

Cuatro Estaciones

Método para recrear
tu vida tras la
ruptura de pareja



Inscripciones hasta 31 de Marzo

TALLER ONLINE

TIEMPO DE PERDÓN

ESTACION DEL OTOÑO:
TRANSFORMANDO EL DOLOR EN AMOR

Fecha y horario:

Sábado 13 Abril 2024 (10h a 19h)

Domingo 14 Abril 2024 (10h a 19h)

Precio

75 euros (Que nadie se quede sin participar por una cuestión económica)

Con Anna Mascaró Colls | annamascaro.com

- *Experta en psicología de la evolución humana, filósofa y pedagoga.*
- *Facilitadora de procesos de cambio y desarrollo humano.*

Introducción

En los **procesos de ruptura de pareja** se producen conflictos, salen a la luz heridas, viejas creencias, personas a las que identificamos como causantes de nuestro dolor. Vivir desde ese dolor y resentimiento nos hace daño ya que vivimos alejados del Amor. **Te proponemos seguir avanzando.**

El Perdón es una experiencia sanadora, liberadora que transforma nuestro corazón y la manera en la que miramos la realidad. Transforma la forma en la que estamos en el mundo, en nuestra familia y en nosotros mismos. **El Perdón** es una expresión del Amor que recibimos de Dios, que nos conecta con la esencia divina con la que hemos sido creados. Es un momento de gracia.



Propósito

Es vivenciar la fuerza transformadora del Perdón soltando el dolor, el resentimiento y el miedo para poder experimentar **confianza, paz, alegría y Amor**.

Metodología

Vivencial, interactiva y práctica. Se trabaja con técnicas de Psicogenealogía, Pedagogía Sistémica, Ecología emocional.

Precio

75€ (Que nadie se quede sin participar por una cuestión económica)

Inscripción

Fecha límite hasta el 31 marzo 2024





Itinerario de experiencias



- Aceptar, para permitir el cambio natural.
- Chequeo emocional. Abrazar la niña, el niño interior.
- La conciencia del sistema familiar: el lugar de los padres y el lugar de los hijos.
- Descubrir las heridas. Cuando la herida se hace carácter.
- Comunicación emocional. Transitar por las emociones, integrarlas, trascenderlas
- Resolver los conflictos sin dañar las relaciones. Los límites de la vida
- La comunicación efectiva, afectiva y respetuosa
- Cambio de creencias limitadoras por posibilitadoras. Desautomatizarnos
- Asumir la responsabilidad de nuestros sentimientos, sin culpar
- Miedo a vivir, o amar la vida: amor a sí mismo y a los demás
- Cómo albergar y expresar plenamente la ira, sin dañar
- Iluminar nuestras sombras. Los otros como espejos nuestros.
- El lenguaje del corazón. El efecto curativo e ilimitado del amor
- El derecho a equivocarnos para aprender. Los problemas son oportunidades
- Lo importante no es lo que hicieron de nosotros, sino lo que nosotros hacemos con lo que hicieron de nosotros
- La belleza del perdón, puerta hacia la paz.



El que es incapaz de perdonar, es incapaz de amar.

MARTIN LUTHER KING

