



ecocentro

bio vegetariano con alma

AGENDA

Febrero 2024

Año XXXI nº439

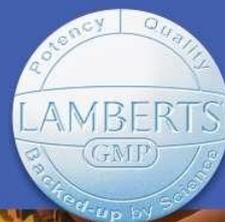
Caspar David Friedrich

250 Aniversario

El arte de la quietud

LAMBERTS®

El Rango Profesional



DISFRUTAR DE UNA ALIMENTACIÓN MÁS VARIADA, Y DE MEJORES DIGESTIONES, ES POSIBLE
Digestizyme® aporta un amplio espectro de enzimas digestivas de origen vegetal y de alta biodisponibilidad, que ayudan a digerir mejor las proteínas, grasas e hidratos de carbono y es uno de los productos más populares de su tipo en el Reino Unido.



ecocentro
bio vegetariano con alma
 desde 1993 **30**

ÍNDICE

ÍNDICE DE ANUNCIANTES

20	Biocop
08	Biotobio /Vivani
19	Consulta con el Dr. J. Colastra
15	Cristina Durán. Mindfulness
06	Cuadernos La Academia de la Conscienci
39	Ecocentro.
28	Eleven Obi. Taller Cosmética
29	Emilio Carrillo: Retiro abril
31	Emilio Carrillo y Enrique de Vicente
07	Encuentros Conscientes con P. Juárez
24	Enrique de Vicente. Seminario Ovnis
13	Foro ACCE
36	Gabriela Herdia Retiro y Meditaciones
12	Gumendi
23	La Hospedería del Silencio. Turismo.
33	La Hospedería del Silencio. Retiros
26	La Hospedería del Silencio tarifa retiros.
02	Lamberts España
06	Living Presence
09	Masajes Ayurveda con Jay
16	Natursoy
38	Retiro con Patrizia Juárez
22	Restaurante
14	Soria Natural
32	Supermercado ecológico
30	Tarifa salas
25	Tarjeta Descuento y Joven
10	Vegetalia
05	Yoga con Jay
28	Xanceda
32	Supermercado ecológico

ÍNDICE DE CONTENIDOS

04	Editorial
35	Receta Ecocentro
17	Actividades Gratuitas
20	Clases
11	Consultas
25	Eventos
27	Eventos Gratuitos.

ECOCENTRO

Alimentación Bio-Vegetariana
 Multi-Tienda y Restaurantes
 Librería
 Hoteles Rurales
 Ecosofía: Formación y Solidaridad

Ecocentro
 C/ Esquilache 2 al 12 – 28003 Madrid
 915-535-502 / 690-334-737
 eco@ecocentro.es

La Hospedería del Silencio
 Robledillo de la Vera. Sierra de Gredos. Cáceres.
 hpd@ecocentro.es
 915-535-502 / 690-334-737

Hotel Rural la Eco Posada
 Pobladura de las Regueras. El Bierzo. León
 987-530-000 / 617-898-100
 eco Posada@gmail.com

www.ecocentro.es
 Madrid- Cáceres- León

Alimentación
 Bio-Vegetariana

Multi-Tienda y
 Restaurantes

Ecosofía
 Formación y Solidaridad

Hoteles
 Rurales

Librería

"El Susurro del Alma: Caspar David Friedrich y el Arte de la Quietud".

En la celebración del aniversario de Caspar David Friedrich, uno de los pintores más emblemáticos del Romanticismo, en Ecocentro queremos rendir homenaje a su legado artístico y su profunda conexión con el silencio y el Ser. A través de sus obras, Friedrich no solo capturó la esencia de la naturaleza y su inmensidad, sino que también nos invitó a un viaje introspectivo hacia la quietud y la contemplación profunda.

El Romanticismo, movimiento al cual Friedrich contribuyó de manera significativa, enfatizaba la emoción, la imaginación y la búsqueda de lo sublime. El arte era un puente hacia el entendimiento de lo divino, un medio para explorar las profundidades del alma humana y su conexión con el mundo natural.

La Naturaleza como Portal hacia el Silencio Interior

Friedrich, a través de sus paisajes evocadores, establece un diálogo místico entre el espectador y la naturaleza. Sus cuadros, a menudo solitarios y melancólicos, reflejan una búsqueda de silencio y paz interior. En obras como "El caminante sobre el mar de nubes", el personaje se enfrenta a la inmensidad del mundo natural, un momento que trasciende el ruido exterior para sumergirse en un silencio profundo y significativo.

Su obra es un recordatorio de que el silencio no es simplemente la ausencia de sonido, sino una presencia llena de posibilidades. En el silencio de sus paisajes, hay una invitación a conectar con nuestro propio Ser, a reflexionar sobre nuestra existencia, como parte de la creación divina. Su arte nos anima a buscar momentos de quietud, reconociendo que en estos espacios de no-acción reside una profunda sabiduría y autoconocimiento.

En Ecocentro, creemos que la obra de Caspar David Friedrich sigue siendo relevante en nuestra búsqueda contemporánea de significado, paz y conexión. En cada uno de sus cuadros, hay una lección sobre cómo **el silencio y la contemplación de la naturaleza pueden ser caminos hacia una conexión más profunda con nuestro Ser**. Celebramos su genio y su capacidad para mostrarnos que, en el silencio y la soledad, podemos encontrar nuestra voz más auténtica y nuestra conexión más verdadera con el universo.

"Fuera, la conciencia me está señalando lo que he de aprender dentro. No hay contradicción entre lo que está sucediendo y lo que vivo por dentro. La conciencia es una. Todos los aspectos que veo como separados, forman parte de la misma verdad global".

Consuelo Martín, "Vivir por inspiración".

Natalia Sánchez.

Responsable de Comunicación de Ecocentro

ecocentro.es



Clases de Yoga

con JAY

Profesor Titulado, Hatha Yoga:

"The international Sivananda Yoga Vedanta Centre"



Lunes / 20:15-21:15h

Y a partir de enero de 2024:

Martes y jueves / 11:00-12:00h



Ecocentro, sala Ecosofía.



30€ 1 día a la semana

50€ 2 días a la semana

Clase de prueba : 7€

Clase suelta: 15€

Nuevos horarios



ecocentro

bio vegetariano con alma

desde 1993 **30** años



915 535 502
690 334 737



ecocentro:

C/ Esquilache 2-12,
28003 Madrid



www.ecocentro.es
eco@ecocentro.es

LA ACADEMIA DE LA CONSCIENCIA

Cuadernos de La Academia



Emilio Carrillo y Lola Rumi

Nº1 - ENERO 2024

NACER DE NUEVO Y AGENDA 2033:
marco general y prácticas de vida



LA ACADEMIA DE LA CONSCIENCIA

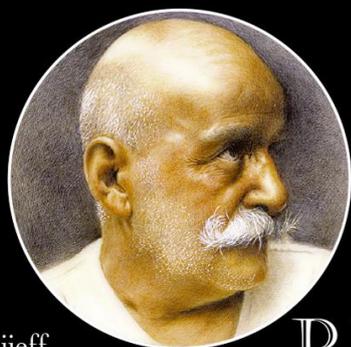
Cuadernos de La Academia



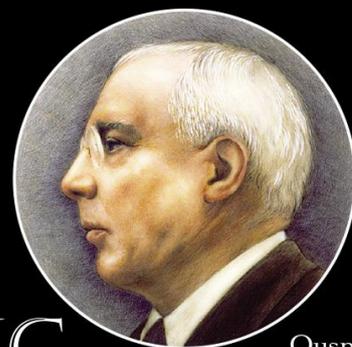
Emilio Carrillo y Lola Rumi

Nº2 - FEBRERO 2024

¿QUÉ NOS ESPERA EN 2024?



