

Celebra el cap d'any amb la sangha!

Com cada any celebrarem el Cap d'Any en família a Bori Sa i començarem el 2018 amb la nostra tradicional ascensió a una muntanya per veure sortir el primer sol, esteu tots convidats!

PROGRAMA

- **Diumenge 31 Desembre**

(Arribada durant tot el dia. Si pots venir aviat per ajudar amb els preparatius ets benvingut!)

20.30h - Sopar de Cap d'Any i festa (pots portar instruments, idees per a jocs, etc.). Si us plau, porta algun plat vegetarià per compartir!

00.00h - raïm de la bona sort

- **Dilluns 1 Gener**

00.15h - Pràctica de mitjanit de Cap d'Any (cants i meditació)

(La pràctica entre les 12 i les 2 de la matinada és especialment poderosa i propícia. Fer-la en les primeres hores del nou any es considera afortunat i una manera de començar l'any amb bon peu.)

5.00 am - Ascensió al pic de la Cauma per veure sortir el primer sol de l'any (opcional)

8.00 am - Esmorzar a La Cauma

12.00h - Arribada al Centre Zen. Temps lliure per descans, petites excursions, conversa al sol o davant de la xemeneia...

Si us plau confirma la teva assistència per email i comenta'ns quin plat vegetarià pots portar!

Preu: Donació voluntària (tot el recaptat es destinarà a les obres en Bori Sa).

Que portar:

- menjar per compartir (es pot portar alguna cosa vegetariana, beguda, alguna cosa per esmorzar...)
- sac de dormir
- llanterna (frontal per l'excursió)
- sabatilles d'estar per casa
- calçat de muntanya
- roba d'abric

Transport: si us plau, si tens places en el teu cotxe per portar a algú fins Bori Sa escriu un email a: boricentrozen@hotmail.com.