

Búddísk núvitundarhugleiðsla frá Tíbet



**8 vikna námskeið hefst þriðjudaginn 15.september 2020
kl.20:00**

**Námskeiðið er haldið í sal KSD/Hugleiðslu- og
friðarmiðstöðvarinnar á Grensásvegi 8, 4.hæð t.h.**

**Frjáls framlög t.d. eins og einn bíómiði hver tími, eða 13000
kr. í allt. Hver tími er frá kl. 20:00-22:00. Kaffi og te ásamt
kennslubókum innifalið. Farið verður í uppruna núvitundar
og hina fornu hugleiðslu Búdda byggða á núvitund.**

**Kennarar: Dagmar Vala Hjörleifsdóttir, Halldór Jónsson
ásamt fjarkennurum.**

Skráning á hugleidsla@hugleidsla.is

Námskeiðið er ætlað þeim sem vilja læra dýpri hugleiðslu

**Gott að hafa einhvern bakgrunn í núvitund eða hugleitt
áður. Góð upprifjun á grunnnámskeiði ásamt framhald.**

