calendario de actividades

noviembre 2026

Tipo de actividades

Clases para todos
No necesitas conocimientos previos, estas clases están diseñadas para que todas las personas puedan asistir en cualquier momento.

Oraciones
Actividad sin costo.

Programas Fundamental y de Formación de Maestros**
Para profundizar en el aprendizaje con un programa estructurado de estudio.

*Práctica tántrica
Sólo para practicantes del Tantra del Yoga Supremo.

** Estos dos programas (Programa Fundamental y Programa de Formación de Maestros) conllevan compromisos. Si tienes interés, puedes pedir información en la recepción.

domingo 1

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
Historia del primer giro de la rueda del Dharma
con Raúl Gálvez

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

18:00-20:00
Programa de Formación de Maestros**

centro de meditación
kadampa méxico

Sabemos que cuando nuestra mente está en paz, somos felices, y cuando no está, nos sentimos dedichados. Por lo tanto, está claro que nuestra felicidad depende de la paz interior y no de lo favorables que sean las condiciones externas. Aunque éstas sean desfavorables, si mantenemos la mente apacible en todo momento, seremos siempre felices.

Gueshe Kelsang Gyatso Rimpoché
Fundador de la Nueva Tradición Kadampa

[Extracto del libro *Budismo Moderno El camino de la compasión y la sabiduría*]

lunes 2

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

19:30-21:00
Clase con meditación
La meditación de dar felicidad
con Kelsang Sangzin

martes 3

7:30-9:00
Oraciones
El camino rápido al gran gozo*

17:30-18:30
Oraciones
Gema del corazón

19:00-21:00
Programa Fundamental**

19:30-21:00
Clase con meditación
Cómo superar el estrés
con Kelsang Sangzin

miércoles 4

7:30-9:00
Oraciones
El camino rápido al gran gozo*

17:30-18:30
Oraciones
Gema del corazón

19:00-21:00
Programa de Formación de Maestros**

jueves 5

10:30-12:00
Clase con meditación
La meditación de dar felicidad
con Erick Urbina

17:30-18:30
Oraciones
Gema del corazón

19:00-21:00
Programa Fundamental**

19:30-21:00
Clase con meditación
Cómo poner atención a lo que realmente importa
con Elisa Cervantes

viernes 6

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

10:30-11:30
Meditación guiada
Claridad
con Kelsang Sangshe

17:30-18:30
Oraciones
Gema del corazón

17:30-18:30
Oraciones con meditación guiada
Oraciones a Avalokiteshvara, el Buda de la compasión
con Kelsang Pawo

19:00-20:30
Oraciones
Yoga de la Dakini*

sábado 7

9:00-13:15
Programa Fundamental**

Curso de una tarde
SÍMBOLOS DE UN MUNDO PURO
Los ocho símbolos auspiciosos y su significado
Con **Kelsang Kunwang**

16:30-18:00
Parte 1

19:00-20:30
Parte 2

información e inscripción

domingo 8

Día de Tara

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
Historia del segundo giro de la rueda del Dharma
con Raúl Gálvez

15:00-16:00
Oraciones a Tara Verde
Liberación del dolor

18:00-20:00
Programa de Formación de Maestros**

lunes 9

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

19:30-21:00
Clase con meditación
El poder de la generosidad
con Kelsang Sangzin

martes 10

Día de *tsog*

7:00-9:00
Oraciones
Ofrenda al Guía Espiritual

17:30-18:30
Oraciones
Gema del corazón

19:00-21:00
Programa Fundamental**

19:30-21:00
Clase con meditación
Cómo lidiar con el dolor mental
con Kelsang Sangzin

miércoles 11

7:30-9:00
Oraciones
El camino rápido al gran gozo*

17:30-18:30
Oraciones
Gema del corazón

19:00-21:00
Programa de Formación de Maestros**

jueves 12

10:30-12:00
Clase con meditación
El poder de la generosidad
con Erick Urbina

17:30-18:30
Oraciones
Gema del corazón

19:00-21:00
Programa Fundamental**

19:30-21:00
Clase con meditación
¿Qué son la vigilancia y retentiva mental?
con Roberto Guerrero

viernes 13

7:30-9:00
Enseñanza
con guen Lochani

sábado 14

9:00-10:00
Meditación
con guen Chime

11:30-13:30
Iniciación de Manyhushri
con guen Lochani

16:00-17:30
Enseñanza
con guen Lochani

18:30-19:30
Oraciones

domingo 15

9:00-10:00
Meditación
con guen Chime

11:30-13:00
Enseñanza
con guen Lochani

16:00-17:30
Enseñanza
con guen Lochani

18:30-19:30
Retiro sesión 1
con Jorge Sánchez

Celebración del Dharma México
LUZ INTERIOR
Bendiciones especiales de Buda Manyhushri
y enseñanzas para cortar la raíz del sufrimiento

