



## **FOCUSING III**

### M. Maria del Mar Albajar



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 III**

En aquest nivell aprenem a acompanyar una altra persona i a deixar-nos acompanyar amb el mètode del focusing. Possibles dificultats i solucions.

#### **Impartirà el curs:**

- Maria del Mar Albajar, Trainer per l'Institut Internacional de Focusing

**Requisits:** Cal haver fet el Focusing I i II

**Dates:** Del dissabte 29 d'abril a les 10h  
al diumenge 30 d'abril 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](mailto:hostatgeria@monestirsantbenetmontserrat.com)