



PRAKTISCHE INFORMATIE



LOCATIE

De retraite vindt plaats in Orgiva, Zuid-Spanje.

WANNEER EN WAAR?

De retraite wordt van zondag 3 juni t/m 8 juni 2018 gehouden. Het programma eindigt op 7 juni en 8 juni is de dag van vertrek. Zondag is de aankomstdag en starten we aan het einde van de middag. In het zuiden van Spanje, goed een uur rijden van Malaga staat dit mooie retreat centrum met uitzicht op de bergen en de zee.

YOGA

De yoga die je zult gaan ervaren is volledig complementair aan het programma; ademhaling, ontspanning i.c.m. een zachte naar binnen gerichte yin flow zorgen dat je de Stilte nog dieper kunt ervaren in jouw lichaam. De yoga wordt verzorgt door Noël Straakenbroek.

KOSTEN

De kosten voor de retraite zijn EUR 895,- incl. BTW voor een heerlijke yurt. Voor een kamer in het huis betaal je EUR 995,- incl. BTW. Dit is inclusief 5 overnachtingen in een eenpersoonskamer, maaltijden, persoonlijke begeleiding, soul food, oefeningen en yoga- & meditatielessen. De kosten voor de vlucht en transfers zijn niet inbegrepen.

ANNULERING

Omdat ik voor jou een plek reserveer, is een annuleringstermijn van 1 maand van toepassing. Indien er korter dan 1 maand van te voren wordt afgezegd, ben ik genoodzaakt het volledige bedrag in rekening te brengen.



OVER SHARON

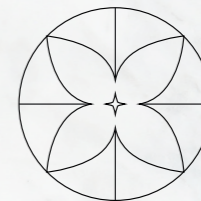
In het begeleiden van mensen in hun transformatie vind ik mijn vervulling. Ik word geraakt wanneer mensen dichterbij zichzelf komen en daarmee de essentie weten te raken. Mijn gedegen kennis van mens en gedrag, maar ook zelf het doorleven van diepgaande persoonlijke ontwikkelprocessen helpen mij hierbij. Dit naast mijn jarenlange ervaring als senior manager in het bedrijfsleven en het volgen van diverse opleidingen en trainingen.

Sharon

Voor meer informatie verwijst ik je graag naar mijn website.
Neem gerust contact met mij op als je vragen hebt,
tel.nr.: 06 - 3004 1557 of info@houseofawakening.nl



WWW.HOUSEOFWAKENING.NL



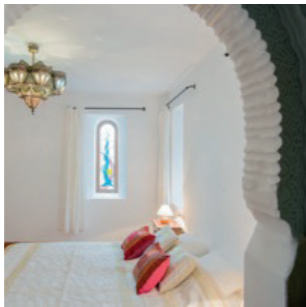
HOUSE OF AWAKENING

RE-OWN WHAT YOU ALREADY ARE



ORGIVA - RETRAITE -

When the mind quiets, the heart opens.



Orgiva
ANDALUSIË
Spanje

DE KRACHT VAN STILTE

Deze retraite is een cadeautje aan jezelf; een uitnodiging om even uit de dagelijkse hectiek van het leven te stappen. Even stil te staan, om weer in verbinding te komen met je lichaam en je ziel. Om te ervaren wat er daadwerkelijk in je leeft.

*True silence is the rest of the mind,
and is to the spirit what sleep is to the body,
nourishment and refreshment.*



STILTE KRACHT

We weten hoe moeilijk het kan zijn om balans te vinden in het dagelijkse leven. We hebben een kleine 'break' nodig die ons herinnert wie we daadwerkelijk zijn. Het zijn kleine maar belangrijke dingen en helpt ons om meer focus en balans aan te brengen in ons leven.

Neem een stap terug en 'be in your present' en verkrijg helderheid over wie jij bent en wat jij wil. Leer jezelf van binnenuit aan te sturen voor meer innerlijke rust. Kom weer in verbinding met jezelf.

Dat lichaam en geest niet van elkaar gescheiden kunnen worden is al lang bewezen. In deze week voeden we je geest met soul food, meditaties & persoonlijke coaching. Je lichaam krijgt alle aandacht via de yin yoga en het heerlijk gezond eten, allemaal op elkaar afgestemd.

In deze week speelt de Stilte een belangrijke rol. In de Stilte vindt je je Ware Zelf weer terug, dat is wie je in essentie bent. In de Stilte kom je weer bij je innerlijk kompas, waardoor je ervaart en weet van waaruit je handelt; je Ego of je Ware Zelf.

AANDACHT EN REFLECTIE

Deze retraite maakt het mogelijk dat je volledige aandacht creëert voor je eigen proces. Het prachtige huis zorgt ervoor dat jij je geborgen voelt. Je kunt heerlijk wandelen in de omgeving of verfrissing zoeken in het kleine zwembad.

HET RESULTAAT

WAT IS HET RESULTAAT?

- Je komt innerlijk tot rust & je lichaam ontspant
- Je vergroot je vertrouwen in je eigen wijsheid
- Je ervaart verdieping op je visie en waarden
- Je weet beter wat je te doen hebt in dit leven
- Je kunt kiezen tussen Ego en Ware Zelf
- Je kunt de boodschap van de versluiting integreren
- Jezelf accepteren zoals je bent, inclusief hetgeen waar je weerstand op hebt
- Je ervaart eenheid in denken, voelen en weten

FASES RETRAITE

- 1. BEPROEVING;** In de beproeving ontmoet je de dualiteit en word je uitgenodigd om diep in jezelf te gaan. En dan dient zich als vanzelf de versluiting aan.
- 2. OVERGAVE;** Je geeft je over aan de Stilte in jezelf en de acceptatie van dat wat zich aandient. We ontdekken waar het 'donker' is. Dat is waar je toegang vindt tot het licht.
- 3. VERLANGEN;** Je Ware Zelf is rustig en stil en wacht totdat jij luistert. Je ervaart de 'Waarheid' en het grote innerlijk verlangen, daar waar alles goed is.

PROGRAMMA

Er wordt een vast maar vriendelijk dagschema gehanteerd. We beginnen de dag met meditatie & yoga. Zowel het ontbijt, lunch en het diner breng je door in Stilte. In de avond komen we bijeen en ronden we de dag af. Gedurende de dag ben ik er voor jou, voor een persoonlijk gesprek, om je verder te helpen. Ook kun je een heerlijke massage boeken (niet bij de prijs inbegrepen). Meer details kun je op de website vinden www.houseofawakening.nl.

