

CENTRE PARAMITA

DE BOUDDHISME TIBÉTAÏN DU QUÉBEC

1156, rue Louis-Armand-Desjardins (District de Cap-Rouge), Québec (QC) Canada G1Y 2B3
418- 657-5741 www.centrepamita.org info@centrepamita.org



Centre Paramita
DE BOUDDHISME TIBÉTAÏN DU QUÉBEC

Programme

Programmation de mars à juin 2009

Activités à Québec	Date	Heure	Lieu
Méditation (ouvert à tous sans réservation)	Lundis 2 mars au 8 juin	19:30 à 20:45	chez Anne et Daniel, 2050 ch. Ste-Foy
Cours de Lam Rim*	Mardis 3 mars au 9 juin	19:30 à 20:45	*
Pratique de rituels **	Jeudis 5 mars au 11 juin	19:30 à 20:45	chez Anne et Daniel, 2050 ch. Ste-Foy
Initiation du Bouddha de la Médecine***	Samedi 9 mai	13:30 à 16:30	chez Anne et Daniel, 2050 ch. Ste-Foy
Initiation de Vajrasattva, Bouddha de la purification***	Samedi 6 juin	13:30 à 16:30	chez Anne et Daniel, 2050 ch. Ste-Foy
Activités en Beauce (St-Georges)			
Méditation pour se libérer de la mort	Samedi le 25 avril	13:30 à 15:30	250, 18 ^e rue, 3 ^e étage
Enseignements à Gatineau, par Jason Simard			
Cours de Lam Rim*	Lundis (début 2 mars)	19:30 à 21:00	9 rue Fortier
Enseignements et méditations (ouvert à tous)	Mardis (début 3 mars)	19:30 à 21:00	9 rue Fortier
Conférence à Gatineau, par Lama Samten			
Conférence sur les techniques de méditation*	Lundi 2 mars	19:30 à 20:45	Dép. Sylvestre, 9 rue Fortier
Activité en Estrie, par Lama Samten			
Initiation de Tara blanche, bouddha de la longévité*	Dimanche 29 mars	13:00 à 16:30	Centre Tara, Bonsecours
Activité	à déterminer	13:30 à 16:30	Granby
Activités à Montréal et environs			
Conférence sur les techniques de méditation* par L. Samten	Mercredi 4 mars	19:30 à 21:00	Libr. Paulines (2661 Masson)
Conférence sur les techniques de méditation* par L. Samten	Dimanche 15 mars	11:00 à 12:30	Bibliothèque municipale, Chambly
Cours de Lam Rim*	à déterminer	-	à déterminer
Méditation (ouvert à tous sans réservation)	Mercredi 11 mars	18:15 à 19:15	YWCA (1355 René Lévesque O)
Enseignements sur la philosophie bouddhiste tibétaine	Mercredi 11 mars	19:30 à 21:00	YWCA (1355 René Lévesque O)
Activités à Chicoutimi			
Introduction à la méditation*	Samedi et dimanche 21-22 février	9:00 à 17:00	Chicoutimi
Activités dans Charlevoix			
Activité	à déterminer	-	Baie Saint-Paul

* Réservations nécessaires. Pour participer au cours de **Lam Rim** offert à Québec, contactez directement Hélène, au 418-682-5890. Pour celui de Montréal, contactez Jason, à jason@centrepamita.org

** Ces pratiques seront dirigées par Lama Samten. Les rituels programmés sont disponibles à /activites/coursrituel

*** L'initiation est ouverte à tous, mais spécialement à ceux qui ont une connaissance des bases du bouddhisme.

Pour toutes les initiations et transmissions, prière de réserver pour nous permettre de prévoir l'espace requis.

- En tout temps, vous pouvez manifester votre intérêt pour un cours de Lam Rim en téléphonant à l'un des numéros ci-dessous. Il y a habituellement 15 séances de 1:30 chacune.

