

Dansa del Vajra dels 6 Espais de Samanthabadra



La Dansa del Vajra és un mètode de contemplació en moviment que fa servir el so i el moviment per integrar els tres aspectes de la nostra existència (cos, energia i ment) en el coneixement de la nostra veritable naturalesa.

Pot ser practicada per qui ho desitgi. La seva pràctica enriqueix i pot ser integrada amb qualsevol mètode o camí espiritual.

Els moviments lents i coordinats, i la pràctica conjunta del so i l'atenció plena relaxen el cos, clarifiquen la ment i produeixen una experiència de relaxació profunda i d'estat calmat que ens ajuda a integrar amb les diferents circumstàncies de la nostra vida quotidiana.

A través d'aquesta dansa s'activen i coordinen punts energètics específics del cos. D'aquesta manera, La Dansa del Vajra dissol bloquejos, harmonitza l'energia i desenvolupa la presència i l'atenció.

Els moviments són acompanyats per la música i el so de les síl·labes del **Mantra dels Sis Espais de Samantabhadra, el Buda Primordial**, que simbolitza la nostra naturalesa essencial.

Dotze practicants, sis dones i sis homes, dansen junts en un Mandala de cinc colors, representant la correspondència entre la dimensió interna de l'individu i la dimensió externa del món.

[Inscripció](#)

Contribució: General 150 €. Socis de la Comunitat Dzogchen 120 €

Horari: Dimarts del 19/10 al 21/12 de 11h a 13h

Lloc: Kundusling - Passatge de la Pau, 10bis, 3r 1a, Barcelona (metro Drassanes)

Més informació gakyil@dzogchen.es (consultes generals)
o sachiko.dv@dzogchen.es (consultes sobre la pràctica)

* Places limitades. S'assignaran per ordre d'inscripció.

** Mínim 4 participants per obrir curs.

Chögyal Namkhai Norbu

Va ser un dels màxims exponents de la cultural tibetana, un erudit de renom,

reconegut com un dels millors mestres de Dzogchen, l'essència del budisme tibetà. Va presentar per primera vegada la Dansa del Vajra als seus estudiants en 1990. Ara es practica en diversos llocs i centres de la comunitat Dzogchen a tot el món.

Sachiko Fullita

Estudiant de Chögyal Namkhai Norbu des de 2005. Practica la Dansa del Vajra des de 2007. Va ser autoritzada per Chögyal Namkhai Norbu com a instructora del primer nivell de la Dansa del Vajra en 2016. Ballarina i creadora escènica. Va estudiar Arts Escèniques a la Pontifícia Universitat Catòlica de Perú i MA Artteràpia Transdisciplinària i Desenvolupament Humà a IATBA (Barcelona).

Data de l'esdeveniment:

Dimarts, 19. octubre 2021 - 11:00 a Dimarts, 21. desembre 2021 - 13:00

Cal inscripció prèvia?:

Si

Preu:

150.00€

Nom de l'entitat organitzadora:

Comunitat Dzogchen

Kundusling

Passatge de la Pau, 10 bis, 3^o 1^a

08002

Barcelona