

MPC-IPCAM
Maison de Pleine Conscience
Institut de Pleine Conscience Appliquée de Montréal

Appréciation
Journée de Pleine Conscience - Mindfulness Day

Nom - Name : BERTRAND DUCHARME Date : 3-6-2012

Nous espérons que vous avez passé une belle journée et aimerions connaître vos impressions.
We hope that you had a good day! Your feedback is important for us.

1. Discours du Dharma. Dharma talk

BEAUCOUP DE DOUCEUR, D'HUMOUR ET
DE LÉGÈRETÉ QUI AMÈNENT À UNE
RÉFLEXION PROFONDE ET FONDAMENTALE.

2. Discussion du dharma./Échanges-Questions-réponses.
Dharma discussion/Sharing-Questions-answers.

TRÈS À L'AISE DE PARLER.

ATMOSPHÈRE SUPER COOL.

3. Qu'est-ce qui vous a personnellement touché(e) aujourd'hui que vous ramèneriez chez vous?
What has personally touched you today that you will take back to your daily life?

UNE FORCE INTÉRIEURE TRANQUILLE

J'AI REPRI LE CONTRÔLE DE MOI-MÊME
ET RECONTACTÉ LE MOMENT PRÉSENT.

LA VIE EST PLEINE DE JOIE ~~VERS~~ ~~SOUS~~ ~~DE~~ →
PLAISIR.

MPC-IPCAM
Maison de Pleine Conscience
Institut de Pleine Conscience Appliquée de Montréal

Appréciation
Journée de Pleine Conscience - Mindfulness Day

Nom – Name : Marianne Hébert

Date : 3 Juin 2012

Nous espérons que vous avez passé une belle journée et aimerions connaître vos impressions.
We hope that you had a good day! Your feedback is important for us.

1. Discours du Dharma. Dharma talk

merveilleux

2. Discussion du dharma./Échanges-Questions-réponses.
Dharma discussion/Sharing-Questions-answers.

3. Qu'est-ce qui vous a personnellement touché(e) aujourd'hui que vous ramèneriez chez vous?
What has personally touched you today that you will take back to your daily life?

La joie

MPC-IPCAM
Maison de Pleine Conscience
Institut de Pleine Conscience Appliquée de Montréal

Appréciation
Journée de Pleine Conscience - Mindfulness Day

Nom – Name : _____

Date : 3 Juin, 2012

Nous espérons que vous avez passé une belle journée et aimerions connaître vos impressions.
We hope that you had a good day! Your feedback is important for us.

1. Discours du Dharma. Dharma talk

*I found I really enjoyed. Loved the bread over now
- will take time to digest*

2. Discussion du dharma./Échanges-Questions-réponses.
Dharma discussion/Sharing-Questions-answers.

Assez bon

3. Qu'est-ce qui vous a personnellement touché(e) aujourd'hui que vous ramèneriez chez vous?
What has personally touched you today that you will take back to your daily life?

- transformation of neutral → positive sensations, to help generate joy

Verso s.v.p



MPC-IPCAM
Maison de Pleine Conscience
Institut de Pleine Conscience Appliquée de Montréal

Appréciation
Journée de Pleine Conscience - Mindfulness Day

Nom - Name : Marie - Agnès

Date : 3 juin 2012

Nous espérons que vous avez passé une belle journée et aimerions connaître vos impressions.
We hope that you had a good day! Your feedback is important for us.

1. Discours du Dharma. Dharma talk

j'ai apprécié les liens entre les
"concepts" la synthèse
- le rappel de la joie
- les images concrètes

2. Discussion du dharma./Échanges-Questions-réponses.
Dharma discussion/Sharing-Questions-answers.

climat ouvert d'échange

3. Qu'est-ce qui vous a personnellement touché(e) aujourd'hui que vous ramèneriez chez vous?
What has personally touched you today that you will take back to your daily life?

la simplicité avec laquelle la
journée s'est déroulée

MPC-IPCAM
Maison de Pleine Conscience
Institut de Pleine Conscience Appliquée de Montréal

Appréciation
Journée de Pleine Conscience - Mindfulness Day

Nom - Name : Marie Danielle Leblanc Date : 3 Juin 2012

Nous espérons que vous avez passé une belle journée et aimerions connaître vos impressions.
We hope that you had a good day! Your feedback is important for us.

