



International Research Institute for Science and Spirituality



Ritiro in presenza con Roberta

UNICA DATA ITALIANA APERTA A TUTTI

12-15 DICEMBRE 2024

PONTE d'ASSI, GUBBIO

POSTI LIMITATI

CONTRIBUTO FACILITATO FINO AL 27 LUGLIO 2024

~~€420~~ € **250**

Dal **12 dicembre 2024** (giorno di arrivo in struttura con cena), il ritiro comincerà la sera del 12 dicembre e continuerà la mattina del **13 dicembre fino al 15 dicembre 2024** nel primo pomeriggio in cui entreremo in un'esperienza immersiva.

La sera del **13 dicembre** festeggeremo insieme **IRIS – Istituto Internazionale di Ricerca Scienza e Spiritualità** -, il cui acronimo è strettamente connesso agli **occhi**. E' per questo che la festa annuale di IRIS cade ogni anno il 13 dicembre, giorno di **Santa Lucia** protettrice degli occhi e della vista e del ritorno della Luca. Anticamente si collocava a Santa Lucia il **solstizio d'inverno**.

Durante questo ritiro in presenza, esploreremo conoscenze e sperimentazioni per aprirci all'esperienza di una **visione più ampia ed elevata della realtà**.

Alterneremo lavoro sulla vista, sul respiro, sul corpo nella sale e in natura.



Un viaggio nelle potenzialità della mente, della vista e del respiro in cui Roberta ci porterà a sprimentare uno stato di integrità, leggerezza e felicità: nella parola, nei sospesi, nel vuoto, nel dono, nella meraviglia e nella pace.

Per sperimentare e toccare con mano come e quanto un percorso di consapevolezza faccia bene alla nostra salute.

Per sperimentare come il respiro e la vista possano cambiare la struttura del cervello, la meraviglia ci faccia restare giovani e alcuni abbracci siano capaci di guarirci davvero.

Per comprendere quanto lasciar andare il passato liberi la mente dalle tensioni e crei i presupposti per accogliere relazioni felici e progetti che amiamo

❖ **Uno spazio di consapevolezza, presenza e realizzazione.** Un'esperienza di **profonda riconnessione** con la **natura**, con la **nostra natura interiore** e con il **significato autentico di se stessi e della vita.**

❖ **3 giorni di ritiro dedicati, al respiro, ai nostri occhi, alla bioriconnessione ai ritmi circadiani, all'Heliosis – l'antico Codice della Luce (nutrirsi e guarire con la luce)**

❖ **Un'esperienza di consapevolezza insieme**

❖ **Un viaggio interiore profondo ed esperienziale per riconoscerci integri nell'Uno insieme alla nostra famiglia nel mondo**

❖ **Un momento celebrativo insieme come Community di iRIS, per iRIS, per i nostri occhi, per il ritorno della Luce**



International Research Institute for Science and Spirituality



CASA
SANGAM

Cosa stai per vivere

in questo viaggio insieme:

Non si tratta solo di un ritiro, né di una semplice vacanza. Stai per immergerti in un'esperienza unica in cui sperimenterai concretamente una nuova consapevolezza di te.

1. Calmare la mente

Il senso delle cose risiede nella tua presenza consapevole in esse. Gli stati contemplativi hanno un impatto profondo non solo su salute, benessere e qualità della vita, ma soprattutto nella dimensione esistenziale, nella scoperta della propria vocazione e del significato e proposito della propria vita.

2. Aprirsi a una nuova possibilità di vedere le cose

Se guardi bene, ogni finestra si affaccia sempre e solo dentro di te. Poter osservare il mondo, le relazioni, le emozioni, i pensieri, le situazioni e se stessi da una diversa prospettiva ci permetterà di sperimentare una più profonda consapevolezza che rilassa gli occhi e apre il cuore: Per essere meno reattivi, più equanimi e saggi di fronte ai contesti che viviamo.

3. Arrendersi alla vita

Sperimenteremo la purezza del cuore, la chiarezza della mente e la fiducia fondamentale nella vita, per il beneficio di tutti gli esseri viventi.

4. Ritornare alla Natura

Così come al sorgere del sole in un attimo è giorno, con la stessa rapidità diveniamo ciò che vogliamo conoscere. Vivremo insieme l'esperienza del riallineamento ai bioritmi circadiani naturali: la via maestra per una piena realizzazione di noi stessi e del proposito della nostra parte più autentica e vera; verso la scoperta della nostra vocazione e dei nostri talenti.



