RETIRO – 10, 11, 12 de junio

FILOSOFÍA Y CONTEMPLACIÓN PARA LA VIDA COTIDIANA

Inscripciones e información:
WhatsApp 696-369-375 / hola@cristina-serrano.com

Carl Honoré, en su libro Elogio a la lentitud, analiza la actitud actual de pensar que el tiempo nos pisa los talones y que hay que correr y correr para que no nos alcance. Dice: “Creo que vivir deprisa no es vivir, es sobrevivir”. Permitirse parar, ir más lento, realizar actividades que nos plenifiquen o pasear sin dirigirse a ningún lugar nos ayuda a ser más conscientes de lo que hacemos y a vivir con mayor presencia.

Este retiro va dirigido a aquellas personas que, deseando vivir en el mundo, no quieren pertenecer a él; aquellas que tienen vocación de acción y también de contemplación; aquellas que, en fin, buscan hacer ancladas en el Ser.

Tendremos ocasión de realizar diversas prácticas inspiradas en las tradiciones sapienciales de Oriente y Occidente (Cristianismo, Hinduismo, Budismo, Taoísmo...), como son la contemplación caminando, la lectura sentida, el cultivo de la acción por la acción, la gratitud... El objetivo será parar, tomar conciencia de dónde y cómo estamos, cultivar el silencio contemplativo y ofrecer recursos para llevar esta disposición a la vida diaria e incorporarla en nuestros quehaceres cotidianos.

¿DÓNDE?
Nos alojaremos en Felicity House. C/ Don Vidal Santurino, 53. Valdeverdeja (Toledo).

¿QUÉ HAREMOS?
VIERNES
17h: llegada y bienvenida
18h-20h: Introducción a la contemplación (taller grupal)
20h-22h: cena
SÁBADO
8h-10h: desayuno
10h-12h: Contemplación en la naturaleza (taller grupal)
12h-14h: práctica en solitario
14h-16h: comida
16h-18h: Escritura y contemplación (taller grupal)
18h-20h: práctica en solitario y tutorías opcionales con las facilitadoras
20h-22h: cena
DOMINGO
8h-10h: desayuno
10h-12h: Contemplación en la vida cotidiana (taller grupal)
12h-14h: práctica en solitario
14h-16h: comida
16h-18h: puesta en común y cierre de la experiencia del retiro
18h: despedida

¿QUIÉNES SOMOS?
Teresa Gaztelu www.teresagaztelu.com
Doctora en Filosofía por la Universidad Complutense de Madrid, con la *tesis: Una lectura del budismo antiguo desde la Práctica filosófica*. Master en Filosofía Contemporánea por la Universidad de Paris I-Sorbona. Licenciada en Filosofía por la Universidad Complutense de Madrid. Curso de Formación y Entrenamiento de Filósofos Asesores de ASEPRAF (Asociación Española para la Práctica y el Asesoramiento Filosóficos) y en Asesoramiento Filosófico Sapiencial de la mano de Mónica Cavallé. Fue profesora del Seminario de filosofía budista que ofreció la Universidad Complutense de Madrid (2015-2018), así como de las asignaturas Filosofías no occidentales (2015-2019), Antropología y fenomenología de las religiones (2016-2019) y del Seminario de investigación: Filosofía práctica (2018-2020) en la Universidad Pontificia de Comillas en Madrid. Actualmente es miembro del equipo formativo de la Escuela de Filosofía Sapiencial, imparte conferencias y cursos sobre filosofía para la vida y sobre filosofías orientales, y tiene una consulta de Acompañamiento filosófico, su principal dedicación.

Cristina Serrano www.cristina-serrano.com
Escritora, librera, creadora de Un Cuarto Propio (2009) y coordinadora de laboratorios de escritura y de otros eventos culturales. Ha publicado dos libros: Septiembre (Editorial Meninas Cartoneras — 2015) y Autofobia (Editorial Huerga y Fierro — 2019). Actualmente se forma como terapeuta Gestalt y combina esta rama de la psicología humanista con la escritura, a través de terapias individuales y de grupo. Ha trabajado con grupos de mujeres que han sufrido violencia de género y con niños con dificultad de aprendizaje. También acompaña a artistas en su proceso creativo. Utiliza la escritura como herramienta para desbloqueos creativos y/o emocionales con el fin de mostrar la mejor versión de cada persona. Tanto al escribir como al leer, el ser humano interpreta la literatura como una manera de liberarse del dolor excesivo encontrando en ella descanso, disfrute y conocimiento.

OBSERVACIONES
Menú vegetariano en pensión completa.
Habitaciones compartidas.
Para reservar plaza se abonarán 90 euros y el resto durante la semana anterior al encuentro.
Precio por persona: 290 euros.