

Retiro de Meditación

Confianza para una Vida en Libertad

con Bhante Rāhula

Del 1 al 5 de
abril 2026

Casa Atinchik, Pachacamac

Te invitamos a formar parte del Retiro de Meditación Buddhista que se llevará a cabo en Pachacamac, Lima.

Este retiro forma parte de los retiros por Sudamérica que tendrá Bhante Rāhula en Uruguay, Argentina y Perú.



¿Qué es un retiro espiritual?

Los retiros son provechosas oportunidades para profundizar en la práctica de meditación, debido al

alejamiento temporal de las distracciones del día a día y la asociación saludable en un buen entorno

El retiro se llevará a cabo en Casa Atinchik, Pachacamac...

...el cual es un hermoso lugar rodeado de la naturaleza y conocido por el cuidado del medio ambiente y protección de la naturaleza, Casa Atinchik ofrece alojamientos y servicios de calidad desde hace más de 10 años.

Actualmente, es uno de los lugares preferidos de escuelas de Yoga para realizar retiros dentro de Lima. Además, es reconocido por ofrecer una alimentación saludable, deliciosa y segura, utilizando recursos naturales y adaptados al tipo de evento a realizar.

[VISITA NUESTRA UBICACIÓN AQUÍ](#)

Incluye

- Alojamiento por 5 días y 4 noches en habitación doble con baño privado.
- Todas las comidas durante el retiro.
- Todas las actividades por realizar durante el retiro.
- Transporte privado ida y vuelta desde Centro Comercial La Rambla, San Borja a Casa Atinchik, Pachacamac).



Nuestro horario

La movilidad saldrá de CC. La Rambla – San Borja a las 5:00pm para llegar aproximadamente a las 6:30pm a Casa Atinchik, Pachacamac - Lima, el transporte de retorno saldrá de Casa Atinchik a las 10:30am del domingo 5 de abril para estar en el Centro Comercial Rambla aproximadamente a las 11:30am.

