

즐거운 명상 1단계	참가 자격	리트릿 수료 후 숙제
<p>즐거운 명상 1단계 마음을 고요하게 하기</p>	<p>누구나 참가 가능합니다</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 즐거운 법문 1단계 법문의 공식 명상 50시간</li> </ul>
<p>즐거운 명상 2단계 마음을 열기</p>	<p>즐거운 명상 1단계 수료후, 숙제완료</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 즐거운 법문 2단계 법문의 공식 명상 50시간</li> </ul>
<p>즐거운 명상 3단계 깨달음의 지혜</p>	<p>즐거운 명상 2단계 수료 후, 숙제완료</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 즐거운 명상 3단계 법문의 공식 명상 75시간</li> <li>• 즐거운 명상 3단계 법문을 수행하는 2일의 리트릿(리트릿 동안 하루 여섯시간 이상의 수행)</li> </ul>