Actividades del mes de julio 2025:

Sede Central

Daniel Muñoz 2231, Montevideo

PRÁCTICAS:

Escuela de meditación:

Gratuito. Comienzo puntual.

Horarios:

Lunes 10:30 hs.

Martes 18:00 hs.

Miércoles 16:30 hs

Jueves 19: 00 horas

Sábados 12:30 hs

(Entrada 1 kg de alimento no perecedero)

Escuela de Yoga:

(Reservar horario con anticipación. Tel. o WhatsApp 24080433)

Prácticas de Yoga:

Comienzo puntual. Se solicita concurrir con colchoneta.

(Con contribución mensual)

Horarios:

Lunes y miércoles 9:00 hs.

Miércoles y viernes 18:00 hs.

Martes y jueves 19:30 hs.

Sábados 11 hs

Gratuito

(Cupos limitados, comienzo puntual, se solicita concurrir con colchoneta

Entrada 1 kg de alimento no perecedero)

Cursos de Formación

-Curso teórico práctico de Meditación

A través de la teoría y la práctica de la Meditación y la Filosofía Espiritual, abordaremos las enseñanzas de los textos sagrados y los filósofos místicos, desarrollando la relajación del cuerpo y la mente, la observación, la concentración y la atención para acercarnos al estado de unión, armonía y felicidad. Duración: 8 meses

-Curso de Introducción a la Meditación

Para iniciarse en el camino de la meditación y aprender sobre la quietud de la mente, a través de ejercicios de concentración.

Fechas: miércoles 16 y 23 de julio, 10.30hs

Escuela de Filosofía

TALLERES Y CLASES ABIERTAS:

Presencial o zoom (pedí el link por whatsapp)

-“Nuestra amada familia humana”;

Todos somos parte: distintos, necesarios, profundamente conectados.

17 de julio, 19.00 hs.

-“La educación según Platón”

La importancia de la educación espiritual en un tiempo moderno

21 de julio, 10:30 hs.

-“Humanismo, Compasión y No Violencia”

Elegir el amor y el respeto como camino, en cada vínculo y acción.

29 de julio, 10.30 hs.

Profesorados:

Profesorado de Meditación

Propósito: Prepararte para transmitir los fundamentos filosóficos y místicos de la práctica de la meditación y formarte en diversas disciplinas como la recitación de Mantras, Oraciones y Cantos.

Duración: 3 años

Frecuencia: 2 veces por semana

Carga horaria: 5 horas semanales

Comienzo: segundo semestre (agosto)

Presentación: 21/07 10:30 horas.

Presencial, o pedí link para unirte al zoom

Profesorado de Yoga

Propósito: Explorar el conocimiento de la metafísica del Yoga y la práctica del Hatha Yoga para compartirla.

Duración: 3 años Frecuencia: 2 veces por semana

Carga horaria: 6 horas semanales.

Comienzo: segundo semestre (agosto)

Presentación: 16/07 y 23/07 - 18:30hs.

Presencial, o pedí link para unirte al zoom

Otras actividades:

Viernes de pausa:

Palabra y Canto

Te invitamos a compartir un espacio íntimo de lectura, canto y recogimiento para conectar con lo profundo. Todos los Viernes a las 18:30 hs.

(acceso libre).

RESERVAR asistencia con anticipación.

Tel. o WhatsApp 24080433

Solicitar link para ZOOM

Sede Salinas

Maracopá casi ruta Interbalnearia, Salinas norte.

Actividades presenciales:

(Consultar por cupos. WhatsApp 094108130)

Prácticas de Yoga:

Lunes 18:00 hs.

Martes 9:30 hs y 18:15 hs.

Miércoles 17:30 hs.

Jueves 17:00 hs

Viernes 18:30hs

Con contribución mensual

Prácticas de Meditación:

Lunes 17:30 hs.

Martes 17:45 hs.

Miércoles 20:30 hs.

Jueves 18:30 hs

Viernes 18:00 hs

Gratuito

Kirtams y cantos devocionales:

Lunes 19.30 hs

Gratuito

Actividades mixtas (Presencial y por Zoom)

-Curso de Sabiduría y Práctica espiritual

A través de la teoría y la práctica de la Meditación y la Filosofía Espiritual, nos acercaremos a las enseñanzas de los textos sagrados y los filósofos místicos, teniendo como fin el conocimiento de la más íntima naturaleza humana y espiritual.

Primer módulo de tres meses. Modalidad: una vez a la semana, presencial y por Zoom.

Clase de presentación gratuita: Viernes 11 de julio, en dos horarios: 17 hs y 20 hs

Curso con bono mensual

- Curso de Meditación

Trataremos:

- El propósito espiritual de la meditación
- Elementos esenciales para la práctica
- Mantras, oraciones, cantos y el silencio

Jueves 10, 17 y 24 de julio, 19.15 hs

Entrada 1 kilo de alimento no perecedero

- Clase abierta: La naturaleza de la mente y su control.

Nos adentraremos en enseñanzas milenarias tradicionales sobre nuestra psique y cómo utilizarla de forma positiva.

Martes 15 de julio, 17.30 hs

Entrada 1 kilo de alimento no perecedero

Envíanos un mensaje por whatsapp y te enviamos el link para Zoom. Cel. [094108130](tel:094108130)

¡Paz y Bien!