



Nyingma Centrum Nederland

oude wijsheid – moderne toepassingen

Boeddhisme als manier van leven

Nieuwe trainingen vanaf september 2023

Heb je al ervaring met meditatie of studie van het boeddhisme?

Bij het Nyingma Centrum in Amsterdam vind je diverse trainingen die je leren de klassieke inzichten van het Boeddhisme toe te passen in je leven van alledag.

Boeddhisme is dan geen ‘-isme’ meer maar een gids voor een leven met meer wijsheid, zingeving en compassie.

Jaartraining BSB 1 - De Dharma als Gids *live en online*

Over de Vier Edele Waarheden; ze bevatten de kern van de leer van de Boeddha, maar wat betekenen ze in je eigen leven?

Voor wie al beschikt over ervaring met meditatie.

Maandag 19.00 - 20.30 - 31 lessen en 2 workshops

Jaartraining BSB 3 - Onderzoeken van het ‘zelf’ *online*

Via de Abhidharma onderzoeken we de ‘vier vergissingen’ in onze gewoonlijke ervaring. Wat is ‘zelf’? Wat is ‘mijn’ ervaring?

Voor al meer gevorderde studenten boeddhisme en meditatie.

Donderdag 19.00 – 20.30 - 30 lessen online en 1 workshop live/online

Jaartraining BSB 5 - Lojong Mind Training *live/online*

De klassieke Lojong ontwikkelt aan de hand van 7 stappen en 59 slogans de twee vleugels van Bodhicitta: wijsheid en compassie.

Deze diepgaande beoefening is voor wie de jaartraining 4 ‘Vertrouwen en Toevlucht’ volgde en voor wie een gelijkwaardige basis heeft.

Dinsdag 20.15-21.45 - 31 lessen en 5 workshops

Alle NCN trainingen Boeddhistische Studie en Beoefening:

- worden in kleine groepen gegeven met veel persoonlijke aandacht
- zijn zowel persoonlijk als online via zoom te volgen
- vereisen per training een bepaald instap niveau
- zijn samengesteld door een hooggeraliseerde Tibetaanse leraar
- worden gepresenteerd door gekwalificeerde docenten
- bevatten naast wekelijkse lessen ook leeshuiswerk en zelfobservatie

Nadere info over de trainingen op onze site via:

- [jaartraining dharma als gids](#)
- [jaartraining onderzoeken van het zelf](#)
- [jaartraining Lojong Mind Training](#)

Als je aan de instap-criteria voldoet ben je van harte welkom.
We adviseren je graag over welke training of welke voorbereidende cursus goed bij je zou passen.

Wil je advies over welke training bij je zou passen?

Stuur een email aan nyingmacentrum@nyingma.nl en één van de docenten neemt contact met je op.

De eerste les van elke jaartraining is gratis toegankelijk als proefles.



Nyingma Centrum Nederland | Reguliersgracht 25 | Amsterdam
www.nyingma.nl | nyingmacentrum@nyingma.nl