



Dhamma Centrum
BODHIPÁLA

V zídkách 105,
252 46 Vrané nad Vltavou
tel./záz. 257 761 566,
e-mail: bodhipala@volny.cz
www.bodhipala.cz



OKRUŽNÍK

říjen 2005

*Husa letí mezi mraky
láhev prázdná
a "my" taky.*

Pozor přátelé - zde se nejedná o bilanci proflámaného večera, nýbrž o výdobytek týdenní intenzivní meditace! - Ano, to jeden meditující z letošní Bodhipály obrazným způsobem pochytil podstatu jednoho známého koanu. Tento koan (ač původem ze Zenu) často zmiňují, protože vynikajícím způsobem ilustruje jeden stupeň (zároveň ale i celkový princip) cesty k osvobození. Zadání tohoto koanu jistě znáte: "Husa je v lahvi! Jak ji dostat ven aniž by se při tom poškodila láhev či husa?"

Známe to jistě z vlastní zkušenosti: mordujeme se s nějakým životním problémem, dusí a zatěžuje nás to na každém kroku - a může to trvat velmi dlouho - až nás to jednou celé dokonale a skrz naskrz otráví, jsme tím přesytení až nad hlavu, nechceme o to za-

vadit už ani jedinou myšlenkou - a odvrátíme se od celé té věci i od souvisejících oblastí problému. Někdy se to pak přihodí: náhle se změní optika. Celý případ se nám začne jevit jako totální hloupost a směšnost. Mysl se uvolní, prosvětlí a problém se najednou přestane konat - rozpustí se jako pára nad hrncem. Jedno ulpění došlo svého konce.

Odehraje-li se tento proces ve velkém měřítku, skutečně vyvstane konkrétní pocit, že "husa už není v láhvi"! A nejen to. najednou je tu i jasné vědomí, že husa v lahvi v pravdě ani nikdy nebyla!!!

To my sami jsme z vlastní mysli vytvořili vězení a mylně byli přesvědčeni, že husa je uvězněná v láhvi. Kolik času, kolik tisíciletí jsme strávili úsilím osvobodit tu husu. Jak dlouho v nás zrála bytostná touha "husu" osvobodit! Celou tu dobu jsme byli přesvědčeni o reálnosti jak husy (=vědomí) tak i láhve

(=ega). V momentech vhledu vyvstane (různě hluboké) poznání, že pocit "husy v láhvi" je pouhou fikcí našich myslí. Fikcí, na kterou jsme tolik věřili, kterou jsme se tak dlouho zaobírali, která vedla náš život, do které jsme investovali

tolik reality, fikcí, kvůli které jsme byli schopni vést války... Pokud se ulpění na pocitu "já" ještě víc uvolní, vhléd možná pokročí dál - a uvidíme, že ani ta láhev, v posledku ale ani ta husa nejsou žádnou poslední realitou.

❖ Příspěvek z Bodhipály

...Absolvoval jsem týden kurzu, Ten poslední den jsem ještě meditoval podle instrukce jako všichni, jako i já až do teďka. Po poslední meditaci jsem udělal to, co jsem měl udělat už mnohokrát před tím. Došel jsem blízko k oltáři, poklekl jsem a třikrát jsem se poklonil až k zemi. Když jsem se zase napřímil, zřetelně jsem cítil, jak mi do hrudi proudí jasné, zářící světlo. Chvilku jsem tak postál a šel jsem na oběd. Po obědě jsem si sbalil věci a ještě jednou jsem navštívil prázdnou meditační halu. Usedl jsem poprvé po týdnu na židli a zavřel jsem oči, jak jsem byl zvyklý. Tentokrát jsem už vůbec nemeditoval podle instrukce. Jen jsem tiše spočíval u nohou Vznešeného. V mysli se mi objevilo uvědomění určitého rysu mojí povahy, který mě nutí pořád do intenzivních emocionálních vztahů. Bylo to něco, co se dá analyzovat a rozpustit? Nevím, na to jsem to vnímal příliš krátce. Šel jsem dál, hlouběji do ticha. Tiše jsem spočíval u nohou Vznešeného a v srdci jako bych pro něj pěstoval kytičky. Nic dalšího tam nebylo, nic nechybělo ani nepřebývalo. Věděl jsem, že tohle je základ mojí osobnosti. Potom po pár minutách prožitek

