



Pour tous | sans inscription | sans pré-requis [SAUF INDICATION CONTRAIRE] IL N'EST PAS NÉCESSAIRE D'ASSISTER À TOUTES LES CLASSES POUR RECEVOIR LES BIENFAITS DES ENSEIGNEMENTS.
 JC LE JOYAU DU COEUR [AVEC MÉDITATION EN SILENCE] • HJ HEART JEWEL [WITH SILENT MEDITATION] • JES LE JOYAU QUI EXALCE LES SOUHAITS • OGS OFFRANDE AU GUIDE SPIRITUEL • TM TAMBOUR MÉLODIEUX DANS TOUTES LES DIRECTIONS TSOG VOUS POUVEZ APPORTER UNE OFFRANDE DE NOURRITURE • TARA RÉCITATION DE LOUANGES ET MANTRAS AU BOUDDHA DE LA COMPASSION ACTIVE • POWA PRIÈRES POUR LES DÉFUNTS

Lundi • Mon		Mardi • Tues		Merc • Wed		Jeudi • Thurs		Vend • Fri		Sam • Sat		Dim • Sun	
30		31		1		2		3		4		5	
								 Célébration québécoise du dharma 2010 Pour tous : Comment résoudre nos problèmes quotidiens et transmission de pouvoir de Bouddha Vajrapani					
								À Montréal avec Gen Kelsang Thekchen, le directeur spirituel national de la NKT. Coûts et réservation : kadampacelebrations.ca • 19h30 à 21h Introduction [Gen Kelsang Chögyan]		• 9h à 10h Méditation [Gen Kelsang Chögyan] • 11h à 13h Transmission de pouvoir [Gen Kelsang Thekchen] • 15h30 à 17h Enseignement [Gen Kelsang Thekchen] • 19h30 à 20h30 <i>Le joyau qui exalce les souhaits</i>		• 9h à 10h30 Enseignement [Gen Kelsang Thekchen] • 11h30 à 12h30 Méditation [Gen Kelsang Chögyan] • 14h à 15h <i>Le joyau qui exalce les souhaits</i>	
Prayers for everyone HJ 5:30pm-6:30pm		Prières pour tous JC 17h30-18h30		Prières pour tous • tsog JES 17h15-18h30		Prières pour tous JC 17h30-18h30							
6		7		8		9		10		11		12	
		La voie rapide • 7h-9h Pour initiés seulement						La voie rapide • 7h-9h Pour initiés seulement				Prières pour tous POWA 8h30-9h30	
		Méditation guidée 12h15-12h45 [gratuit]		Méditation guidée 12h15-12h45 [gratuit]				Méditation guidée 12h15 à 12h45 [gratuit]				Pour la paix dans le monde Intégrer la méditation à son quotidien <i>Rechercher un vrai bonheur</i> Avec Gen Kelsang Chögyan 10h-12h [10 \$]	
Prayers for everyone HJ 5:30pm-6:30pm		Prières pour tous JC 17h30-18h30		Prières pour tous TARA 13h00-14h00		Prières pour tous • tsog JES 17h15-18h30		Prières pour tous JC 17h30-18h30		Prières pour tous JC 17h30-18h30		Prières pour tous JC 17h30-18h30	
				Conseils pour une vie heureuse <i>Méditer dans l'action</i> Avec Gen Kelsang Chögyan 19h30-21h [10 \$]				Prières pour tous • tsog OGS 19h30-21h15				Prières pour tous JC 17h30-18h30	
13		14		15		16		17		18		19	
		La voie rapide • 7h-9h Pour initiés seulement		Prise des préceptes 6h30-7h15				La voie rapide • 7h-9h Pour initiés seulement		Méditation pour parents avec bébé Le parent médite les yeux ouverts en présence de l'enfant. Bienvenu aux parents, futurs parents et bébés de 0 à 4 ans. Avec Emily MacLeod 10h30 à 11h30 [5 \$]		Pour la paix dans le monde Intégrer la méditation à son quotidien <i>Vouloir la paix pour les autres</i> Avec Gen Kelsang Chögyan 10h-12h [10 \$]	
Méditation guidée 12h15-12h45 [gratuit]		Méditation guidée 12h15-12h45 [gratuit]		Méditation guidée 12h15-12h45 [gratuit]		Contrôler son esprit : résoudre ses problèmes <i>Reconnaître les états d'esprit négatifs</i> Avec Gen Kelsang Chögyan 10h-11h30 [10 \$]		Méditation guidée 12h15 à 12h45 [gratuit]		Prières pour tous JC 17h30-18h30		Prières pour tous JC 17h30-18h30	
Prayers for everyone HJ 5:30pm-6:30pm		Prières pour tous JC 17h30-18h30 [gratuit]		Prières pour tous • tsog JES 17h15-18h30		Explication de la pratique du Joyau du cœur Avec Gen Kelsang Chögyan 19h30-21h [10 \$]		Prières pour tous JC 17h30-18h30		Prières pour tous JC 17h30-18h30		Prières pour tous JC 17h30-18h30	
