

# Silent Retreat Center



## Silent Retreat Center i Assisi

At være til stede, nærværende, tæt på naturen og i nærheden af Assisi, opleve livet i al sin enkelthed... så er der plads til den indre ro.

Centeret ligger midt i naturen, afsides og for enden af en grusvej – dog kun ti minutters kørsel fra Assisi. Fra huset og haven kan man nyde en overvældende udsigt til bjergene og skovene i den fredede Parco di Monte Subasio.

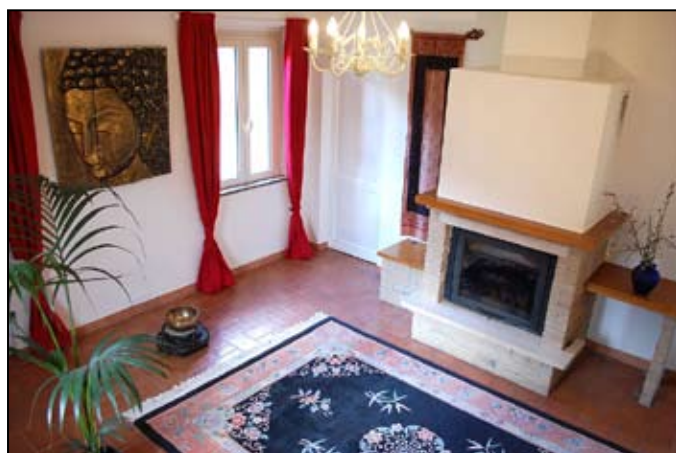
Assisi er en pittoresk middelalderby i Midtitalien. Byen bliver hvert år besøgt af flere millioner pilgrimme. Det var her Frans og Clara levede i 1200-tallet i hver deres kloster i tæt kontakt med det guddommelige, noget man stadigvæk tydeligt kan fornemme.

Da vi ankom første gang til stedet hvor vores center ligger blev vi overvældet af samme følelser som nogen må have haft hundrede år tidligere: "her er der godt at være, lad os slå os ned her." En fin, let og klar energi. Og stille!

Vi bor i stueetagen, hvor vi har to private værelser. Her findes også det store køkken, hvor vi spiser sammen.

Hele førstesalen er beregnet til vore gæster: To dobbeltværelser og et enkeltværelse med fælles badeværelse samt et meditations / musikrum.

Udenfor er der terrasser og haven med forskellige hyggelige hjørner og en olivenlund.



## Et individuelt Retræteophold

Centeret tilbyder hver måned (i perioden maj-september) en uges Stilhedsretreat. Udover disse retræter er det hele året rundt muligt at komme for et *Individuelt Retræteophold*.

Du kan bruge tiden som det bedst passer dig: besøge Assisi på egen hånd, tage på vandreture, læse (eller måske skrive) en bog, lytte til musik, deltage i centerets daglige arbejdsrytme eller bare gøre ingenting...

## Et Individuelt Retræteophold indeholder:

- Samtale ved ankomst og afgang
- Fire korte stille meditationer igennem dagen
- Transport til Perugia busstoppested ved ankomst og afgang

**Dagspris alt inklusiv 95€ / person = ca. 695 Dkr.**  
for kost og logi i enkeltværelse, maks 3 gæster

## Mulige tilkøb

- Shuttle til/fra Assisi: 2x5€
- Guidede ture (ca. tre timer) til Assisis Sacred Places: 50€
- Stolmassage: 45€
- BodyCoaching session: 100€

## Yderligere information

info@silentretreatcenter.com / www.silentretreatcenter.com  
tlf. 0039 075 96 97 604 / mobil 0039 333 47 45 521

