

VIPASSANA

CENTRE DE MÉDITATION
VIPASSANA DU QUÉBEC

À Montebello
depuis 2011



JOURNÉE PORTES OUVERTES

Dimanche 3 septembre 2023

De 13 h à 16 h 30

810, côte Azélie

Notre-Dame-de-Bonsecours (Montebello)

Visites guidées du Centre

**Présentation de vidéos sur la méditation
Vipassana, telle qu'enseignée par S.N. Goenka**

Rafraîchissements

Activités pour les enfants



La méditation Vipassana, telle qu'enseignée par S.N. Goenka, est une technique simple, concrète et non sectaire pour accéder à une réelle tranquillité d'esprit et mener une vie heureuse et paisible.