RETIRO

A JORNADA DO HERÓI NA CAMINHADA SOBRE O FOGO

COM ALBERTO LOPES

DIA 1
SEXTA-FEIRA

14h00 - 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 evocamos as vibrações do local e faremos uma cerimónia simbólica no ungir dos parceiros aliados na jornada. Desse modo, criamos uma egrégora de poder e um espaço cerimonial para todo o fim de semana.

15h00: Bem-vindo, à Conferência de Imersão «Jornada do Herói e o monomito de Joseph Campbell» (O Herói de Mil Faces, 1949);
Alberto Lopes, facilitador do retiro, dará as boas-vindas e irá perguntar qual o "PROPÓSITO DA CADA PARTICIPANTE", iremos fazer o exercício a Roda da Vida 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.

16h00: Dinâmica o jogo da vida: os 12 arquétipos e os 4 impulsos humanos inspirado na psicologia analítica de Carl Jung;

17h00: Cerimónias de preparação/integração e consagração xamânica para libertar o medo, a ansiedade e conectar-se à frequência do amor;

19h00 – 23h00: Jornada Expansão de Consciência (dress code: roupa branca) – Nesta noite regressamos às origens, e entramos no mundo xamânico de rituais ancestrais. 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 2
SÁBADO

8h00 – 9h00: Pequeno almoço

9h00: Compreensão e integração das informações experenciadas resultado da Jornada de Expansão de Consciência.

11h00 - 12h00: Evocação da Fénix: Cerimónia de Evocação do Fogo no exterior, 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.

12h00 – 14h00: Almoço e tempo pessoal

14h00 – 18h00: 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;

17h00: 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;
Dinâmica, Regressão a Vidas Passadas em busca da personalidade ancestral de Poder| Dinâmicas de Yoga do Riso & Laughter Yoga Dance;

18h00: Teste projetivo "O Bosque" (baseado na análise transacional). Escolha do traje medieval para participar no Cortejo e 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; O grupo sai em cortejo medieval, passando pelo meio da Aldeia Quintandona e jantando na taberna da aldeia.

23h00: Fim das atividades do dia e recolhimento aos quartos para descanso dos participantes.

DIA 3
DOMINGO

8h00 – 9h00: Pequeno-almoço

9h00 – 10h30: Dinâmica evocação da Criança Sol; | Yoga do Riso & Laughter Yoga Dance: porque rir ainda é o melhor remédio;

10h30 - 12h30: Dinâmicas de meditação e auto-hipnose (preparação sobre a caminhada pelo o fogo), indução alquímica dos 4 elementos (terra fogo, ar e água), preparação de mecanismos de condicionamento (âncoras e gatilhos) e modelos de expansão de consciência.

12h30 – 14h30: Almoço e descanso pessoal;

14h30: Dinâmica, O Corredor do Ser; | Ritual de consagração ao elemento Fogo (indução o círculo em volta do fogo);

14h30: O Despertar da Fênix (o Ponto alto do Retiro): Consiste numa caminhada descalço sobre o fogo em auto-hipnose (será feito descalço num tapete de fogo, mas somente para os que sentem o apelo do fogo e preparados para esta extraordinária experiência);

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: Final das atividades e brunch de despedida

18h00: Final do Retiro

12h00 às 16h00: Check-out (recolha dos pertences dos participantes)

AS VAGAS SÃO LIMITADAS E SUJEITAS A UMA AVALIAÇÃO DE PARTE DA ORGANIZAÇÃO!

VALOR 550 €

VEJA O QUE ESTÁ INCLUÍDO NO RETIRO:

Local do Retiro: Aldeia tradicional de Xisto Quintandona, Vale de Sousa (distrito Penafiel);

Alojamento para 2 noites, em quarto partilhado (2, 3 ou 4 pessoas consoante a proximidade dos grupos);

Refeições, brunch e coffe-break, durante os 3 dias do evento (início: sexta, partir 14h00; término: domingo, às 18h00);

Oferta de 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 (Viagem Medieval), 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);

OBRIGADO POR FAZER PARTE DESTA CAMINHADA!

DO VOSSO FACILITADOR, ALBERTO LOPES

RETIRO

A JORNADA DO HERÓI NA
CAMINHADA SOBRE O FOGO