



DHAMMĀRĀMA

občanské sdružení Dhammārāma
Renneská třída 12, 639 00 Brno
číslo účtu: 206177055/0300
e-mail: dhammarama@seznam.cz
web: www.dhammarama.eu

pozdávka na kurz meditace

Dibba-Vihára

základní techniky meditace klidu

20.–29. července 2012

učitel: Mgr. Zdeněk Trávníček, Ph.D.

Náplň kurzu

Kurz je zaměřen na nácvič různých postupů meditace klidu (*samathā*). Kromě základních technik meditace všímavosti nádechu a výdechu (*ānāpāna-sati*), meditace chůze (*cankamana*) 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 (*indriya*), a tím připravuje mysl pro lepší pokrok při meditaci všímavosti a vhledu (*satipaṭṭhāna-vipassanā*). Podmínkou účasti na kurzu je absolvování minimálně jednoho víkendového meditačního kurzu, případně osobní doporučení učitele.

Přihláška

Přihlásit se můžete do 20.6. 2012, a to pomocí elektronické přihlášky na stránkách www.dhammarama.eu. V případě potíží se obraťte na organizátora kurzu Pavla Dymáčka (e-mail: pavel.dymacek@seznam.cz, tel.: 721 349 486). Po uzávěrce přihlášek Vám zašleme podrobné informace, včetně programu kurzu.

Místo

Nově zrekonstruovaná budova na okraji vesničky Loučka poskytuje komfortní ubytování ve většinou čtyřlůžkových pokojích.

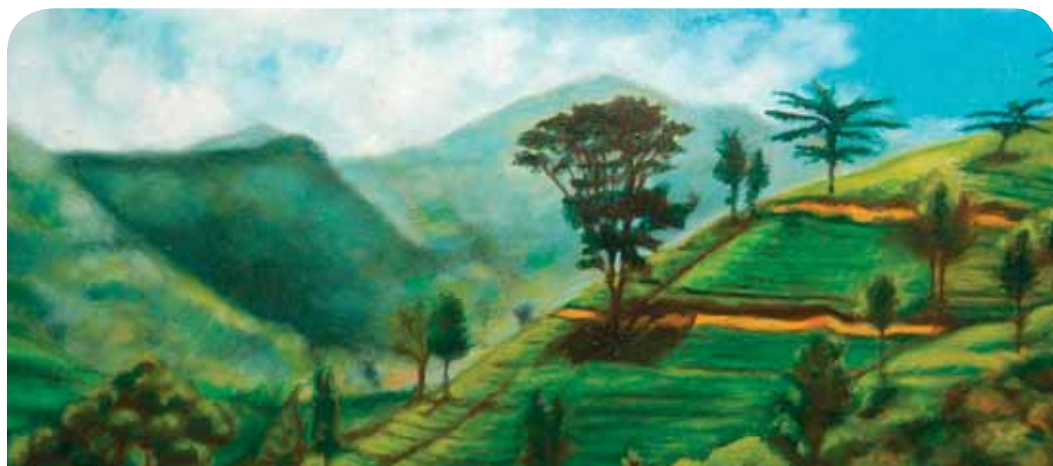
<http://www.os-luka.com>

Účastnický poplatek

Kč 5 350,-

Jedná se o poplatek, který pokryje pouze náklady na ubytování a stravu účastníka meditačního kurzu a organizační výlohy. Výuka Buddhova učení je darem učitelů. Organizace kurzu je darem organizátora a manažera. Doporučujeme proto účastníkům obdarovat učitele, organizátora a manažera dle svých možností.

Poplatek uhradte ve prospěch účtu občanského sdružení Dhammārāma do 20.6. 2012. Číslo účtu je: 206177055/0300, (ČSOB). Jako variabilní symbol uveďte šest čísel data Vašeho narození uvedeného v přihlášce. V případě zrušení Vaší účasti na kurzu účtujeme tyto stornovací poplatky: do 21 dnů před začátkem kurzu 50 % poplatku kurzu, po tomto termínu 100 %.



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