



PRESENCIA ESPIRITUALITAT MISERICÒRDIA

Tots els éssers humans tenim set de sentit, de pau, d'harmonia, de felicitat...

Al llarg de la història, des de totes les tradicions, religioses o no, han estat molts els homes i les dones que han mirat de respondre a aquesta crida a la felicitat i d'ajudar a d'altres a fer el mateix.

L'objectiu d'aquest curs és mirar de connectar amb aquest anhel profund i trobar eines en diverses tècniques de meditació i en l'espiritualitat monàstica que ens ajudin a viure amb més pau, profunditat, llibertat i misericòrdia la nostra realitat quotidiana.

La proposta és de fer-ho a través de sessions d'un dia. Cadascuna d'elles té una temàtica i un suport teòric i pràctic concrets i específics però totes tenen el mateix fil conductor: aprendre a través de la meditació i la consciència plena a ser veritables protagonistes de les nostres vides, adquirint llibertat i autonomia sobre les nostres emocions, pensaments en aquelles situacions que ens desborden, ens estressen i ens distreuen del que veritablement és important per a nosaltres.

| | |
|--------------|--|
| Dates | 24.III 28.IV 26.V 23.VI |
| Horari | 10-13 i de 15-17 |
| Inscripcions | cgomez36@gmail.com |
| Preu sessió | 50 euros |

Telèfon 676374368