zeslábl. Ještě jednou jsem padnul na tvář před sochou Buddhy, ale to bílé světlo už mi bylo sotva znatelné. Opustil jsem meditační halu a v tichosti jsem se vydal na nádraží.

Michal

❖ Uzdravování spirituální nemoci

Původní námět od Adžána Buddhadasy zde nově zpracoval AO

Existují tělesná onemocnění, mentální onemocnění a spirituální onemocnění. Tělesné nemoci si uvědomujeme někdy až příliš zřetelně - i když se správnou diagnózou a rozpoznáním příčiny míváme potíže. Mentální psychické onemocnění si uvědomujeme již obtížněji. Je to spíše kontakt s okolím, co postiženého člověka přivede k terapeutovi či psychiatrovi. Teprve v posledních 50ti letech nastalo jasnější uvědomění o rozsahu existujících neuróz a psychických deformací. Jen někteří lidé ale uchopili svou situaci kreativním způsobem a se zvědavým zájmem se začali účastnit různých terapií, aby na sobě pracovali.

Se spirituálním onemocněním je ale situace ještě horší. Ačkoliv se jedná o onemocnění de facto všech lidí a bytostí, rozsah tohoto onemocnění si uvědomuje jen velmi málokdo - a jestli někteří cosi tuší, většinou jen mlhavě a jen příležitostně. Kvůli plošnému výskytu tohoto onemocnění se totiž spirituální choroba obecně považuje za "daný normál". Pro Buddhu to normál nebyl a tak hledal - až našel. Dhamma ve své podstatě není vlastně nic jiného než lék na tento třetí druh vnitřního bytostného onemocnění.

Protože si lidé spirituální nemoc tak špatně uvědomují, nedivme se tudíž, že v Buddhově nauce na prvním místě figuruje "protření očí", - spravedlivý objektivní pohled na vlastní život, nepředpojaté, neidealizované uvědomění situace, ve které se nacházíme.

Když necháme všechny religiózní a filozofické otázky pokud možno stranou a pošleme do svého nitra otázku "Co mi vlastně schází k plnému, čistému štěstí a volnosti?" jako odpověď se možná objeví nějaká konkrétní okolnost, v mnoha případech se ale spíše ozve jen jakýsi pocitový "knedlík",



možná jistá tíha, sevřenost, nebo nějaká ještě méně konkrétní pocitová "mlžnost". Otázka totiž nesměřuje k povrchu nýbrž ke středu naší bytosti. Ve chvíli vnitřního naslouchání myšlení ustane a my vnímáme víc citem než myšlenkou. Ale i tak, většinou se "nedocítíme" až k nějakému zřetelnému zjištění. Naši spirituální zdravotní stav bude tedy třeba prověřit nějakým jiným způsobem.

Zalistujme v pomyslném spirituálním chorobopisu a podívejme se, které symptomy jsou tam pro spirituální onemocnění uvedeny jako příznačné a charakteristické.



Už jen letmý pohled přes seznam symptomů nám napoví, že všechny vlastně patří do oblasti, kterou bychom úhrnně mohli nazvat "mentální trýzeň".

