

*Zen-mästare
Thích Nhất Hạnhs tradition*

In English

Being peace

- Cultivating a peaceful body and mind

Mindfulnessretreat

4-7 APRIL 2019

Bro, Stockholm

Upplev glädjen, stillheten och gemenskapen i zen-buddistisk tradition. Retreatet ger dig tillfälle att fördjupa dig i meditation och mindfulness.

Under tre dagar kommer vi bland annat öva på att omvandla stress och utmaningar, under ledning av erfarna munkar från Plum Village.



INFORMATION & ANMÄLAN: www.gladjenskalla.se