

One Mind - workshop

med Dan Landgré, den 23 november, på Enekulla Zendo

One Mind-workshop bygger på 'the Big Mind-process' som utvecklats av Genpo Roshi. Genpo är en amerikansk zen-mästare och zenbuddhistisk munk sedan mer än 45 år. Han blev abbot för zen-klostret i Salt Lake City i mitten på 90-talet men var inte helt tillfreds med de traditionella metoderna som användes för att hjälpa munkar och lekmän på vägen till upplysning (= insikt i verklighetens natur, ditt sanna jag). 1999 kom ett genombrott i och med skapandet av Big Mind-processen, och han har fortsatt utveckla den sedan dess. Processen ger en möjlighet till insikt, en glimt av upplysning på bara några timmars arbete. Den är dessutom en väg till fördjupad förståelse av olika delar av självet, delar av oss som många gånger kommer i konflikt och ställer till det för oss i vårt vardagsliv. Med hjälp av processen får du ökad förståelse och fler verktyg att hantera ditt liv mer tillfredsställande.

Ken Wilber säger följande om processen: *"The Big Mind process is an astonishingly original, profound and effective path for waking up, or seeing one's True Nature. It is such a simple and universal practice it can be used in any spiritual path you wish, or even by itself, as a practice for realizing your True Self."*



One Mind-workshop - med Dan Landgré. Kl 09.30 – 16.00, lördag den 23 november, på Enekulla, Maglasäte 712, Höör. Kostnad: 950 kr vilket inkluderar lunch (veg.). Anmälan och mer information: dan@landgre.se, tel. 0708 972130.

Dan Landgré är leg. psykolog, leg. psykoterapeut och zenbuddhistisk munk. Han har varit zen-student sedan början av 80-talet. Dan har studerat Big Mind-processen sedan 2003 och varit elev till Genpo Roshi i mer än 15 år. Som avslutning på en utbildning (2005) skrev Dan en uppsats om processen, den finns tillgänglig på transpersonell.se.

Tidigare deltagare om workshopen, och om Dan som kursledare:

"Vi uppskattade alla också mycket att få en struktur på människans tillstånd, tillvaro och väg. Men det var inte förrän efteråt vi förstod hur värdefull kursen varit. I efterhand landade vi alla tre, ..., i hur avspänt och skickligt du genomfört kursen. ... Jag som bett dem följa med var mycket tacksam för egen del och fick verkligen mycket ut av kursen, men också glad för att de fick så mycket ut av att följa med mej dit." Gisela D., Malmö

"... din kurs ... var en otroligt härlig upplevelse." Mia W., Göteborg

"Som du vet var jag rätt nervös ... (som man ju alltid är när man ska ge sig ut i det okända) men efteråt upplevde jag en stor frid och helhet ... , kanske tack vare att du hela tiden förmedlade en stor trygghet!" Wiveca H., Höör

"Tack för en mycket! givande dag. ... stort tack ..." Lena S., Lund