

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
<p>Devemos compreender que agora, neste exato momento, temos uma vida humana e encontramos o Budadharma. Por colocar os ensinamentos de Buda em prática, temos a oportunidade de manter, o tempo todo, uma mente pacífica ao longo de toda a nossa vida, e vida após vida. Esta é uma oportunidade maravilhosa e preciosa, que nunca devemos desperdiçar.</p> <p style="text-align: right;">O Espelho do Dharma. <i>Venerável Geshe Kelsana Gyatso Rinpoche</i></p>						<p style="text-align: right;">01</p> <p>09h <i>Proteção Espiritual</i> 10h Paz Interior: A fonte de toda a felicidade (aula 1) 17h O poder do amor e da compaixão (aula 1)</p>
<p style="text-align: right;">02</p> <p>12h30 <u>Meditação Expressa</u> 18h <i>Proteção Espiritual</i> 19h <u>Meditação Expressa</u> 20h Formação de Meditadores (aula 3)</p>	<p style="text-align: right;">03</p> <p>12h30 <u>Meditação Expressa</u> 18h <i>Proteção Espiritual</i> 19h <u>Meditação Expressa</u> 20h A prática mágica de Tomar e Dar 20h As quatro nobres verdades (aula 4)</p>	<p style="text-align: right;">04</p> <p>12h30 <u>Meditação Expressa</u> 16h As bases do caminho à Iluminação (aula 3) 18h <i>Proteção Espiritual</i> 19h <u>Meditação Expressa</u> 20h A liberdade do autocontrole (aula 3)</p>	<p style="text-align: right;">05</p> <p>12h30 <u>Meditação Expressa</u> 18h <i>Proteção Espiritual</i> 19h <u>Meditação Expressa</u> 20h A prática mágica de Tomar e Dar 20h Como manter uma mente feliz e livre de estresse (aula 1)</p>	<p style="text-align: right;">06</p> <p>12h30 <u>Meditação Expressa</u> 20h <i>Proteção Espiritual com tsog</i></p>	<p style="text-align: right;">07</p> <p>09h <i>Proteção Espiritual</i> Aprenda a Meditar em 7 passos 10h-12h Turma 1 16h-18h Turma 2</p>	<p style="text-align: right;">08</p> <p>DIA DE TARA VERDE 09h <i>Proteção Espiritual</i> 10h Paz Interior: A fonte de toda a felicidade (aula 2) 17h O poder do amor e da compaixão (aula 2) <i>Retiro de Tara 24h</i> Sessões às: 23h (07.09) 07h 11h 15h 20h</p>
<p style="text-align: right;">09</p> <p>12h30 <u>Meditação Expressa</u> 18h <i>Proteção Espiritual</i> 19h <u>Meditação Expressa</u> 20h Formação de Meditadores (aula 4)</p>	<p style="text-align: right;">10</p> <p>DIA DE TSOG 12h30 <u>Meditação Expressa</u> 18h <i>Proteção Espiritual</i> 20h <i>Oferenda ao Guia Espiritual</i></p>	<p style="text-align: right;">11</p> <p>12h30 <u>Meditação Expressa</u> 16h As bases do caminho à Iluminação (aula 4) 18h <i>Proteção Espiritual</i> 19h <u>Meditação Expressa</u> 20h A liberdade do autocontrole (aula 4)</p>	<p style="text-align: right;">12</p> <p>12h30 <u>Meditação Expressa</u> 18h <i>Proteção Espiritual</i> 19h <u>Meditação Expressa</u> 20h A prática mágica de Tomar e Dar 20h Como manter uma mente feliz e livre de estresse (aula 2)</p>	<p style="text-align: right;">13</p> <p>12h30 <u>Meditação Expressa</u> 20h <i>Proteção Espiritual com tsog</i></p>	<p style="text-align: right;">14</p> <p>09h <i>Proteção Espiritual</i> 15h-17h Crianças pela Paz Mundial 19h <i>Preces para os falecidos</i></p>	<p style="text-align: right;">15</p> <p>09h <i>Proteção Espiritual</i> 10h Formação de Meditadores (aula 1) 17h O poder do amor e da compaixão (aula 3)</p>
