

Imparare a meditare a Tashigar South

Date : August 9, 2017



Imparare a meditare di Ana García

A Tashigar South, dal 21 al 23 luglio 2017, abbiamo partecipato con gioia a un ritiro condotto dall'istruttore del Santi Maha Sangha Sergio Oliva e dall'istruttore della Danza del Vajra Nélida Saporiti, entrambi autorizzati dal nostro Maestro Chögyal Namkhai Norbu. Per cominciare Sergio Oliva ha dato spiegazioni sulle QUATTRO NOBILI VERITA' come base degli insegnamenti e le loro corrispondenze con i tre aspetti delle nostre esistenze per i tre grandi veicoli del buddhismo, dando un contesto con cui avvicinarsi al senso più profondo della meditazione. L'istruttore Nélida Saporiti ha dato spiegazioni sulla DANZA DEL VAJRA PER IL BENEFICIO DEGLI ESSERI. È stato quindi un ritiro dove abbiamo alternato sessioni di meditazione con il movimento con lo scopo di permettere ai partecipanti di avvicinarsi a questo meraviglioso insegnamento. Hanno partecipato persone da Santa Fe, Buenos Aires, Tanti e da Córdoba. Ad ogni singolo partecipante va il nostro profondo ringraziamento e in particolare a chi ha reso possibile la realizzazione di questo corso.



