



Mindfulness Association Belgium
Groupe de pratique

“You are the sky. Everything else – it’s just the weather.” PemaChödrön

Dimanche 05 Mai 10h30-12h30



10h30

- Assise guidée
- Image-compassion
- Partage



11h20

Pause



11h40

- Assise guidée
 - marche méditative
 - Partage des bénéfices
- 12h30



Mindfulness Association Belgium, au Centre d’Etudes Tibétaines 33 rue Capouillet 1060 Bruxelles