

Retiro de Meditación, Mantras y Mudras
17, 18 y 19 de Diciembre 2010
Templo Shaolin México AC

Dale foco a tu mente, equilibrio a tu energía
Salud a tu cuerpo y tranquilidad a tu vida

Estimados amigos:

Tenemos el gusto de invitarles a nuestro próximo Retiro de Meditación, Mantras y Mudras, un Retiro completo que se llevará a cabo del 17 al 19 de Diciembre del presente año en Cuernavaca Morelos en un lugar muy especial, seis hectáreas de aéreas verdes y contacto estrecho con la naturaleza.

Cierra el año de la mejor manera, contactando contigo mismo aprende siete técnicas de Meditación, siete Mudras (posturas de las manos), doce Mantras (en Sánscrito) y tres en Mandarín así como el Sutra del Corazón, aprende a usar las Malas (rosarios Budistas) en este Retiro y conoce las ceremonias budistas, todo acompañado con boud de cuarzo y campanas.

En esta ocasión la práctica de Mantras estará acompañada en un canto muy especial por parte de Mellissa Roura ex estudiante de Bellas Artes y con una práctica Budista de nueve años.

La meditación nos permite desarrollar tranquilidad y contento, pero además nos brinda un sinfín de beneficios en nuestra salud. La diversidad de técnicas es muy amplia, hay una meditación para cada persona, aprende siete técnicas diferentes incluida **meditación con caligrafía en mandarín** que este año tendrá como tema central “Las cuatro Nobles Verdades”.

Los mantras son oraciones cortas en sánscrito o en otros idiomas antiguos que evocan cualidades positivas en nosotros mismos y generan estados de conciencia plena. Hay mantras para la salud, para la longevidad, para la compasión, para la tranquilidad, para la energía, para la fortuna. Aprende 12 mantras (en sánscrito), el Sutra del corazón (en mandarín) y conoce las ceremonias budistas en este retiro.

Los Mudras son circuitos de enlace creados con las manos, simbolizan estados de conciencia y parámetros de acción positiva, son también circuitos energéticos a través de los cuales podemos potenciar nuestra salud en muchos sentidos.

En este Retiro tendremos la práctica opcional de silencio, una práctica que nos puede dar la oportunidad de ahondar en nuestros procesos reflexivos, no es obligatoria, iniciará después de la cena del viernes 17 y terminará por la mañana del domingo 19 y solo se interrumpirá para la recitación de Mantras.

Solo una vez al año tenemos este retiro, no te pierdas esta magnífica oportunidad

Incluye hospedaje y alimentos en habitación doble a compartir con todos los servicios y material didáctico.

Comunícate con nosotros al **55 94 65 01** Costo de recuperación **\$2750**

Esperamos contar con tu presencia.

Imparte: **Shi Heng Tue**

Cupo Limitado

www.BudismoChan.org.mx



Preguntas y Respuestas:

¿Cuánto cuesta el retiro?

El costo del retiro es de \$2,750.00 pesos, incluye hospedaje en habitación compartida y alimentos por los días del curso, material didáctico y Diploma, pago en efectivo en el TSM. El pago puede realizarse con tarjeta de crédito debito (VISA o MasterCard) en línea desde nuestro sitio y mediante depósito bancario al TSM AC en una sola exhibición. El precio especial para miembros y afiliados al TSM AC con credencial vigente es de \$2,550.00. El número de cuenta para depósitos en efectivo está a nombre de **Templo Shaolin de México AC BBV 00158688850**.

Promoción especial Solo para maestros:

Maestros que traen cinco de sus alumnos que se inscriben cubriendo su costo completo obtienen un lugar totalmente gratis incluido el hospedaje y alimentos, es decir 5 alumnos llevan a su maestro gratis.

¿Cómo inscribirse?

