

RETIRO ONLINE CON NÚRIA GUINART Y MARÍA IBARS
SEMANA SANTA | 10 - 12 DE ABRIL

EN LO PROFUNDO DEL SILENCIO

La oportunidad de mirar adentro y
Despertar a la paz.



Programa

VIERNES 10

17:30h a 19:30h Sesión de apertura y presentación.

Iniciaremos con una breve meditación de entre 5 y 10 minutos en silencio para sintonizar el grupo. Luego presentaremos los puntos a tratar y trabajar en el retiro y abriremos el espacio para compartir.

19:30h Haremos pausa y tiempo libre de introspección.

Te pediremos que en intimidad y con papel en mano, revises durante al menos 30 minutos aquello que te pesa, aquellos pensamientos, aquellas opiniones, situaciones con el fin de desprenderte de ellos.

21:30h Meditación compartida.

Hablaremos de como ha ido la introspección y tras ello nos sumergiremos juntos en el silencio. Rindiendo y entregando todas esas situaciones para ser acunados en el descanso del Amor y la Paz que está siempre presente.

SÁBADO 11

10:00h- 12:00h Sesión mañana.

Iniciaremos con una breve meditación para sintonizar con el grupo. Seguiremos con la enseñanza de Un Curso de Milagros abordando la importancia del Silencio y la Receptividad para el devoto, el estudiante del Curso. Leeremos juntos y ahondaremos en el pasaje de "La Callada Respuesta" y pondremos al descubierto la dinámica conflictiva oculta del ego para al hacerla consciente, descartarla con una sonrisa.

16:30 a 19:00h Sesión de tarde -con un descanso de 30min.

En la sesión de tarde de 16:30 a 18:00 abriremos el espacio para que en grupo expreses lo que estás viviendo, tus descubrimientos, tus conflictos y nos acompañemos y ayudemos en las vivencias más concretas. Tu momento de expresión.

19:00h Haremos pausa y tiempo libre de introspección.

Te pediremos que estés lo más que puedas en el instante. Aislado el momento y sintiendo su paz. Observando la tendencia pensadora de la pequeña mente, pero dejarla pasar al enfocarte en el Silencio del Corazón. De donde provienen otro tipo de pensamientos, reales serenos e inspirados.

21:30h Meditación compartida.

Compartiremos juntos en silencio. Rindiendo y entregando pensamientos que puedan venir, observándolos con desapego y entregándolos para ser acunados en el descanso del Amor y la Paz. Abiertos a la caricia y el mensaje que el Espíritu nos brinda desde el Hogar a tu corazón. Su guía, cobijo y ternura que está siempre presente, en el Silencio.

DOMINGO 12**10:00h a 12:00h Sesión de cierre.**

Iniciaremos con una breve meditación de 5 minutos y abriremos el espacio para que compartas qué has descubierto en este fin de semana, y que nuevos compromisos decides tomar para con tu mente y corazón.

En la última parte leeremos el pasaje de "La Canción Olvidada" recordando el verdadero propósito del tiempo y del mundo de las formas; volver al Hogar.