

# ANTROPOSOFISK MEDITATION

Att hitta balansen mellan det inre och det yttre.

## En dags retreat

Lördag 13 augusti

### Vägen till mig själv

Inre ro är en kraft i människan som man kan finna i meditationen.

Det har att göra med att hitta den sanna inre verkligheten, att möta vem jag i verkligheten är.

Lördag 20 augusti

### Tacksamhet och vördnad

Tacksamheten stärker närvaron i nuet och vidgar samtidigt vår blick för det som finns runt oss.

Vördnaden kan bli en väg till det väsentliga i livet så att jag därmed kan se mina verkliga möjligheter.

Alla retreatar kl 10 00 – 18 00 på Kulturhuset i Ytterjärna.

Kursledare: Anna Hallström

Kursavgift 950:- Kostnad för lunch och fika tillkommer.



Anmälan  
kontakt@antroposofi.nu, 08-554 302 20

Arrangör: Antroposofiska Sällskapet