

Kerstbonus!

15 December - ZipZen Meditatie dag - in Padma Introductie tot actieve en passieve meditatietechnieken



Ben je op zoek naar innerlijke rust vrij-zijn van emoties, gedachten, op zoek naar helderheid, naar een juicy, vredig bestaan? Deze dag geeft je de gelegenheid om kennis te maken met meditatie en in het bijzonder met meditatie technieken, ontwikkeld voor de mens van NU alsook met het ervaren van eeuwenoude technieken uit “ Het boek der Geheimen”, dewelke je kan toepassen in je dagelijks bestaan.



We leven in een snel veranderende tijd met vele indrukken, stress... Vandaar dat we behoefte hebben aan nieuwe vormen van meditatie voor deze tijd - waarin je eerst je onrust kwijt kan om daarna terug thuis te komen in jezelf en in deze diepe stilte - het getuige zijn, jouw **Buddha - Zijn**, de essentie van meditatie, vanzelf ervaart

Zondag 15 December tussen **10 en 16 uur**

St.Padma - Verwerijstraat,51A

Bijdrage: 45 euro (Thee, koffie en soep voor de lunch is voorzien)

Opgave: info@zipzen.nl of 06 27347597

Facilitator: Satsavya Mertens - sinds 30 jaar verzorgt zij workshops over lichaamsbewustzijn en introducties tot OSHO actieve meditaties en meditatie - therapie.

www.zipzen.nl