

3-Tage Schweige Retreat in Cavaglia

Val Poschiavo 26.- 28. September 2025

Fühlst du dich manchmal erschöpft, suchst nach mehr Ruhe, Klarheit oder möchtest einfach mal eine Pause vom Alltag? Unser schweige Retreat in der kraftvollen und wunderschönen Natur von Cavaglia bietet dir genau diese Gelegenheit:

Drei Tage voller Stille, Achtsamkeit und Bewusst-Sein.

Gemeinsam schweigen und meditieren wir – das sind die Zutaten für eine tiefgehende Erfahrung, die dein Herz berührt und deinen Geist befreien kann. Das Schweigen öffnet dir den Raum, um deine inneren Themen, Emotionen und körperlichen Beschwerden anzuschauen, zu transformieren und loszulassen.

Dieses Retreat ist mehr als nur eine Auszeit: Es ist eine Einladung, deinen persönlichen Seelenpfad zu erkunden, Bewusst-zu sein, Selbstliebe zu stärken und dein Urvertrauen zu vertiefen. Du lernst, wie du die Kraft der Stille in deinen Alltag integrieren kannst, um mehr Leichtigkeit, Klarheit und innere Balance zu gewinnen.

Wir - Ruth und Yvonne - begleiten dich liebevoll auf diesem Weg – egal, ob du schon Erfahrung mit Meditation und Schweigen hast oder ganz neu in diese Praxis eintauchst.

Das Beste: Du kannst jederzeit mit uns in Kontakt treten, um mehr über das Retreat zu erfahren. Ein persönliches Gespräch oder eine E-Mail ist unverbindlich und kann dir helfen, herauszufinden, ob diese Reise zu dir passt. Wir freuen uns auf dein Interesse!

Gönne dir diese besondere Auszeit und “ent-decke”, was in dir steckt.
Wir sind bereit, dich bei deinem

Bewusst-Sein

zu begleiten!

Anmeldeschluss ist der 5. September 2025

Wir können das Retreat mit min. 6 und max. 10 Teilnehmer-/innen durchführen.

www.ojas-energie.ch/retreat
rutosio@bluwin.ch / +41 76 377 52 06