

## **Западный Меригар, Италия**

Программа на 2020 год

5 января, 23 февраля, 8 и 29 марта — добро пожаловать на экскурсии в Меригар

11–12 января

Ретрит по практике Ваджрасаттвы

18–19 января

Ретрит по практике Танца Ваджры

1–2 февраля

От медитации к созерцанию

22–26 февраля

Лосар в Меригаре

17–20 апреля

7 Лоджонг — Практика и объяснение

15–17 мая

Янтра-йога и ку-нье

1–7 июня

Восемь движений янтра-йоги: учительский тренинг, часть 1

Для связи: [office@dzogchen.it](mailto:office@dzogchen.it)

Веб-сайт: <https://www.merigar.it>