

## ¿QUÉ ES?

Un espacio que me ofrece:

- ✓ Conocer el mundo interior que me habita, con mis miedos, rabias, paces, alegrías, ...
- ✓ Profundizar en mis motivaciones.
- ✓ Librarme de mis ataduras que me impiden caminar.
- ✓ Relacionarse con los cercanos con autenticidad y compasión.
- ✓ Cuidar la fraternidad humana en la casa común.

Dag Hammarskjöld, una persona comprometida en el desarrollo y la paz mundial, escribió: "El camino más largo es el camino hacia el interior".

## ¿PARA QUIÉN ES?

Para quien busque pasar de:

- ✓ Dispersión a centrarse.
- ✓ Hiperactividad al silencio, pararse y escucharse
- ✓ De decidir desde los otros (pandilla familia...) a decidir desde lo que siento.
- ✓ De sentirme bien "si caigo bien"... a sentirme bien "si soy bien" (digo bien, hago bien).

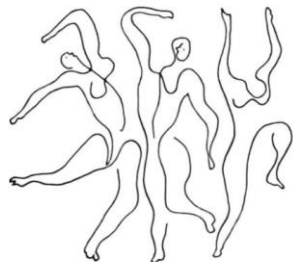
## FORMULARIO DE INSCRIPCION

<https://forms.gle/4WsF2hJwEvCKKqW36>

Loiolako Santutegia



Loiola Zentroa  
Centro Loyola



MAGTS

# TALLER DE INTERIORIDAD



Del 3 al 5 de junio de 2022



Es dentro de mi y no  
fuera,  
donde hace buen o mal  
tiempo.

## DONDE, CUANDO Y CUANTO

- ✓ Del 3 de Junio a las 20,00 h al 5 de Junio a las 17,00 h.
- ✓ Casa de Espiritualidad Santa Teresa  
Ctra. Burgohondo, 25 – 05002 Ávila
- ✓ Habitación individual, pensión completa 150,- € (Todo incluido)

## ENTREVISTA

Te llamaremos para aclarar **qué se pretende** en el taller y que no, **aclarar dudas y dialogar en torno a las expectativas**

## FACILITADORES

Manu Arrue, sj, Paloma Guillem, Biby Manso e Iñigo García de Amézaga

Teléfono Contacto: 628 339 288 (Biby)

*Quiere ser una propuesta válida en una sociedad secular, multicultural y pluriespiritual*

## CONTENIDO Y METODO

- ✓ Conocer mi mundo interior y lo que lo habita: sentimientos diversos, heridas, miedos, búsquedas, ...
- ✓ Descubrir mi fuente de vida, mis experiencias claves, que son anclajes desde los cuales integrar mi vida, y decidir en toda situación.

Con tiempos personales y grupales:

- ✓ Practicar el silencio, la interiorización, la contemplación, la toma de decisiones, aprender a vivir los altibajos, la solidaridad...
- ✓ Ejercicios de coaching, focusing, (para tomar conciencia de lo corporal, mental, afectivo y espiritual) y guiarnos con sabiduría...

Anclo mi vida para que no sea  
arrastrada por  
tantas corrientes...

Nuestra vida es PA´DENTRO  
(anclarse) y PA´FUERA (dar lo  
mejor de mi)