Gurdjieff



Ouspensky

REMEMBERING

EL RECUERDO DE SÍ

Una escuela práctica en la tradición
del Cuarto Camino de Gurdjieff y Ouspensky

Centros en todo el mundo
www.livingpresence.com

Se imparten reuniones introductorias regularmente
Para más información: **649 455 330**
mundoseis@gmail.com

Existe un conocimiento antiguo que nos enseña cómo trascendernos y conectarnos con la parte más elevada en nosotros. La Fellowship of Friends es una escuela para el despertar, que proporciona los fundamentos y métodos necesarios para transformar el conocimiento en presencia divina.

“Las escuelas existen solo para aquellos que las necesitan, y saben que las necesitan.”

Ouspensky

© 2012 - Fellowship of Friends

Un sábado al mes en sala ÁGAPE
de 18h a 19:30h



ENCUENTROS gratuitos AUTOCONOCIMIENTO

ecocentro
bio vegetariano con alma
desde 1993 **30** años

investigando juntos

Para seres como tú cuya "existencia" está totalmente orientada hacia el reconocimiento de nuestra insondable naturaleza humana.

Un ambiente abierto y de confianza donde tu participación en los temas propuestos es fundamental.

"En el silencio se abre el infinito y nunca más se vuelven a plantear preguntas sobre la existencia."

Consuelo Martín

- 13 de enero: "Aquello que nunca cambia"
- 03 de febrero: "Constitución trina del Ser Humano"
- 02 de marzo: "Más allá de la persona"
- 06 de abril: "La única relación del Universo"
- 04 de mayo: "El fin de la búsqueda espiritual"

Más Información:

www.hospederiadelsilencio.com
722 532 237

Facilita:

Patrizia Juárez Rojas



Llévatelo:



PLASTIC
FREE

100%
ECOLÓGICOS

SIN ACEITE
DE PALMA

SIN LECITINA
DE SOJA

VIVANI

El arte del chocolate



68% Chocolate negro
Santo Domingo
con menta BIO



92% Chocolate negro
Panamá BIO



Barrita de chocolate negro con
praliné y crocante de avellana



Barrita de chocolate con
leche rellena de caramelo



www.lafinestrasulcielo.es



ecocentro
bio vegetariano con alma
desde 1993 **30** años

Masajes

AYURVEDA

> con JAY

20%

para clientes con
tarjeta descuento

descuento

PADAABHYANGA

Masaje profundo de la parte baja de las piernas y los pies, activando los puntos de acupresión.

Estimula el retorno linfático y mejora la circulación. Induce al sueño profundo.

24€

35min | ~~30€~~

SHIRO ABHYANGA

Masaje hindú realizado en la cabeza, cuello y hombros.

Alivia la tensión mental, muscular y la ansiedad, revitaliza la mente y mejora la concentración.

24€

35 min | ~~30€~~

ABHYANGA

Masaje suave de todo el cuerpo con aceites herbales templados que armoniza cuerpo, mente y espíritu.

Depurativo, refuerza el sistema inmunológico, aumenta la vitalidad, elimina el estrés, mejora la claridad mental y relaja los músculos.

40€

55min | ~~50€~~



915 535 502
690 334 737



ecocentro:
C/ Esquilache 2-12,
28003 Madrid



www.ecocentro.es
eco@ecocentro.es

¿TEMPE?

EL IMPRESCINDIBLE EN TU NEVERA



Guisante



4 granos



Soja



Garbanzos





ecocentro

bio vegetariano con alma

CONSULTAS

CO.124. Consulta Tarot

Por Mariam Mínguez Martín.

Info y Reservas: 690 742 609

CO.145. Jornada de Lecturas de Registros Akáshicos

La lectura de Registros Akáshicos es una técnica que permite ver en el libro de la vida o en los Registros Akáshicos de la persona que desea utilizar este tipo de herramienta, con la intención de sanar traumas, conflictos o comprender su vida actual para poder seguir adelante con más sabiduría. En estas sesiones, pasado (pueden ser otras vidas), presente o futuro convergen para orientar a la persona. Es un sistema terapéutico de acceso rápido al fondo del problema. Muy efectivo en bloqueos y conductas repetitivas.

Todos los jueves Sala Orión en horario de mañana y tarde.

Por M^a José Trillo. Psicoterapeuta y Maestra de Registros Akáshicos certificada por Akashic Record Consultants International.

Info y Reservas: 696 078 626 / mjtrillo@cop.es / www.mariajosetrillo.com

CO.157.-Masaje y Sanación Reconectiva.

Acreditada por el Dr. Eric Pearl.

Info y Reservas: Esther Tellado. Tf. 677.707.600

CO.256.-Consulta Naturopatía. Manuel Frutos y Virginia Linares.

Tarifa:

-80e, primera consulta.

-65e, segunda consulta y resto.

Próximas consultas: Fechas por concretar.

Se abona en la tienda.

1- Naturopatía basada en la medicina china de los 5 elementos, tratando cualquier tipo de dolencias y de cánceres, ya que no hay enfermedades sino dolencias.

2- ASTROMEDICINA, trabajamos con la fecha de nacimiento y las tendencias por ello orgánicas de nacer en esa fecha yendo al origen del proceso de enfermedad .

3- IRIDOLOGIA

4- Especialistas en Sales de Shuessler

5- Ajustes NEUROLOGICOS para solucionar dolencias en el físico y musculares y Oseas.

6- Fitoterapia. Flores de bach , Oligoterapia . Homeópatas.

7- Tratamiento en el físico. Mental y emocional

8- Dietas por el grupo sanguíneo

9- Macrobiótica

10- TRATAMIENTO PARA DEPORTISTAS PARA ALTO RENDIMIENTO

11- Tratamientos de fertilidad para quedarse embarazada y cuidados posteriores del bebé.

12- tratamiento en conflictos de parejas y sus problemas de relación.

Info y Reservas: 915 Ágape5 502- 690 334 737 para reservas y eco@ecocentro.es

CO.221. Acupuntura, Homeopatía y Terapias Energéticas

Doctor Jesús Valverde, Licenciado en Medicina y Cirugía. 20% de descuento en todas las terapias para Clientes con Tarjeta Ecocentro.

Info y reservas: 620-960-086 / 915-431-700 / jesusvalverdemedico@gmail.com

CO.298. Consulta. Sesión de acompañamiento, Isabel Ginés.

