

Del diálogo de la  
al diálogo de la

**RETIRO- TALLER**

**CARENCIA  
ABUNDANCIA**

*Constelaciones familiares*

MARI LUZ ROJAS ZURITA



# RETIRO - TALLER

Además de disfrutar un fin de semana entero de la naturaleza, también utilizaremos tres herramientas muy potentes: Constelaciones familiares, coaching y risoterapia.

A través del coaching, nos adentraremos en ese poder inmenso y sorprendente que hay dentro de nosotros y al cual podemos tener acceso.

A través de las constelaciones familiares miraremos las dinámicas que están sucediendo en nuestra vida, o hechos que ocurrieron en el pasado en los cuáles nos hemos quedado enganchado inconscientemente y no nos permiten vivir el presente fluyendo con la abundancia.

A través de la risoterapia podremos estimular distintas hormonas, entre ellas las endorfinas que refuerzan el sistema inmunitario. Y también movilizar los músculos y ayudar a relajar aquellos que están contraídos.

# PROGRAMA:

**Viernes :**

Llegada a la casa al final de la tarde, cada uno trae algo de picar para compartir esa noche.

**Sábado :**

|         |                     |
|---------|---------------------|
| 8 a 9   | desayuno            |
| 10 a 13 | Taller              |
| 14:00   | Comida              |
| 15      | Descanso            |
| 16.30   | Risoterapia         |
| 18.30   | Paseo por el pueblo |
| 20.30   | Cena                |

**Domingo:**

|         |                         |
|---------|-------------------------|
| 8 a 9   | desayuno                |
| 10 a 12 | Taller                  |
| 12.30   | Risoterapia             |
| 14.30   | Paseo por la naturaleza |
| 18:00   | Recogida                |