

An abstract, textured background featuring a mix of blue and white. The texture is reminiscent of a rough, painted surface or a close-up of a natural material like stone or fabric. The colors are blended together, creating a sense of depth and movement.

retrit z

Jamesem Low

Zalesie G. 30.V – 2.VI.2013

RETRIT

Zapraszamy na 3-dniowe warsztaty dzogczen z Jamesem Low.
Warsztaty odbędą się w Zalesiu Górnym pod Warszawą w dniach 30 maja – 2 czerwca 2013.

Czwartek 30.V – 17.00 rozpoczęcie + kolacja
Piątek 31.V – całodzienne warsztaty
Sobota 1.VI – całodzienne warsztaty (oraz dzień dziecka)
Niedziela 2.VI – śniadanie + sesja poranna + 12.00 zakończenie

Opłata za retrit obejmuje udział w 3 dniowych warsztatach, 3 noclegi oraz pełne wyżywienie. Ośrodek oferuje 3 pokoje 3 os, 2 pokoje 4 os oraz pokoje w domkach (dwa domki 2os+5os oraz dwa domki 2os+6os). W każdym pokoju i domku osobna łazienka z prysznicem. Poza tym, jest tańsza opcja noclegu w indiańskich tipi (2x10os). Osoby mieszkające w tipi mają wspólną łazienkę.

JAMES

James Low jest nauczycielem dzogczen z tradycji buddyzmu tybetańskiego. Przetłumaczył wiele tradycyjnych tekstów i napisał do nich obszerne komentarze. Na podstawie przekazów i upoważnienia otrzymanych od rdzennego guru C.R.Lamy, naucza podstaw dzogczen w Europie.

Pracuje jako psychoterapeuta w szpitalu w Londynie.

James Low, mając wszechstronne humanistyczne wykształcenie, jest doskonale „przyswajalny” dla współczesnego Europejczyka.

Używa prostego i zrozumiałego języka. Uczy w jaki sposób zintegrować codzienne doświadczenie z separującym się nieustannie poczuciem siebie, co w konsekwencji uwalnia od napięć, lęku, agresji i innych przeszkadzających uczuć. W zasadniczej części jego nauki mają „świecki” charakter.

Dla ich zrozumienia (dla uczestnictwa) **nie trzeba być buddystą.**

www.simplybeing.co.uk

OPŁATY

- 390 zł/os (łóżko w pokoju/domku)
- 340 zł/os (nocleg w 10 os tipi we własnym śpiworze)

Przy przelewie 100% na konto (do 15 maja) – 370zł (łóżko) i 320zł (tipi).

- 300 zł/os (nocleg we własnym zakresie)

WARUNKI ZGŁOSZENIA

Warunkiem zgłoszenia jest wpłata zaliczki 200 zł, najpóźniej **15 maja**, na konto

[63 1140 2004 0000 3402 3020 2149](https://www.konto24.pl/konto/63114020040000340230202149) (Konrad Świtała, Zajęczka 1/5, 01-518 Warszawa). W tytule podać „James”.

Po wniesieniu opłaty, należy żądać potwierdzenia rezerwacji, wysyłając e-mail na adres konradswitala@poczta.onet.pl

Należy podać nazwiska zgłaszanych osób oraz preferencje odnośnie pokoi oraz wyżywienia (mięso/bezmięso)

