

# GEMEINSAM ACHTSAM



## GEMEINSAME MEDITATION UND AUSTAUSCH FÜR MENSCHEN IM ALTER VON 18 BIS 30 JAHREN

„Bei der Meditation geht es nicht um den Versuch, irgendwo hinzugelangen. Es geht darum, dass wir uns selbst erlauben, genau dort zu sein, wo wir sind, und genau so zu sein, wie wir sind, und desgleichen der Welt zu erlauben, genau so zu sein, wie sie in diesem Augenblick ist.“

Jon Kabat-Zinn

### WANN?

Jeden Dienstag  
19:30 – 21:00

### ANMELDUNG UND FRAGEN

Alexandra Fässler  
E-Mail: [alexandra.faessler@gmail.com](mailto:alexandra.faessler@gmail.com)

### WO?

<http://www.kalyanamitta.ch/>  
Meditationszentrum Kalyana Mitta  
Ramsteinerstrasse 16  
4052 Basel

