

Nuevo curso abierto a todo el público!
INTEGRAR NATURALEZAS, CONECTAR LA ESENCIA
24-25 Octubre 2009 en Equilibre – Santa Perpetua de Gaiá (Tarragona)



**Los seres humanos somos naturaleza viva,
como la naturaleza que nos rodea y los animales
con los que la compartimos, incluidos nuestros
queridos caballos.**

El contacto con los caballos y la naturaleza nos facilita el darnos cuenta de nosotros mismos, de nuestra identidad. Podemos tomar conciencia de quienes somos a través de cómo conectamos con el mundo que nos rodea, de cómo son nuestras sensaciones, nuestras percepciones, nuestras emociones y sentimientos, de cómo hacemos elecciones, de cómo actuamos con nuestro entorno y de cómo éste reacciona a su vez a nuestra forma de conectar con él.

En nuestra experiencia de contacto con los caballos y la naturaleza podemos vivirnos en lo instintivo, lo personal y lo espiritual, recuperando e integrando partes de nosotros que se mantenían desconectadas, permitiéndonos acercarnos a nuestra esencia.

Al entregarnos a la experiencia con el caballo, éste nos lleva de la mano hacia un estado inherente en él: la PAZ. Este estado de paz nos eleva más allá del bien y del mal, más allá de las polaridades y nos ayuda a trascender nuestro ego y a encontrar nuestra propia paz interna.

Metodología

- Conocimiento del caballo.
- Trabajo corporal: respiración, sensibilización sensorial, agudización perceptiva.
- Contacto y relación con el caballo y la naturaleza: trabajo del proceso de contacto en todas sus fases.



- Contacto y reconocimiento de las emociones, creencias y actitudes con las que conectamos con nuestro entorno.
- Practicar la coordinación con el caballo, el contacto pleno con el otro.



- Ponerse en el lugar del otro: la capacidad de convertirse en el otro.
- Trabajo de integración de las polaridades.
- Fomento del espíritu lúdico.
- Trabajo de actitudes que fomentan un buen contacto con el entorno: respeto, humildad, empatía, afecto...
- Cohesión de grupo: compartir vivencias y experiencias entre los miembros del grupo.



Impartido por:

Elisenda Vilasaló Salsas

Licenciada en Psicología y en Ciencias Económicas y Empresariales,

Psicoterapeuta Gestalt de Adultos, Niños y Adolescentes,

Miembro Titular de la AETG (Asociación Española de Terapia Gestalt),

Experta en Doma Natural de Caballos, Equinoterapeuta

Lugar de Realización

EQUILIBRE Gaiá – Centro Etológico y Doma natural

Mas Cabot – Mas Cabau, Carretera T-201, km10

Santa Perpetua de Gaiá (Tarragona)

Alojamiento disponible en la misma finca o en hoteles y casa rurales de la zona.

Fecha: 24 y 25 de Octubre 2009

Precio: €200,-/persona

Plazas Limitadas!

Mas información y reservas:

977 266021 (Victor o Helka) equilibregaia@gmail.com

609642219 (Elisenda) evilasalo@gmail.com