International Research Institute for Science and Spirituality



DOVE

Un'esperienza di benessere e di bellezza

Incastonato nel cuore verde dell'Umbria, Casa Sangam è un rifugio olistico che offre uno spazio per **connettersi** con la natura, **riscoprendo l'equilibrio** tra corpo, mente e spirito. Qui si svolgerà questo retreat unico.

Un'Oasi di Pace a Pochi Passi da Mete Importanti

Un'incantevole **dimora per i retreat**, un'esperienza avvolta da spiritualità e **unione con la natura**.

Casa Sangam è situata **nell'incantevole Umbria**, vicino a Gubbio e Assisi, a breve distanza da un **lago privato a completa disposizione degli ospiti** e strade panoramiche.

È **facilmente raggiungibile** dalla stazione di Fossato di Vico e dagli aeroporti di Perugia, Roma, Firenze e Bologna, facilitando gli arrivi **sia in treno che in aereo**.

Uno Spazio per la Pratica e il Benessere

Un luogo di **profonda immersione**, dove gli spiriti in ricerca trovano il **rifugio ideale**.

Casa Sangam è situata all'interno della rigogliosa **Tenuta di Fassia**.

La filosofia di quest spazio riflette quella del proprietario della tenuta, Piero Senatore Musini, un **viaggiatore tra Oriente e Occidente** alla ricerca di una consapevolezza **oltre la materia**.

Fondata nel 1994, Casa Sangam è parte integrante della Tenuta di Fassia e nasce per **avvicinare** le persone alla dimensione **olistica e spirituale**.

L'ambiente favorisce la connessione con la natura, incoraggiando uno stile di vita attivo e sano, con **interazioni autentiche** tra gli ospiti.



International Research Institute for Science and Spirituality



La struttura si impegna anche nella gestione agricola, coltivando alimenti sani e genuini all'interno della Tenuta stessa **riducendo l'impatto ambientale** e offrendo **prodotti salutary** nel proprio ristorante.



Durante il ritiro, i partecipanti saranno deliziati da menù vegetariani e vegani curati con attenzione.

Il viaggio culinario

Alla base della filosofia di Casa Sangam c'è una cucina che va oltre il semplice nutrimento del corpo.

Ogni pasto preparato è un atto consapevole, un'armoniosa fusione di **ingredienti biologici** provenienti dall'azienda agricola KEBIO, uniti con un'intenzione spirituale.

L'accento è posto sull'alimentazione **vegana e vegetariana**, che non è solo una scelta di dieta, ma un modo per coltivare il rispetto per il corpo e per l'ambiente circostante.

Ogni piatto, cucinato **con amore e attenzione**, non solo soddisfa il palato, ma nutre anche l'anima, trasmettendo un'energia particolare che si lega alla filosofia olistica di Casa Sangam.



International Research Institute for Science and Spirituality



- **Post-ritiro**

Dopo aver vissuto l'esperienza, potrai seguire se lo vorrai il tradizionale percorso online delle 12 notti magiche dal 21 dicembre al 5 gennaio, incluso nella quota

Vedi video della conferenza: [Le 12 Notti Magiche. L'antica tradizione del Tempo fuori dai Tempi. Dr. Roberta Rio - YouTube](#)

- **In questo percorso sarai guidato/a da Roberta**



Dr. Roberta Rio

Dottore in Storia. Docente e riferimento internazionale nelle scienze del riequilibrio tra corpo mente e anima. I suoi studi partono dalla comparazione tra gli scritti antichi e le attuali scoperte della scienza e in questo modo il suo servizio fa da ponte tra saperi antichi e le attuali scoperte scientifiche. I risvolti sono duplici: cognitivi (libri, conferenze) ed esperienziali (seminari, percorsi formativi).

Austriaca di origini italiane, ha scritto e pubblicato numerosi libri e articoli di fama internazionale. Per la prestigiosa Casa Editrice austriaca "Edition a" di Vienna è autrice del bestseller "Effetto Topofilia. Come i luoghi agiscono su di noi" (2020), distribuito in Italia da "Il Giardino dei libri" e da "Macrolibrarsi".

È co-fondatrice dell' **Istituto Internazionale di Ricerca Scienza e Spiritualità (IRIS)** e della **Scuola IRIS Alchemy School for Life**, un percorso formativo ed esperienziale che ha come obiettivo la diffusione del pensiero e delle Antiche Pratiche dell'Arte Alchemica, oggi spiegabili dalla Fisica Quantistica, dalle Neuroscienze e non solo. Il fine del percorso è quello di fornire strumenti per permettere all'Essere Umano di portare in equilibrio il Corpo, la Mente e l'Anima per una vita sana e felice.



