

Te invitamos al retiro residencial

# PODER ESPIRITUAL PARA AFRONTAR TIEMPOS DIFÍCILES ESTABILIDAD, SERENIDAD, CLARIDAD

**Salesianos El Encinar, Mohernando, Guadalajara, España  
del 11 al 14 de octubre de 2024**

**Este retiro es una oportunidad para regalarte un tiempo de calidad, una experiencia única, un espacio para sanar y fortalecer el alma y el cuerpo.**

¿Qué te ofrece este retiro?:

- 3 días completos de experiencia y de convivencia en un entorno natural, con tiempo para pasear, reflexionar, compartir y disfrutar.
- Pautas y estrategias prácticas para fortalecer la estabilidad, la serenidad y la claridad en nuestra vida.
- Métodos para desarrollar fortaleza y poder espiritual
- Profundizar en la práctica de la meditación y la experiencia del silencio y conectar con tu esencia y con la fuente de luz y poder espiritual
- Una experiencia integral de salud a nivel físico, mental, emocional y espiritual
- Práctica de ejercicios de yoga para que puedas aplicar en el día a día



**Marta Matarín**, es profesora de Meditación Raja Yoga con más de 35 años de experiencia



**Enrique Simó**, profesor de Meditación Raja Yoga con más de 35 años de experiencia.

**La contribución para el retiro es 200 euros. Incluye estancia y pensión completa (tres noches). Plazas limitadas en habitaciones individuales según disponibilidad, o bien en habitaciones dobles. El retiro iniciará el viernes 11 de octubre a las 18 h. de la tarde y finalizará el lunes 14 de octubre a las 15 h. Si estás interesado/a solicita más información por correo electrónico a [retirosmadrid@aembk.org](mailto:retirosmadrid@aembk.org)**

**Organiza: Asociación Brahma Kumaris, Alba de Tormes 4- 28025 Madrid - Telf. 91 5229498**

[www.brahmakumaris.es](http://www.brahmakumaris.es)  
[aembk.es](http://aembk.es) (actividades on-line)

[retirosmadrid@aembk.org](mailto:retirosmadrid@aembk.org) T. 91 522 94 98



BRAHMA KUMARIS

