

Interbeing

Mindfulnessretreat i Plum Village-traditionen online

Vi är jorden, gåendes på jorden!

24 - 26 april 2020 med broder Jerker

Preliminärt schema, mindre ändringar kan komma

	Fredag		Lördag	Söndag
		7:30 - 9:00	Live på zoom med Broder Jerker Guidad sittande meditation Orientering för dagens praktik	
		10:00 - 11:30	Live på zoom med Broder Jerker Dharmatal <i>Introduktion till gående meditation</i>	
		14:00 - 15:30	Live på zoom Dharmadelning i grupper	
			Inspelat Djupavslappning	
		17:00 - 18:30		Live på zoom med Broder Jerker Frågor och svar
19:30 - 21:00	Live på zoom med Broder Jerker Introduktionsföreläsning/orientering	19:30 - 21:00	Live på zoom med Broder Jerker Kvällsmeditation	