



HOLISTIC WELLNESS

HOLISTICWELLNESS.LV

Retrīts Kiprā

*10.12. –
13.12.
2025.*

Evita Maurmane
Ieva Rūsa



Hologrāfiskais Visums Kiprā

Aicinām Tevi uz īpašu piedzīvojumu - transformējošu praksi ar Dzīvo Visumu, kur satiekas zināšanu gaisma, ķermeņa gudrība un informācijas lauka enerģijas.

Ceļojuma plāns un informācija

Ceļojuma dalībnieki **zina informāciju par praktiskajām lietām un ne vairāk**, jo ceļojuma laikā jūs mācāties, kā strādā intuīcija, telepātija, gaišredzība un ķermeņa atmiņa. Aktivizē šos caur Visuma telpu.

Fiziskā sagatavotība

Šis nav tūristisks brauciens, šis ir transformācijas ceļojums – nepieciešama laba fiziskā un mentālā labsajūta. Šajā ceļojumā mēs strādājam ar zemapiņas informāciju, mainot caur fizisko ķermeni – katru dienu veicam dažādas ķermeņa prakses. Katrs individuāli dodas dabā, garās pastaigās.

Dalības nosacījumi

Lai piedalītos ceļojumā, ir jābūt pieredzei garīgajās praksēs. Dalībniekam jābūt gatavam un ar vēlmi izzināt savu patieso ES, saskarties un transformēt savas traumas un ēnas. Retrītā dodamies bez personībām un EGO. Retrīta laikā nelietojam alkoholu.

Evita Maurmane

Evitas izziņas jomas ir cilvēka ceļš no dzimšanas brīža līdz brieduma gadiem. Cilvēka patiesā būtībā un personības izaugsme, palīdzot integrēt visus unikālos talantus dzīvē.

Evita ir Dvēseļu pavadone, Garīgo prakšu meistare un Augstākās apziņas ceļvede.

Evita ir izkopusi spējas redzēt, dzirdēt un just katras Dvēseles dziļāko būtību.

Grāmatu - "39", "DVESELES ČUKSTI", "LAIKA GRĀMATA" - autore; lektore un autorprogrammu autore.



IZGLĪTĪBA:

MBA uzņēmējdarbības vadībā,
Turība, 2008.

Bakalaura grāds progr. "Skolotājs", "Latviešu valodas skolotājs ārzemju studentiem", LU, 2004.

Sertificēts "DZĪVES TRENERIS" (3D koučings), 2014.

Apzinātība bērniem, DR. K. Villards (PsyD), Growing, Rīga, 2016.

Apzinātība bērnu veselības aprūpē, BKUS Vecāku māja, 2016.

200 h jogas skolotāja apmācība, Hatha/Vinyasa joga, SHRI GAIA INSTITŪTS, Grieķija, 2022.

Studiju kurss "Mākslas terapija – Anatomija", RSU, 2023.

Ieva Rūsa

Ieva Rūsa ir personīgās izaugsmes, apziņas evolūcijas ceļā apguvusi un tagad savā darbā ar cilvēkiem integrē dažādus instrumentus, kas palīdz atvērt apziņu, pabeigt vecus dzīves scenārijus un mainīt domu, vārdu un darbību frekvenci, lai katrs cilvēks varētu apzināties savu patieso Es un enerģētisko potenciālu.

Katrs no šiem instrumentiem ir daļa no Ievas Rūsas personīgās pieredzes - dziļa iekšējā darba un patiesās vēlmes palīdzēt citiem atvērties jaunam apziņas laukam. Ievas Rūsas enerģijas lauks pārveido apziņu, ļaujot realitātei atklāties jaunā līmenī visās dzīves jomās - attiecībās, sevis izpratnē un pārpilnībā.



