

LA ENERGÍA SEXUAL ES
FUENTE DE VIDA,
DE REGENERACIÓN
Y DE CREATIVIDAD

ARMONIZAR LAS
DOS POLARIDADES,
FEMENINA Y MASCULINA,
PRESENTES EN TODAS
LAS PERSONAS



EL CURSO DE
SEXUALIDAD HOLÍSTICA
ES UN CAMINO
DE INTEGRACIÓN Y
ARMONIZACIÓN,
QUE DESPIERTA EL
POTENCIAL CREATIVO
DE CADA UNO DE
NOSOTROS

Curso de Sexualidad / Integración Holística

¿Qué es?

Hay que aclarar que, en este trabajo, con el término Sexualidad nos referimos a la energía vital primaria de la que somos depositarios todos los seres humanos. Entendemos que la energía sexual es fuente de vida, de regeneración y de creatividad.

Este es un trabajo para personas que quieren profundizar en la Transformación Holística. Potencia la curación y el crecimiento de la persona en todos sus aspectos, y promueve la armonía y coherencia entre la energía primaria y la energía espiritual. Se trabaja de manera vivencial, y se involucra en el trabajo el cuerpo, la energía sexual, el corazón, la mente, la espiritualidad y la naturaleza. El trabajo potencia la identidad única de cada participante y el despertar del propio guía interior. Los / las participantes aprenden a regular el propio proceso desde la conciencia de las capacidades presentes y los límites necesarios en cada momento. Trabajar con la energía primaria, sexual, permite una renovada concepción y gestación, y el renacimiento a una vida nueva, coherente y armoniosa con nuestro ser genuino.

Este trabajo se basa en la experiencia e implica contacto físico. El contacto es siempre respetuoso, no intencional, no sexual, y potencia la aceptación y el despertar en los diferentes aspectos de la realidad humana.

A quién va dirigido

A las personas mayores de edad que, por necesidad de salud o por inquietud personal, quieren profundizar en su proceso de transformación y apostar por un desarrollo holístico desde su ser genuino.

Qué aporta

- Profundización en la práctica de la aceptación incondicional como clave fundamental para la curación, crecimiento y transformación personal y comunitaria.
- Reconocimiento y aceptación de la propia realidad sexual y espiritual.
- Liberación progresiva de la vergüenza asociada al cuerpo y la sexualidad. Esta liberación es necesaria para facilitar la encarnación de la energía primaria, ya que la vergüenza contrae y cierra el cuerpo, impidiendo que la energía se encarne (tome cuerpo).
- Identificación de vías de integración de la sexualidad y de la espiritualidad en la vida cotidiana.
- Conciencia del impacto de la integración de la sexualidad y de la espiritualidad en la emergencia del corazón desde su naturaleza esencial, más allá de referentes y patrones establecidos.
- Identificación de vías de acceso al propio corazón esencial.
- Integración y armonización de las dos polaridades, la femenina y la masculina, presentes en todas las personas, mujeres y hombres, despertando el potencial creativo que genera la integración.
- Integración y armonización de las dimensiones individual y social (comunitaria), presentes en todas las personas, despertando el potencial armonizador y creativo que emerge.
- Aprendizaje de la gestión de la propia realidad humana, atendiendo inquietudes y conflictos personales y únicos, más allá de referentes y patrones psicológicos y culturales, heredados y / o aprendidos.

Como se trabaja

Se trabajan todos los aspectos básicos para una buena salud del ser humano: cuerpo, energía vital, emociones-sentimientos, mente lógica-analógica, apertura a la trascendencia (espiritualidad); también las dos polaridades (receptividad-proclividad), y las dos dimensiones (individual-social).

Empezamos por una práctica de movilización y una breve introducción al nivel que trabajamos, priorizando, normalmente, el cuerpo, ya que es la base o estructura que contiene y sostiene la propia energía vital. Explicamos la práctica que haremos utilizando una demostración como ejemplo. Compaginamos prácticas en el que participa todo el grupo con otras realizadas en grupos reducidos, propuestas por los miembros del grupo y pactadas de común acuerdo entre los participantes.

