

## Expandiendo nuestra visión y capacidad

La comunidad de meditación Tergar visualiza un mundo en el que gente de todas las culturas y creencias se den cuenta de su potencial para florecer como individuos y vivir en armonía con los demás.

Esta es la nueva visión –desarrollada el año pasado en conversaciones con Mingyur Rinpoche y con los líderes de la comunidad Tergar alrededor del mundo– que guía a Tergar en su totalidad. También hemos ampliado nuestra misión para reflejar la importancia de apoyarnos los unos a los otros y así construir activamente una comunidad: «La comunidad de meditación Tergar enseña prácticas que cultivan la conciencia, la compasión y la sabiduría, y apoya a una comunidad internacional diversa de practicantes de todos los niveles de compromiso y experiencia.»

Para sostener esta misión, nuestro recién formado «Equipo de liderazgo y de construcción de comunidad» está trabajando en el cómo apoyar a grupos de práctica y comunidades de meditación más inclusivas y sostenibles en todo el mundo. Nuestro «Equipo de desarrollo y presentación de programas» está incrementando su capacidad para traducir las enseñanzas de Rinpoche, y otros materiales complementarios a múltiples idiomas. Y nuestro «Equipo de desarrollo de tecnología y soporte» está trabajando para hacer más accesibles nuestros programas en línea, las grabaciones y los procesos de registro para los eventos.



Además, estamos encantados de anunciar que Mingyur Rinpoche ha nombrado un quinto instructor de Tergar, Antonia Sumbundu, para expandir nuestra capacidad de enseñanza internacional. Antonia es una estudiante de Rinpoche desde 2002 y vive en Copenhague, Dinamarca. Además de enseñar en persona, ella presta ayuda

en los cursos en línea y en programas en inglés, danés y español. También hemos duplicado –de 8 a 16– el número de facilitadores de Tergar que lideran los seminarios de La Alegría de Vivir, en múltiples idiomas, por todo el mundo.



Mingyur Rinpoche

La comunidad de meditación Tergar apoya a individuos, a grupos de práctica y a comunidades de meditación alrededor del mundo a aprender a vivir con conciencia, compasión y sabiduría. Basada en el linaje budista tibetano de nuestro maestro, Mingyur Rinpoche, nuestros programas en línea y presenciales son accesibles para personas de todas las culturas y creencias, y apoya un camino de vida hacia la aplicación de estos principios en la vida cotidiana. Para más información visita [espanol.tergar.org](http://espanol.tergar.org)



## Programas de profundización y práctica

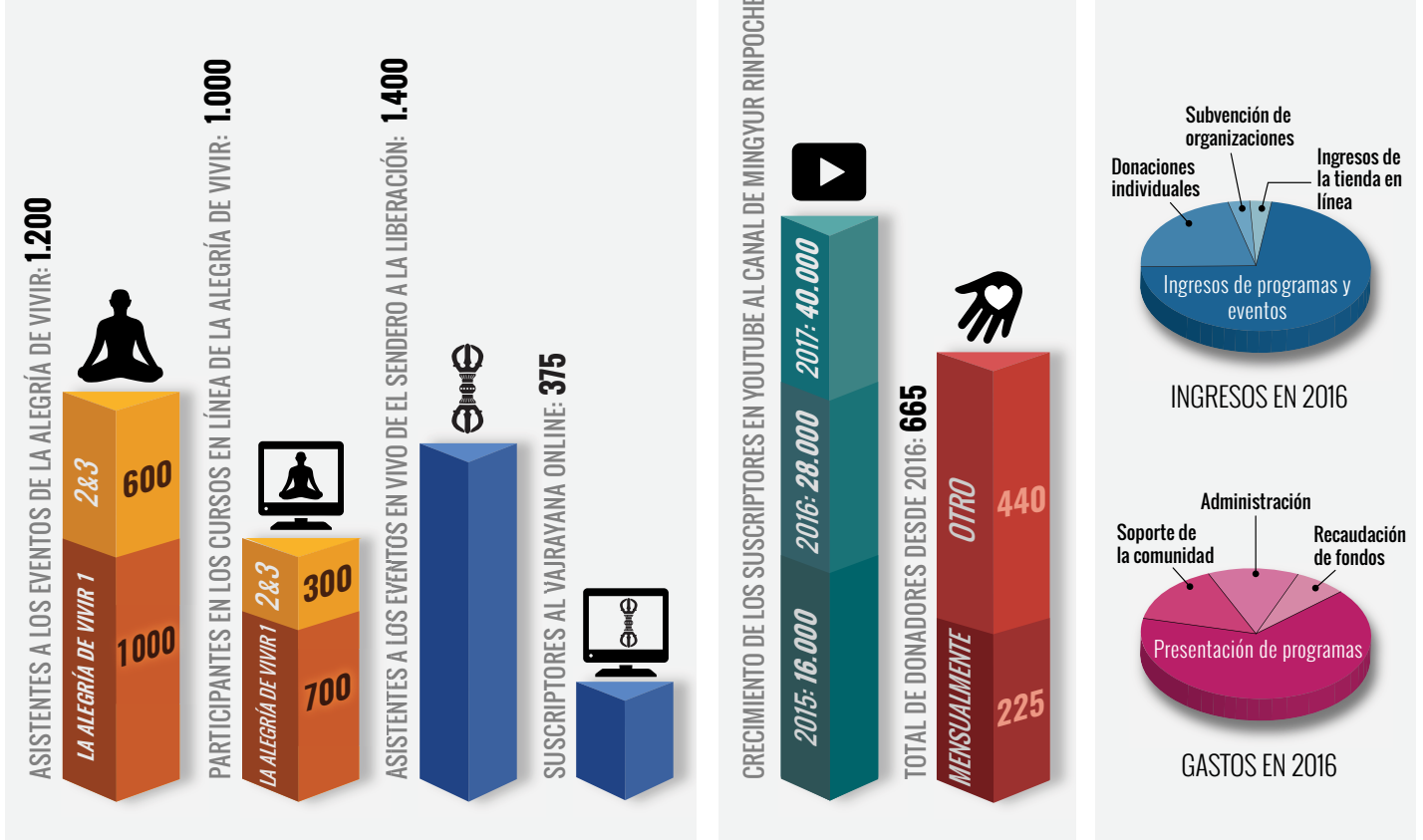
Este verano Mingyur Rinpoche presentará enseñanzas avanzadas en dos programas, tanto en el de La Alegría de Vivir como en el de El Sendero a la Liberación. Desde que regresó de su retiro, el año pasado, Rinpoche ha enfatizado la integración y la aplicación de las prácticas de La Alegría de Vivir en nuestra vida cotidiana. Este será el enfoque del track avanzado durante el retiro de práctica: Conciencia, compasión y sabiduría. Puedes encontrar más sobre este programa [aquí](#).

Para estudiantes experimentados de El Sendero a la Liberación, Rinpoche enseñará una importante práctica de la etapa

de generación basada en Tara blanca, que representa las cualidades femeninas del corazón despierto. Rinpoche ha compuesto una nueva y hermosa práctica de Tara blanca, que recientemente fue terminada de traducir al inglés por Cortland Dahl, y hemos comenzado a traducirla a otros idiomas. Puedes encontrar más acerca de este programa [aquí](#).

Como siempre, puedes encontrar la información sobre nuestros próximos eventos [aquí](#), y sobre los cursos en línea disponibles [aquí](#). Esperamos verte pronto en algún evento, retiro, o curso en línea de Tergar.

### Lo más destacado de 2016\*



\*Los gráficos únicamente representan a Tergar Internacional y no incluyen Tergar Asia