

Sábado 2 de octubre  
10 a 13:30 h

# Contacto

Taller online encontrando la TIERRA en mí



*inspiración en movimiento*

DANZA PARA ENCONTRARTE

CON NOELIA RUIZ

Son tantas las cosas pendientes, tantos estímulos externos que nos solicitan o que nos atraen, que sin darnos cuenta, nos posicionamos en un espacio carente de nosotros. La facilidad con la que tendemos a priorizar aquello que es ajeno a nosotros mismos es más que evidente; de hecho, es tan habitual que la hemos normalizado. Ahora lo raro, es darse el espacio para contactar con lo que realmente habita dentro de cada uno, pues parece no ser muy rentable, ¡ja ja ja!

Encontrar la tierra en nosotros, implica muchos aspectos. En esta ocasión me gustaría poner nuestra atención a lo que nos traen las palabras -con tacto-. Cuando tomamos contacto con un espacio, le damos lugar. Ese lugar se genera en primera instancia en nuestro interior, y una vez reconocido, podemos observarlo fuera de nosotros. Normalmente, solemos saltar la parte de contactar, y nos involucramos inmediatamente a la acción. En ella, abandonamos la escucha y por lo tanto desconocemos toda necesidad, por lo que la acción en sí, será en acto impuesto desde una suposición que no tiene base tangible, pues no ha podido reconocer la realidad, su presente, su tierra.

En este taller, me encantaría darnos la oportunidad de entrenar esa capacidad de priorizar el contacto con cada momento, con cada persona, con cada circunstancia, antes de tomar una decisión; y al mismo tiempo, tener la habilidad de contactar con tacto. El -cómo- es crucial. Los hechos son neutros y no dependen de nosotros. Sin embargo la forma de relacionarnos con ellos es responsabilidad propia. Esto conlleva encontrar una forma que nos permita sentir la acción para que sea cuidadosa, respetuosa, íntegra y dirigida desde un lugar consciente.

Si el contacto es con tacto, siempre nos incluirá.

Si en verdad queremos ser nosotros y mantener nuestro contacto profundo de forma permanente, necesitamos estar conectados desde el primer nivel. Cuando descubrimos lo que es contactar con nosotros... toda la realidad cambia. No tanto porque las cosas sean diferentes, sino porque somos nosotros los que las vivimos desde otro lugar.

La experiencia tiene mucho que mostrarnos, la tierra, nos acompañará en este nuevo viaje.

Si estás dispuesto a encontrarte, aquí encontrarás tu lugar.

*Noelia Ruiz*

# Con **tacto** - Encontrando la tierra en mí

**Imparte:** Noelia Ruiz

[www.inspiracionenmovimiento.com](http://www.inspiracionenmovimiento.com)

**Lugar:** El espacio que tú escojas.

**Ponte en contacto conmigo para conocer las claves de acceso a través de la plataforma Zoom.**

**Fecha:** Sábado 2 de octubre 2021

**Horario:** 10 a 13:30 horas

**Precio:** 30 €

**Inscripciones y reserva de plazas:**

[noelia@inspiracionenmovimiento.com](mailto:noelia@inspiracionenmovimiento.com)

645 681 829