

Ritiro di meditazione

Iniziazione e pratica del
Chod di Machig Labdron

13/14/15 Maggio 2011

Matraia (LU)



Il Chod è uno yoga molto potente che taglia e sradica alla radice l'ignoranza, causa principale di infelicità, depressione, stress e sofferenza. Rinpoche darà l'iniziazione e guiderà i tre giorni di pratica in una bellissima casa per ritiri di meditazione sulle colline Lucchesi, tra verdi olivi e un panorama mozzafiato. Il ritiro si conclude con l'iniziazione di lunga vita di Guru Padmasambhava e la Puja.

Prenotazioni

entro il 31 marzo

al 333/9823094

chod.group@gmail.com



**GRUPPO DI STUDIO E
PRATICA DEL CHOD
DI MACHIG LABDRON**

chod.group@gmail.com
tel 333-9823094
www.magchig-chod.blogs.it

Insegnamenti del Lama Tibetano Machig Rinpoche

Detentore del lignaggio del Chod
e grande praticante DzogChen



**GRUPPO DI STUDIO E
PRATICA DEL CHOD
DI MACHIG LABDRON**

chod.group@gmail.com
tel 333-9823094
www.magchig-chod.blogs.it

La Via della Gioia



Il prezioso insegnamento del Buddha Shakyamuni sulle Quattro Nobili Verità : un profondo percorso di risveglio alla Consapevolezza Una via che porta alla scoperta della Gioia dentro di noi , ai valori dell'esistenza umana e al rapporto con gli altri basato sull'amore e la comprensione.

Corso in 4 incontri

21 e 28 aprile

5 e 12 maggio

(20:00/21:30)

presso: "Nuha" Cultura e Benessere

Via Sarzanese 1096

Nave, (LU)

tel.0583/392502

sonialaudato@libero.it

Il calmo dimorare

La meditazione calma la mente che si stabilizza nella pace senza distrazione e confusione concentrata su un oggetto.

Rinpoche spiegherà quali sono le condizioni appropriate per meditare, la corretta postura, l'oggetto di meditazione , gli ostacoli alla meditazione e come superarli e i grandi benefici che possiamo trarre dalla meditazione quotidiana.



Corso in 4 incontri

20 e 27 aprile

2 e 9 maggio

(20:00/21:30)

presso: Tempio del sole

Via S.d'Acquisto 45

Pescia (PT)

tel 0572/451909

cgiord1@tin.it

Il cuore della Meditazione



La più profonda essenza della pratica meditativa secondo la scuola buddhista tibetana DzogChen.

Rinpoche spiegherà le pratiche preliminari (Ngodro) così come insegnate da Jigme Lingpa (grande Maestro tibetano del 1700)

Un metodo diretto e puro che ci prepara ad un percorso spirituale senza ostacoli e interferenze lungo il quale possiamo raccogliere i frutti straordinari della nostra pratica.

Seminario

(9:30/12:30 e 14:30/17:30)

Sabato 30 aprile

Yoga Anahata , **Buccinasco (MI)**

Info e prenotazioni : 02/36707950

Sabato 7 maggio

Ass.Sadhana-International, **Livorno**

Info e prenotazioni : 0586/444164