

Duchovní a poznávací Retreat

v amazonské džungli v Peru

7. - 14. 3. 2026



CASA AMAZONAS

Puerto Maldonado

EXPLORER'S INN

Tambopata

Vítejte v Peru



Martina & Zuzka

VAŠE CESTA DO HLUBIN AMAZONSKÉ DŽUNGLE

Jezero Yacumama, sledování papoušků ara, ayahuascová ceremonie s šamanem, noční procházka džunglí, návštěva komunity Ese Eja, jezero Tres Chimbadas, poznávání léčivých bylin Amazonie, pozorování kajmanů, návštěva lokální farmy, západ slunce z La Torre...

Program retreatu kombinuje **tradiční Hatha jógovou praxi a relaxační jógové styly** (jóga nidra, jin jóga, restorativní jóga) s **hlubokou duchovní očistou a poznáváním amazonské džungle**. Zatímco Zuzka obstarává představování džungle a jejích krás, Martina vede jógové lekce a rituály. Na retreatu dále participuje nativní šaman, lokální průvodkyně ad.

Díky spolupráci s místním šamanem bude možné prožít také hluboké duchovní poznání skrze ayahuasca ceremonie.

Součástí programu je mj. také návštěva nativní komunity www.eseeja.org

Puerto Maldonado

Puerto Maldonado je město, ležící v jihovýchodní části Peru na břehu řeky Madre de Dios, v peruánské Amazonii. Je hlavním městem regionu Madre de Dios a provincie Tambopata. Žije zde téměř 75 tisíc obyvatel.

První hotel se jmenuje Casa Amazonas a nabízeny jsou dvoulůžkové pokoje.

Hotelová strava splňuje všechny podmínky pro ayahuasca diety a jóga retreaty, čili je z velké míry veganská a vegetariánská.

Tambopata

Peruánská přírodní rezervace, která chrání několik ekosystémů tropického deštného pralesa. Oblast se skládá ze zalesněných kopců a plání s nadmořskou výškou od 200 do 400 m nad mořem.

Druhý hotel se jmenuje Explorer's Inn a nabízeny jsou rovněž dvoulůžkové pokoje.

I zdejší hotelová strava splňuje všechny podmínky pro ayahuasca diety a jóga retreaty, čili je z velké míry veganská a vegetariánská zde navíc s vyváženou možností nabídky ryb a drůbeže.



INTO THE WILD

CASA AMAZONAS

Puerto Maldonado

EXPLORER'S INN

Tambopata

Vítejte v Peru

VAŠE CESTA DO HLUBIN AMAZONSKÉ DŽUNGLE

PROGRAM

DEN 1.

6.3. Přílet do Limy ve večerních hodinách, zajištěn transfer z letiště na ubytování, přespání v Limě, individuální možnost zajít si v okolí ubytování na večeri.

DEN 2.

7.3. Společný odlet z Limy do Puerta Maldonada v brzkých ranních hodinách.

Transfer z letiště do Casa Amazonas. Check-in, snídaně, seznamovací a informační setkání v jóga shala. Automatická kresba mandal.

Individuální program. Lekce protahovací jógy před obědem.

Oběd.

V odpoledních hodinách výlet na jezero Yacumama, kde žijí kajmani, piraně a anakondy (podle mytologie původních obyvatel Amazonie je yacumama anakonda, obrovský had, který obývá vodní toky. Je to „Matka vody“) a kde budeme nad ostrovem tvořeným stromy v jezeře sledovat se stmíváním přelet papoušků ara.

Večeře.

Očistný rituál se santalovým dřevem a zvuková meditace u ohně na venku.



Lima, Peru



Casa Amazonas, pokoj



Jezero Yacumama

Vítejte v Peru

VAŠE CESTA DO HLUBIN AMAZONSKÉ DŽUNGLE

PROGRAM

DEN 3.

8.3. Ranní jóga, snídaně. Denní ayahuascová ceremonie s šamanem.

Volno až do večere, kdy může kdokoli dojít ke konzultaci se space holder (Martina).

