

Qui sommes-nous ?

La Science de la Spiritualité est un organisme spirituel, mondialement reconnu, dédié à transformer des vies par la méditation sous la direction de Sant Rajinder Singh Ji.



Sant Rajinder Singh Ji est reconnu internationalement comme un Maître spirituel authentique.

Il enseigne la méditation sur la Lumière et le Son intérieurs et nous invite à en faire nous-mêmes l'expérience. Reconnaisant l'unité transcendante qui est au cœur de chaque religion, Il met l'emphase sur le pouvoir de la méditation pour transformer notre vie.

Parcourant inlassablement la planète, Il offre des séminaires de méditation et des causeries sur la spiritualité. Il encourage chacun à assumer pleinement ses responsabilités familiales, sociales et professionnelles tout en développant une vie d'éveil spirituel et de croissance personnelle.

Comment nous joindre ?

450 417-0701

info@science-spiritualite.quebec

www.science-spiritualite.quebec

www.sos.org/fr



[science-spiritualite.quebec](https://www.facebook.com/science-spiritualite.quebec)

**2255 Chemin Ste-Marie
Mascouche, J7L 1A7**

Le sentier spirituel

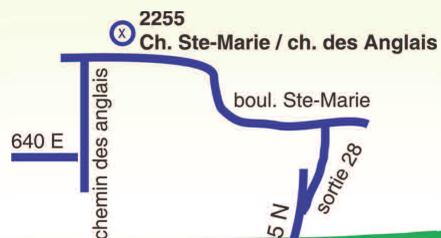
La première composante du sentier traite de notre relation spirituelle avec le Divin en soi par le biais de la méditation.

La deuxième composante du sentier consiste à vivre notre vie en nous appuyant sur les principes éthiques les plus nobles et à faire preuve d'amour et de compassion envers tous.

Sant Rajinder Singh Ji



CENTRE DE MÉDITATION DE MASCOCHE



Centre de méditation de Mascouche

Le Centre de méditation de Mascouche fête en 2019 son **10^e anniversaire** d'existence.

À cette occasion, plusieurs événements spéciaux se tiendront toute l'année les 1^{er} dimanches de chaque mois auxquels vous êtes tous, membres et amis(es) du Centre, cordialement invités d'assister.

ACTIVITÉS AUTOMNE 2019

Toutes nos activités
sont gratuites

Un mode de vie sain basé sur
la méditation et le végétarisme

Activités régulières Entrée libre

Tous les dimanches, 11h à 13h

Méditation, lectures, causerie-vidéo, rencontre pour les nouveaux, programme jeunesse (5 ans +), suivi d'un repas végétarien gratuit

Tous les mercredis, 19h30 à 21h

Méditation, causerie-vidéo, rencontre pour les nouveaux

Bienvenue

C'est avec plaisir que nous vous invitons à nos activités

automne 2019

Venez nous rencontrer aux heures d'ouverture du Centre, les mercredis et dimanches.



Communiquer avec nous par téléphone ou par courriel ou visiter notre site Internet et page Facebook.

MÉDITATION

Cours et retraites pour tous,
Inscription requise

Cours de méditation

Introduction à la méditation
sur la Lumière intérieure.

Découvrez ses secrets, appliquez-les au
quotidien et trouvez une paix qui
dépassera toutes vos attentes.

samedis: 28 sept, 5 et 12 oct 11h à 13h

Retraite de méditation

Développer son attention et retrouver
son centre intérieur par la méditation.

samedi: 9 nov 13h à 16h30

CUISINE VÉGÉTARIENNE

Inscription requise

Démonstration de cuisine végétarienne :
une cuisine simple, rapide et saine.

samedis: 14 sept et 19 oct 13h à 14h30

	DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	VENDREDI	SAMEDI	
ACTIVITÉS RÉGULIÈRES	méditation, lectures, causerie-vidéo, introduction pour les nouveaux, programme enfants, repas végétarien Tous les dimanches 11h à 13h			méditation, causerie-vidéo, introduction pour les nouveaux Tous les mercredis 19h30 à 21h		Retraite de méditation 13h à 16h30 9 nov	
Cours MÉDITATION			Cours Inscription requise 11h à 13h 28 sept, 5 et 12 oct				
CUISINE végétarienne						Cuisine Inscription requise 13h à 14h30 démo 14 sept démo 19 oct	
Ateliers MIEUX-ÊTRE	Ateliers Inscription requise 14h à 16h Nos histoires et leurs pouvoirs immenses sur notre sentier 20 et 27 oct 14h15 à 15h30 Comment une démarche spirituelle peut m'aider à être plus heureux ? 8 sept Comment me développer davantage spirituellement ? 29 sept 14h15 à 15h15 Atelier de rire 3 nov	TOUTES NOS ACTIVITÉS SONT GRATUITES INSCRIPTION REQUISE sauf pour activités régulières www.science-spiritualite.quebec				Atelier 19h30 à 20h45 Yoga-relaxation 25 oct 15 nov	

MIEUX-ÊTRE

Atteindre un équilibre entre vie spirituelle
et nos responsabilités de tous les jours.

Ateliers et rencontres pour nous aider
dans notre cheminement spirituel.

Inscription requise

Comment une démarche spirituelle peut m'aider à être plus heureux ?

De notre santé spirituelle dépend notre santé
physique, mentale et émotionnelle.

dimanche: 8 sept 14h15 à 15h30

Comment me développer davantage spirituellement et globalement ?

Plan d'action pour un mieux-être.

dimanche: 29 sept 14h15 à 15h30

Cours de yoga-relaxation

vendredis: 25 oct, 15 nov 19h30 à 20h45

Nos histoires et leurs pouvoirs immenses sur notre sentier

Changeons nos histoires de vie et changeons
notre destin.

dimanches: 20 et 27 oct 14h00 à 16h00

Yoga du rire (entrée libre)

Cultiver la joie par le yoga du rire !

dimanche: 3 nov 14h15 à 15h15