

## Lembre-se de levar

- Bíblia;
- roupas de cama e banho;
- roupas apropriadas para ginástica e para tomar banho de ar: calção, biquíni ou maiô e tênis;
- um lençol e três toalhas de rosto extras;
- bolsa térmica para água quente;
- objetos pessoais;
- meias grossas para usá-las após esquadra-pés e, se possível, levar cobertor.

*O número de vagas será reduzido em função da pandemia! Faça logo a sua inscrição.*

### Na qualidade de facilitadores, estaremos com você:

- Frei Jacir de Freitas Faria, sacerdote franciscano, escritor, doutor em Teologia Bíblica, mestre em Ciências Bíblicas e professor de exegese bíblica.
- Ângela Aparecida Arruda, terapeuta de Reiki, Shiatsu, renascedora e especialista em Psicogenealogia.
- Geovana Rigo, massoterapeuta, renascedora, fisioterapeuta, acupunturista e coordenadora da alimentação.
- Diego Camerini, fisioterapeuta e acupunturista.
- Lucimar Ferreira, professora de Educação Física, com especialização em Fisiologia do Exercício, Obesidade e Emagrecimento, formação em percepção diagnóstica.
- Antônio Roldão Neto, psicólogo clínico, professor, especialista em Eneagrama e membro do IESH.
- Roniara Cristina de Faria, graduada em Enfermagem. Pós-graduada em Oncologia.
- Thaís Oliveira Duarte, chef de cozinha especializada em cozinha natural e consciente; administradora, terapeuta do método Rességuier, curso de kundalini Yoga em formação (KRI).

## Esperamos por você no Centro Franciscano de Formação e Cultura



Rua Minas Gerais, 582 - Centro  
CEP 35500-007 - Divinópolis/MG  
(37) 99969-3231

Mais informações em

[www.bibliaepocrifos.com.br](http://www.bibliaepocrifos.com.br) ou

<http://www.facebook.com/RetiroBiblicoCorporal>.

*E-mail:* [angeladiv@yahoo.com.br](mailto:angeladiv@yahoo.com.br) ou

[bibliaepocrifos@bibliaepocrifos.com.br](mailto:bibliaepocrifos@bibliaepocrifos.com.br).

### Acesso ao local

Na rodoviária de Divinópolis, entrar em um coletivo que vá ao centro, descer no primeiro ponto da Rua Goiás e virar na primeira rua à direita, Av. 21 de Abril. O Centro Franciscano está situado na esquina da Rua 21 de Abril com Rua Minas Gerais.

RETIRO BÍBLICO CORPORAL DE

# PURIFICAÇÃO

*É tempo de reconstruir a vida, tendo vivido o sofrimento como Jó e a experiência de isolamento social de Jonas!*

23 a 29 de janeiro de 2022

Eneagrama / Meditação / Massagem Terapêutica  
Desintoxicação do fígado / Ginástica  
Eucaristia / Monodieta

Centro Franciscano • Divinópolis - MG



O investimento será de R\$ 1.550,00 por pessoa (apartamento triplo); R\$ 1.750,00 por pessoa (apartamento duplo) e R\$ 2.150,00 (apartamento individual). O Centro Franciscano foi totalmente reforma-do, e todos os quartos foram transformados em suítes com banheiro. A taxa de inscrição é de R\$ 200,00 e já está incluída no valor da opção de apartamento. O pagamento, a prazo, anterior à data do Retiro, pode ser efetuado em até três parcelas, em forma de cheques pré-datados ou depósitos bancários. O pagamento da taxa de inscrição e do valor total do Retiro deverá ser feito em depósito bancário em nome de Ângela Aparecida Arruda Costa Oliveira, **conta poupança:** 116.476-7, **agência:** 0372-7, variação: 51 - Banco do Brasil, CPF 477.339.696-20. Enviar cópia do recibo para Ângela Arruda por WhatsApp. Se houver desistência, o pedido de cancelamento deverá ser comunicado à Ângela Arruda, pelo telefone (37) 99969-3231 (Vivo, WhatsApp), em até 30 dias antes do início do Retiro. Após esse prazo, a coordenação não se compromete com o reembolso do pagamento.

