

Ritiro di Pasqua della Base del SMS con Lukas Chmelik a Wangdenling

Date : May 2, 2019





di Lud?k Hrubý, geko di Wangdenling

Il ritiro di Pasqua della Base del Santi Maha Sangha con Lukas Chmelik si è svolto dal 18 al 22 aprile a [Wangdenling](#), che si trova nella bella campagna della Carpazia Bianca in Slovacchia. 12 praticanti slovacchi e cechi si sono riuniti in una spontanea e piacevole cooperazione. Abbiamo passato il tempo a praticare diversi Semdzin e Rushen alternando lo stato ordinario a

quello naturale. Quello che non ci era chiaro ci è stato spiegato dal nostro esperto istruttore Lukas, che ci ha anche chiarito quanto sia importante il Santi Maha Sangha, proprio come Rinpoche sosteneva. Inoltre abbiamo anche praticato il Chod, Tara Verde, la Danza del Vajra e la Ganapuja.

In questi giorni di pratica intensiva abbiamo anche trovato il tempo per il karmayoga sul tetto verde del gönpa e per una visita veloce la centro di benessere locale provvisto di sauna. Sia il clima che i pasti preparati con cura dai nostri praticanti erano perfetti come anche le serate passate vicino al fuoco nel giardino posteriore della casa del Ling. Voglio estendere i miei ringraziamenti a tutti i partecipanti a questo straordinario incontro e invito chiunque lo desideri e ne abbia la possibilità di venire a Wangdenling quando vuole.