Vous pouvez remplir le formulaire d'inscription au Lam Rim disponible via notre site Internet : <http://www.centrepamita.org/centre/activites/FormulaireinscriptionLamRim.pdf> et nous le faire parvenir par la poste ou par courriel.

POUR INFORMATIONS :

Québec : Hélène au (418) 682-5890 ; **Outaouais** : Jason à jason@centrepamita.org ; **Montréal et Chambly** : Pascale : (514) 523-7434 ou Jason ; **Chicoutimi** : Sylvie 418-543-6939 ; **Stanstead** : Gérard 819-876-2770 ; **Granby** : Mario au (450) 770-7179 ; **Charlevoix** : Nicole : 418-439-1858 ; **Beauce** : Louise : 418-774-9845

Dons suggérés : 5\$ pour les séances de méditation ; 10\$ pour les cours et conférences ;

20\$ pour les transmissions et initiations mineures. Ces dons sont entièrement laissés à votre discrétion.

Retraites

Une retraite d'un mois pour la pratique de l'Anuttara Yoga Tantra de Yamantaka sera offerte à l'automne 2010 à ceux qui ont reçu l'initiation majeure de Yamantaka.

Une retraite de **Lam Rim** de 10 jours ouverte à tous sera offerte à l'automne 2009, dirigée par Christian Racine. Une retraite de calme mental de 5 jours ouverte à tous sera offerte en janvier 2010, dirigée par Hélène Gilbert. Une retraite d'une journée (sans coucher) se tiendra comme l'an passé dans la nature durant l'été 2009. La date en sera précisée au cours du printemps sur notre site web et par courriel, pour ceux qui sont inscrits sur notre liste d'envoi.

Le programme détaillé de toutes ces retraites est disponible sur notre site web.

Approfondissement de la voie bouddhiste

Le prochain cours d'approfondissement de la voie bouddhiste sera offert à l'automne. Prenez note qu'il faut avoir reçu au moins la transmission orale du Lam Rim afin de pouvoir être admis à ce cours.

Pèlerinages : l'Inde, puis la Mongolie

Un groupe est parti pour l'Inde le 13 janvier 2009. Leur voyage est organisé en collaboration avec l'agence de voyage Spiritours, détentrice d'un permis du Québec. Consultez le site web dans la section "Suivez les pèlerins" pour les suivre au jour le jour. Le prochain voyage se déroulera au mois d'août en Mongolie. La visite de monastères, le camping sous la tente et une tournée dans la campagne dans le monde des nomades mongols sont au programme. Pour vous assurer une place, vous devez vous inscrire **avant le 1er mars**. Une rencontre pré-départ sera cédulée aux alentours de cette date.

Cours de langue tibétaine

Des cours de tibétain pour débutants sont offerts cet hiver. L'horaire sera établi selon les disponibilités des participants. Réservez auprès d'Hélène (Québec) helene@centreparamita.org ou de Jason (Gatineau et Montréal) jason@centreparamita.org

Rappel

Des reçus de charité pour la totalité de vos dons peuvent être émis à la fin de l'année. Pour en obtenir un, vos dons peuvent être placés dans des enveloppes disponibles lors de chaque événement, sur lesquelles vous inscrivez vos coordonnées.

Centre Paramita

1156, rue Louis-Armand Desjardins
(District de Cap-Rouge), Québec (QC)
Canada G1Y 2B3
(418) 657-5741

info@centreparamita.org
www.centreparamita.org

Boutique

Venez visiter notre boutique au Centre Paramita, à Cap-Rouge, (sur rendez-vous) ou encore commandez des articles en ligne en vous rendant sur notre site Internet (/boutique). Tous les profits recueillis lors des cours, conférences, méditations, pèlerinages, retraites et ventes par la boutique sont consacrés au financement du futur centre de méditation et de retraite de tradition bouddhiste tibétaine et au soutien de moines tibétains résidents au Québec. Les projets du Centre sont destinés au bénéfice de tous et au bien des prochaines générations.