



Taller de transformación: Reinvéntate

Un paso hacia la libertad

Clara Torres



A veces, la cosa más dolorosa
que tendrás que dejar ir
es la antigua versión de ti mismo.

Yo quiero viajar lo más lejos posible
Quiero alcanzar la alegría que hay en mi alma.
Y cambiar las limitaciones que conozco.
Y sentir como crecen mi mente y mi espíritu.
Yo quiero, vivir, existir, ser.
Y oír las verdades que hay dentro de mí.

¿De qué se trata este evento?

Este evento es un espacio para el desarrollo personal, con el objetivo de experimentar lo mejor de sí mismo. Es un proceso de transformación en el que te permitirás ser, desde tu verdadera naturaleza. Te darás la oportunidad, de conectar con tu esencia desde lo más profundo de ti, para que fluyas en armonía con el universo. Reinventarte es comenzar de cero hacia tu máxima capacidad, para convertirte en un ser nuevo, fresco. Auténticamente tú.

Conocerse a ti mismo es la única manera en que una persona puede experimentar una completa transformación en su vida y romper los esquemas que tiene programado, como patrones genéticos y conductas adictivas que lo involucran en la masa toxica de una conciencia colectiva. Un viaje hacia tu interior te conectará con esa parte olvidada que no recuerdas. Recordar quién eres es despertar. Y despertar es descubrir un nuevo yo. Despiértate para que disfrutes el mundo. Vive esta experiencia única. Días en que experimentarás tu propia transformación interactuando con la naturaleza y el asesoramiento de instructores de yoga, coach, masajistas y terapeutas. No dudes que te orientaremos hacia una mejor calidad de vida. Una experiencia única que se vuelve inolvidable.

“Si te fortaleces por dentro nadie podrá derrumbarte afuera”

Lugar:

El Hotel La Gran Piedra, está ubicado en la cordillera de la Gran Piedra dentro en la Sierra Maestra. Se encuentra a una distancia de 26 Km. de la Ciudad de Santiago de Cuba. Su entorno privilegiado conserva una abundante flora y fauna de significativo endemismo. Su altura rebasa los 1234 metros sobre el nivel del mar, siendo de gran atractivo la enorme roca que corona la cúspide de la montaña más alta de la cordillera y cuyo peso estimado se aproxima a las 75000 Toneladas. Esta característica la ubica en la tercera posición de las rocas sólidas más grande del mundo dentro de la lista de los Record Gines. El Hotel cuenta además con el privilegio de encontrarse dentro del territorio declarado Reserva Mundial de la Biosfera y estar rodeada de ruinas de haciendas cafetaleras fundadas por los colonos franceses, declaradas por la UNESCO Patrimonio Cultural de la Humanidad. Usted puede acceder a singulares sitios a pocos metros del hotel, entre los que se destacan el Museo “La Isabelica”, único de su tipo en toda la cuenca del Caribe, el atractivo Jardín Botánico “Ave del paraíso” entre otros.

¿Cuáles son los motivos por los que debo ir a este retiro?

- Conócete a ti mismo
- Libera peso energético
- Accede a tu centro de poder
- Descubre tus potenciales
- Consigue una mejor calidad de vida
- Eliminar adicciones emocionales toxicas
- Eleva y transforma la energía
- Desmantela el ego. Desmitifica al personaje.
- Aniquila arquetipos y mitos destructivos.

¿Cómo voy a experimentar mi transformación?

Vas a conocer *Los 7 pasos técnicos de transformación* que cambiaran tu vida:

- 1- Me busco (introspección) Conecto
- 2- Me entrego (Expiación) Libero
- 3- Me transformo (Transmutación) Cambio
- 4- Me Reinvento (Renacimiento) Surjo
- 5- Me expreso (Expansión) Desarrollo
- 6- Me integro (Realización) Soy uno
- 7- Me fusiono. (Interacción) Soy todo

Explicación breve de los 7 pasos:

1- Me busco (introspección) Conecto

Aquí conoces tu poder interno. Reconoces tu fuerza interior. Se parte de cero. Se averigua, investiga dentro de sí. Se busca el origen en aquello que está más allá de su ego y de lo que hasta ahora se conocía. Uno se identifica con su esencia y no con su psiquis. El individuo se observa a sí mismo.

2- Me entrego (Expiación) Libero

Aquí dejas de ser lo que creías que eras. Te liberas del apego del ego. Permites que la fuerza interior redima aquello que te obstruye, liberas la carga. Desatas el caos que te ataba. Desmantelas el ego. Quitas peso energético. Se entrega a su propia sabiduría y permite la sanación interior. El individuo libera una parte de sí mismo.