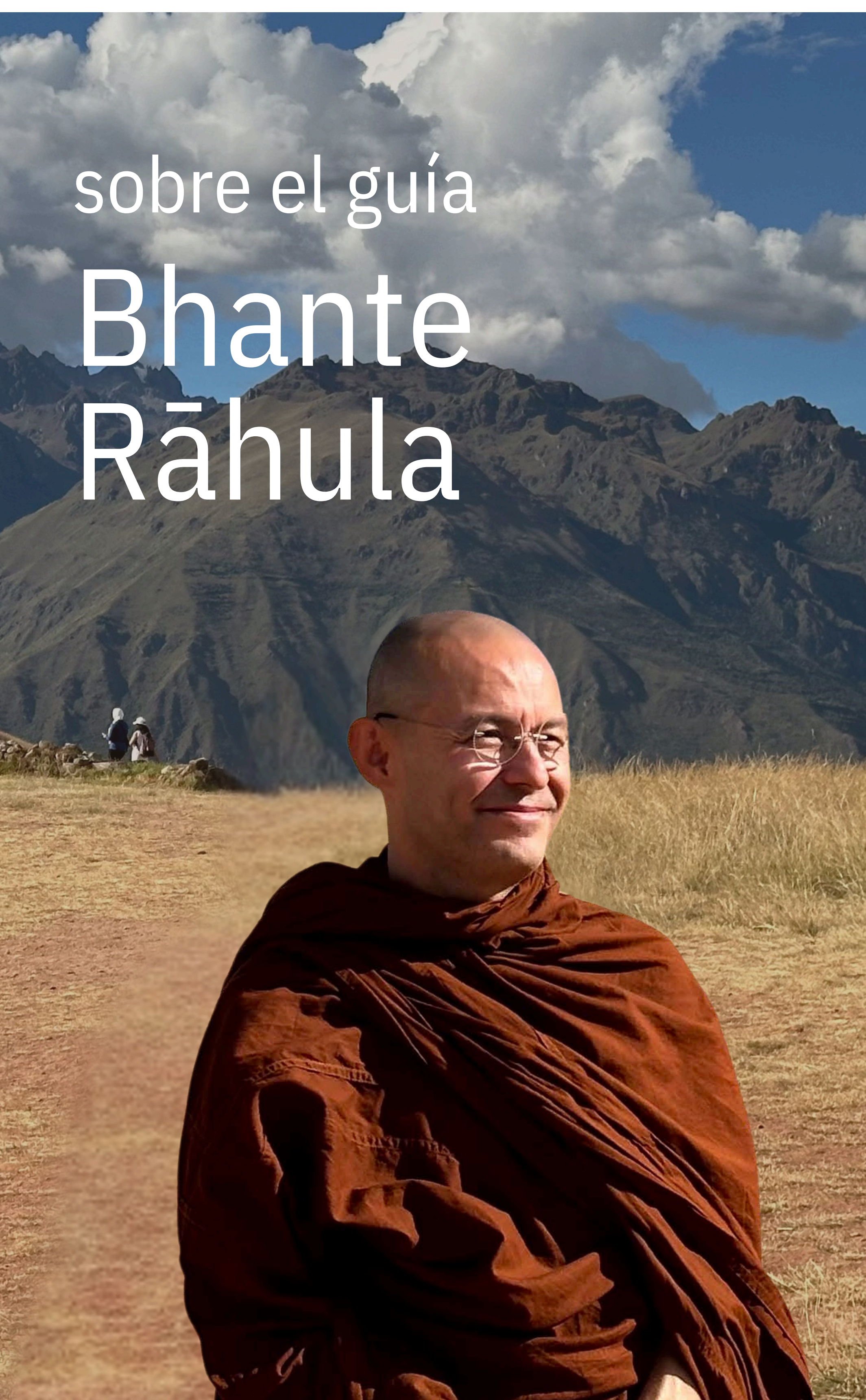
Miércoles 1	Del 2 al 4	Domingo 5
	5:30 a.m. Despertar atento	5:30 a.m. Despertar atento
	6:00 a.m. Meditación Grupal	6:00 a.m. Meditación Grupal
	7:00 a.m. Desayuno	7:00 a.m. Desayuno
	8:00 a.m. Instrucciones y charla del Dhamma	8:00 a.m. Meditación y charla del Dhamma
	9:40 a.m. Meditación (sentados/caminando)	9:30 a.m. Palabras finales y cierre
	11:40 a.m. Almuerzo y descanso	10:30am Partida a Lima
	1:30 p.m. Meditación Caminando	11:30 a.m. Llegada a la Rambla, San Borja
	2:00 p.m. Meditación Grupal	
5:00 p.m. Punto de encuentro La Rambla, San Borja y salida	3:00p.m. Meditación o entrevista con el maestro	
	5:00 p.m. Jugo / té	
6:30 p.m. Llegada y cena ligera	6:00 p.m. Preguntas sobre la Práctica	
7:30 p.m. Instrucciones iniciales	7:30 p.m. Meditación (sentados/caminando)	
8:40 p.m. Cultivo de la benevolencia (Mettā)	8:40 p.m. Cultivo de la benevolencia (Mettā)	
9:00 p.m. Descanso	9:00 p.m. Descanso	



sobre el guía

Bhante Rāhula

Buddhist Mission Press



Vivió en Asia por 18 años donde comenzó con la práctica y estudio de la enseñanza del Buddha. Se ordenó en Myanmar con el Venerable Sayadaw Dr. Nandamālābhivamsa.

Desde el 2004 ha recibido orientación meditativa del Venerable U Tejaniya y ha estudiado Suttas y Abhidhamma con Sayadaw Dr. Ukkamsacara.

En 2019, Bhante completó un curso de escrituras Buddhistas de la universidad de Harvard.

Continuo su formación monástica por dos años intensivos en el santuario Sāsanārakkha (SBS) en Malasia, bajo la guía del Venerable Ariyadhammika, donde también enseñó y ofreció retiros y charlas a la comunidad local y de países aledaños y recientemente también en diversos países de Latinoamérica (Colombia, Uruguay, Ecuador, Perú, Brasil, Chile y Estados Unidos).

Por los últimos 7 años Bhante Rāhula ha ofrecido cursos y sesiones semanales de la anatomía de la mente en español e inglés, los cuales son seguidos en línea por estudiantes en más de 15 países.

Actualmente continua con la construcción de un monasterio en el bosque en su ciudad natal.



