

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 (*samathā*). Kromě základních technik meditace všímání nádechu a výdechu (*ánápána-sati*), meditace chůze (*čankamana*) a meditace dobrotivosti (*mettā-bhāvanā*) se účastníci seznámí se způsobem práce s kasinami barev a elementů. Meditace klidu přináší dočasné vyčištění mysli od nečistot, rozvíjí její schopnosti (*indriyā*), a tím připravuje mysl pro lepší pokrok při meditaci všímavosti a vhledu (*satipatthāna-vipassanā*). 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 Dhammy je darem učitelů.

Platbu proveďte buď složenkou typu A nebo převodem z účtu na účet

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)