3- Me transformo (Transmutación) Cambio

Una vez liberado el caos, se restablece el orden. se sana aquello que tenga que ser sanado. Aquí se transforma la energía de negativa a positiva a través de la transmutación. Aquí sucede la sanación emocional. La persona desarrolla su capacidad mental y amplía su percepción. Trabaja en si misma hacia su evolución. Eleva su conciencia. El individuo actúa sobre sí mismo.

4- Me Reinvento (Renacimiento) Surjo

Después del cambio, el terreno psíquico queda fértil para implantar la nueva semilla del mí. Se descubren potenciales ocultos. Se experimenta un nuevo yo. Surge los cimientos de una nueva personalidad. La persona renace desde su propia esencia. Comienza una nueva manifestación de identidad. El individuo se crea así mismo.

5- Me expreso (Expansión) Desarrollo

Una vez descubierto los nuevos potenciales se desarrollan hacia su expansión. Se experimenta lo nuevo. Se goza la nueva realización. Se amo la nueva perspectiva. Se disfruta la nueva etapa creando e innovando cosas auténticas desde el nuevo rol. Aquí se consolida la nueva versión. El individuo se desarrolla así mismo.

6- Me integro (Realización) Soy uno

Aquí se experimenta la realización. Se Integra lo auténtico a la nueva personalidad. Todo el potencial desarrollado y consolidado se integra en la personalidad. Te vuelves uno con todo mi ser. Ya no experimentas nada fuera de ti. Sabes quién eres y a que juegas, eso hace que disfrutes del juego sin separación. Actúas todo el

tiempo desde la conciencia. Se experimenta un mundo propio. El individuo se funde así mismo.

7- Me fusiono. (Interacción) Soy todo

Se interactuar con el entorno desde la nueva perspectiva. Te fundes en la unidad colectiva. Te haces uno con el todo. Ya el universo no es algo separado de ti, sino que está dentro de ti. Formas parte de él y él de ti. La persona experimenta que está en la mente del todo. El individuo integra el mundo a sí mismo.

¿Cuáles son las técnicas que usaré para el cambio?

1. Tipo de yoga:

- Hata yoga, Yoga restaurador, y Yoga Flow.

2- Tipo de meditación:

Meditación vipasana, meditación dinámica, meditación Kundalini.

3- Trabajo con energía:

Pranayama. (Técnica de respiración)- Movimiento autentico-Apertura de chakras.

4- Interacción verbal:

Sección diaria de coach con un experto en el área interesada para el cliente. Debate abierto entre los participantes. Conferencia relacionados con el contenido del programa.

5- Actividades turísticas.

-Participación en actividades incluidas dependiendo cada programa (senderismo)

6- Videos didácticos (documentales) y audios subliminales (programación)

Horario:

Primer día:

- 10:00 – Reunión del grupo para el programa del recorrido ciudad de 5 horas:
- 10:00 – 11:00 – Bienvenida: Charla sobre el programa de transformación (Los 7 pasos)
- 12:00 – 1:00 -Almuerzo
Lugares de recorrido: Morro, cementerio, centro ciudad. Charlas, meditaciones, debate, entrega de souvenir y fotos mientras se pasea por la ciudad.
- 3:00 Salida hacia el hotel la gran Piedra.

Segundo día:

- Charla de bienvenida: (Entrega del manual)
- 8:00 -8:40 AM - Sección de yoga (bossa nova) -- 40 m
- 8:45– 10:00 - Desayuno
- 10:00 – 11:00 - Charla sobre el programa de transformación (Los 7 pasos)
- 11:00 – 12:00 – Debate (interacción)
- 12:00 – 1:00 -Almuerzo
- 1:00 – 3:00 – Descanso (entrega de cabañas)
- 3: 00 – 4:00 – Charla sobre el programa
- 4:00 – 5: 00 - Meditación dinámica de Osho – 40 m
- 5: 00 -6:00 comida
- 6: 00 – 6: 40 - Apertura de chakras
- 7:00 – 8:00 – Debate sobre el programa (interacción)
- 8: 00 en adelante noche libre.

Tercer día:

- 8:00 -8:40 AM - Sección de yoga (bossa nova) -- 40 m
- 8:45– 10:00 - Desayuno
- 10:00 – 11:00 – Meditación en la piedra y Charla sobre el programa de transformación (Los 7 pasos)
- 11:00 – 12:00 – Debate (interacción)
- 12:00 – 1:00 -Almuerzo
- 1:00 – 3:00 – Descanso (entrega de cabañas)
- 3: 00 – 4:00 – Charla sobre el programa
- 4:00 – 5: 00 - Meditación Kundalini con movimiento autentico en la hacienda la Isabelika.
- 5: 00 -6:00 comida
- 6: 00 – 6: 40 - Apertura de chakras
- 7:00 – 8:00 – Debate sobre el programa (interacción)
- 8: 00 en adelante noche libre.

