

Retiro Terapéutico:
Redescubriendo las Raíces de
Nuestra Alma

Un viaje las Raíces de Nuestro Interior, al Corazón de la Humanidad

Alma Nuestra es una propuesta de **trabajo interno** desarrollada por el grupo Inti Uma, que te permite acceder a una forma distinta de conocerte y crecer, un espacio para profundizar en tus raíces, guiado por un grupo de personas con más de 10 años de experiencia en diferentes terapias.

¿Qué es Alma Nuestra?

Cada ser, cada individuo es un reflejo de la sociedad. *Alma Nuestra* es un trabajo intensivo que busca sanar las diferentes concepciones que la sociedad ha depositado en nosotros, tanto a nivel mental como emocional. La posibilidad de retirarse permite que la persona se predisponga en tiempo completo a su autoconocimiento, generando una energía especial que posibilita cambios a la vez que se puede profundizar en realidades más íntimas y comprensiones más sintetizadoras. También, el trabajo vivencial y de discusión abre las fronteras de integrar los conocimientos de uno mismo y compartirlo con un Otro.

El eje fundamental de trabajo es la **visión del mundo** que cada uno de nosotros tenemos, que la sociedad ha puesto en nosotros, entendiendo que de esta depende luego **lo que pensamos y lo que hacemos**; la percepción que tenemos sobre nosotros mismos, nuestras actitudes y plan de vida.

Donde estás parado? Hacia dónde vas? Quién eres? Qué esperas de la vida? Qué quiere la vida de ti?

Estos son interrogantes que dominan nuestra alma y nos moldean. Nuestras insatisfacciones son un síntoma de que estas preguntas no han sido bien respuestas.

Nuestra perspectiva entiende al ser humano como partícipe de un **Plan Universal** muy preciso, y que, aunque no conozcamos en su totalidad esa finalidad, consideramos a cada individuo como alguien movido desde sus inicios por dicha finalidad: la de **participar**, a su manera, en la formación de la humanidad y en su desarrollo hacia una conciencia total. Tenemos el derecho de desplegar todas nuestras potencialidades. Tienes el derecho de ser tú mismo, de crear y vivir tu propia realidad.

El ser humano es algo enigmático, estas vivo, estas consciente! Debes ser feliz, y debes compartir esa felicidad con el resto de la sociedad. El impedimento fundamental a este derecho es un paradigma profundamente naturalizado que nos ha desviado de nuestra alma, de nuestro plan, distrayéndonos con espejitos de colores, provocando en nuestra conciencia la ilusión de la separatividad, angustia, soledad, apuro, guerras, contaminación.

Trabajamos esta visión del mundo o paradigma desde dos aspectos, primero un taller que hará las veces de un antiparasitario mental, entre todos, en comunidad, desenredaremos una maraña de ideas y **concepciones que no nos dejan ser felices**. También haremos un trabajo vivencial sobre el Anillo del Corazón, conectando con la respiración, tórax y espalda. Despertando nuestra identidad, liberando-honrando toda la sociedad en nosotros.

Desde lo pensado... razonado, y desde lo sentido... corazonado, trabajaremos durante tres días con las concepciones erróneas de la realidad, indagaremos en las raíces históricas y culturales, avanzaremos en las nuevas concepciones de la realidad desde las ciencias y desde la sabiduría originaria de nuestros ancestros. Retomaremos ese camino perdido por la humanidad. Liberaremos el corazón de sus ataduras, sus bloqueos, que nos impiden participar completamente de la **finalidad universal**, ya que entendemos la sanación de la persona como ese orden interno que nos permite sentirnos uno con la naturaleza y los demás, a la vez que podemos participar de esas interrelaciones teniendo algo único que dar al mundo.

¿Qué hacemos?

“Dirigirse a lo sutil es dirigirse a las causas más primarias del Universo. Entonces, lograr operar desde eso es, por lo tanto, operar sobre todo el Universo”

Concebimos Alma Nuestra como **un proceso** al cual una persona se entrega para descubrirse, entender su humanidad, sanar concepciones. Y éste proceso es como un camino a recorrer donde los primeros pasos son textos de lectura que entregamos previo al encuentro. Ya todos juntos la primera estación de nuestro recorrido es entender y empezar a sanar nuestra alma ancestral, reconciliarnos con nuestro pasado es iluminar nuestro futuro.

La próxima estación de nuestro caminar es trabajar sobre nuestro paradigma actual, algo sutil pero que domina cada uno de nuestros pensamientos y actos, echaremos un bote de pintura a éste fantasma que nos esclaviza, nos piensa, le pondremos un micrófono y quizás por primera vez oiremos su voz. Haremos consciente una parte muy inconsciente de nuestra mente, no verbalizada siquiera tampoco pensada. Esta estación será entonces un ritual de empoderamiento en que cada participante podrá disfrutar de conocerse a sí mismo, conociendo la sociedad. Un conocimiento que repercute en un mayor espacio de Libertad.

