

KUM NYE TIBETAANSE YOGA

Ontspanning en balans voor lichaam en geest

Cursus **Kum Nye Ontwikkelen** *online*
18 lessen dinsdag 19.30 - 21.00 uur
Eerste les 7 januari

Kum Nye voor **50 plus** *live/online*
23 lessen dinsdag 10.00 - 11.30 uur
Eerste les 7 januari

Introductie cursus Kum Nye Yoga *live*
11 lessen vrijdag 10.00 - 11.30 uur
Eerste les 28 februari

Themaworkshops Kum Nye *live/online*
Zaterdag 10.00 - 13.00 uur 1x per maand

Ook **Kum Nye cursussen** in Alkmaar, Wijhe, Nijmegen, Wageningen, Brugge en Rotterdam.

MEDITATIE EN BOEDDHISTISCHE PSYCHOLOGIE

Rust en inzicht vinden in je ervaring

Cursus Meditatie **Inzicht en kalmte** *live/online*
22 lessen donderdag 19.30 - 21.00 uur
Eerste les 9 januari

Themaworkshops Meditatie *live/online*
Zaterdag 10.00 - 13.00 uur 1x per maand

Gesture of Great Love module 2-5 *online*
23 lessen maandag 19.00 - 20.30 *Engelstalig*
Eerste les 6 januari

Workshop **Dimensions of Mind** *online*
Za 3 mei met Jack Petranker *Engelstalig*

CARING

Vanuit het hart zorgen voor jezelf en anderen

Cursus Caring 1 **Zelfzorg Ontwikkelen** *online*
13 lessen maandag 19.30 - 21.00 uur
Eerste les 6 januari

SKILLFUL MEANS

Groeien tijdens je dagelijks werk

Cursus Skillful Means **De kracht van Tijd** *live/online*
18 lessen dinsdag 19.00 - 20.30 uur
Eerste les 7 januari

Workshop **Stress transformeren in voldoening**
Zaterdag 5 april 14.00 - 17.00 uur *live en online*

BOEDDHISTISCHE STUDIE EN BEOEFENING

Het pad volgen van wijsheid en compassie

Cursus **De kracht van vertrouwen en gebed** *live/online*
5 lessen donderdag 19.00 - 20.30 uur
Eerste les 9 januari

Cursus **De vier Onmetelijken** *live/online*
12 lessen donderdag 19.00 - 20.30 uur
Eerste les 27 februari

Introductie workshop **Longchenpa Ceremonie** *live*
Zaterdag 8 feb 10.00 - 12.00 uur

Volle Maan Mantra *live/online*
20.30 - 21.30 uur 1x per maand

Medicijn Boeddha Ceremonie
Zaterdag 15.30 - 16.30 uur 1x per maand *live/online*

Oud en Nieuw Mantra *live*
Di 31 december 22.00 uur - woensdag 1 jan 01.00 uur

Chanting for World Peace *live/online*
Elke eerste Zondag van de maand 19.00 - 19.30 uur



Ik had niet gedacht, dat ik nog klassiek Tibetaans zou kunnen gaan leren. Door de zeer goede lessen en de veilige groep kan ik "vrijuit stuntelen" en leer ik deze fascinerende Dharma-taal lezen.

Peter

TIBETAANSE TAAL EN LITERATUUR

Leer de taal van het Tibetaans Boeddhisme

Klassiek Tibetaans I *online*
12 lessen maandag 19.00 - 20.15 uur
Eerste les 13 januari

Klassiek Tibetaans II module 3 *online*
18 lessen maandag 10.30 - 11.45 uur
Eerste les 13 januari

Klassiek Tibetaanse III module 5 *online*
18 lessen vrijdag 14.30 - 15.45 uur
Eerste les 17 januari

BUDDHIST SACRED ART STUDIO

Schoonheid kunst en toewijding

Sacred Art Studio **Tsa-tsa project** *live*
Elke vrijdag 14.00 - 17.00 uur (*niet in schoolvakanties*)

Sacred Art Studio **Gebedsvlaggen voor Vrede**

Sacred Art Studio **Stoepas voor Wereldvrede**

BRIDGES OF GOODNESS

I.s.m. Sarnath International Nyingma Institute, India



Khenpo Kunga Dakpa

Khenpo Dakpa werd opgeleid in het befaamde Mindroling klooster in Tibet en India en ontving onderricht in de Engelse taal in het Sarnath International Nyingma Institute in India.

