

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
29 Prières pour tous   <b>TSÖG TM</b> 09h00-12h30	30	1 <sup>er</sup> mai	2 Bouddhisme au quotidien avec Marie-Claude Martel <b>SE PRÉPARER À LA MORT</b> Méthodes pour se préparer à la mort 10h30-11h30 [15\$] 📶	3	4 <b>DHARMA POUR ENFANTS</b> Prendre et donner avec Nancy Boucher Horaire 13h30 à 14h30 <b>Tarifs</b> 8\$ / enfant 20\$ / famille (3 enfants et +)	5 <b>Dimanche pour la paix dans le monde</b> La grande compassion 11h00-12h00 Contribution volontaire
Méditation guidée 18h00-18h30 [5\$]	Bouddhisme au quotidien avec Marie-Claude Martel <b>SE PRÉPARER À LA MORT</b> Méthodes pour se préparer à la mort 19h-20h15 [15\$] 📶	Méditation et Bouddhisme avec Marie-Claude Martel <b>MIEUX VIVRE PAR LA MÉDITATION</b> 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	8	9 • <b>NOUVELLE SÉRIE</b> • Bouddhisme au quotidien avec Marie-Claude Martel <b>PURIFICATION : LE GRAND MÉNAGE DU PRINTEMPS</b> Karma : nos actions et leurs effets 10h30-11h30 [15\$] 📶	10	11 <b>LA BIENVEILLANCE ENVERS SOI</b> Comment éliminer la négativité avec Gilles Beaudin Horaire 9h30 à 12h30 📶 <b>Tarifs</b> RÉG. : 30\$ AC : 15\$ PF : Inclus <b>Information</b> meditationquebec.org/ atelier-11-mai/	12 <b>Dimanche pour la paix dans le monde</b> 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   <b>TARA</b> 16h00-17h00	Prières pour tous   <b>TSÖG JES</b> 16h00-17h15	Prières pour tous   <b>TSÖG OGS</b> 15h30-17h15		
Méditation guidée 18h00-18h30 [5\$]	• <b>NOUVELLE SÉRIE</b> • Bouddhisme au quotidien avec Marie-Claude Martel <b>PURIFICATION : LE GRAND MÉNAGE DU PRINTEMPS</b> Karma : nos actions et leurs effets 19h-20h15 [15\$] 📶	• <b>NOUVELLE SÉRIE</b> • Méditation et Bouddhisme avec Marie-Claude Martel <b>EN PAIX AVEC SOI</b> 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   <b>35 Bouddhas</b> 09h00-10h00	14	15 <b>Préceptes</b> [Sur inscription] 06h30 - 07h15	16 Bouddhisme au quotidien avec Marie-Claude Martel <b>PURIFICATION : LE GRAND MÉNAGE DU PRINTEMPS</b> À garder ou à jeter 10h30-11h30 [15\$] 📶	17	18 <b>L'ART DE PRIORISER au Centre de méditation kadampa Montréal</b> avec l'invité spécial Guèn Kelsang Norbu, enseignant résident du Centre de méditation kadampa Caroline du Nord <b>Information et Inscription</b> meditationmontreal.org/ enseignant-invite	19 <b>Dimanche pour la paix dans le monde</b> L'amour véritable 11h00-12h00 Contribution volontaire
Méditation guidée 18h00-18h30 [5\$]	Bouddhisme au quotidien avec Marie-Claude Martel <b>PURIFICATION : LE GRAND MÉNAGE DU PRINTEMPS</b> À garder ou à jeter 19h-20h15 [15\$] 📶	Méditation et Bouddhisme avec Marie-Claude Martel <b>EN PAIX AVEC SOI</b> 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	22	23 Bouddhisme au quotidien avec Pierrette Servant <b>PURIFICATION : LE GRAND MÉNAGE DU PRINTEMPS</b> Pourquoi purifier ? 10h30-11h30 [15\$] 📶	24	25	26
Prières pour tous   <b>POWA</b> 16h00-17h00	Prières pour tous   J♥ 16h00-17h00	Prières pour tous   J♥ 16h00-17h00	Prières pour tous   <b>TSÖG JES</b> 16h00-17h15	<b>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</b>  <b>Accomplir la Protection de la Grande Sagesse avec Guèn-la Kelsang Jampa,</b> directeur spirituel adjoint de la NKT-IKBU Transmission de bénédictions de Dordjé Shougden et enseignements sur la longue poudja du protecteur  <b>Information et Inscription</b> https://kadampfestivals.org/fr/printemps		
Méditation guidée 18h00-18h30 [5\$]	Bouddhisme au quotidien avec Gaétan Demers <b>PURIFICATION : LE GRAND MÉNAGE DU PRINTEMPS</b> Pourquoi purifier ? 19h-20h15 [15\$] 📶	Méditation et Bouddhisme avec Sonia Paiement <b>EN PAIX AVEC SOI</b> Solitude, bien avec soi-même 19h-20h15 [15\$] 📶	Programme de fondation Pour étudiants déjà inscrits 19h-21h			
27	28	29	30	31	1 <sup>er</sup> juin	2
<b>FESTIVAL INTERNATIONAL DE PRINTEMPS DE LA NTK-IKBU 2024 ~ DU 24 AU 29 MAI 2024</b> <b>Information et Inscription</b> <a href="https://kadampfestivals.org/fr/printemps">https://kadampfestivals.org/fr/printemps</a>					<b>DHARMA POUR ENFANTS</b> Calme, attentif, motivé avec Nancy Boucher Horaire 13h30 à 14h30 <b>Tarifs</b> 8\$ / enfant 20\$ / famille (3 enfants et +)	<b>JOUR DE LA ROTATION DE LA ROUE DU DHARMA</b> Horaire 9h à 10h30 : 1 <sup>re</sup> séance 11h30 à 13h : 2 <sup>e</sup> séance 14h30 à 16h : 3 <sup>e</sup> séance <b>Tarifs</b> Gratuit pour tous <b>Information</b> <a href="http://meditationquebec.org/rotation_roue_dharma/">meditationquebec.org/rotation_roue_dharma/</a> Prières pour tous   <b>TSÖG OGS</b> 17h00-18h45
Prières pour tous   J♥ 16h00-17h00	Prières pour tous   J♥ 16h00-17h00	Prières pour tous   <b>TSÖG TM</b> 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 <b>PURIFICATION : LE GRAND MÉNAGE DU PRINTEMPS</b> 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