS DE LA NTK-IKBU 2024 au Centre de Méditation Kadampa Mandjoushri en Angleterre ou en ligne ~ DU 24 AU 29 MAI 2024 Accomplir la Protection de la Grande Sagesse avec Guèn-la Kelsang Jampa, directeur spirituel adjoint de la NKT-IKBU Transmission de bénédictions de Dordjé Shougden et enseignements sur la longue poudja du protecteur Information et Inscription https://kadampafestivals.org/fr/printemps	
Prières pour tous POWA 16h00-17h00	Prières pour tous J♥ 16h00-17h00	Prières pour tous J♥ 16h00-17h00	Prières pour tous TSÖG JES 16h00-17h15	Prières pour tous TSÖG OGS 16h30-18h15		
Méditation guidée 18h00-18h30 [5\$]	Bouddhisme au quotidien avec Gaétan Demers PURIFICATION : LE GRAND MÉNAGE DU PRINTEMPS Pourquoi purifier ? 19h-20h15 [15\$] 📶	Méditation et Bouddhisme avec Sonia Paiement EN PAIX AVEC SOI Solitude, bien avec soi-même 19h-20h15 [15\$] 📶	Programme de fondation Pour étudiants déjà inscrits 19h-21h			
27 FESTIVAL INTERNATIONAL DE PRINTEMPS DE LA NTK-IKBU 2024 ~ DU 24 AU 29 MAI 2024 Information et Inscription https://kadampafestivals.org/fr/printemps	28 Prières pour tous J♥ 16h00-17h00	29 Prières pour tous TSÖG TM 13h00-16h30	30 Prières pour tous J♥ 16h00-17h00	31 Prières pour tous J♥ 16h00-17h00	1 ^{er} juin DHARMA POUR ENFANTS Calme, attentif, motivé avec Nancy Boucher Horaire 13h30 à 14h30 Tarifs 8\$/enfant 20\$/famille (3 enfants et +)	2 JOUR DE LA ROTATION DE LA ROUE DU DHARMA Horaire 9h à 10h30 : 1 ^{re} séance 11h30 à 13h : 2 ^e séance 14h30 à 16h : 3 ^e séance Tarifs Gratuit pour tous Information meditationquebec.org/rotation_roue_dharma/ Prières pour tous TSÖG OGS 17h00-18h45
Prières pour tous J♥ 16h00-17h00	Prières pour tous J♥ 16h00-17h00	Prières pour tous TSÖG TM 13h00-16h30	Prières pour tous J♥ 16h00-17h00	Prières pour tous J♥ 16h00-17h00		
Méditation guidée 18h00-18h30 [5\$]	Bouddhisme au quotidien avec Gaétan Demers PURIFICATION : LE GRAND MÉNAGE DU PRINTEMPS Profiter d'un esprit purifié 19h-20h15 [15\$] 📶			Méditation guidée 18h00-18h30 [5\$]		

PRIÈRES ET MÉDITATION - POUR TOUS

- 35 Bouddhas** - 35 Bouddhas de la confession
- J♥** - Le Joyau du cœur (avec méditation en silence)
- POWA** - Pratique pour les défunts
- TARA** - Récitation de prières et mantras
- VR** - La Voie rapide de la grande félicité (prérequis)

PRIÈRES AVEC TSÖG - POUR TOUS (AVEC OFFRANDES DE NOURRITURE)

- JES** - Le Joyau qui exauce les souhaits
- OGS** - Offrande au guide spirituel
- TM** - Tambour mélodieux dans toutes les directions

ABONNEMENTS

- AC** - Abonnés du centre
- PF** - Programme de fondation
- 📶 - L'abonnement AC de 6 mois donne accès aux cours en ligne