



občanské sdružení Bodhi Brno
Zelný trh 12, 602 00 Brno
č. účtu: 200843790/0300
e-mail: bodhi.brno@seznam.cz
web: www.bodhibrno.cz



DHAMMĀRĀMA

občanské sdružení Dhammārāma
adresa: Hvozď 153, 798 55
číslo účtu: 206177055/0300
e-mail: dhammarama@seznam.cz
web: www.dhammarama.eu

pozdávka na kurz meditace

Dibba-Vihára

základní techniky meditace klidu

2.–11. července 2010

učitelé: ctihodný Āyukusala Thera, Zdeněk Trávníček, Roman Hytych

Náplň kurzu

Kurz je zaměřen na nácvič 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*). Podmínkou účasti na kurzu je absolvování minimálně jednoho víkendového meditačního kurzu, případně osobní doporučení učitele.

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 5 250,-

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 2010.

Číslo účtu: 200843790/0300

Variabilní symbol: 6 čísel data vašeho narození uvedeného v přihlášce.

Stornovací poplatky: 50 % při zrušení do 20. 6. 2010, při pozdějším zrušení 100 %.

Přihláška

Přihlásit se můžete do 20. června 2010, a to pomocí elektronické přihlášky na stránkách www.dhammarama.eu.

V případě potíží volejte organizátorce, telefon: 724 796 632 (Alena Rejdáková)

e-mail: rejdakova.alena@seznam.cz

Po obdržení přihlášky Vám zašleme podrobné informace, včetně programu kurzu.



Autorem obrazu inspirovaného pobytem na Srí Lance je bývalý mnich a malíř Josef Vörös
www.galerie-voros.cz