

Te invitamos al retiro residencial

ALEGRÍA, GRATITUD Y FELICIDAD EL ARTE DE UNA VIDA PLENA

Salesianos El Encinar,
del 10 al 13 de octubre de 2025

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?:

- 4 días de experiencia y de convivencia en un entorno natural, con tiempo para pasear, reflexionar, compartir y disfrutar.
- Pautas y estrategias prácticas para reconectar con la felicidad espiritual y transformar las dificultades con creatividad
- Métodos para elevar la calidad de nuestros sentimientos y pensamientos
- Profundizar en la práctica de la meditación y la experiencia del silencio y conectar con tu esencia y 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



Elizabeth Gayán,
profesora de
Meditación Raja Yoga
con 30 años de
experiencia.



Paqui Martín es Profesora
y formadora de
Instructores de Yoga y
Meditación Profesional
en Medicina
Complementaria con más
de 25 años de experiencia



Guillermo Simó, es
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 10 de octubre a las 18 h. de la tarde y finalizará el lunes 13 de octubre a las 15 h. Si estás interesado/a solicita más información por correo electrónico a retirosmadrid@aembk.org

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