Jedná se hlavně o negativní mentální stavy a emoce, které u ochotných vyvolávají jako reakce na nepříjemné myšlenky, představy nebo prožitky. Tyto negativní stavy pak zřetelným způsobem sužují a zužují pacientovu mysl a vyvolávají nejrůznější druhy mentálního soužení a strasti. Sem tedy patří jakýkoliv výskyt hněvu, vzteku, pomstychtivosti, závisti, strachu, nenávisti; patří sem i chtivost všech druhů, úzkost, žárlivost... - ale i pocity ponížení, žalu, bezpráví, oklamání, podvedení, ošizení, zra- dy, opovrhování, urážky, pocit beznaděje, bezcennosti, ukřivdění, bezmoci, bezvý- znamnosti, frustrace,.. Každý z těchto symptomů spirituálního onemocnění by se dal rozvést - např. strach ze smrti (vlastní i jiných), strach z bolesti, z utrpení, z poní- žení, ze ztráty, strach ze strádání, atd.

Nuže přáteli, jak vypadá tvoje spirituální zdravotí? Projeví se u tebe tu a tam některý z těchto symptomů? Je tu nějaký nález?

Jestli není, pak čtením tohoto článku jen maříte čas a 'měli byste raději jít domů' jak obrazně říká Adžán Buddhadasa svým žá- kům (- pravděpodobně chtěl tímto dovět- kem odfiltrovat beznadějně případy...)

Spirituálně zdravý člověk nebude mít zmíněné symptomy. A kdyby se vyskytly, budou hned rozpoznány, budou velmi slabé a dotyčný mentálně nebude trpět. Buddha řekl, že najdete na této zemi člověka, který je prost tělesné nemoci 10, 20, 50, snad i 100 let; že ale prakticky nenajdete člověka, který by byl prost spirituální nemoci i jen na malou chvilku. Spirituálně zdravých lidí je skutečně velmi málo. Následkem každé ne- moci je nějaký stupeň nepříjemna; zákal štěstí a volnosti.

Jste-li postiženi spirituální nemocí, měli byste se zajímat o Dhammu říká Adžán Buddhadasa. Každé vážnější ponoření do oblasti Dhammy začíná hlubokou reflexí. Jde o to, konkrétně si uvědomit celou tu rozlohu, kde a jak nás spirituální onemoc- nění trápí, jak nám i ostatním škodí. Ne- máme-li toto ujasněno, náš vstup na Cestu nebude mít pevný základ, naše praxe bude chaotická a neefektivní.

Buddhismus má na všechny ty temné stavy, staženosti a zetemnělosti nitra úhrn- ný pojem: "*kilesa*" - mentální znečištění, od- klon od spirituální zdravotí. Příčina toho je v základě dvojí: "*tanhá*" a "*avijjá*" - což v řeči každodenní kuchyňské možno přeložit jako 'ulpívání a 'povrchnost'. Následkem '*kilesa*' je '*dukkha*' - utrpení. To už všechno, doufám, znáte, jedná se o základní buddhistickou nauku (doufám, že již nejméně 1000x po- tvrzenou vlastní zkušeností). Jenže zde 'vě- dět' zaručeně nestačí. Mít skutečně zažitou tu poučku '*následkem kilesa je dukkha*' - to už samo o sobě je velikánský pokrok. Nor- málně to totiž lidé nevědí.

Strategie "léčení" jsou různé, ale ve své podstatě budou adresovat buď jednu, spíš ale obě základní příčiny nemoci, tzn. budou

pracovat na odstranění ulpělostí a budou prohlubovat hlubší poznání, Meditace *vipassaná* pracuje spíš v oblasti vhledu a poznání; každodenní život lze zase vysoce výhodně využít k upřímné práci na uvolňování zřetelných lpění, žádostí, odporů, a k nim vázaných emočních reakcí.

Náš denní život je pln negativních zážitků - v malém i ve velkém¹. Dokud vládne naší bytosti ego², tyto zážitky se zákonitě budou v hojnosti vyskytovat. Razance a množství, ve kterém se negativy v našem životě vyskytují ale ještě nedávají přesný obraz o skutečné rozloze našich "kilesa", Vidíme pouze vystupující bahenní bubliny našich "znečištění" (jestli jste byli v Yellowstone National Park v USA tak víte o čem mluvím). Je to tak: mnoho složek našeho ulpění-kilesa je v latentním stavu a my o těchto "čertech v krabici" ještě vůbec ani nevíme. A že se jedná o obrovské rozlohy "nečistot" se stane zřetelné, když se v detailu podíváme třeba do denního privátního života spirituálních učitelů. Docela často to bude vypadat tak, že jsou na tom vlastně hůř než jejich žáci. Ale pozor na rychlé úsudky. U žáků se eventuálně celý ten maglajs ještě vůbec neprojevuje.

