

Retiro Internacional en línea del Monasterio Deer Park 2024

En casa en el mundo

		marzo 20	marzo 21	marzo 22	marzo 23	marzo 24
Horario en México City CST (UTC -6)	(Horario en California) PDT (UTC -7)	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo
6:45 AM	5:45 AM		30' Meditación guiada y lectura de Sutra	45' Meditación guiada y tocar la tierra	30' Meditación en silencio y lectura de Sutra	5 Ceremonia de Transmisión de los 5 entrenamientos de la consciencia plena
7:30 AM	6:30 AM		Relajación total	Presentación de los 5 entrenamientos de la consciencia plena	Escribiendo una carta de amor	
8:30 AM	7:30 AM	<i>Desayuno (offline)</i>	<i>Desayuno (offline)</i>	<i>Desayuno (offline)</i>	<i>Desayuno (offline)</i>	<i>Desayuno (offline)</i>
10:00 AM	9:00 AM		Compartir del Dharma (America)	Compartir del Dharma (America)	Presentación de la práctica "Comenzar de nuevo" (America)	Compartir del Dharma (America)
12:30 PM	11:30 AM		Meditación caminando (America)	Meditación caminando (America)	Meditación caminando (America)	Consultas de los grupos de afinidad
1:30 PM	12:30 PM	<i>Comida (offline)</i>	<i>Comida (offline)</i>	<i>Comida (offline)</i>	<i>Comida (offline)</i>	<i>Comida (offline)</i>
4:00 PM	3:00 PM	Prueba de la tecnología	Ejercicios conscientes	Ejercicios conscientes	Ejercicios conscientes	Charla del Dharma
5:00 PM	4:00 PM	Orientación y canto	Charla del Dharma y canto	Charla del Dharma y canto	Preguntas y respuestas	4:30pm : Festival del té
7:00 PM	6:00 PM	<i>Cena (offline)</i>	<i>Cena (offline)</i>	<i>Cena (offline)</i>	<i>Cena (offline)</i>	<i>Cena (offline)</i>
8:30 PM	7:30 PM	Compartir del Dharma (Asia)	Compartir del Dharma (Asia)	Presentación de la práctica "Comenzar de nuevo" (Asia)	Compartir del Dharma (Asia)	

Calendarios sujeto a cambios

OFFLINE
* Events in gray

Eventos en vivo para todos
Eventos en amarillo

En vivo para las Américas
Eventos en azul

En vivo para Asia
Eventos en verde