



CURSO DE YOGA NIDRA PARTE II: CAMINO DE AUTOCONOCIMIENTO

DESCUBRE TU PROPÓSITO VITAL Y CÓMO LLEGAR A ÉL

DESCRIPCIÓN

En este curso, teniendo como hilo conductor el yoga nidra, vamos a ahondar en cada una de las fases por las que pasa esta práctica para que puedas entrar en conexión con esa parte de ti sobre la que actúa cada fase y tomar conciencia de los bloqueos que hay en ellas y que te alejan de tu verdadera naturaleza, y lo vamos a hacer utilizando otras formas de trabajar en cada nivel, para ampliar la visión y llegar a un conocimiento profundo de la estructura interna que se ha desarrollado en ti creando un personaje que interacciona de una determinada manera ante cada experiencia.

Una vez que ya tengamos el mapa de todo el proceso por el que pasas para llegar a tu propia percepción de la realidad y dónde está el origen de tus conflictos, veremos cómo esta toma de conciencia diluye las barreras que habías levantado entre el personaje creado y todo el conocimiento que siempre ha estado en tu interior y se abrirá el acceso a toda la información de tu viaje y a los pasos que tienes que dar para seguir tu ruta, a la que no podías llegar debido a toda la tensión producida por tus bloqueos.

Esta es realmente la propuesta del yoga nidra, dejar de hacer y simplemente entregarte al placer de que la vida fluya a través de ti, porque detrás de todo el ruido mental, de todas las dudas, de toda la incertidumbre, de todas las indecisiones, está la confianza en que, en el momento en el que inicies este camino de autodescubrimiento, surgirá toda tu sabiduría innata y, en el momento en el que le des luz a esa parte de ti que estaba oculta, se abrirá de forma natural el canal hacia esa sabiduría, que contiene el itinerario diseñado para ti.

A través de encuentros grupales, terapias individuales y mediante una metodología basada en la experiencia individual de cada participante, te ayudaremos a trazar ese mapa y descubrir el camino que ya has emprendido, resolviendo las dificultades con las que te encuentres en él.



CONDICIONES

Curso de octubre a junio. Un sábado al mes en horario de 10 a 13 h.

Se puede asistir sólo a la primera sesión en la que se explicará en qué va a consistir el curso y todas las prácticas que se irán introduciendo para ampliar cada parte y, si te interesa continuar con el curso completo, se descontará el precio de la primera sesión explicativa en el total.

Fechas:

18 octubre (Primera sesión explicativa del curso)
22 noviembre
13 diciembre
17 enero
14 febrero
14 marzo
18 abril
9 mayo
13 junio (posibilidad de formato de retiro final)

Precios:

Primera sesión explicativa: 45 €

Curso completo: 395 €

Pago por trimestres: 160 €

Curso completo para los alumnos que han realizado el Curso yoga nidra I:
370 €

Pago por trimestres para los alumnos que han realizado el Curso yoga nidra I:
150 €