Sangha

Andrea Scheffelt

Sangha

La Sangha (en sánscrito significa "inseparable") es la comunidad de personas que crece conjuntamente mediante la práctica meditativa. Es el término budista que se refiere al grupo de meditadores que se acompañan y comparten la práctica. La Sangha ayuda a expandir la consciencia de cada uno de sus participantes más allá de sus capacidades como seres individuales.

La Sangha es la tercera joya del budismo (las tres joyas del budismo son: el Buda, el Dharma, y la Sangha).

La Sangha nos ayuda a mantener la práctica y comprometernos con ella, por eso, nos reunimos regularmente. Si te gustaría formar parte de nuestra Sangha online (por Zoom), mándame un mensaje y con gusto te daré las coordenadas.

Puedes participar si recién te inicias en la meditación, como también si ya mantienes una práctica regular, o si te gustaría volver a ella.

¡Bienvenido, bienvenida!

"Sin Sangha, pierdes tu práctica muy rápido"

- Thích Nhất Hạnh