In mei is Khenpo Kunga Dakpa opnieuw te gast bij de Nyingma Centra in Keulen en Amsterdam om workshops en retraites te begeleiden. Onder andere:

Welkom bijeenkomst en sangha-maaltijd *live*
maandag 5 mei 16.30 - 19.00 uur

One Month Meditation Intensive
6 - 30 mei ma t/m vr 7.00 - 8.00 uur
Q & A elke vrijdag 8.30 - 9.30 *live/online*

The Four Foundations of Mindfulness *live/online*
Weekendretraite vrijdag 9 t/m zondag 11 mei

The Path of the Bodhisattva *live/online*
Weekendretraite vrijdag 16 t/m zondag 18 mei

World Peace Chant and Stupa Consecration
Zondag 18 mei 16.00 - 17.00 uur



The Nyingma Centre radiates a kind of peace that's rare to experience. I feel inspired by how the community here encourages tuning into the heart and deepening inner awareness. Arwyn

OPLEIDING/INTERVISIE

Kum Nye Community *live/online*
Na-en bijscholing Kum Nye docenten
Vrijdag 21 maart 19.00 uur tot za 22 maart 12.00 uur

Our Sacred Heritage: *online Engelstalig*
Nyingma Wisdom from India to the Modern World
Training voor staf en senior studenten
7 lessen woensdag 19.00 - 20.30 5 maart-16 april

OPEN LESSEN

Een goede manier om kennis te maken

Open Dag Gratis proefflessen en film
Zaterdag 4 januari 12.30 tot 18.00 uur

Open Les Kum Nye en Meditatie *live*
maandag, dinsdag, en woensdag 17.15 - 18.00 uur
Engels en Nederlandstalig (niet in schoolvakanties)

Dagstart *online*
maandag, woensdag, vrijdag 8.00 - 8.30 uur
(niet in schoolvakanties)

Nyingma Events
Elke zaterdag 15.30-16.30 uur *toegang gratis*
(niet in schoolvakanties)

RETRAITES

27 - 30 dec **Kum Nye Kerstretraite** *live*
met Ien Oud en Hanneke van Bakelen

12 - 15 feb **Longchenpa Ceremonie** (*op uitnodiging*)

18 - 23 feb **Five Day Kum Nye Intensive Retreat**
Deepening Relaxation: Healing with Kum Nye
Live/online Engelstalig met Ton van der Scheer, Bram Williams en Iloy Scheerhorn.

7 - 9 maart **Kum Nye Zelfmassage** *live*
Weekendretraite met Rinske Alberts en Lydie Segers

9 -11 mei **The Four Foundations of Mindfulness**
Live /online Engelstalig
Weekendretraite met Khenpo Kunga Dakpa

16 -18 mei **The Path of the Bodhisattva**
Live /online Engelstalig
Weekendretraite met Khenpo Kunga Dakpa

29 mei - 1 juni
Hemelvaartretraite **Schoonheid van zijn**
Live op landgoed Bleijendijk
met Monique Verschuren en Lieneke Akkermans



OUDE WIJSHEID MODERNE TOEPASSINGEN

De Nyingma traditie is de oudste traditie van het Tibetaans Boeddhisme. Nyingma Centrum Nederland maakt deel uit van een internationale mandala van organisaties onder leiding van Tarthang Tulku, een hoogopgeleide Tibetaanse leraar die woont en werkt in Californië. In Nyingma Centrum Nederland worden cursussen, workshops en retraites gegeven die je leren te leven vanuit wijsheid en compassie.

De lessen zijn gebaseerd op de inzichten van het boeddhisme, maar je hoeft geen boeddhist te zijn of te worden om de programma's te volgen.

MEER DAN CURSUSSEN

Nyingma Centrum Nederland is een gemeenschap van beoefenaars: studenten, bewoners, vrijwilligers.