Deberá descargar el formato de inscripción y reglamento de nuestra página Web (anexo al final de este documento), llenarlo, firmarlo y enviarlo por fax al TEL. 55-94-65-01 o escaneado a info@kungfu.com.mx por ambos lados, acompañado de copia de su Ficha de depósito o recibo de pago por internet. Todo esto a más tardar **el Lunes 13 de Diciembre de 2010**, recuerda que el cupo es limitado, **el día del evento deberás presentar tus originales**.

¿Dónde y cuándo será el retiro?

El Retiro es del 17 al 19 de Diciembre de 2010 y se llevará a cabo en el Monasterio Benedictino, ubicado en la carretera federal Cuernavaca -Tepoztlán, descarga un croquis de nuestro Web para llegar con más facilidad.

¿Nunca he practicado Meditación o este tipo de técnicas, que puedo hacer?

¡Bueno pues que mejor forma para empezar!, ¡Ánimate! El Retiro está abierto a todo público, desde maestros experimentados hasta principiantes, no es necesaria experiencia previa.

¿Soy vegetariano, la dieta incluye carne?

La dieta del retiro es 90% vegetariana y existen dos tipos de carne para los que la consuman.

¿Qué ropa debo usar, puedo usar mi uniforme?

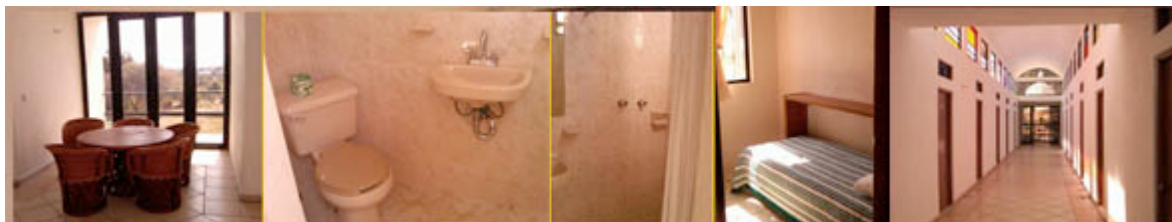
Desde luego, puedes usar la ropa que tú quieras mientras te sientas cómodo en ella.

¿Cuál es el número de movimiento en mi ficha de depósito?

En la parte derecha superior de tu ficha de depósito justo en la esquina hay un espacio donde aparece la fecha de depósito, debajo de esta encontraras un texto que dice “**Numero de Movimiento**” este es el numero que ocupamos para identificar tu pago. Mejor aún, ahora en Bancomer puedes pedir que tu nombre aparezca impreso en la ficha electrónica y en el depósito, pídeselo al cajero así es más seguro y sabremos inmediatamente que tu ya pagaste.

¿Tengo que compartir habitación?, ¿no me puedo quedar solo?

El costo es compartiendo la habitación con una o dos personas. En caso de que quieras una habitación sencilla individual para ti sólo(a), deberás cubrir un cargo extra de \$1000.00 pesos por todo el fin de semana.



¿Puedo llevar mi cámara?

Si, puedes llevar una cámara de fotos, No de video, y puedes tomar fotos si gustas, solamente recuerda que está prohibido tomarlas en clase y también está prohibido fotografiar al maestro.

Programa de Actividades

Viernes 17 de Diciembre

- 15:00 hrs.** – Recepción – Registro y asignación de habitaciones
- 16:30 hrs.** – Presentación Oficial - “La Meditación”
- 17:00 hrs.** – Meditación Samatha
- 18:00 hrs.** – Meditación Zen
- 19:00 hrs.** – Cena
- 20:00 hrs.** – Hora Libre
- 21:00 hrs.** – Meditación con visualización de Quangyn
- 10:00 hrs.** – Inicia práctica de silencio

