

PRÉREQUIS POUR PARTICIPER

Les conditions requises pour participer ont été fixées en consultation avec Mingyur Rinpoché. Nous vous demandons donc de les prendre en considération. Merci d'avance!

27 au 30 septembre 2024

Voie de la libération, niveau 1 : l'esprit crée la réalité

Option 1 : avoir participé aux trois niveaux de Joie de vivre – Calmer l'esprit (niveau 1), Ouvrir le cœur (niveau 2) et Éveiller la sagesse (niveau 3) – et avoir complété les prérequis associés à la pratique.

Option 2 : avoir complété l'ensemble des pratiques préliminaires (les 4 x 100 000 ngondro)

Option 3 : avoir eu une pratique quotidienne de la méditation pendant au moins cinq ans et avoir participé à des retraites de pratique en groupe ou en solitaire pendant un total d'au moins trente jours, avec plus de six heures de pratique formelle de la méditation par jour, sous la direction d'un maître bouddhiste.