

Ritiro sulla presenza e sulla consapevolezza a Namgyalgar, novembre 2017

Date : November 30, 2017



Partecipanti al ritiro

Il recente ritiro sulla 'Presenza e Consapevolezza' che si è svolto a Namgyalgar, 10-14 novembre 2017, è stato un grande successo a cui hanno partecipato almeno 70 persone. Questa è la prima volta che si è svolto un ritiro di questo genere a Namgyalgar ed è stato organizzato seguendo l'esempio di Merigar West e di altri Gar e Ling che hanno organizzato 'ritiri del sangha' in sostituzione degli appuntamenti cancellati di Rinpoche di quest'anno.

Il tema principale del ritiro è stato quello di coltivare la presenza e la consapevolezza nella vita quotidiana all'interno di un programma dinamico condotto da un totale di dieci istruttori. Questo programma comprendeva spiegazione e pratica del Santi Maha Sangha, introduzione della Danza del Vajra e dello Yantra Yoga per principianti e avanzati. Inoltre ci sono stati le Khaita joyful dance, la pratica del Sang la mattina e del Chöd la sera.



Introduzione alla Danza del Canto del Vajra



Yantra Yoga



Khaita

L'ultima sera si è svolta una Ganapuja a cui è seguita una divertente asta di raccolta fondi in concomitanza di un' 'asta silenziosa' a cui le persone hanno partecipato generosamente. Molti oggetti dell'asta sono stati offerti dall'istruttore del Santi Maha Sangha Elise Stutchbury.

Sono stati messi all'asta anche i baffi dell'istruttore di Yantra Yoga Sean Read che gli sono stati tagliati durante l'asta!

Questa occasione ha permesso ai praticanti della Comunità di nutrirsi e migliorare la loro pratica e connessione con il vajra ed è stato per tutti, vicini e lontani, fonte di ispirazione e di incoraggiamento per chi segue l'Insegnamento.

And immense gratitude to our Master to whom the retreat was dedicated.

Immensa gratitudine al nostro Maestro a cui il ritiro è stato dedicato.