IZGLĪTĪBA:

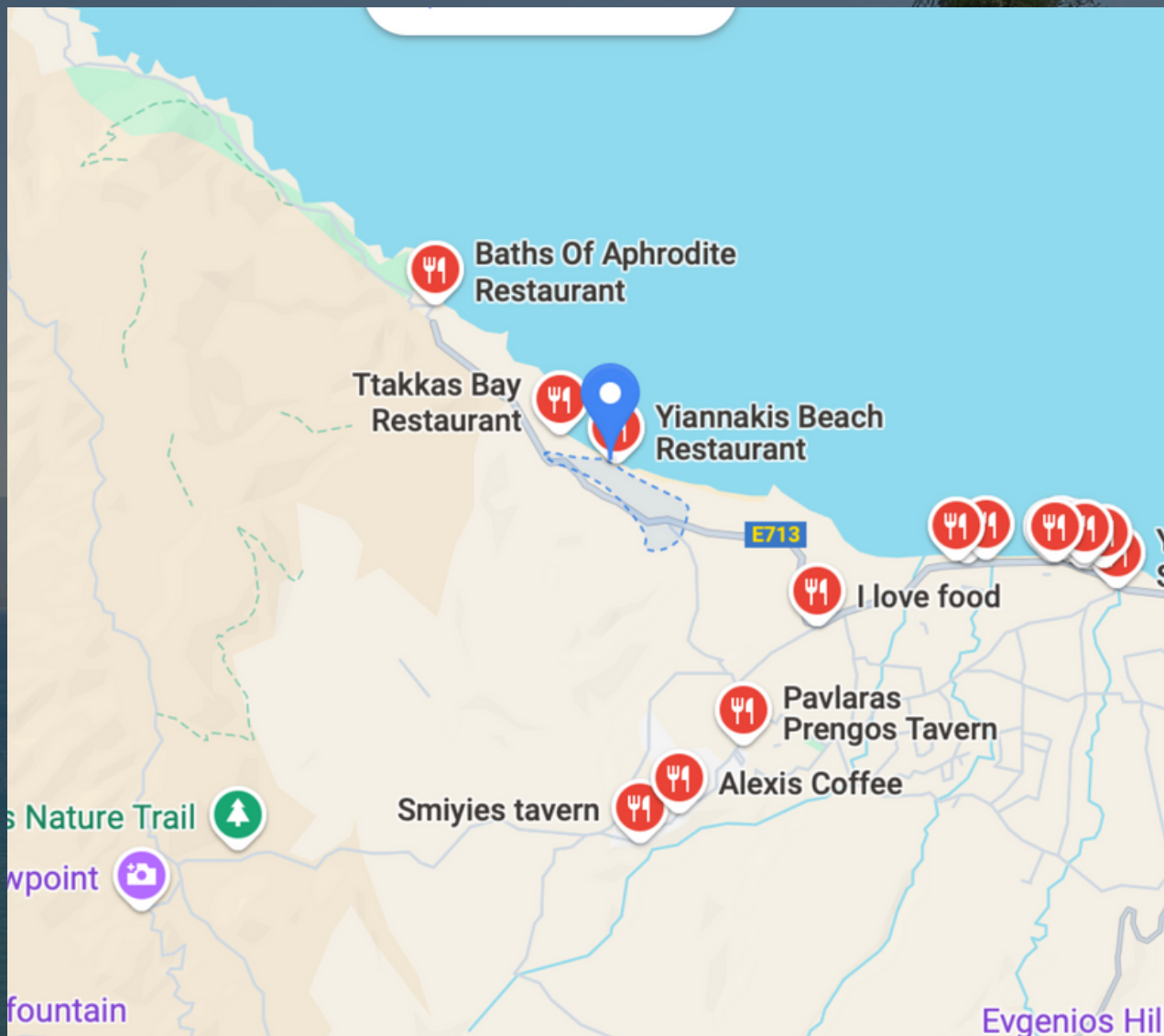
LU Sociālo zinātņu bakalaurs vadībizinātnē
Latvijas Universitāte, 2008.

Ezotēriskā filozofija "Agni joga" 2020.

Online Superconscious State Coaching Academy (Darbs ar apziņas
augstāko līmeni un iekšējo potenciālu) 2024.

Leonīda Barisoviča Talpisa metode "Universālā terapija" 2025.

Retrīta norises vieta



APHRODITE BEACH HOTEL

Retrīta norises vieta ir Ziemeļrietumu Kipra, blakus Afrodītes pludmalei skaistā, mierīgā, zaļā Kīrpas daļā pie jūras. Viss nepieciešamais atrodas dažu minūšu braucienā no viesnīcas.