Las prácticas pactadas de común acuerdo entre miembros del grupo se llaman "acuerdos", y son prácticas de dos, tres o más personas, pactadas entre ellas, y en las que se acuerda el qué, el cómo, el espacio, el tiempo y los límites que cada uno pone.

Al finalizar las prácticas acordadas, invitamos a los participantes a elaborar lo que cada uno ha vivido, construyendo así conocimiento en base a la propia experiencia personal y la de los compañeros / as.

Coordina

Gloria B. Playà. Estudié magisterio, impulsada por el amor a la vida y a quienes transmiten la esencia más pura, los niños. Esta vocación se ha ido convirtiendo en una búsqueda continua con el objetivo de encontrar nuevas maneras de acompañar a las personas, facilitando su desarrollo y maduración sin alejarse de la esencia de la vida, la inocencia primordial. Así, en 1994 entro en contacto con Estel., Centro de Crecimiento personal y Escuela de Estudios Integrales, de Barcelona y empleo un trabajo de autoconocimiento que me lleva a profundizar en el enfoque de Transformación Holística y a irlo integrando a mi vida cotidiana. Diplomada en Transformación Holística, aplicada a la Holoterapia y la Educación, ofrezco talleres para transmitir esta visión holística.

Aspectos prácticos

CUANDO:	Curso completo: Un sábado al mes de octubre a junio: mañana de 10 a 14h y tarde de 16 a 20h. Intensivo de verano de 6 días..
CALENDARIO:	20 de octubre de 2018 19 de enero de 2019 13 de abril de 2019 17 de noviembre de 2018 16 de febrero de 2019 18 de mayo de 2019 15 de diciembre de 2018 16 de marzo de 2019 15 de junio de 2019 Intensivo de verano de 6 días: del 9 al 14 de julio.
INVERSIÓN:	Trabajo de Sexualitat /Integración Holística: Inscripción 255€ 9 mensualidades, de octubre a junio de 100€ Alojamiento y pensión completa de la estancia de verano: Reserva: 90€ (a pagar juntamente con la inscripción). Resto: 261€ aproximadamente, en función del nombre de participantes (a pagar el primer día de la estancia).
LUGAR:	Encuentros mensuales de octubre a junio: Barcelona (lugar a concretar en función del número de participantes) Estancia de verano: Casa de Turismo Rural La Cosecha. Vallferosa (Lleida) www.lacollita.com
INSCRIPCIÓN Y RESERVA:	Fecha límite de inscripción: 30 de septiembre Para reservar plaza escribe a: gloriabas@gmail.com o envía un WhatsApp a: 609212022 y recibirás la información necesaria. PLAZAS LIMITADAS.

Se realiza un trabajo progresivo que hace que la asistencia en todas las sesiones sea muy importante.

Te ofrecemos una visita informativa sin compromiso. Si tienes dudas de que el taller pueda ajustarse a tus necesidades personales, solicita una entrevista informativa, gratuita y sin compromiso.



*Potencia el creixement de la persona
en tots els seus aspectes*

PROGRAMA DEL TALLER DE SEXUALIDAD // INTEGRACIÓN HOLÍSTICA

20 DE OCTUBRE DE 2018: Presentación del Curso. Profundización en el conocimiento holístico del ser humano. La aceptación incondicional como clave para la curación, crecimiento y transformación personal y comunitaria.

Mañana

- Dinámica de apertura y comienzo del día (vivencial).
- Presentación de los participantes.
- Presentación del Taller.
- Profundización en el conocimiento holístico del ser humano. La aceptación incondicional como clave fundamental para la curación, crecimiento y transformación personal y comunitaria.
- Práctica de aceptación incondicional.
- Presentación de los trabajos pactados, acuerdos, y su gestión.

