

Meditazione di Natale 2023

Sabato 16 dicembre dalle 10.00 alle 18.00



Prima parte: 10.00 - 14.00

I periodi di meditazione saranno di durata crescente e intervallati da canti, musiche e letture d'ispirazione

Intervallo : 14.00 - 14.30

Seconda parte: 14.30 - 18.00

Dedicheremo alla meditazione periodi più lunghi e gioiosi

Informazioni importanti:

- *Porteremo un frutto e un'offerta.*
- *Chi non può restare fino al termine della meditazione, può partecipare soltanto alla prima parte e uscire durante l'intervallo.*
- *Non si può partecipare soltanto alla seconda parte della Meditazione: questa accortezza serve a preservare la quiete di coloro che hanno già passato diverse ore in profonda meditazione.*
- *Il Centro aprirà alle 9.00 per permettere a tutti prendere posto con calma.*
- *Non si potrà entrare dopo l'inizio della meditazione (ore 10.00)*
- *Gli Esercizi di Ricarica saranno eseguiti individualmente.*
- *Preghiamo chi abbia la tosse o il raffreddore di non partecipare alla Meditazione per non disturbare gli altri. Quando conduceva le Meditazioni di Natale, il nostro Guru insisteva sul rispetto scrupoloso di questa regola, invitando tutti a seguirla fedelmente.*
- *Si prega di mantenere il silenzio durante l'intervallo e di lasciare la Cappella silenziosamente, mantenendo la mente concentrata su Dio, su Gesù e sui Maestri.*