Jednou z nejkrásnějších věcí bytostného spirituálního rozvoje je odhodlanost všechnu nepřízeň jednoznačně využívat ke cvičení a k pokroku. To totálně změní celý život. Místo vnitřního skuhrání, naštvanosti, žalu atd. je tu jasná mysl. Za těžkosti se na Cestě děkuje! (- v praxi bohužel většinou až dodatečně...).

¹ Studium Abhidhammy nám může napomoci registrovat i relativně jemné negativy v naší mysli (kterých bychom si normálně ani nevšimli) které, pokud je nezneutralizujeme jasnou pozorností, se mohou rozvinout v silné negativní mentální stavy a emoce, které pak (kromě jiných zhoubných následků) zanechají hlubokou karmickou stopu.

² Ulpělost na představě "já".



Nekompromisní indikátor od Adžána Čá: když je někde strast a mentální bolest, v pozadí toho musí být nějaké zbytečné lpění. Najdi ho a uvolni ho! Nech také plynout, dovol vzduch. Dokud je přítomna základní radost, klidně se snaž. Když ale snaha začne být už jen tlačení a křeč - tak tam toho nech a dovol událostem také volný průběh. Možná, že něco padne - ale padnutím, i když bývá bolestné, se otevírá prostor pro novou kapitolu, Přilepovat suché listy k větvím nemá smysl. Umožni obrodu. Opravdu, nejsme tady kvůli tomu, abychom Univerzum nosili na svých ramenou. Věci mají tendenci udít se svým odpovídajícím způsobem. V této oblasti Univerzum názory našeho ega nepotřebuje. Když začneme život násilím přerovnávat k obrazu svému, mnohdy to všechno jenom zkomplikujeme a zkarblujeme,.. mějme také trochu úcty k moudrosti Veškerenstva.

Při výchově dětí hranice mezi aktivní intervencí a postojem, kdy necháme plynout, bude - oproti jiným situacím života - o trochu posunuta, to je jasné. Citliví lidé ale i



tam vědí, kde aktivně postrčit, kde stanovit hranice a kde ponechat prostor přirozenosti. Jistě nejde o to, rvát kormidlo celý život proti proudu. Jde spíš o kreativní surfování toho, co tu je: trochu víc doprava, trochu víc doleva a hlavně využívat přirozené energetické proudy Veškerenstva. Každý si musí vnitřní rovnováhu najít sám. Podaří-li se nám to, život pak skutečně ožije a stane se kreativní krásnou záležitostí.

U pokročilejších studentů Dhammy dávám doporučení, aby si přímo přáli, aby se jejich skryté nečistoty ukázaly. To z důvo-

du, aby se na nich dalo pracovat v duchu dhammické receptury. Manifestující se nečistoty Adžán Buddhadasa doporučuje zkoumat velmi precizně - jako když geolog zkoumá nějakou horninu: přinese si ji ke světlu, bedlivě pozoruje každou část, všímá si barvy, struktury, pevnosti i všech dalších detailů, Podobně neutrálně je třeba zkoumat manifestující se symptomy našeho spirituálního onemocnění. Při jasném uvědomování a pozorování se s nimi přestáváme identifikovat - a to je již cesta uzdravování.

Ashin Ottama

Berthold Auerbach

Kdo není spokojen s tím, co má, nebude spokojen ani když dostane to, co chtěl.

Georges Braque jednou řekl svým souputníkům:

"Je na nás, abychom byli ryzí silní excentrikové a nekolísali v tom."

