

Terms and conditions for the Life Force Kundalini Activation

I declare that, by making a reservation for Liza Aquino's "Life Force Kundalini Activation," I accept the conditions described herein:

1. The Program

1.1 ***The Life Force Kundalini Energy is the essence of life that flows within us all.***

This session is an invitation to deepen the connection with your true self, quiet the mind, and let your body's innate wisdom lead the way. Together, we create a safe space to release what no longer serves you (whether that's old emotions, blockages, or limiting beliefs), aligning your heart, mind, and spirit so you can live a life full of abundance, authenticity, purpose, joy and fulfillment. The dynamics of a Life Force Kundalini Activation are as follows:

- o We begin with brief introductions, followed by a short meditation and breathwork exercise to prepare the body and calm the mind, facilitating a deeper state of surrender for the Life Force Activation.
- o Then, during the Life Force 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).

- o The facilitator might apply pressure to activating points or some of the chakras to help with the energy flow.
- o After the activation, a therapeutic writing practice will help you anchor the insights, visions, and clarity received during your journey into lasting transformation.
- o We always finish with an optional sharing and reflection time.
- o During the session, the person may feel:
 - **Physical Sensations:** Tingling, or waves of heat and cold.
 - **Natural Movement:** Your body might move involuntarily, or you may feel the urge to stretch or move. You remain fully conscious and in control throughout.
 - **Emotional Release:** Moments of deep joy, laughter, tears, or vocal expression.
 - **Deep Stillness:** A profound sense of peace and mental clarity.

(Those are a few examples, and what each person will experience and feel may vary a lot, energy moves through everyone differently.)

1.2 While this practice often leads to deep relaxation and emotional well-being, it is a complementary discipline intended to support your personal growth. It is not a substitute for medical, psychological, or psychiatric treatment.

2. Contraindications

2.1 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 those under 18 years old, during pregnancy, or for individuals with severe mental health conditions/heavy psychiatric medication.

2.2 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.

2.3 Occasionally, minimal side reactions such as headache, loss or increase of appetite, insomnia, or generalized tiredness may occur. If there was physical pain prior to the session, its symptomatology may increase or disappear.

3. Image and Testimonials

To share the energy of the sessions and help others discover this work through social media and other promotional methods, I occasionally capture photos or videos during our events. By joining the session, you agree and authorize Liza Aquino to use your image and testimonials (in whole or in part) without such use involving any financial compensation.

If I do not wish to be part of any image, I will previously and deliberately inform the facilitator, 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 Para Efeitos de Prática de Ativação da Energia Vital Kundalini

Eu declaro que, ao fazer a reserva para "Ativação de Energia Vital Kundalini" de Liza Aquino, aceito as condições aqui descritas:

1. O Programa

1.1 *A Energia Vital Kundalini é a essência da vida que flui dentro de todos nós.*

Esta sessão é um convite para aprofundares a conexão com o teu verdadeiro eu, acalmando a mente e deixando que a sua sabedoria interna guie o caminho. Juntos, criamos um espaço seguro para libertares o que já não te serve (sejam emoções antigas, bloqueios ou crenças limitantes), alinhando o teu coração, mente e espírito para viveres uma vida de abundância, autenticidade, propósito, alegria e realização. A dinâmica de uma sessão de Ativação da Kundalini da Força Vital é a seguinte:

- o Começamos com breves apresentações, seguidas por uma curta meditação guiada e um exercício de respiração para preparar o corpo e acalmar a mente, facilitando um estado de entrega mais profundo para a Ativação da Força Vital.
- o 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).]

- o O facilitador poderá aplicar pressão em pontos de ativação ou em alguns dos chakras para ajudar no fluxo de energia.
- o Depois da ativação, uma prática de escrita terapêutica ajudará você a ancorar os "estalos de clareza" e *insights* em mudanças reais e duradouras.
- o Terminamos sempre com um tempo opcional para partilha e reflexão.
- o Durante a sessão, a pessoa pode sentir:

- **Sensações Físicas:** Formigueiro ou ondas de calor e frio.
- **Movimentos Naturais:** O teu corpo pode mover-se involuntariamente ou podes sentir vontade de te espreguiçar ou mover. Permaneces totalmente consciente e no controlo durante todo o processo.
- **Libertação Emocional:** Momentos de alegria profunda, riso, lágrimas ou expressão vocal.
- **Quiétude Profunda:** Uma sensação profunda de paz e clareza mental. Estes são apenas alguns exemplos. A energia move-se de forma diferente em cada pessoa, por isso, o que cada um experiencia e sente pode variar muito.

(Estes são apenas alguns exemplos. A energia move-se de forma diferente em cada pessoa, por isso, o que cada um experiencia e sente pode variar muito.)

1.2 Embora esta prática resulte frequentemente num estado de relaxamento profundo e bem-estar emocional, é uma disciplina complementar destinada a apoiar o teu crescimento pessoal. Não substitui tratamento médico, psicológico ou psiquiátrico.

2. Contraindicações

2.1 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 menores de 18 anos, durante a gravidez ou a pessoas com condições de saúde mental graves/sob medicação psiquiátrica forte.

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

2.3 Ocasionalmente, podem ocorrer reações secundárias mínimas, como dor de cabeça, perda ou aumento do apetite, insónia ou cansaço generalizado. Se houver dor física antes da sessão, a sua sintomatologia pode aumentar ou desaparecer.

3. Imagem e Testemunhos

Para partilhar a energia destas sessões e ajudar outros a descobrirem este trabalho através das redes sociais e outros meios promocionais, ocasionalmente capturo fotos ou vídeos durante os nossos eventos. Ao participar na sessão, concorda e autoriza Liza Aquino a utilizar a sua imagem e testemunhos (no todo ou em parte), sem que tal utilização envolva qualquer compensação financeira.

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

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