

FUNDACIÓN SIRIO – LA ESCUELA, CAUDIEL

4, 5 Y 6 DE NOVIEMBRE DE 2011
LABORATORIO DE PAZ



HORARIO

VIERNES:

20:00 LLEGADA
21:00 CENA
22:30 PRESENTACIÓN/MEDITACIÓN

SABADO:

08:00 YOGA Y TAICHI
09:00 DESAYUNO
09:45 PRESENTACIÓN/MEDITACIÓN
10:00 MASAJE I (TALLER MASAJE DE LA ENERGÍA ESPIRITUAL)
12:30 TALLER DE ENERGÍA VITAL Y DANZA
14:00 COMIDA
16:00 MASAJE II (TALLER MASAJE DE LA ENERGÍA ESPIRITUAL)
18:30 TALLER “EL CAMINO DE LA VOZ”
20:30 MEDITACIÓN
21:00 CENA
22:30 JAM SESION CONTACT

DOMINGO:

08:00 YOGA Y TAICHI
09:00 DESAYUNO
09:45 MEDITACIÓN
10:00 TALLER DE REIKI NIVEL I & II
14:00 COMIDA
16:00 REIKI NIVEL I & II
18:00 MEDITACIÓN Y DESPEDIDA

RESERVAS:

JESUS (606 115 053)
OLGA (606 138 625)

Somos una asociación sin fines de lucro y para poder ofrecer cada vez más agradable la estancia, necesitamos de vuestra aportación y generosidad pues sois nuestra única fuente de ingresos. Consideramos que la aportación adecuada por el alojamiento y comidas de un fin de semana seria de, aproximadamente 50€.

.Asociación Sirio.

“POR FAVOR, AL REALIZAR TU RESERVA, ESPECIFICA EL DÍA DE LLEGADA” GRACIAS!

DESCRIPCION TALLERES LABORATORIO DE PAZ

Herramientas prácticas para trabajar tu poder interior a través del cuerpo

Este Laboratorio de Paz es una idea que nace del encuentro de un grupo de personas con diversas formaciones pero con un interés común por un crecimiento personal que nos permita descubrir la paz dentro de nosotros mismos y a nuestro alrededor para así poder sanar y vivir con alegría. Ninguno de nosotros se siente un maestro o gurú y de ahí que lo que haremos en este "laboratorio" será ofrecer un espacio para experimentar con nuestra voz, cuerpo, el tacto, el yo interior y nuestro amor incondicional como motor de todo esto. La verdad es el objetivo y el amor el medio para llegar a ella confluyendo en unos valores universales que superan cualquier barrera y que nos unen para llegar a ser el cambio que queremos ver en el mundo.

Masaje de Energía Espiritual

El Masaje de Energía Espiritual es un tratamiento holístico que fue creado hace 20 años por SV Govindan, terapeuta de masaje y también escritor de varios libros sobre el masaje ayurvédico. Este método se lleva a cabo sólo en las áreas que de las plantas de los pies correspondientes a cada chacra, siguiendo un orden concreto y formando una espiral. Al mismo tiempo y para cada chacra se recita un mantra y se quema incienso. La persona siente una profunda sensación de relajación y renovación energética que se propaga como una onda por todo el cuerpo, alineando los cuerpos sutiles gracias al trabajo energético en el plano astral y emocional. **Iuri**

El Camino de la Voz

Tu voz atesora un gran poder revelador y liberador de tensiones que, mediante las técnicas adecuadas, te conduce a un estado de conciencia más profundo y elevado capaz de permitirte reconocer la Voz más íntima y real de tu Ser. La experiencia vivida a través del canto grupal produce un gran gozo, eleva nuestra consciencia y alivia la presión que existe en nuestra mente y por lo tanto en nuestro mundo. **José Enrique Requena**

Reiki

Reiki es amor, energía limpia que no está manipulada por la mente y que, al fluir, conseguimos que produzca cambios y equilibre los chacras tanto de la persona que lo da como la que lo recibe. En este taller recibirás tu iniciación al Reiki 1º nivel o 2º nivel según tu nivel actual. Queremos transmitir nuestro conocimientos para que seáis conocedores en primera persona de esta preciosa energía y podáis participar en la transmisión del Amor a nuestro alrededor ...amigos...familia...y para producir cambios en nosotros y, a la vez, en todo el PLANETA. **Rosa y Olga**

Energía Vital i Dansa Contacte

La energía és amor i en aquest taller ens ocuparem de fer brollar eixa energia d'amor mitjançant les carícies, el moviment corporal i la respiració fins a arribar a una dansa de contacte amb les/els nostres companyes/s que ix del moviment autèntic que naix d'allò que el nostre amor i essència d'allò que sóm, crea. La dansa contacte crea un espai de meditació en moviemnt on deixem fluir el nostre cos segons les sensacions corporals que sentim en la nostra pell per la interacció de contacte físic amb el cos d'altres persones. És una dansa que obri i estira el nostre cos, l'allibera tensions i ens recorda l'alegria d'estar vius. **Manu Paredes**

Energía Vital i Danza contacto

La energía es amor y en este taller nos ocuparemos de hacer bullir esa energía de amor através de las caricias , el movimiento corporal y la respiración hasta llegar a una danza de contacto con nuestros compañeros que nace del movimiento autentico que nace de nuestro amor y ensencia de lo que somos. La danza contacto crea un espacio de meditación en movimiento donde dejamos fluir nuestro cuerpo según las sensaciones corporales que sentimos en nuestra piel para la interacción del contacto físico con el cuerpo de otras personas. Es una danza que abre y estira nuestro cuerpo, lo libera de tensiones y nos recuerda la alegría de estar vivos. **Manu Paredes**

ZENCHI -el círculo del Tao-

- 1.-Partir desde la inmovilidad, en la base del círculo, dejando las tensiones y los pensamientos. Ejercicios en el suelo de concentración, estiramientos y flexibilidad, que aumentan nuestra capacidad de percepción sensorial y mental. (YOGA)
- 2.-De pie, armonizar e integrar nuestra energía "ki", con la respiración, el movimiento y la mente.(TAICHI)
- 3.-Recibir, sin tensiones, la energía en todas su manifestaciones: un empujón, una mirada, una circunstancia adversa etc., y proyectarla sin pensamientos.
- 5.-Sentados en meditación desde la inmovilidad, ya al final del círculo fluido y abierto, y hacer que ni el cuerpo ni los pensamientos afecten a nuestro estado innato de Sabiduría y gozo.

Luci