**De 23 a 29 de janeiro de 2022.**

**O retiro terá início dia 23/1/22.**

**Abertura: às 9 horas.**

**Término: dia 29/1/22.**

(Nesse dia, durante o encerramento, será servido um almoço aos participantes).

O preenchimento do formulário de inscrição e as informações sobre as condições de saúde do participante serão feitos via *e-mail*, [angeladiv@yahoo.com.br](mailto:angeladiv@yahoo.com.br), ou pelo telefone (37) 99969-3231. Não é aconselhável a participação no retiro de pessoas que estiverem com problemas gravíssimos de saúde.

Compreender e dar um sentido às experiências de medo, de insegurança, de isolamento social, de perdas humanas, profissionais e materiais vividas ao longo desses últimos 2 anos: é o que propõe a experiência do Retiro Bíblico Corporal de Purificação na sua trigésima primeira edição. Sempre conectado com os desafios de uma espiritualidade holística que cuida do corpo para cuidar do espírito, confirmando a aliança de Deus com o ser humano e nos reconectando com a fonte de Vida, nos propomos a rezar, repensar e celebrar a vida, no seu sentido mais profundo, com a consciência de que precisamos construir um novo normal, no qual teremos a oportunidade de desenvolver maior consciência nas relações com os outros, com o planeta, conosco mesmo, alcançando um novo patamar no processo evolutivo e transformador.

### *Você terá a oportunidade de*

- refazer a aliança com Deus e a reconciliação pessoal;
- participar de dinâmicas corporais de integração pessoal e coletiva;
- alimentar-se de forma restrita com monodieta e jejum;
- fazer um jejum coletivo de carne, café, açúcar, massas, bebidas e cigarro;
- repensar os hábitos alimentares;
- repensar o ato de fumar;
- purificar o corpo e os sentimentos;
- fazer experiência de silêncio e de leitura individual;
- meditar com sons terapêuticos;
- descansar com bolsa de água quente após o almoço;
- participar da Eucaristia;
- celebrar e receber o perdão;
- receber uma sessão individual de terapia oriental;
- fazer ginástica diariamente;
- tomar banho de ar;
- participar de reflexões sobre leitura corporal, desintoxicação, alimentação e a importância da ginástica para a saúde;
- fazer uso de chás medicinais;
- celebrar a vida com o corpo;
- ler e refletir sobre textos dos livros de Jó, Jonas e Eclesiastes;
- participar de uma caminhada celebrativa na montanha;
- fazer uma experiência de autoconhecimento com o Eneagrama.

## *Prepare-se para*

- permanecer em tempo integral no local do retiro;
- rezar de modo individual e comunitário;
- estar aberto à convivência e às dinâmicas corporais;
- parar de fumar;
- emagrecer (porém saiba que isso é consequência do processo de purificação e não é o objetivo primordial do retiro);
- levantar bem cedo para o banho de ar e ginástica;
- conduzir sua trajetória de forma a superar dependências, tornando-se agente de sua saúde e de seu bem-estar.

*Devido ao tempo de pandemia, vamos seguir os protocolos necessários para o bom andamento do retiro.*

## *Sugerimos*

- LELOUP, Jean-Yves. **Caminhos da realização:** dos medos do eu ao mergulho no ser. Petrópolis: Vozes, 2013.

**Centro Franciscano de Formação e Cultura**

**Rua Minas Gerais, 582 - Centro**

**CEP 35500-007 - Divinópolis/MG**

**[bibliaeapocrifos@bibliaeapocrifos.com.br](mailto:bibliaeapocrifos@bibliaeapocrifos.com.br)**

**[angeladiv@yahoo.com.br](mailto:angeladiv@yahoo.com.br)**

**Fone: (37) 99969-3231**