

Insight Dialogue-dag met Nynke Humalda

Zondag 8 januari

Het omarmen van de heilzame kwaliteiten zoals pauzeren (opmerkzaamheid), ontspannen (concentratie), openen naar binnen en naar buiten (ruim gewaarzijn) en afstemmen op het proces van verandering brengt ons bij de mogelijkheden van ons menselijk potentieel om te leven met elkaar met de vaardigheid van diep luisteren en de waarheid spreken.

We openen ons voor het leven. Voor iedereen met enige ervaring.

Praktische informatie

Datum: zondag 8 januari, 10.00-16.00 uur (voor koffie en thee wordt gezorgd, zelf lunch meenemen)

Locatie: Zoetestraat 5, Haarlem

Begeleiding: [Nynke Humalda](#)

Kosten: [dana](#) voor de begeleiding

Aanmelden: vipassanameditatieleiden@gmail.com