Info y Reservas: 654 843 227 isabelgines22@gmail.com

CO.300. Consulta. Consulta de Hipnosis con Eduardo Manchón

Info y Reservas: 665 877 626 / edmanchon@gmail.com / www.hdehipnosis.es

CO.3Orión. Consulta. Medicina por la verdad con Natalia Prego

Info y Reservas: 692 948 272 / natalia.prego@hotmail.com

CO.303. Consulta. Bio Medicina ortomolecular con José Colastra

Info y Reservas: 620 045 458 / josecolastra@hotmail.com / www.josecolastra.com

AGRICULTURA ECOLÓGICA

GUMENDI



alimentación ecológica desde 1992

www.gumendi.es



#BIOZUMERS 

nuestros zumos 100% naturales



APOKALIPSIS

REVELACION

9 y 10 marzo 2024
Torremolinos

DRA. MARILYN ROSSNER
DRA. CRISTINA MARTÍN JIMÉNEZ
ENRIQUE DE VICENTE
ALDO LINARES
DRA. LUJÁN COMAS
ALFREDO TUCCI
DR. LUIS DE RIVERA
ANA FRANCISCA GARCÍA TRELLES PH.D
DRA. LOLA APARICIO
ANDRÉS OLIVARES
LARA HERNÁNDEZ
JOANNA POWELL
AISHWARYA NAMBIAR

FORO ACCE
INTERNACIONAL



INFO Y RESERVAS - WWW.FOROACCE.COM - 684450437 (WHATSAPP)

BIO

SoriaNatural®
EFICACIA Y CALIDAD



¡Crujientes y llenas de sabor!

- Para picar entre horas sin preocupaciones
- Como base para tus canapés
- Sustituyendo al pan

¡Crujientes y llenas de sabor!

- Veganas
- Sin levaduras
- Fuente de fibra
- Bajo contenido de grasa
- Bajo contenido de azúcar

DESCUBRE TODAS LAS VARIEDADES



www.sorianatural.es

ES-ECO-033-CL
ES-ECO-033-CL
Agricultura UE/ino UE





ecocentro
Bio-vegetariano con alma

Próximo
Taller

Cristina Durán

“Claves para ser más productivo,
leer más rápido y vivir con menos estrés
a través del Mindfulness”



Sistema MindPower

Entradas:

Presencial: 25€

Online: 10€

Fecha: 17 de febrero

Horario: 17:30 a 19:30h

Sala Ecosofía

c/Esquilache 4

Madrid

Compra de entradas y más
información en

www.ecocentro.es



645 75 79 75



cristina.duran@mindpower.es

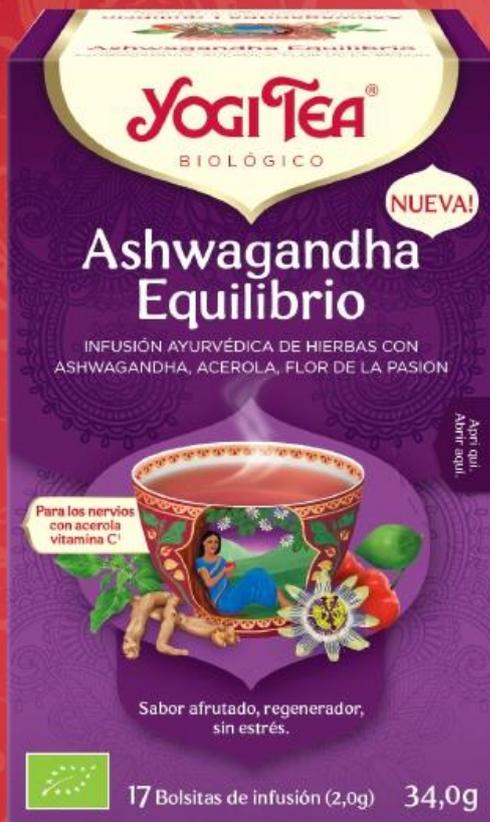


[@cristinaduran_mindpower](https://www.instagram.com/cristinaduran_mindpower)



¡NOVEDADES!

YOGI TEA®
BIOLÓGICO



Ashwagandha Equilibrio

Deliciosa mezcla de ashwagandha, flor de la pasión y acerola. La infusión para quienes buscan tranquilidad y confort.

Concentración

Deliciosa infusión de ginseng, eucalipto y menta fresca. La infusión para quienes necesitan hacer una pausa y reiniciar la mente.

FEBRERO-24

Sábado, 3 de febrero de 2024

Sala Ágape

-18:30. CG.894. Encuentros mensuales gratuitos-Investigando Juntos – “Constitución trina del Ser Humano”
Info: 722 532 237/ pj@ecocentro.es / www.masalladelapersona.com

Lunes, 5 de febrero de 2024

Sala Orión

-20:00. E.834. Conferencia Gratuita. 1º meditación “Meditación Cuántica.”. Ofrecido por ADASEC.

Meditación: Dirigiendo los afectos. ADASEC net.

Info y Reservas: 683 407 410/ gonzalez60@hotmail.es / <https://adasec.net/ong/>

Lunes, 12 de febrero de 2024

Sala Orión

-20:00. E.834. Conferencia Gratuita. 2ª meditando ” en la respiración activa” Ofrecido por ADASEC.

Meditación: Dirigiendo los afectos. ADASEC net.

Info y Reservas:683407410/gonzalez60@hotmail.es/https://adasec.net/ong/

Martes, 13 de febrero de 2024

Sala Ágape

-19:15. CG.134. Conferencia Gratuita. Registros Akásicos una potente Herramienta para los padres.

Imparte: Mª José Trillo. Psicoterapeuta y Maestra de Registros Akáshicos certificada por Akashic Record Consultants International.

Info y Reservas: 696 078 626/ mjtrillo@cop.es / www.mariajosetrillo.com

Miércoles, 14 de febrero de 2024

Sala Ágape

-18:00. T.246. Conferencia Gratuita. Charla: ENFERMEDADES DE LOS MISTICOS(I).

Introducción al estudio de la Enseñanza Jerárquica en Alice Anne Bailey.

Info y Reservas://

Martes, 20 de febrero de 2024

Sala Ágape

-19:15. CG.134. Conferencia Gratuita. Registros Akásicos una potente Herramienta para los padres.

Imparte: Mª José Trillo. Psicoterapeuta y Maestra de Registros Akáshicos certificada por Akashic Record Consultants International.

Info y Reservas: 696 078 626/ mjtrillo@cop.es / www.mariajosetrillo.com

Viernes, 23 de febrero de 2024

Sala Ágape

-18:30. CG.897. Conferencia Gratuita. La Espagiria: Alquimia y Medicina

Info y Reservas: 651 752 422/ eloy.alquimiayterapia@gmail.com

Sábado, 24 de febrero de 2024

Sala Ágape

-10:30. T.246. Conferencia Gratuita. Charla: MEDITACIONES DE PLENILUNIO DE PISCIS.

Introducción al estudio de la Enseñanza Jerárquica en Alice Anne Bailey.

Info y Reservas://



ecocentro

bio vegetariano con alma

Lunes, 26 de febrero de 2024

Sala Orión

-20:00. E.834. Conferencia Gratuita. 5ºmeditación "oír con el corazón". Ofrecido por ADASEC.

Meditación: Dirigiendo los afectos. ADASEC net.

Info y Reservas: 683 407 410/ gonzalez60@hotmail.es / <https://adasec.net/ong>

Martes, 27 de febrero de 2024

Sala Ágape

-19:15. CG.134. Conferencia Gratuita. Registros Akásicos una potente Herramienta para los padres .

