

# **Retraïtes 'we zien wel'**

## **Wanneer en waar?**

vr. 6 mei '22 ca. 20:00 u. – zo. 8 mei '22 ca. 15:00 u.

(Ook: 10-12 juni, 12-14 aug., 23-25 sep., 4-6 nov., 16-18 dec. en 10-12 feb. '23)

In en rondom 'De Kleine Stal', Losdorp.



## **Wat en hoe?**

Een groep mensen die 'dan' en 'daar' (in het 'hier' en 'nu') in afzondering bij elkaar is zonder voorafgaande inhoud en zonder onderlinge hiërarchie. Iedere aanwezige kan activiteiten voorstellen en na consent van de groep daaraan ook gemandateerd leiding geven. (Het 'met elkaar zijn zonder gefixeerde onderlinge hiërarchie' lijkt bij deze retraits meer en meer een centrale oefening te worden, waarbij veiligheidsissues een belangrijke rol kunnen spelen.)

Thema's die zijn gepasseerd: open space, extended authentic movements, trance sessie, systemisch werk, movement medicine, kundalini yoga, holotropic breathwork, satsang zonder podium, sjamanisme, wei wu wei, vipassana, 'losse eindjes', verdieping van de energie van de groep, groepscohesie en synchronisatie, mystiek van het Oude Egypte, werken aan het vijfde chakra, werken met kristallen, Chronos en Kairos, NPD en BPD, COEX van Stanislav Grof, verkenning van het onbekende, werken met klankschalen, tafelopstelling van de groep, wandelen langs het wad, lichtwerk-chaneling, tafelopstelling van de voorouders, alleen geboren meerlingen, meervoudige wissel tussen trance sessie en opstelling, Transactionele Analyse, non-dualiteit en witte tantra, Joodse symboliek, onderlinge verbindingsoefeningen.

## **Wie?**

Genodigden, die zelf ook anderen kunnen uitnodigen (graag bij Giedi aanmelden). In verband met de groepscohesie is het fijn als je vanaf vrijdagavond tot zondagmiddag aanwezig kan zijn.

## **Praktisch**

Er is niets geregeld op het gebied van eten, drinken en slapen. (Neem mee wat je voor jezelf en/of anderen nodig denkt te hebben). Er is wel een toiletruimte, met een wasbak voor persoonlijke verzorging. Ook is een goed ingerichte keuken beschikbaar. Elektriciteit en warm en koud water zijn er ook. De ruimte kan desgewenst worden verwarmd met een kachel. Hout is aanwezig.

Er zijn in principe geen kosten aan deze retraits verbonden. (Giedi draagt de verantwoordelijkheid voor de huur van de ruimte: €200,-. Een vrijwillige bijdrage in de vorm van geld om zijn kosten te drukken, is uiteraard welkom. Giedi houdt een kasboek bij van de inkomsten en uitgaven) (Wil je toch het liefst in een echt bed slapen en een douche kunnen gebruiken, dan moet je daarvoor €10,- per nacht betalen.) Rondom de stal is een beperkte ruimte om wat tenten op het gras op te zetten.

Voor contact en/of aanmelden: Giedi, 06 5395 2020, [giedi@freedom.nl](mailto:giedi@freedom.nl)