Hablar sobre los paradigmas nos permite conocer la magna misma que nos constituye como sociedad y como humanos, por ello nos permite enriquecernos y entendernos más en completitud para darnos cuenta que no estamos separados unos de otros, que somos parte de un todo pero que tenemos que participar de ese Todo con algo único. Despertar nuestra **Unicidad**: Sentimiento que nos permite valorarnos íntimamente entregando algo elaborado y necesitado por los demás.

Para esclarecer nuestra mente y sanar esa herida profunda que portamos como occidentales, es necesario entregarnos al trabajo con nuestros padres, y esa es la próxima estación, siempre de manera cuidada, y respetuosa.

En todo el recorrido vamos proponiendo actividades vivenciales, algunas en grupo, otras individuales y despacio pero siempre avanzando desde la mente a la emoción, y nos vamos preparando para la última estación: **el cuerpo**.

“El cuerpo expresa, lo que la mente se esfuerza por esconder...”

Encontrarnos con nosotros mismos, implica que amorosamente podamos conectar con nuestra integridad, observando nuestro cuerpo físico, emociones, pensamientos, y sensaciones. En nuestro cuerpo se encuentran centros de placer, amor, felicidad, y reservorios de dolor, angustia, enojos....

Somos seres energéticos, al igual que el universo, por ende nuestra energía corporal debe fluir libremente, todo bloqueo energético puede producir enfermedad, y por lo tanto, malestar.

Proponemos un espacio de contacto con nuestro chakra corazón, el centro de la pulsación energética, de la identidad y del amor; a través de masajes, meditaciones y trabajo con un “otro”. Nuestro pecho alberga el amor incondicional, y por lo tanto guarda en sí, los dolores del desamor, la desatención, el miedo... Ser conscientes de ello, nos libera de emociones guardadas y nos permite comenzar a fluir con la energía universal, vitalizarnos, liberarnos; armonizar al cuerpo y el espíritu desde una visión integral del ser humano: como unidad del cielo y la tierra.

Sentir.....esa es la propuesta. Sin juicios, sin miedos.

Basándonos en la psicoterapia bioenergética, nos brindamos una jornada para conectar con nuestro interior, con nuestra existencia, con nuestra misión, con la responsabilidad de ser parte de esta humanidad que nos necesita libres de rencores y dolores ancestrales, libres para amar y relacionarnos desde ese amor por uno mismo, hacia todo lo que nos rodea.

Por último, a través de un psicoritual, un acto grupal que se guardara en nuestro inconsciente, habremos llegado a la meta. Y estarás listo o lista para eso que el Universo quiere de ti: hacer tu camino...

Experiencias

“En cada actividad grupal tanto de lectura de intercambio de ideas me hizo cambiar la manera de ver las cosas y además me ayudo a crecer un poco más como persona.

Las técnicas de masaje fueron muy significativas porque me ayudaron a movilizar muchos sentimientos que habitaban en mi interior.

Fue una experiencia maravillosa.

Espero poder compartir otro encuentro.

Simplemente MUCHAS GRACIAS!! Por todas sus enseñanzas, por la ayuda, entrega y atención que nos brindaron.”

“...Acá se diluyo una coraza, primero mental, luego corporal.

Les doy gracias por estar presentes en este proceso iniciado hace años y continuando hoy en un grado de mayor profundidad.

Gracias.”

“Aprendí que no estoy sola, que puedo.

Gracias por darme esta oportunidad de crecer y abrir mi mente....

Mica.

“Nos trataron como reyes, aprendimos de verdaderos profesionales con una vasta experiencia espiritual. Las lecturas fueron profundas y las actividades corporales ricas en liberar sombras, para encontrarnos con el ser en esta vida. GRACIAS!!!!!!”

Adriana

“Bellisimo, fue muy útil, vi cambios fue sensacional el aprendizaje. ;)

Gracias”

“La pasamos hermoso

Realmente mi energía es diferente, ha fluido

Gracias gracias gracias!

Paz amor alegría.

Infinitas gracias.”

“Días plenos de mucha energía y muchos movimientos internos.”

Actividades: Aparte de las actividades centrales de esta propuesta como son el taller y el trabajo vivencial, compartiremos un fogón, mandalas, taichí y caminata.

Lugar: Cabañas La Pausa. Cabalango – Villa Carlos Paz

Fecha: 22, 23 y 24 de ABRIL 2016

Incluye: Hospedaje, desayuno, almuerzo y cena. Comidas vegetarianas y depurativas.

Precio: 2500\$ (Precio especial por reserva anticipada: 2200\$)

Consultas: grupointiuma@gmail.com – www.intiuma.com.ar – Face: Inti Uma: Retiro Terapéuticos