Retiro Espiritual

El universo entero está dentro de ti

¿QUÉ ESPERAR DEL RETIRO INTOKU LIFE?

Este retiro te invita a conectar contigo mismo y liberarte de lo que ya no resuena contigo. Nuestro objetivo es que dejes de identificarte con la mente, que está en continuo conflicto, para ahondar en el corazón.

Descubriremos la paz y la quietud del momento presente, y crearemos espacio entre tu ser y tus pensamientos. En este retiro caminarás hacia la disolución del ego y de todo lo exterior.

Conectaremos con el cuerpo, a través de la meditación en movimiento estilo Tai Chi, y con el niño interior a través de la astrología. Libera todo tu potencial, aprende a dejar ir y saborea la libertad del ser.

¿CUÁLES SON LAS ACTIVIDADES?

EL RETIRO INTOKU LIFE TENDRÁ LUGAR EL FIN DE SEMANA DEL 5 AL 7 DE MAYO EN LOS ÁNGELES DE SAN RAFAEL, SEGOVIA (MUY CERCA DE MADRID)

Las actividades comienzan el viernes 5 de mayo las 16h y finalizan el domingo a las 14

Iniciaremos cada sesión con una breve meditación guiada de entre 10 y 15 minutos. Utilizaremos música de alta vibración para estimular el subconsciente, alcanzar una relajación profunda y dejar salir posibles bloqueos. Tenemos tres charlas temáticas: la sombra, las relaciones y el dejar ir. Cada día ahondaremos en uno de estos temas. Al final de cada sesión habrá un Satsang abierto en el que podréis formular vuestras preguntas y compartir vuestra visión.

También habrá actividades de integración con la naturaleza, el cuerpo y la conciencia. La noche del sábado tendremos una experiencia en conexión con la luna llena. Además, haremos sesiones individuales de magnestismo, runas y/o oráculos (tarot).

Se ruega puntualidad y es necesario mantener el móvil en silencio durante las actividades.

El magnetismo es un trabajo energético que consiste en dejar salir las emociones, los bloqueos y los traumas atrapados en nuestro cuerpo. Al finalizar la sesión sentirás ligereza y libertad.

¿CUÁNTAS PERSONAS ASISTIRÁN?

Será un grupo pequeño, de entre 10 y 15 personas. El objetivo es poder dedicar una atención muy personalizada a cada uno de vosotros.

¿QUÉ DEBO LLEVAR AL RETIRO ?

- *Ropa cómoda*
- *Calzado deportivo*
- *Bañador*
- *Chanclas*

¿CUÁL ES EL PRECIO?

El precio total es de 299€.
Puede abonarse mediante transferencia bancaria, bizum o efectivo antes del inicio del retiro.

Número de cuenta:
0049 5133 99 2416299891
Bizum:
696 68 16 94

Las habitaciones individuales tienen un coste suplementario

SOBRE EL HOTEL

C/ Río Tajo s/n
921 19 58 00

El Segovia Sierra de Guadarrama es un hotel de 4 estrellas situado dentro de la urbanización en Los Ángeles de San Rafael. Es un lugar acogedor y tranquilo que reúne las condiciones ideales para nuestro retiro. Se accede fácilmente en coche y dispone de un aparcamiento exterior gratuito. Las instalaciones incluyen piscina, sauna, jacuzzi, baño turco, gimnasio, restaurante y bar. La mayoría de las actividades del retiro tendrán lugar en una sala habilitada dentro del mismo hotel.

Las habitaciones son luminosas, espaciosas y disponen de una pequeña terraza.
Hemos reservado habitaciones triples, pero hay posibilidad de solicitar alguna individual o doble abonando un suplemento. En este caso, os agradecemos que lo notifiquéis lo antes posible para tramitarlo con el hotel.

El retiro incluye pensión completa. Todas las comidas se servirán en el comedor del hotel.
Desayuno tipo buffet.
Comida y cena con menú servido.

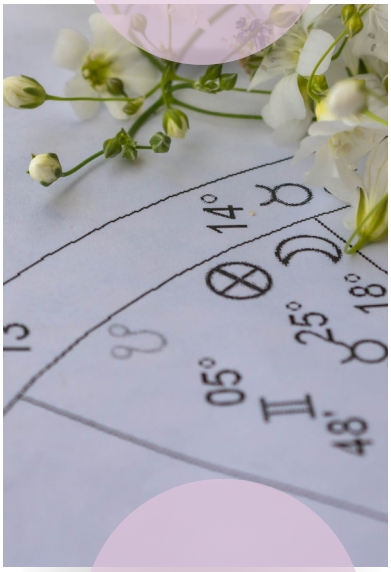
Recordad que es importante notificar por escrito cualquier alergia o intolerancia alimenticia para adaptar el menú. Hay disponible opciones veganas y menú para celiacos.

PROFUNDIZANDO EN EL RETIRO

Charlas temáticas: La sombra, las relaciones y el dejar ir.

Oráculos y runas

Meditación y Naturaleza



Magnetismo

Charlas & satsang

Astrología

Tai Chi equilibrio cuerpo/mente

RESERVAS

La solicitud de plaza puede hacerse a través del correo electrónico o vía WhatsApp.

lifeintoku@gmail.com

692 887 141

¿Tienes dudas? Contáctanos

Estamos seguras de que será una experiencia preciosa en la que encontrarás respuestas y podrás seguir avanzando en tu camino espiritual.

