Bases para la concienciación:

BODY-MIND PSYCHOTERAPY :Enseñanza y ejercicos pràcticos de conexión cuerpo-psique.

Esta es una enseñanza teòrico -pràctica de conexión de la experiencia corporal y la percepción anímica, entiendo por ello los procesos mentales, emocionales y espirituales, la consciencia.Nos enseña a conectar lo que experimentamos y que nos desvele nuestra verdad màs profunda sin prejuicios o bloqueos inconscientes ya que unimos la energía con toma de consciencia.Está dirigida a profundizar, tomar más consciencia y saber observarse para poder hacer consciente lo que nos ocurre a un nivel màs profundo y de lo que a veces no somos conscientes.

De esta manera practicamos o aprendemos a conectar el cuerpo físico con los procesos psíquicos o no-corporales pero que están profundamente inter-conectados y nos ayuda a ser màs autémnticos.

Con la pràctica nos ayudamos a ”hacernos conscientes” plenamente y hologràficamente de la repercusión que tienen nuestras experiencias vitales en todo nuestro ser y por tanto a conocernos mejor, saber nuestras fortalezas y debilidades, y poder tomar elecciones con pleno conocimiento de todo nuestro Ser, y de lo que concuerda con nosotros auténticamente.

Aprendemos a observarnos interiormente y no sabotearnos con prejuicios de nuestra biografía, sino recuperar la conexión con nosotros mismos de una manera màs integral y profunda, y vivir màs acorde con nuestro Ser autèntico.

A quién va dirigido?

A todas aquellas personas interesadas en profundizar el conocimiento de su propio ser, sea porque se sienten desconectadas, les cuesta tomar decisiones o están en procesos terapéuticos y quieren/necesitan reforzar la conexión consigo mismos o tener màs herramientas para tomar consciencia de sus procesos,”darse cuenta”,vislumbrar...

En este sentido es muy ùtil para personas que están en terapia, psicoterapeutas, facilitadores y practicantes de constelaciones familiares, terapia de regresión y procesos psico-corporales y psíquicos, sanadores...etc.

Horarios y programa

Las pràcticas se organizan en un día (sábado ó viernes) al mes, en un horario de 3 horas.

El horario dependerá del día : viernes de 7-10 pm ó sàbado de 5-8pm.

Coste: 35€ por sesión y matrícula de 20€.

**Inicio:** viernes 4 de Octubre y sábado 5 de Octubre.(la matricula y el pago de la 1º sesión debe efectuarse antes del día de inicio).

Programa de las 6 sesiones (1º nivel) :

1. Enraizamiento
2. Centramiento
3. Intención
4. Presencia
5. Combinación
6. La Sombra

Contacto e inscripciones

Mònica Durall tel. 619840179 (preferible llamar de 2-3 o 21,30, o dejar mensaje).

También podeís enviar email a : centrodelph@yahoo.es