

Retiro vivencial en Marruecos

"Un viaje hacia dentro en una tierra que despierta el alma"

Facilitado por Nancy Silva

Terapeuta gestáltica y facilitadora de procesos de transformación. Desde hace más de 18 años acompaño a personas en momentos clave de sus vidas, integrando cuerpo, emoción, arte y símbolo desde una mirada profunda, cálida y comprometida.

Este viaje es una invitación a recorrer Marruecos desde el alma: un recorrido exterior por paisajes que quiebran el tiempo, y un viaje interior hacia nuestras raíces emocionales, nuestros silencios y lo que está listo para florecer.

Durante siete días caminaremos entre dunas, pueblos nómadas y cielos estrellados, al tiempo que nos abrimos a un movimiento interno sostenido por dinámicas simbólicas, gestálticas y creativas.

No se trata de resolver. Se trata de habitar(nos), de darnos permiso para escuchar(nos), para soltar, para sentir, un tiempo para parar y conectar con tu verdad interior, con respeto, presencia y alma.

🌐 Más información sobre mi trabajo:

www.apertasdecores.com

✨ PROPÓSITOS SIMBÓLICOS DE CADA DÍA ✨

● DÍA 1 - "Las puertas que se abren"

Nos encontramos, sembramos propósito y abrimos espacio a lo auténtico.

● DÍA 2 - "Cuerpo, tierra... aquí empieza mi renacimiento"

Soltamos lo viejo, tocamos tierra y escuchamos lo que germina en el silencio fértil.

● DÍA 3 - "Cuando dejo salir mi voz, ocupo mi lugar"

Damos voz a lo callado. Cuerpo, verdad y expresión genuina.

● DÍA 4 - "Celebrar lo que vibra en mí"

En el ecuador del viaje, el cuerpo se vuelve ritmo, expresión y pertenencia. Celebramos lo que vibra dentro y entre nosotras

■ DÍA 5 - "El peso de la esclavitud... y las cadenas invisibles que me habitan"

Reconocemos nuestras sombras, soltamos lo que nos oprime y celebramos la libertad que empieza a despertar dentro.

● DÍA 6 - "Cuidar lo que nace en mí... para no perderme cuando vuelva al mundo"

Cultivamos la ternura y el autocuidado. Damos espacio y raíz a lo nuevo que brota en nosotras.

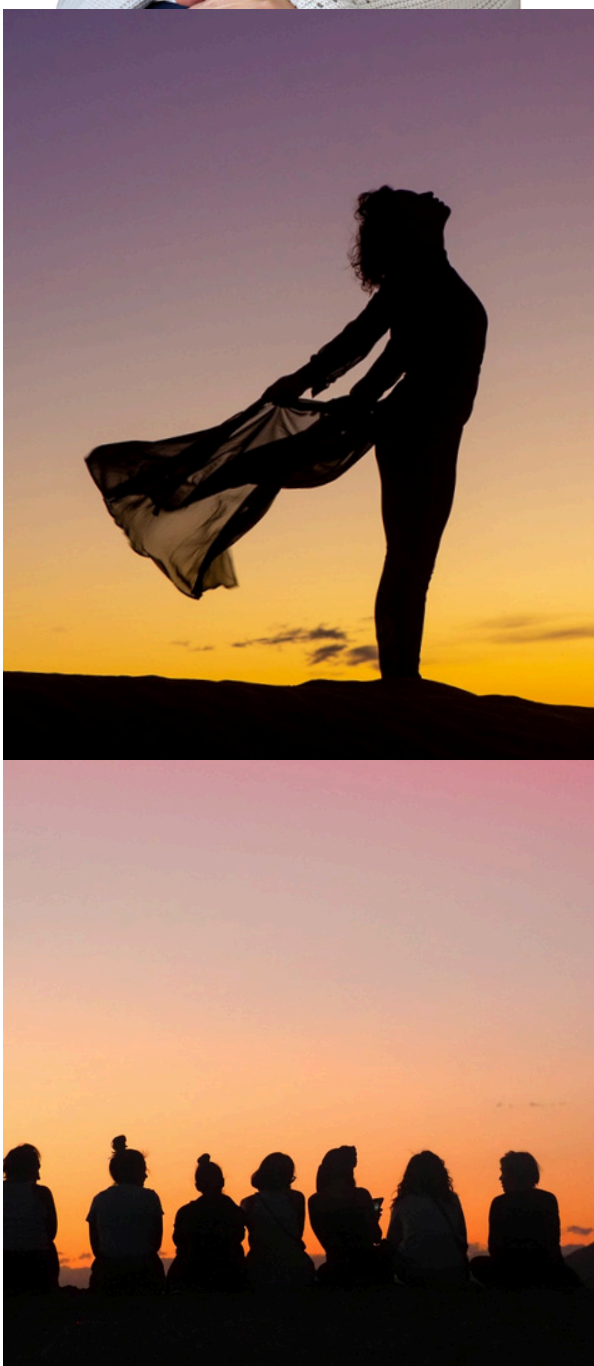
● DÍA 7 - "Elijo quedarme conmigo... aunque el mundo vuelva a rugir"