Tarde

- Rueda de gestión de acuerdos.
- Tiempo autogestionado por los propios participantes, compaginando prácticas movilizadoras con tiempo de elaboración.
- Tiempo de interiorización, para construir conocimiento a partir de las experiencias del día, y para compartir.
- Cierre del día.

17 DE NOVIEMBRE DE 2018: Profundización en el conocimiento del propio cuerpo. La superación de la vergüenza como paso necesario para encarnar la energía primaria.

Mañana

- Dinámica de grupo relacionada con este nivel (vivencial).
- Profundización en el conocimiento del propio cuerpo. Superación progresiva de la vergüenza para encarnar la energía primaria.
- Práctica de exploración corporal.
- Propuesta de diferentes prácticas (acuerdos) que se pueden hacer.
- Tiempo libre y / o para elaborar cada uno las propuestas a hacer en la rueda de gestión de la tarde.

Tarde

- Rueda de gestión y propuestas de acuerdos.
- Tiempo autogestionado por los propios participantes, compaginando prácticas movilizadoras con tiempo de elaboración.
- Tiempo para meditar, para construir conocimiento a partir de las experiencias del día, y para compartir.
- Cierre del día.

15 DE DICIEMBRE DE 2018: Profundización de la energía sexual. Exploración, reconocimiento y aceptación de la propia realidad sexual más allá de referentes y patrones psicológicos culturales, heredados y/o aprendidos.

Mañana

- Dinámica de grupo relacionada con este nivel (vivencial).
- Profundización en el conocimiento de la energía sexual. Exploración, reconocimiento y aceptación de la propia energía sexual.
- Práctica de exploración de la energía vital. Con esta práctica se toma conciencia de los referentes y patrones psicológicos y culturales, heredados y / o aprendidos, no saludables, y se instauran nuevos referentes y patrones coherentes y saludables.
- Propuesta de diferentes prácticas (acuerdos) que se pueden hacer.
- Tiempo libre y / o para elaborar cada uno las propuestas a hacer en la rueda de gestión de la tarde.

Tarde

- Rueda de gestión y propuestas de acuerdos.
- Tiempo autogestionado por los propios participantes, compaginando tiempo para prácticas movilizadoras y tiempo de elaboración.
- Tiempo para meditar, para construir conocimiento a partir de las experiencias del día, y para compartir.
- Cierre del día.

19 DE ENERO DE 2019: Profundización en el conocimiento de las emociones-sentimientos. La emergencia del corazón desde la su naturaleza esencial. Identificación de vías de acceso al propio corazón esencial.

Mañana

- Dinámica de grupo relacionada con este nivel (vivencial).
- Profundización en el conocimiento de las emociones-sentimientos. La emergencia del corazón desde su naturaleza esencial.
- Identificación de vías de acceso al propio corazón esencial.
- Práctica de exploración de las emociones-sentimientos. Con esta práctica dejaremos espacio para escuchar el propio corazón esencial.
- Propuestas de diferentes prácticas (acuerdos) que se pueden hacer.
- Tiempo libre y / o para elaborar cada uno las propuestas a hacer en la rueda de gestión de la tarde.

Tarde

- Rueda de gestión y propuestas de acuerdos.
- Tiempo autogestionado por los propios participantes, compaginando tiempo para prácticas movilizadoras y tiempo de elaboración.
- Tiempo para meditar, para construir conocimiento a partir de las experiencias del día, y para compartir.
- Cierre del día.

16 DE FEBRERO DE 2019: Profundización en la consciencia y la gestión holística como seres inmersos en los ciclos naturales de la vida.

Mañana

- Dinámica de grupo relacionada con este nivel (vivencial).
- Profundización en la consciencia y la gestión holística como seres inmersos en los ciclos naturales de la vida.
- Práctica de exploración de la mente. Con esta práctica se entrena la mente en la gestión holística.
- Propuestas de diferentes prácticas (acuerdos) que se pueden hacer.
- Tiempo libre y / o para elaborar cada uno las propuestas a hacer en la rueda de gestión de la tarde.

