

SENTIERI DI PRIMAVERA

Progetto Fpmt in collaborazione con il Centro Ewam
Presso Monastero San Leonardo Prato

Ritiro con meditazioni analitiche guidate dal

VEN GHESCE JAMPA GELEK

Da venerdì sera 3 aprile a domenica pomeriggio 5 aprile

Per la prima volta la possibilità di trascorrere un fine settimana meditando gli stadi del sentiero insieme al Ven. Ghesce Ghelek nella stupenda Abbazia di San Leonardo a Prato. Sarà un ritiro dove si alterneranno sessioni brevi di mediazione guidate dal Ven. Ghesce Ghelek a brevi sessioni di Yoga posturale per addolcire il corpo e di conseguenza la nostra stabilizzazione meditativa. L'esperienza di meditare insieme ad uno Yoghi Tibetano è un grande aiuto al nostro percorso interiore e siamo lieti di darvi la possibilità di poterlo fare nel miglior modo e con le migliori condizioni.

Villa San Leonardo <https://sanleonardoprato.it/>



- I pasti della cucina sono esclusivamente vegetariani; semplici ma gustosi (primo, secondo e contorno, frutta.) In caso di intolleranze o diete particolari chiediamo di comunicarcelo entro una settimana prima dell'arrivo.
 - La struttura dispone di
 - 33 doppie (di cui 5 con bagno esterno e 1 con bagno interno ma doccia esterna) - non esistono con letti matrimoniali, ma per doppie si intende con due letti separati)
 - 3 triple (di cui 1 con bagno esterno)
 - 1 quintupla

TOT POSTI LETTO ATTUALI

- La struttura è una casa per ritiri spirituali e non una struttura alberghiera, per tanto, è usanza, come tutte le case religiose, far trovare nelle camere biancheria e asciugamani; le lenzuola verranno riposte sopra i letti, in maniera tale che ognuno possa farli in autonomia all'arrivo.
- La struttura è dotata di un ampio parcheggio interno e di ascensore che dal parcheggio arriva a tutti i piani.
- Arrivo il venerdì pomeriggio 3 aprile a partire dalle 17,00 per il check in, poi la cena alle ore 19,00 e la prima sessione dalle ore 20,30. Finisce domenica 5 aprile dopo il pranzo. Totale 2 giorni pieni.
- Chiusura dei cancelli ore 22.00.
- Raggiungerci è molto semplice : sono 10/15 minuti dall'uscita dell'autostrada di Prato est , circa 5 minuti in macchina dalla stazione Porta al Serraglio di Prato e 8/10 minuti da quella di Prato Centrale. In TRENO: scendendo a Prato Centrale autobus Cap. linea 11 direzione Castellina, fermata san Bernardino (5/10 minuti di bus, ferma a 400 m dalla Villa, c'è da fare circa 200 m leggermente in salita fino al primo cancellino di legno). In taxi sono circa 8/10 minuti.

Condizioni economiche: comprensivo di tutto, vitto, alloggio, offerta insegnanti, traduzione, per 2 giorni.

In stanza doppia	totale per tutto il ritiro di 2 giorni	90€ a persona
In stanza tripla	totale per tutto il ritiro di 2 giorni	80€ a persona
In stanza quintupla	totale per tutto il ritiro di 2 giorni	60€ a persona

Per iscriversi fare bonifico a Centro Terra di Unificazione Ewam, Banca Intesa San Paolo Ag 22 Fi
Iban IT12K0306902894000000020521 causale Sentieri di Primavera

Referente marcellomacini@gmail.com cell **3356913205** Iscrizione entro 20 marzo e solo dopo la ricezione del bonifico bancario

Ven. Geshe Ciampa Gelek, Maestro residente dell'Istituto Lama Tzong Khapa dal marzo 2012, è l'attuale docente degli studi tantrici del Masters Program residenziale dell'FPMT, oltre ad insegnare diversi soggetti nei corsi dei fine settimana. Nel 1999 ha ricevuto il dottorato di Ghesce Lharampa, presso l'Università monastica di Sera Je, rivelandosi il primo del suo corso di studi, peraltro frequentato con successo anche da diversi allievi eccezionali, tra i quali Dagri Rinpoce.

Annalisa Favalli, insegnante Yoga da oltre 20 anni tiene regolarmente corsi di vario livello. Si è formata nella tradizione dei Maestri Himalayani: Swami Rama e Swami Veda Bharati (Rishikesh – India). Ha studiato e collaborato con Victor Bishoff dell'Himalayan Yoga Institute(Firenze – Ahrensburg). Insegnante Hata Yoga certificata U.I.S.P sezione aree orientali. Insegnante Yoga Ratna diplomata all' Istituto SuryaChandra Marga-Yoga di Gabriella Cella Al-Chamali. Istruttore di ginnastica posturale riconosciuto da Aics e Coni. Ha conseguito il titolo di Counselor relazionale per l'armonizzazione e lo sviluppo della personalità, all' Accademia di scienze tradizionali dell'India C.S.B, riconosciuta dall'Università Indiana DevSanskritiVishwavidyalaya, iscritta A.C.P. (albo counselor professionisti). Operatore certificato LPP (LiberationPrison Project), ha svolto attività di volontariato con un progetto di Yoga e Meditazione nell' Istituto Penitenziario di San Gimignano e in quello di Volterra. Discepola del Ven. Chusang Tulku Rinpoche e praticante Buddhista.

Nel Dharma

Centro Terra di Unificazione Ewam

Via Pistoiese, 149/C

Firenze

www.ewam.it

info@ewam.it

A norma del D.Lgs. 196/2003 sta ricevendo questo messaggio in quanto abbiamo reperito la Sua e-mail direttamente da un messaggio che ci ha precedentemente inviato, una Sua esplicita richiesta, da un messaggio che ha reso pubblico il Suo indirizzo di posta elettronica, da motori di ricerca o da altra fonte pubblica. Questo messaggio non può essere considerato spam poiché include la possibilità di essere rimosso da ulteriori invii di posta elettronica.

I dati personali saranno trattati ai soli scopi informativi e non saranno trasmessi a soggetti esterni diversi dal Centro Ewam.

Qualora non gradisse ricevere ulteriori comunicazioni La preghiamo di rispondere con una e-mail vuota con oggetto "**Cancel**la"

Grazie