

Pratiche a settembre a Merigar

Date : September 11, 2020



foto di Edith Casadei

Il 27 settembre saranno due anni da quando il nostro amato Maestro Chögyal Namkai Norbu ha lasciato la sua vita terrena. Invitiamo tutta la Comunità Dzogchen ad unirsi a noi per le pratiche dal 22 al 27 settembre.

In ottemperanza alle regole attualmente in vigore in Italia l'accesso al Gonpa sarà limitato a 40 persone, in ogni caso le pratiche saranno mandate in webcast.

A Merigar ci saranno diversi corsi di Breathe, Yantra Yoga e di tibetano e presto ne sono previsti altri che annunceremo a breve.

22-27 settembre 2020

Pratiche collettive

Reservato ai praticanti della Comunità Dzogchen

Il 27 settembre saranno due anni da quando il nostro amato Maestro Chögyal Namkai Norbu ha lasciato la sua vita terrena.

Dal 22 al 27 settembre ci riuniremo a Merigar per praticare insieme.

Il ritiro sarà trasmesso anche via webcast.

[Iscrizione e info](#)

30 settembre – 4 ottobre 2020

Corso di approfondimento della Danza del Canto del Vajra

Reservato ai praticanti della Comunità Dzogchen

Il corso è aperto a coloro che già conoscono i passi della Danza del Canto del Vajra e desiderano approfondire i vari aspetti della pratica.

[Iscrizione e info](#)

Eventi aperti a tutti

12-13 settembre 2020

Corso di meditazione con Fabio Risolo

Per motivi logistici questo corso sarà solo in italiano.

[Iscrizione e info](#)

18-20 settembre 2020

Yoga sulla sedia con Fabio Andrico

Semplici movimenti e respirazione per tutti e per tutte le età. Durante il corso si applicheranno alcuni principi base per respirare collegati a posizioni e movimenti che tutti possono fare, anche seduti sulla sedia.

Disponibile online

19-20 settembre 2020

Danze Khaita – Scoprire la gioia della danza! con Adriana Dal Borgo

Khaita significa “Armonia nello spazio”. Il nostro scopo è quello di promuovere l’armonia grazie alla danza, sia da soli che in gruppo e l’ambiente.

[Iscrizione e info](#)

Nel rispetto delle regole del distanziamento sociale tutti gli appuntamenti sono aperti a un numero relativamente piccolo di persone. La prenotazione è obbligatoria.

COMUNITA' DZOGCHEN DI MERIGAR

LOCALITA' MERIGAR

58031 ARCIDOSSO (GR)

TEL. 0564 966837

EMAIL office@dzogchen.it

WEBSITE www.dzogchen.it