

## Pratiche online di Tsegyalgar East Online, agosto 24–29

Date : August 24, 2020



Cara Famiglia del Vajra,

vi invitiamo a partecipare alle seguenti pratiche online organizzate da Tsegyalgar East. Per maggiori informazioni contattate [bluegakyil@tsegyalgar.org](mailto:bluegakyil@tsegyalgar.org).

[Qui potete iscrivervi alla mailing list.](#)

---

### Programma:

- Data da definire: Boundless Embrace – “Explanation and Practice of Jnana Dakini Thugthig” con Steven Landsberg
  - Giovedì 8 ottobre fino a lunedì 12 ottobre 2020:  
[Pratica di Tara Verde e le sue 21 Manifestazioni](#) con Oliver Leick
- 

### Tsegyalgar East – pratiche collettive: 24-29 agosto 2020

In fondo troverete il link per le pratiche online.

Tutti gli orari sono in (ET) qui potete controllare i fusi

orari: <https://www.timeanddate.com/worldclock/converter.html>

---

- **Lunedì 24 agosto**
    - 08.15-09.45: [Yantra Yoga con Paula Barry](#)
    - 10.00-11.15: Praticare il Vaso Prezioso con Steven Landsberg  
Sono disponibili le traduzioni in portoghese, russo e spagnolo.  
Iscrivetevi alla mailing list del corso per ottenere il link di Zoom – [Per saperne di più>>](#)
    - 16.00-17.00: [Pratica di Mandarava](#)
  - **Martedì 25 agosto**
    - 16.00-17.00: [Pratica di Mandarava](#)
  - **Mercoledì 26 agosto**
    - 08.15-09.45: [Yantra Yoga con Paula Barry](#)
-

- 10.00-11.15: Praticare il Vaso Prezioso con Steven Landsberg  
Sono disponibili le traduzioni in portoghese, russo e spagnolo.  
Iscrivetevi alla mailing list del corso per ottenere il link di Zoom – [Per saperne di più>>](#)
  - 16.00-17.15: [Guruyoga della A Bianca condotta da Mariano Gil](#)
  - **Giovedì 27 agosto**
    - 17.00-18.30: [Respirazione completa e i Pranayama di Yantra Yoga con Paula Barry](#)
  - **Venerdì 28 agosto**
    - 08.15-09.45: [Yantra Yoga con Paula Barry](#)
    - 19.00-20.00: [Ganapuja, giorno di Padmasambhava](#) – a eguire la Danza del Vajra delle 12A con Bodhi
  - **Sabato 28 agosto**
    - 10.00-11.15: Praticare il Vaso Prezioso con Steven Landsberg  
Sono disponibili le traduzioni in portoghese, russo e spagnolo.  
Iscrivetevi alla mailing list del corso per ottenere il link di Zoom – [Per saperne di più>>](#)
    - 17.45-19.15: [Catena di pratica globale di Tara Verde da Tsegyalgar East](#)
- 

Aperto ai membri della Comunità Internazionale Dzogchen (IDC).

Aiuta [Tsegyalgar East](#), o il tuo Gar o Ling locale iscrivendoti o rinnovando l'iscrizione alla Comunità Internazionale Dzogchen (IDC) per l'anno 2020. La vostra iscrizione è di beneficio per il vostro Gar/Ling e partecipando alle nostre pratiche settimanali contribuite alla comunità globale alla comunità globale.

Fate la vostra donazione alle [Pratiche online di Tsegyalgar East](#) e ricordate che ciascun Gar e Ling è responsabile dei diversi programmi a cui partecipate!

Con gratitudine

Gakyil di Tsegyalgar East

---

**Link delle pratiche collettive settimanali:**

**Via Zoom**

<https://us02web.zoom.us/j/81667111041?pwd=RW5yUl9BR2tGYWxkMmZzNDFVQT09>

**or via Zoom Join Meeting:** <https://zoom.us/join>

**\_Meeting ID:** 816 6711 1041

**Password:** 221262

---

**\*Potete trovare il programma completo delle pratiche online IDC sull'app Sangha. Per saperne di più: [www.mahasangha.net](http://www.mahasangha.net).**

L'app Sangha app è solo per chi ha ricevuto la trasmissione. Email [bluegakyil@tsegyalgar.org](mailto:bluegakyil@tsegyalgar.org) nel caso vi servisse il codice di invito

---

Tutti nello stesso stato

Tutti insieme purifichiamo il nostro samaya

Tutti insieme manteniamo il prezioso Insegnamento nei nostro cuore

Augurandovi buon salute e buona fortuna

Gakyil di Tsegyalgar East

Per domande e commenti: [bluegakyil@tsegyalgar.org](mailto:bluegakyil@tsegyalgar.org)

International Dzogchen Community Tsegyalgar East

P.O. Box 479, 18 Schoolhouse Rd., Conway, MA 01341, USA

Phone: 413-369-4153 • [www.Tsegyalgar.org](http://www.Tsegyalgar.org) Sono disponibili le traduzioni in portoghese, russo e spagnolo.

Per ottenere il link di Zoom iscriviti alla mailing list – [Per saperne di più>>](#)