



## **FOCUSING I ESPIRITUALITAT**

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 I ESPIRITUALITAT**

Presentació teòrica i pràctica de l'espiritualitat i de l'escolta corporal i la relació interna com una porta a l'espiritualitat, com a camí d'accés al Misteri que ens habita.

No hi ha requisits previs.

**Impartirà el curs:** Maria del Mar Albajar, Trainer per l'Institut Internacional de Focusing

**Dates:** Del divendres 16 de juny a les 18h  
al diumenge 18 de juny a la 13h

**Preu:** Curs ..... 160€

Hostatgeria ..... 68€ de divendres sopar 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)