Biežāk uzdotie jautājumi

Kas ir pēdējais brīdis, lai veiktu rezervāciju?

Parasti grupa nokomplektējas pirmajās retrīta izziņošanas dienās, tādēļ – ja vēlies rezervēt sev vietu grupā, tad dari to pēc iespējas ātrāk un veic depozīta iemaksu.

Ar ko rēķināties, dodoties šādā retrītā?

Jāatceras, ka šis nav tūristisks brauciens. Retrīta laikā notiek dažādi apziņu paplašinoši procesi, lai izstrādātu un pārrakstītu dažādas pārlicības un pieredzes. Tas var izpausties kā fizisks vai mentāls diskomforts. Dalībniekam ir jābūt gatavam, ka šādi procesi var notikt. Katram dalībniekam tiek sniegts individuāls atbalsts tad, kad tas ir nepieciešams.

Kāpēc transferi un ēdināšana ir individuāli un nav iekļauti cenā?

Pēc iepriekšējo retrītu pieredzes, dalībnieki bieži vien nolemj ceļojumu pagarināt pirms vai pēc retrīta, organizējot šo braucienu paši, tādēļ arī ierašanās retrīta vietās un došanās prom ir individuāla. Mēs nodrošinām visu nepieciešamo palīdzību un atbalstu, lai noorganizētu nokļūšanu uz un no retrīta vietas jums ērtā veidā.

Vai ir paredzēts brīvais laiks?

Jā, katrā retrītā ir prakšu laiks un brīvais laiks, kuru varat pavadīt kā vēlaties. Atcerieties, ka retrīts ir garīga prakse un to ievērojam visu retrīta laiku.

Kādas lietas, apģērbs ir nepieciešams?

Parasti dalībniekiem ir rokas bagāža (viens mazais koferis un soma - atkarībā no lidsabiedrības). Ar to pietiek dalībai retrītā. Apģērbam ir jābūt ērtam, lai tajā ir viegli kustēties, staigāt, veikt yogas prakses.

- Iesakām apavus – vieni, kas paredzēti pastaigām – mīļākās, ērtākās, labākās botes, taču ne profesionālie hiking apavi. Svarīgi, lai zole neslid un apavi ventilējas. Otri apavi - maiņas apavi brīvajam laikam - sandales vai iešļūcenes.
- Pasargājamies no saules – saulesbrilles, galvassega, SPF krēms, kreklis ar garām rokām.
- Peldkostīms un viegls, mazs dvieļītis.
- Mugursoma pārgājieniem, pie kuras var piestiprināt yogas paklājiņu.
- Uzpildāma ūdens pudele (cietā vai maisiņš).
- Mikroelementi - minerālvielas un vitamīni, ko lietojat ikdienā.
- Sev nepieciešamās higiēnas lietas. Netālu vienmēr ir kāds veikaliņš, kur iegādāties kaut ko uz vietas.
- Var noderēt takeaway kastīte, ja vēlaties dienas gaitā paņemt līdzi kādu ēdienu. Ja gribas našķoties, tad par to domā katrs pats.

Rezervācijas noteikumi

Rezervācija

Ar ko rēķināties, dodoties šādā retrītā?

Jāatceras, ka šis nav tūristisks brauciens. Retrīta laikā notiek dažādi apziņu paplašinoši procesi, lai izstrādātu un pārrakstītu dažādas pārlicības un pieredzes. Tas var izpausties kā fizisks vai mentāls diskomforts. Dalībniekam ir jābūt gatavam, ka šādi procesi var notikt. Katram dalībniekam tiek sniegts individuāls atbalsts tad, kad tas ir nepieciešams.

Kāpēc transferi un ēdināšana ir individuāli un nav iekļauti cenā?

Pēc iepriekšējo retrītu pieredzes, dalībnieki bieži vien nolemj ceļojumu pagarināt pirms vai pēc retrīta, organizējot šo braucienu paši, tādēļ arī ierašanās retrīta vietās un došanās prom ir individuāla. Mēs nodrošinām visu nepieciešamo palīdzību un atbalstu, lai noorganizētu nokļūšanu uz un no retrīta vietas jums ērtā veidā.

