



## FOCUSING I

Prof. MENTXU MARTÍN-ARAGÓN [Curs EN CASTELLÀ]



El focusing és una eina d'escolta corporal que ajuda a escoltar la saviesa interior, la veu interior, la teva veu pròpia més original i creativa.

En qualsevol situació, el teu cos t'està donant informació. Molts de nosaltres no sabem com accedir a aquesta informació perquè no té la mateixa lògica que la nostra ment cognitiva.

Dins nostre tenim més saviesa i coneixements del que en som conscients. El focusing ens ajuda a accedir-hi.

### **CURS VÀLID PER A LA FORMACIÓ OFICIAL DE FOCUSING.**

**CONTINGUT:** Introducció al Focusing. Vivència de la sensació sentida.

**IMPARTIRÀ EL CURS:** Mentxu MARTÍN-ARAGÓN / Psicòloga. Psicoterapeuta. Trainer en Focusing i FOP pel *The International Focusing Institute*. Professora col·laboradora a la U.P.Comillas.

**DATES:** De **Divendres 26/I** (17:30h) a **Dissabte 27/I** (20:30h)

**PREU:** Curs:.....150€  
Hostatgeria: .....40€ [de Divendres a sopar fins Dissabte a dinar]

**NOTA IMPORTANT:** La inscripció al curs implica la reserva de la hostatgeria (habitacions compartides). En cas contrari, consulteu-ho. Si voleu allargar la vostra estada a l'hostatgeria del Monestir, feu la vostra reserva escrivint directament a: [hostatgeria@monestirsantbenetmontserrat.com](mailto:hostatgeria@monestirsantbenetmontserrat.com)