

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
28	29	30	1 <sup>er</sup> mai	2	3	4
<b>FESTIVAL NATIONAL CANADIEN 2025 À Vancouver</b> ~ DU 25 AU 29 AVRIL 2025  Transmission de bénédictions de Bouddha Vajrassattva  <b>UNE VÉRITABLE LIBERTÉ INTÉRIEURE avec Guèn-la Kelsang Jampa</b> Directeur spirituel adjoint de la NKT-IKBU et directeur spirituel national du Canada  <b>Information et Inscription</b> kadampacelebrations.ca/festival-canadien-2025					<b>Atelier HEUREUX SANS ÊTRE PARFAIT</b> Vaincre le perfectionnisme avec Gilles Beaudin  <b>Horaire</b> 9h30 à 10h45 11h15 à 12h30  <b>Tarifs</b> RÉG. : 30\$ AC : 15\$ PF : Gratuit  <b>Information</b> meditationaquebec.org/	Une heure de paix MÉDITATIONS DU LAMRIM avec Gilles Beaudin Le vieillissement 11h00-12h00 [15\$]  Programme de fondation <b>Pour étudiants déjà inscrits</b> 13h30-15h30
5	6	7	8	9	10	11
<b>VR (Prérequis)</b> 07h00-09h00  Méditation guidée 12h00-12h30 [5\$]	Prières pour tous   <b>TSÖG JES</b> 16h00-17h15  <b>• NOUVELLE SÉRIE •</b> Bouddhisme au quotidien avec Marie-Claude Martel <b>LES SITUATIONS DIFFICILES POUR ENTRAÎNER L'ESPRIT</b> Le gym de l'esprit 19h00-20h15 [15\$]	Méditation et Bouddhisme avec André Houde <b>COMMENT ÊTRE LÉGER ET JOYEUX</b> Garder ça simple 19h00-20h00 [15\$]	<b>• NOUVELLE SÉRIE •</b> Bouddhisme au quotidien avec Marie-Claude Martel <b>LES SITUATIONS DIFFICILES POUR ENTRAÎNER L'ESPRIT</b> Le gym de l'esprit 10h30-11h30 [15\$]  Prières pour tous   <b>TARA</b> 17h00-18h00  Programme de fondation <b>Pour étudiants déjà inscrits</b> 19h-21h	Méditation guidée 12h00-12h30 [5\$]	<b>Cours spécial LA SUBLIME PRATIQUE DU DON</b> Les offrandes tantriques avec Marie-Claude Martel 9h00 à 10h30 15\$ pour tous  Prières pour tous   <b>TSÖG OGS</b> 11h00-12h45	Une heure de paix MÉDITATIONS DU LAMRIM La mort 11h00-12h00 [15\$]
12	13	14	15	16	17	18
<b>VR (Prérequis)</b> 07h00-08h30  Prières pour tous   <b>POWA</b> 10h00-11h00  Méditation guidée 12h00-12h30 [5\$]	Prières pour tous   <b>TSÖG JES</b> 16h00-17h15  Bouddhisme au quotidien avec Marie-Claude Martel <b>LES SITUATIONS DIFFICILES POUR ENTRAÎNER L'ESPRIT</b> Quelles situations difficiles ? 19h00-20h15 [15\$]	Méditation et Bouddhisme avec Lise Chabot <b>COMMENT ÊTRE LÉGER ET JOYEUX</b> Arrêter de s'inquiéter 19h00-20h00 [15\$]	<b>Préceptes</b> [Sur inscription] 06h30 - 07h15  Bouddhisme au quotidien avec Marie-Claude Martel <b>LES SITUATIONS DIFFICILES POUR ENTRAÎNER L'ESPRIT</b> Quelles situations difficiles ? 10h30-11h30 [15\$]  Prières pour tous   <b>J♥</b> 17h15-18h15  Programme de fondation <b>Pour étudiants déjà inscrits</b> 19h-21h	Méditation guidée 12h00-12h30 [5\$]		Une heure de paix MÉDITATIONS DU LAMRIM Les autres types de souffrance 11h00-12h00 [15\$]
19	20	21	22	23	24	25
<b>VR (Prérequis)</b> 07h00-08h30  Méditation guidée 12h00-12h30 [5\$]	Prières pour tous   <b>TSÖG JES</b> 16h00-17h15  Bouddhisme au quotidien avec André Houde <b>LES SITUATIONS DIFFICILES POUR ENTRAÎNER L'ESPRIT</b> Comment transformer les conditions adverses 19h00-20h15 [15\$]	Méditation et Bouddhisme avec Lise Chabot <b>COMMENT ÊTRE LÉGER ET JOYEUX</b> Prendre plaisir 19h00-20h00 [15\$]		<b>FESTIVAL INTERNATIONAL DE PRINTEMPS 2025 En Angleterre</b> ~ DU 23 AU 28 MAI 2025  Transmission des bénédictions et commentaire de la pratique de Bouddha Maitreya  <b>RÉSOUTRE NOS PROBLÈMES QUOTIDIENS AVEC L'AMOUR BIENVEILLANT avec Guèn-la Kelsang Jampa</b> Directeur spirituel adjoint de la NKT-IKBU et directeur spirituel national du Canada  <b>Information et Inscription</b> kadampafestivals.org/fr/printemps		
26	27	28	29	30	31	1 <sup>er</sup> juin
<b>FESTIVAL INTERNATIONAL DE PRINTEMPS 2025 En Angleterre</b> ~ DU 23 AU 28 MAI 2025  Transmission des bénédictions et commentaire de la pratique de Bouddha Maitreya  <b>RÉSOUTRE NOS PROBLÈMES QUOTIDIENS AVEC L'AMOUR BIENVEILLANT avec Guèn-la Kelsang Jampa</b> Directeur spirituel adjoint de la NKT-IKBU et directeur spirituel national du Canada  <b>Information et Inscription</b> kadampafestivals.org/fr/printemps				Méditation guidée 12h00-12h30 [5\$]		Une heure de paix MÉDITATIONS DU LAMRIM Développer l'équanimité envers tous 11h00-12h00 [15\$]

**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