

Taller de Mujeres

Quién eres mujer, más allá del espejo?

A quiénes va dirigido este taller

A profesionales de la salud, ejecutivas, y mujeres que anhelan crecer y comprender con claridad el programa que hemos recibido de "cómo ser mujer".

A terapeutas que trabajan con mujeres, para expandir su horizonte y comprender más...

Es una oportunidad para que invites a tu amiga, vecina, familiar a compartir este espacio para mujeres.

El método

A través de dinámicas de grupo, constelaciones familiares para la mujer, respiración, gestalt, consciencia corporal, baile y muchos otros métodos:

Observar, explorar, comprender, los mensajes que hemos recibido desde niñas acerca de "cómo ser mujer".

Traer a la superficie las expectativas profundamente aprendidas desde el momento de nuestro nacimiento y las consecuencias en en nuestro interior si nos rebelamos contra ellas.

Apreciar y contemplar lo que las mujeres de nuestra familia vivieron, aprendieron y sacrificaron; y lo que ellas quieren para nosotras.

Honar a las mujeres que nos precedieron. Es una oportunidad de pedirles a ellas que nos miren con buenos ojos si vivimos una vida mejor que la que ellas han vivido.

Nuestras expectativas con nuestros hombres. Creencias aprendidas sobre la relación de pareja.

El colectivo inconsciente... los arquetipos.

Objetivos

Mirarse al espejo. Más allá de "espejito espejito dime si hay alguien mas bella que yo". A través de diferentes ejercicios y reflexiones, expandir nuestra visión para ver nuestra belleza "más allá del espejito"; nuestra ternura, la posibilidad de ser la emperatriz de nuestro propio destino.

Explorar nuestras diferentes estaciones: la primavera, el verano, el otoño y el invierno de nuestros cuerpos. Co-creadoras de este planeta, portadoras de la vida en nuestros vientres, cercanas al creador, puentes de la vida.

Mirar tu amor de mujer reflejado en el espejo, y que este mirar regrese directamente a ti. Ese amor regalo del infinito que nutre a nuestros hijos y nuestros hombres, pero primero nutre a la mujer más importante: aquella que ves en el "espejito".

Círculo para compartir. Es una reunión de madres, abuelas, hermanas, amigas sabias, una reunión de ese círculo ancestral de mujeres que nos fortalece y apoya. Poder apreciar en cada una el reflejo de nuestras propias almas que habita en este cuerpo de mujer, en este momento crucial de este planeta.

La intención es que al regresar a tu cotidianeidad vayas fresca, renovada, con una dimensión expandida del destino especial de ser MUJER, con recordatorios pero el constante "recordar".