Meditation for inner peace <i>How to calm the mind</i> With Emily MacLeod 7:15 pm to 8:30 pm [5 \$]		Soirée d'infos Comprendre l'esprit Programme fondamental 19h15-21h30 Avec Gen Kelsang Chögyan Bienvenue à tous		Conseils pour une vie heureuse <i>Vivre au moment présent</i> Avec Gen Kelsang Chögyan 19h30-21h [10 \$]									
20		21		22		23		24		25		26	
		La voie rapide • 7h-9h Pour initiés seulement						La voie rapide • 7h-9h Pour initiés seulement		Atelier pour tous Vaincre le stress : apprendre à méditer 9h30-16h30 Avec Gen Kelsang Chögyan Dîner végétarien inclus. Merci de confirmer votre présence. [40 \$]		Pour la paix dans le monde Intégrer la méditation à son quotidien <i>Rendre notre esprit fort et stable</i> Avec Gen Kelsang Chögyan 10h-12h [10 \$]	
Méditation guidée 12h15-12h45 [gratuit]		Méditation guidée 12h15-12h45 [gratuit]		Méditation guidée 12h15-12h45 [gratuit]		Contrôler son esprit : résoudre ses problèmes <i>L'ennemi intérieur qui détruit notre bonheur</i> Avec Gen Kelsang Chögyan 10h-11h30 [10 \$]		Méditation guidée 12h15 à 12h45 [gratuit]		Prières pour tous JC 17h30-18h30		Prières pour tous JC 17h30-18h30	
Prayers for everyone HJ 5:30pm-6:30pm		Prières pour tous JC 17h30-18h30		Prières pour tous • tsog JES 17h15-18h30		Explication de la pratique du Joyau du cœur Avec Gen Kelsang Chögyan 19h30-21h [10 \$]		Prières pour tous JC 17h30-18h30		Prières pour tous • tsog OGS 19h-21h		Prières pour tous JC 17h30-18h30	
Meditation for inner peace <i>What is the mind?</i> With Emily MacLeod 7:15 pm to 8:30 pm [5 \$]		Programme fondamental <i>Comprendre l'esprit</i> [sur inscription seulement] Avec Gen Kelsang Chögyan 19h15-21h30		Conseils pour une vie heureuse <i>Avoir confiance en soi</i> Avec Gen Kelsang Chögyan 19h30-21h [10 \$]									
27		28		29		30		1		2		3	
		La voie rapide • 7h-9h Pour initiés seulement				Sodjong • 7h-8h30 Pers. ordonnées seulement		La voie rapide • 7h-9h Pour initiés seulement		Retraite urbaine Pour tous Journée de méditations pour se détendre Avec Xavier Perraton Dîner végétarien inclus. Merci de confirmer votre présence. [25 \$] 09h00-10h00 11h00-12h00 13h30-14h30 15h30-16h30		Pour la paix dans le monde Intégrer la méditation à son quotidien <i>La confiance de pouvoir changer</i> Avec Gen Kelsang Chögyan 10h-12h [10 \$]	
Méditation guidée 12h15-12h45 [gratuit]		Méditation guidée 12h15-12h45 [gratuit]		Méditation guidée 12h15-12h45 [gratuit]		Contrôler son esprit : résoudre ses problèmes <i>La souffrance qui déforme la réalité</i> Avec Gen Kelsang Chögyan 10h-11h30 [10 \$]		Méditation guidée 12h15 à 12h45 [gratuit]		Prières pour tous JC 17h30-18h30		Prières pour tous JC 17h30-18h30	
Prayers for everyone HJ 5:30pm-6:30pm		Prières pour tous JC 17h30-18h30		Prières pour tous JC 17h30-18h30		Explication de la pratique du Joyau du cœur Avec Gen Kelsang Chögyan 19h30-21h [10 \$]		Prières pour tous • tsog TM 17h30-21h30		Prières pour tous JC 17h30-18h30		Prières pour tous JC 17h30-18h30	
Meditation for inner peace <i>How to cultivate inner peace</i> With Emily MacLeod 7:15 pm to 8:30 pm [5 \$]		Programme fondamental <i>Comprendre l'esprit</i> [sur inscription seulement] Avec Gen Kelsang Chögyan 19h15-21h30		Conseils pour une vie heureuse <i>Trouver l'équilibre</i> Avec Gen Kelsang Chögyan 19h30-21h [10 \$]									

Pour tous | sans inscription | sans pré-requis [SAUF INDICATION CONTRAIRE] IL N'EST PAS NÉCESSAIRE D'ASSISTER À TOUTES LES CLASSES POUR RECEVOIR LES BIENFAITS DES ENSEIGNEMENTS.
