

Méditation du mercredi soir

Activités régulières [1]

05 Octobre 2011 - 19:00 à 21:00

Tous les mercredis - 19h - 21h00

Première heure :

- méditation assise guidée
- méditation marchée
- méditation assise silencieuse

Deuxième heure :

- Enseignement sur les 4 fondements de la Pleine Conscience – le sattipatthana sutra avec Lily, dharmacarya.
- Questions et partage

Enseignement et Pratique en 42 semaines.

Expérience non requise; suivi continu préférable mais non obligatoire.

Formulaire d'inscription : Mercredis soir [2]

MPC & IPCAM, 6000 Côte-des-Neiges, Suite 110-115, Montréal, Qc, H3S 1Z8
514-272-2832 - info@mpcmontreal.org

URL source: <http://www.mpcmontreal.org/?q=fr/node/373>

Liens

[1] <http://www.mpcmontreal.org/?q=fr/taxonomy/term/25>

[2] <http://www.mpcmontreal.org/?q=fr/node/1538>