



CENTRO DE MEDITAÇÃO KADAMPA DEUACHEN

PROGRAMA FUNDAMENTAL 2025-2026

O Programa Fundamental (PF) do Centro de Meditação Kadampa Deuachen dá-nos a oportunidade de nos envolvermos num programa estruturado de estudo e meditação, sobre os ensinamentos essenciais do caminho espiritual budista.

Um Programa de Estudo Único

Por meio de ensinamentos e meditações regulares, estudo sistemático e debates em grupo, o PF oferece o mesmo treino seguido por praticantes espirituais numa linhagem ininterrupta desde os tempos de Buda Shakyamuni. Desta forma, podemos obter uma experiência autêntica do Dharma, enquanto mantemos o nosso estilo de vida contemporâneo.

A estrutura e os compromissos do PF

O segredo do sucesso do PF reside na estrutura clara de estudo e nos compromissos fáceis de assumir pelo aluno. Os alunos inscrevem-se para estudar um livro (ou parte de um livro) e comprometem-se a participar nas aulas, aprender os conteúdos e a fazer um exame escrito no final de cada ciclo de estudos.

As aulas ocorrem uma vez por semana em duas sessões.

PF à Distância (online)

Destina-se a alunos que tenham razões impeditivas, tais como: residir a mais de 40 km do Templo, questões de saúde, compromissos laborais no horário da atividade ou alguma impossibilidade de locomoção.

Neste caso, o aluno recebe o link para a transmissão em direto antes do início da aula. Após o seu término, receberá o acesso à gravação da aula – disponível por 1 semana.

Como se faz a inscrição no PF

Para participar neste programa de estudo, é necessário preencher o “Formulário de Solicitação” disponível no site. Seguidamente, será contactado pela Coordenadora do PF para uma entrevista. Uma vez aprovada a solicitação, o aluno receberá uma confirmação e deverá subscrever um cartão mensal através do site. É possível participar numa aula, a título experimental e sem compromisso, para conhecer melhor o método de estudo.

Valor do investimento

Para participar no PF, o aluno deve subscrever um dos cartões mensais: Solidário, Benfeitor ou Protetor (<https://kadampa.pt/wp/cartoes-mensais/>). Estes cartões dão também acesso gratuito às atividades do Programa Geral e descontos em Retiros e Eventos especiais. Não é possível o pagamento de aulas avulsas.

COMPROMISSOS DOS ALUNOS:

Os alunos inscrevem-se com a intenção de completar todos os livros do programa (6) e observar os seguintes compromissos que garantem a qualidade da formação e da sua aplicação prática:

- Assistência: Participar em cada aula.
- Estudo: Estudar e memorizar os pontos essenciais do livro.
- Exame: Realizar o exame do livro ou parte do livro definida pelo professor.

☐ Eu _____ como aluno(a) do ☐ Programa Fundamental / ☐ Programa Fundamental de Terças / ☐ Programa de Formação de Professores, comprometo-me a manter uma assiduidade regular, estudar e tentar memorizar o significado conciso ou o texto-raiz do livro de estudo e realizar o exame anual da secção correspondente.

Assinatura:

Data: