

Programa de Retiros 2018

Budismo Libre A.C.

Conoce tu mente, abre tu corazón

**Retiros budistas en Ciudad de México, Querétaro,
San Cristóbal de las Casas y, Tepoztlán**

La mayoría de los retiros están basados en diferentes Sutras originales del Buda.

Los retiros incluyen: enseñanzas, meditaciones, yoga.

Habitaciones individuales y compartidas dependiendo del centro de retiros.

Comidas vegetarianas. Estacionamientos propios. Retiros de silencio. Asesorías Psicológicas individuales.

www.budismolibre.org
retiros@budismolibre.org

MES	FECHAS	CENTRO:	TEMA DEL RETIRO Y TEXTOS DE ESTUDIO:	COOPERACIÓN POR PERSONA *
Enero		Ágora Ciudad de México. CDMX	TEMA. <i>Meditación budista: serenidad y claridad.</i>	2,500.00 pesos

	Viernes 19 (6 pm) al lunes 22 (9 am)		Texto de estudio: El Satipatthana Sutta.	Habitación individual y doble.
Febrero RETIRO NO PUBLICO	Viernes 16 (6 pm) a lunes 19 (9 am)	Quinta Tonantzin, TEPOZTLÁN, Morelos.	TEMA. <i>El sermón del fuego y los Siete Factores del Despertar</i> . Retiro ZEN. Texto de estudio: Adittapariyaya Sutta. Maestro invitado: Yusho Sergio Stern del Centro Zen Montaña Despierta de Xalapa.	2,000.00 pesos. Retiro exclusivo Dharmanos(as) y retiristas Budismo Libre A.C.
Marzo	Sábado 24 (12 del día) al sábado 31 (12 del día) Semana Santa.	Ágora de Querétaro, QUERÉTARO	TEMA. Un camino para ser mejores personas: el Lam Rim tibetano. Texto de estudio: <i>La Lámpara de la Iluminación</i> de Aticha.	SEMANA: Hab. individual y doble 7,900.00 pesos. MIER. a SAB. Hab. Individual y doble: 3,500.00
Abril	Viernes 27 (6 pm) al domingo 29 (8 pm)	Ágora Ciudad de México. CDMX	TEMA. Comprendiendo el dolor de nuestras emociones. Texto de estudio: <i>Las Cuatro Nobles Verdades</i> del Budha.	2,500.00 pesos Habitación individual y doble.
Mayo			Retiro CANCELADO por órdenes del Obispado de GUADALAJARA. Incumpliendo de contrato y compromisos previamente establecidos desde hace más de un año.	
Junio	Viernes 22 (6 pm) al lunes 25 (9 am)	Casa Azul de TEPOZTLÁN, Morelos	TEMA. Ética Budista. Cambio mi comportamiento, cambio mi vida. Texto de estudio: <i>Majjhima Nikaya. Sermones medios del Buddha</i> , ps 69-112.	3,500.00 pesos. Habitaciones dobles y triples.

Julio	Viernes 27 (6 pm) al domingo 29 (6 pm)	Ágora Ciudad de México. CDMX	TEMA. Meditación budista: proyecto de vida en mente y corazón. Texto de estudio: <i>Majjhima Nikaya. Sermones medios del Buddha</i> , ps 113-180	2,500.00 pesos Habitaciones individual y doble
Septiembre	Viernes 7 (6 pm) a lunes 10 (9 am)	Hotel Villa Mercedes, SAN CRISTÓBAL DE LAS CASAS. Chiapas.	TEMA: “Budismo y vida cotidiana” Texto de estudio: Narada Tera. <i>Buddismo en pocas palabras.</i>	4,500.00 pesos. Habitaciones compartidas
Septiembre	Viernes 21 (6 pm) al lunes 24 (9 am)	Ágora de Querétaro, QUERÉTARO	TEMA: “Vida cotidiana y el sendero de Buda” Texto de estudio: Jack Kornfield: <i>El sendero óctuplo</i> ”	2,900.00 pesos. Habitación Individual y doble.
Octubre	Viernes 26 (6 pm) al lunes 29 (9 am)	Quinta Tonantzin, TEPOZTLÁN, Morelos.	TEMA: “Cantos y oraciones al corazón” Texto de estudio: Guese Lamsang, <i>Consejos de Corazón.</i>	2,500.00 pesos. Habitaciones dobles y triples.
Noviembre	Viernes 2 (6 pm) al domingo 4 (8 pm)	Casa de Retiros Nueva Espiritualidad. PUEBLA.	TEMA: “Mindfulness: paz y claridad” Texto de estudio: Felipe Escoto. <i>Iniciar el camino de la meditación.</i>	2,500.00 pesos. Habitaciones individuales y dobles.
Noviembre	Viernes 23 (6 pm) al domingo 25 (8 pm)	Ágora Ciudad de México. CDMX	TEMA: “La libertad de la mente vacía” Texto de estudio: Khenpo Tsultrim Gyamtso Rinpoché, <i>Meditación Progresiva sobre la Vacuidad.</i>	2,500.00 pesos Habitaciones individuales y dobles
Diciembre 2018	Miércoles 26 (12 hrs.) de diciembre al miércoles 2 de enero 2019 (12 hrs) de 2019,	Casa Azul de TEPOZTLÁN, Morelos	TEMA. “Conocer y practicar hoy el budismo” Texto de estudio: Kalama Sadak, <i>El Budadarma: una estrategia para vivir mejor.</i> El libro se entrega al inicio del retiro.	8,700.00 pesos. Habitaciones dobles y triples. MEDIO RETIRO: 5,000.00 pesos

Notas importantes sobre los retiros

1. El **Programa de Retiros de *Budismo Libre A.C.*** tiene el objetivo de integrar a los retiristas en una cosmovisión psicológica, filosófica y religiosa centrada en el cultivo de la atención plena, la compasión y la sabiduría como condición necesaria para superar gradualmente las causas y las condiciones que generan el sufrimiento y el dolor existencial.
2. Los retiros son para principiantes y para personas con experiencia. Son tanto para personas budistas como para no budistas. Respetamos absolutamente todas las demás religiones.
3. Los **retiros de fin de semana** inician los viernes a las 6 p.m. y terminan el lunes a las 9 a.m. Las personas que no se pueden quedar hasta el lunes, pueden finiquitar el domingo. Los retiros no están seriados y cada uno es independiente de los otros. Los dos **retiros de una semana completa** son de 8 días y 7 noches: Semana Santa y Fin de Año.
4. En los retiros realizamos tres actividades: **enseñanzas, meditaciones y yoga**. Como actividades de extras y de apoyo se ofrecen dentro de los retiros **Asesorías Psicológicas**, cooperación aparte.
5. **En los centros se ofrecen** alimentación vegetariana, tiempos de silencio y de descanso y a veces, lecturas de Sutras. Todos cuentan con estacionamiento propio, y habitaciones individuales, dobles y triples.
6. Todos los **retiros se basan en un Texto de Estudio, base de las enseñanzas**. Los textos de estudio están en los formatos pdf y Word; se envía por correo a todos los participantes e interesados
7. Todos los participantes en los retiros, sin excepción alguna, deberán de **firmar una Carta Responsiva al inicio de cada retiro**; cuando haya un menor de edad, deberá de ser firmada por un adulto responsable.
8. Se recomienda llevar bancos o cojines de meditación, así como tapetes para yoga.
9. **Si usted requiere FACTURA se aplica el 16% de IVA sobre la cooperación total del retiro del que se trate.**

EQUIPO DE *BUDISMO LIBRE A.C.*

Enseñanzas budistas: Kalama Sadak (García Montaña) y. Dharmano Vajrapani (José Eduardo Romero, Ph. D.). Maestros invitados: Oscar Tenzín y, Yusho Sergio Stern, director del Centro Zen Montaña Despierta de Xalapa, Veracruz.

Seminarios de Meditaciones: Dharmano Anagami (Louis Loizides) y, Dharmana Priya (Adela Riquer)-

Talleres de Yoga: Maestra Dharmana Maharidyha (Laura Sadhana) y maestras y maestras certificadas de Budismo Libre A.C.

Asesorías Psicológicas: Dharmano Vajrapani, (José Eduardo Romero, Ph. D.) psicólogo humanista y budista. Y, Dharmana Samanvaya, Psicóloga Cecil Tavera, psicología budista y cognoscitiva.

Casa Azul de Tepoztlán, Morelos: <http://www.casaazuldetepoztlan.com.mx/>
Centros de Retiros Ágora CDMX-Tlalpan y Querétaro: <http://www.espacioagora.com/>
Quinta Tonantzin, Tepoztlán, Morelos: http://www.casadedescanso.mx/?page_id=58
Hotel Villa Mercedes, San Cristóbal, Chiapas:

<http://hotelesvillamercedes.com/hoteles-en-chiapas/villa-mercedes-san-cristobal-de-las-casas/>

(*) La cooperación presentada es aproximada, puede haber cambios según las condiciones de los centros.