centro de meditación
kadampa méxico

¿Te gustaría ayudar?

→ **Actividades de voluntariado**

Puedes colaborar en actividades que se hacen en diferentes áreas del Centro, por ejemplo: cafetería, cocina, hospitalidad...

Escanea para saber cómo formar parte del voluntariado y experimentar la felicidad que da ayudar a más personas.

martes 1

7:00-8:45
Programa de Formación de Maestros*

10:30-11:30
Meditación guiada
Luz pura
con **Olivia Quintana**

17:30-18:45
Oraciones
Gema del corazón

19:30-21:00
Clase con meditación
¿De dónde viene el enojo y por qué nos hace daño?
con **Julio González**
(en la segunda sala de meditación)

19:00-21:00
Programa Fundamental*

miércoles 2

7:00-8:45
Programa de Formación de Maestros*

17:30-18:45
Oraciones
La gema que colma todos los deseos

19:30-21:00
Clase con meditación
Cómo superar el fracaso y seguir adelante
con **Roberto Guerrero**

jueves 3

10:30-12:00
Clase con meditación
La clave para ser feliz
con **guen Kelsang Sangden**

17:30-18:30
Oraciones
Gema del corazón

19:00-21:00
Programa Fundamental*

viernes 4

8:00-9:00
Oraciones
Yoga de la Dakini*

10:30-11:30
Meditación guiada
Luz pura
con **Kelsang Sangshe**

17:30-18:45
Oraciones
La gema que colma todos los deseos

19:30-20:30
Oraciones con meditación guiada
Oraciones del Buda de la Medicina
con **Kelsang Sangshe**

* Para practicantes del Tantra del Yoga Supremo.

sábado 5

9:00-13:15
Programa Fundamental*

Retiro de fin de semana

Ocho pasos hacia la felicidad

Adiestramiento de la mente

En este retiro, basado en el *Adiestramiento de la mente* aprenderás a desarrollar una mente de sabiduría y compasión.

9:30-11:00 **Introducción**
12:00-13:30 **Primera sesión**
15:00-16:30 **Segunda sesión**
17:15-18:30 **Tercera sesión**
19:15-20:45 **Cuarta sesión**

Información e inscripción

9:30-11:00 **Quinta sesión**
12:00-13:30 **Sexta sesión**

domingo 6

7:30-9:30
Oraciones
El camino rápido al gran gozo*

10:30-11:30
Clase para niños (4-10 años)
con **Elisa Olvera**

12:30-13:45
Oraciones
La gema que colma todos los deseos con ofrenda de *tsog*

10:30-11:45
Clase con meditación y oraciones por la paz en el mundo
Las ventajas de la humildad y el buen corazón
con **Raúl Gálvez**

* Para practicantes del Tantra del Yoga Supremo.

Libros en los que se basan las clases con meditación:

Basadas en el libro ***Nuevo manual de meditación***
Lunes 19:30 h
Jueves 10:30 h

Basadas en el libro ***Cómo solucionar nuestros problemas humanos***
Martes 19:30 h

Basadas en el libro ***Cómo transformar tu vida***
Miércoles 19:30 h

Estos tres libros serán la base de las clases durante junio y julio.

lunes 7

7:00-8:45
Programa de Formación de Maestros*

17:30-18:45
Oraciones
La gema que colma todos los deseos

19:30-21:00
Clase con meditación
Amor afectivo en acción
con **guen Kelsang Sangden**

martes 8

Día de Tara Verde

7:00-8:45
Programa de Formación de Maestros*

10:30-11:30
Meditación guiada
Inspiración
con **Olivia Quintana**

17:30-18:45
Oraciones
Gema del corazón

19:30-21:00
Clase con meditación
Paciencia y karma
con **Julio González**
(en la segunda sala de meditación)

19:00-21:00
Programa Fundamental*

10:30-11:30
Oraciones a Tara Verde
"Liberación del dolor"

miércoles 9

7:00-8:45
Programa de Formación de Maestros*

17:30-18:45
Oraciones
La gema que colma todos los deseos

19:30-21:00
Clase con meditación
Una práctica espiritual para una vida más feliz
con **Roberto Guerrero**

jueves 10

Día de *tsog*

10:30-12:00
Clase con meditación
Amor afectivo en acción
con **guen Kelsang Sangden**

