

Hej!

Vad roligt att du visat intresse för medveten närvaro i naturen!

På de här träffarna får du möjlighet att släppa alla måsten och krav för en kväll, och njuta av allt som sker i naturen runt oss.

Allt är helt kravlöst, och tanken är att vi ska ta oss tid att landa i nuet och bara vara här och nu.

Ibland kommer det att regna, och ibland kommer det att snöa. Någon gång kommer vi att kunna njuta av stjärnfall, och ibland kommer vi att njuta av grönska, sol och värme.

Vi kommer att uppleva naturen, precis som naturen är, med alla våra sinnen.

På flera träffar kommer det att vara korta och enkla promenader, men på några av träffarna blir det en vandring i kuperad terräng. Då informerar jag om detta i förväg.

Många träffar kommer att vara på tisdagar, men det är svårt att veta innan när och var förutsättningarna är som bäst, så därför skickar jag ut information om tid och plats för nästa träff via sms minst fem dagar i förväg.

Du bestämmer själv vilka träffar du vill vara med på.

Vi börjar träffarna runt kl.18.30, och varje träff kommer att vara knappt två timmar.

Vi avslutar varje träff med en testund där vi varje gång provar en ny sorts te.

Under testunden får de som vill dela med sig av sina upplevelser, men vill man vara tyst hela kvällen så kommer alla att respektera det.

Allt ingår, så du behöver inte ha med något förutom lämpliga kläder.

För 700 kronor får du möjlighet att vara med på en träff varannan vecka under tre månader. Vill du prova att vara med en gång för att prova så kostar det 150 kr.

För att vi alla ska kunna slappna av och känna oss trygga kommer det sällan vara fler än åtta deltagare på varje träff.

Har du inte möjlighet att ta dig till träffarna med bil, så ordnar vi med skjuts till/ från Mc Donalds med mig eller någon av de andra deltagarna för 50 kr/gång.

Vill du vara med?

Börja i så fall med att skicka ett mejl med ditt namn och telefonnummer att skicka sms på.

Jag behöver också få veta om du vill prova på en gång (150 kr) eller om du vill anmäla dig för ett kvartal (700 kr).

Skriv även om du har tillgång till bil, och om du i så fall kan erbjuda skjuts om det behövs.

Efter att du fått svar från mig att det finns en ledig plats, swishar du avgift på 072-553 99 44.

Bara att du hör av dej om du har några funderingar!

Hälsningar

Per på Ataraxi
Tel. 072-553 99 44