



Pozvánka na meditační kurz

DIBBA-VIHÁRA

základní techniky meditace klidu



5. 7. – 14. 7. 2007

Učitelé:

ctihodný Áyukusala Thera, supervizor učitelů

Mgr. Zdeněk Trávníček, religionista, učitel Dhammy, žák ctihodného Áyukusala Thery

PhDr. Roman Hytych, psycholog, učitel Dhammy, žák ctihodného Áyukusala Thery

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.

<http://www.ayukusala.org/>

Místo

Chata Doubravka

Jde o moderní rekreační středisko na polosamotě v Železných horách, 4 km od Chotěboře, ubytování v převážně čtyřlůžkových pokojích.

<http://www.chatadoubavka.cz/>

Minimální účastnický poplatek: Kč 4950,-

Poplatek zahrnuje ubytování, vegetariánskou stravu a organizační výlohy včetně nákladů na ubytování učitelů a manažera kurzu. Samotný kurz je darem Dhammy.

Platbu proveďte buď složenkou typu A nebo převodem z účtu na účet Bodhi Brno **do 20.**

června 2007.

Číslo účtu: 200843790/0300, variabilní symbol: 2 + prvních šest čísel rodného čísla

Stornovací poplatky: 50 % při zrušení do 20. 6. 2006, při pozdějším zrušení 100 %

Příhlášku zasílejte na adresu nebo e-mail organizátora **do 20. června 2007.**

Po obdržení přihlášky Vám zašleme informace o programu kurzu, mapku a informace o spojení do místa konání kurzu.

adresa: Bodhi Brno, Zelný trh 12, 602 00 Brno

e-mail: rejdakova.alena@seznam.cz

telefon: 724 796 632 (Alena Rejdáková)

Příhláška na meditační kurz Dibba-Vihára (5. 7. – 14. 7. 2007)

Jméno a příjmení.....

Adresa (včetně PSČ).....

e-mail.....telefon.....datum narození.....