

# calendario de actividades

# mayo 2025

# centro de meditación kadampa mexico

**lunes 5**

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

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

19:30-21:00  
**Clase con meditación**  
Cómo la sabiduría transforma todo  
con: guen Kelsang Sangden

**martes 6**

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

10:30-11:30  
**Meditación guiada**  
Estimar a los demás  
con: Olivia Quintana

17:30-18:45  
**Oraciones**  
Gema del corazón

19:00-21:00  
Programa Fundamental\*

19:30-21:00  
**Clase con meditación**  
El camino del buen corazón  
con: Julio González  
(en la segunda sala de meditación)

**miércoles 7**

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

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

19:30-21:00  
**Clase con meditación**  
¿Por qué son importantes las creencias correctas?  
con: Roberto Guerrero

**jueves 8** Día de Tara Verde

10:30-11:30  
**Oraciones**  
"Liberación del dolor"

10:30-12:00  
**Clase con meditación**  
Cómo la sabiduría transforma todo  
con: Erick Urbina

17:30-18:30  
**Oraciones**  
Gema del corazón

19:00-21:00  
Programa Fundamental\*

**viernes 9**

10:30-11:30  
**Meditación guiada**  
Estimar a los demás  
con: Kelsang Sangshe

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

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

**sábado 10** Día de tsog

9:00-13:15  
Programa Fundamental\*

15:00-17:00  
**Oraciones**  
Ofrenda al Guía Espiritual

**domingo 11**

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

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

10:30-11:45  
**Clase con meditación y oraciones por la paz en el mundo**  
¿Qué es el camino de la compasión y la sabiduría?  
con: Raúl Gálvez

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

\* Para practicantes del Tantra del Yoga Supremo.

### Libros en que se basan las clases con meditación:



**Lunes**  
19:30 h  
**Jueves**  
10:30 h

Basadas en el libro  
**Una vida con significado, una muerte gozosa**



**Martes**  
19:30 h

Basadas en el libro  
**Budismo moderno**



**Miércoles**  
19:30 h

Basadas en el libro  
**Cómo comprender la mente**

Estos tres libros serán la base de las clases durante abril y mayo.

**lunes 12**

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

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

19:30-21:00  
**Clase con meditación**  
Cómo vencer la pereza  
con: Jessica Pérez

**martes 13**

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

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

17:30-18:30  
**Oraciones**  
Gema del corazón

19:00-21:00  
Programa Fundamental\*

19:30-21:00  
**Clase con meditación**  
Descubre la verdad última  
con: Julio González  
(en la segunda sala de meditación)

**miércoles 14**

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

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

19:30-21:00  
**Clase con meditación**  
¿Qué son las mentes conceptuales y no conceptuales?  
con: Roberto Guerrero

**jueves 15**

7:00-7:45  
**Toma de preceptos**

10:30-12:00  
**Clase con meditación**  
Cómo vencer la pereza  
con: Erick Urbina

17:30-18:30  
**Oraciones**  
Gema del corazón

19:00-21:00  
Programa Fundamental\*

**viernes 16**

10:30-11:30  
**Meditación guiada**  
Quitar el sufrimiento  
con: Kelsang Sangshe

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

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

**sábado 17**

9:00-13:15  
Programa Fundamental\*

**Retiro de fin de semana Aprende a meditar**  
con: Erick Urbina

En este retiro de fin de semana aprendemos desde la postura de meditación, cómo aplicar la mente hasta cómo concentrarnos en conclusiones que nos llevarán al estado de bienestar que todos deseamos.

12:00 a 13:30  
**Primera sesión**

15:00 a 16:30  
**Segunda sesión**

17:15 a 18:30  
**Tercera sesión**

19:15 a 20:45  
**Cuarta sesión**

9:30-11:00  
**Introducción**

9:30 a 11:00  
**Quinta sesión**

12:00 a 13:30  
**Sexta sesión**

información e inscripción

### próximo evento local

20-22 de junio  
Festival Kadampa México 2025

## El precioso valor de nuestra vida

**Bendiciones especiales de Tara Blanca**  
con enseñanzas sobre los cuatro sellos y cómo dar sentido a la vida

con: guen Kelsang Rabten  
Maestro Internacional Invitado



**lunes 19**

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

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

19:30-21:00  
**Clase con meditación**  
Despierta la compasión en tu vida diaria  
con: Jessica Pérez

**martes 20**

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

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

19:00-21:00  
Programa Fundamental\*

19:30-21:00  
**Clase con meditación**  
¿Quién soy en realidad?  
con: Julio González  
(en la segunda sala de meditación)

**miércoles 21**

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

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

19:30-21:00  
**Clase con meditación**  
Razonamientos para comprender las enseñanzas de Buda  
con: Roberto Guerrero

**jueves 22**

10:30-12:00  
**Clase con meditación**  
Despierta la compasión en tu vida diaria  
con: Erick Urbina

19:00-21:00  
Programa Fundamental\*

**viernes 23**

10:30-11:30  
**Meditación guiada**  
Dar felicidad  
con: Kelsang Sangshe

19:30-20:30  
**Oraciones con meditación guiada**  
Oraciones a Tara Verde, Liberación del dolor  
con: Kelsang Sangshe

**sábado 24**

Curso de una tarde **Regálale paz interior**  
con: Rogio Martínez

En este curso de dos horas aprenderemos a cultivar y mantener una experiencia especial de paz interior. Si practicamos estas instrucciones, podremos transformar nuestra vida, tener mejores relaciones y nos beneficiaremos a nosotros mismos a lo largo del día. ¡Regístrate paz interior!

16:30-18:00  
**Primera parte**

19:00-20:30  
**Segunda parte**

9:30-11:00  
**Introducción**

información e inscripción

### 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



**lunes 26**

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

19:30-21:00  
**Clase con meditación**  
Cómo purificar la mente  
con: Jessica Pérez

**martes 27**

10:30-11:30  
**Meditación guiada**  
Cuerpo de luz  
con: Olivia Quintana

19:30-21:00  
**Clase con meditación**  
Introducción al tantra  
con: Julio González  
(en la segunda sala de meditación)

**miércoles 28**

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

19:30-21:00  
**Clase con meditación**  
La meditación y sus distintos niveles  
con: Roberto Guerrero

**jueves 29** Día del Protector

10:30-12:00  
**Clase con meditación**  
Cómo purificar la mente  
con: Erick Urbina

16:00-20:30  
**Oraciones**  
El melodioso tambor que vence en todas las direcciones



**viernes 30**

10:30-11:30  
**Meditación guiada**  
Cuerpo de luz  
con: Kelsang Sangshe

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

**sábado 31**

9:00-13:15  
Programa Fundamental\*

**¿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.

### + sobre el centro

→ Alojamiento  
Estadas desde una noche en habitaciones dobles, sencillas y dormitorios.  
**Amenidades:** internet, baño, lavandería y cocina.

info: [alojamiento@kadampamexico.org](mailto:alojamiento@kadampamexico.org)

### Contáctanos

en nuestra página web:  
[www.kadampamexico.org](http://www.kadampamexico.org)

por mail:  
[info@kadampamexico.org](mailto:info@kadampamexico.org)

por WhatsApp:  
55 6107 8317

[@kadampamexico](https://www.instagram.com/kadampamexico)

[/kadampamexico](https://www.facebook.com/kadampamexico)

Ver este calendario en versión digital



Festival Internacional de Primavera 2025

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