Al het werk, ook het geven van de lessen, wordt verricht door goed opgeleide vrijwilligers die werk beschouwen als hun beoefening en elkaar daarin ondersteunen.

Iedere student of vrijwilliger is welkom om zich bij de sangha aan te sluiten.

VRIJWILLIGERSWERK

We verwelkomen graag nieuwe vrijwilligers die het leuk vinden om te helpen koken, te helpen klussen en schilderen, of willen helpen in de winkel, het kantoor of het naaiatelier. Je leert nieuwe vaardigheden en maakt nieuwe vrienden. Interesse? Email info@nyingma.nl



De positieve sfeer en de lessen op het Nyingma Centrum maken me blijmoedig en geven me energie. Het kunnen bijdragen als vrijwilliger en de momenten van verbinding geven me een voldaan gevoel. Anne-Marie



WORLD PEACE STUPA CENTER EUROPE

Nieuw buitencentrum in Winterswijk Woold



Op deze mooie plek in de bossen aan de Nederlands-Duitse grens opent als alles goed gaat deze zomer het nieuwe World Peace Stupa Center Europe. Als de crowdfunding lukt en de gemeente instemt met de bouw van een stoepa gaat hiermee een lang gekoesterde wens in vervulling.

We kunnen er langere retraites en Dharma projecten realiseren en een thuisbasis worden voor de TNMC sanghs in Europa. Ook is het een fantastische plek om in samenwerking met de beide stadscentra in Amsterdam en Keulen een rijk aanbod aan weekendretraites en midweekprogrammas aan te bieden.

Er zijn veel mogelijkheden om mee te werken en het nieuwe centrum te ondersteunen.



Lees meer op www.stupacenter.org
Je kunt je daar ook aanmelden voor de World Peace Stupa Center [nieuwsbrief](#).
We houden je graag op de hoogte.

NYINGMA STEUNEN



Alle inkomsten van het centrum en de winkel komen na aftrek van kosten ten goede aan projecten die het behoud van de Dharma bevorderen zoals het **Yeshe De Text Preservation Project** en retreat centrum **Odiyan** in Californië. Door lessen te volgen bij ons, draag je dus hieraan bij. Je kunt ook doneren:

NL19INGB0003133166 (cursusgelden)

NL82INGB0003133390 (donatiefonds)

NL42INGB0108621804 (Stoepacentrum)

Programma: www.nyingma.nl
Stoepacentrum: www.stupacenter.org
Zelfstudie cursussen: www.boeddhismeonline.org
Cursussen op locatie: www.mindingwork.nl
Lotus Design Winkel: www.lotusdesignwinkel.nl

OPEN DAG ZATERDAG 4 JANUARI 2025

12.30 - 13.30 Open les Kum Nye en Meditatie
13.30 - 14.00 Open les Caring
14.00 - 14.15 pauze
14.15 - 15.00 Open les Boeddhisme
15.00 - 15.30 Rondleiding vrijwilligerswerk
15.30 - 15.45 pauze
16.00 - 17.00 Nieuwjaarsworkshop Innerlijk Vertrouwen
17.00 - 18.00 Film: The Great Transmission

Je bent van harte welkom om kennis te maken met de verschillende lessen en je vragen te stellen.

LOTUS DESIGN WINKEL

A Buddhist Gift Shop



De Lotus Design Winkel verkoopt alles wat je nodig hebt voor je meditatie of yoga beoefening. En ook mooie kado's: edelstenen, klankschalen, sieraden en wierook. Fair Trade producten uit Nepal en eigen fabrikaat meditatiekussens en yogamatten.

Ook boeken over boeddhisme en in het Nederlands vertaalde boeken van Tarthang Tulku. De winkeliers vertellen je graag over onze lessen en projecten.

Openingstijden wo t/m zaterdag 12.00 - 17.00
Winkelen kan ook op www.lotusdesignwinkel.nl

Nyingma Centrum Nederland
Reguliersgracht 25 Amsterdam
nyingmacentrum@nyingma.nl
020 - 6205207 www.nyingma.nl



Nyingma Centrum Nederland

Januari - Juni 2025



oude wijsheid
moderne toepassingen



Balans - Inzicht - Vertrouwen