

Programa Retiro de Silencio - Núria Guinart y María Ibars

9 - 12 de Octubre 2020

Viernes 9

18:30h Bienvenida y presentación

20:00h Cena

21:30h Meditación compartida

Sábado 10

8:30h Meditación compartida

9:00h Desayuno

10:00 - 11:30 Sesión en sala: Guía entorno al Curso.

Paseo y tiempo de silencio.

13:00h Comida

Tiempo libre en silencio

17:00h Silencio en sala

18:00h Satsang

20:00h Cena

21:30 Silencio y comunión

Domingo 11

8:30h Meditación compartida

9:00h Desayuno

10:00 - 11:30 Sesión en sala: Guía entorno al Curso.

Paseo y tiempo de silencio.

13:00h Comida

Tiempo libre en silencio

17:00h Silencio en sala

18:00h Satsang

20:00h Cena

21:30 Silencio y comunión

Lunes 12

8:30h Meditación compartida

9:00h Desayuno

10:00h Sesión en sala y cierre

13:30h Comida