Tarde

- Rueda de gestión y propuestas de acuerdos.
- Tiempo autogestionado por los propios participantes, compaginando tiempo para prácticas movilizadoras y tiempo de elaboración.
- Tiempo para meditar, para construir conocimiento a partir de las experiencias del día, y para compartir.
- Cierre del día.

16 DE MARZO DE 2019: Integración y armonización de las polaridades: femenina-masculina, presentes en todas las personas, mujeres y hombres, despertando el potencial creativo que genera la integración de la receptividad en coherencia con la proclividad.

Mañana

- Dinámica de grupo integrativa (vivencial).
- Integración y armonización de las polaridades: femenina-masculina, presentes en todas las personas, mujeres y hombres, despertando el potencial creativo que genera la integración de la receptividad en coherencia con la proclividad.
- Práctica de integración de las dos polaridades: femenina-masculina.
- Propuestas de diferentes prácticas (acuerdos) que se pueden hacer.
- Tiempo libre y / o para elaborar cada uno las propuestas a hacer en la rueda de gestión de la tarde.

Tarde

- Rueda de gestión y propuestas de acuerdos.
- Tiempo autogestionado por los propios participantes, compaginando tiempo para prácticas movilizadoras y tiempo de elaboración.
- Tiempo para meditar, para construir conocimiento a partir de las experiencias del día, y para compartir.
- Cierre del día.

13 DE ABRIL DE 2019: Integración y armonización de las dimensiones individual y social (comunitaria), presentes en todas las personas, despertando el potencial armonizador y creativo que emerge.

Mañana

- Dinámica de grupo integrativa (vivencial).
- Integración y armonización de las dimensiones individual y social (comunitaria), presentes en todas las personas, despertando el potencial armonizador y creativo que emerge.
- Práctica de integración de las dimensiones: individual y social.
- Propuestas de diferentes prácticas (acuerdos) que se pueden hacer.
- Tiempo libre y / o para elaborar cada uno las propuestas a hacer en la rueda de gestión de la tarde.

Tarde

- Rueda de gestión y propuestas de acuerdos.
- Tiempo autogestionado por los propios participantes, compaginando tiempo para prácticas movilizadoras y tiempo de elaboración.
- Tiempo para meditar, para construir conocimiento a partir de las experiencias del día, y para compartir.
- Cierre del día.

18 DE MAYO DE 2019: Práctica de integración sexualidad-espiritualidad. Conciencia del impacto de la integración de la sexualidad y de la espiritualidad.

Mañana

- Dinámica de grupo integrativa (vivencial).
- Conciencia del impacto de la integración de sexualidad-espiritualidad.
- Práctica de integración sexualidad-espiritualidad.
- Propuestas de diferentes prácticas (acuerdos) que se pueden hacer.
- Tiempo libre y / o para elaborar cada uno las propuestas a hacer en la rueda de gestión de la tarde.

Tarde

- Rueda de gestión y propuestas de acuerdos.
- Tiempo autogestionado por los propios participantes, compaginando tiempo para prácticas movilizadoras y tiempo de elaboración.
- Tiempo para meditar, para construir conocimiento a partir de las experiencias del día, y para compartir.
- Cierre del día.

15 DE JUNIO DE 2019: Clausura.

Mañana

- Dinámica de apertura y comienzo del día (vivencial).
- Tiempo de interiorización, de escucha activa, de recoger, de elaboración.
- Evaluación holística de la salud.
- Preparación del ritual de cierre.

Tarde

- Warm up
- Ritual de cierre: disfrutar, reconocer, celebrar y compartir.
- Despedida.

**Si estás interesado / a, escribe un correo electrónico a: gloriabas@gmail.com
o envía un WhatsApp a: **609212022****