JC LE JOYAU DU COEUR [AVEC MÉDITATION EN SILENCE] • **JS LE JOYAU QUI EXAUCE LES SOUHAITS** • **HJ HEART JEWEL** [WITH MEDITATION IN SILENCE] • **OGS OFFRANDE AU GUIDE SPIRITUEL** • **TM TAMBOUR MÉLODIEUX DANS TOUTES LES DIRECTIONS** **TSOG** VOUS POUVEZ APPORTER UNE OFFRANDE DE NOURRITURE • **TARA** RÉCITATION DE LOUANGES ET MANTRAS AU BOUDDHA DE LA COMPASSION ACTIVE • **POWA** PRIÈRES POUR LES DÉFUNTS

Lundi • Mon		Mardi • Tues		Merc • Wed		Jeudi • Thurs		Vend • Fri		Sam • Sat		Dim • Sun	
27		28		29		30		1		2		3	
		La voie rapide • 7h-9h Pour initiés seulement				Sodjong • 7h-8h30 Pers. ordonnées seulement		La voie rapide • 7h-9h Pour initiés seulement		Retraite urbaine Pour tous		Pour la paix dans le monde Intégrer la méditation à son quotidien <i>La confiance de pouvoir changer</i> Avec Gen Kelsang Chögyan 10h-12h [10 \$]	
Méditation guidée 12h15-12h45 [gratuit]		Méditation guidée 12h15-12h45 [gratuit]		Méditation guidée 12h15-12h45 [gratuit]		Contrôler son esprit : résoudre ses problèmes <i>La souffrance qui déforme la réalité</i> Avec Gen Kelsang Chögyan 10h-11h30 [10 \$]		Méditation guidée 12h15 à 12h45 [gratuit]		Journée de méditations pour se détendre Avec Xavier Perraton Dîner végétarien inclus. Merci de confirmer votre présence. [25 \$] 09h00-10h00 11h00-12h00 13h30-14h30 15h30-16h30			
Prayers for everyone HJ 5:30pm-6:30pm		Prières pour tous JC 17h30-18h30		Prières pour tous JC 17h30-18h30				Prières pour tous • <i>tsog</i> TM 17h30-21h30		Prières pour tous JC 17h30-18h30		Prières pour tous JC 17h30-18h30	
Meditation for inner peace <i>How to cultivate inner peace</i> With Emily MacLeod 7:15 pm to 8:30 pm [\$7]		Programme fondamental <i>Comprendre l'esprit</i> [sur inscription seulement] Avec Gen Kelsang Chögyan 19h15-21h30		Conseils pour une vie heureuse <i>Trouver l'équilibre</i> Avec Gen Kelsang Chögyan 19h30-21h [10 \$]		Explication de la pratique du Joyau du cœur Avec Gen Kelsang Chögyan 19h30-21h [10 \$]							
4		5		6		7		8		9		10	
		La voie rapide • 7h-9h Pour initiés seulement						La voie rapide • 7h-9h Pour initiés seulement				Pour la paix dans le monde Intégrer la méditation à son quotidien <i>Créer de l'énergie positive</i> Avec Gen Kelsang Chögyan 10h-12h [10 \$]	
Méditation guidée 12h15-12h45 [gratuit]		Méditation guidée 12h15-12h45 [gratuit]		Méditation guidée 12h15-12h45 [gratuit]		Contrôler son esprit : résoudre ses problèmes <i>La pouvoir du lâcher-prise</i> Avec Gen Kelsang Chögyan 10h-11h30 [10 \$]		Méditation guidée 12h15 à 12h45 [gratuit]		Retraite 24h Tara Svp apporter sac de couchage, matelas de sol et repas. [30 \$ intro et retraite ou 5 \$/séance] Vous pouvez apporter une offrande de nourriture qui sera déposée sur l'autel.			
