

Retir de Tardor amb Yogananda a Barcelona  
després de la Convenció 2023 i de la Visita  
Monàstica de SRF

Del 10 al 12 de Novembre de 2023 a:

**ESPAI D'INTERIORITAT FRANCESC PALAU  
CARMELITES MISSIONERES - BARCELONA**

<http://espaipalau.com>

Del 10 al 12 de novembre celebrarem el Retir de Tardor a l'Espai d'Interioritat Francesc Palau, regentat per les Carmelites Missioneres, que es troba a la part alta de Barcelona, a la falda de la muntanya del Tibidabo .

Aquest cap de setmana podrem retrobar-nos per meditar en profunditat i compartir el silenci després de les benediccions rebudes a la Convenció de SRF i a la Visita Monàstica de Barcelona. Com sabeu Paramahansa Yogananda recomanava retirar-se de tant en tant del tràfec quotidià per combregar amb Déu.

L'Espai d'Interioritat Francesc Palau és un centre d'espiritualitat ampli, il·luminat, envoltat de silenci tot i trobar-se a la ciutat, amb habitacions individuals amb bany, biblioteca, sales d'estudi i sala per a la meditació col·lectiva. Ens sembla que és ideal per passar un cap de setmana de silenci i meditació.

En aquest Retir de Tardor compartirem xerrades dels monjos de SRF, un Kirtan de les monges de SRF, una meditació guiada per Brother Chidananada, a través d'una gran pantalla connectada on line, juntament amb altres meditacions guiades pels propis devots que participin al Retir, així com Exercicis Energètics dirigits.

També hi haurà temps per fer alguna passejada meditativa pels voltants i destinar temps a la lectura, la reflexió i el descans, tot això en el més profund silenci interior i exterior.

L'important del Retir, com diu el nostre Mestre Yogananda, serà poder oblidar les nostres pesades càrregues mentals, relaxar-nos i deixar que Déu vingui a nosaltres. Ell és tot Pau, Amor i Benaurança.

Reservar ja aquests dies a la vostra agenda:

**Del 10 al 12 de novembre de 2023**

**El Retir començarà el divendres 10 a les 13:30h, per a reunir-nos al dinar. Les activitats començaran a les 17h.**

**El Retir acabarà el diumenge a les 15h després del dinar.**

**El preu del Retir de Tardor, tot inclòs, és de 140 euros.**

**El termini per a la inscripció finalitza el 15 d'octubre**

Us recordem que totes les activitats relacionades amb Self-Realization Fellowship no tenen ànim de lucre i el preu que s'indica és el que ens demana la casa de retir.

Per a confirmar la inscripció caldrà abonar **el 25% del preu (35 euros)**. Fer una transferència amb el concepte **RETIR DE TARDOR** al següent compte corrent:

**Associació Amics de Paramahansa Yogananda de Catalunya.**

**Banc Sabadell: ES55 0081 1594 9800 0105 0809**

**PER A MÉS INFORMACIÓ CONTACTAR AMB:**

**Maribel Vidal Quadras. 627.016.124 - [mavq@artvisionbcn.com](mailto:mavq@artvisionbcn.com)**

**Enric Tintoré. 610.457.115 – [etintore222@gmail.com](mailto:etintore222@gmail.com)**

**GRÀCIES. Jai Guru !**