Sábado 18 de Diciembre

- 7:00 hrs.** – Meditación con Sutra del Corazón en Mandarín
- 8:00 hrs.** – Meditación en Movimiento Tai Chi
- 9:00 hrs.** – Desayuno
- 10:00 hrs.** – Hora Libre
- 11:00 hrs.** – Meditación Caligrafía –Temas– “Existe el Sufrimiento” y “El deseo es la causa del Sufrimiento”
- 12:00 hrs.** – Meditación con Visualización, Mantra y Mudra de Tara verde para la Salud
- 13:00 hrs.** – Comida
- 14:00 hrs.** – Hora Libre
- 15:00 hrs.** – Meditación con Visualización de Shakyamuni Buda
- 16:00 hrs.** – Meditación Caligrafía –Tema–“El Cese del Sufrimiento” y “El Camino Noble que aparta del Sufrimiento”
- 17:00 hrs.** – Meditación con Mantra y Mudra de Amitabha y Shakyamuni Buda
- 18:00 hrs.** – Meditación en Movimiento Tai Chi
- 19:00 hrs.** – Cena
- 20:00 hrs.** – Mudras Especiales
- 21:00 hrs.** –Meditación Samatha y Puya (Ceremonia) con Mantras de los cinco Budas

Domingo 19 de Diciembre

- 7:00 hrs** – Meditación Chan al aire libre
- 8:00 hrs.** – Meditación en Movimiento Tai Chi y Meditación Zen
- 9:00 hrs.** – Desayuno
- 10:00 hrs.** –Hora Libre
- 11:00 hrs.** – Meditación con Caligrafía
- 12:00 hrs.** – Meditación con Mantra de Quangyn y Pragñaparamita
- 13:00 hrs.** – Comida
- 14:00 hrs.** – Receso corto
- 14:30 hrs.** –Entrega de Reconocimientos y foto de grupo
- 15:00 hrs.** – Meditación con Mantras y Mudras de Amogashidhi y Ratnasambhava
- 16:00 hrs.** – Conclusiones

Templo Shaolin de México AC
REGLAMENTO PARA EVENTOS

GENERALES:

1. Las normas de éste reglamento son de carácter obligatorio para todos los alumnos y profesores y asistentes en general sin excepción alguna.
2. Es obligación de los profesores y alumnos hacer respetar y cumplir éste reglamento.
3. Los practicantes o alumnos, así como los padres o tutores, en el caso de la minoría de edad, manifiestan (en el caso de seminarios de artes marciales) que están conscientes que la práctica de un arte marcial, por la naturaleza de éste deporte, puede resultar en lesiones para ellos mismos.
4. Por ningún motivo se permitirá fumar dentro de las instalaciones del seminario
5. Está prohibido consumir bebidas alcohólicas y/o estupefacientes en cualquier lugar portando el uniforme de alguna escuela o simplemente participando en alguno de nuestros retiros.
6. El presente reglamento está sujeto a cambios Y modificaciones por parte de la administración y se notificara a los alumnos en su caso.

EVENTOS ESPECIALES:

7. En un evento especial, tal como seminario, congreso o clase particular la persona que toma dicha clase deberá cumplir con todos los puntos del reglamento general.
9. Los practicantes deberán presentarse al seminario sin acompañantes, con excepción de aquellos que sean menores de edad, quienes podrán ser escoltados por un padre o tutor.
10. Está terminantemente prohibido asistir a los eventos a puerta cerrada con cámaras fotográficas, de video o electrónicos capaces de registrar imágenes o audio.
11. El diploma o certificado que emite la academia únicamente respalda la asistencia al evento, más no la aprobación del examen (en su caso) ni la calidad del practicante.
12. El Templo Shaolin de México AC, se reservan el derecho de admisión.
13. No se aceptara la asistencia de personas:
 - a) No confirmadas antes de la fecha de cierre de admisiones.
 - b) De dudosa reputación, o de conocido mal uso de las artes marciales.
 - c) Que no cubran por completo el costo del evento.
 - d) Que tengan procesos Jurídicos Civiles y/o penales en su contra.
 - e) Que tengan algún adeudo anterior con el comité organizador.
 - f) Que no hayan firmado este reglamento.
 - g) Que no mantengan una actitud de convivencia y humildad durante el evento.
14. Los profesores y seminaristas que asisten a los eventos no viajaran a ningún otro lugar que los planeados en su recorrido del evento. Favor de no insistir
15. El Templo Shaolin de México AC, realiza eventos en sus instalaciones únicamente de carácter privado NO PUBLICO y en cualquier momento se reserva el derecho de cambiar el presente reglamento a su conveniencia.
16. Deberá portar siempre consigo mismo sus documentos que lo hacen acreedor a su asistencia al seminario, tales como ficha de depósito, reglamento y forma de inscripción en formato original.
17. Una vez en el evento deberá portar siempre su gafete en un lugar visible, no se le permitirá el ingreso al evento si no porta su gafete.
18. Está prohibido vender cualquier tipo de producto o realizar actos de comercio ó promoción de eventos dentro del seminario, así como repartir propaganda de cualquier tipo.
19. No aceptamos cheques.
20. Deberá mantener un espíritu de cooperación y de convivencia amistosa en todo momento.

