
La atención será individualizada y en grupo dependiendo de las necesidades de cada uno.

Jugaremos, bailaremos, experimentaremos, comprenderemos y sobre todo compartiremos permitiéndonos SER”.

Nos alojaremos en un sitio especialmente dotado por la naturaleza, un oasis solitario en medio de Castilla-La Mancha con mas de 1800 has, especialmente diseñado para este tipo de vacaciones.

Además estaremos nutridos por la maravillosa comida vegetariana de Arjun y Anandi. Especialistas y grandes conocedores del mundo emocional y de cómo nuestra alimentación y comida pueden e influyen en él.

Requisitos:

Tener la osadía de querer ser Feliz

!!! TE ESPERAMOS !!!



Organiza:

El Olivo Zen www.elolivozen.com
915 744 698 - contacta@elolivozen.com

Lugar:

Kíbriya www.kibriya.com
Albacete

Fechas:

16 - 25 Julio 2010.(16-20 y 21-25 de Julio)
Desde viernes 17h. a domingo 15h.

Precio:

Exploración Corporal y Toma de Consciencia
360€ + Alojamiento y comidas 180€

Exploración de las Emociones
360€ +Alojamiento y comidas 180€

DESCUENTO de un 10% del total si se hacen ambos cursos.

Información y Reservas:

677.929.950 generadora46@hotmail.com
625.386.393 mercedes@elolivozen.com

Ingresar 100€ en La Caixa (Ángel de Lope)
2100-3902-33-0200078354 poner "tu nombre + Vacaciones" comunicar por teléfono o email el ingreso de la reserva.

Se devuelve si cancelas con 15 días de antelación.

PLAZAS LIMITADAS

"APRENDIENDO A TOMAR CONSCIENCIA"

"MAS CONSCIENCIA para MAS FELICIDAD"

TOMA de CONSCIENCIA

a través del

Movimiento Corporal
(Feldenkrais)

y la Meditación

16-20 de Julio

Dirige: Ángel de Lope (Viramo)

TOMA de CONSCIENCIA

a través de la

EXPLORACIÓN
EMOCIONAL

21-25 de Julio

Dirige: **Ascension** con
Avigan, Budhuram y Viramo

(Se pueden hacer INDEPENDIENTES)

ORGANIZA: "EL OLIVO ZEN"

"Para que puedas descansar y aumentar la felicidad y la paz que hay en ti"

APRENDIENDO A TOMAR CONSCIENCIA en VACACIONES

Consciencia es darse cuenta de las cosas que nos suceden. Nuestro tipo de vida no nos lo permite y eso nos acarrea los sufrimientos y problemas...que tenemos en nuestra vida diaria.

La verdadera felicidad consiste en *"estar alegres en el mundo tal y como es, sin pretender acomodarlo a como nosotros nos gustaría que fuera."*

Tu paz interior y tu felicidad dependen de *"aceptar que no puedes elegir lo que crees que debería ser, pero si puedes escoger como quieres ver lo que ya tienes."*

Por ello te proponemos unas vacaciones diferentes en las que no solo descansarás y te divertirás sino que además tengas la oportunidad de experimentar la felicidad y la paz que ya hay en ti.

Pretendemos que las personas que venzáis, aprendáis a tomar consciencia de vuestra estructura física y de vuestra estructura mental y emocional

Las emociones y las tensiones de la vida diaria se van acumulando en nuestro cuerpo, produciéndonos dolores en un principio y posteriormente, enfermedades.

Aprender a ver donde tenemos las tensiones, y ver que emociones y pensamientos nos las provoca para poder disolverlos, es nuestro objetivo.

¿Por qué caminamos encorvados?, ¿Por qué cerramos los puños en determinados momentos? ¿Ante que situaciones se nos encoge el estómago?... ¿Por qué me duele tanto la espalda?

Todos estos interrogantes es lo que queremos que aprendas a responderte y encontrarles solución para que cuando termines estas vacaciones, que tanto te mereces, seas una persona diferente.

Para ello hemos diseñado el siguiente programa:

	<p>TOMA de CONSCIENCIA con Meditación y Trabajo Corporal (Feldenkrais)</p> <p>16 - 20 de Julio</p> <p>Dirige: Ángel de Lope (Viramo)</p>
	

Disfrutaremos explorando nuestro cuerpo a través de movimientos muy suaves (basados en el método Feldenkrais) que nos ayudarán a tomar consciencia de la localización de las tensiones originadas por las emociones acumuladas que no hemos sabido descargar y al mismo tiempo observaremos como funcionan nuestros pensamientos y como estos influyen en todos nuestros estados de ánimos, utilizando diferentes técnicas de meditación.

Todo esto experimentando en un ambiente de silencio y acompañado de explicaciones y comprensiones.





TOMA de CONSCIENCIA a través de las Emociones

21 – 25 DE Julio

Dirigen:
Ascensión con
Avigan, Budhram y Viramo

Para los que quieran seguir profundizando haremos una inmersión emocional guiados por cuatro expertos en el mundo de percibir a los demás, sus bloqueos y limitaciones.

"Aprendamos a conectar con nuestro ser, observando nuestros pensamientos, liberando las emociones que nos limitan y las creencias en las cuales se sustentan, permitiéndonos mover con mayor libertad"

	ASCENSION	91.528.88.12
	AVIGAN Avigan2002@yahoo.com	617.092.914
	BUDHURAM Sw_budhram@yahoo.es	619.979.638
	VIRAMO angel@elolivozen.com	639.207.909