

## Retriittien aikana puhuttu kieli on hollanti tai englantia

Paluu Luontoosi -retriitti 13 päivää

Päivän ohjelma alkaa klo 10:00 aamupalan\* (klo 09:00 – 09:30) jälkeen  
Ohjelma päättyy noin klo 17:00. Päivällinen\* on noin klo 17:30.

Päivällisen jälkeen on vapaata ajanviettoa.

1. päivä:

Saapuminen, tutustuminen. Juurtuminen ja yhteyden luominen luontoon

2. päivä:

Uudelleensyntyminen:

Ryhmäsessiossa jokainen osallistuja kokee uuden syntymän. Session aikana keräämme tietoa menneestä elämästäsi, nykyisestä tehtävästäsi, sisäistämistäsi asioista ja uskomuksistasi. Ohjauksessa ensimmäiset arat kipukohdat paljastuvat ja pääsevät parantumaan.

3. päivä:

Sisäinen lapsi:

Edellisenä päivänä kokoamillamme tiedoilla teemme nyt perhekonstellaatiota sisäisen lapsesi kanssa. Tavoitteena on oivaltaa ja palauttaa kantamiasi tunnekokemuksia ja/tai traumoja niiden varsinaiselle omistajalle (esimerkiksi vanhemmille). Työstämme kaikkia erilaisia sisäisiä lapsia ja tarkastelemme ihanteellista vanhempaa.

4. päivä:

Sisäinen lapsi

Jatkamme siitä mihin edellisenä päivänä jäimme, mahdollistaaksemme, että kohtaamme ja parannamme jokaista läsnä olevaa sisäistä lasta.

5. päivä

Selviytymismekanismi:

Selvitämme mukanaasi kantamaasi taakkaa, joka ei ole sinun tai joita ei enää tarvita. Nämä voivat olla asioita, jotka välitetään sinulle tässä elämässä, edellisissä elämissä, esivanhempien kautta jne. Tutkimme sitä, mikä ei enää palvele sinua ja keräämme näkemyksiä nykyisistä malleistasi ja uskomuksistasi.

6. päivä:

Vapaapäivä:

Voit käyttää päivän haluamallasi tavalla; itseparantelua, lepoa, oleskelua. Ajan salliessa voimme myös järjestää session\*\*. Päivällisen\* jälkeen iltanuotiolla\*\*\* on aikaa reflektoida ja jakaa

7. päivä:

Mallit:

Perheen, yhteisön, kulttuurin ja kaiken muun kautta meillä kaikilla on erilaisia malleja ja tottumuksia. Tänään tarkastelemme lähemmin näiden viiden päivän aikana esiin tulleita asioita ja aloitamme luopumisprosessin.

8. päivä:

Perusolemus:

Miksi olet tullut maailmaan? Mikä on tehtäväsi? Kuinka pitkällä olet polullasi ja tuntuuko se vielä omaltasi?

9. päivä:

Polariteetti:

Maskuliininen ja feminiininen energia, aurinko ja kuu, taivas ja maa, Yin ja Yang, valo ja pimeys. Mitä näistä kannat mukanas ja kuinka hyödyntää näitä auttaaksesi itseäsi eteenpäin?

10.päivä:

Aika yksilösessiolle tai vapaapäivä

Jos sinulla ei ole yksilösessiota tälle päivälle, voit viettää ajan haluamallasi tavalla; itseparantelua, lepoa, oleskelua. Ajan salliessa voimme myös järjestää session\*\*. Päivällisen\* jälkeen iltanuotiolla\*\*\* on aikaa reflektoida ja jakaa.

11.päivä

Traumasta vapautuminen ja paraneminen:

Tänään tarkastelemme ja tunnustamme traumasi esimerkiksi jälleensyntymisistuntojen ja meditaation kautta, jotta voit päästä niistä irti (fyysisesti ja henkisesti) ja parantua.

12. päivä:

Paraneminen ja muutos

Matkan viimeisenä päivänä tavoitteenamme on saavuttaa muutos ja vetää kaikki langat yhteen. Itseparannuksen kautta matkasi/prosessisi saa päätöksen.

13.päivä:

Aamiaisen\* jälkeen jokainen osallistuja tekee yhteenvedon matkastaan elämänpyörän avulla. Iltapäivällä tai illalla palaat kotiisi, jossa voit jatkaa matkaasi omalla tavallasi.

\* aamupala, lounas ja päivällinen sisältyy hintaan, kahvi, tee ja vesi mukaan lukien

\*\* Ylimääräisistä sessioista veloitetaan erikseen (katso ”Hinnasto”)

\*\*\* Erityisen kuivana kautena tulenteke voi olla kiellettyä, ja tällöin emme saa sytyttää nuotiota.