



FOCUSING I

Sònia González



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 la formació oficial de focusing.

CURS FOCUSING I

Introducció teòrica i pràctica del focusing.

Coneixement dels passos i actituds

Identificació de la sensació sentida

Impartirà el curs: Sònia González,
Diplomada per l'Institut Español de Focusing

Dates: Del dissabte 28 de gener a les 10h
al diumenge 29 de gener a la 13h

Preu: Curs 150€
Hostatgeria 40€ (de dissabte dinar fins diumenge esmorzar)
Si no dieu el contrari, la inscripció implica la reserva de l'hostatgeria.
(habitacions compartides)

NOTA IMPORTANT

Si voleu ampliar la vostra estada a l'hostatgeria o quedar-vos a dinar el diumenge, cal que ho consulteu directament a l'hostatgeria:

hostatgeria@monestirsantbenetmontserrat.com