Anclaje interior, Ensayamos volver al mundo sin perdernos.

🌙 "Termina un viaje... y empieza otro con la semilla que me habita"

Tránsito final

Cierre amoroso. Volvemos a casa con luz y propósito, llevando dentro el eco del desierto y una semilla encendida para el camino.





Día
21/11

Itinerario

Marrakech-desierto

8 Días / 7 Noches

LLEGADA A MARRAKECH -OUARZAZATE

Recogida en el aeropuerto de Marrakech y traslado al Riad en la medina. Resto del día libre

DÍA 1 - “Las puertas que se abren”

Inicio del grupo - Bienvenida emocional

Creamos un espacio íntimo y cuidado donde comenzar a formar grupo desde la autenticidad y la escucha. A través de dinámicas suaves, rituales sencillos y el uso simbólico de un cuaderno personal que se os entregara, sembramos la intención con la que cada persona inicia el viaje.

No se busca explicar ni definirse. Solo estar, respirar y abrir una puerta interior.



Día
22/11

ALTO ATLAS- AIT BEN HADDOU- VALLE DE DADES

Comenzaremos nuestro tránsito hacia el desierto, madrugaremos, nuestra primera parada será en el Ksar Ait Ben Haddou una fortificación de adobe dónde se han rodado numerosas películas como Gladiator, atravesaremos valle de las Rosas y llegaremos al Valle del Dades dónde pasaremos la noche.

DÍA 2 - “Cuerpo, tierra... aquí empieza mi renacimiento”

Transición al desierto - Contacto con lo esencial

Comenzamos el tránsito hacia el desierto deteniéndonos en un palmeral, donde realizamos un ritual de paso: limpieza con agua, palabra semilla y cruce simbólico. Al llegar a las dunas, facilitamos un ritual psicomágico de enterramiento simbólico o creación en la arena: un acto de rendición a la tierra, para dejar morir lo que ya no necesitamos y renacer con fuerza nueva. Cerramos con un gesto de bendición con agua, integrando el cuerpo como territorio fértil.





Día
23/11

TINERHIR - TODRA- DESIERTO DE DUNAS

Sesion matinal antes del desayuno, hoy atravesaremos el valle el Todra, pasando por poblaciones que parecen salidas de un pesebre como Tinerhir, subiremos hacia las gargantas del Todra donde podremos tener un contacto con el Agua, por la tarde cambiaremos el vehículo a motor por los dromedarios que nos adentraran en las dunas para tener un momento inolvidable ante la grandiosidad del desierto. Traslado al campamento y noche de fuego y tambores.

● DÍA 3 - “Cuando dejo salir mi voz, ocupo mi lugar”

Día de ruta y expresión corporal

Este día facilitamos un espacio de conexión entre cuerpo y voz. El movimiento libre y los tambores nos ayudan a abrir el canal expresivo, a soltar bloqueos y a dejar que la voz empiece a emerger desde un lugar auténtico.

Por la noche, nos reunimos en círculo bajo las estrellas para compartir un ritual colectivo de expresión vocal. Cada persona puede dejar salir un sonido, un canto espontáneo, algo que brote sin forzar.

Al expresar juntas, reconocemos que no estamos solas. Que la voz puede ser presencia, raíz y pertenencia.