Imparte: Mª José Trillo. Psicoterapeuta y Maestra de Registros Akáshicos certificada por Akashic Record Consultants International.

Info y Reservas: 696 078 626/ mjtrillo@cop.es / www.mariajosetrillo.com

MARZO-24

Sábado, 2 de marzo de 2024

Sala Ágape

-18:00. CG.894. Conferencia Gratuita. El fin de la búsqueda espiritual.

Info y Reservas:722532237/ pj@ecocentro.es

Lunes, 4 de marzo de 2024

Sala Orión

-20:00. E.834. Conferencia Gratuita. 6ºmeditación "en la luz interior". Ofrecido por ADASEC.

Meditación: Dirigiendo los afectos. ADASEC net.

Info y Reservas: 683 407 410/ gonzalez60@hotmail.es / <https://adasec.net/ong>

Lunes, 11 de marzo de 2024

Sala Orión

-20:00. E.834. Conferencia Gratuita. 7ºmeditación "el aprendizaje". Ofrecido por ADASEC.

Meditación: Dirigiendo los afectos. ADASEC net.

Info y Reservas: 683 407 410/ gonzalez60@hotmail.es / <https://adasec.net/ong>

Miércoles, 13 de marzo de 2024

Sala Ágape

-18:00. T.246. Conferencia Gratuita. Charla: ARIES EN EL LIBRO ASTROLOGIA ESOTÉRICA de AAB"

Introducción al estudio de la Enseñanza Jerárquica en Alice Anne Bailey.

Info y Reservas://

Lunes, 18 de marzo de 2024

Sala Orión

-20:00. E.834. Conferencia Gratuita. 8º meditación "buenas y mejores vibraciones". Ofrecido por ADASEC.

Meditación: Dirigiendo los afectos. ADASEC net.

Info y Reservas:683 407 410/ gonzalez60@hotmail.es / <https://adasec.net/ong>

Domingo, 24 de marzo de 2024

Sala Ágape

-10:30. T.246. Conferencia Gratuita. Charla: ARIES EN EL LIBRO ASTROLOGIA ESOTÉRICA de AAB"

Introducción al estudio de la Enseñanza Jerárquica en Alice Anne Bailey.

Info y Reservas://



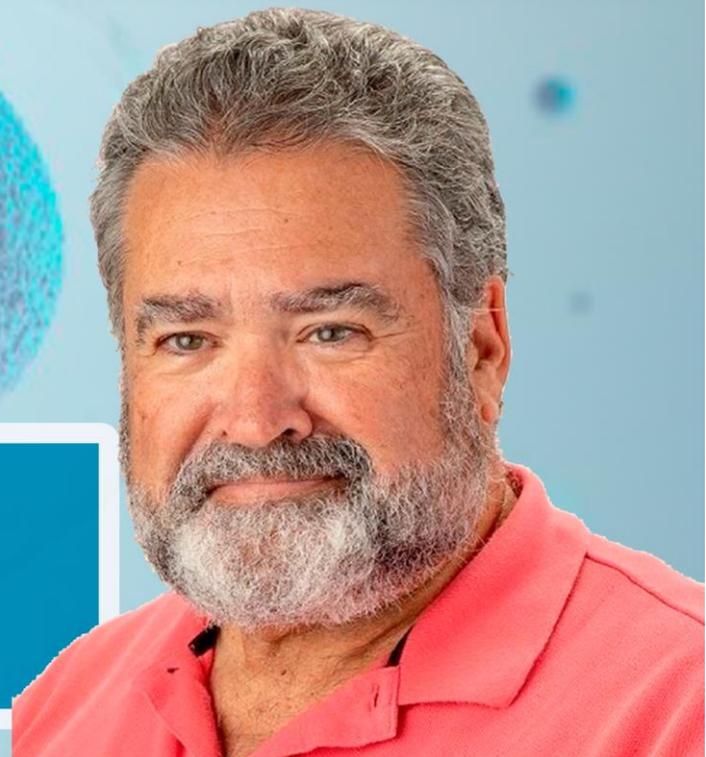
ecocentro
Bio-vegetariano con alma

Consulta de Nutrición Celular y Medicina del Alma con Dr. José Colastra

Mi consulta consiste en la realización de un escáner con la ultrasensible Cámara BioWell, la cual me permite obtener una información muy valiosa y precisa acerca de la homeostasis bioenergética de mis consultantes.

El escáner se realiza por medio de la captura (fotografías digitales) de las imágenes de la energía sutil (fotones) emitidas por las yemas de los dedos de las manos, las cuales tras su análisis en el ordenador con un potente y sofisticado software, me permiten proporcionar al consultante, un exhaustivo informe de 14 páginas con los resultados de dicho escáner, y también, y lo que es más importante..., la elaboración de un Programa de Tratamiento Personalizado, con las recomendaciones más adecuadas de Nutrición Celular y Medicina del Alma, para promover una sustancial mejora de la homeostasis bioenergética del interesado, y que este pueda alcanzar con ello un estado de salud más holístico y satisfactorio”

*Haz tu
consulta*



Contacto



www.josecolastra.com



josecolastra@hotmail.com



+52 55 7894 0342



ecocentro

bio vegetariano con alma

CLASES

C.124. Escuela de Música con Corazón

De lunes a jueves, consultar cursos y horarios en www.musicaconcorazon.com - Sala Ecosofía.

De Septiembre a Junio.

Más información: 644 415 452

info@musicaconcorazon.com www.musicaconcorazon.com

C.125. Pilates. Kanoko Tamura.

Pilates es una técnica de acondicionamiento físico que busca una relación inteligente con nuestro propio cuerpo. Usando el centro del cuerpo (core) como punto de partida buscamos un entrenamiento integral del cuerpo. Imparte: Kanoko Tamura.

Miércoles y Viernes 10:30-11:30- Sala Ecosofía.

Más información: 653 902 253 hellopilates@live.com www.hellopilates.net

C.164. Clases de Idioma Farsi. Centro Persépolis.

Lunes 18:00/ Martes 15:30- Sala Orión.

Más información: 610 300 881

persepolis@centropersepolis.com

C.192. Clases. Clase de HATHA YOGA Yoga Jay

Lunes, 20:15- Sala Ecosofía

Martes y Jueves 11:00 - Sala Ecosofía

Info y Reservas: 915 535 502/ eco@ecocentro.es / <https://ecocentro.es/producto/clases-de-yoga-con-jay/>

C.157. Clases. Aula de música con corazón, con Marisa Pérez. MCC.

Info y Reservas: 644 415 452/ info@musicaconcorazon.com/www.musicaconcorazon.com

¡NUEVA!