❖ Zkušénost jednoho meditujičího z dlouhodobého kurzu

(volně přeloženo z angličtiny)

...Teď, po několika měsících, jsem potřeboval už jen tři nebo čtyři hodiny spánku. Celá instrukce spočívala nyní v tom, zůstat absolutně přítomný a bdělý a nereagovat na nic, co se děje. Tolik myšlenek a emocí přišlo a odešlo.. Některé dny byly plny pocitu intenzivní osamělosti, slz a žalu, ale nastaly i periody radosti a entuziasmu. Byly dny, kdy jsem se cítil jako kdybych umíral a moje tělo jako by se rozpadalo. Byl jsem obklopen světem smrti a rozkladu. Pak se vše srovnalo. Měl jsem pocit, jako kdybych se vznášel těmi hodinami meditace, provázen poryvy světla a extáze, - mé tělo se rozpustilo doširoka jako obloha bez hranic.

Když jsem se zklidnil, zážitky se začaly odehrávat čím dál rychleji. Bylo to nyní jako kdybych mohl svou pozorností registrovat

každou jednotlivou myšlenku, i když jich byl stálý proud. Každá myšlenková formace vytvářela svět idejí, vzpomínek nebo představ, a pak zanikala v ten moment, když jsem ji zaregistroval. V prohlubujícím se tichu mysli jsem začal cítit i ty subtilní předmyšlenky - situace v mysli těsně před tím, než se vynoří nějaká další konkrétní myšlenka - bylo to jako by se mysl stala vždy těhotnou. Zvuky, vůně, emoce, každý malý vjem byl registrován a vypuštěn - nebo ještě přesněji, volně odlétl, jako jiskra ohně v noci. Trpělivě jsem držel rytmus sedících a chodících meditací, někdy jsem se cítil jako bych byl pod hladinou moře v tichém a průhledném světě.

Jedno odpoledne jsem si k meditaci v odpoledním horku lehnul. Měl jsem zavřené





oči a bez úsilí, byl jsem si vědom všech počtků své nové polohy. Všechny počitky proplouly ve svém vznikání a zanikání jako bublinky sodovky. Cítil jsem, jak naplno vstupuji do této meditace. Počitky začaly chodit ještě rychleji, jako kdyby celé universum začalo rychle pulzovat. Pochvíli se z toho stalo pulzování světla - jako roj světlušek. Objevil se i moment strachu, pak se moje mysl otevřela, pak jakoby nějak podklesla a vše se rázem stalo úplně tiché, spíš až jakoby někde mimo ticho. "Já" se nekonalo, nebylo prožívání, nebylo nic - nejsou

slova, která by se na to hodila. Jen vědění. Svět spočíval v oceánu míru ze kterého všechny fenomény a formace vznikaly a zanikaly. Bylo to úžasné a neuchopitelné. Viděl jsem, že esence vědomí je tento rozsáhlý nekonečný mír. Jasná evidence, že Já a všechno ostatní je jen jev a fenomén, který se odehrává ve vlastní mysli. A za tímto světem, kde se vše rodí, mění a zaniká je tato stále přítomná realita.

Samozřejmě, že zážitek pak zase také pominul, ale v mém životě se vše stalo víc průzračné, průhledné, zářící jemnou radostí.

Ať se vám všem daří

na cestách, na vrcholech kopců, i v temných údolích
vidět vše tak jak je.

Roman



❖ Probouzítka od susedů

Zenový mistr řekl o kulminaci cesty následující:

Na jedné straně zaujímáme středovou pozici Zenu, abychom se neztratili v silách chtivosti, nenávisti a zaslepení. Je to očištný proces odulpění – a to až do doby, než odulpíme úplně. Ale pak se potřebujeme vrátit a být autentičtí, naprosto věrní našemu vlastnímu životu.

