



Apoyo a DESCUBRE BUDISMO :

- **POSTRACIONES 13 enero** 11-14h y 16-19h
- **VAJRASATVA 14 enero** 11-14h y 16-19h

CURSOS PRINCIPIANTES comienzan nuevos cursos

Nagarjuna Barcelona

C / Pere IV, 201, Local-4 08018 BCN
 Metro: L4 (Poble Nou)
 Bus: 7, 40, 42, B20, B25
 Tram T4 Pere IV
 Tren R1 Clot-Aragó

Tel./ Fax 93 457 07 88
 www.nagarjunabcn.org
 e-mail: info@nagarjunabcn.org
 Colaboramos con:

TUSHITA, Centro de retiros
 Tel.: 972.178 262
 www.tushita.es

Prácticas budistas Dirigida por : Ven. Marga Echezarreta	Diciembre	Enero	Febrero
Grupo de estudios y reflexión del Programa Básico Nueva edición 16h			24
Prácticas de Integración <i>Lunes a las 20h</i>	4-11-18	8-15-22-29	5-12-19-26
Días tsog Lama Chöpa Tsog <i>A las 21h</i>	12-28	11-26	



También a través de:

Descubre Budismo martes de 18:30-21h y viernes de 10-12:30h

- **POSTRACIONES 13 enero** 11-14h y 16-19h
- **VAJRASATVA 14 enero** 11-14h y 16-20h

Vivir el Camino lunes 18:30-20h
Nuevos cursos Principiantes en enero



Afiliados a **FPMT** (Fundación para la preservación de la tradición Mahayana)

Programa de meditación (Samatha, Vipasana)					
M e d i t a c i o n e s	Prácticas de Meditación <i>Donación voluntaria</i>	Diciembre	Enero	Febrero	
	Lunes Meditación 14:30-15:30h 20-21h	4-11-18	8-15-22-29	5-12-19-26	
	Martes Meditación 11.30-12.30h y 20-21h Postraciones y Vajrasatva 18:30-20h	5-12-19	9-16-23-30	6-13-20-27	
	Miércoles Meditación Cuencos 17-18h Shiné 20-21h	13-20	10-17-24-31	7-14-21-28	
	Jueves Meditación 11.30-12.30h Postraciones 35 Budas 14:30-15:30h Práctica Chöd 20-21h	7-14-21	11-18-25	1-8-15-22	
	Viernes Práctica 21 Taras 19-20:30h	1-15	12-19-26	2-9-16-23	
	Espacio reflexión : aprender a vivir, aprender a morir				
	Miércoles 11-12h	13-20	10-17-24-31	7-14-21-28	
	Jueves 19-20h	7-14-21	11-18-25	1-8-15-22	
	Conocimiento Interior				
	Miércoles 18-19h	13-20	10-17-24-31	7-14-21-28	
	F I L O S O F Í A	Principiantes			
Meditación Budista Lunes 11-12h o 20-21h		4-11-18	8-15-22-29	5-12-19-26	
Introducción Meditación Jueves 10:30-11:30h o 18:30-19:30h		7-14-21	11-18-25	1-8-15-22	
Vivir el Camino					
Lunes 18:30-20h		4-11-18	8-15-22-29	5-12-19-26	
Descubre Budismo					
Martes 18:30h a 21h		5-12-19	9-16-23-30	6-13-20-27	
Miércoles 18:30h a 21h		13-20	10-17-24-31	7-14-21-28	
Viernes 10-12:30h		1-15	12-19-26	2-9-16-23	
Ven Geshe Jamphel					
PROGRAMA BÁSICO :				24-25	
Bodisatvachariavattara					
DAR SENTIDO A LA VIDA	9-10		10-11		
Horarios todos cursos: Sábado y Domingo 11-14h					
CIENCIA Y BUDISMO					
Horario : 19-20:30h					
Ven Geshe Rinchen					
Sábado y Domingo 11-14h	2-3	27-28	3-4		