¡¡¡Nos vemos el 5 de mayo !!!

Es necesario realizar un pago de 50€, que se descontará del importe total del retiro.
Fecha límite lunes 24 de abril.
Número de cuenta:
0049 5133 99 2416299891
Bizum:
692 887 141

www.intokulife.com

PROFUNDIZANDO EN LA ASTROLOGÍA

Presentada por Andrea Colman de Cowe Holística

Andrea es Astróloga con enfoque psicológico, reflexóloga y masoterapeuta holística, entre otras disciplinas. Busca la integración del cuerpo, la mente y el alma.
Hace unos años, intrigada por el misterio de la vida y la sincronicidad del cielo con la tierra comenzó sus estudios en Astrología. Al día de hoy es una apasionada de la herramienta y la comparte con todo aquel que quiera reconocerse con el cielo como guía

Taller: Las memorias de la luna

A través de la astrología aprenderemos la función psíquica de la luna. La cual nos permite entrar en contacto con nuestro niño interior, y así reconocer nuestros talentos innatos y tomar consciencia de los patrones que nos van limitando, y dificultando la experiencia en diferentes situaciones de la vida.
Utilizando el cielo como guía, llevaremos este conocimiento a la experiencia a través de un ritual aprovechando la luna llena del sábado 6 de mayo.

Descripción de la actividad:

- Introducción a la Astrología
- Descripción de la función lunar
- Los 12 arquetipos lunares
- Flores de Bach para cada luna
- Ejercicios de interiorización reconociendo la luna de cada uno de los participantes.
- Ritual de luna llena.

Intoku

www.intokulife.com

COWE

CONOCE AL INTOKU TEAM

Lisa JeanPierre

Nacida en Mulhouse, Francia. Empezó a jugar al voleibol en el colegio, para años más tarde convertirse en jugadora de la selección Francesa. Con tan solo 22 años, ha terminado esta temporada proclamándose subcampeona de Europa con su club el Haris de Tenerife. Además de haber conquistado grandes éxitos en el ámbito deportivo, Lisa es estudiante de psicología y habla tres idiomas (francés, inglés y español).

LLegó a Haris en septiembre de 2020 y entonces su vida empezó a cambiar de forma radical.
"Tenerife fue el comienzo de mi despertar espiritual.
Abrí los ojos a quién era realmente y comencé a comprender el mundo que me rodeaba. Hoy, la espiritualidad es una parte muy importante de mi vida. Fruto de esta nueva forma de pensar ha mejorado mi rendimiento en el voleibol y mi situación de vida. Pero lo más importante, es la confianza y la paz inquebrantables que experimento a diario. En este retiro quiero compartir contigo diferentes herramientas que he ido aplicando a mi vida como la meditación, el entrenamiento mental, la psicología positiva, el yoga, etc. "

Desde pequeña, Lisa ha tenido un sexto sentido y siempre ha estado muy atraída por las energías. Experta en magnetismo y reiki, es capaz de conectarse a las emociones traumáticas atrapadas en el cuerpo y canalizarlas utilizando la energía de sus manos. En este retiro, ofrecerá sesiones de magnetismo.

" Mi verdadera vocación es ayudar a los demás a sentirse en paz con su vida. El magnetismo me ayuda a conectar con la gente y que puedan dejar ir todo lo que pesa. "

CONOCE AL INTOKU TEAM

Blanca Izquierdo

Nació en Madrid, España. Como Lisa, empezó a jugar al voleibol a los 8 años. Tuvo una adolescencia marcada profundamente por el divorcio de sus padres. Blanca se refugió en el deporte y firmó su primer contrato profesional a los 17 años con el CV Olímpico de Gran Canaria. Su despertar espiritual se produjo unos años más tarde cuando se marchó a Estados Unidos gracias a una beca deportiva. Se graduó como periodista a los 24 años de edad y regresó a Madrid siendo una persona completamente distinta.

"Es extraño porque cuando pienso en mi pasado es como si no me reconociese, como si esos recuerdos no me pertenecieran. Con el tiempo aprendí que eso sucede al cerrar heridas. De algún modo, te liberas del pasado y esas experiencias ya no te siguen definiendo."

En 2020 fichó por el CV Haris de Tenerife, mismo equipo al que se incorporó Lisa. Meses después, iniciaron el proyecto Intoku Life con el objetivo de compartir con otras personas sus experiencias, herramientas y conocimientos para la transformación. Blanca también habla tres idiomas (español, inglés y francés), por lo que Intoku ya ha iniciado distintas actividades en España, Francia y Suiza.

"El objetivo de Intoku es ayudarte a descubrir tu verdadera naturaleza a través de la disolución del ego. La mayoría de las personas creen que son su mente. Es decir, sus pensamientos y emociones. Por tanto, se pasan la vida buscando la promesa de una felicidad exterior que nunca llega. Se apropian de éxitos y fracasos, olvidándose de vivir. Lo único que tenemos es el presente. Lo demás es ilusorio. Esto no quiere decir que haya que mirar dentro, porque eso implicaría que existe un mundo exterior. Esto quiere decir que tú no vives tu vida, tú ERES la vida"