

RETIRO VIPASSANA
FIN DE SEMANA EN EL CAMPOiiiiiii

Guiado por JAVIER ARTIME

FECHA: 23, 24 y 25 Mayo

LUGAR: CASA RURAL EL PRADO
Camino Viejo de Bargas, Camarerillas (Toledo)

REGISTRO: 130€ (ALOJAMIENTO + PENSION COMPLETA+ RETIRO)

Observaciones a tener en cuenta...

- La primera sesión informativa tendrá lugar a las 22.00h después de la cena que será a las 21.00h
- Noble Silencio (de cuerpo, palabra y mente) y los cinco votos (no matar, no mentir, no robar, no tomar intoxicantes y no involucrarse en actividades sexuales durante vuestra estancia en el retiro) , se tomarán en la primera sesión después de cenar. El Noble Silencio terminará antes del desayuno del domingo.
- El retiro constará de 2 días y realizaremos 13 sesiones, de éstas, cuatro serán con el grupo completo y tendrán instrucciones para la práctica. Os recomendamos asistir como mínimo a estas cuatro sesiones para el aprovechamiento del retiro.
- Horario del Retiro:

Viernes 23 de Mayo

21:00 Cena
22:00 Sesión Corta informativa
23:00 Noble Silencio y Se apagan las luces

Sábado 24 de Mayo

07:30 a 08.30 Sesión Primera
08:30 a 10.00 Desayuno y descanso
10:00 a 11:00 Sesión Segunda
11:15 a 12.00 Sesión Tercera
12:15 a 13.00 Sesión Cuarta
13.30 a 15.00 Comida y descanso

15.00 a 16.00 Sesión Quinta
16.15 a 17.00 Sesión Sexta
17.00 a 18.00 Te y descanso
18.00 a 19.00 Sesión Séptima
19.15 a 20.00 Sesión Octava

20.00 a 21.30 Cena y descanso

21.30 a 22.00 Sesión Novena

23.00 Se apagan las luces

Domingo 25 de Mayo

07:30 a 08.30 Sesión Primera

08:30 a 10.00 Desayuno y descanso

10:00 a 11:00 Sesión Segunda

11:15 a 12.00 Sesión Tercera

12:15 a 13.00 Sesión Cuarta

13.30 a 15.00 Comida y descanso

07.30 a 08.30 Sesión Primera

08.30 a 10.00 Fin del Noble Silencio y desayuno

10.00 a 11.00 Sesión Segunda

11.30 a 12.15 Sesión Tercera

12.30 a 13.00 Sesión Cuarta

13.30 a 15.00 Comida y fin de retiro

- Si decides registrarte por favor comunicanos tu e-mail y número de teléfono por si hubiera algún cambio
- La comida que se servirá durante vuestra estancia será vegetariana, si hay alguien que necesite una alimentación especial, por favor, poneros en contacto con el centro para poder tomar medidas.
- Si alguien no tiene experiencia en la meditación, pero está interesado en asistir al curso, por favor comunicar cuanto antes a la secretaria del centro Nagarjuna.
- Si presentas algún problema físico o de salud mental, debéis consultarlo con vuestro facultativo y también os rogamos lo comunicuéis en secretaria o a Javier Artime.
- Como llegar en coche: Casa el Prado es una finca situada en Camarerilla, provincia de Toledo. A unos 400 m del pueblo y de fácil acceso por carretera.



- Como llegar en autobús: Salida desde la estación sur situada en C/ Méndez Álvaro, 83.

Salidas 23 de Mayo: 15:30 h y 19:00 h

Salidas 25 de Mayo: 15:30 y 19:00 h

- Estamos contemplando la posibilidad de irnos todos en coche, así que por favor, si tienes coche ponte en contacto con nosotros para poder realizar los grupos. Es necesario saber lo antes posibles el número de coches disponibles para ir a Camararillas.

No dudes en contactarnos si necesitas alguna aclaración o información complementaria.

Muchas gracias!

Os deseamos que tengáis un feliz retiro

--

C.E.T Nagarjuna
 Santa Engracia 70, 3D
 Madrid 28010
 +34914456514
www.nagarjunamadrid.org