International Research Institute for Science and Spirituality



Link: [IRIS – International Institute for Science and Spirituality Research](#)

Link: [Scuola di Alchimia – IRIS \(iris-one.org\)](#)

FAQ

Vitto e alloggio sono inclusi?

La quota comprende l'esperienza immersiva di 3 giorni e tutte le pratiche pianificate. Con la partecipazione al percorso **i partecipanti si impegnano ad alloggiare a Casa Sangam**. Vitto e alloggio non sono inclusi nel costo. La partecipazione all'intensivo prevede l'acquisto di un pacchetto completo dal 12 dicembre 2024 al 15 dicembre 2024. Ecco i pacchetti esclusivi a Casa Sangam riservati ai partecipanti del Retreat:

Quote a persona in pensione complete (3 notti)

- Sistemazione in camera Dus: € 360,--
- Sistemazione in camera doppia: € 270,--
- Sistemazione in camera doppia bagno condiviso: € 255,--
- Sistemazione in camera camera tripla: € 255,--
- Tripla bagno condiviso: € 240,--
- Quadrupla: € 240,--

Tassa di soggiorno 2 Euro per un massimo di 4 giorni

Cani e gatti: 15 Euro di costo per pulizia finale

Vedi immagini: [Alloggi - Casa Sangam](#)

Sito: [Casa Sangam](#)

Per confermare il tuo posto occorre effettuare un bonifico di € 250,-- per il percorso + € 90,-- per l'alloggio. Chi si iscrive entro il 27 luglio 2024, fruendo così della quota di partecipazione agevolata, è tenuto anche al pagamento dell'intero importo entro quella data.



International Research Institute for Science and Spirituality



In caso di impossibilità alla partecipazione:

- In caso di cancellazione la caparra di € 250,-- per il percorso + € 90,-- per l'alloggio non verrà restituita ma verrà emesso un buono per un percorso futuro di IRIS della validità di 1 anno. Scrivi a iris@iris-one.org
- Eventuali altri acconti o importi versati invece alla struttura per vitto, alloggio dovranno essere concordati con la struttura

Si, puoi richiedere fattura per la sola parte referente alla formazione inviando un email e la distinta di pagamento a iris@iris-one.org. Per la quota relativa al vitto e all'alloggio dovrai contattare direttamente la struttura.

Immergiti in quest'esperienza straordinaria

Con un contributo facilitato valido fino al 27 luglio 2024

Posti limitati

Siamo qui per te.

Per maggiori info scrivici

via mail a: iris@iris-one.org

o mandaci un messaggio via WhatsApp a: [379 1294044](https://wa.me/3791294044)

(solo messaggi)



Fantastici dintorni

- **Laghi private a pochi metri**

I tre laghi privati della struttura sono un'oasi tranquilla, ideale sia per pratiche olistiche e momenti di connessione con la natura che per momenti di svago e relax.

- **Arte e Storia a pochi KM**

Una ricca varietà di musei offre un viaggio affascinante nella storia, nell'arte e nella cultura.

- **Parco Monte Cucco a pochi KM**

Una dorsale battuta dal vento, che rappresenta uno dei luoghi più panoramici del Centro Italia.

- **Basilica di San Francesco a pochi KM**

La Basilica di San Francesco, un simbolo di spiritualità e arte, incanta con la sua magnificenza. Questo luogo sacro, testimone di fede e storia, ospita capolavori artistici senza pari, offrendo ai visitatori un'esperienza mistica e culturale senza eguali.

- **Teatro Romano A pochi KM**

L'antica struttura, testimone del passato glorioso, offre uno sguardo affascinante sulla storia e sull'architettura romana, immergendo i visitatori in un'atmosfera senza tempo.

Cosa vedere a Gubbio a dicembre

- L'Albero di Natale a **Gubbio** è il più grande del mondo che verrà acceso il 7 di dicembre
- I mercatini di Natale di **Gubbio**, la porta d'accesso alla città ...
- **Cosa vedere a Gubbio** a Natale: il tour della città ...
- Il Presepe vivente di **Gubbio**, suggestività in 120 figure. ...
- La funivia a **Gubbio** per **Vedere** la città dall'alto.