



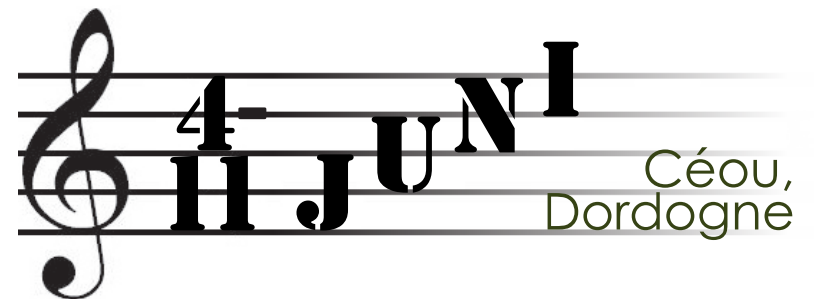
Andromeda

Centrum voor Spiritueel Vorm-geven / School voor Innerlijk Sjamanisme

Ritme



www.spiritueelvormgeven.nl
www.riafontfreide.nl



Ritme

In de Dordogne, aan de rivier de Céou, vindt dit jaar voor de elfde en laatste maal een natuurtraining plaats. Dit jaar met als thema Ritme.

Met onze adem zijn we verbonden met ons ritme van leven. Door onze adem kunnen we ons verbinden met de verschillende levensritmes in de natuur. Door samen met de natuur om ons heen te ademen, kunnen we elkaars wijsheid delen en verkennen hoe wij ons kunnen laten dragen door de ritmes om ons heen.

Het dagprogramma zal je daar elke dag op een andere manier toe uitnodigen.

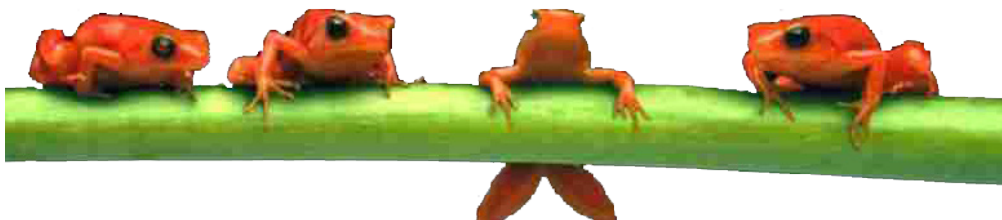
Ga je voor het eerst mee naar de Céou?

Ik zal je meenemen naar de vier windrichtingen, de bronnen van de Céou. We zullen daar werken met het energieveld van het water, de plek eromheen (bomen/planten/stenen). We leren het ritme van de natuur verbinden met onze levensthema's en ons eigen ritme van leven.

"Leren praten met de natuur" is voor iedereen mogelijk als je bereid bent "tijd" te nemen, te luisteren en je te laten leiden.

Ben je al eerder mee geweest, dan zijn er vijf programma mogelijkheden:

1. spiritueel dieptewerk: op een plek aan de Céou elke dag drie uur (van 11 tot 14.00 u) verblijven. Zo kun je de diepte, breedte, hoogte en beweging in jezelf als centrum van het nu verkennen. Voor mensen die de bronnen al verkend hebben.
2. de bronnen verkennen met het thema ritme: meedoen met de meditatie van de beginners op je eigen niveau en met je eigen thema's, bijv. je bestemming, of een levensdilemma.
3. bij de bronnen de trilling van de windrichting ontdekken met je eigen drum (als je de bronnen al kent en geïnaugureerd bent) en contact maken met het wezen van de bron en de verschillende ritmes van de natuur.
4. Je eigen boommedicijn maken op zeven chakra niveaus (voor geïnaugureerde leerlingen)
5. Ritme programma, werken met de verschillende dagritmes en de ritmes van de natuur.



4 - 11 juni

Alle programmaonderdelen lopen van 10.00 tot 14.00 uur.

