

Atenció i meditació: pràctica, orientacions i recursos, amb Maria Fradera i Teresa Guardans

CAP DE SETMANA



Interessar-se i sentir la realitat amb totes les nostres capacitats, reconèixer-la, fer-nos-hi presents: és el que propicia el cultiu de l'atenció plena, el silenci, la meditació.

Un curs més, s'ofereix aquesta opció de caps de setmana de cultiu de l'atenció silenciada i la meditació, amb moments de lectura i reflexió, proposant pràctiques que ens ajudaran a afavorir la seva integració en la vida quotidiana. Els tres caps de setmana són independents i complementaris entre sí. Es pot participar en un d'ells, en dos, o en tots tres.

Dates:

27 i 28 de novembre

5 i 6 de febrer

4 i 5 de juny

Els tres caps de setmana són independents i complementaris entre sí. Es pot participar en un d'ells o en tots tres.

Informació general:

Horari: Des del dissabte a les 10:00h. fins diumenge al migdia.

Hi ha també l'opció de participar només dissabte.

Lloc: Al Casal La Salle, a Sant Martí de Sesgaioles. Les habitacions són individuals.

Transport: En cotxe particular. Si necessites plaça, avisa'ns.

Preu: 110€, inclou el dinar de diumenge.

Més informació a secretaria, al telèfon 93 410 77 07 (tardes) o per correu electrònic a cetr@cetr.net o jm.bobadilla@cetr.net

Inscripcions: <https://cetr.net/19-atencio-i-meditacio-practica-orientacions-i-recursos/>

Data de l'esdeveniment:

Dissabte, 27. novembre 2021 - 10:00 a Diumenge, 28. novembre 2021 - 12:00

Cal inscripció prèvia?:

Si

Preu:

0.00€

Nom de l'entitat organitzadora:

Centre d'Estudi de les Tradicions de Saviesa - CETR

Email:

cetr@cetr.net

Casal La Salle

Carretera BV-1001, K.m 5.9

08289

Sant Martí de Segueioles