

FOCUSING Iib (Online)

Formador GERARD PORREDON



El *focusing* és una eina d'autoconeixement, de canvi i de salut. A través de l'escolta corporal ens acostam a la pròpia saviesa, la veu del Cor, la més genuïna i creativa.

En qualsevol situació, el cos està informant a través de les sensacions. 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 som conscients.

El *focusing* ens hi posa en contacte de manera que l'impuls de vida que hi ha en nosaltres troba una esclatxa per expressar-se, i ens convida a donar el proper pas en direcció a l'autenticitat i la salut.

CURS VÀLID PER A LA FORMACIÓ OFICIAL DE FOCUSING

CONTINGUT: Pràctica dels 4 passos. Autofocusing.

REQUISITS: Cal haver fet el curs de Focusing I

IMPARTIRÀ EL CURS: GERARD PORREDON



Terapeuta Humanista.
Trainer de Focusing per l'*International Focusing Institute*.
Terapeuta Gestalt.

DATES: *Divendres 29 de gener* (de 15.45h a 19.45h).

Dissabte 30 de gener (de 9.30 a 18:30h)

PREU: 170€

INSCRIPCIÓ: <https://monestirsantbenetmontserrat.com/cursos/>

MÉS INFORMACIÓ: activitats@monestirsantbenetmontserrat.com / 659 38 67 62

OBSERVACIÓ: Dos dies abans i havent fet tot el pagament, us enviarem el link per connectar online.