



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
e-mail: info@nagarjunabcn.org

TUSHITA, Centro de Meditación

Tel.: 686167322
www.tushita.es
E-mail: oficina@tushita.es

Cursos adicionales para estos meses

- 2-5 Abril Retiro de Vajrasatva con V. Marga
- 29-30 Mayo SEM-KHAM RIG-PA (PSICOLOGÍA) BASADA EN LA MEDICINA TRADICIONAL TIBETANA con Dr. Lobsang Shrestha. Un año de duración via zoom. Pide información cómo apuntarte.
- 18 Septiembre Lam Rim Mediano de Lama Tsong Khapa

Prácticas budistas Dirigida por : Ven. Marga Echezarreta	Abril	Mayo	Junio
Grupo de estudios y reflexión del Programa Básico Nueva edición 17h	17	8	12
Prácticas de Integración <i>Lunes a las 19:45h</i>	12-19-26	3-10-17-24-31	7-14-21-28
Días tsog Lama Chöpa	6-22	6-21	4-20



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

M e d i t a c i o n e s	Cursos y Retiros de Meditación			
	(Samatha y Vipasana)			
	Donación para estas actividades 10 eur /mes			
	Prácticas de Meditación. Donación 3 eur/sesión	Abril	Mayo	Junio
	Lunes Meditación 19:45-20:45h	12-19-26	3-10-17-24-31	7-14-21-28
	Martes Meditación 11:30-12:30h, 17-18h, 20-21h	6-13-20-27	4-11-18-25	1-8-15-22-29
	Jueves Meditación 11:30-12:30h Cultivo de la Compasión 18-19h 12:30-13:30 Postraciones	8-15-22-29	6-13-20-27	3-10-17-24
	Viernes Taller bienestar emocional cuencos 17:00h	9-16-23-30	7-14-21-28	4-12-19-26
	Espacio de Reflexión: Aprender a Vivir y morir			
	Jueves 19-20h	8-15-22-29	6-13-20-27	3-10-17-24
	Meditación Universal con cuencos			
	Miércoles 17-18h	7-14-21-28	5-12-19-26	2-9-16-23-30
	Taller Bienestar emocional con cuencos			
	Viernes 17-18h	5-12-19-26	9-16-23-30	7-14-21-28
	C u r s o s	Cursos Principiantes. Donación 10 eur/sesión		
Introducción Meditación Lunes 11-12h 20-21h Meditación Budista Lunes 18:30-19:30		12-19-26	3-10-17-24-31	7-14-21-28
Meditación Budista Jueves 10:30-11:30h		8-15-22-29	6-13-20-27	3-10-17-24
Vivir el Camino. Donación 40 eur/mes				
Miércoles 18:30-20h		7-14-21-28	5-12-19-26	2-9-16-23-30
Descubre Budismo. Donación 60 eur/mes				
Martes 18:30-20h		6-13-20-27	4-11-18-25	1-8-15-22-29
Jueves 18:30-21h		8-15-22-29	6-13-20-27	3-10-17-24
MAESTROS. Donación 50 eur/fin semana				
Ven Geshe Jamphel				
PROGRAMA BASICO				
Bodhisatvachariavatara		17-18	8-9	12-13
Una Lámpara en el camino		24-25	15-16	19-20
Ven Geshe Rinchen				
Adiestramiento mental en siete puntos		10-11	1-2	5-6