

RETIRO DE SILENCIO EN VERANO

“LA ALEGRÍA DE VIVIR”

**ENRIQUE MARTINEZ
LOZANO &
ANA MARIA DE LAS
HERAS**

FECHA: 1 al 4 AGOSTO del 2024

LUGAR: Centro AIN- KARIM
compañía de Maria – HARO.



(Haz clic aquí y te sale la
ubicación en Google maps)



La cuestión no es tratar de mejorarnos, sino de reconocer que ya somos, aquí y ahora, tan completos, tan buenos, como deseáramos.

Retiro facilitado por Enrique Martínez Lozano y Ana de las Heras.

Este retiro es una combinación de prácticas sedentes con prácticas corporales, descanso en la naturaleza y marcos teóricos

Mañanas: ¿Anhelamos realmente la alegría... o nos conformamos con no tener frustraciones?

Claves teóricas y prácticas meditativas para vivir la Alegría.

Tardes: Abrir el corazón de la mente a través de adentrarnos en la práctica y el significado de la compasión y la bondad, tocando temas como el

perdón, la gratitud, la bondad amorosa, la amabilidad, la fortaleza y la sabiduría.

Reconociendo que todos tenemos los mismos tipos de deseos y necesidades, como el deseo básico de llevar nuestra vida en paz, libres de miedo al dolor o al daño. I.

PRECIO.

- 305€ (Casa de acogida 170€. Sesiones 135€)
- SE ABONARÁ A LA LLEGADA.

MENÚ.

Hay posibilidad de menú ovolactovegetariano. Puedes escogerlo en el formulario de inscripción.

HABITACIÓN.

Las habitaciones son individuales con baño y están con sábanas y toallas.

MATERIAL.

Llevar lo que necesitéis para estar cómodas en la sala: banquito , cojines , esterilla , mantitas.... hay sillas allí.

LLEGADA Y SALIDA.

Llegada: día 1 de agosto:

- Recepción desde las 17:00 a 18:30 de la tarde. El pago se hace en recepción.
- Comienzo del retiro 19:00.

Salida: día 4 de agosto:

- El encuentro acaba el día 4 de agosto tras la comida.

INSCRIPCIÓN: [HAZ CLICK AQUÍ Y RELLENA EL FORMULARIO](#)

PARA MÁS INFORMACIÓN [Jesus Maria Mata](#)



jesusmarimata@yahoo.es haciendo clic aquí se te abre el correo



[Whatsapp: 669 132 900](https://www.whatsapp.com/business/profile/669132900) haciendo clic aquí se te abre el whatsapp