

## *As vagas são limitadas! Faça logo a sua inscrição.*

Para o autor do livro de Eclesiastes, na vida há um tempo para tudo: nascer e morrer, plantar e colher etc. (Ecl 3,1-8). Aproveitar cada momento e realizá-lo com intensidade é ser sábio. Viver a alegria de estar vivo! De que me adianta pensar ou viver em função de um futuro que tampouco conheço ou que nem sei como será? O que vale é a vida vivida com intensidade. E é a certeza da morte que me leva a viver plenamente a vida em todos os sentidos. Viver com intensidade é amar a vida. “E compreendi que não há felicidade para o ser humano a não ser a de alegrar-se e fazer o bem durante a sua vida. E que o ser humano coma e beba, desfrutando do produto de todo o seu trabalho, é dom de Deus” (3,12-13). Vida feliz é aquela que sabe desfrutar os produtos de seus trabalhos, sem o acúmulo e com dignidade. Todo o resto é pura vaidade, fugacidade.

A morte faz parte da condição humana. No entanto, os seres humanos sempre tiveram dificuldades de compreender o seu significado e a necessidade de sua presença na história de cada um dos viventes. Quando a morte chega, os corações dos vivos, daqueles que verdadeiramente amaram quem partiu para nunca mais voltar, dilaceram numa dor sem fim. Uma dor que parece interminável. Bate no peito, a cada segundo, a dor de dias de sofrimento prolongados, uma vontade de ver de novo, mesmo sabendo que na vida terrena isso nunca mais será possível.

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

- Frei Jacir de Freitas Faria, sacerdote franciscano, doutor em Teologia Bíblica, mestre em Exegese Bíblica, escritor, reitor e professor no ISTA/BH.
- Ângela Aparecida Arruda, terapeuta de Reiki, Shiatsu, renascedora e especialista em Psicogenealogia.
- Irmã Leonida Giovanela, religiosa, renascedora, terapeuta em bioenergética e homeopatia popular.
- 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.
- Leticia Helena Januário, doutora em Saúde da criança e adolescente, mestra em Enfermagem e professora na UFSJ/Divinópolis.
- Tháís Oliveira Duarte, chef de cozinha especializada em cozinha natural e consciente; administradora, terapeuta do método Rességuier, curso de kundalini Yoga em formação (KRI).
- Antônio Roldão Neto, psicólogo clínico, professor, especialista em Eneagrama e membro do IESH.

### Esperamos por você no

**Centro Franciscano de Formação e Cultura**

Rua Minas Gerais, 582 - Centro

CEP 35500-007 - Divinópolis/MG

(37) 3212-2300 / 37 99969-3231 / (31) 3336-1889

Mais informações na página:

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

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

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

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

No aeroporto, é melhor tomar Táxi ou Uber. Há voos de São Paulo/Campinas para Divinópolis (Empresa Azul).

## RETIRO BÍBLICO CORPORAL DE PURIFICAÇÃO

# *O medo na condição humana e arte de bem viver e bem morrer!*

ENEAGRAMA  
OFICINA DE ALIMENTAÇÃO VIVA  
MONODIETA  
GINÁSTICA  
EUCARISTIA  
MASSAGEM TERAPEUTICA  
DESINTOXICAÇÃO DO FÍGADO  
MEDITAÇÃO

## *2 a 8 de janeiro de 2020*

Centro Franciscano • Divinópolis - MG

O investimento será de R\$ 1.390,00 por pessoa (apartamento triplo); R\$ 1.590,00 por pessoa (apartamento duplo) e R\$ 1.950,00 (apartamento individual). O Centro Franciscano foi totalmente reformado, 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. A taxa de inscrição e o pagamento do valor total do Retiro deverão ser feitos em depósito bancário em nome de: Ângela Aparecida Arruda Costa Oliveira,

**Conta poupança:** 19.229-5, **agência:** 4341-9, variação: 51 - Banco do Brasil, CPF 477.339.696-20. Fotocopiar o recibo de depósito e enviá-lo para Ângela Arruda no seguinte endereço: Rua Carbonita, 771, Bairro São José, CEP 35501-245 - Divinópolis/MG. Se houver desistência, o pedido de cancelamento deverá ser comunicado à Ângela Arruda, pelos telefones (37) 3212-2300 / (37) 99969-3231 (Vivo, WhatsApp), até 30 dias antes do início do Retiro. Após esse prazo, a coordenação não se compromete com o reembolso do pagamento.

**De 2 a 8 de janeiro de 2020.**

**O retiro terá início dia 2/1/20.**

**Abertura: às 14 horas.**

**Término: dia 8/1/20**

(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 o sentido do medo na condição humana e sua relação com arte de bem viver para bem morrer é o que propõe a experiência do Retiro Bíblico Corporal de Purificação na sua trigésima 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 o medo pode ser um grande aliado para as mudanças positivas em nossas vidas, mas também um agente imobilizador de nosso 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 Eclesiastes e Sabedoria;
- participar de uma caminhada celebrativa na montanha;
- fazer uma experiência de autoconhecimento com o Eneagrama;
- participar de uma oficina de alimentação viva.



### **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.

### **Sugerimos**

- FARIA, Jacir de Freitas. **O medo do Inferno e arte de bem morrer:** Da devoção apócrifa à Dormição de Maria às irmandades de Nossa Senhora da Boa Morte. Petrópolis: Vozes, 2019. (Você receberá um exemplar desse livro).
- LELOUP, Jean-Yves. **Além da luz e da sombra:** sobre o viver, o morrer e o ser. Petrópolis: Vozes, 2004.
- WEIL, Pierre Weil. **A arte de viver a vida.** Petrópolis: Vozes, 2017.

### **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;
- uma roupa de festa para usá-la durante a confraternização;
- meias grossas para usá-las após esquentar os pés e, se possível, levar cobertor.

**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) 3212-2300 / (37) 99969-3231**