Día
24/11

VUELTA A LAS DUNAS -KHAMILIA -CAMPAMENTOS NOMADAS

Sesion matinal antes del desayuno, en los alrededores del campamento, los 4x4 pasarán a recogernos, hoy bordearemos el macizo de Erg Chebbi, parando en los campamentos nómadas dónde tomaremos un té con ellos y veremos su forma de vida, continuaremos hasta las minas de MFiss y el pueblo de Khamilia, antiguos esclavos procedentes del Africa Negra, donde nos harán una muestra de la musica gnawa. Despues de la comida traslado al campamento y tarde de dinamica, por la noche haremos un pequeño paseo a traves de las estrellas y tambores africanos. frente a un fuego tierra

● DÍA 4 - “Celebrar lo que vibra en mí”

Es tiempo de sentir la vida que me pulsa por dentro

Estamos en el ecuador del viaje.

Un momento de pausa y reencuentro con la energía vital, con el pulso que late más allá de las palabras. Hoy el camino nos lleva al encuentro con lo vivo.

Nos adentramos en otras formas de estar, de habitar el cuerpo y el ritmo del mundo. Visitamos los campamentos nómadas, compartimos un té con sus habitantes y escuchamos la música ancestral de Khamilia, nacida de las raíces africanas.

Por la tarde, facilitamos un espacio de expresión corporal y musical para integrar lo vivido: a través del ritmo, del cuerpo, del gozo, del fuego.

Una celebración sencilla y real que nos permite estar juntas desde otro lugar, sin máscaras, sin explicaciones.





Día
25/11

CARCEL PORTUGUESA - MERCADO DE RISSANI - MAISON BOUTCHAFRINE

Dinamica antes del desayuno, en los alrededores del campamento.

Hoy pasara nuestro transporte a buscarnos, el día de hoy tambien va de esclavitud, primero visitaremos la carcel Portuguesa caminando (Ithoras), una formación rocosa que sirvió de mercado de esclavos a los Portugueses, la mayoría de los afrodescendientes brasilerios fueron comprados aqui, continuaremos hacia el mercado de Rissani que aun hoy en dia conserva su esencia de las antiguas rutas caravaneras que venian del Africa Subsahariana, tiempo para comer Y traslado a la Maison Boutchafrine

● DÍA 5- “El peso de la esclavitud... y las cadenas invisibles que me habitan”

La cárcel simbólica - Ritual de peso y cierre en el desierto

Caminaremos en silencio hacia una antigua cárcel portuguesa, cargando simbólicamente una piedra: el peso de la culpa, los miedos heredados, las cadenas invisibles del día a día. Al llegar a la cima, realizamos un gesto de liberación: dejar la piedra, escribir una frase, quemar o enterrar lo que ya no queremos cargar. Por la tarde, prepararemos un altar colectivo y por la noche celebraremos "El paso del héroe", un ritual de fuego, transformación y renacimiento con símbolos, agua, y palabras sagradas.



Día
26/11

DESIERTO - ANTI ATLAS - AGDZ

Hoy desayunaremos temprano y transitaremos por una carretera totalmente subsahariana, atravesaremos el valle del rio Draa, el más extenso palmeral salvaje de Marruecos hoy dormiremos en un lugar muy auténtico dentro del Palmeral del Río Draa

■ DÍA 6 - “Cuidar lo que nace en mí... para no perderme cuando vuelva al mundo”

Día de retiro e intimidad

Este día es un oasis para el alma. En un espacio íntimo y bello, con vistas y calma, en el cual propongo dinámicas suaves de autocuidado, arte espontáneo, silencio consciente y celebración grupal ligera.

Es un tiempo para digerir lo vivido, integrar lo que ha brotado y sostenerse en la calma. No hay exigencia, solo opciones: estiramientos, escritura libre, compartir o simplemente estar. El cuerpo descansa, y lo nuevo se va asentando con ternura.





