



## 'Verstilling in de Woestijn'



Slapen onder de sterren in de woestijn, yoga in de buitenlucht, meditatie en langzaam zakken in de stilte en verbinding maken met wie jij in essentie bent.

Wij, Cilia Wüst en Anneke Kruis, bieden jou een veilige bedding, middels astrologie, yin-yoga en meditatie om te durven afdalen in de stilte van jouw Zijn. Deze reis brengt je weer in contact met jouw eigen kracht, innerlijke stem en ervaar je wie jij ten diepste bent.

Het dagprogramma zal bestaan uit;

\* Voorafgaand aan het ontbijt meditatie bij zonsopkomst met aanvullend yoga, om telkens opnieuw af te stemmen op het Hier en Nu, jouw hart energie, jouw intentie voor de dag/het moment en steeds meer in de verstilling in jezelf te zakken.

\*Na het ontbijt zal er een deelronde zijn met behulp van een 'talking stick' en luisteren we vol aandacht en respect naar elkaar.

\*Na de lunch is er ruimte om individueel een gesprek met mij, middels jouw persoonlijke geboortehoroscoop of bij Cilia, bewustzijnscoach, te ontvangen.

\*Na het avondeten sluiten we weer af met Yin-Yoga, danwel mediatie.

We brengen de dagen door in stilte om onszelf zo volledig mogelijk te kunnen voelen en de woestijn haar 'werk' te laten doen.

Donderdag reizen we wandelend en/of per kameel de woestijn in en zullen steeds meer stil zijn.

Zondag keren we terug uit de woestijn en brengen voorzichtig onze stem weer naar buiten.

Maandag zal een afsluitende dag zijn met 'sharing' en weer afstemmen op de terugreis, die dinsdag na het ontbijt zal aanvangen.

Deze reis brengt je dag na dag dieper naar binnen, dieper in de stilte in jezelf, om steeds meer contact te krijgen met jouw innerlijke stem, jouw unieke Zelf.

Prijs : € 897,- en met vroegboekorting € 847,- geldig tot 1 september a.s.

incl. 5 nachten in M'Hamid op basis van 4 pers. kamer, € 50,- extra pp voor 2 pers. kamer, incl. 4-daagse woestijntrekking (3 nachten) met kamelen naar de 'zingende' duinen, incl. alle maaltijden, alle programma-onderdelen, excl. Vliegtreis, Transfer luchthaven Marrakech (€20,-), excl. verblijf in Marrakech (3 nachten: 4&5/11 + 14/11= € 105,-), excl. retour transfer Marrakech/M'Hamid (€ 100,- of lokaal vervoer € 40,-)

Op dit moment zijn de vliegtickets : € 126,- retour Eindhoven/Marrakech met Transavia (zaterdag 4/11 heen en woensdag 15/11 terug)

Deze **9-daagse Retraite** begint maandagavond 6 november rond 18:00 uur met de avondmaaltijd en eindigt op dinsdagochtend 14 november na het ontbijt.

Voor meer informatie mag je mij of Cilia altijd mailen of bellen!

Cilia Wüst tel: 06-12321326 – [www.praktijkzon.nl](http://www.praktijkzon.nl) – [ciliawust@hotmail.com](mailto:ciliawust@hotmail.com)

Anneke Kruis tel: 06-28995374 – [www.astro-inzicht.nl](http://www.astro-inzicht.nl) – [info@astro-inzicht.nl](mailto:info@astro-inzicht.nl)