

La Science de la Spiritualité est un organisme spirituel  
mondialement reconnu qui se consacre à l'épanouissement  
de notre être par la méditation sous la direction  
de Sant Rajinder Singh Ji Maharaj.

**Bienvenue à tous**

2255 chemin Ste-Marie, Mascouche, Qc., J7L 1A7  
450.417.0701 • 1 877.417.0701  
[www.science-spiritualite.quebec](http://www.science-spiritualite.quebec)



## Centre de Méditation de Mascouche

Sous l'égide de La Science de la Spiritualité, le  
Centre de méditation de Mascouche se veut un  
endroit privilégié pour méditer, se ressourcer et  
approfondir les enseignements des grands  
Maîtres spirituels, le but étant l'éveil  
à notre vrai Soi.

## Thèmes et dates des rencontres du dimanche 2020

Toutes nos activités sont gratuites

# Centre de Méditation de Mascouche

## Thèmes de Satsang 2020

### **JANVIER 5 Se donner des priorités dans la vie**

- 12 Le véritable but de la vie
- 19 Les bienfaits physique, mental et spirituel de la méditation
- 26 L'importance et les bienfaits du Satsang

### **FÉVRIER 2 La réceptivité**

- 9 Le journal d'introspection
- 16 L'amour et la dévotion
- 23 Théorie et pratique de la méditation sur la Lumière et le Son intérieurs

### **MARS 1 Obstacles sur le sentier spirituel et comment les surmonter**

- 8 Le rôle du Maître vivant
- 15 Le mysticisme positif
- 22 Les facteurs d'aide en méditation
- 29 Atteindre le bonheur éternel

### **AVRIL 5 Les avantages d'avoir un Maître spirituel**

- 12 Les difficultés concernant la dévotion
- 19 La paix intérieure et extérieure
- 26 Comment trouver Dieu

### **MAI 3 La non-violence**

- 10 Le voyage intérieur
- 17 Comment développer le détachement
- 24 La prière véritable
- 31 La relation spirituelle Maître-disciple

### **JUIN 7 Les qualités de l'âme**

- 14 La véracité
- 21 L'éveil spirituel
- 28 Karma, réincarnation et transmigration

### **JUILLET 5 L'initiation sur la Lumière et le Son intérieurs**

- 12 L'humilité
- 19 Faire un ami de notre mental
- 26 Sant Mat; l'aspect mystique et ésotérique de toutes les religions

### **AOÛT 2 La condition et les qualités d'un amoureux de Dieu**

- 9 La spiritualité en tant que science : l'expérience intérieure
- 16 L'amour et le respect pour toute forme de vie
- 23 La compassion et le pardon
- 30 Directives et aide offertes par le Maître vivant

### **SEPTEMBRE 6 Méditation et expériences de mort clinique**

- 13 L'amour divin et le service désintéressé
- 20 L'unité humaine et le respect pour toute forme de vie
- 27 S'élever au-dessus de la conscience corporelle

### **OCTOBRE 4 Les douleurs de la séparation**

- 11 L'intoxication intérieure vs l'intoxication extérieure
- 18 Conseils pratiques pour améliorer nos méditations
- 25 Vivre selon la volonté de Dieu

### **NOVEMBRE 1 Surmonter la peur de la mort**

- 8 La patience et la persévérance
- 15 Le végétarisme
- 22 Le service désintéressé
- 29 La gratitude, la reconnaissance

### **DÉCEMBRE 6 La charité**

- 13 L'extase du doux souvenir de Dieu
- 20 Comment atteindre l'équilibre entre vie spirituelle et vie extérieure
- 27 L'esprit derrière le fait de donner