

RITIRO SOLE E LUNA

Ostuni (BR), Ashram Bhole Baba - Cisternino
21-25 Aprile 2023

Viaggio iniziatico volto a sperimentare l'unione delle due polarità che coesistono in ogni espressione della natura : maschile e femminile, energia e coscienza, corrente lunare e solare.

Secondo la tradizione tantrica, come anche in molte altre antiche culture, queste polarità sono inseparabili, destinate ad essere sempre intrecciate.

L'invito di questa esperienza è di conoscere e risvegliare la forma più intelligente di energia e con essa l'infinito potenziale che risiede in ognuno di noi.

Il contesto e il luogo che ci ospita è l'ashram di Cisternino in Puglia. Un luogo di raccolta, di contemplazione, di meditazione situato nelle campagne della Valle d'Itria, famosa per i suoi trulli. Qui ci immergeremo in uno stile di vita all'insegna della semplicità, cerimonia e devozione tipiche della spiritualità indiana.

Questo ritiro fa per te se :

- Desideri risvegliare la tua creatività.
- Vuoi imparare a gestire ed essere padrone/a della tua energia.
- Ti senti pronto/a vivere o per qualche giorno in un luogo e in uno stile di vita di Ashram indiano, nella semplice bellezza e nell'umiltà.
- Vorresti creare una trasformazione profonda in te e nel modo in cui percepisci la vita.
- Senti il desiderio di acquisire nuovi saperi e strumenti per la tua crescita personale.
- Hai voglia di vivere nell'ascolto e nel rispetto dei tuoi ritmi interni e della natura.
- Per qualche motivo ancora non chiaro questa esperienza ti chiama (lasciati guidare dalla voce dell'intuizione, non sbaglia) .

Cosa troverai :

Yoga Himalayano, Meditazione e pratiche del corpo sottile, Rituali e Cerimonie vediche, workshops tematici, mantra, esplorazioni ed escursioni, momenti di condivisione, celebrazione, gioia.
Possibilità di massaggi ayurvedici effettuati da Prasanth Sasi.

Il ritiro è aperto a tutti, persone di ogni età, genere ed ogni livello di esperienza.

Conducono l'esperienza Sophie Commerman & Alice Santigli, entrambe appassionate maestre e praticanti della tradizione e degli insegnamenti dello yoga, amanti dell'India.

Tutte e due totalmente dedicate a vivere una vita piena di valore e significato e al condividere antichi saperi per il mondo di oggi.

COME ARRIVARE

- Opzione Aereo (destinazione Brindisi) + navetta (organizzata) di circa 30 min
- Macchina

Indirizzo : Ashram Bhole Baba Cisternio
Contrada Portarino, 10, 72017 Ostuni BR

PREZZO

(include vitto, alloggio, pratiche e servizio navetta da e per l'aeroporto di Brindisi)

Non include il viaggio, non include i massaggi.

Camera condivisa da 4 o da 2, camere divise uomini/donne

Early bird (fino al 21 Marzo) : 590 euro

Prezzo Normale : 650 euro

Caparra: 150 euro