

LUNDI • MON	MARDI • TUES	MERC • WED	JEUDI • THURS	VEND • FRI	SAM • SAT	DIM • SUN	
27	28	29	30	31	1er JANVIER	2	
RELÂCHE					<b>COURS DU NOUVEL AN</b> <b>Créer les causes d'une année réussie</b> Avec Kelsang Lamshé 16 h - 17 h 30 [15 \$]	<b>RETRAITE GUIDÉE</b> <b>Une pratique de méditation joyeuse</b> Du 2 au 7 janvier Avec Kelsang Lamshé et Line Sauriol #1 : 16 h à 17 h #2 : 19 h à 20 h Infos et inscription sur notre site web	
3	4	5	6	7	8	9	
<b>RETRAITE GUIDÉE</b> <b>Une pratique de méditation claire et joyeuse</b> Du 2 au 7 janvier Avec Kelsang Lamshé et Line Sauriol   Infos et inscription sur notre site web # 3 : 9 h à 10 h # 4 : 11 h à 12 h # 5 : 16 h à 17 h # 6 : 19 h à 20 h # 7 : 9 h à 10 h # 8 : 11 h à 12 h # 9 : 16 h à 17 h # 10 : 19 h à 20 h # 11 : 9 h à 10 h # 12 : 11 h à 12 h # 13 : 16 h à 17 h # 14 : 19 h à 20 h # 15 : 9 h à 10 h # 16 : 11 h à 12 h # 17 : 16 h à 17 h # 18 : 19 h à 20 h # 19 : 9 h à 10 h # 20 : 11 h à 12 h # 21 : 16 h à 17 h # 22 : 19 h à 20 h Retraite complète : 100 \$ Par jour : 30 \$					<b>24 hres de Bouddha Tara verte</b> Séances non-guidées toutes les 4 heures au KMC Mandjoushri 21 h - 1 h - 5 h - 9 h - 13 h - 17 h <a href="https://manjushri.org/events/24-hour-tara-chanting">https://manjushri.org/events/24-hour-tara-chanting</a>		
10	11	12	13	14	15	16	
<b>Journée de Vajrayogini</b>  OGS • TSOG 13 h - 14 h 30	JES 16 h - 17 h  POWA Prières pour les défunts 19 h - 20 h	JES 16 h - 17 h  <b>NOUVELLE SÉRIE MÉDITATION &amp; BOUDDHISME</b> En finir avec ses dépendances Comprendre ses désirs incontrôlés 19 h - 20 h 30 [12 \$]	JES 16 h - 17 h	SODJONG 10 h 30 - 12 h Pour personnes ordonnées seulement  JES 16 h - 17 h Introduction à la retraite <b>QUI SUIS-JE VRAIMENT ?</b> Avec Guèn Kelsang Chögyan 19 h - 20 h 30 [12 \$]	<b>RETRAITE GUIDÉE</b> <b>QUI SUIS-JE VRAIMENT ?</b> La vacuité, possibilités infinies Avec Guèn Kelsang Chögyan # 1 : 9 h à 10 h # 2 : 11 h à 12 h # 3 : 15 h à 16 h # 4 : 17 h à 18 h # 5 : 9 h à 10 h # 6 : 11 h à 12 h # 7 : 15 h à 16 h # 8 : 17 h à 18 h Retraite complète : 55 \$ Par jour : 30 \$		
17	18	19	20	21	22	23	
JES 16 h - 17 h  <b>NOUVELLE SÉRIE QUESTIONS PROFONDES RÉPONSES SAGES</b> Les essentiels du bouddhisme Il est où le bonheur ? 19 h - 20 h 15 [12 \$]	JES 16 h - 17 h  Possibilité de rejoindre le cours : inscrivez-vous en ligne Programme fondamental [pour étudiants déjà inscrits à ce programme] 18 h 45 - 21 h	<b>RETRAITE GUIDÉE</b> <b>Développer la capacité de son esprit : se concentrer sur le Lamrim - Avec Guèn Kelsang Chögyan</b> # 1 : 9 h à 10 h 15 # 2 : 11 h à 12 h 15 # 3 : 16 h à 17 h 15 # 4 : 9 h à 10 h 15 # 5 : 11 h à 12 h 15 # 6 : 16 h à 17 h 15 # 7 : 19 h à 20 h 15 # 8 : 9 h à 10 h 15 # 9 : 11 h à 12 h 15 # 10 : 16 h à 17 h 15 # 11 : 19 h à 20 h 15 # 12 : 9 h à 10 h 15 # 13 : 11 h à 12 h 15 # 14 : 16 h à 17 h 15 # 15 : 19 h à 20 h 15 # 16 : 9 h à 10 h 15 # 17 : 16 h à 17 h 15 # 18 : 19 h à 20 h 15 Retraite complète : 100 \$ Par jour : 30 \$ - Plus d'infos sur notre site web				J♥ 12h30 - 13h20  <b>MÉDITATION &amp; BOUDDHISME</b> En finir avec ses dépendances Une perspective à long terme 19 h - 20 h 30 [12 \$]	<b>NOUVELLE SÉRIE</b> <b>FOCALISER SUR L'ESSENTIEL</b> Comment résoudre nos problèmes humains ? Avec Guèn Kelsang Chögyan 11 h - 12 h 15 [12 \$]
24	25	26	27	28	29	30	
JES 16 h - 17 h  <b>QUESTIONS PROFONDES RÉPONSES SAGES</b> Les essentiels du bouddhisme Changer ses mauvaises habitudes : par où commencer ? 19 h - 20 h 15 [12 \$]	<b>Journée de Hérouka</b> J♥ 9h - 9h50  OGS • TSOG 16 h - 17 h 30  Programme fondamental [pour étudiants déjà inscrits à ce programme] 18 h 45 - 21 h	JES 16 h - 17 h  <b>MÉDITATION &amp; BOUDDHISME</b> En finir avec ses dépendances L'acceptation : clé du succès 19 h - 20 h 30 [12 \$]	JES 16 h - 17 h  Formation enseignants [pour étudiants déjà inscrits à ce programme] 18 h 30 - 20 h 30	JES 16 h - 17 h  <b>ATELIER</b> <b>Sortir du cycle de l'anxiété</b> Avec Guèn Kelsang Chögyan 9 h 30 à 13 h [25 \$]	<b>FOCALISER SUR L'ESSENTIEL</b> Comment résoudre nos problèmes humains ? Avec Guèn Kelsang Chögyan 11 h - 12 h 15 [12 \$]  Formation enseignants [pour étudiants déjà inscrits à ce programme] 14 h - 18 h 30		