

RETIRO DE MEDITACIÓN Y SILENCIO

(Presencia - Meditación - Autoindagación - Silencio...)

Del 15 al 19 de Agosto

Lugar: Centro "La Bartra" Farena (Tarragona)

En este retiro **podrás tener la posibilidad de vivir cada instante desde una perspectiva totalmente nueva**, como la de ser consciente de cada acción que hagas, sintiendo que, más que ser "*el que haces*", eres el "*observador*" de todo, y te darás cuenta que las cosas simplemente suceden.

Cuando se vive de esta manera, **apreciarás lo relajado que puedes estar**, puesto que no debes escoger desde la mente condicionada (ego), sino que permites que sea el cuerpo el que responda a cada situación que te llega.

Viviendo así, desde el Ser

Impartido por
Albert Abad

Tel. 636.00.51.38

www.despertarlaconciencia.net

Lugar del Retiro: Centro La Bartra

www.labartra.com



“PLAZAS LIMITADAS”

PRECIO DEL CURSO: 375 €UROS (todo incluido)



www.despertarlaconciencia.net

HORARIO

Domingo

18:00 h. Llegada al Centro

19:00h. Presentación del Curso

21:00 h. *Cena y descanso*

Lunes – Martes - Miércoles

08:00 h Estiramientos al aire libre

09:30 h. *Desayuno*

11:00 h. Auto-indagación y Meditación

13:00 h. Meditación en la vida cotidiana

14:00 h. *Comida y tiempo libre*

17:00 h. Consciencia Sensorial 17:40.

Auto-indagación y Meditación

19:40 h. Meditación en la vida cotidiana

21:00 h. *Cena y descanso*

Jueves

08:00 h. Estiramientos al aire libre

09:30 h. *Desayuno*

10:30 h. Excursión a un lugar de poder

14:30 h. *Comida y despedida*

