

Meditazione camminata

PRATICA DI CONSAPEVOLEZZA
PRESENZA MENTALE
MEDITAZIONE DINAMICA



**DOMENICA 25 GENNAIO ORE 10.00
PRESSO ORTO CONDIVISO**

Secondo la tradizione buddhista del monaco Tich Nath Han, la meditazione camminata offre l'opportunità di assaporare pienamente il momento presente, liberando la mente mettendosi in contatto con sé stessi.

ISCRIZIONI

 ortocondivisovignate.it



Organizzato da Spazio Aretè di Claudia Giannini
Evento gratuito a offerta libera per l'Orto Condiviso