

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 večeři.)

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. Balení. 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. Po večeri informační schůzka a jóga nidra.



Casa Amazonas, jóga shala



Amazon Shelter



Ese Eja

Martina & Zuzka

WILD COOKING

Yudeer Caerascó



CASA AMAZONAS

Puerto Maldonado

Vítejte v Peru

VAŠE CESTA DO HLUBIN AMAZONSKÉ DŽUNGLE

PROGRAM

DEN 6.

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

Snídaně.

Výlet na jezero Tres Chimbadas (a jízda v kánoi), 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.

DEN 7.

12.3. Ranní jóga, snídaně.

Návštěva lokální farmy.

Oběd.

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

Večere a noční procházka džunglí.



Explorer's Inn, Tampobata



Ara



Amazonia, Peru

Vítejte v Peru

VAŠE CESTA DO HLUBIN AMAZONSKÉ DŽUNGLE

PROGRAM

DEN 8.

13.3. Ranní jóga a snídane.

Procházka džunglí.

Oběd cestou nebo na místě.

Individuální relax / Jóga.

Večeře.

Závěrečné propojení v kruhu sdílení a
kakaová ceremonie.



Kapybary u řeky

DEN 9.

14.3. Snídane.

Check-out.

Odjezd a odlet z Puerta.



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 Doležalová (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

24 900 Kč