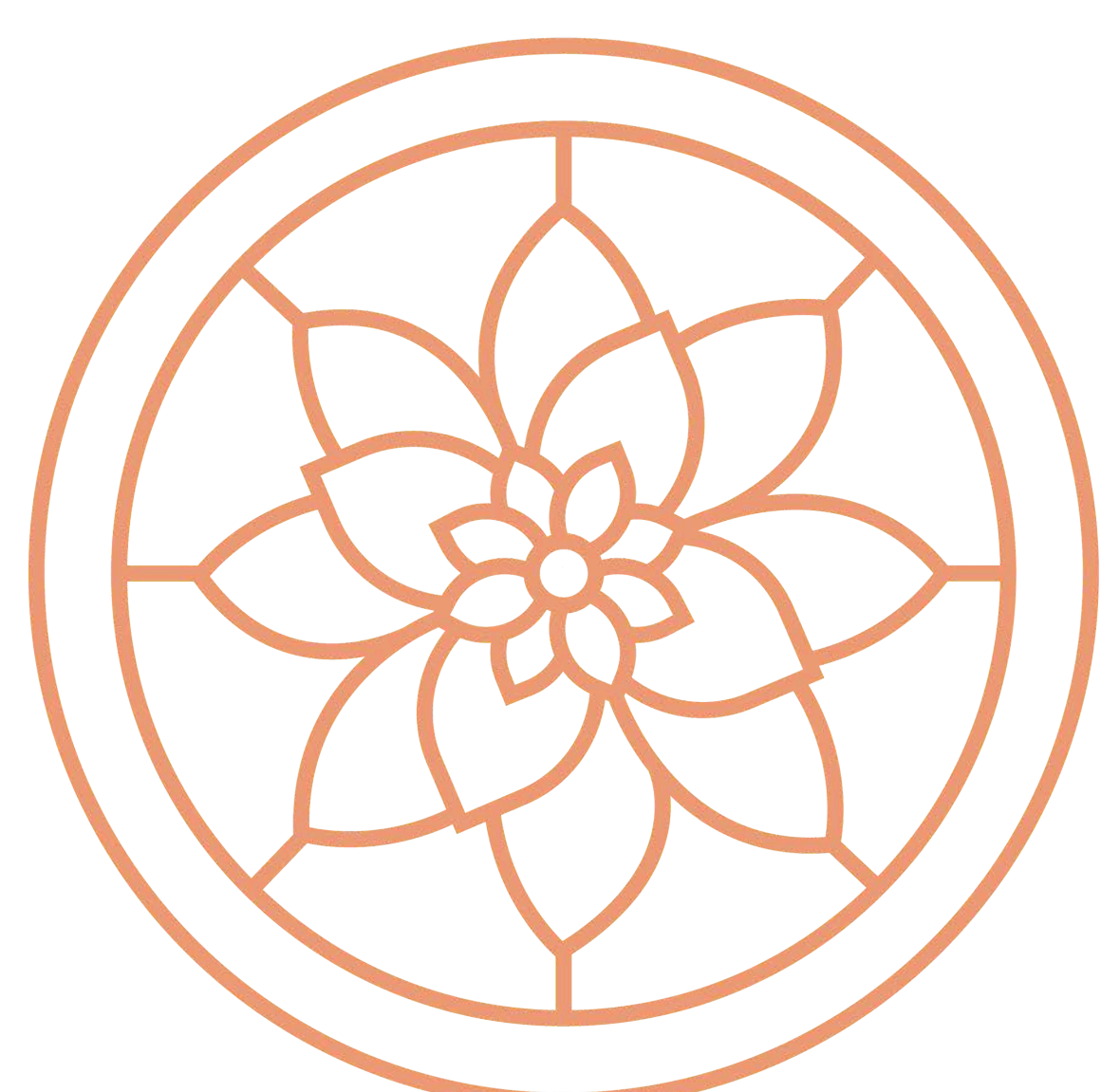
Sesiones Dominicales con Bhante

Todos los domingos vía Zoom

● 7 hr MEX 8 hr COL/PER ● 9 hr VEN 10 hr URU/ARG/CHI

LINK DE ZOOM

ID: 742 606 8348 Contraseña: metta



PAÑÑĀBHŪMI
La tierra fértil para la sabiduría

Anatomía de la Mente (Abhidhamma)

Exploraciones Prácticas (Temas Varios de Dhamma)

Anatomía de la Realidad - Abhidhamma Aplicada

Anatomy of the Mind-Abhidhamma (Curso Completo)

Confianza para una Vida en Libertad

Es un Retiro de Meditación Buddhista

...el cual sigue las reglas tradicionales de un retiro espiritual, éstas tienen como propósito una óptima transformación y desconexión de las actividades cotidianas, por lo tanto, algunas lineamientos del retiro son:

- Las habitaciones se agrupan por género (hombres y mujeres separados).
- Durante el retiro se guarda noble silencio (excepto durante la entrevista individual con el maestro o durante la sesión de preguntas y respuestas).
- Durante el tiempo del retiro no está permitido utilizar celulares ni llevar libros, ni ninguna herramienta de entretenimiento o distracción. (música, perfumes, juegos, bailes, etc).
- Es recomendado no tener contacto físico con los participantes ni con el monje.
- Por tradición y respeto, debe dirigirse al monje como Bhante o Venerable utilizando lenguaje de usted el cual él utiliza también con todos.

