Meditācija Gāliņciema bibliotēkā



Aicinām uz meditāciju Elīnas Siliņas vadībā katru ceturtdienu plkst. 18.00 Gāliņciema bibliotēkā.
Aicināts ikviens interesents. Līdzi ieteicams paņemt savu vingrošanas paklājiņu un ierasties ērtā apģērbā. Nodarbībā var piedalīties ar ziedojumu*.
Vairāk informācijas: tālr. 20061353
Meditācijas vakaros Elīna iepazīstinās ar Theravādas budisma meditācijas pieeju. Kā arī prakses ietvaros tiek aplūkoti dharmas mācību pamatprincipi, kas ļauj strukturētā veidā izprast apziņas procesus un eksistences fenomenoloģiju. Elīna ir sertificēta jogas un padziļinātas Vipassanā meditācijas pasniedzēja, kura guvusi pieredzi Āzijā, līdzās budistu mūkiem, praktizējot meditāciju tās tradicionālajā kontekstā.

*Ziedojumi tiek vākti *Knowing Buddha Foundation* (KBO) jeb "Iepazīt Budu fondam", kura mērķis ir nodrošināt brīvu un pieejamu budisma mācību un meditācijas zināšanu izplatīšanu ikvienam interesentam.

Thu, 11.06.2026

18:00-19:00

+37120061353

krista.karabesko@ventspils.lv

https://biblioteka.ventspils.lv/

Gāliņciema bibliotēka

Kuldīgas iela 138