

PRECIO:

Las actividades de Brahma Kumaris se ofrecen como un servicio voluntario a la comunidad. La aportación, por persona, para sufragar los gastos del retiro es de:

255€ en habitación individual

210€ en habitación doble

Tendrán preferencia quienes puedan asistir al retiro completo. Si quedan plazas, los precios de viernes a domingo serán de 175€ en individual y 150€ en doble.

Límite de inscripción: martes 23 de junio

RESERVA DE PLAZA:

La reserva queda en firme una vez entregada la inscripción y hecho el pago en los centros en Barcelona de c/Porta 9 o c/ Roger de Llúria 54.

Si no puede hacerlo así, por favor escriba a retiros@aembk.org e indique la población en la que reside por si hemos de facilitarle información adicional para el viaje al retiro.

A la **Casa d'Espiritualitat Marc Castanyer** se puede llegar en coche (ver dirección a la derecha, junto a las fotos del lugar). También es posible ir en bus hasta Centelles y luego en taxi hasta la casa. Ver información seguidamente.

AUTOBÚS

Autobús directo a Centelles (a 3 km de la casa de retiros) desde la Estación de Fabra i Puig en Barcelona cada 30 min. (trayecto de una hora aproximadamente).

En nuestra web puede encontrar los pdf con los horarios del autobús y la localización de las paradas. <https://brahmakumaris.es/actividades/agenda/retiros>

TAXI

Para el trayecto de Centelles a la casa: Cristina Parramón: +34 617 60 24 56. Precio 10 €.

IMPARTIDO POR:



ENRIQUE SIMÓ

Profesor de meditación Raja Yoga con 40 años de experiencia.



JORDI SEGURA

Practica Meditación Raja Yoga. Fisioterapeuta-osteópata. Experto en psiconeuroinmunología.

CASA D'ESPIRITUALITAT MARC CASTANYER

c/ Marc Castanyer s/n

08550 - Els Hostalets de Balenyà (Barcelona)



BRAHMA KUMARIS

Porta 9 - 08016 Barcelona

Tel. 93 487 76 67

Roger de Llúria 54 - 08009 Barcelona

Tel. 93 676 48 19

retiros@aembk.org

www.brahmakumaris.es

RETIRO

**26 al 29 JUNIO
2026**

**CASA D'ESPIRITUALITAT
MARC CASTANYER**

**Els Hostalets de Balenyà
(Barcelona)**



**El poder del
amor y la
compasión**

Temas prácticos

- Esperamos vuestra llegada a la casa de retiros a partir de las 17h del viernes 26 de junio.
- **A las 18h** se iniciará el retiro con la primera sesión.
- Finalizará el lunes al mediodía, después de la comida.
- **Llevar esterilla** para los ejercicios y cojín (opcional) para apoyar la cabeza durante los ejercicios estirados en el suelo.
- **Llevar libreta-diario** para escribir reflexiones.
- Se recomienda llevar ropa cómoda (preferiblemente clara).
- Las habitaciones disponen de sábanas y toallas, pero **hay que llevar los productos de aseo personal**.
- La comida es vegana.

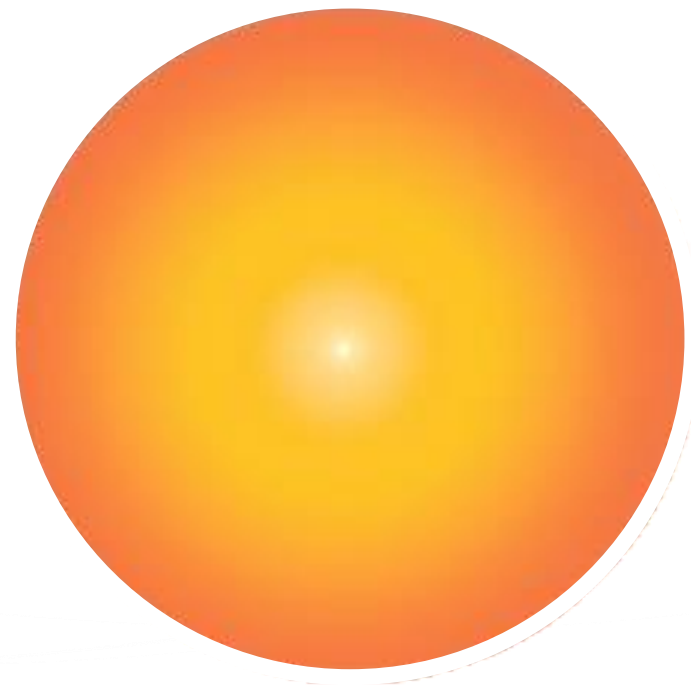


La Asociación Brahma Kumaris es una organización sin ánimo de lucro que ofrece sus actividades de forma altruista como un servicio a la comunidad.

Ofrece cursos y conferencias sobre meditación y desarrollo personal con el fin de ayudar a las personas a explorar su propia espiritualidad y encontrar paz y serenidad en sus vidas.

Se financia únicamente con las aportaciones voluntarias de los socios, estudiantes y simpatizantes de la Asociación.

Web para donaciones: barcelona.aembk.net



El poder del amor y la compasión

Exploraremos la dimensión del amor espiritual y cómo se experimenta y se expresa en los diferentes niveles: hacia el ser, hacia los demás, hacia la vida.

Reflexionaremos y meditaremos sobre la compasión, la cualidad que nos llena de empatía e interés por la felicidad y el bienestar de todos, así como sobre el coraje y la responsabilidad necesarios para que nuestra compasión tome una forma práctica.

Profundizaremos en la meditación y en la experiencia del silencio y la conexión con tu esencia y con la fuente de poder espiritual.

Unos días de experiencia y convivencia en un entorno natural, con tiempo para pasear, reflexionar, compartir y disfrutar. Todo ello acompañado por sesiones de ejercicios de estiramientos, que nos darán recursos para vivir la vida de forma más completa, con más energía, a nivel físico, emocional y mental.