

# Helgarnámskeið með Rob Nairn

19. – 21. júlí 2019 *Í Hugleiðslu- og friðarmiðstöðinni*, Grensásvegi 8

Föstudagur: 17:00 – 19:00: Kynning á Rob og dagskrá afhent.

Laugardagur/Sunnudagur: kl: 10:00 – 16:00

Skráning & nánari upplýsingar: [hugleidsla@hugleidsla.is](mailto:hugleidsla@hugleidsla.is)



**Rob Nairn** kynnir nýju bókina sína “Insight”. Þetta verður því þetta einstakt tækifæri til þess að hitta Rob og kynnast vinnu hans við “**psychology of meditation**”. Bókin er framhald af bókinni Demantshugur (Diamond mind) sem hefur verið kennd hér á Íslandi í 16 ár.

**Rob Nairn** er fæddur í Zimbabwe og ólst þar upp og stundaði háskólanám í Bretlandi. Meðan á námi stóð (í lögfræði, sálfræði og afbrotufræði) fékk hann mikinn áhuga á hugleiðslu og búddisma. Árið 1964 var hann beðinn af H.H. Dalai Lama að kenna hugleiðslu.

Árið 1980 var hann beðinn af H.H. 16. Gyalwa Karmapa að kenna “**Insight meditation**“. Hann sagði upp starfi sínu sem prófessor í afbrotufræði við háskólann í Höfðaborg og stofnsetti hlédrags miðstöð í Nieu Bethesda í Suður Afríku. Árið 1989 fór Rob í hefðbundið 4 ára hlédrag í Samye Ling klaustrinu í Skotlandi þar sem hann lærði og æfði hefðbundnar, fornar hugleiðsluaðferðir Tíbetanskra búddista. Árið 1993 var Rob sendur til Afríku til að leiða Kagyu miðstöðvarnar í þeirri heimsálfu. Hann hefur komið reglulega til Íslands og kennt. Hann er upphafsmaður Kagye Samye Dzong í Reykjavík.

Rob er eftirsóttur fyrirlesari um hugleiðslu við fjölda háskóla í Afríku auk London, Edinborg, Dublin og Oklahoma. Þekking hans á nútíma sálarfræði, einkum Jung, gerir honum kleyft að umforma forna austurlanda speki í hugtök aðgengileg vesturlandabúum.

Rob hefur áður skrifað 3 bækur um hugleiðslu og verða þær aðgengilegar eftir á námskeiðinu. Þær eru: Tranquil Mind (Hugarró ísl.þýð.), Diamond Mind (Demantshugur ísl.þýð.) og Living Dreaming Dying sem hægt er að panta í Máli og Menningu. Einnig diskaröð: Death and Dying og aðrir dvd diskar. Hann er stofnandi **Mindfulness Association í Bretlandi** og kom á fót meistaranámi í „Mindfulness“ við háskólann í Aberdeen í Skotlandi.

Rob fær engan fjárhagslegan ávinning af kennslu sinni. Öll hans vinna stuðlar að því að hjálpa öðrum. Kostnaður er notaður í að fjármagna ferðir hans og til að borga af kennsluhúsnæði.

**Kostnaður:** 20.000 kr. fyrir allt námskeiðið. (8 þús./d.og 4 þús. föstud.) Kaffi/te innifalið.