1. Discours du Dharma. Dharma talk

très éclairant, stimulant

Je n'ai qu'un seul desir de mettre
tout ce en pratique
de mon quotidien
avec toute la joie et l'amour
L'histoire de serpent - excellente!

2. Discussion du dharma./Échanges-Questions-réponses.
Dharma discussion/Sharing-Questions-answers.

so so pas le point fait pour moi

3. Qu'est-ce qui vous a personnellement touché(e) aujourd'hui que vous ramèneriez chez vous?
What has personally touched you today that you will take back to your daily life?

1. Ne pas attendre, si j'attends je ne suis pas de la pratique
2. Transformer la souffrance en bonheur
le neutre en bonheur
3. Il y a un seul instant qui compte de notre vie
et c'est l'instant présent

Verso s.v.p



MPC-IPCAM
Maison de Pleine Conscience
Institut de Pleine Conscience Appliquée de Montréal

Appréciation
Journée de Pleine Conscience - Mindfulness Day

Nom – Name : Lynda Bilodeau Date : 3-06-12

Nous espérons que vous avez passé une belle journée et aimerions connaître vos impressions.
We hope that you had a good day! Your feedback is important for us.

1. Discours du Dharma. Dharma talk

de BOURAIS les mois passés.
Bcp Apprécié

2. Discussion du dharma./Échanges-Questions-réponses.
Dharma discussion/Sharing-Questions-answers.

Étape importante.
Le partage permet de mettre des mots parfois
sur ce que l'on ressent. A d'autres moments, il
vous donne de l'expérience sur une situation
particulière

3. Qu'est-ce qui vous a personnellement touché(e) aujourd'hui que vous ramèneriez chez vous?
What has personally touched you today that you will take back to your daily life?

L'ouverture des autres, le partage, les enseignements,
La pratique m'a permise d'atteindre le calme

Verso s.v.p →

MPC-IPCAM
Maison de Pleine Conscience
Institut de Pleine Conscience Appliquée de Montréal

Appréciation
Journée de Pleine Conscience - Mindfulness Day

Nom – Name : Maryse Beauléne Date : 3 juin 2012

Nous espérons que vous avez passé une belle journée et aimerions connaître vos impressions.
We hope that you had a good day! Your feedback is important for us.

1. Discours du Dharma. Dharma talk

Merci du résumé des derniers enseignements pour qu'on puisse se situer.
J'apprécie les images (ex: serpent) qui servent bien l'enseignement ainsi que l'humilité de l'enseignant

2. Discussion du dharma./Échanges-Questions-réponses.
Dharma discussion/Sharing-Questions-answers.

Enrichissant.

3. Qu'est-ce qui vous a personnellement touché(e) aujourd'hui que vous ramèneriez chez vous?
What has personally touched you today that you will take back to your daily life?

Manger en pleine conscience : il y a longtemps que je n'avais pas autant goûté les aliments (trop absorbée par diverses distractions).

Le bien-être de pratiquer dans la sangha.

MPC-IPCAM
Maison de Pleine Conscience
Institut de Pleine Conscience Appliquée de Montréal

Appréciation
Journée de Pleine Conscience - Mindfulness Day

Nom - Name : Moussier

Date : 3 juin 2017

Nous espérons que vous avez passé une belle journée et aimerions connaître vos impressions.
We hope that you had a good day! Your feedback is important for us.

1. Discours du Dharma. Dharma talk

Cher Chan Hong, votre présence fait toute la différence! J'ai retrouvé
aujourd'hui et recréé la puissance de vos enseignements qui se traduit à travers
la communication "interne" que nous établissons avec notre auditoire lorsque
nous étions physiquement présents.

2. Discussion du dharma./Échanges-Questions-réponses.
Dharma discussion/Sharing-Questions-answers.

Personnes présentes très impliquées et engagées dans leur pratique -
Intéressées à en savoir davantage. Bonne qualité de témoignages

3. Qu'est-ce qui vous a personnellement touché(e) aujourd'hui que vous ramèneriez chez vous?
What has personally touched you today that you will take back to your daily life?

