



# Meditació, auto-indagació i silenci.

Retir  
Swami Satyananda Saraswati

Del 3 al 13 d'Agost de 2017

Can Sans de Felines. Girona

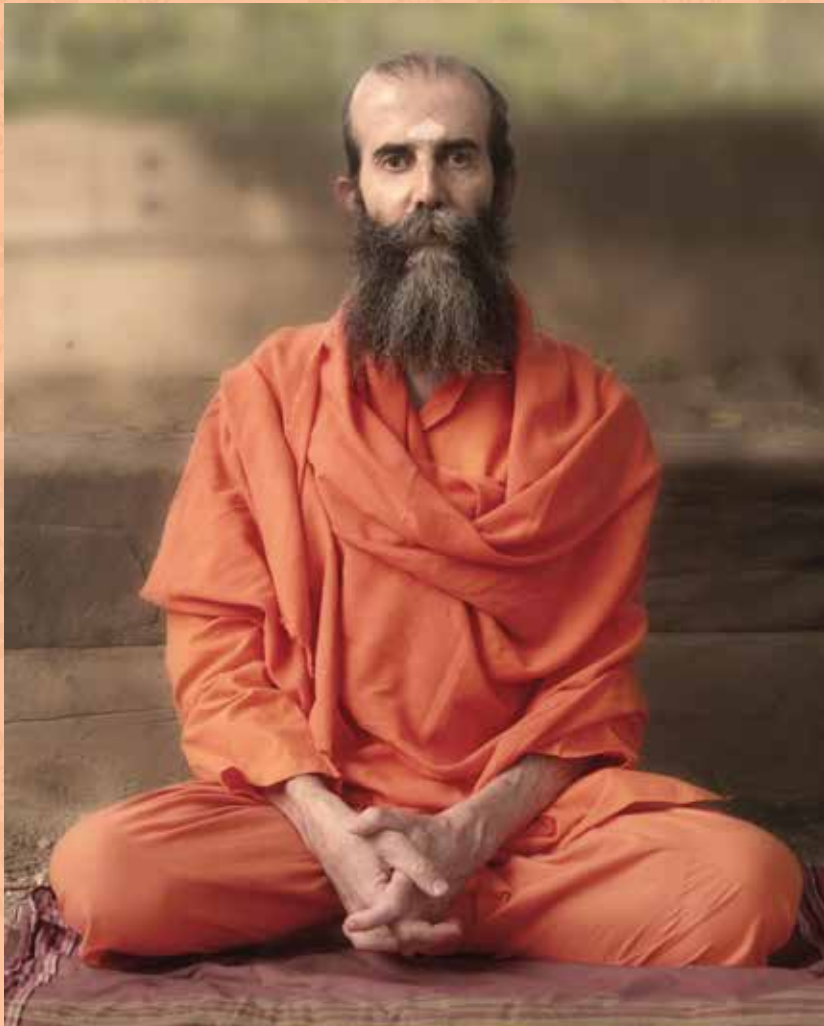




*"Quan els cinc sentits i la ment estan aquietats,  
i l'intel.lecte mateix descansa en el silenci,  
llavors s'assoleix l'estat Suprem."*

Katha Upanishad

El procés d'aquietar les fluctuacions de la ment mitjançant la meditació, i el procés de la auto-indagació són passos importants per arribar al Silenci i reconèixer la nostra absoluta plenitud. **Swami Satyananda Saraswati**, a través de la contemplació de textos tradicionals d'advaita vedanta, recitació de mantres i espais de meditació, ens guiarà a descobrir en nosaltres el gran Silenci. El retir estarà enfocat en la pràctica i l'experiència directa, i serà una oportunitat per entrar en els estats d'absorció i reconeixement. Juntament amb l'ensenyament i la guia de Swamiji, tindrem kirtan, hatha yoga, contemplació l'harmonia de la vida d'ashram.



**Swami Satyananda Saraswati**, mestre del Sanatana Dharma, ha viscut la major part de la seva vida a l'Índia, dedicat a l'estudi i la pràctica del Ioga, l'Advaita Vedanta i el Shivaisme del Caixmir. Deixeble de Swami Muktananda, fou iniciat l'any 1982 a l'ordre monàstica de Saraswati. El seu ensenyament, viu i directe, fa que les escriptures sagrades es revelin en el cor de qui les escolta.

## Informació del retir

### Lloc:

**Can Sans de Felines**

(Viladasens - Girona)

[www.cansans.cat](http://www.cansans.cat)

### Dies i horaris:

**Arribada:** dijous 3 d'agost a les 17:30 h.

**Cloenda:** diumenge 13 d'agost a les 17 h.

### Informació i inscripcions:

[inscripcions.advaitavidya@gmail.com](mailto:inscripcions.advaitavidya@gmail.com)

o trucar al 626 81 73 21 (Nityeshvari)

### Important:

Si tens alguna intolerància alimentària o raó a considerar,  
és precís comentar-ho a l'inscriure't.

Gràcies.

**Places limitades**



## Can Sans de Fellines

Mas dels segles XII al XVI restaurada. Situat enmig d'una extensió envoltada d'arbredes i camps. Paisatge típicament mediterrani i empordanès: la vegetació és abundant i variada amb rouredes, alzinars i pinasses.

### Com arribar

La casa de **Can Sans** està situada al veïnat de Fellines, als afores de Viladesens.

Estratègicament situada a uns 20 kms de Girona, Banyoles i Figueres.

**Des de Girona. Nacional II direcció Figueres**, a 3 km de Medinyà, a la rotonda de Vilademuls agafar la segona sortida, direcció Viladesens. **Per Autopista (AP-7)**. Per l'AP7 en la circumvalació de Girona, agafant la sortida de Vilademuls. A 500 mts de la sortida direcció Figueres, trobareu a la dreta l'indicador de Viladasens i Fellines. Seguiu els indicadors i trobareu, al tercer encreuament, la casa a ma esquerra.

**Des de Figueres. Nacional II direcció Girona**. Passat Orriols, a la rotonda de Vilademuls, agafar la sortida de Viladasens i Fellines. Seguiu els indicadors i trobareu, al tercer encreuament, la casa a ma esquerra.

**Des de Barcelona. Per Autopista (AP-7)**. Agafeu la sortida cap a N-II / Vilademuls / La Jonquera / França. Continueu per A-2. Agafeu Carretera de Viladasens a Fellines cap a Carrer de Sant Vicenç a Viladasens.



## Can Sans de Fellines

Camí de Fellines s/n., Viladasens (Girona) / 42°5'54" N, 2°54'50" E / Tel. 972 49 70 60

[cansans@cansans.com](mailto:cansans@cansans.com)

[www.advaitavidya.org](http://www.advaitavidya.org)

