

## Sharon On

Theaterregisseurin  
Theaterpädagogin

Seit meinem ersten MBSR-Kurs 2016 meditiere ich täglich. Ich vertiefte meine Praxis durch jährliche Programme zu buddhistischen Lehren (Dukkha/Anicca/Anatta, Brahmaviharas, Metta, Pratityasamutpada, Achtfacher Pfad). Als frisch zertifizierte MBSR-Lehrerin freue ich mich, Menschen auf ihrem Weg zur Achtsamkeit zu begleiten.

### Achtsamkeitsausbildung

MBSR LehrerInnen Ausbildung Achtsamkeit Zentrum  
Berlin

### Sprachen

Englisch, Deutsch, Hebräisch



### Adresse

Berlin

✉ [hallo@sharon-mbsr.com](mailto:hallo@sharon-mbsr.com)

<http://sharon-mbsr.com/>