

Terms and conditions for The Awakening Flow

I declare that, by making a reservation for Liza Aquino's "The Awakening Flow – Kundalini Activation Workshop," I accept the conditions described herein:

1. The Workshop

- **Introductions:** Introduction to the power of energy work and the holistic healing process.
- **Awakening the Body - Conscious movement & dance:** A moment to connect deeply with your body through mindful movement and playful dance.
- **Breathwork:** A simple & powerful breathing exercise to quiet the mind and calm the Nervous System.
- **Awakening the energy - Kundalini Activation:** An immersive musical journey and energetic activation that will guide you on a journey deep inward. A safe space for you reconnect with your true essence.
- **Sharing Circle:** A heart-centered space for you to reflect, share and integrate your experience and share with the group, if you feel called to do so.
- The total duration of the workshop is 3 hours.

2. About the Kundalini Activation

2.1 The Kundalini Activation helps us to deepen the connection with ourself and expand our consciousness, releasing suppressed emotions, traumas and limiting beliefs. It helps to clear the blockages and to release what no longer serves us, enabling us to get in touch with our innate wisdom aligning body, mind, soul, and energy.

2.2 The dynamics of the Kundalini Activation are as follows:

- During the Kundalini Activation, all you need to do is lie down on the yoga mat, close your eyes, surrender to the energy and let it flow. There will be a loud and immersive musical journey, that together with the energy flow will take you on a journey inwards, clearing the blockages, moving stagnant emotions and reconnecting you with your true self.
(If you have any back issues that would prevent you from lying down for an hour on the yoga mat, please let me know beforehand).
- The facilitators might apply pressure to activating points or some of the chakras to help with the energy flow.
- During the session, the person may feel:
 - Sensations of temperature changes, cold or heat.
 - Involuntary body movements, but always consciously.
 - Other movements (getting up, sitting down).
 - Tingling sensations.
 - Feelings and emotions (joy, sadness, release...) and express them (laughing, crying, shouting...), etc.
 - A moment of deep stillness.
 - Those are a few examples, and what each person will experience and feel may vary a lot.

- 2.3 Kundalini Activation may or may not involve physical movements, and is always an opportunity to reduce stress and experience an improvement in physical and emotional well-being, leading the nervous system to a deep state of relaxation.
- 2.4 This is a complementary discipline and cannot be considered a medical, psychological, or psychiatric treatment. Kundalini Activation does not replace medical or psychological care, examinations, diagnoses, or treatments.

3. Contraindications

3.1 While Breathwork and Life Force Kundalini Activation are safe and natural, they are also very powerful. Please note:

- o This session is not suitable for children under 18 years old.
- o This session is not suitable for pregnant women.
- o This session is not suitable for people suffering from severe mental health conditions and/or who are under heavy psychiatric medication.

3.2 By making a reservation for this event, I declare that I am responsible for my own state of health. In particular, if I suffer from any psychiatric disorders (schizophrenia, epilepsy, among others), or other diseases or disorders that may involve any risk, I must inform the organization.

3.3 By making a reservation for this event, I declare that I do not have the mentioned contraindications nor am I, at the time of the start of the activity, under the influence of alcoholic substances, drugs, or other substances that alter the state of consciousness.

4. Image and Testimonials

Some images might be captured during the event for promotional or advertising purposes on social networks. I authorize Liza Aquino and Amanda Moreira (organizers of the event) to use my image and testimonials in any activity related to Kundalini Activation, in its entirety or partially, without such use conferring the right to any remuneration.

If I do not wish to be part of any image, I will previously and deliberately inform the facilitators, who will commit to not including me in any captures.

I declare that, by making a reservation for this event, I accept the conditions described above.

Termo de Consentimento The Awakening Flow

Eu declaro que, ao fazer a reserva para o evento “The Awakening Flow – Kundalini Activation Workshop” de Liza Aquino, aceito as condições aqui descritas:

1. O Workshop

- **Introduções:** Introdução ao poder do trabalho energético e das atividades do programa.
- **Despertar do Corpo - Movimento Consciente e Dança:** Um momento para se conectar profundamente com o seu corpo através do movimento consciente e dança.
- **Breathwork:** Exercícios de respiração simples e poderosos para silenciar a mente e acalmar o Sistema Nervoso.
- **Despertar da Energia - Ativação Kundalini:** Uma jornada musical imersiva e a ativação energética guiam você em um mergulho interno profundo. Um espaço seguro para você se reconectar com a sua verdadeira essência.
- **Círculo de Partilha:** Um espaço acolhedor para você refletir, integrar a sua experiência e compartilhar com o grupo, se assim desejar.
- A duração total do workshop é de 3 horas.

