



Festival Aspiración del Buddha

Sábado 27 de Febrero

| ARG 🇦🇷 URU 🇺🇾 CHI 🇲🇽 | BOL 🇧🇴 | COL 🇪🇨 ECU 🇪🇨 PER 🇵🇪 | CDMX 🇲🇽 | PROGRAMA |
|----------------------|------------|----------------------|------------|--|
| UTC - 3 | UTC - 4 | UTC - 5 | UTC - 6 | |
| 03:30 a.m. | 02:30 a.m. | 01:30 a.m. | 00:30 a.m. | Oraciones y meditación en directo Empieza el día con la sabiduría del Sutra del Corazón y la recitación de su mantra, seguido de una meditación guiada por Lama Rinchen Gyaltsen. |
| 06:00 a.m. | 05:00 a.m. | 04:00 a.m. | 03:00 a.m. | Meditación guiada Una inspiradora y detallada práctica que, basándose en las claves transmitidas por los grandes meditadores del Tíbet, te ayudará a cultivar amor y compasión incondicionales en tu corazón. |
| 08:00 a.m. | 07:00 a.m. | 06:00 a.m. | 05:00 a.m. | Práctica de los 16 arjats Una milenaria meditación en grupo en la que invocamos la presencia del Buddha, meditamos con su mantra y le rendimos homenaje con bellas e inspiradoras visualizaciones. |
| 12:00 | 11:00 a.m. | 10:00 a.m. | 09:00 a.m. | Recitación de Samantabhadra con S. S. Gongma Trichen S. S. Gongma Trichen, el director espiritual de Paramita, transmitirá en directo la oración y las bendiciones de la Aspiración de Samantabhadra, para después recitar todos juntos esta inspiradora y poderosa oración. |
| 14:00 | 13:00 | 12:00 | 11:00 a.m. | Enseñanza: El camino iluminado Descubre esta visión holística del sendero espiritual en esta enseñanza de Lama Rinchen, la primera de un nuevo ciclo sobre las 37 prácticas fundamentales del camino espiritual. |
| 16:00 | 15:00 | 14:00 | 13:00 | La Aspiración de Samantabhadra Genera en tu interior el entusiasmo valiente y comprometido de los seres iluminados recitando la Reina de las Oraciones en la compañía de amigos de todo el mundo. |