



NKT-IKBU

# sabedoria interior

meditação  
ao ar livre

&

piquenique  
no jardim do Juncal do Campo  
com a Ecogerminar



meditação ao ar livre & piquenique

**sabedoria interior**

## meditação & budismo Kadampa

com o professor Kadam Mário Calha

sábado | 20 de julho às 10:30 no jardim do Juncal do Campo  
com a Ecogerminar

Para seguirmos um caminho exterior necessitamos dos nossos olhos físicos, mas para progredirmos ao longo dos caminhos interiores para a libertação e iluminação necessitamos dos olhos da sabedoria.

a atividade é gratuita e o piquenique é partilhado

apenas deve levar consigo alguns alimentos vegetarianos e bebidas sem álcool,

leve também chapéu e protetor solar

entre em contato connosco caso necessite de transporte

**centro budista kamarupa**

meditação e budismo kadampa

membro da New Kadampa Tradition - International Kadampa Buddhist Union

Avenida Dr. Augusto Duarte Beirão, nº11, Loja 1, (Urbanização Quinta Dr. Beirão) 6000-348 Castelo Branco

Telefone: +351 272 346 508 Telemóvel: +351 960 034 321 Email: [cbk@meditar.org](mailto:cbk@meditar.org) Internet: [www.meditar.pt](http://www.meditar.pt)

Facebook: Centro-Budista-Kamarupa

## Todos são bem-vindos!



Temos atividades diárias no  
Centro Budista Kamarupa  
Com meditação, Programas de  
estudo e Budismo Moderno  
consulte o nosso site ou  
para mais informações  
Contate-nos