

Meditazione di Natale 2024

Sabato 14 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.