<p style="text-align: right;">16</p> <p>12h30 <u>Meditação Expressa</u> 18h <i>Proteção Espiritual</i> 19h <u>Meditação Expressa</u> 20h Formação de Meditadores (aula 5)</p>	<p style="text-align: right;">17</p> <p>12h30 <u>Meditação Expressa</u> 18h <i>Proteção Espiritual</i> 19h <u>Meditação Expressa</u> 20h A prática mágica de Tomar e Dar</p>	<p style="text-align: right;">18</p> <p>12h30 <u>Meditação Expressa</u> 16h As bases do caminho à Iluminação (aula 5) 18h <i>Proteção Espiritual</i> 19h <u>Meditação Expressa</u> 20h A liberdade do autocontrole (aula 5)</p>	<p style="text-align: right;">19</p> <p>12h30 <u>Meditação Expressa</u> 18h <i>Proteção Espiritual</i> 19h <u>Meditação Expressa</u> 20h A prática mágica de Tomar e Dar 20h Como manter uma mente feliz e livre de estresse (aula 3)</p>	<p style="text-align: right;">20</p> <p>12h30 <u>Meditação Expressa</u> 20h <i>Proteção Espiritual com tsog</i></p>	<p style="text-align: right;">21</p> <p>09h <i>Proteção Espiritual</i> 10h-12h Conheça o Budismo Kadampa</p>	<p style="text-align: right;">22</p> <p>09h <i>Proteção Espiritual</i> 10h Formação de Meditadores (aula 2) 18h <i>Oferenda ao Guia Espiritual</i> Dia que Buda retornou do paraíso</p>
<p style="text-align: right;">23</p> <p>12h30 <u>Meditação Expressa</u> 18h <i>Proteção Espiritual</i> 19h <u>Meditação Expressa</u> 20h Aprenda ser a melhor versão de si (aula 1)</p>	<p style="text-align: right;">24</p> <p>12h30 <u>Meditação Expressa</u> 18h <i>Proteção Espiritual</i> 19h <u>Meditação Expressa</u> 20h A prática mágica de Tomar e Dar</p>	<p style="text-align: right;">25</p> <p>DIA DE TSOG 12h30 <u>Meditação Expressa</u> 16h As bases do caminho à Iluminação (aula 6) 18h <i>Proteção Espiritual</i> 20h <i>Oferenda ao Guia Espiritual</i></p>	<p style="text-align: right;">26</p> <p>12h30 <u>Meditação Expressa</u> 18h <i>Proteção Espiritual</i> 19h <u>Meditação Expressa</u> 20h A prática mágica de Tomar e Dar 20h Como manter uma mente feliz e livre de estresse (aula 4)</p>	<p style="text-align: right;">27</p> <p>12h30 <u>Meditação Expressa</u> 20h Palestra Pública "A Paz é possível?" Local: OAB Taubaté Rua Quatro de Março 441 - Centro</p>	<p style="text-align: right;">28</p> <p>Um dia de Proteção Espiritual Retiro Urbano de meditação e recitação de mantras sessões às (duração 1h): 09h/ 11h/ 15h/ 17h</p>	<p style="text-align: right;">29</p> <p>DIA DO PROTETOR 09h <i>Proteção Espiritual</i> 10h Formação de Meditadores (aula 3) 17h-21h <i>Proteção Espiritual com tsog</i></p>
<p style="text-align: right;">30</p> <p>12h30 <u>Meditação Expressa</u> 18h <i>Proteção Espiritual</i> 19h <u>Meditação Expressa</u> 20h Aprenda ser a melhor versão de si (aula 2)</p>	<p>Sem paz interior, não existe felicidade verdadeira de modo algum. Quanto mais controlarmos a nossa mente, mais a nossa paz interior aumentará e mais felizes iremos nos tornar. Portanto o método verdadeiro para sermos felizes é controlar a nossa própria mente.</p> <p style="text-align: right;">Novo Manual de Meditação, <i>Venerável Geshe Kelsang Gyatso Rinpoche</i></p>					