Cuarto día:

- 6:00 – 8:00 Meditación Vipassana en la gran Piedra incluyendo el recorrido.
- 8:00– 9:00 – Desayuno y descanso
- 9:00 -9:40 AM - Sección de yoga reparador y vibración (instrumental)- 40 m
- 10:00 – 11:00 - Charla sobre el programa de transformación (Los 7 pasos)
- 11:00 – 12:00 – Debate (interacción)
- 12:00 – 1:00 -Almuerzo
- 1:00 – 3:00 – Salida hacia la playa visitando el litoral de Baconao.
- 3: 00 – 4:00 – Zumba caribeña.
- 5: 00 -6:00 Charla de despedida

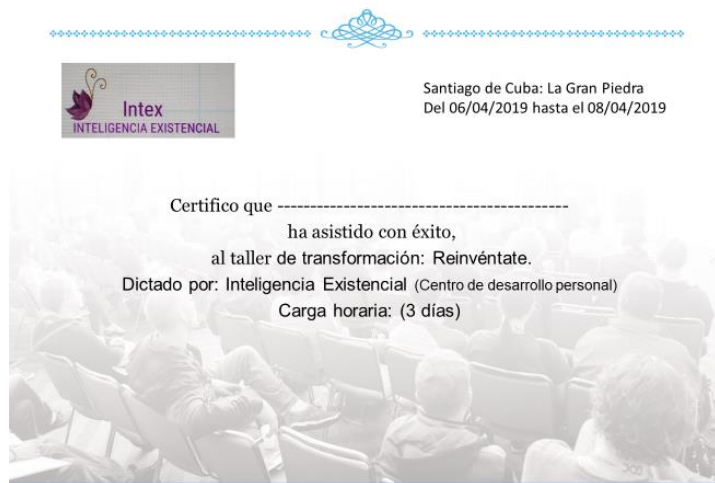
Perfil de representantes:

Clara Torres: Escritora, instructora de yoga y coach de desarrollo transpersonal.

Orestes Rosales: Masajista, coach y conferencista.

Alena Nieto: Organizadora

Se le entregará a cada participante un manual gratuito que servirá de orientación en su desarrollo personal. Una guía que lo llevará paso a paso en el proceso de transformación. Y se entregará un disco con el material expuesto en el programa, como videos, audios y documentos auxiliares que servirán de soporte individual. Se obsequia con un certificado de participación abajo adjunto.



Nota:

Dependiendo los días y lugar del retiro se ofrece una mezcla de actividades que incitan a la aventura como buceo, senderismo, baile, excursiones y paseo por el centro de la ciudad para interactuar con la cultura local.

¿Qué esta y no está incluido en nuestros retiros?:

Nuestros hoteles incluye alojamiento y comida durante toda la estancia, recogida al aeropuerto y a las excursiones. (Vuelo no incluido) No está incluido el boleto de avión. Pero si se desea se ofrece servicio gratuito de reserva y orientación de vuelos. Podemos ayudarte en la reserva y compra del pasaje, pero no es obligatorio, solo opcional. Como orientación los vuelos de Miami salen desde 240 dólares ida y vuelta a Santiago de cuba, atreves de la agencia gayo Travel teléfono: 7867622630. Y la compañía American arline tiene vuelos directos a Santiago de cuba todos los días a las 9 de la noche. La opción de entrar a la isla por la Habana o Holguín también es válida. Pero directo a Santiago ahorraría tiempo.

Precio:

El precio total del retiro tiene en oferta: "LA GRAN OPORTUNIDAD DE 350 DOLARES TODO INCLUIDO" (menos vuelo). Puede abonar el 50 % que son 150 dólares para su reserva a través del sistema seguro de Paypal y tarjeta de débito o crédito. El resto del dinero (\$200)se pagaran una vez estén en la estancia acordada. Obtendrá un recibo por su pago.

Si tienes alguna pregunta sobre cualquier tema con respecto al retiro no dudes en contactarnos y con gusto le responderemos.

Para más información:

Teléfono: (01) 7138576793

inteligenciaexistencial.com

miinteligenciaexistencial@gmail.com

Permite que la belleza que amas,
Sea aquello a lo que te dedicas.

Rumi.

Namaste.