Basis van de dag:

- stilte vanaf het opstaan tot na het ontbijt
- na het ontbijt, om 10.00 uur, openen we de dag met het ochtendgebed en bespreken we de plannen van de dag
- daarna alleen, met twee/ drie of met de groep op pad naar gelang het programmaonderdeel met stilte als uitgangspunt. Terug om 14.00 uur.
- voor het eten om 17.00 uur delen in de grote groep
- voor het avondeten wordt om beurten voor de groep gekookt. Afhankelijk van de groepsgrootte kan er voor de groep gekookt worden door de campingbeheerder.
- 18.30 uur gezamenlijk avondeten
- 20.30 uur avondritueel met trommels, zang en dankgebed

Behalve de stilte overdag en het delen aan het eind van de middag, is iedereen vrij al dan niet aan het programma deel te nemen. Een dag(deel) luieren of de omgeving verkennen kan altijd.

Kosten training: 400,00 € , exclusief reis en verblijfskosten.

Overmaken voor 28 mei op giro 811822 t.n.v. Andromeda o.v.v. Céou 2011

We kamperen op camping Le Douzou, www.douzou.nl

Reis- en verblijfskosten: afhankelijk van de mogelijkheid om samen te reizen en het aantal inzittenden per auto. De camping is eenvoudig en goedkoop (+/-€14 pppd), Diner 's avonds ongeveer €14,00. Mogelijkheid tot het huren van een mobile home.

Op dinsdagavond 26 april 2011 vindt een kennismakingsbijeenkomst plaats, waar we ook praktische afspraken maken over bijvoorbeeld samen reizen en kamperen.

Geef je op door een mail te sturen naar Rachel Cornelissen rachelcornelissen@gmail.com. Van haar krijg je meer informatie over de organisatie. Opgeven is mogelijk tot 20 april.

Meer informatie over mij en mijn manier van werken vind je op www.spiritueelvormgeven.nl met een aparte site van de Céou.

Ria Font Freide
Spiritueel Vorm-gever

Ritme

Hierbij schrijf ik mij in voor de natuurtraining van 4 juni-11 juni (exclusief reistijd) aan de Céou.

Naam :

Adres:

Postcode:

Woonplaats:

Tel:

Mobiel:

E-mailadres:

Man/vrouw

Geboortedatum:

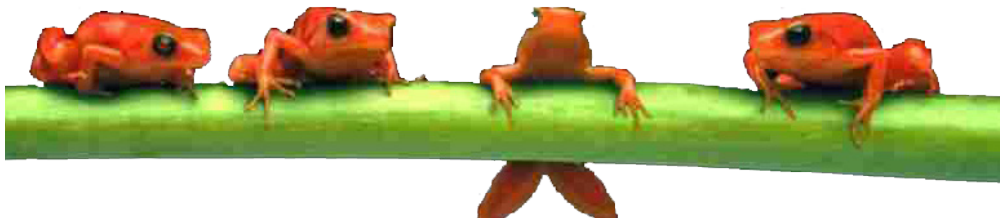
Auto: ja/nee

Indien ja: medereizigers ja/nee

Ik zal €400 overmaken voor 28 mei.

Handtekening:

Opsturen aan Andromeda,
T.a.v. Rachel Cornelissen
Hatertertseveldweg 260
6532 XW Nijmegen
Email: rachelcornelissen@gmail.com



Ritme

Hierbij schrijf ik mij in voor de natuurtraining van 4 juni-11 juni (exclusief reistijd) aan de Céou.

Naam :

Adres:

Postcode:

Woonplaats:

Tel:

Mobiel:

E-mailadres:

Man/vrouw

Geboortedatum:

Auto: ja/nee

Indien ja: medereizigers ja/nee

Ik zal €400 overmaken voor 28 mei.

Handtekening:

Opsturen aan Andromeda,
T.a.v. Rachel Cornelissen
Hatertertseveldweg 260
6532 XW Nijmegen
Email: rachelcornelissen@gmail.com