Aporte unico* 1,290 soles

Facilidades

Reserva con S/. 150 soles

Cuota 1 S/. 300 soles hasta el 31 de enero

Cuota 2 S/. 400 soles hasta el 28 de febrero

Cuota 3 S/. 440 soles hasta el 20 de marzo

Nota: Si te inscribes luego del 31 de marzo el monto total se incrementa en 20% por el aumento en gastos operativos y administrativos.

Nota: Si deseas alojarte en habitación individual con baño privado, tiene un recargo de 100 soles. Solo 7 disponibles.



¿Cómo me inscribo?

1. Reserva tu cupo con el aporte de S/. 150 soles vía PLIN al 999 444 951 o la siguiente cuenta: Banco BANBIF

Cuenta de ahorro soles: 008013193632
CCI: 03850110801319363231

2. Envíanos la imagen del abono al 970 172 320.
3. Completa la ficha de inscripción que te enviaremos.
4. Antes del inicio del retiro recibirás información con algunas recomendaciones y la fecha de reunión informativa (presencial o virtual)

Tarjeta de crédito (solo en soles) con recargo del 10% (vía Link de Mercado Pago), solicitar link.

*Información importante

Al compartir las enseñanzas del Dhamma no se cobra. El aporte o monto por abonar son para cubrir exclusivamente los gastos de alojamiento, comida, logística y transporte a Casa Atinchik, Pachacamac. El costo del ticket aéreo para el maestro ha sido donado por los organizadores. Bhikkhu Rāhula brinda su guía sin ninguna retribución económica, ni de Satya Yoga EIRL, Theravāda Perú, del precio de venta del retiro, ni de ningún tipo.

Al final del retiro, se acostumbra hacer donativos económicos individuales (Dāna) a un fondo que provee las necesidades al maestro para que pueda continuar con la enseñanza en diversas comunidades y países.

Los asistentes tienen también la oportunidad de ofrecer una donación para el fondo para retiros de Theravāda Perú, esas generosas donaciones son las que permiten a Theravāda Perú continuar operando, ofreciendo retiros y talleres de esta forma, para pagar pasajes, alojamientos, costos operativos, traslados, alimentos, becas, licencias de software, además de los costos generales de la comunidad.

El dinero no es impedimento para participar (plantea tu caso si no puedes solventar todo el importe en esta oportunidad). Ofrecemos becas parciales a los participantes que las necesiten. Los montos para participantes becados provienen de donaciones que practicantes u otros particulares hacen al final de los retiros. Su generosidad es lo que permite a otros participar en retiros futuros. Los organizadores realizan todos los trabajos voluntarios sin recibir ninguna retribución económica y pagando su lugar en el retiro.

Aportes y donaciones: Los depósitos, aportes y donaciones pueden hacerse en las siguientes cuentas bancarias:

BANCO: BANBIF

Cuenta de ahorro soles: 008013193632

CCI: 03850110801319363231

Cuenta de ahorro dólares: 008022329142 CCI:

03820220802232914288

A nombre de: Luis Miguel Lizárraga Barragán

También se puede realizar vía PLIN al 999 444 951

Si hace una donación, debe indicar qué parte del dinero es para el maestro y qué parte es para el fondo para retiros. El dinero destinado al maestro se le entregará a su fondo inmediatamente concluido el retiro.

Términos y condiciones

1. Los aportes realizados no son reembolsables, pero puedes transferir tu espacio a otra persona en caso no puedes participar (previa coordinación).
2. Es obligatorio completar el formulario de inscripción para participar del retiro.
3. Se requiere asistencia completa al retiro.
4. Si no se alcanza el cupo mínimo para abrir el retiro, se te devolverá el 100% de lo abonado y te lo comunicaremos a más tardar 20 días antes del inicio del programa.
5. Si realizas el aporte en cuotas y no cumples con las fechas pactadas, reservaremos el derecho de admisión al retiro.
6. Es indispensable que cumplas con la asistencia y participación en las actividades del retiro.
7. La información que nos brindes se maneja de forma estrictamente confidencial.
8. Autorizas a Satya Yoga y organizadores que durante el retiro se puedan tomar fotografías y/o videos para ser publicadas en redes sociales o sitio web durante o después del mismo.