



17 h Taller de Sumi-e

Cristina Gozzini

Conèixer i practicar la pintura Sumi-e

Participar en una dinàmica creativa treballant en la plena consciència

Pinzellades i dibuixos, respiració - integració.



Divendres 25



17h Taller de Sumi-e

Cristina Gozzini

El ENSO representa en la seva buidor, l'absoluta plenitud, simplicitat, integritat, infinitat, harmonia.

El cercle del sumi, pintat amb tinta, o Enso, és un símbol espiritual per als budistes Zen.



Dissabte 26



17h Paneuritmia

Santi i Isabel

DANSA SAGRADA

“La unitat de la Vida, experimentada en el cercle de la Paneuritmia”

Els seus moviments estan basats en formes geomètriques, que expressen la "geometria sagrada"



Diumenge 27



Zen Training

La Casa d' espiritualitat ofereix un curs d'Entrenament Zen per a aquelles persones que volen aprofundir en la pràctica en un horari diferent i més flexible del d'un sesshin. Es pot participar en tot el curs en règim intern, o bé dies concrets o franges horàries concretes. Hi haurà pràctica intensiva, amb dokusan, teisho, alguns moments d'activitats comunes relacionades amb la pràctica.

Divendres 25

9,30h Zazen
de 10h a 10,45h iniciació
10,45h Teisho
11,45h Samu
12,30h Zazen kinhin zazen
13,45h Dinar

Descans

16,00h Zazen
16,30h Te , café , infusions
17h Taller de Sumi-e
21,00h Sopar
21,30h Zazen
22 Descans

Dissabte 26.

8h Qi qong
Esmorzar (per a les persones que
dormen a la Casa)
9,30h Zazen
de 10h a 10,45h iniciació
10,45h Teisho
11,45h Samu
12,30h Zazen kinhin zazen
13,45h Dinar
Descans

16,00h Zazen
16,30h Te , café , infusions
17,00h taller de sumi-e
21,00h Sopar
21,30h Zazen
22 Descans

Diumenge 27.

8h Qiqong
Esmorzar (per a les persones
que dormen a la Casa)
9,30h Zazen
de 10h a 10,45h iniciació
10,45h Teisho
11,45h Samu
12,30h Zazen kinhin zazen
13,45h Dinar
Descans
16,00h Zazen
16,30h Te , café , infusions
17,00h Paneurimia
19:00h final del training