

# SALAISUUS

## KEHTO KOULUN PERINTEINEN KESÄLOMARETRIITTI FRANTSILAN HYVÄN OLON KESKUKSESSA 4.-7.7.2022

**SALAISUUDET OVAT OSA IHMISENÄ OLEMISTA.** Meillä jokaisella on yksityisyys, joka on arvokas ja itseyttä ylläpitävä tila. Samalla saatamme kuitenkin pitää ja kantaa itsellämme taakkoja, jotka eivät edistä hyvinvointiamme ja erottavat meitä toisista. Häpeä ja arvottomuus voivat kasvaa, kun piilottelemme jotain inhimillistä, jaettua ja ymmärrettävääkin. Taakan lisäksi salaisuus on myös jalokivi – sisällämme on syvä selittämätön, mystinen, olemassaolon syvimmästä luonteesta viestivä elämän joka hetki avautuva mysteeri. Salaisuuden kaikki nämä puolet ovat turvallisesti läsnä retriitillä.

Retriittiohjelma koostuu kundaliinjooagasta, pari- ja ryhmäharjoituksista, dynaamisesta meditaatiosta, Gong-rentoutuksista, mantra- ja musiikkihetkestä ja hyvästä seurasta rauhallisessa ympäristössä herkullisen ruoan, yrttisaunan ja kokeneiden opettajien parissa. Mieli saa rauhoitua ja voimme antaa harjoitusten vaikutuksen mennä syvälle itseemme.

Opettajat Emilia Jagat Prem ja Tommi Charanpal ovat kokeneita retriittien vetäjiä, joogeja, jalat maassa kulkevia henkisiä ihmisiä ja opettajia. He ovat mm. Kundaliinjooagaopettajakouluttajia (KRI), Enneagrammi-

ohjaajia (EIP) ja Integraalipsykologian fasilitaattoreita (EWP). Kehto Koulun, nykyaikaisen henkisen koulun, jonka pääopetusmuoto on 1-5 vuotta kestävä Vapaa Tie -koulutus Kehto järjestää myös kundaliinjooagaopettajakoulutusta Suomessa ja Portugalissa.

Kokemuksesta tiedämme, että jatkat kesääsi retriitin päätteeksi entistä elinvoimaisempana, lempeästi eheytyneenä ja avoimena elämän mahdollisuuksille.

**AIKA:** Aloitus ma 4.7. kello 12.30 ja päätös to 7.7. kello 15.00.

**HINTA:** 460 euroa aikuiselta. Hinnat sisältävät kaiken opetuksen ja harjoitukset, yrttisaunan sekä täysihoidon maukkaalla kasvisruoalla Frantsilan ryhmähuoneissa lempeässä ilmapiirissä.

**LISÄTIEDOT JA ILMOITTAUTUMISET:** ilmoittaudu 17.6.2022 mennessä, emilia@kehtokoulu.fi tai puh. 050 3050536, www.kehtokoulu.fi

**PAIKKA:** Frantsilan Hyvän Olon Keskus, Hämeenkyrö.

*Lämpimästi tervetuloa! SAT NAM.*