Je le répète : "votre présence fait toute la différence"

Verso s.v.p. →

MPC-IPCAM
Maison de Pleine Conscience
Institut de Pleine Conscience Appliquée de Montréal

Appréciation

Journée de Pleine Conscience - Mindfulness Day

Nom - Name : Isabelle Chalifoux

Date : 3/06/12

Nous espérons que vous avez passé une belle journée et aimerions connaître vos impressions.
We hope that you had a good day! Your feedback is important for us.

1. Discours du Dharma. Dharma talk

Simplicité, clarté, force du message,
bienveillance. merci.

2. Discussion du dharma./Échanges-Questions-réponses.
Dharma discussion/Sharing-Questions-answers.

- Respect du groupe lors du partage.
- Question brève répondue au début
Concernant le Nirvana par le maître.

3. Qu'est-ce qui vous a personnellement touché(e) aujourd'hui que vous ramèneriez chez vous?
What has personally touched you today that you will take back to your daily life?

- joie : sentir et joie déjà en nous
- avoir la foi que j'ai
- nourritures

MPC-IPCAM
Maison de Pleine Conscience
Institut de Pleine Conscience Appliquée de Montréal

Appréciation
Journée de Pleine Conscience - Mindfulness Day

Nom - Name : Martin Giles

Date : 3/06/12

Nous espérons que vous avez passé une belle journée et aimerions connaître vos impressions.
We hope that you had a good day! Your feedback is important for us.

1. Discours du Dharma. Dharma talk

enrichissante et pleine de sagesse formation très humaine

- a

2. Discussion du dharma./Échanges-Questions-réponses.

Dharma discussion/Sharing-Questions-answers.

voir comment ~~sa~~ mon mental me fait
sentir si différent et que en réalité
la ressemblance entre nous est mince →
Nous sommes tous humains après tout.

3. Qu'est-ce qui vous a personnellement touché(e) aujourd'hui que vous ramèneriez chez vous?

What has personally touched you today that you will take back to your daily life?

Le bien être que j'ai ressenti en me connectant
a mon corps et au moment présent

Verso s.v.p →

MPC-IPCAM
Maison de Pleine Conscience
Institut de Pleine Conscience Appliquée de Montréal

Appréciation
Journée de Pleine Conscience - Mindfulness Day

Nom - Name : Suzie Desjéts

Date : 3 juin 2012

Nous espérons que vous avez passé une belle journée et aimerions connaître vos impressions.
We hope that you had a good day! Your feedback is important for us.

1. Discours du Dharma. Dharma talk

Très instructif, comme d'habitude.

2. Discussion du dharma./Échanges-Questions-réponses.
Dharma discussion/Sharing-Questions-answers.

Intéressant

3. Qu'est-ce qui vous a personnellement touché(e) aujourd'hui que vous ramèneriez chez vous?
What has personally touched you today that you will take back to your daily life?

Comment gérer les souffrances qui nous habitent.
La métaphore "du serpent" est une bonne façon
de visualiser cette souffrance, de la reconnaître
pour pouvoir mieux la maîtriser.

Verso s.v.p. →

MPC-IPCAM
Maison de Pleine Conscience
Institut de Pleine Conscience Appliquée de Montréal

Appréciation
Journée de Pleine Conscience - Mindfulness Day

Nom - Name : Veronique Bray Date : 3 juin 2019

Nous espérons que vous avez passé une belle journée et aimerions connaître vos impressions.
We hope that you had a good day! Your feedback is important for us.

1. Discours du Dharma. Dharma talk

Bon résumé
J'ai apprécié.

J'ai trouvé que ça rejoignait beaucoup ce
qui a été dit lors de la dernière retraite.

2. Discussion du dharma./Échanges-Questions-réponses.
Dharma discussion/Sharing-Questions-answers.

Bonne participation de chacun.
Bonne écoute.

3. Qu'est-ce qui vous a personnellement touché(e) aujourd'hui que vous ramèneriez chez vous?
What has personally touched you today that you will take back to your daily life?