17:30-18:30
Oraciones
Gema del corazón

19:00-21:00
Oraciones
Ofrenda al Guía Espiritual

viernes 11

8:00-9:00
Oraciones
Yoga de la Dakini*

10:30-11:30
Meditación guiada
Inspiración
con **Ana Santillán**

17:30-18:45
Oraciones
La gema que colma todos los deseos

19:30-20:30
Oraciones con meditación guiada
Oraciones a Avalokiteshvara, el Buda de la compasión
con **Kelsang Sangshe**

* Para practicantes del Tantra del Yoga Supremo.

sábado 12

9:00-13:15
Programa Fundamental*

domingo 13

7:30-9:30
Oraciones
El camino rápido al gran gozo*

10:30-11:30
Clase para niños (4-10 años)
con **Elisa Olvera**

12:30-13:45
Oraciones
La gema que colma todos los deseos con ofrenda de *tsog*

10:30-11:45
Clase con meditación y oraciones por la paz en el mundo
Métodos para transformar nuestra mente
con **Raúl Gálvez**

* Para practicantes del Tantra del Yoga Supremo.

próximo festival internacional

25 julio - 9 de agosto

Festival Internacional de Verano 2025

Ceremonia de votos de refugio
Iniciación de Buda Tara Verde
Enseñanzas sobre los "Consejos de corazón de Atisha"

con **Guen-la Kelsang Dekyong** y **Guen-la Kelsang Jampa**

en Manjushri KMC, Reino Unido

lunes 14

7:00-8:45
Programa de Formación de Maestros*

17:30-18:45
Oraciones
La gema que colma todos los deseos

19:30-21:00
Clase con meditación
El verdadero poder del amor
con **Jéssica Pérez**

martes 15

7:00-7:45
Toma de preceptos

10:30-11:30
Meditación guiada
Quitar el sufrimiento
con **Olivia Quintana**

17:30-18:30
Oraciones
Gema del corazón

19:30-21:00
Clase con meditación
Vidas pasadas, vidas futuras: ¿qué tienen que ver con lo que me pasa hoy?
con **Julio González**
(en la segunda sala de meditación)

19:00-21:00
Programa Fundamental*

miércoles 16

7:00-8:45
Programa de Formación de Maestros*

17:30-18:45
Oraciones
La gema que colma todos los deseos

19:30-21:00
Clase con meditación
La solución a todos nuestros problemas
con **Roberto Guerrero**

jueves 17

10:30-12:00
Clase con meditación
El verdadero poder del amor
con **Kelsang Kunwang**

17:30-18:30
Oraciones
Gema del corazón

19:00-21:00
Programa Fundamental*

viernes 18

8:00-9:00
Oraciones
Yoga de la Dakini*

10:30-11:30
Meditación guiada
Estimar a los demás
con **Ana Santillán**

17:30-18:30
Oraciones
La gema que colma todos los deseos

19:30-20:30
Oraciones con meditación guiada
Oraciones a Vajrasatva, el Buda de la purificación
con **Kelsang Sangshe**

* Para practicantes del Tantra del Yoga Supremo.

sábado 19

9:00-13:15
Programa Fundamental*

Curso de una tarde

La claridad de la mente

Con **Erick Urbina**

Este curso de budismo moderno y meditación es una puerta hacia el silencio interior, donde todo se aclara.

16:30-18:00 **Primera parte**
19:00 a 20:30 **Segunda parte**

información e inscripción

domingo 20

7:30-9:30
Oraciones
El camino rápido al gran gozo*

10:30-11:30
Clase para niños (4-10 años)
con **Elisa Olvera**

10:30-11:45
Clase con meditación y oraciones por la paz en el mundo
El poder de la compasión
con **Raúl Gálvez**

12:30-13:45
Oraciones
La gema que colma todos los deseos con ofrenda de *tsog*

* Para practicantes del Tantra del Yoga Supremo.

