

**Em São Paulo:**

# A Jornada do Despertar Introdução ao Caminho da Liberdade

O que os ensinamentos do Buda têm a ver com a nossa vida no mundo moderno? Apesar dos seus ensinamentos terem vindo de muitos anos atrás, da Índia antiga, os insights do Buda foram além das questões humanas básicas que transcendem a cultura e a história. Por que nós experimentamos o sofrimento e a insatisfação crônica? É possível encontrar a felicidade duradoura? Como podemos tornar nossa vida significativa e afetar profundamente o mundo em que vivemos? Estas foram as perguntas que colocaram o Buda no caminho para o despertar.

Juntem-se a nós onde iremos tocar nos elementos-chave do caminho budista conectando-os com o mundo moderno. Baseando-se em mais de 35 anos de prática e ensino de meditação, Myoshin irá partilhar uma visão sobre como as práticas budistas podem apoiar e nutrir nosso coração nesta jornada do despertar no mundo de hoje. Vamos explorar elementos-chave do caminho, como tomar refúgio, linhagem e o valor de trabalhar com um professor.

**Com a Instrutora do Tergar**

# MYOSHIN KELLEY



Myoshin Kelley participou do seu primeiro retiro de meditação em 1975 aos 20 anos de idade. Nos anos seguintes recebeu instruções do Dharma de diversos professores Budistas de meditação dentro das tradições Theravada, Zen e Vajrayana. Ela foi professora de meditação por 15 anos no Insight Meditation Society em Barre, Massachusetts, EUA. Myoshin é aluna de Mingyur Rinpoche há bastante tempo e é Instrutora do Tergar Comunidade de Meditação.

**24 de Outubro de 2014 (sexta-feira)  
das 14:00 às 20:00**

**Local: Kowarick Academy, Av. Rouxinol 86, Moema, São Paulo**

**Mingyur Rinpoche** é hoje um dos mais conhecidos e célebres mestres de meditação da nova geração de monges tibetanos. Seus ensinamentos, que aliam clareza e bom humor, têm sensibilizado pessoas pelo mundo e mostram os métodos necessários para se atingir um estado mais sereno e equilibrado.



**Contribuição por participante: R\$ 80,00**

**Para a inscrição, envie seu nome completo e telefone para: [tergarsp@gmail.com](mailto:tergarsp@gmail.com)**

**Forma de Pagamento: Depósito bancário: Bradesco, agência 2846-0, c/c 20593-1**

**Centro Budista Yongey do Brasil, CNPJ 08.747.346/0001-60**

Para maiores informações sobre a comunidade mundial de meditação de Mingyur Rinpoche, acesse: [www.tergar.org](http://www.tergar.org)

Realização



**Tergar  
Meditation  
Community**