



El Perdón



Un centro de formación profesional
y crecimiento personal



El Perdón

El perdón

Introducción

Perdonar no significa excusar el comportamiento de quienes nos han herido. Perdonar es tomar la decisión de desprendernos del pasado para sanar el presente. En un momento en el que el mundo está convulsionado por la violencia y clama venganza, este taller es de enorme importancia.

Investigaciones realizadas en la Universidad de Stanford como parte del Proyecto del Perdón, que dirige el doctor Fred Luskin, demuestran que aprender a perdonar mejora nuestro bienestar físico y emocional. Según estos estudios, seguir cultivando el rencor dentro de nosotros mismos obstaculiza nuestro desarrollo personal y profesional, nos conduce a tomar decisiones desacertadas y hace que nuestro cuerpo libere sustancias químicas asociadas con el estrés, que tienen un efecto negativo sobre la salud. A pesar de lo anterior, muchos de nosotros insistimos en aferrarnos a los agravios y continuar siendo víctimas de quienes nos han herido.

Perdonar nos conduce paso a paso por el camino del perdón hacia una vida más constructiva y armoniosa, libre del yugo del rencor y de la retaliación. Después de participar en los talleres del Perdón, los participantes experimentaron menos sentimientos dolorosos. Reducción de los síntomas físicos del estrés, entre ellos dolores musculares y de espalda y mareos, más optimismo. Reducción del sentimiento de ira a largo plazo, que es un factor de alto riesgo para la enfermedad cardiovascular.

Aunque el curso será eminentemente PRÁCTICO, estudiaremos pinceladas sobre los siguientes contenidos teóricos:

LA OPCIÓN DEL PERDÓN

El desafío del entendimiento
Puerta hacia la paz mental
Perdonar en territorio neutral
Trabajando la ira
El trabajo con la rabia:
Identificar que el dolor sea dolor
Descubrir y decir la verdad

EL PERDÓN A LA FAMILIA

Perdonar a los padres
Perdonar a la pareja
Perdonar a los hijos
Familia directa
Familia política

PERDONARSE A UNO MISMO

Perdonarse a uno mismo
Un fabuloso nacimiento
Perdonar al cuerpo
Efectos del perdón en la salud
El perdón y la superación en la enfermedad
El perdón y la curación física
Liberando al niño Interior

PERDONAR AL MUNDO

Perdonar en el trabajo
El perdón en el trabajo
El perdón en sociedad
El perdón en relaciones de amigos

ADIÓS A LA CULPA

Aprender a vivir sin culpa
El perdón sana y pone fin al juego de la culpa
Técnicas de perdón para paliar El Rencor. Decepción. Culpa
Técnicas para Perdonar y Sanar

PERDONAR POR AMOR:

Las 4 Etapas del Perdón en la Pareja

QUE NOS APORTA

El perdón nos proporciona seguridad equilibrio estabilidad y seguridad en nosotros mismos. Nos aporta un nivel de vida de mayor calidad y efectividad en el mundo personal y profesional. Reducción los estados emotivos de insatisfacción e ira, Aportándonos mayor calidad humana y mejor trato directo en el día a día.

A QUIEN VA DIRIGIDO

A toda persona que desee conocer los perfiles del perdón en todas sus modalidades tanto en el campo profesional como personal.

Información Complementaria

Horarios y precios de Taller.- EL PERDÓN

Horario: por definir

Importe:- por definir

Duración: módulos de 8 a 12 horas.

Acción social-

Todos los cursos y talleres aportan un 10% para los proyectos de acción social de las asociaciones de Confasem “Confederación de asociaciones y empresas”



Todos nuestros cursos también se pueden hacer online.

Disponemos de la tecnología necesaria para mantener su integridad en la modalidad que más se acomode a sus necesidades y requerimientos.

Estamos en cuatro comunidades
Palma de Mallorca. Valencia – Madrid -Barcelona

- Nos desplazamos a toda España para grupos de 10 personas mínimo.
- Consúltanos sin compromiso, encontraremos una opción adecuada a tus necesidades horarias, para cubrir tus expectativas.
- Todas las fechas pueden cambiarse o modificarse en cuanto al nivel impartido en función de los grupos.
- Continuamente se van creando nuevos cursos independientemente de la planificación de los centros.



Síguenos en las redes Sociales

<https://www.facebook.com/groups/249624661746321/>
<https://www.facebook.com/groups/1249081825126692/>

Compártenos en tu red social favorita



Contacto:



Teléfonos

963483059
619400271 -696919616

Emails

Info@escueladereikiprofesional.com
info.escueladereikiprofesional@gmail.com.

Sedes

Madrid
Tel: +034 696919616
Barcelona
Tel: +034 937390592
Palma de Mallorca
Tel: +034 871034839

www.escueladereikiprofesional.com



Todos nuestros cursos se imparten en el CEN – CENTRO DE ENSEÑANZA Y NEGOCIOS
COWORKING EN TODOS NUESTROS CENTROS

DELEGACIONES -

Valencia –

Avd. -Pérez Galdós nº 53 – tel. 963843059-619400271

Palma de Mallorca –

Calle- Compte d' ampuries nº 8 –

Calle- Archiduque Luis Salvador nº5- entres- izq.

Tel 971210078 – 617427099

Barcelona

Carretera de espulgues nº 64

Tel – 93 83 38 385 669112018

Madrid –

Calle- Mayor nº 2

696919616