J'ai remarqué que j'avais effectivement
tendance à fuir ce que les autres disent
dehors si je m'y reconnais ou pas.
Je vais tenter de tout accueillir et d'offrir
la même qualité d'écoute dans les 2 cas.

Verso s.v.p. →

MPC-IPCAM
Maison de Pleine Conscience
Institut de Pleine Conscience Appliquée de Montréal

Appréciation
Journée de Pleine Conscience - Mindfulness Day

Nom - Name : MARIELLE ARCHAMBAULT Date : 3 JUIN 2012

Nous espérons que vous avez passé une belle journée et aimerions connaître vos impressions.
We hope that you had a good day! Your feedback is important for us.

1. Discours du Dharma. Dharma talk

Très bien structuré CLAIR INSTRUCTIF Très Apprécie
CONDENSÉ DE TOUTE L'ANNÉE!
LES EXEMPLES AIDENT À INTÉGRER les notions.
Merci beaucoup.

2. Discussion du dharma./Échanges-Questions-réponses.
Dharma discussion/Sharing-Questions-answers.

J'ai l'impression de toujours me répéter, mais je dis ce que
je ressens ça vient peu à peu, un peu plus facile de parler en groupe
J'apprécie toujours d'être en sangha, le vécu des autres

3. Qu'est-ce qui vous a personnellement touché(e) aujourd'hui que vous ramèneriez chez vous?
What has personally touched you today that you will take back to your daily life?

les 3 seaux de TNT
ici /maintenant / Diligence / Joie
DANS QUOTIDIEN, 😊
DANS ma pratique,
Revenir
A

Verso s.v.p →

MPC-IPCAM
Maison de Pleine Conscience
Institut de Pleine Conscience Appliquée de Montréal

Appréciation
Journée de Pleine Conscience - Mindfulness Day

Nom - Name : ketendre Wané

Date : 3 juin 2012

Nous espérons que vous avez passé une belle journée et aimerions connaître vos impressions.
We hope that you had a good day! Your feedback is important for us.

1. Discours du Dharma. Dharma talk

La douce précieuse de Chan Huy a été
Très précieuse.

Propos et présence qui touchent le cœur.
Vous voir marcher vous voir écouter tout
simplement ressentir votre présence. Cet ensemble
de votre énergie est un grand bienfait

2. Discussion du dharma./Échanges-Questions-réponses.
Dharma discussion/Sharing-Questions-answers.

Merci infiniment

3. Qu'est-ce qui vous a personnellement touché(e) aujourd'hui que vous ramèneriez chez vous?
What has personally touched you today that you will take back to your daily life?

L'effet du "Serpent" → Comprendre à le mieux
le "SAISIR" - bref de le "piéger et non
moi à être piégé par lui.

MPC-IPCAM
Maison de Pleine Conscience
Institut de Pleine Conscience Appliquée de Montréal

Appréciation
Journée de Pleine Conscience - Mindfulness Day

Nom - Name : Julie Hénaïfe

Date : 3 Juin 2012

Nous espérons que vous avez passé une belle journée et aimerions connaître vos impressions.
We hope that you had a good day! Your feedback is important for us.

1. Discours du Dharma. Dharma talk

Très Belle synthèse
J'ai appris de nouvelles choses et nouveaux enseignements
D'enseignement sur la maîtrise de notre serpent intérieur n'a Bep
parlé.

2. Discussion du dharma./Échanges-Questions-réponses.
Dharma discussion/Sharing-Questions-answers.

→ bien apprécié la présence et interventions des
participants qui ~~ont~~ travaillaient dans le milieu de la Santé
→ Content de voir nouveaux participants et
Très anciens qui nous revisitent à nouveau.

3. Qu'est-ce qui vous a personnellement touché(e) aujourd'hui que vous ramèneriez chez vous?
What has personally touched you today that you will take back to your daily life?

L'enseignement sur la maîtrise du serpent.
J'aurai à pratiquer fort et approfondir l'énorme serpent
qui vient récemment de ranger mon jardin intérieur de
paix et de liberté. Merci Chan Hugo

Verso s.v.p →