



Retiro con Albert Abad

"El Poder de la Presencia"

(Presencia - Meditación - Autoindagación)

DEL 6 AL 8 DE JULIO

Lugar. Centro " Bis Aura" (Santa M^a de Besora)

En este intensivo 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 Bis Aura

www.tonamestre.com



“PLAZAS LIMITADAS”

PRECIO DEL CURSO: 225 € EUROS (todo incluido)



www.despertarlaconciencia.net

HORARIO

Viernes

18:00 h. Llegada al Centro
19:00h. Presentación del Curso
21:00 h. *Cena y descanso*

Sábado

08:00 h Estiramientos al aire libre
09:30 h. *Desayuno*
11:00 h. Autoindagación y Meditación
13:00 h. Meditación en la vida cotidiana
14:00 h. *Comida y tiempo libre*
17:00 h. Consciencia Sensorial
17:40h. Autoindagación y Meditación
19:30 h. Meditación en la vida cotidiana
21:00 h. *Cena y descanso*

Domingo

08:00 h. Estiramientos al aire libre
09:30 h. *Desayuno*
10:30 h. Excursión a un lugar de poder
14:00 h. *Comida y despedida*

