

CONECTANDO CON la paz del PRESENTE

Expresando y Amando lo que aparece a cada momento

Del 8 al 12 de octubre de 2010
(opcional hasta el 14 de octubre)

Lugar: www.casaelp Prado.es Toledo, en Camarenilla a tres cuartos de Madrid

Algo más que crecimiento personal, y algo más que diversión .¿por qué ¿ porque no entramos en lo psicológico y vamos a la experiencia directa, y expresándonos con total libertad.

Cuando nos damos permiso para sentir lo que hay en el presente bien sea a nivel físico, energético, afectivo, emocional etc. uno se queda tranquilo y liberado.

Generalmente hacemos miles de cosas para no sentir lo que hay en el presente, por ejemplo cuando en el ahora aparecen emociones que no nos gustan, buscamos hacer cualquier cosa no sentirlas y desviar nuestra atención (por supuesto dar salida a estas emociones no significa recrearse en ellas, si no se juzgan desaparecen en el instante).

También en el plano positivo cuando por ejemplo aparecen situaciones donde tenemos que abrirnos a recibir, amor, reconocimiento, también nos escapamos del aquí ahora por miedo , y lo hacemos buscando cualquier excusa para no estar presentes y no tener que sentirnos.

A través de la música, la danza, la voz, la respiración el contacto, el movimiento auténtico.

En este encuentro tendremos el espacio para permitirnos entrar en nosotros con libertad, darnos permiso para sentirnos y expresarnos, para dar y para recibir en definitiva permitirnos ser nosotros mismos aquí ahora sin límites.

Jugando, danzando, abriéndome al contacto con el otro, y en intimidad con uno mismo.

Profundizaremos más en el trabajo de ideas condicionadas, acerca de todo.

Fomentaremos las emociones conscientes para ir soltando las emociones reactivas.

Investigaremos en las relaciones hombre-mujer cuestionando todas las ideas acerca de tu pareja o ex-pareja y poder sanarlas.

Investigando en las polaridades: femenino, masculino, control descontrol, superior, inferior, nos acercaremos mas al centro y al contacto con nosotros.

A través:

-De la co-escucha

-La música, la nutrición afectiva

-El movimiento, meditaciones activas

-Meditaciones para conectar con el cuerpo y con nuestro corazón.

Precios: Según dos modalidades:

1ª) Del 8 al 12 de octubre (4 días): 340 Euros

2ª) Del 8 al 14 de octubre (6 días): 500 Euros

La hora de entrada será a partir de las 18,00 horas y hora de salida a partir de las 17,00 horas. En los precios esta incluido todo (alojamiento, pensión completa y el curso completo)

Tel.: 920 37 28 87 y 677 04 40 39