AGRICULTURA BIOLÓGICA
Biocop
desde 1975

Descubre la nueva
GALLETA DE ESPELTA
CON CHIPS DE CHOCOLATE Y NARANJA

¡Disfruta de un nuevo sabor!
El toque cítrico de la naranja
y el irresistible sabor del
chocolate en un solo bocado.
Naranja y chocolate,
¡la combinación perfecta!

biocop.es



ecocentro

bio vegetariano con alma

TALLERES

FEBRERO-24

Viernes, 9 de febrero de 2024

Sala Ecosofía

-17:00. T.638. Taller. Encuentros Conscientes. Samantha Catala y Luna Roca.

https://www.instagram.com/woman_closer/

Info y Reservas:691 653 959/ samantha.catala@gmail.com

Sábado, 10 de febrero de 2024

Sala Ecosofía

-16:00. E.296. Taller. El transhumanismo, su Contenido e implicaciones y su superación consciente. con Emilio Carrillo;

Info y Reservas: 689 127 494/ <http://laacademiadelaconsciencia.es/seminarios>

Jueves 15 de febrero de 2024

Sala Ágape

-18:00. T.655. Taller. TALLER: Iniciación a la meditación Sahaja.

La meditación de Sahaja Yoga, desarrollada por Shri Mataji Nirmala Devi, activa la energía Kundalini, que sube espontáneamente hasta nuestro cerebro, facilitando alcanzar el estado de silencio mental, lo que nos permitirá llegar a ser conscientes de nuestro verdadero Ser. Ven y experimentalo.a.

Info y Reservas: 691 017 600/ jsuerop@yahoo.es

Viernes, 16 de febrero de 2024

Sala Ecosofía

-17:00. T.651. Taller. Respiración Energética grupal. Rebirthing grupal. Con David Gómez.-

CONDICIONADA.- A DISPOSICION. DE ALUMNOS.-Rebirthing

Info y Reservas:696 482 655 / dgomez@e-coaching.es/www.e-coaching.es

Sábado, 17 de febrero de 2024

Sala Orión

-10:00. T.678. Taller. Geobiología: Estudios y formaciones en Geobiología científica .Christophe Lainé

GEOBALEARES /Christophe Lainé

Info y Reservas:628 374 365/ geobaleares@gmail.com / WWW.GEOBIOS.COM

Domingo, 18 de febrero de 2024

Sala Orión

-10:00. T.678. Taller. Geobiología: Estudios y formaciones en Geobiología científica .Christophe Lainé

GEOBALEARES / Christophe Lainé

Info y Reservas:628 374365/ geobaleares@gmail.com / WWW.GEOBIOS.COM

Viernes, 23 de febrero de 2024

Sala Ecosofía

-17:00. T.681. Taller. Reconociéndome. con Patricia Barrio

Info y Reservas:637 757 866/ patyplus5@hotmail.com / www.patriciabarro.com

Sábado, 24 de febrero de 2024

Sala Ecosofía

-10:00. T.667. Taller. La vía sin Cabeza. Richard Lang

Info y Reservas: 620 957 792 / juanperezdealbeniz@gmail.com

Domingo, 25 de febrero de 2024

Sala Ecosofía

-10:00. T.667. Taller. La vía sin Cabeza. Richard Lang

Info y Reservas:620 957 792 juanperezdealbeniz@gmail.com



ecocentro

bio vegetariano con alma

Vale Regalo
para el Bio-Bufé.



**Vale regalo del 10% del total del ticket de tu compra en la tienda, para usar en el bio-bufé.
Por ejemplo, si haces una compra de 10€, conseguirás un descuento de 1€.**

FEBRERO-24

Sábado, 3 de febrero de 2024

Sala Ecosofía

-10:00. S.134. Seminario. Taller de Registros Akáshicos Nivel 1 (ARCI)

La lectura de Registros Akáshicos es una técnica que permite ver en el libro de la vida o en los Registros Akáshicos de la persona que desea utilizar este tipo de herramienta, con la intención de sanar traumas, conflictos o comprender su vida actual para poder seguir adelante con más sabiduría. En estas sesiones, pasado (pueden ser otras vidas), presente o futuro convergen para orientar a la persona. Es un sistema terapéutico de acceso rápido al fondo del problema. Muy efectivo en bloqueos y conductas repetitivas. Imparte: M^a José Trillo.

Psicoterapeuta y Maestra de Registros Akáshicos certificada por Akashic Record Consultants International .

Info y Reservas: 696 078 626 / mjtrillo@cop.es / www.mariajosetrillo.com

Domingo, 4 de febrero de 2024

Sala Ecosofía

-10:00. S.134. Seminario. Taller de Registros Akáshicos Nivel 1 (ARCI)

La lectura de Registros Akáshicos es una técnica que permite ver en el libro de la vida o en los Registros Akáshicos de la persona que desea utilizar este tipo de herramienta, con la intención de sanar traumas, conflictos o comprender su vida actual para poder seguir adelante con más sabiduría. En estas sesiones, pasado (pueden ser otras vidas), presente o futuro convergen para orientar a la persona. Es un sistema terapéutico de acceso rápido al fondo del problema. Muy efectivo en bloqueos y conductas repetitivas. Imparte: M^a José Trillo.

Psicoterapeuta y Maestra de Registros Akáshicos certificada por Akashic Record Consultants International .

Info y Reservas: 696 078 626 / mjtrillo@cop.es / www.mariajosetrillo.com

Jueves, 15 de febrero de 2024

Sala Ágape

-14:00. S.819. Seminario. Comida Consciente.- dirige: Ameluna

Info y Reservas: 638 305 406 ekleoyai@gmail.com

La Hospedería del Silencio



ecocentro
bio vegetariano con alma
desde 1993 **30** años



*Comarca de la Vera
Sierra de Gredos*

VACACIONES CON SOSIEGO Y BELLEZA

Cabaña para 2p, desde 84e/n

Cabaña para 4p, suplemento 40e/n

Estancia mínima: 2n

Opción desayuno: 8e/d por persona

A 2h de Madrid y 3,5h de Sevilla

Cabañas confortables y equipadas

Vistas únicas, gargantas y entorno espectaculares



650 484 928



La Hospedería del Silencio
Paseo de las Cañadas S/N,
10493 Robledillo de la Vera,
Cáceres



www.hospederiadelsilenico.com



hpd@ecocentro.es

Seminario

COSMIC TOP SECRET:

Revelación y manipulación

Naves recuperadas, el secreto mejor guardado.
Más allá de los OVNIS: los poderosos motivos y estructura organizativa de la mayor conspiración de la historia.

con

Enrique de Vicente

FECHA:

Sábado 6 de abril

Horario:

Sesión de mañana:

de 11 a 14h

Sesión de tarde:

de 17 a 21h

Precios Promocionales

ENTRADAS:

Presencial y online

en **ecocentro.es**

Mañana: 20€

Tarde: 25€

Jornada completa: 40€

Online: 20€ Diferido*

Enrique de Vicente:

Investigador.

Fundó y dirigió durante 26 años de la revista internacional "Año Cero". Es presidente de la Sociedad Española de Parapsicología, youtuber y comentarista en los programas de tv "Cuarto Milenio" y "Horizonte"



*precios promocionales para compras realizadas hasta al 29/02/2024



ecocentro

bio vegetariano con alma

FEBRERO-24

Sábado, 17 de febrero de 2024

Sala Ecosofía

- 9:00. E.373. Evento. Jornadas de Conciencia Conciencia. Coord. Gastón.- Fidel Delgado

Imparte: Fidel Delgado. Titiripeuta. autor de varios libros. Entre ellos: "Saber cuidarse para poder cuidar"; "Lucidez aplicada al vivir" etc.

