

AUTODESCUBRIMIENTO A TRAVÉS DE LA ESCRITURA

Contenidos:

- Empezar a dialogar con nuestro subconsciente nos descubrirá una nueva energía, esa que tanto necesitamos para definir nuevos objetivos, cambiar de ruta y dejar fluir nuestra creatividad.
- Sentarnos frente a una página en blanco, dedicarnos unos minutos a nosotros mismos para entender lo que pasa en nuestro interior es una forma de tomar acción, de mantener una visión más clara sobre nuestro recorrido y averiguar hacia dónde queremos dirigirnos.
- Tómate un ratito, hagamos una buena infusión, coge papel y boli y empieza a tener esa charla contigo mismo que tanto necesitas.
- «No encontrarás una persona más sincera»

Objetivos:

- ¿QUIÉN SOY?: Conocernos también significa tener claro a dónde queremos ir y cuáles son nuestros objetivos. "Yo Soy" es una afirmación poderosa que nos conecta con nuestro poder creador.
- ORIGEN: Nuestro Niño interior es una parte antigua y presente de nosotros mismos que aparece en forma de emociones, pensamientos y sentimientos ante determinadas circunstancias que lo activan. Porque crecer por fuera no siempre implica crecer por dentro.
- ETAPAS VITALES: Si hacemos limpieza en nuestra mente podremos tener una visión más clara del camino a tomar y seremos más propensos a recibir.
- AQUÍ Y AHORA: "El futuro nos tortura y el pasado nos encadena. He ahí por qué se nos escapa el presente". -Gustave Flauvert-
- MANIFESTAR LA VIDA QUE QUIERES: ¿Y si pudieras crear tu propia realidad? Puedes conseguirlo a través de la manifestación.

Duración del curso/taller:

7 meses (inicio: 03 de noviembre 2024; final: 24 de junio 2025)

Días/horario:

Martes de 17:00 a 18:00 horas.

Se imparte en:

Universidad Popular de Gáldar – Club 3ª Edad Gáldar

Material que debe llevar el/la usuario/a:

Cuaderno y bolígrafo.

Imparte el curso/taller: Patricia Bolaños Martín