

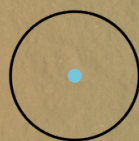
RETIRO FILOSOFÍA CONTEMPLATIVA

Del 30 al 3 de mayo del 2026

La gratitud como fuente de energía

Inscripciones:  605800697
contacto@montserratsimon.com

360 €



Filosofía Contemplativa

www.montserratsimon.com

La gratitud como fuente de energía

- Unos días en contacto con la naturaleza, en el precioso entorno de la Sierra de Gredos
- Investigaciones filosóficas sobre la gratitud, desde una mirada contemplativa que remita a nuestra experiencia vital.
- Prácticas de meditación y de conciencia corporal
- Velada compartida de acción de gracias. Puedes traer instrumentos, cuentos, poemas o lo que te apetezca compartir
- Baño de gongs (A cargo de Román García Lampaya)
- Paseos por la naturaleza (Siempre que el tiempo lo permita)
- Un espacio de convivencia desde la confianza, la honestidad y el respeto


¿Cuándo y dónde?

Del 30 al 3 de mayo de 2026, en Diafanum, un refugio en el corazón de la naturaleza de la Sierra de Gredos. (Galería de fotos www.diafanum.com)

Precio: 360€

La plaza queda reservada a través de un depósito de 60€, por Bizum o transferencia. Incluye pensión completa (alojamiento en habitación compartida, comidas y todas las actividades del retiro).

Inscripciones: contacto@montserratsimon.com

 605800697

Con: Montserrat Simón

Acompaño procesos de autoconocimiento a través de la filosofía, desde una mirada contemplativa.

Puedes conocer más de mí en www.montserratsimon.com y también leyendo *50 perlas del yoga y el vedanta*.



RETIRO «La gratitud como fuente de energía» 2026

HORARIOS ORIENTATIVOS*

Jueves 30	Viernes 1	Sábado 2	Domingo 3
	7.30 Conciencia corporal y meditación		
	9.00 h. Desayuno	7.30 Conciencia corporal y meditación	
16.30 h. Recepción	10.00 h. Investigación filosófica y meditación	9.00 h. Desayuno y preparativos excursión	7.30 Conciencia corporal y meditación
17.30 h. Bienvenida e introducción.	12.00 h. Tiempo libre	10.00 h. Excursión e investigación filosófica	9.00 h. Desayuno
20.30 h. Cena	13.30 h. Comida y tiempo libre	Comemos fuera	10.00 h. Investigación filosófica y despedida
21.30 Meditación	16.00 h. Investigación filosófica y meditación	17.00 h. Investigación filosófica y meditación	13.30 h. Comida
22.00 h. Dormir	18.30 h. Pausa	19.00 h. Baño de gong	
	19.00 h. Yoga y meditación	20.30 h. Cena	
	20.30 h. Cena	21.30 Meditación	
	21.30 h. Meditación y velada compartida	22.00 h. Dormir	