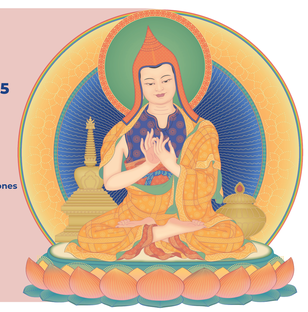
próximo evento local

15-17 de agosto

Retiro post-festival Internacional de Verano 2025

Protección y guía interior

Durante este retiro post-festival de verano, guen Demo nos guiará con comentario y meditaciones para fortalecer nuestro entendimiento y hacer una conexión especial con estos consejos.



con **Guen Kelsang Demo**

lunes 21

7:00-8:45
Programa de Formación de Maestros*

17:30-18:45
Oraciones
La gema que colma todos los deseos

19:30-21:00
Clase con meditación
Cómo la compasión puede llevarte a la iluminación
con **Jéssica Pérez**

martes 22

7:00-8:45
Programa de Formación de Maestros*

10:30-11:30
Meditación guiada
Quitar el sufrimiento
con **Olivia Quintana**

19:00-21:00
Programa Fundamental*

19:30-21:00
Clase con meditación
Enojo bajo control: herramientas básicas para calmar la mente
con **Julio González**
(en la segunda sala de meditación)

miércoles 23

17:30-18:45
Oraciones
La gema que colma todos los deseos

19:30-21:00
Clase con meditación
Aprende a estimar a los demás
con **Roberto Guerrero**

jueves 24

10:30-12:00
Clase con meditación
Cómo la compasión puede llevarte a la iluminación
con **Kelsang Kunwang**

17:30-18:30
Oraciones
Gema del corazón

viernes 25

Día de *tsog*

8:00-9:00
Oraciones
Yoga de la Dakini*

10:30-11:30
Meditación guiada
Quitar el sufrimiento
con **Ana Santillán**

17:30-18:30
Oraciones
La gema que colma todos los deseos

19:00-21:00
Oraciones
Ofrenda al Guía Espiritual

* Para practicantes del Tantra del Yoga Supremo.

sábado 26

domingo 27

7:30-9:30
Oraciones
El camino rápido al gran gozo*

10:30-11:30
Clase para niños (4-10 años)
con **Elisa Olvera**

10:30-11:45
Clase con meditación y oraciones por la paz en el mundo
Cómo transformar las adversidades
con **Raúl Gálvez**

12:30-13:45
Oraciones
La gema que colma todos los deseos con ofrenda de *tsog*

15:00-16:00
Oraciones
Ceremonia de *Powa* en beneficio de los difuntos

* Para practicantes del Tantra del Yoga Supremo.

lunes 28

17:30-18:45
Oraciones
La gema que colma todos los deseos

19:30-21:00
Clase con meditación
La verdad última que revela el Guía Espiritual
con **Jéssica Pérez**

martes 29

Día del Protector

10:30-11:30
Meditación guiada
Dar felicidad
con **Olivia Quintana**

19:30-21:00
Clase con meditación
¿Y si vengarse no repara nada?
con **Julio González**
(en la segunda sala de meditación)

16:15-20:30
Oraciones
El melodioso tambor que vence en todas las direcciones

miércoles 30

17:30-18:45
Oraciones
La gema que colma todos los deseos

19:30-21:00
Clase con meditación
La práctica de tomar y dar
con **Roberto Guerrero**

jueves 31

10:30-12:00
Clase con meditación
La verdad última que revela el Guía Espiritual
con **Kelsang Kunwang**

17:30-18:30
Oraciones
Gema del corazón

calendario de actividades
julio 2025

+ sobre el centro

→ **Alojamiento**

Estadías desde una noche en habitaciones dobles, sencillas y dormitorios.

Amenidades: internet, baño, lavandería y cocina.

info: **alojamiento@kadampamexico.org**

Contáctanos

en nuestra página web:
www.kadampamexico.org

por mail:
info@kadampamexico.org

por WhatsApp:
55 6107 8317

@kadampamexico

/kadampamexico

Ver este calendario en versión digital

* Estos dos programas conllevan compromisos. Si tienes interés, puedes pedir información en la recepción.