Omraam Mikhaél Aïvanhov:

Když student složí zkoušky dostane diplom, který mu otevře jisté dveře: může pak pokračovat ve studiu, hledat si odpovídající práci a tak. Jestliže se nám podaří složit s úspěchem zkoušky života, také dostaneme diplom, který nám pak otevře více možností a dodá nám víc jistoty. Ale tento diplom není kus papíru jako diplomy z nějaké univerzity, které je možné ztratit, které mohou být zničeny. Zde se jedná o diplom, který nám neviditelný svět napíše na obličej, na celé tělo, a vtiskne tak hluboko do nás, že nám ho nikdo nevezme. A dokonce i duchové přírody, kteří umějí číst tento diplom,

nás budou uznávat. Naskrz prostorem, všude kam přijdeme oni nás uvidí. A tento diplom je pro ně znakem, aby nás přijali, pomáhali a nás ochraňovali.

Sestra katolického řádu reflektovala svá léta modlitby:

Všechno to nakonec vyústilo do jednoho hlavního bodu: být ochotná mít trvalý vztah se vším dobrem i zlem, dovolit si trpět vědomě, být tolerantní základnou pro slzy světa, pro ty, které jsou blízko i pro ty, které jsou daleko. Moje duchovno přestalo brojit proti zlobě, vášním nebo konfliktům. To všechno byla nula. Taková učení udělala víc škody než užitku. Nakonec přišla realizace, že nikdo není vinen.

Stavím se za nenásilí v každém směru. Netrap a nevytvářej bolest ani v sobě, ani okolo sebe – to se stalo mojí největší modlitbou.

Franz Werfel

Nejjistější bohatství je chudoba potřeb a požadavků.