con **guen Kelsang Lochani,**
Directora espiritual de España y maestra residente del CMK España

información e inscripción

lunes 16

9:00-10:00
Retiro sesión 2
con Jorge Sánchez

11:00-12:00
Retiro sesión 3
con Jorge Sánchez

13:00-14:00
Retiro sesión 4
con Jorge Sánchez

No hay clase de Programa General
(19:30-21:00)

martes 17

7:30-9:00
Oraciones
El camino rápido al gran gozo*

17:30-18:30
Oraciones
Gema del corazón

19:00-21:00
Programa Fundamental**

19:30-21:00
Clase con meditación
Ser feliz sin ser perfecto
con Kelsang Sangzin

miércoles 18

7:30-9:00
Oraciones
El camino rápido al gran gozo*

17:30-18:30
Oraciones
Gema del corazón

Charla pública
AMAR SIN APEGO
Con **guen Kelsang Lochani**
Maestra invitada
Enseñanzas y meditaciones prácticas para aprender a distinguir entre el amor y el apego.

19:30-21:00

información e inscripción

jueves 19

10:30-12:00
Clase con meditación
Aprende a meditar
con Erick Urbina

17:30-18:30
Oraciones
Gema del corazón

19:00-21:00
Programa Fundamental**

19:30-21:00
Clase con meditación
La historia de Buda Shakyamuni
con Roberto Guerrero

viernes 20

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

10:30-11:30
Meditación guiada
La mente raíz
con Kelsang Sangshe

17:30-18:30
Oraciones
Gema del corazón

17:30-18:30
Oraciones con meditación guiada
Oración del Buda de la Medicina
con Kelsang Pawo

19:00-20:30
Oraciones
Yoga de la Dakini*

sábado 21

9:00-13:15
Programa Fundamental**

domingo 22

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
Historia de Nagaryhuna
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 *poua*

18:00-20:00
Programa de Formación de Maestros**

próximo evento:

31 diciembre
Celebración de año nuevo
LA LUZ DE LA COMPASIÓN
Meditación por la paz en el mundo y ofrecimiento de 100 luces con oraciones a **Avalokiteshvara**

17:00-18:30

lunes 23

19:30-21:00
Clase con meditación
Aprende a meditar
con Kelsang Sangzin

lunes 30

10:30-12:00
Clase con meditación
Una mente en mil lugares: cómo mejorar la concentración
con Kelsang Sangzin

martes 24

19:30-21:00
Clase con meditación
Cómo tener salud mental y física
con Kelsang Sangzin

miércoles 25

Día de *tsog*

7:30-9:00
Oraciones
El camino rápido al gran gozo*

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

jueves 26

10:30-12:00
Clase con meditación
Una mente en mil lugares: cómo mejorar la concentración
con Erick Urbina

19:30-21:00
Clase con meditación
¿Qué es samsara y nirvana?
con Roberto Guerrero

viernes 27

10:30-11:30
Meditación guiada
Paz interior
con Kelsang Sangshe

17:30-18:30
Oraciones con meditación guiada
Oraciones a Buda Vajrasatva, el Buda de la purificación
con Kelsang Pawo

sábado 28

9:00-13:15
Programa Fundamental**

Curso de una tarde
SUPERA EL ENOJO
Herramientas para vivir en calma
Con **roberto Guerrero**

16:30-18:00
Parte 1

19:00-20:30
Parte 2

información e inscripción

domingo 29

Día del Protector

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
Historia de Chandrakirti
con Raúl Gálvez

12:30-17:00
Oraciones
El melodioso tambor que vence en todas las direcciones

Retiro de yoga del Guru y ofrecimiento de mandalas para PF y PFM

+info
sobre el centro

→ **Voluntariado**
Puedes colaborar en actividades que se hacen en diferentes áreas del Centro, por ejemplo: cafetería, cocina, hospitalidad...
Contáctanos por WhatsApp para saber cómo puedes formar parte del voluntariado.

Contáctanos

en nuestra página web:
www.kadampamexico.org

por mail:
info@kadampamexico.org

@kadampamexico
/kadampamexico

55 6107 8317
(escanea para ir al chat de WhatsApp)