

*Domingo 10 de Diciembre
de 10 a 14h*

Drala Gestalt Barcelona



Inspiración en movimiento

DANZA PARA ENCONTRAR *te*

Con Noelia Ruiz

Disolución

Encontrando el agua en mí

Te invito a ser parte activa y consciente de lo que en verdad eres:

El territorio del agua nos permite entrar en el movimiento de la disolución como medio para llegar a nuestra capacidad de sentir lo que somos. Nuestra mente domina nuestras acciones mucho más de lo que creemos. Concedemos gran prioridad al creer y al tener que. Entrenamos nuestra vida al servicio de una razón o un conjunto de creencias que ni siquiera nos hemos planteado si las hemos escogido nosotros o han llegado sin avisar.

Disolver es el arte del resolver. Quien practica la disolución, encuentra la solución.

En este encuentro propongo encontrar una vía sumamente efectiva para retomar la conciencia del agua en nosotros. Necesitamos transportarnos a un lugar sumamente especial en nuestro interior si queremos sintonizar con lo que nos da paz, seguridad y reposo. No es preciso que las cosas cambien. Lo prioritario en este momento es recuperar un modo de ser y de estar que nos permita mantener un contacto profundo y permanente con la calma de corazón. Las circunstancias externas tienen un ritmo rápido y en muchas ocasiones nos sentimos desbordados. Habitualmente la opinión de nuestra razón se une al debate externo. Sumarnos a ella perpetuando la conversación mental nos desgasta y empeora nuestro estado; y por supuesto, no contribuye a mejorar nuestro conflicto con las circunstancias.

Concedámonos un retiro íntimo hacia la presencia de nuestras aguas. Un lugar donde toda creencia se disuelve, donde todo obstáculo se convierte en camino, donde la contención encuentra su respiración, donde la tensión se convierte en voz interior. Sí, podemos resolver cualquier atasco en nuestro momento actual con un simple viaje que nos lleve directos al corazón de la realidad que somos.

Viajemos juntos a ese lugar donde nada es lo que parece y todo es lo que eres.

Disolución - **Encontrando el agua en mí**

Volver a nosotros es el sentido de nuestro camino... no confundamos el propósito por el que estamos aquí

Será un regalo vivir esta experiencia a vuestro lado



inspiración en movimiento
Con Noelia Ruiz

Disolución - Encontrando el agua en mí

Imparte: Noelia Ruiz

www.inspiracionenmovimiento.com

Lugar: Drala Gestalt. Calle Mare de Deu de la salut, 78 - 1ºD - 08024 Barcelona

Nota: El espacio se encuentra dentro del edificio dedicado a la salud. Necesitas subir al primer piso.

Fecha: Domingo 10 de diciembre 2023

Horario: 10 a 14 horas

Precio: 40 €

Inscripciones y reserva de plazas:

noelia@inspiracionenmovimiento.com

645 681 829