



FOCUSING I ESPIRITUALITAT

Prof. SERGIO LARA [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 coneixements del que en som conscients. El focusing ens ajuda a accedir-hi.

CURS VÀLID PER A LA FORMACIÓ OFICIAL DE FOCUSING.

- CONTINGUT:** Treball corporal de les emocions a través de la respiració. Les emocions i la espiritualitat. El Focusing com a camí d'obertura al transcendent i a l'autocreació.
- REQUISITS:** No cal coneixement previ del Focusing. Adreçat a totes les persones que vulguin aprofundir en la seva vivència espiritual i contactar amb la seva pau interior.
- IMPARTIRÀ EL CURS:** Sergio LARA / Doctor en Psicologia. Psicoterapeuta. Coordinador de Focusing i FOP al *The International Focusing Institute*. Formador d'Alba Emoting i Desenvolupament Transpersonal.
- DATES:** De **Divendres 09/III** (18:00h) a **Diumenge 11/III** (13:00h)
- PREU:** Curs:.....160€
Hostatgeria:69€ [de Divendres a sopar fins Diumenge a esmorzar]
- NOTA IMPORTANT:** La inscripció al curs implica la reserva de la hostatgeria (habitacions compartides). En cas contrari, consulteu-ho. Si voleu quedar-vos a dinar el diumenge o allargar la vostra estada a l'hostatgeria del Monestir, feu la vostra reserva escrivint directament a: hostatgeria@monestirsantbenetmontserrat.com