

A vida, a mente e as Palavras do Buda

Domínios de estudos e de práticas

(Programa a ser finalizado - Lama Trinlé - 05/08/2018)

A vida, a mente e as Palavras do Buda A) Introdução geral (retiro de final de semana, ou outro)		A vida, a mente e as Palavras do Buda B) Aprofundamento (em dois ou três anos)		
A vida e a mente Quadro teórico geral	Práticas de meditação Treinamento da mente	Conhecimentos gerais contemporâneos	Dharma tradicional	Estudos acadêmicos do budismo
		1º. nível	1º. nível	1º. nível
Geologia e biologia Evolução das espécies Corpo, sentidos, cérebro Ontologia humana A mesma espécie Importância da mente Mente e cérebro Objetivo e subjetivo Fatores determinantes: Biologia; educação; cultura; treinamento O ser e o meio-ambiente Geografia e História Mitos e fatos concretos Ciências e religiões Budismo em contexto Causas e resultados Conhecimentos atuais Mind and Life - Dalai Lama Estudos avançados	Identificar: corpo, palavra, mente Conceitos; imaginação; afetividade Consciência - lucidez e atenção Sensibilidade e percepção Percepção e conceitualização Avaliar as consequências Liberdade - escolha - responsabilidade Consciência e atenção Concentração e distração: voluntária e fascinada Meditação analítica Concentração focalizada Fascinação - identificação - possessão: o objeto captura O "objeto" humano que fascina Esforço e relaxamento Atenção, controle mental Processos e comportamentos Reconhecer os processos Considerar os outros Amadurecimento afetivo Do egocentrismo à integração harmoniosa e construtiva Tornar-se mais lúcido O discernimento Benevolência e compaixão Treinar a mente Shine - Lagtong desenho Lojong: transformar os obstáculos Aprofundar as práticas Treinamentos tradicionais	Planeta e geologia Biologia e evolução História da humanidade Século XX História cultural Funcionamento da mente Corpo e mente - processos - D. Attenborough	Kalu Rinpotche Transmissão do Dharma Buda e Sangha Linhagem Shangpa Gampopa - 6 partes Ensinaamentos do Buda Ta-gom-Tchö 4 Nobres Verdades Preliminares comuns Preliminares especiais Tchenrezi e Tara Estudo do tibetano	Budismo: História Ásia SE - China - Japão Transmissões no Tibet - E. Conze - Zurcher - Donald Lopez - Geoffrey Samuel - G. Tucci - E. Lamotte
		2º. nível	2º. nível	2º. nível
		Ciências cognitivas Psicobiologia - estresse Etologia: - K. Lorenz - Desmond Morris - Franz de Wall	Shine - Lagtong formais - Taranatha Estudos e traduções As 4 divindades Tchöd - Amitaba Yidams Protetores	Traduções e estudos Cânones - Sutras - Tratados - Kongtrul Rinpotche - Asanga - Nagarjuna
		3º. nível	3º. nível	3º. nível
		Fatos e ideologias Desafios contemporâneos: - Y.N. Harari - Richard Dawkins - Adam Curtis	Programa do retiro de 3 anos Niguma e Naropa 6 Doutrinas - Yogas 5 Dharmas de Ouro	Estudos acadêmicos avançados Asanga Vasubandhu Yogachara Tantras