



## PROGRAMA DO RETIRO

### «A JORNADA DO HERÓI NA CAMINHADA SOBRE O FOGO»

**DIAS: 5, 6 e 7 DE NOVEMBRO DE 2021**



1

#### **DIA 1: 5 NOVEMBRO (SEXTA-FEIRA),**

- ✓ 12h00 - 15h00 - Chegada dos participantes e inscrição; Visita às instalações e alojamento; em seguida, passaremos para a sala de atividades. Este será o ponto de encontro e partida diário, um local confortável onde evocaremos as vibrações do local e faremos uma cerimônia simbólica no ungir dos parceiros aliados na jornada. Desse modo criamos uma egrégora e um espaço cerimonial para todo o fim de semana.
- ✓ 16h00 - Bem-vindo, à Conferência de Imersão «Jornada do Herói e o monomito de Campebell»;
- ✓ Alberto Lopes, facilitador do retiro, dará as boas-vindas e irá perguntar qual o "PROPÓSITO DA CADA PARTICIPANTE" e explicar o que esperar durante as próximas 2 noites temáticas e 3 dias de dinâmicas de transformação, assim como obter o máximo aproveitamento deste evento de transformação interior.
- ✓ 17h00 - Cerimônias de Integração Xamânica para liberar o medo e a ansiedade | Dinâmica, em busca do lado sombra e uso de teste de Personalidade Projetivo «O Bosque» | Regressão a Vidas Passadas em busca da personalidade ancestral | Dinâmicas de Yoga do Riso & Laughter Yoga Dance;
- ✓ 18h30 – Escolha de Indumentária medieval para participar no Jantar Medieval;
- ✓ 19h00 – Descanso pessoal
- ✓ 20h00 – Noite Medieval, com dress code da sua personagem medieval: jantar com comidas típicas da idade média, com caracterização e staff vestido a rigor;
- ✓ 23h00 – Fim das atividades do dia e recolhimento aos quartos para descanso dos participantes.



**DIA 2: 6 NOVEMBRO (SÁBADO),**

- ✓ 8H00 – 9H00: Pequeno almoço
- ✓ 9h00 – Evocação da Fénix: Cerimónia de Evocação do Fogo no exterior e em contato com a natureza e apresentação das dinâmicas do dia; o orientador dará as dicas necessárias para fazer uma lista dos medos e bloqueios e quais as dinâmicas de trabalhar os medos e limitações.
- ✓ 10h00 - 12h00: Resgate da criança interior: resgatar a Criança Sombra & reforçar a Criança Sol; | Jornadas ao Curador Interno: exercícios de autocura e de medicina quântica; | Dinâmicas de Yoga do Riso & Laughter Yoga Dance;
- ✓ 12H00 – 14h00: Almoço e tempo pessoal
- ✓ 14H00 – 18h30: Respiração Holotrópica: para ultrapassar resistências e bloqueios de resistentes; | Dinâmicas de ligação aos elementares, fomentar a vibração alquímica e despertar dos códigos de poder dos potenciais adormecidos; | Dinâmicas de hipnose e Regressão e modelos de expansão de consciência;
- ✓ 18H30 – 20h00: \* Noite Céltica (dress code a rigor) – esta noite regressamos às origens, à magia primordial e entramos no mundo xamânico de rituais ancestrais. Com o uso de chãs, resultado de segredos milenares, mezinhas e medicina ancestral pretende-se explorar a magia das forças da natureza. A viagem interior e despertar do Animal do Poder serão o ponto alto, recriando os cenários de Iniciação Xamânica e Meditação Céltica libertamos o nosso poder pessoal assim como aprender a evocar os Guias Xamânicos para momentos de necessidade;
- ✓ 24h00 – Fim das atividades do dia e recolhimento aos quartos para descanso dos participantes.

**DIA 3: 7 NOVEMBRO (DOMINGO),**

- ✓ 8H00 – 9H00: Pequeno almoço
- ✓ 9H00 – 12h30: Dinâmica Evocação da Criança Sol; | Yoga do Riso & Laughter Yoga Dance: porque rir ainda é o melhor remédio; | Dinâmicas de meditação e auto-hipnose (preparação sobre a caminhada pelo o fogo), mecanismos de condicionamento (âncoras e gatilhos) e modelos de expansão de consciência.
- ✓ 12H30 – 14H30: Almoço e descanso pessoal; |
- ✓ 14h30: Dinâmica, O Corredor do Ser; | Círculo em volta do fogo e o Despertar da Fénix;
- ✓ 14h30: O Ponto alto do Retiro: A Caminhada Sobre o Fogo (será feito descalço num tapete de fogo, mas somente para os que se sentem preparados);
- ✓ 16h00: Cerimónia de Encerramento do «RETIRO A JORNADA DO HERÓI NA CAMINHADA PELO FOGO», e práticas poderosas de enraizamento para se preparar para um futuro risonho.
- ✓ 17h00: Chek-out e fim do retiro.



**VALOR 490 €: ESTÁ INCLUIDO NA JOIA DE PARTICIPAÇÃO DO RETIRO:**

- ✓ Local do Retiro: Aldeia tradicional de Xisto Quintadona, distrito Penafiel (ou Aldeia da Paradinha, distrito de Arouca)
- ✓ Alojamento para 2 noites, em quarto partilhado (2 ou 4 pessoas consoante a proximidade dos grupos);
- ✓ Refeições e coffe-break, durante os 3 dias do evento (início: sexta partir 14h00 – domingo, até às 17h00);
- ✓ Material de apoio para as dinâmicas a vivenciar e oferta de artesanato alusivo à participação
- ✓ Oferta de dress code, para Noite Medieval (ps. Serão disponibilizadas várias vestimentas medievais, que serão devolvidas no final do jantar. Será da inteira responsabilidade do participante a preservação da mesma sob pena de ressarcir o valor da mesma);
- ✓ Na Noite Céltica, quem pretender tomar o Chã de Poder, usado na Medicina Ancestral Céltica, terá um acréscimo 60 €.

3

**No Ritual «A Noite Céltica» (dress code roupa branca)**, a toma de substâncias que podem alterar a consciência, como o hidromel, chás e mezinhas hipnóticas vegetais feitos a partir de Plantas de poder, só serão disponibilizados ao participante depois de este ler e assinar um Consentimento Informado. Assim, deverá um dia antes o participante informar aos facilitadores o seu desejo de tomar e fazer parte integrante da magia primordial xamânica, com o uso e toma de medicina ancestral, para que possa receber informações de preparação para esta cerimônia Xamânica Iniciática, de expansão de consciência.

Fica desde já expresso que será de livre e espontânea vontade de cada participante, a manifestação de que quer fazer parte integrante de Iniciação Xamânica Céltica e terá de evocar no grupo que também pretende tomar chá de preparação céltica, manifestando publicamente que a sua toma e os efeitos de expansão de consciência, resultantes da mesma, terá a sua vontade e será de sua inteira responsabilidade.