

EL TALLER

Tener intimidad es un anhelo que compartimos muchos: queremos ser tocados y tocar con presencia, ser escuchados y saber escuchar con totalidad, así como comprender y ser comprendidos con verdadero amor y compasión. La intimidad es un arte y una práctica que podemos cultivar.

El camino de vida en pareja es una vía extraordinaria de desarrollo personal y transpersonal; permite, si la tomamos como oportunidad de investigación, el adentramiento en los misterios de la dualidad básica del universo: lo masculino y lo femenino. Este fenómeno cargado de enseñanzas ordinarias y superiores, cotidianas y místicas, puede convertirse en una vía de conocimiento, comprensión, respeto y amor con uno mismo, con la pareja y con la vida.

La intimidad implica la exposición de nuestro *cuerpo*, implica una dimensión altamente comprometida y vulnerable como es la sexualidad. Así mismo, implica el arte de contemplar las olas sutiles que atraviesan los cuerpos físicos, *emocionales y mentales* de

los amantes. Cuando un cuerpo se expone a su propia vulnerabilidad, se abre al encuentro con su amante interior y desvela los caminos de la sabiduría que entrañan su propia sensibilidad; entonces está preparado para abrirse a otro cuerpo y compartir la luz y el gozo, el dolor y el placer que producen dos cuerpos amándose.

Ofrecemos un espacio de sensibilización a la escucha íntima a través de nuestros poros, nuestra piel y la apertura del alma en pareja. Nos ayudará la práctica del "abrazo total", una práctica milenaria de tantra.

Realizaremos una serie de meditaciones dinámicas, así como trabajo individual; por parejas y en grupo. Puedes participar individualmente o acompañada/o de tu pareja. Se trata de un espacio para aprender a tocar y ser tocado, a mirar y a dejarte ver, a bailar y desmelenarte atravesando las vergüenzas, y a acercarte más y más amorosamente a la aventura de vivir en pareja.



¿QUÉ HACE FALTA QUE TRAIGAS?

Ven preparado para sudar y moverte cómodamente: ropa cómoda, útiles de aseo, pareo y toalla; bañador, crema solar, crema corporal con tus aromas y una vela. Algún cuaderno y bolígrafo para tomar tus notas, si lo deseas. Dos fotos: una que represente para ti el respeto en la intimidad y otra que simbolice la celebración en la intimidad.

FECHA Y LUGAR

Inicio: viernes 29 de junio, 19h

Finalización: domingo 1 de julio, 16h

Lugar: [Casa Rural Les Eres de Guardiola](#)

INVERSIÓN

El taller tiene un precio de 220€ + 110€ de hospedaje y alimentación.

Reserva: 150€ no reembolsables, a transferir en la semana en que realices la inscripción. El número de plazas es limitado y tiene prioridad la conformación de un grupo mixto.

Remanente: 180 € a pagar el día de inicio del taller.

Inscríbete en info@psicologiaespiral.es.

FACILITADORA

Mercedes Subirana García. Se licenció en Ciencias de la Educación, obtuvo el Máster en Psicoterapia Integradora Humanista, y ejerció como profesora de Psicología Humanista en la Universidad Ramon Llull. Se ha formado de la mano de Astiko, discípula de Osho.



OTRAS ACTIVIDADES DEL CENTRO

- Máster en Relación de Ayuda: Un Modelo Integral: Dinámico, Humanista y Transpersonal.
- Grupo Terapéutico: la Vida Íntima y la Pareja.
- Supervisión terapéutica en grupo.
- Psicoterapia individual y grupal, infantil y de adultos.
- *Coaching.*
- Asesoría Filosófica.
- Sesiones por Skype™.
- Grupo de estudio.
- *Therapy, Coaching and Philosophical Counseling in English.*
- *Sessions through Skype™.*



Gran Via, 1095, 08020, Barcelona

Telf. 933 131 601

www.psicologiaespiral.es



TALLER DE INTIMIDAD Y PAREJA:

UN FIN DE SEMANA PARA APRENDER A RESPETARNOS Y A CELEBRARNOS



Un fin de semana para descubrir y saborear tu intimidad y tu vida de pareja; un espacio de ayuda protegido y seguro, en el cual experimentar con tu cuerpo, tu energía, tu vida emocional, mental y espiritual