



Dagskrá KSD 2026

Vor-sumar:

Dagskrá/ program:

Hugleiðsla: Alla miðvikudaga kl. 20:00 í 30 mín. Opín fyrir alla án kostnaðar.

Chenrezig (kærleiksathöfn): Alla miðvikudaga kl. 19:30 í 30 mín. Fyrir hugleiðsluna. Opín fyrir alla án kostnaðar.

Puja 21 “prayers to Green Tara” og stutt Hvítu Tara (athöfn) á þriðjudagsmorgnum kl. 07:30 í 30 mín. Opín fyrir alla án kostnaðar.

Námskeið og hlédrög:

1. ***Hlédrag í Skálholti 16.-19.apríl:***

Núvitundarhlédrag með Kristine Mackenzie-Janson í í
4 daga. Skráning og nánari upplýsingar á
hugleidsla@hugleidsla.is

2. ***Búddískt hugleiðslunámskeið frá Tíbet. Grunnnámskeið:***

Hefst 29. september kl.20:00 á Grensásvegi 8. Kennst 5
þriðjudaga í röð. Einnig upprifjun fyrir þá sem hafa komið áður á
námskeiðið. Sjá www.hugleidsla.is og facebók:
Hugleiðslu og Friðarmiðstöðin

Skráning og nánari upplýsingar á:

hugleidsla@hugleidsla.is

3. *Dharmakennsla með Tíbet Búddamunkinum Choden 29.-*

31. Ágúst: “Bodhicitta and the Four Immeasurables”. Skráning og nánari upplýsingar á hugleidsla@hugleidsla.is.

Með kærleikskveðju

Stjórnin

