

DHARMANAP A TAN KAPUJÁN - 2025.08.10. (vasárnap)

Helyszín / Időpont	Szertartásterem	Baktay terem	Kőrösi terem	Zen terem A Tan Kapuja Zen Közösség és a Zen Akadémia programjai
08:00-08:50	Megérkezés, csendes ülés. Rába Géza			
9.00-9.45	Dharmanap nyitóbeszéd. Karsai Gábor			
10.00-10.50	Csi-kung gyakorlás Juhász Imre	Milyen tudatállapot az elmélyedés (dzshána) a théraváda buddhizmus szerint? Bodó Ferenc	Egzisztenciális pszichológia a buddhista gyakorlatokban. Bialkó László Gergő	Szútra recitáció Kenéz László
11.10-12.00	Ánápánaszati, légzésmeditáció. Bodó Ferenc	Misztikus egységglátás: "Keleti és nyugati misztika" Rudolf Otto nyomán. Dr. Czétány György	A Csi-kung világa. Juhász Imre	Mozgásmeditáció – kardforgatás. Kenéz László
12.20-13.10	Jantra jóga gyakorlás. Somogyvári Zsolt	Hirtelen megvilágosodás: rejtély vagy természetes állapot. Németh Norbert	A meditáció útja a kolostortól az okostelefonig. Bán-Horváth Attila	A zen gyakorlás alapjai: az ülő meditáció. Kenéz László
13.10-14.00	ebédszünet			
14.00-14.50	Szatipathhána meditáció. Bán-Horváth Attila	Úgy volt, úgy nem volt... - mesélnek a páli szövegek. A korai buddhizmus nyelve; a szövegek hitelessége; miért érdemes páli nyelvet tanulni. Körtvélyesi Tibor	Buddhista gyakorlatok otthon. Bialkó László Gergő	Képzőművészeti meditáció – Szuminagasi márványozás. Hoffmann Orsolya
15.10-16.00	Egyensúly és jóga - a hatha jóga gyakorlatai, ászana és pránájáma. Brávcz Alexandra	15:15-16:45 A buddhista meditációs technikák és a Mindfulness. (kerekasztal-beszélgetés) Karsai Gábor, Németh Norbert, Bodó Ferenc. Moderátor: Bán-Horváth Attila	Teamművészet mint szellemi gyakorlás (előadás). Keller Mirella	
16.20-17.10	Metta meditáció. Rába Géza		A belső szabadság útja - bevezetés a jógafilozófiába. Brávcz Alexandra	Hangszeres meditáció – Sakuhacsi, japán bambuszfuvola. Kenéz László
17.30-18.20	Zárószertartás. Cser Zoltán			
18.45-20.00	Meditációs zene, mantraéneklés. Ölvedi Gábor			

Sarokdharma terem 09:00-18:30	A Tejút Buddhista Pedagógiai Központ programjai: Gyerekfoglalkozások egész nap: meseolvasás, színezés, kreatív papírajátékok, mandala készítés, origami, daruhajtogatás, figyelemgyakorlatok, játékos meditáció.
Hetényi terem 09:00-18:30	A TKBF Szakkönyvtár és a TKBF Tanulmányi Osztály programjai: Buddhista kvízzjátékok, tudástesztek, kreatív feladatok, ismeretterjesztő kiadványok, buddhista könyvek, -folyóiratok. tájékoztatói lehetőség a főiskolán folyó képzésről, jelentkezési lehetőség.



A Tan Kapuja Buddhista Egyház és A Tan Kapuja Buddhista Főiskola közös rendezvénye.

©2024-2025