

Shambhala Meditatiecentrum regio Leiden presenteert:

MINDFULNESS

over Wakker Zijn &
Wijs Samenleven

4 SEPTEMBER 2011

Hortus, Leiden

Een inspiratiedag met korte lezingen, meditatie en dialoog. Inclusief een uitgebreide lunch in de Hortus Botanicus in Leiden. Met:

Dr. Han de Wit en **Drs. Geertje Couwenbergh**



Dr. Han F. de Wit is grondlegger van de contemplatieve psychologie en senior leraar in de boeddhistische traditie van Shambhala. Hij schreef diverse boeken, waaronder de best-seller *De verborgen bloei*, *De lotus en de roos* en recentelijk *Het open veld van de ervaring*.

Tijd:

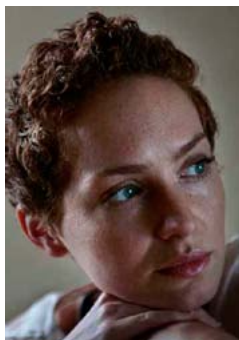
10 uur - 17 uur

Kosten:

65 € (studenten 30 €)

Locatie:

Hortus Botanicus
Rapenburg 73, Leiden



Drs. Geertje Couwenbergh is cultureel antropoloog, conceptontwikkelaar en auteur van *10 WYS: de WYSheidsrevolutie* en *ZIN: lust in je leven door schrijven*. Daarnaast is ze boeddhist en oprichter van Potential Buddha en maakt deel uit van het lifestyleforum Veggie in Pumps.

Voor **opgave en informatie** naar www.shambhala.nl