He leído el reglamento y estoy de acuerdo con todos los puntos del mismo, así pues deseo confirmar mi asistencia al evento:

Nombre

Firma

Retiro Meditación, Mantras y Mudras
Formato de Pre registro
(Por favor llene con letra de molde)

Nombre del Asistente al seminario: _____
Especifique si usted es profesor o nombre de su profesor (si lo acompaña): _____
Dirección Completa (incluya todo lo que considere necesario para localizarlo, código postal y teléfono):

Teléfono con clave lada: _____ email: _____
Como se entero del seminario: _____
Edad: _____
Como realizará su pago (efectivo, tarjeta, deposito) _____
Numero de transacción en su ficha de depósito, o nombre de quien deposita, en caso de pago en efectivo: _____
En caso de pagar con Tarjeta de Crédito no olvide acompañar este documento de copia de ambos lados de su tarjeta e identificación oficial.
¿Asiste acompañado? (de quien): _____

Descargo de Responsabilidad

Yo, _____, de nacionalidad _____, mayor de edad, de estado civil _____, de profesión u ocupación _____, provisto del documento de identidad _____, domiciliado y residente en la ciudad de _____, OTORGO FORMAL DESCARGO de todo reclamo, juicios, derechos de acción, pérdidas, cargos, daños, demandas, deudas o causales de acción, de tipo legal o patrimonial y en general cualquier responsabilidad Civil o Penal y posibles daños y reclamaciones de Terceros, que haya tenido, tenga o tuviera contra la Asociación Civil TEMPLO SHAOLIN DE MEXICO, a sus directivos, profesores, instructores, adjuntos, miembros, organizadores y patrocinadores de eventos y actividades relacionadas con las disciplinas, clases, talleres o seminarios impartidos dentro de las instalaciones de esta Institución o cualquier lugar designado para de dichas actividades, en el entendido de que me encuentro consciente y se me han explicado los riesgos y consecuencias implicados en la(s) disciplinas físicas y Artes Marciales en la(s) que acuerdo en participar y declaro haberlas entendido y aceptarlas plenamente. Así mismo Declaro que conozco el reglamento de la institución y me comprometo a respetarlo. Declaro que me encuentro en perfecto estado de salud, sin restricciones médicas o condiciones preexistentes que impidan o reduzcan mi capacidad para ejercitarme en la(s) disciplina(s) a la que me inscribo, no utilizo ningún tipo de medicamento prescrito o sustancia alguna para padecimientos de salud de cualquier orden y en caso de cambiar esta situación me comprometo a notificar a los directivos de esta Institución de inmediato, en el entendido de que si los directivos autorizan la asistencia o permanencia en la(s) disciplina(s) será bajo mi absoluta responsabilidad. De igual manera hago constar que me encuentro en perfecto estado de mis facultades físicas y emocionales, sin suspensión de mis derechos civiles por lo que el presente DESCARGO lo firmo y acepto sin constreñimiento alguno y bajo mi entera responsabilidad.

Firma