Prayers for everyone HJ 5:30pm-6:30pm		Prières pour tous JC 17h30-18h30		Prières pour tous • <i>tsog</i> JES 17h15-18h30				Prières pour tous JC 17h30-18h30		Intro : 19h-20h [7 \$] Avec Gen Kelsang Chögyan 1ère séance: 20h-21h 2e séance: Minuit-1h		3e séance: 4h-5h 4e séance: 8h-9h 5e séance: 12h-13h 6e séance: 16h-17h	
Meditation for inner peace <i>Overcoming laziness</i> With Emily MacLeod 7:15 pm to 8:30 pm [\$7]		Programme fondamental <i>Comprendre l'esprit</i> [sur inscription seulement] Avec Gen Kelsang Chögyan 19h15-21h30		Conseils pour une vie heureuse <i>Vivre dans l'harmonie</i> Avec Gen Kelsang Chögyan 19h30-21h [10 \$]		Explication de la pratique du Joyau du cœur Avec Gen Kelsang Chögyan 19h30-21h [10 \$]				Prières pour tous JC 17h30-18h30		Prières pour tous • <i>tsog</i> OGS 17h-19h	
11		12		13		14		15		16		17	
		La voie rapide • 7h-9h Pour initiés seulement				La voie rapide • 7h-9h Pour initiés seulement		Prise des préceptes 6h30-7h		Atelier pour tous		Pour la paix dans le monde Intégrer la méditation à son quotidien <i>Imaginer un monde meilleur</i> Avec Gen Kelsang Chögyan 10h-12h [10 \$]	
Méditation guidée 12h15-12h45 [gratuit]		Méditation guidée 12h15-12h45 [gratuit]		Méditation guidée 12h15-12h45 [gratuit]		Contrôler son esprit : résoudre ses problèmes <i>L'acceptation patiente</i> Avec Gen Kelsang Chögyan 10h-11h30 [10 \$]		Méditation guidée 12h15 à 12h45 [gratuit]		L'habileté de prendre soin de soi et des autres 9h30-16h30 Avec Gen Kelsang Chögyan Dîner végétarien inclus. Merci de confirmer votre présence. [40 \$]			
Prayers for everyone HJ 5:30pm-6:30pm		Prières pour tous JC 17h30-18h30		Prières pour tous • <i>tsog</i> JES 17h15-18h30				Prières pour tous JC 17h30-18h30		Prières pour tous JC 17h30-18h30		Atelier Pratiques des tantras Avec Gen Kelsang Chögyan Pour initiés seulement. Pratique et enseignements 14h00-17h00 [15 \$]	
Meditation for inner peace <i>A special breathing meditation</i> With Emily MacLeod 7:15 pm to 8:30 pm [\$7]		Programme fondamental <i>Comprendre l'esprit</i> [sur inscription seulement] Avec Gen Kelsang Chögyan 19h15-21h30		Conseils pour une vie heureuse <i>Vaincre la déprime</i> Avec Gen Kelsang Chögyan 19h30-21h [10 \$]		Explication de la pratique du Joyau du cœur Avec Gen Kelsang Chögyan 19h30-21h [10 \$]						Prières pour tous JC 17h30-18h30	
18		19		20		21		22		23		24	
Semaine de relâche.												 Festival international de la NKT au Brésil Avec le Vénérable Guéshé Kelsang Gyatso Du 22 au 29 octobre 2010 Un bouddhisme moderne Transmission de pouvoir de Djé Tsongkhapa, le Bouddha de la sagesse et enseignements	
25		26		27		28		29		30		31	
Festival international de la NKT au Brésil Avec le Vénérable Guéshé Kelsang Gyatso Du 22 au 29 octobre 2010												Méditation pour parents avec bébé Le parent médite les yeux ouverts en présence de l'enfant. Bienvenu aux parents, futurs parents et bébés de 0 à 4 ans. Avec Emily MacLeod 10h30 à 11h30 [5 \$]	
Méditation guidée 12h15-12h45 [gratuit]		Méditation guidée 12h15-12h45 [gratuit]		Méditation guidée 12h15-12h45 [gratuit]				Méditation guidée 12h15-12h45 [gratuit]					
Prières pour tous • <i>tsog</i> OGS 19h15-21h15										Prières pour tous • <i>tsog</i> TM 16h-20h		Prières pour tous JC 17h30-18h30	