<https://www.fideldelgado.com.es/eventos.html>. Coordina:Gastón Bacchiani: Tf: 623100040; gaston@revistalqf.com.

Gastón Bacchiani: Tf: 623100040; gaston@revistalqf.com

Info y Reservas:623100040/gaston@revistasqf.com/www.concienciaconciencia.com

Domingo, 18 de febrero de 2024

Sala Ecosofía

- 9:00. E.373. Evento. Jornadas de Conciencia Conciencia. Coord. Gastón.- Con Paz Calap.

Imparte: Fidel Delgado. Titiripeuta. autor de varios libros. Entre ellos: "Saber cuidarse para poder cuidar"; "Lucidez aplicada al vivir" etc.

<https://www.fideldelgado.com.es/eventos.html>.

Coordina: Gastón Bacchiani: Tf: 623 100 040; gaston@revistalqf.com

Info y Reservas:/ 623 100 040/ gaston@revistasqf.com / www.concienciaconciencia.com

Lunes, 26 de febrero de 2024

Sala Ágape

-21:00. E.260. Evento. Cena benéfica: Asociación Manabí. Con espectáculo en directo.

Info y Reservas:690 334 737/eco@ecocentro.es/www.ecocentro.es

Solicita tu
TARJETA JOVEN.



Tarjeta de Cliente
EcoCentro

Descuentos exclusivos

La Hospedería del Silencio



El lugar perfecto para hacer tus talleres

Desde La Hospedería del Silencio seguimos trabajando con nuevos planes y proyectos para fomentar el desarrollo personal, la expansión de la consciencia y el respeto hacia los demás y el entorno.

Estamos organizando la agenda de este año y nos encantaría contar contigo en nuestro calendario de actividades.

Ecocentro te ofrece una amplia difusión para tus talleres: a través de la web de La Hospedería y de Ecocentro; boletín digital compartido, carteles en los tabloneros de anuncios de Ecocentro y Agenda digital mensual y descuento en contratación de publicidad adicional.

También, posibilidad de impartir una conferencia gratuita en Ecocentro sobre el contenido del retiro o taller en la Hospedería.

Contacta con nosotros para consultar fechas disponibles y reservar espacio



ecocentro

**La Hospedería
del Silencio**

Información: Sofía Delgado

✉ sd@ecocentro.es

☎ 650 484 928 📞

📍 La Hospedería del Silencio
Paseo de las Cañadas S/N, 10493
Robledillo de la Vera, Cáceres

🌐 www.hospederiadelsilenico.com





ecocentro

bio vegetariano con alma

EVENTOS GRATUITOS

FEBRERO-24

Domingo, 4 de febrero de 2024

Sala Agape

-18:00. EG.191. Evento Gratuito. Proyeccion del documental INVISIBLES"

Info y Reservas:665760907/fedebecattini@yahoo.es/

Martes, 13 de febrero de 2024

Sala Ecosofía

-20:16. EG.166. Evento Gratuito. Reset colectivo. Equipo Suzanne Powell.

Info y Reservas:649028505/pmzapico@gmail.com/

Sala Orión

Taller gratuito "EN BUSCA DE LA FELICIDAD PERDIDA"

En todo momento todos buscamos, de una u otra manera, alcanzar la felicidad ¿Es posible? ¿De quién o de qué depende?

En este Taller, a través de diálogos, ejercicios prácticos, audiciones de música inspirada, meditaciones, etc, investigaremos cómo vivir más satisfactoriamente nuestras relaciones con los demás y, lo que es más importante, con nosotros mismos; cómo superar los obstáculos a tu crecimiento natural y así vivir de forma plena y positiva tu día a día. En definitiva, cómo avanzar decididamente hacia el sentimiento real de Plenitud y Felicidad al buscar dentro de uno mismo lo que inútilmente estábamos buscando en el exterior. Sesiones quincenales. Los martes de 19:30 a 20:45 Inicio el 26 de septiembre de 2023

Acompaña Antonio Romero (Empresario y formador de directivos. Meditador desde hace años con la guía de varios maestros espirituales)

Info y Reservas:/ enbuscadela felicidaduna@gmail.com

Domingo, 18 de febrero de 2024

Sala Ágape

-18:30. EG.192. Evento Gratuito. Presentación del libro " AMORDAZADAS". de Jaqui Ziele

Info y Reservas:609645272/vusaola@gmail.com/

Martes, 27 de febrero de 2024

-19:30 EG.182. Evento Gratuito. En búsqueda de la felicidad perdida. Antonio Romero.

Taller gratuito "EN BUSCA DE LA FELICIDAD PERDIDA"

En todo momento todos buscamos, de una u otra manera, alcanzar la felicidad ¿Es posible? ¿De quién o de qué depende?

En este Taller, a través de diálogos, ejercicios prácticos, audiciones de música inspirada, meditaciones, etc, investigaremos cómo vivir más satisfactoriamente nuestras relaciones con los demás y, lo que es más importante, con nosotros mismos; cómo superar los obstáculos a tu crecimiento natural y así vivir de forma plena y positiva tu día a día. En definitiva, cómo avanzar decididamente hacia el sentimiento real de Plenitud y Felicidad al buscar dentro de uno mismo lo que inútilmente estábamos buscando en el exterior. Sesiones quincenales. Los martes de 19:30 a 20:45 Inicio el 26 de septiembre de 2023

Acompaña Antonio Romero (Empresario y formador de directivos. Meditador desde hace años con la guía de varios maestros espirituales)

Info y Reservas:/ enbuscadela felicidaduna@gmail.com

Promociones y eventos en nuestras tiendas

MARTES 5 DE MARZO
A LAS 18:00H
TALLER GRATUITO

E L E V E N

OBI

Reserva

Tu plaza

GLOW & GO

TALLER ESPECIAL

Descuento

10 %

*Junior para llevar
sin azúcar añadido*



en febrero
Tienda digital y física

Seminarios Residenciales

La Academia de la Consciencia



ecocentro

bio vegetariano con alma

DESDE 1993 **30**

Abril 2024

*Emilio Carrillo
y Lola Rumi*

Viernes 26 al domingo 28 de abril.

La Sabiduría de Jesús de Nazaret:
Significado de su dimensión crística y sus enseñanzas
para la práctica de vida individual y el camino

Aportación

Por persona con pensión completa con menú bio-vegetariano.

- 240€ | En habitación o cabaña compartida.
- +30€ | Suplemento por habitación individual 2 estrellas. *
- +60€ | Suplemento por cada día adicional de estancia con pensión completa.

Reserva tu plaza con el pago de 100€ aquí: hospederiadelsilencio.com

La plaza sólo queda confirmada con el pago de la reserva.

El resto en efectivo al inicio del retiro.

La habitación individual se confirma posteriormente según disponibilidad.

