

La comunidad de meditación Tergar

Boletín

Queridos amigos, estudiantes y compañeros meditadores,

“ Mi tiempo enseñando y compartiendo el camino con todos ustedes ha reforzado mi creencia en que la amistad y la comunidad son el corazón del camino. ”

Ya han pasado dos años desde que regresé de mi retiro. Me he reconectado con muchos de ustedes en mis visitas a los grupos y centros de Tergar alrededor del mundo. Incluso he platicado en línea con algunos de ustedes en webinars en vivo. Mi tiempo enseñando y compartiendo el camino con todos ustedes ha reforzado mi creencia en que la amistad y la comunidad son el corazón del camino.

Por supuesto necesitamos estudiar y meditar, pero el punto de nuestra práctica es aplicar lo que aprendemos en la vida cotidiana. Aprendemos al hacer, al llevar lo que entendemos a través del estudio y la experiencia de meditación a nuestras vidas y a nuestras interacciones con los demás.

Es por eso que la comunidad siempre ha sido tan central en el sendero del despertar. Necesitamos amigos que nos apoyen en nuestra práctica, y apoyar a los demás es uno de los modos más poderosos de expresar lo que aprendemos.

Estoy muy feliz de ver cómo muchos de ustedes están contribuyendo a, y beneficiándose de, nuestra comunidad Tergar. Su compromiso con el camino el reconocer la sabiduría y la compasión, que es su verdadera naturaleza indudablemente va a enriquecer su vida y a tocar también la vida de muchos otros.

Los mantendré en mi corazón y en mis plegarias.



Yongey Mingyur Rinpoche



Comunidad en crecimiento significa crecer en liderazgo

En el corazón del soporte de nuestra creciente comunidad global se halla el desarrollo de liderazgo. El cual es, también, el resultado natural de practicar y trabajar juntos. Como Mingyur Rinpoche quizás diría: «¡Qué agradable!».

Este año hemos incrementado la capacidad del liderazgo en diversos niveles. Varios líderes de comunidades sin los que Tergar no existiría se reunieron en Alemania, en los Estados Unidos y en México para compartir lo que hemos estado aprendiendo, así como para construir nuestros vínculos de amistad, y recibir la inspiración y guía de Mingyur Rinpoche y de los instructores y facilitadores de Tergar. Por primera vez, en este año, estos «Entrenamientos fundamentales de liderazgo de Tergar» incluyeron elementos de «aprendizaje en línea», los cuales estuvieron disponibles desde antes de los encuentros. Estos materiales demostraron tener un gran éxito, y serán algo regular en los futuros programas de liderazgo.



También ampliamos la capacidad del staff en cuatro áreas de «soporte para la comunidad». Franka Cordua-von Specht (Vancouver, Canada) y Cindy Ahlberg (Minneapolis, EE.UU.) se han unido como «manager de soporte para la comunidad» y como «manager de eventos», respectivamente. Maya Sepulchre e Isboset Amador (Puebla, México) también se unieron al equipo de Tergar Internacional. Maya va a coordinar la producción de contenidos de programa y de traducción,



e Isboset va a liderar la siguiente fase del desarrollo tecnológico que le da soporte a nuestra comunidad global. Por favor, ¡acompañanos dándole la bienvenida a Franka, Cindy, Maya e Isboset en sus nuevos roles!

La idílica villa alemana de Hirschbach albergó al entrenamiento europeo de este enero. 39 líderes de práctica, coordinadores y administradores de 9 países treparon a la cabaña por un camino empinado y cubierto de hielo. Una vez ahí, nos vimos nutridos por bellos paisajes cubiertos de nieve y rodeados por personas con mentes afines, interesadas en profundizar su entendimiento de cómo apoyarnos unos a otros en la práctica y ayudar a hacer las enseñanzas de Mingyur Rinpoche accesibles a más personas.



En agosto, Tergar Puebla en Puebla, México – una comunidad vibrante de practicantes dedicados y divertidos – albergó a 37 líderes de las comunidades de Río de Janeiro, Vancouver, Portland, Los Angeles, Groton (Massachusetts), y Elmira (Nueva York). La instructora de Tergar, Myoshin Kelley y la facilitadora Maya Sepulchre co-lideraron el entrenamiento.



Al rededor de 100 líderes de grupos de alrededor del mundo se reunieron en los Estados Unidos, en la universidad de St. Thomas, en Minnesota, en el mes de junio. Mingyur Rinpoche nos acompañó en discusiones grupales ricas e inspiradoras acerca de construir comunidades sanas en apoyo a nuestro objetivo común de transformación personal para el beneficio de los demás. Rinpoche habló desde su propia experiencia y nos recordó el valor de reconocer la bondad básica y el buen corazón de los demás, quienes, a su vez estarán inspirados para actuar desde su verdadera naturaleza.



Aunque Rinpoche tuvo que viajar a Nepal de imprevisto durante los programas de verano, Khenpo Kunga hizo el retiro de «Tara blanca» en la universidad de St. Thomas. Los seminarios de fin de semana en París y Moscú, y los dos retiros europeos de verano, en Winterberg, Alemania fueron experiencias inolvidables para todos los que participaron. Khenpo se ganó los corazones de todos los que asistieron a sus enseñanzas claras e inspiradoras, y las comunidades de Alemania y Rusia están buscando recibirlo nuevamente para eventos venideros.

Estudiantes alrededor del mundo se unen en línea al curso Mahamudra

En septiembre, la comunidad de Tergar Learning lanzó un nuevo curso de seis meses del Mahamudra como parte del programa del Vajrayana Online. Este programa arrancó con lo que ha sido nuestro mayor registro dentro del Vajrayana Online desde que se lanzaron los programas por suscripción; diseñado para los practicantes budistas interesados en profundizar su entendimiento y práctica de las enseñanzas del budismo tradicional Kagyu sobre la naturaleza de la mente, el curso Mahamudra presenta una progresión clara y basada en la experiencia, a través de la práctica del Mahamudra, concentrándose en la visión, la meditación y la aplicación de cada paso a lo largo del sendero a la liberación. Además de las enseñanzas en video de Mingyur Rinpoche, webinars, lecturas y otros recursos, se introdujeron otros nuevos elementos para el curso de Mahamudra, incluyendo un cuaderno de trabajo y pequeños grupos de estudio.

Próximamente vendrá una expansión del programa de La Alegría de Vivir

Una de nuestras mayores iniciativas es el rediseño completo de La Alegría de Vivir. Hemos estado trabajando con Mingyur Rinpoche para crear una nueva aproximación que conserve las profundas prácticas y los principios de sus enseñanzas, pero que conjunte lo mejor de lo aprendido con base en la comunidad y las tecnologías interactivas, para confeccionar una aproximación verdaderamente única en el aprender y practicar la meditación. Rinpoche también está trayendo nuevas ideas y prácticas a La Alegría de Vivir, incluyendo el «Yoga de la conciencia» y otros elementos que ayudarán tanto a meditadores nuevos como experimentados, del programa de La Alegría de Vivir, a profundizar en su práctica.

Está en trabajo, para otoño de 2018, una Alegría de Vivir para familias; mantente al tanto para tener más información después de principios de año.



Créditos de las fotos: Alky Cheung, Francois Henrard, George Hughes, Beth Korczynski, Pedro Pacheco, Maya Sepulchre, Sergey Smirnov, Kevin Sturm, Bema Orser Dorje