

Introductiedag Insight Dialogue: Samen mediteren in dialoog

We gaan op deze dag Insight Dialogue (ID) oefenen om het vertrouwen en opmerkzaamheid te versterken in onszelf, in anderen en in het proces van samen mediteren.

We mediteren hardop met de richtlijnen: pauzeren, ontspannen, openen, afstemmen op wat er komt, diep luisteren en waarheid spreken.

Voor mensen met belangstelling voor Insight Dialogue.

Datum: zondag 15 september van 10.00 tot 16.30 uur (voor koffie en thee wordt gezorgd, zelf lunch meenemen). Inloop vanaf 9.30 uur.

Locatie: Zoetestraat 5, 2011 PP Haarlem.

Begeleiders: Nynke Humalda en Esther Ottens.

Kostenbijdrage: € 5 en [dana](#) (vrijwillige bijdrage of gift) voor de begeleiding.

Contact: Nynke Humalda, 071-5769581.

Aanmelden: via het [aanmeldformulier](#).