

Találkozás önmagunkkal



Kötetlen beszélgetés, játék, meditáció, éneklés és nevetés:

Hogyan tudunk egy stabil pontot önmagunkban létrehozni, mely az élethelyzetektől, hangulatunktól függetlenül velünk marad? Hogyan működik az elme (kényszeres gondolkodás, és érzelmek kezelése egyszerű gyakorlatokkal)?

HELYSZÍN ÉS IDŐPONT:

hétfő esténként a budakalászi Faluházban

HÁZIGAZDA:

Keresztes Attila

BEMUTATKOZÁS:

www.letezes.keresztesattila.hu

KEZDÉS: minden hétfőn este

Későbbi csatlakozásra is van lehetőség akár ismerősöddel együtt (a témák nem épülnek egymásra)

Korlátozott a helyek száma, így a jelentkezést csak online tudjuk elfogadni az alábbi linken:

www.keresztesattila.hu/esemeny