

Pozvánka na meditační kurz

DIBBA-VIHĀRA

základní techniky meditace klidu

3.–12. července 2009

Učitelé:
ctihodný Áyukusala Thera
Zdeněk Trávníček
Roman Hytych

Náplň kurzu

Kurz je zaměřen na nácvik různých postupů meditace klidu (*samathá*). Kromě základních technik meditace všímání nádechu a výdechu (*ánápána-sati*), meditace chůze (*čankamana*) a meditace dobrotivosti (*mettá-bhávana*) se účastníci seznámí se způsobem práce s kasinami barev a elementů. Meditace klidu přináší dočasné vyčištění mysli od nečistot, rozvíjí její schopnosti (*indriyá*), a tím připravuje mysl pro lepší pokrok při meditaci všímavosti a vhledu (*satipatthána-vipassaná*). Účastníkům doporučujeme absolvovat předem minimálně jeden víkendový meditační kurz.

www.dhammarama.eu

Místo

Centrum Mosty v Lukách, Loučka
Nově zrekonstruovaná budova na okraji vesničky Loučka nedaleko Litovle nabízí ubytování ve většinou čtyřlůžkových pokojích. Dobré sociální zázemí, klidné prostředí.



Účastnický poplatek

Kč 4 950,-
Tento minimální poplatek zahrnuje ubytování, vegetariánskou stravu a organizační výlohy. Výuka Buddhova učení je darem učitelů. Doporučujeme proto účastníkům obdarovat učitele nebo organizátora dle jejich možností.

Platbu proveďte ve prospěch účtu Bodhi Brno do 20. června 2009.

Číslo účtu: 200843790/0300

Variabilní symbol: vámi zvolené šestimístné číslo. Stornovací poplatky: 50 % při zrušení do 20. 6. 2009, při pozdějším zrušení 100 %.

Přihláška

Přihlášku zasílejte na adresu nebo e-mail organizátora do 20. června 2009.
Po obdržení přihlášky Vám zašleme podrobné informace, včetně programu kurzu.
adresa: Bodhi Brno, Zelný trh 12, 602 00 Brno
e-mail: rejdakova.alena@seznam.cz
telefon: 724 796 632 (Alena Rejdáková)

Přihláška na meditační kurz Dibba-Vihára (3.–12. 7. 2009)

Jméno Telefon

Adresa

E-mail Variabilní symbol (6 čísel)