Večere.

Noční procházka po džungli s profi průvodcem a výkladem.

DEN 4.

9.3. Ranní jóga, snídaně, kruh sdílení. Individuální relaxace (procházka k řece, Amazon Shelter, relax u bazénu v resortu, v hamace, procházka po lese...).

Jóga před obědem.

Oběd.

Individuální relaxace (možnost procházky po městě). Noční ayahuascová ceremonie.

DEN 5.

10.3. Ranní kruh sdílení. Meditace. Snídaně. Individuální program. Oběd. Relaxace. Podvečerní jóga.

Večere.

Kakaová ceremonie.



Casa Amazonas, jóga shala



Amazon Shelter



Ese Eja

WILD COOKING

Judeer Caerascio



CASA AMAZONAS

Puerto Maldonado

Vítejte v Peru

VAŠE CESTA DO HLUBIN AMAZONSKÉ DŽUNGLE

PROGRAM

DEN 6.

11.3. Check-out a odjezd, resp. přejezd do Explorer's Inn v rezervaci Tambopata. Návštěva komunity Ese Eja. Oběd tam nebo na lodi, večere v novém ubytování, Explorer's Inn. Po večeri informační schůzka a jóga nidra.

DEN 7.

12.3. Brzký ranní odjezd na sledování papoušků ara na solisku.

Snídaně.

Výlet na jezero Tres Chimbadas (a jízda v kánoji), kde lze pozorovat unikátní vydry obrovské, kajmany ad.

Cestou zpět nás čeká poznávání léčivých bylin Amazonie, od sangre de drago po chuchuwasi. Ochutnáme i cordoncillo (kdy nám na pár minut doslova zdřevění pusa – místní rostlinu používají jako anestetikum při bolesti zubů), vyzkoušíme chininovník (který náleží do znaku Peru), napijeme se vody z bambusu či liány.

Oběd cestou.

Po návratu do ubytování večere.

Po večeri pozorování kajmanů.



Explorer's Inn, Tambopata



Ara



Amazonia, Peru

Vítejte v Peru

VAŠE CESTA DO HLUBIN AMAZONSKÉ DŽUNGLE

PROGRAM

DEN 8.

13.3. Ranní jóga.

Snídaně.

Návštěva lokální farmy.

Oběd.

Volné odpoledne. Západ slunce z La Torre, čtyřicetimetrové věže, odkud můžeme pozorovat i létající papoušky ara.

Večeře.

Noční procházka džunglí.

DEN 9.

14.3. Snídaně.

Check-out.

Odjezd a odlet z Puerta.



Kapybary u řeky



Na farmě



Amazonia, Peru



PERU

Vítejte v Peru

VAŠE CESTA DO HLUBIN AMAZONSKÉ DŽUNGLE

O pořadatelích:

Zuzka Bartáková (WhatsApp +420 607650787): <https://cestujemepoperu.cz/nas-pribeh/>

Martina Martinez (WhatsApp +420 731127528): www.martinamartinez.cz

Důležité:

Účast v hluboce poznávacích ayahuasca rituálech vyžaduje jistou přípravu, proto je zcela nezbytné, aby všichni nahlásili předem Martině:

- ✦ všechny aktuálně užívané léky,
- ✦ všechny operace a důležité ambulantní zákroky, jež proběhly v posledním čtvrt roce,
- ✦ veškeré operace srdce a jiné zásadní operace,
- ✦ veškeré disfunkce fyzické i mentální a mentální potíže.

Užívání drog a farmaceutik typu antidepresiv apod., srdeční přístroje aj. obdobné aparáty se s užitím madre medicina, liány duše, zcela vylučují.

Před vlastní cestou proběhne pro účastníky retreatu online schůzka na Google Meet, kde budou sděleny důležité instrukce a informace. Datum a čas schůzky budou upřesněny.

CELKOVÁ CENA

za jednoho účastníka

25 900 Kč