

**Explorando a Natureza da Mente: Aprofundando o Reconhecimento
Caminho da Liberação Transmissões 3 & 4
Mais Sonhar, Morrer e Consciência: Ensinaamentos sobre os Bardos
Ensinaamentos com Yongey Mingyur Rinpoche
Alemanha
29 de Agosto – 3 de Setembro, 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 3 & 4: Aprofundando o Reconhecimento

Esta série de ensinamentos se aprofunda na linhagem singular da prática da natureza da mente, conforme ensinada por Mingyur Rinpoche, e inclui as instruções para o terceiro e quarto níveis do *Caminho da Liberação*. Rinpoche oferecerá a terceira e a quarta instruções de apontamento direto que ajudarão a aprofundar nosso reconhecimento da natureza da mente.

Transmissões 3 & 4: Aprofundando o Reconhecimento está aberto a todos aqueles que receberam a primeira e a segunda instruções de apontamento direto de Mingyur Rinpoche ou Khenpo Kunga e que tenham:

- Participado do Caminho da Liberação transmissões 1 e 2

E

- Completado o dever de casa da prática da natureza da mente para os Níveis 1 e 2 do Caminho de Liberação (ver páginas 4 e 5 de O Que é o Caminho da Liberação?)

Perguntas sobre pré-requisitos?

Se você estiver em dúvida sobre qual transmissão está 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.

Sonhar, Morrer e Consciência: Ensinamentos sobre os Bardos

Para aqueles que atendem os requisitos para o Caminho de Liberação Transmissões 3 & 4, Mingyur Rinpoche também oferecerá ensinamentos sobre os estados intermediários conhecidos no budismo tibetano como os bardos. Cada uma dessas seis formas de experiência (o estado de meditação, o estado de sonho, o estado de sono profundo, o processo de morte, o intervalo entre a morte e o renascimento e o processo de renascimento) apresenta uma chance única de descobrir o coração da iluminação em pleno momento presente. Rinpoche também ensinará sobre a prática da meditação para preparar a mente para a morte, baseando suas instruções em sua própria experiência de quase morte, quando estava em seu retiro andarilho.

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.