Vai ir paredzēts brīvais laiks?

Jā, katrā retrītā ir prakšu laiks un brīvais laiks, kuru varat pavadīt kā vēlaties. Atcerieties, ka retrīts ir garīga prakse un to ievērojam visu retrīta laiku.

Kādas lietas, apģērbs ir nepieciešams?

Parasti dalībniekiem ir rokas bagāža (viens mazais koferis un soma - atkarībā no lidsabiedrības). Ar to pietiek dalībai retrītā. Apģērbam ir jābūt ērtam, lai tajā ir viegli kustēties, staigāt, veikt yogas prakses.

- Apavi – vieni paredzēti pastaigām – mīļākās, ērtākās, labākās botas, taču ne profesionālie hiking apavi. Svarīgi, lai zole neslīd un apavi ventilējas. Otri apavi - maiņas apavi brīvajam laikam - sandales vai iešļūcenes.
- Pasargājamies no saules – saulesbrilles, galvassega, SPF krēms, kreklis ar garām rokām.
- Peldkostīms un viegls, mazs dvieļītis.
- Viegls yogas paklājiņš vai sedziņa, uz kuras var pildīt praksi. Yogas paklājiņu var ienest lidmašīnā kā rokas bagāžu.
- Mugursoma pārgājieniem, pie kuras var piestiprināt yogas paklājiņu.
- Uzpildāma ūdens pudele (cietā vai maisiņš).
- Mikroelementi - minerālvielas un vitamīni, ko lietojat ikdienā.
- Sev nepieciešamās higiēnas lietas. Netālu vienmēr ir kāds veikaliņš, kur iegādāties kaut ko uz vietas.
- Var noderēt takeaway kastīte, ja vēlaties dienas gaitā paņemt līdzīgu ēdienu. Ja gribas našķoties, tad par to domā katrs pats.



CENA - dalība retrītā €550+PVN

Papildus - aviobiļetes
Rīga - Paphos - Rīga (ap €180)

Cena par nakti divvietīgā numurā* ar
brokastīm 2 pers. €85/ 42.50 € no personas

Cena par nakti vienvietīgā standarta numurā ar
brokastīm €70

Vakariņas viesnīcā – €18 par nakti**

Viesnīcas novērtējums Booking platformā 9.2

Transfērs no un uz lidostu – individuāls un nav
iekļauts cenā***

*palīdzam atrast istabas biedru palikšanai divvietīgā
numurā

**pēc izvēles – var izvēlēties vakariņošanas vietu pats

***palīdzam atrast un rezervēt labāko variantu

Ko Tu iegūsi

- Tu attīstīsi savu intuīciju, dabiskās spējas, gaišredzību
- Tu attīrīsi Dvēseles atmiņas no iepriekšējo inkarnāciju pieredzēm, kas traucē doties tālāk realizācijā
- Transformēsim traumas un blokus, izmantojot ķermeņa apziņu
- Tu iemācīsies ieklausīties savā ķermenī, lai spētu palīdzēt sev nākotnē
- Katrs retrīts ir neatkārojama pieredze ceļā pie sevis
- Satikt sevi kā daļu no Dzīvā Visuma – piedzīvot, kā katrs mirklis atspoguļojas Tavā iekšējā hologrammā, un kā Tu vari to pārveidot ar klātbūtni, mīlestību un apzinātību
- Saņemsi arī instrukcijas, jo tie ir ATSLĒGAS mehānismi ikdienas dzīvei - kā mainīt iekšējos stāvokļus, tēlus, reakcijas, lai virzītu enerģiju no nulles punkta ikdienas situācijās, kā arī lai mēs spētu būt savā kodolā - saiknē ar savu patieso būtību.

CEĻOJUMS BEZ EGO SPĒLĒM



HOLISTIC WELLNESS

HOLISTICWELLNESS.LV

Pieteikšanās

evita@holisticwellness.lv

<https://holisticwellness.lv>

info@ievarusa.com

<https://ievarusa.com/lv/>

Depozīts: €150 + PVN

