

# VIAJE A TUNEZ

## EL MENSAJE DEL DESIERTO

*Sin duda para escuchar, observar... para descifrar el lenguaje de la vida, el lugar más idóneo es el desierto. En este itinerario hacia él nos proponemos sintonizar con su silencio, para desde ahí conectar con el mensaje más recóndito de cada uno de nosotros, con el sendero que nos conduce a lo más profundo de nuestro ser.*

*Las inigualables puestas de sol sobre las dunas, los relajantes baños en los oasis de aguas termales. El mágico fulgor de las noches del Sahara, los sutiles sonidos de la naturaleza, las danzas con los beréberes, las travesías en todoterreno o camello... serán algunas de las actividades que compaginaremos con talleres, meditaciones, juegos y fiestas.*

*No se trata de un viaje turístico, sino de un itinerario hacia el corazón del desierto, en el cual la comunicación y ja sorpresa serán protagonistas constantes y, sobre todo, será una apasionante ejercicio de observación para comprender el mensaje que la vida nos tiene reservado a cada uno.*

### TALLER: EL MENSAJE DEL DESIERTO

- Preparándonos para trabajar. La limpieza interior.
- ¿Cuál es tu leyenda personal?
- La síntesis de los opuestos. Las dos polaridades de la personalidad, un trabajo de integración.
- Soy pura posibilidad. El yo transpersonal. El observador. La potencialidad pura.
- Ejercicios de energetización: respiraciones, estiramientos, yoga...
- Trekking a través de las dunas. Silencio interior. Experiencia de totalidad mediante la meditación contemplativa.
- Propósitos y estrategias personales para lograr los objetivos deseados.

### OBJETIVO

- Conectar con las propias inquietudes y anhelos del momento

actual.

- Descubrir las zonas de luz y sombra de la personalidad externa.
- Hacernos conscientes de nuestras respuestas y reacciones emocionales ante las vicisitudes que el "viaje" nos puede presentar. O Rescatar la esencia de nuestro ser (el yo Transpersonal).
- Reconocer las potencialidades con las que contamos y cómo podemos ponerlas al servicio de los demás y de nosotros mismos.
- Sentir el silencio del desierto como una experiencia viva donde nuestro interior despierta a las potencialidades que estaban dormidas.

## ITINERARIO

### DIA 1º

Salida desde Madrid

Llegada a Monastir

Traslado en autobús hasta la ciudad de Sfax

### DIA 2º

Salida en todo terreno hacia Douz. "La puerta del Desierto", cruzando el lago salado "cholt el - Herid"

Llegada al hotel "Sahara Douz". Dispone de una piscina termal de agua sulfurosa y baño turco.

Comida en el hotel.

Tarde taller en el desierto. Puesta de sol.

Noche: cena berebere opcional con espectáculo de jinetes a caballo, danza.

### DIA 3º

Mañana: salida hacia el oasis de en todoterreno. En este bello y solitario oasis encontraremos una curiosa piscina natural de aguas termales.

Comida en el campamento.

Tarde: taller en las dunas. Puesta de sol.

Cena en el campamento.

### DIA 4º

Taller en las dunas.

Comida en el campamento.

Tarde: salida en camello hasta las ruinas del fuerte romano.

Veremos desde allí la puesta de sol.

Cena y fiesta.

### DIA 5º

Mañana libre.

Comeremos en el campamento para salir a continuación hacia Douz.

Cena en el hotel. Noche libre.

DIA 6°

Taller tertulia en las dunas.

Comida en el hotel.

Salida hacia Sfax.

Cena en el hotel. Despedida grupal

DIA 7°

Viaje en autobús hacia el aeropuerto de Monastir.

Salida en avión hacia Madrid.

**El pueblo tunecino se caracteriza por su actitud de acogida y su espíritu amistoso. De todos los países del Magreb, Túnez es el más accidentalizado y de mayor estabilidad económica y política. El carácter abierto de sus gentes a otros pueblos y culturas hace que el viajero se sienta enseguida integrado.**

#### DOCUMENTACIÓN NECESARIA:

- © pasaporte en vigor
- © IDIOMA: la lengua oficial es el árabe, aunque el francés se habla en la mayor parte del país.
- © MONEDA: la unidad es el diñar, que se divide en 1000 milimes. Un diñar equivale a 1 euro aproximadamente.
- © CLIMA: Las temperaturas diurnas son suaves, refrescando por las noches, pudiendo ser bastante frías en el desierto.
- © GASTRONOMÍA: la cocina tunecina es eminentemente mediterránea, rica en frutas y verduras. Entre sus platos típicos se encuentra el cous-cous o la Chorba. Sus vinos son de buena calidad, pero el agua hay que bebería siempre embotellada.
- © COMPRAS: el trabajo artesanal provee a los "zocos" o mercados callejeros de una amplia variedad de objetos de materiales como cobre, madera tallada, cerámica, tapices y alfombras, etc.
- © EQUIPAJE: viajando en 4x4, las maletas irán sobre el techo del vehículo, por lo que se recomienda llevar bolsas flexibles y poco volumen. Llevar protección para la cabeza (sombrero, gorro, pañuelo...), gafas de sol, linterna, calzado cómodo que transpire bien, traje de baño, velas.
- © MATERIAL DE MANUALIDADES: tijeras, pegamento, cuchilla, rotuladores.