Día
27/11

TREKKING - OUARZAZATE -ALTO ATLAS - MARRAKECH

Después del desayuno, haremos un pequeño trekking dentro del palmeral del Valla de Draa, el más importante de todo Marruecos, después continuaremos atravesando el alto Atlas hasta llegar a Marrakech, tiempo libre en Marrakech

● **DÍA 7 - “Elijo quedarme conmigo... aunque el mundo vuelva a rugir”**

Vuelta a Marrakech - Reentrada al mundo

Regresaremos al bullicio de la ciudad, al ruido del zoco, a la vida en movimiento. Este día es clave para no perder lo sembrado. La propuesta es una prácticas de anclaje: escribir una carta a sí mismas, crear un símbolo de anclaje o compartir una palabra de lo vivido. Es un ensayo real para sostenernos por dentro en medio del ruido. Porque el mundo vuelve... pero yo puedo quedarme en mí.



Día
28/11

MARRAKECH - TRASLADO AL AEROPUERTO

Traslado al aeropuerto de Marrakech en función de la hora del vuelo. Tiempo libre en la medina hasta el transfer

● **DÍA 8 - “Termina un viaje... y empieza otro con la semilla que me habita”**

Despedida y regreso a casa

En el desayuno final, celebraremos un cierre simbólico del proceso y un nuevo comienzo en el cual compartimos una frase, recuperamos el símbolo personal y nos regalemos una palabras entre compañeras. Lo vivido no se queda en el desierto, nos lo llevamos dentro. El retiro termina, pero el viaje profundo acaba de empezar. Y lo que se sembró... ya echó raíces.



825 €

Condiciones

Incluye

- Habitación dobles o triples en todos los alojamientos (tasas incluidas)
- Todos los desayunos y cenas a excepción de las cenas de Marrakech
- Transporte 4x4, minivan o minibus en función del número de personas
- Camel Trekk
- Visita guiada en Ksar Ait Ben Haddou
- Trakking en el Palmeral del Valle del Draa
- Vuelta a las dunas en 4x4
- Sesión Un paseo por las estrellas
- Dinámicas de grupo
- Todos los transfers a los aeropuertos tanto de vuelos internos como internacionales
- Asistencia online de la Agencia

No Incluye

- Vuelos / Seguro de Viaje
- Comidas Medio Día y cenas de Marrakech
- Bebidas que no estén incluidas en las cenas y desayunos
- Entradas a Monumentos
- Propinas / Compras personales

Tarifas

Mínimo 5 personas, máximo 7 personas

825€/persona

Hoteles

Hoteles o similares

MARRAKECH : RIAD AZCONA /TASSILI /COLOR SAFRA /ROUMANA

ERFOUD: MAISON BOUTCHAFRINE

DESIERTO; TATOOINE STARS CAMP

AGDZ: HARA OASIS

DADES: PANORAMA DADES / TIZARIOUINE

- **Todos los hoteles disponen de baño privado**

Consideraciones

DESDE OPORTO

IDA 21/11 - OPORTO MARRAKECH

VUELO RECOMENDADO RYANAIR FR 5465

Salida Oporto 15:50 Llegada a Marrakech 18:45 H

VUELTA 28/11 - MARRAKECH OPORTO

VUELO RECOMENDADO RYANAIR FR9349

Salida de Marrakech a las 15:15 H Llegada a Oporto 14:40

DESDE MADRID

IDA 21/11 - MADRID MARRAKECH

VUELO RECOMENDADO RYANAIR FR6721

Salida Madrid 16:10 Llegada a Marrakech 18:15 H

VUELTA 28/11 - MARRAKECH MADRID

VUELO RECOMENDADO RYANAIR FR6721

Salida de Marrakech a las 16:10 H Llegada a Madrid 18:15

Vuelos recomendados

Reserva

- El viaje se reserva, en el momento en el que tenéis los billetes de avión comprados, entonces se hace una paga y señal de 50 €/persona, en un número de cuenta español y el resto se abona en mano y en efectivo en Marruecos. Cuando todo está reservado se os entrega un recibo de servicios contratados, donde se especifica absolutamente todo.

Extras

Posibles Extras que podéis añadir

BUGGY :120 € (2 Personas, 1h30)

QUAD: 45 € (1 Persona , 1h30)

CURSO DE COCINA: 70 €/PERSONA

DANZA DEL VIENTRE: 25 €/PERSONA

CERAMICA: 30 €/PERSONA

www.descubriendomarruecos.com

info@descubriendomarruecos.com

whatsapp: +34689155057

descubriendo
MARRUECOS

ICE: 002315773000038