Contacto

La Hospedería del Silencio.
Sierra Sur de Gredos.
Robledillo de la Vera, Cáceres.

lac@ecocentro.es
915 535 502 / 650 484 928
+ Info: laacademiadelaconsciencia.es



ecocentro

bio vegetariano con alma

desde 1993

30
años

SALAS

**TARIFA DE ALQUILER PARA
EVENTOS Y ACTIVIDADES**

Ecosofía

Grande
80 personas

340€

200€

150€

85€

120€

Orión

Pequeña
15 personas

270€

165€

130€

65€

75€

Fin de semana completo
Sábado o Domingo
Día completo de lunes a viernes
Mañanas de lunes a viernes
Tardes de lunes a viernes

Precio por hora disponible de lunes a viernes desde las 18h:

50€

45€

35€

35€

30€

25€

1 hora

2 horas

+ de 2 horas

Bonos. Alquiler para consultas privadas por horas:

90€

120€

135€

Bono de 4 sesiones de 1h. Validez 4 meses.

Bono de 6 sesiones de 1h. Validez 6 meses.

Bono de 10 sesiones de 1h. Validez 8 meses.

Si deseas impartir seminarios, clases, consultas, realizar celebraciones privadas, eventos públicos, de empresa o si tienes algo que compartir, podrás hacerlo en nuestras salas, cómodas y espaciales, con material técnico (pizarra, proyector, sistema de sonido, etc.)

Agape

Mediana
30 personas

50€

1 hora

Disponible todos los días de 18h a 21h.

Consulta disponibilidad en otros horarios.

**IVA no incluido en los precios.
Anulación con 15 días de antelación, en
caso contrario no se devuelve la señal.**



915 535 502
690 334 737



ecocentro:
C/ Esquilache 2-12,
28003 Madrid



www.ecocentro.es



mj@ecocentro.es



ecocentro
bio vegetariano con alma

Encuentro La Revolución de la Consciencia frente al Nuevo Orden Mundial

CON

Emilio Carrillo y Enrique de Vicente

SÁBADO 16 DE NOVIEMBRE 2024



Programa: Sesión mañana

10:30h: Presentación

10:45h: Enrique de Vicente

Raíces ocultas del Nuevo Orden Mundial:

El evolutivamente necesario avance hacia la unidad planetaria y su manipulación por las fuerzas oscuras.

11:45h: Emilio Carrillo

Plan de acción de la élite tras la Cumbre del Futuro y próximos shocks y crisis globales:

El mapa-guía hacia el nuevo orden mundial y el uso de grandes eventos distópicos, de pandemias a guerras.

12:45h: Descanso

13:00h: Mesa Redonda

Emilio Carrillo y Enrique de Vicente

14:00h: Cierre

Sesión tarde

17:30h: Presentación

17:45h: Enrique de Vicente

El Fin de los Tiempos y el ascenso al Quinto Reino:

Profecías y revelaciones espirituales sobre nuestro tiempo.

18:45h: Emilio Carrillo

Implantes que te han insertado para que aceptes lo que viene: conócelos y elimínalos.

Prácticas de vida para que la convivencia con el sistema no sea connivencia.

19:45h: Descanso

20:00h: Mesa Redonda

Emilio Carrillo y Enrique de Vicente

21:00h: Cierre

ENTRADAS

Presencial y online
www.ecocentro.es

20€ Sesión mañana

20€ Sesión tarde

30€ Día completo

20€ Online el día y diferido

Emilio Carrillo:

Escritor y conferenciante centrado en la expansión de la consciencia y Directos de la Academia de la Consciencia y del Proyecto de Investigación Consciencia y Sociedad Distópica

Enrique de Vicente:

Periodista e investigador. Fundó y dirigió durante 26 años la revista "Año Cero". Es presidente de la Sociedad Española de Parapsicología, youtuber y comentarista en los programas de tv "Cuarto Milenio" y "Horizonte"

☎ 915 535 502
☎ 690 334 737



Colegio Calasancio
c/Conde Peñalver, 51
28006, Madrid



www.ecocentro.es



eg@ecocentro.es

Supermercado ecológico

Cosmética Natural
Certificada



Alimentación
bio vegetariana



Fruta y verdura
ecológica



Herbolario



Bazar,
comercio justo



La Hospedería del Silencio se creó a partir de la necesidad de muchas personas de encontrar un lugar en el que poder pasar un retiro en la naturaleza, teniendo en cuenta el respeto hacia los demás y hacia el entorno.

Hotel rural ubicado en una loma solitaria de la Sierra de Gredos (norte de Cáceres) a dos horas de Madrid, en una zona privilegiada, con naturaleza virgen, frondosos bosques, gargantas de abundantes aguas cristalinas y un micro-clima especialmente benigno.

La finca hotel rural se creó a partir de la necesidad de muchas personas de encontrar un lugar en el que poder pasar un retiro en la naturaleza, teniendo en cuenta el respeto hacia los demás y hacia el entorno.

La finca cuenta con capacidad para albergar hasta 80 personas en cabañas rústicas de una o dos habitaciones (individuales o dobles) con baño, cocina, salón-comedor, terraza y jardín. También dispone de comedor bio-vegetariano, sala de actividades y piscina.

Enmarcada en un enclave privilegiado, La finca hotel rural ofrece a familias o grupos de amigos alojamientos independientes, para que puedas descansar y disfrutar de la naturaleza con un montón de actividades disponibles al aire libre.

Nuestro hotel rural te ofrece excelentes vistas, dispone de jardín y aparcamiento individual, formando un conjunto rural incomparable.

Está diseñada con un exterior tradicional y un interior amplio y agradable, fabricado con materiales rústicos y dotada de todas las comodidades posibles.

¡Disfruta de una estancia relajada en un marco incomparable y alejado del estrés de la ciudad!

INFORMACIÓN DE RETIROS. [PINCHA AQUÍ](#)





ecocentro

bio vegetariano con alma

H.01.- Retiro de Silencio con Daniela Schifferstein.

H.02.- Retiro de Contemplación en Enero. Escuela Kaivalya.

H.03.- Retiro de Meditación: Retiro de Meditación: Encuentra el propósito de tu vida..

H.04.- Retiro Medicina del alma Siente y Sana tu Cuerpo Emocional. Con José Colastra.

H.05.- Retiro Duna. Con Alberto Fraile y Andrea Rodríguez..

H.06.- Retiro La existencia humana, la vida y el universo: sus orígenes, su razón de ser y su evolución según la ciencia y la espiritualidad .Con Emilio Carrillo.

H.07.- Retiro. Presencia en las relaciones. Con Dora Gil.

H.08.- Retiro de Yoga, Mindfulness y Senderismo en la Sierra de Gredos. Con Paloma Gil

H.09.- Retiro para el Autoconocimiento. Con Patrizia Juárez.

H.10.- Retiro: El alma del yoga. Con Jorge Santos.

H.01.- Retiro de Silencio con Daniela Schifferstein.

Fechas: del j01 al d04feb.

Info y reserva: info@essential-healing.org

H.02.- Retiro de Contemplación en Enero. Escuela Kaivalya.

Fechas: del j08feb al 112feb

Info y reserva: 689 12 74 94 eck@ecocentro.es

H.03.- Retiro de Meditación: Retiro de Meditación: Encuentra el propósito de tu vida..

Fechas: del v9feb al d11feb.

Info y reserva: 616 031 529 gh@ecocentro.es

H.04.- Retiro Medicina del alma Siente y Sana tu Cuerpo Emocional. Con José Colastra.

Fechas: del v16feb al d18feb.

Info y reserva: 650 484 928 hpd@ecocentro.es

H.05.- Retiro Duna. Con Alberto Fraile y Andrea Rodríguez..

