

---

Firenze, giovedì 28 settembre 2023

Druma Yoga, Via Luigi Lanzi 12.

Ore 15.30 – 19.00

“La via di uscita è dentro”

Un invito a spostarsi dal pensare al sentire

Riposare nella fretta e nell'irrequietezza.

Un'esperienza di consapevolezza per nutrire presenza, concentrazione e ascolto profondo.

L'incontro è facilitato dal monaco Phap Ban ordinato a Plum Village da Thich Nath Hanh nel 2007.

Informazioni e iscrizioni

Silvio – 347.8266264 – demagistris.silvio@gmail.com

Druma Yoga – 3477234533 – info@drumayoga.it