

## TALLER EXPERIENCIAL: COACHING PARA VIVIR DESDE LO PROFUNDO DEL SER

El Coaching ontológico apunta a la transformación del ser. Si vivimos la vida cotidiana desde el centro de nuestro ser, redescubriendo y despertando nuestra dimensión espiritual, nuestro viaje vital será más enriquecedor y pleno. Saber dónde vamos, visualizar el horizonte al que tendemos, facilita dirigirnos a él. Si conectamos en esa visión con nuestras fuerzas espirituales profundas se nos abrirá en la vida diaria un camino hacia la paz, la libertad, el gozo sereno y la gratitud. Es ahí donde, nuestras mayores potencialidades y anhelos aguardan impacientes a que una voz poderosa los saque de su letargo y los alumbre. Esa voz ya está en lo profundo del ser.

### OBJETIVOS

- Resituar los valores personales desde la autenticidad existencial
- Reencontrarnos con nuestras fortalezas espirituales
- Conocer las “visagras” de la experiencia espiritual: la estética, la ética, las preguntas por el sentido de la vida...
- Practicar el *viaje del héroe* y descubrir la fuente de tus recursos
- Conectar con las actitudes espirituales básicas: la admiración, el agradecimiento, la incondicionalidad, la confianza, ... y aprender ahí el respeto, la dignidad, el propio misterio, la paz interior.
- Hablar desde el lenguaje del ser: silencio, metáfora, símbolo, cuento, rito...
- Descubrir en el centro, el amor y despertar al aprendizaje interior
- Trabajar la visión y el horizonte vital

### METODOLOGÍA

- Breve introducción teórica
- Ejercicios prácticos personales y en grupo con técnicas del Coaching ontológico o transformacional

Coordina: Chus Sanz

Fechas: 3º trimestre

Horario: Viernes de 18 a 22 h.; sábado de 10 a 14 h. y de 16,00 a 20,30 h.

Lugar: Geiser Works: coaching y constelaciones

C/ Castillo de Maya 38 1º Izq. Pamplona

**Precio: 120 €**