Fechas: del v16feb al d18feb.

Info y reserva: hisoultribe@gmail.com o 604 21 55 47 (Alberto)

H.06.- Retiro La existencia humana, la vida y el universo: sus orígenes, su razón de ser y su evolución según la ciencia y la espiritualidad .Con Emilio Carrillo.

Fechas: del v23feb al d25feb

Info y reserva: 650 484 928 hpd@ecocentro.es

H.07.- Retiro. Presencia en las relaciones. Con Dora Gil.

Fechas: del v01mar al d03mar

Info y reserva: 646 804 379 doragil.com@gmail.com

H.08.- Retiro de Yoga, Mindfulness y Senderismo en la Sierra de Gredos. Con Paloma Gil

Fechas: del v01mar al d03mar

Info y reserva: 630 068 505 paloma@youryogatrainner.com

H.09.- Retiro para el Autoconocimiento. Con Patrizia Juárez.

Fechas: del v08mar al d10mar-11mar

Info y reserva: 722 532 237 hpd@ecocentro.es

H.10.- Retiro: El alma del yoga. Con Jorge Santos.

Fechas: del v08mar al d10mar

Info y reserva: 696 420 176 o info@elalmadelyoga.com

En Ecocentro queremos compartir contigo las recetas elaboradas por nuestro chef ejecutivo, José Romero. Además de degustar los platos más ricos y sabrosos en nuestros restaurantes, puedes animarte a prepararlos tú mismo en casa. Con estas recetas, unidas a los trucos y consejos que te ofrecemos, y a tu criterio y creatividad, podrás sorprender a todos en la mesa. ¡No habrá plato que se te resista!

ENSALADA DE SHIITAKE Y ALGAS.



Ingredientes: Arame, wakame, tomate, shiitake, agar-agar, hojas verdes, mango, vinagre de manzana, aceite de oliva, lombarda, fructosa, germinados finos, sal marina, semillas de sésamo.

Procedimiento:

- Hidratar las algas.
- Cortar en brunoise el tomate sin semilla y el hongo shiitake.
- Preparar el chucrut de lombarda.
- Preparar una vinagreta de mango bien homogénea con mango, vinagre de manzana y aceite vegetal.
- Se pela el tomate y se aprovecha la piel para hacer una flor.
- Se cortan unas cuñas de tomate y de mango muy finas.

Elaboración:

Se coloca en un bowl 5g de cada alga hidratada, 100g de tomate cortado en brunoise, el mango y el shiitake cortado en brunoise. Se aliña con un poco de vinagreta de mango y se rectifica de sal.

En un extremo del plato se coloca la ensalada de algas en un aro mediano y en el otro extremo, el mango con el tomate haciendo una flor. Se corona con un poco de juliana de verde y chucrut de lombarda.

Se añade en el otro extremo una gota generosa de vinagreta de mango y se coloca la flor hecha con la piel del tomate, finalmente encima de la ensalada se esparce la vinagreta de mango y las semillas de sésamo.

Propiedades del alga Wakame:

Hemos leído mucho sobre las beneficiosas propiedades de las algas, en esta ocasión queremos profundizar sobre una de las más consumidas en Occidente.

El alga wakame se utiliza frecuentemente en dietas adelgazantes, ya que no aporta grasas, su contenido en calorías es muy reducido y su aporte de yodo estimula el metabolismo. El ácido algínico que contiene provoca un efecto saciante y ayuda al tránsito intestinal. Es rica en calcio, por lo que su ingesta está indicada en personas que sufren osteoporosis o que requieren una especial ingesta de calcio, como en el caso de niños o menopausia.

Gracias a su riqueza en sales minerales, es un excelente revitalizante, sobre todo después de haber realizado cualquier tipo de esfuerzo o desgaste físico. Además de calcio y yodo, también es rica en hierro y potasio. Gracias a su aporte de vitaminas y minerales antioxidantes, el alga wakame tiene un efecto de regeneración celular y contribuye a mantener el organismo en plena forma para defenderse frente a agentes infecciosos. Es rica en vitamina C, vitamina A, vitamina B1, B2 y B3. Su riqueza en vitaminas del grupo B es especialmente efectiva para regular los estados nerviosos agitados. También es un gran depurativo, ya que ayuda a limpiar la sangre y depurar el sistema circulatorio.

José A. Romero
Chef Ejecutivo Ecocentro
www.ecocentro.es

José A. Romero
Chef Ejecutivo Ecocentro
www.ecocentro.es



RETIRO DE MEDITACIÓN

Descubre sin esfuerzo las bondades de la meditación en este fin de semana de iniciación, y llévate este hábito tan saludable para tu día a día.

9 - 11 de febrero **200 €** todo incluido

 **HOSPEDERÍA DEL SILENCIO**



ecocentro

@quietlabs

gh@ecocentro.es

616-031-529



ecocentro

SESIONES GRUPALES DE MEDITACIÓN

TODOS LOS LUNES
19:30 - 20:30
ONLINE
19,95 € / mes

Con Gabriela Heredia, profesora de la Escuela de meditación Ecocentro. *“Para mí la vida es la gran maestra, y si hemos aprendido, las equivocaciones habrán cumplido su propósito. He conocido el arte de meditar en varias de sus formas y ésta me ha ayudado a saludarme, a encontrarme y a reconocermme. A mirar donde antes no había mirado. A estar y a ser al mismo tiempo. Una mirada amable a mi jardín interior en el que crecen, florecen y dan frutos, a su ritmo, los tesoros que todos llevamos dentro.” Gabriela*

**Accede a meditaciones
guiadas de Gabriela**



GRUPO DE PRÁCTICA DE MEDITACIÓN

616 031 529 | gh@ecocentro.es

8-10 marzo



La Hospedería del Silencio

RETIRO PARA EL AUTOCONOCIMIENTO

despertar del sueño de ser una persona

Este no es un retiro para el silencio, aprender a meditar o amar, ni calmar la mente o el cuerpo de ansiedad, ni desconectar de la rutina. Atendemos aspectos olvidados para resolver la confusión mental que niebla la percepción de nuestra naturaleza humana.

Y así, el silencio, la meditación, el amor y la paz emergen sin esfuerzo en una mente que **se** ha comprendido.

- Taller Autoconocimiento 10h
- Clase de Consciencia corporal
- Pensión completa en cabaña
- Dieta ovolacteovegetariana
- Intercambio de talentos
- Opcional lunes 11

Programa:



Facilita:

Patrizia Juárez Rojas



Más Información:

www.hospederiadelsilencio.com

722 532 237





ecocentro

bio vegetariano con alma

Pioneros desde 1993
Madrid | Cáceres | Ibiza | León

- Supermercados ecológicos
- Restaurantes bio-vegetarianos
- La Hospedería del Silencio
- Ecosofía: arte, cultura y solidaridad



Abrimos **todos** los días del año

De 10:00 a 21:00 tiendas
23:00 restaurantes

📍 C/ Esquilache 2-12, 28003 Madrid
☎ 915 535 502 | 690 334 737
✉ eco@ecocentro.es
🌐 www.ecocentro.es

Metro:
● Cuatro Caminos
● Ríos Rosas
● Canal

