

Silencio Interior

Escuela de Silencio



Introducción al Silencio Interior Seminario

28, 29 y 30 de septiembre

Casa de Espiritualidad
Convento San Juan de la Cruz

Segovia

Introducción al Silencio

¿Sería posible algo así como iniciarse en el Silencio Interior? La respuesta es que no, pues tal Silencio es cualidad del Ser, inherente a todo ser humano. No es algo a conseguir, y mucho menos un objeto que se pueda obtener, ya que el Silencio forma parte de nuestra auténtica y común naturaleza.

Sin embargo, si esto es así ¿por qué se ha perdido la conexión con el Ser hasta el punto de perder una de sus más preciadas cualidades? ¿Qué ha sucedido para que se eche de menos algo que pertenece a todos los seres humanos como patrimonio de nacimiento?

Algo muy simple: nos hemos olvidado de nosotros mismos. Hemos olvidado nuestra esencia al proyectarnos en el mundo exterior e identificarnos con el ego y la personalidad. Ambos son mecanismos de nuestro psiquismo para proteger a la esencia de las impresiones recibidas del mundo exterior.

¿Es posible recuperar la conexión con la parte más íntima y nuclear de nosotros mismos? Ciertamente es posible. Sobre todo, porque no se ha perdido, tan solo se la ha olvidado. Para ello, disponemos de un valioso instrumento: la meditación sentada y en quietud.

Aislarse de las impresiones y distracciones del mundo exterior para sumergirse en las capas profundas del interior, morada del Ser. De este modo, es posible recuperar la conexión con nuestra esencia, con nuestra alma, para recuperar el estado natural, allá donde el Silencio mora y brota como agua de manantial.

No es difícil. No es fácil. Es inevitable cuando se ponen las condiciones idóneas. Y esto es lo que vamos a hacer durante el presente Seminario. Enseñar y practicar cuáles son las condiciones adecuadas para permitir que la mente se aquiete y poder descender a las profundidades del Ser.

No hacer nada, pero permitir que todo suceda. De este modo, conectar con la vibración del Silencio hasta hacerse uno con ella, diluyéndose en la nada para serlo todo.

El presente Seminario es una propuesta de trabajo de crecimiento interior destinado a aquellos que en verdad tienen auténtica sed de comprensión, y por ello anhelan hacer un alto en el camino. Detenerse para simplemente escuchar. Sentir la naturaleza de Ser que uno siempre ha sido, es y será.

Gracias por tu atención.

Emilio J. Gómez, profesor de Yoga
Silencio Interior - Escuela de Silencio

HORARIO

Viernes, 27 de septiembre

17:00 Recepción
19:00 Bienvenida y presentación
18:30 Hatha y Radja yoga (meditación)
21:00 Cena
22:30 Meditación fin de día y Noble Silencio

Sábado, 28

7:00 Despertar
7:30 Meditación
8:30 Hatha yoga
9:00 Desayuno
10:30 Teoría
11:00 Hatha yoga
12:30 Descanso - Infusión
13:00 Meditación
14:00 Comida
16:00 Consultas individuales
17:00 Meditación
18:00 Descanso - Infusión
19:00 Meditación
20:00 Descanso
21:00 Cena
22:30 Meditación fin de día
23:00 Descanso

Domingo, 29

7:00 Despertar
7:30 Meditación
8:30 Hatha yoga y Noble Palabra
9:00 Desayuno
10:30 Teoría
11:00 Meditación
12:00 Descanso - Infusión
12:30 Meditación en pareja
13:30 Clausura
14:00 Comida

Lugar:

Casa de Espiritualidad del Convento de
"San Juan de la Cruz".
Alameda de la Fuencisla, s/n. **Segovia**

Condiciones de inscripciones y reservas:

- Plazas limitadas
- La inscripción y reserva quedará formalizada en el momento de realizar el ingreso de 50 €
- El importe pendiente se abonará en el momento de la recepción
- Antes de realizar el ingreso de la reserva, se ruega confirmar la plaza, bien por teléfono o e-mail
- Para saber el nº de Cuenta, ponte en contacto con nosotros. No olvides poner tu nombre y apellidos en el ingreso
- En caso de anulación de la reserva después del 24 de septiembre, y por motivos de organización, no será posible la devolución del importe de la misma

Fecha límite inscripción: 24 de septiembre

Alimentación:

Durante el Seminario, la alimentación será ovo-lácteo-vegetariana.

Material necesario:

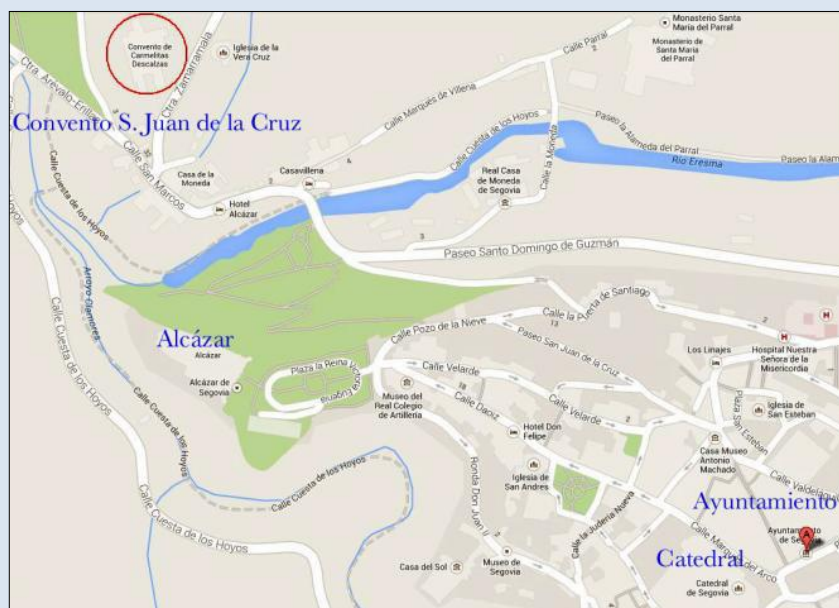
- Ropa cómoda
- Cojín y manto de meditación
- Una manta pequeña
- Esterilla antideslizante (optativo)

¿Cómo llegar a Segovia?

Coche: Autovía nacional A-6 hasta Segovia.

Bus: Desde el Intercambiador de Moncloa en Madrid, salen autobuses de manera regular hasta Segovia.

Tren: Hay servicio regular de tren hasta Segovia.



+ info:

Emilio J. Gómez 616-660-929

Natalia López 616-036-577

e-mail: info@silenciointerior.net

Silencio Interior

Escuela de Silencio

www.silenciointerior.net