# PRE-REQUISITOS PARA ASISTIR

*Los pre-requisitos para poder participar fueron establecidos junto con Mingyur Rinpoche. Te pedimos que los respetes. ¡Gracias!*

*del 31 de mayo al 5 de junio de 2024*

La mente crea la realidad & Mente y vacuidad: El Sendero a la Liberación 1 y 2

Opción 1: Haber cursado los tres niveles de La Alegría de Vivir – Calmando la mente (nivel 1), Abriendo el corazón (nivel 2), Despertando la sabiduría (nivel 3)– y haber completado todos sus requisitos de práctica.

Opción 2: Haber completado todas las prácticas fundacionales (las 4 x 100.000 del ngondro).

Opción 3: Tener una práctica de meditación diaria de al menos 5 años y haber hecho retiros, solitarios o en grupo (con más de 6 horas de práctica formal de meditación diaria) bajo la guía de un maestro budista calificado, y que en su conjunto sumen al menos 30 días