

**Explorando a Natureza da Mente: Reconhecendo a Consciência Pura**  
**Caminho da Liberação Transmissões 1 & 2**  
**Ensinamentos com Yongey Mingyur Rinpoche**  
**Alemanha**  
**24 a 29 de Agosto, 2019**

*Guarde essa data!*

A verdadeira liberdade de espírito é algo que podemos descobrir por nós mesmos através da prática da meditação. No budismo tibetano, a maneira mais direta e poderosa de vivenciar essa liberdade interior é através da exploração da natureza da consciência, uma jornada que nos coloca em contato com uma fonte de equanimidade, sabedoria e compaixão que podemos acessar a qualquer hora e em qualquer lugar.

Este retiro do **Caminho da Liberação** oferece uma oportunidade rara de receber ensinamentos detalhados de Yongey Mingyur Rinpoche sobre a natureza da mente, tirados do caminho do Mahamudra, um dos mais profundos ensinamentos de meditação da Escola Kagyu do Budismo Tibetano.

**Transmissões 1 & 2: Reconhecendo a Consciência Pura**

Esta série de ensinamentos introduz a linhagem singular da prática da natureza da mente, conforme ensinada por Mingyur Rinpoche, e inclui as instruções para o primeiro e segundo níveis do *Caminho da Liberação* - o caminho da prática budista formal para aqueles que desejam treinar sob a orientação de Mingyur Rinpoche.

Rinpoche oferecerá as duas primeiras instruções de apontamento direto na linhagem Mahamudra. Essas instruções nos apresentam a uma experiência direta da natureza da mente. Esta série também inclui as outras transmissões necessárias para iniciar a prática do *Caminho da Liberação*, incluindo votos de refúgio, iniciação de Vajrasattva e transmissões lidas para o *Néctar do Caminho* e o Ngondro.

**Pré-requisitos:** as transmissões 1 & 2 Reconhecendo a Consciência Pura é aberto a todos os praticantes que atendam a **pelo menos um** dos seguintes critérios:

- Participou de todos os três níveis da *Alegria de Viver: Acalmando a Mente* (Nível 1), *Abrindo o Coração* (Nível 2) e *Despertando a Sabedoria* (Nível 3) e completou os requisitos de prática a eles associados

OU

- Completou todas as práticas preliminares (os 4 x 100,000 do Ngöndro)

OU

- Manteve uma prática de meditação diária durante pelo menos cinco anos e participou de retiros em grupo ou de prática solitária (com 6 ou mais horas de prática de meditação formal por dia) sob a orientação de um mestre budista por um total de pelo menos trinta dias.

### **Perguntas sobre pré-requisitos?**

Se você estiver em dúvida sobre estar qualificado a participar ou se você já estava praticando uma versão anterior do caminho de Rinpoche e quer saber como sua prática se encaixa no atual *Caminho da Liberação*, escreva para [study@tergar.org](mailto:study@tergar.org).

A programação diária incluirá sessões de ensinamentos com Mingyur Rinpoche, bem como seis a oito horas de meditação diária (em sessões de vinte a trinta minutos). O retiro também incluirá períodos de silêncio, discussões em grupo e oportunidade para entrevistas individuais com lamas e instrutores do Tergar.

### **Sobre Mingyur Rinpoche**

**Yongey Mingyur Rinpoche** é um mestre de meditação budista tibetana muito amado e realizado. Sua rara capacidade de apresentar a milenar sabedoria tibetana de uma maneira inovadora, envolvente e profunda, aliada a seu contagiante bom humor, transformaram Mingyur Rinpoche num mestre querido e admirado por pessoas do mundo todo. Seu livro *A Alegria de Viver: Desvendando o Segredo e Ciência da Felicidade*, foi best-seller do New York Times e traduzido para mais de vinte idiomas.

No início de junho de 2011, Mingyur Rinpoche saiu de seu mosteiro em Bodhgaya, na Índia, e começou um "retiro andarilho" através do Himalaia e das planícies da Índia que durou quatro anos e meio. Quando não está nos mosteiros sob seus cuidados na Índia e no Nepal, Rinpoche passa o resto do ano viajando e ensinando no mundo todo. Para mais informações...

*Detalhes adicionais sobre custos, acomodações, etc. estarão disponíveis em breve.*