



# Nagarjuna Barcelona

Centro de Estudios de Budismo Tibetano

**TUSHITA** Centro de meditación



## 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](http://www.nagarjunabcn.org)  
e-mail: [info@nagarjunabcn.org](mailto:info@nagarjunabcn.org)

## TUSHITA, Centro de Meditación

Tel.: 686167322  
[www.tushita.es](http://www.tushita.es)  
E-mail: [oficina@tushita.es](mailto:oficina@tushita.es)

### Cursos adicionales para estos meses

- 13-14 febrero Retiro de Buda Medicina con V. Marga
- 20-21 marzo SEM-KHAM RIG-PA (PSICOLOGÍA) BASADA EN LA MEDICINA TRADICIONAL TIBETANA SEM-KHAM RIGPA CIENCIA DE LA MENTE con Dr. Loabsang Shresta. Un año duración via zoom
- 2-3-4 Abril Retiro Vajrasatva von V. Marga

<b>Prácticas budistas</b> Dirigida por : Ven. Marga Echezarreta	<b>Febrero</b>	<b>Marzo</b>	<b>Abril</b>
<b>Grupo de estudios y reflexión del Programa Básico</b> Nueva edición 16h	27	13	17
<b>Prácticas de Integración</b> <i>Lunes a las 20h</i>	1-8-15-22	1-8-15-22-29	12-19-26
<b>Días tsog Lama Chöpa</b>	7-22	8-23	6-22



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

<b>M e d i t a c i o n e s</b>	<b>Cursos y Retiros de Meditación</b>			
	<b>(Samatha y Vipasana)</b>			
	<b>Donación para estas actividades 10 eur /mes</b>			
	Prácticas de Meditación. <b>Donación 3 eur/sesión</b>	Febrero	Marzo	Abril
	<b>Lunes</b> Meditación 20-21h	1-8-15-22	1-8-15-22-29	12-19-26
	<b>Martes</b> Meditación 11:30-12:30h, 17-18h, 20-21h	2-9-16-23	2-9-16-23-30	6-13-20-27
	<b>Miércoles</b> Cuencos Tibetanos 17:00 Meditación 17-18h Shiné 20-21h	3-10-17-24	3-10-17-24-3 1	7-14-21-28
	<b>Jueves</b> Meditación 11:30-12:30h Cultivo de la Compasión 18-19h	4-11-18-25	4-11-18-25	8-15-22-29
	<b>Viernes</b> Taller bienestar emocional cuencos 17:00h	5-12-19-26	5-12-19-26	9-16-23-30
	<b>Espacio de Reflexión: Aprender a Vivir y morir</b>			
	<b>Jueves</b> 12:30-13:30h	4-11-18-25	4-11-18-25	8-15-22-29
	<b>Jueves</b> 19-20h	4-11-18-25	4-11-18-25	8-15-22-29
	<b>Meditación Universal con cuencos</b>			
	<b>Miércoles</b> 17-18h	3-10-17-24	3-10-17-24-31	7-14-21-28
	<b>Taller Bienestar emocional con cuencos</b>			
	<b>Viernes</b> 17-18h	5-12-19-26	5-12-19-26	9-16-23-30
<b>C u r s o s</b>	<b>Cursos Principiantes. Donación 10 eur/sesión</b>			
	<b>Meditación Budista</b> Lunes 11-12h 20-21h <b>Introducción Meditación</b> Lunes 18:30-19:30	1-8-15-22	1-8-15-22-29	12-19-26
	<b>Introducción Meditación</b> <b>Jueves</b> 10:30-11:30h	4-11-18-25	4-11-18-25	8-15-22-29
	<b>Vivir el Camino. Donación 40 eur/mes</b>			
	<b>Miércoles</b> 18:30-20h	3-10-17-24	3-10-17-24-31	7-14-21-28
	<b>Descubre Budismo. Donación 60 eur/mes</b>			
	<b>Martes</b> 18:30-20h	2-9-16-23	2-9-16-23-30	6-13-20-27
	<b>Jueves</b> 18:30-21h	4-11-18-25	2-9-16-23-30	8-15-22-29
	<b>MAESTROS. Donación 50 eur/fin semana</b>			
	<b>Ven Geshe Jamphel</b> PROGRAMA BASICO			
	<b>Bodhisatvachariavatara</b>	27-28	13-14	17-18
<b>Una Lampara en el camino</b>		27-28	24-25	
<b>Ven Geshe Rinchen</b>				
<b>Las dos verdades</b>	20-21	6-7	10-11	