

MAI MÉDITATION & ENSEIGNEMENTS

Centre bouddhiste
kadampa TARA 

2023

www.meditationasherbrooke.org | info@meditationasherbrooke.org | 900 Rue King Ouest (Local 101) • 819.791.6595

Le CBK Tara est un organisme de bienfaisance membre de la Nouvelle tradition kadampa - L'Union internationale du bouddhisme kadampa (NKT-IKBU) #815298781RR0001

LUNDI • MON	MARDI • TUES	MERC • WED	JEUDI • THURS	VEND • FRI	SAM • SAT	DIM • SUN
1 mai	2	3	4	5	6	7
VR 7 h - 9 h [Prérequis nécessaires]		Méditation guidée EN ESPAÑOL 12 h 15 - 12 h 45 [3 \$]	J du C 16 h - 16 h 45	RETRAITE EXTÉRIEURE Changer son karma Faire le grand ménage intérieur Du 5 au 7 mai Avec Marie-Claude Martel Lieu : Yoga Salamandre Lac-Brome (avec covoiturage) Toutes les infos : meditationasherbrooke.org/lac-brome		
JES • TSOG 16 h 30 - 17 h 45		Méditation et bouddhisme Comprendre notre agitation mentale	Méditation guidée 17 h 15 - 17 h 45 [3 \$]			
Programme de fondation* [Pour étudiants déjà inscrits à ce programme]		Le manque de sagesse 19 h à 20 h 15 [12 \$] AC & PF inclus	Programme de fondation* [Pour étudiants déjà inscrits à ce programme]			
Jour de Tara 8	9	10	11	12	13	14
VR 7 h - 9 h [Prérequis nécessaires]		Méditation guidée EN ESPAÑOL 12 h 15 - 12 h 45 [3 \$]	J du C 16 h - 16 h 45		ATELIER Impermanence subtile Passé, présent, futur Lâcher prise Avec Marie-Claude Martel 9 h 30 à 12 h 30 25\$ • AC 18\$ PF inclus	POWA Prières pour les défunts 14 h - 15 h Sagesse du dimanche Comment transformer sa vie Pratique spirituelle commune : considération de soi et des autres 15 h 30 à 16 h 30 [12 \$] AC & PF inclus
TARA 14 h 30 - 15 h 30		OGS • TSOG 16 h - 17 h 30	Méditation guidée 17 h 15 - 17 h 45 [3 \$]			
JES • TSOG 16 h 30 - 17 h 45		Méditation et bouddhisme Comprendre notre agitation mentale	Programme de fondation* [Pour étudiants déjà inscrits à ce programme]			
Programme de fondation* [Pour étudiants déjà inscrits à ce programme]		Les désirs incontrôlés 19 h à 20 h 15 [12 \$] AC & PF inclus				
Jour de préceptes 15	16	17	18	19	20	21
Préceptes 6 h 30 - 7 h 15						
VR 7 h 30 - 9 h [Prérequis nécessaires]		Méditation guidée EN ESPAÑOL 12 h 15 - 12 h 45 [3 \$]	J du C 16 h - 16 h 45			Sagesse du dimanche Comment transformer sa vie Pratique spirituelle commune : non-attachement, non-haine, non-ignorance 15 h 30 à 16 h 30 [12 \$] AC & PF inclus
JES • TSOG 16 h 30 - 17 h 45		Méditation et bouddhisme Comprendre notre agitation mentale	Méditation guidée 17 h 15 - 17 h 45 [3 \$]			
Programme de fondation* [Pour étudiants déjà inscrits à ce programme]		La négativité 19 h à 20 h 15 [12 \$] AC & PF inclus	Programme de fondation* [Pour étudiants déjà inscrits à ce programme]			
22	23	24	25	26	27	28
VR 7 h - 9 h [Prérequis nécessaires]				Du 26 au 31 mai FESTIVAL INTERNATIONAL DE PRINTEMPS de la NKT-IKBU au Royaume-Uni ET en ligne Commentaire spécial sur La Prière Libératrice et Cérémonie internationale du vœu du refuge Tous les détails: kadampfestivals.org/fr/printemps		
JES • TSOG 16 h 30 - 17 h 45		Méditation et bouddhisme Comprendre notre agitation mentale	Méditation guidée 17 h 15 - 17 h 45 [3 \$]			
Programme de fondation* [Pour étudiants déjà inscrits à ce programme]		L'orgueil 19 h à 20 h 15 [12 \$] AC & PF inclus	OGS • TSOG 18 h 30 - 20 h			
29	30	31	1 juin	2	3	4
			J du C 16 h - 16 h 45			JOUR SPECIAL Rotation de la roue du dharma RETRAITE ANNUELLE Faire grandir notre foi en notre guide spirituel 3 séances non-guidées 8 h 30 • 10h30 • 13h 30 [Gratuit] Sagesse du dimanche Comment transformer sa vie Pratique spirituelle commune - La foi 15 h 30 à 16 h 30 [12 \$] AC & PF inclus OGS • TSOG 17 h 30 - 19 h 15
			Méditation guidée 17 h 15 - 17 h 45 [3 \$]			
Du 26 au 31 mai FESTIVAL INTERNATIONAL DE PRINTEMPS de la NKT-IKBU au Royaume-Uni ET en ligne Commentaire spécial sur La Prière Libératrice et Cérémonie internationale du vœu du refuge Tous les détails: kadampfestivals.org/fr/printemps						

Prières chantées (gratuit) | J du C Le Joyau du cœur | JES Le Joyau qui exauce les souhaits | OGS L'offrande au guide spirituel (10 et 25) | TSOG = offrandes de nourriture

TARA Libération hors de la douleur | POWA La pratique de transfert de conscience - Prières pour les défunts | TM Tambour Mélodieux | VR* Voie Rapide

*Prérequis - Pour ceux ayant reçu les transmissions de ces pratiques

Heures d'ouverture en dehors des activités : Voir le site web pour les dernières mise à jour