

## ENCUENTRO NO-DUALIDAD

**Pedro Brañas** <http://elpajaroquecanta.com>

**Monasterio de Buggedo (Burgos)**

**19, 20 y 21 de Mayo de 2017**

Todos anhelamos la felicidad y la perseguimos en lo externo: en los objetos, en los acontecimientos y en los otros; sin darnos cuenta de que la felicidad ya es nuestra.

El principal obstáculo para reconocer esta felicidad que somos es la creencia de ser seres separados y limitados. Esta creencia tiene un componente mental y otro corporal; está asentada tanto en nuestra mente (conceptos) como en nuestro cuerpo (sensaciones).

Esta ilusión yace en la base de todos nuestros miedos e insatisfacciones: en primer lugar del miedo a la muerte, a la desaparición y en segundo del miedo al amor, de la incapacidad de alcanzar una verdadera intimidad.

El descubrimiento de la Verdad, de nuestra verdadera naturaleza, nos libera de estos miedos y limitaciones. El resultado es una vida plena y en libertad.

En nuestros encuentros, a través del diálogo, la meditación y la experimentación corporal, exploramos, en un ambiente amable que facilita su disolución, los obstáculos que nos impiden ver la realidad, que nos impiden descubrir primero y disfrutar después nuestra verdadera naturaleza.

Ser lo que somos es sencillo, nos descansa. Cuando descubrimos que el “ego” es algo falso, abandonarlo es simplemente natural, no requiere esfuerzo. De hecho es el esfuerzo constante por mantenerlo lo que sostiene y refuerza nuestra creencia en él. Así que realmente solo es necesario darse un respiro. Este abandono, aunque sencillo, tiene enormes implicaciones en nuestra vida.

**Pedro Brañas**



## DATOS ÚTILES

**Fechas:** Viernes 19, sábado 20 y domingo 21 de Mayo de 2017.

**Lugar:** Monasterio de Bujedo, Burgos. Distancias: Vitoria a 38 kms., Burgos a 77 kms.

**Alimentación:** Vegetariana, sencilla.

**Precio:** Enseñanza, alojamiento y comidas: 230 euros

**Idioma:** Español

**Inscripción e información:**

Bernardo Salinas

+34 945229669

lunes y miércoles de 20,15 a 21,15 h.

martes y jueves: de 12 a 13,30 h. y de 21,45 a 22,30 h. / fuera de estos

horarios contestador automático. Se devuelve llamada

bernisalinas@hotmail.es

Organiza: “SURYA” – Centro de Yoga, Meditación y Crecimiento Personal (Vitoria)

[www.yogasurya.es](http://www.yogasurya.es)

**Programa** (aproximado)

**VIERNES**

**SÁBADO**

**DOMINGO**

9.00 Desayuno

8.30 Desayuno

10.30 – 12.30 h.  
Meditación guiada  
Trabajo corporal

9.30 -11.30 h.  
Meditación guiada  
Trabajo corporal

14.00 Comida

14.00 Comida

17.00 – 20.30  
Diálogo

Despedida

19.00 Llegada y alojamiento

21.00 Cena

21.00 Cena

22.00 Meditación

22.00 Meditación o diálogo