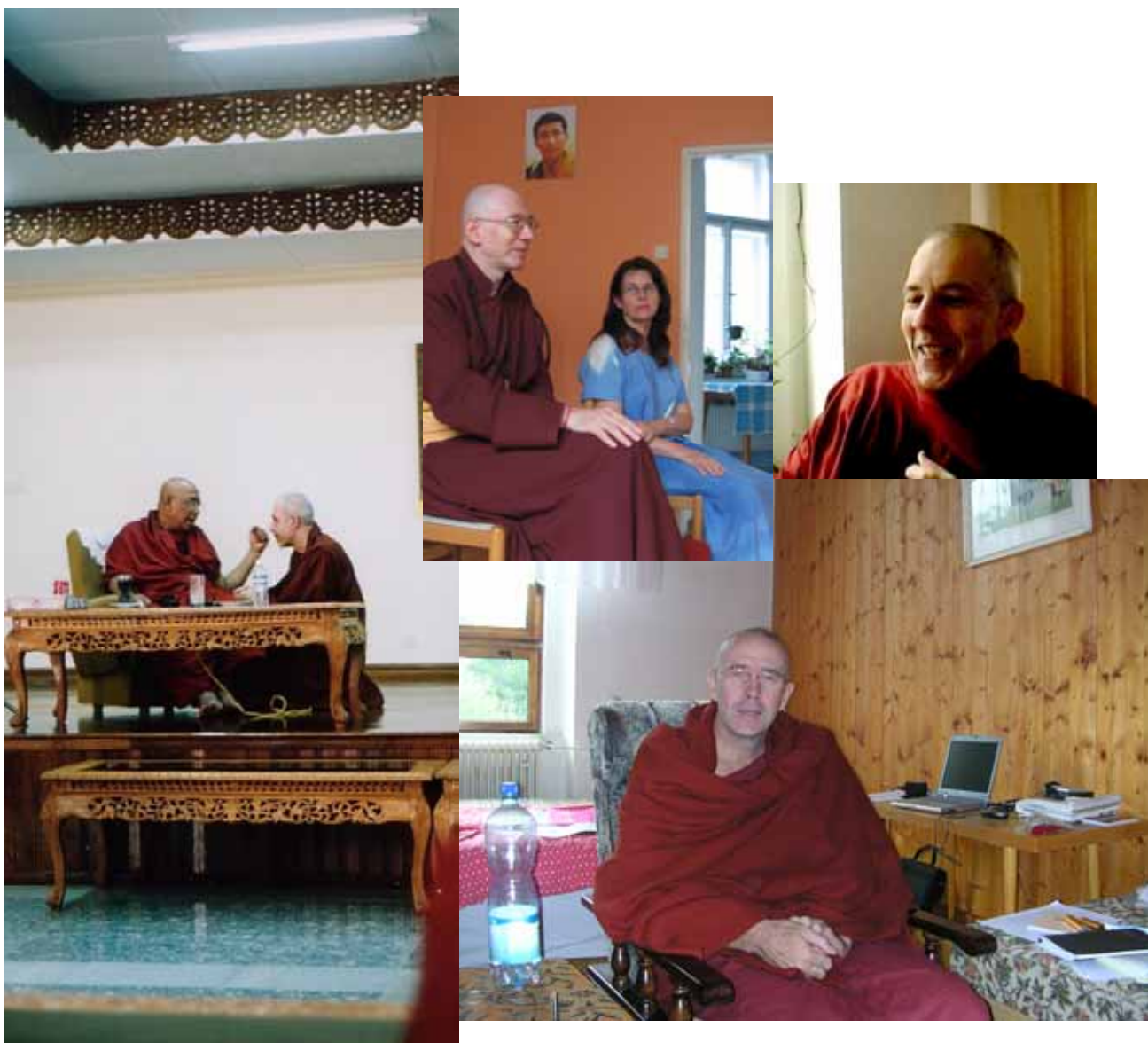


❖ Výhled do roku 2006

Program příštího roku je zatím jen v náčrtu, na jeho vytváření a konkretizaci pracujeme a ještě dlouho budeme pracovat. Pevný termín má již kurz Mettá-Vipassaná s Ashinem Ottamou na Nesměni: od 8. do 14. června. Asi největší změnou oproti předchozím létům bude skutečnost, že letní kurzy Bodhipály 06 se budou konat v jiném objektu než doposud. Objekt bude lépe vybaven a bude více vyhovovat potřebám meditace. Uvažujeme o řadě kurzů meditace od 1. července buď do 5. srpna anebo do 19. srpna. Z programu je zatím ujasněn začátek: týden Vadžrajány s Ācaryou Lilavajrou. Dalších 14 dní zatím není pevně rozhodnuto - možná že Česko navštíví Sajadó



U Nyanissara a my bychom s ním a s Bhante Ottamou mohli uspořádat kurz meditace. Pevný je termín s Bhikkhu U Vansou, který povede dva týdny meditace vzhledu od 22. července do 5. srpna.



❖ **26. prosinec 05 – 1. leden 2006**❄ **VELKÝ NOVOROČNÍ KURZ**

meditace *Přízně, Míru a Poznání* - tentokrát v lázeňském objektu u *Nového Města nad Metují*. Zahájení kurzu bude v pondělí 26. prosince v 18:30 (přivítací večere v 17:30 – to ale jen v den příjezdu; ostatní dny kurzu po obědě bude nabídnuto už jenom ovoce).

Novoroční kurz mívá jistou slavnostní atmosféru (na konci kurzu 31.12. probíhá i jemná meditační oslava *Nového*

roku) - v podstatě se ale jedná o normální intenzivní kurz meditace *Metá-Vipassaná*. Kurz povede *Bhante Ashin Ottama*. Kontakt a přihlášky přijímá *Michaela*, tel. 222 515 312 (volat spíš večer/jinak často záznamník), e-mail: michaela.la@post.cz; minimální příspěvek 2800,-

❖ **Ještě vzkaz od Jitky Haškové:**

Vážení přátelé,

rádi bychom Vám připomněli, že stále máte možnost se přihlásit na víkend meditace *vipassaná* s *Christophem Köckem* ve dnech 11.11. – 13.11. na *Cholíně*. Kurz je vhodný i pro začátečníky, probíhá v angličtině, překlad je zajištěn. Příspěvek na ubytování a stravu 890,- Kč. Přihlášky: *František Lomský* e-mail. f.lomsky@quick.cz, mobil: 737 851 629. Složenky na úhradu budou rozesílány po přihlášení a pokyny na cestu asi týden před začátkem kursu.

