



Sob a Autoridade Espiritual de Kyabje Kalu Rinpoche

Retiro de Sangye Menla (o Buddha da Medicina)

De 20 a 22 de novembro de 2020

Programa 1/2

Sexta e Sábado, 20 e 21 de Novembro de 2020				
Período	de h	à h	duração	Atividade
1ª sessão:	6:30	7:30	1:00 h	Meditação Individual
<i>Café da manhã e pausa</i>	7:30	9:00		
2ª sessão. Primeira parte	9:00	10:30	1:30h	Ensinamentos
<i>Pequena pausa</i>	10:30	11:00		
2ª sessão. Segunda parte	11:00	12:30	1:30h	Ensinamentos
<i>Almoço e pausa</i>	12:30	14:00		
3ª sessão. Primeira parte	14:00	15:30	1:30h	Ensinamentos e prática
<i>Pequena pausa</i>	15:30	16:00		
3ª sessão. Segunda parte	16:00	17:30	1:30h	Ensinamentos e prática
<i>Pequena pausa</i>	17:30	18:00		
Ofício da noite	18:00	19:00	1:00h	Ritual de Sangye Menla (Coletivo)
<i>Pequena pausa</i>	19:00	20:30		
4ª sessão	20:30	21:30	1:00h	Ensinamentos



Sob a Autoridade Espiritual de Kyabje Kalu Rinpoche

Retiro Sangye Menla (o Buddha da Medicina)

De 20 a 22 de novembro de 2020

Programa 2/2

Domingo, 22 de Novembro de 2020				
Período	de h	à h	duração	Atividade
1ª sessão:	6:30	7:30	1:00 h	Meditação Individual
<i>Café da manhã e pausa</i>	7:30	8:30		
2ª sessão	8:30	11:00		Ensinaamentos de domingo do KPG com Lama Pelmo
<i>Pausa</i>	11 :00	14:00		
3ª sessão. Primeira parte	14:00	15:30	1:30h	Ensinaamentos e prática
<i>Pequena pausa</i>	15:30	16:00		
3ª sessão. Segunda parte	16:00	17:30	1:30h	Ensinaamentos e prática
<i>Pequena pausa</i>	17:30	18:00		
Ofício da noite	18:00	19:00	1:00h	Ritual de Sangye Menla (Coletivo))
Encerramento				