2. Sobre a Ativação Kundalini

2.1 A Ativação Kundalini ajuda a aprofundar a conexão com o nosso interior e a expandir a nossa consciência, liberando emoções reprimidas, traumas e crenças limitantes. Ajuda a remover bloqueios e a libertar o que já não nos serve, permitindo que entremos em contacto com a nossa sabedoria interna, alinhando o corpo, a mente, espírito e energia.

2.2 A dinâmica de uma sessão de Ativação Kundalini da Força Vital é a seguinte:

- Durante a Ativação da Energia Vital Kundalini, tudo o que precisa de fazer é deitar-se no tapete de yoga, fechar os olhos, render-se à energia e deixar que ela flua. Haverá uma viagem sonora imersiva e vibrante que, juntamente com o fluxo de energia, o levará numa jornada interior, removendo bloqueios, libertando emoções reprimidas e reconectando-o com a sua verdadeira essência.

(Se tiver algum problema nas costas que o impeça de se deitar durante uma hora no tapete de yoga, por favor, avise-me com antecedência).]

- Os facilitadores poderão aplicar pressão em pontos de ativação ou em alguns dos chakras para ajudar no fluxo de energia.
- Durante a sessão, a pessoa pode sentir:
 - Sensações de mudança de temperatura, frio ou calor.
 - Movimentos corporais involuntários, mas sempre de forma consciente.
 - Outros movimentos (levantar-se, sentar-se).
 - Sensações de formigueiro no corpo.
 - Sentimentos e emoções (alegria, tristeza, libertação...) e expressá-los (rir, chorar, gritar...), etc.
 - Um momento de profunda quietude.
 - Estes são apenas alguns exemplos, e o que cada pessoa irá sentir e vivenciar pode variar muito.

2.3 A Ativação da Kundalini é sempre uma oportunidade para reduzir o stress e experienciar uma melhoria no bem-estar físico e emocional, levando o sistema nervoso a um estado de profundo relaxamento.

2.4 Esta é uma disciplina complementar e não pode ser considerada um tratamento médico, psicológico ou psiquiátrico. A Ativação Kundalini não substitui cuidados médicos ou psicológicos, exames, diagnósticos ou tratamentos.

3. Contraindicações

3.1 Embora o Breathwork e a Ativação da Energia Vital Kundalini sejam processos seguros e naturais, são também muito poderosos. Por favor, note que:

- o Esta sessão não é adequada para crianças menores de 18 anos.
- o Esta sessão não é adequada para mulheres grávidas.
- o Esta sessão não é adequada para pessoas que sofrem de condições graves de saúde mental e/ou que estão a tomar medicação psiquiátrica pesada.

3.2 Ao fazer uma reserva para este evento, declaro que sou responsável pelo meu próprio estado de saúde. Em particular, se sofro de alguma doença psiquiátrica (esquizofrenia, epilepsia, entre outras), ou outras doenças que possam envolver algum risco, devo informar a organização do evento.

3.3 Ao fazer uma reserva para este evento, declaro que não tenho as contraindicações mencionadas nem estou, no momento do início da atividade em que irei participar, sob a influência de substâncias alcoólicas, drogas, ou outras substâncias que alterem o estado de consciência.

4. Imagem e Testemunhos

Algumas imagens podem ser capturadas durante o evento para fins promocionais ou publicitários em redes sociais. Eu autorizo a Liza Aquino e Amanda Moreira (organizadoras do evento) a usar a minha imagem e os meus testemunhos em qualquer atividade relacionada com a Ativação da Energia Vital Kundalini, no seu todo ou em parte, sem que tal uso confira o direito a qualquer remuneração.

Se eu não desejar fazer parte de qualquer imagem, irei informar prévia e deliberadamente as facilitadoras, que se comprometerão a não me incluir em nenhuma captura.

Declaro que, ao fazer uma reserva para este evento, aceito as condições descritas acima.