Dále bychom Vám chtěli připomenout pondělní setkání v *Lotusu* v *Praze* (pondělí 18.45, *Dlouhá 2, 4.patro, u Staroměstského náměstí*). V pondělí 7. listopadu očekáváme ctihodného *Ashina Ottamu*, setkání s *Petrem Pavlíkem* a *Vládou Bláhou* bude v pondělí 14. listopadu.

Mettá

Tomáš Sivoň a Jitka Hašková

Velké uznání všem, kteří nás podpořili darem

*- ať už finančním, darem přízně a podpory,
nebo darem přátelství - vážíme si jich všech.
Podporujte naši činnost i nadále!*

Omraam Mikhaël Aïvanhov ještě jednou:

Být oblíben anebo žádán není odvislé od ostatních, nýbrž od nás samých. A tak si nestěžujte, že jste ponecháni samotě nebo že vás nikdo nemiluje. Podívejte se na stromy: v zimě jsou černé a tmavé a nikdo je nenavštěvuje. Ale když kvetou a nesou plody, často přijdou lidé na procházkách, děti i zamilovaní do jejich blízkosti. Kolika lidem se nechce produkovat plody, protože nemají náladu se kvůli ostatním namáhat. Neměli byste si tedy stěžovat, když zůstanete sami! Dokud jste bez květů, bez plodů, bez vůně, budete v nouzi - jak vnitřně tak i zevně. Když člověk dává, nezůstane sám. Všichni bychom měli kvést a nést plody. To je ten nejlepší prostředek jak naplnit svůj život.

❖ Oblastní kontaktní adresy

V minulém Okružníku jsme zmínili užitečnost oblastních kontaktních osob. Jestli máte zájem, jistou základní znalost a trochu přehled v Buddhismu, jestli máte potěšení lidem pomoci a poradit tak se přidejte.

Daniela Meluzínová, Boskovice, tel. 516 452 633

Standa Slach, Blatenská 36, 326 00 Plzeň, tel.: 604176837

- má výbornou e-adresu: nevim@c-box.cz

Jarda Střelka, 471 14 Prácheň 148, (okres Česká Lípa), mail: jaroslavstrelka@seznam.cz

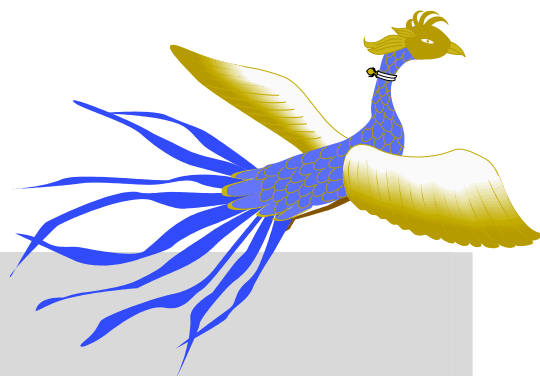
Oslavné poděkování všem přátelům, kteří nám poslali příspěvky, kresby a fotografie.

V tomto Okružníku jsme použili tvorbu od Wečenice, Jirky,

AO, Marcely, Michala, Nadi a Romana.

Do příštích Okružníků zařadíme zase další příspěvky

- takže je i nadále posílejte!



Dhamma centrum Bodhipala

V zídkách 105, 252 46 Vrané nad Vltavou,

tel./záz. 257 761 566,

e-mail: bodhipala@volny.cz, www.bodhipala.cz

Bankovní spojení: ČSOB - Praha, účet: Buddha Mangala **BP**,

konto 165 000 746/0300, (konst. symbol -pokud nutné- 0308)