

Jessica Entizne Miguel

Naturópata Holística  
Psicoterapeuta somática en Biosíntesis

Monográfico educativo:  
“La consciencia plena y el empoderamiento corporal : valiosos recursos de aprendizaje “





Todo cuanto necesitamos para aprender está en nuestra biología. Venimos programad@s para hacerlo desde que nacemos hasta el día de nuestra muerte. **En nuestro cuerpo están todos los recursos a nuestra disposición para que ese maravilloso proceso, de integración del mundo externo en nuestro interior, sea fácil y placentero.** En muchas ocasiones estos recursos quedan enterrados bajo muchos otros que cogemos y adaptamos del exterior, y que en muchas ocasiones nos hacen sentir que el poder está fuera y no dentro de nosotr@s. Es importante no perder los recursos externos, sin embargo, es más que necesario recuperar los internos para sumarlos y complementarlos, creando así **un capital de recursos humanos que estarán siempre disponibles (al depender solo de nosotr@s mism@s) a lo largo de nuestra vida.** Para l@s adult@s este patrimonio es recuperable. Ofrecérselo a nuestr@s hij@s y alumnos es un compromiso y una responsabilidad ineludible.

**Os propongo dos encuentros vivenciales y experienciales** en los que recuperar sensitiva y corporalmente la capacidad de salud y bienestar inherente a nuestra biología, para después poder ponerla al servicio de nuestr@s alumn@s e hij@s, **en forma de técnicas concretas y precisas, que les permita recuperar y mantener todo su equilibrio y poder de bienestar interno frente al reto educativo diario.** Podréis utilizarlo y transmitirlo desde la coherencia que aporta la experiencia previa. No podemos transmitir de forma coherente aquello de lo que carecemos.

### Primer encuentro (de 3h)

Habitando nuestro cuerpo  
Ser versus hacer (El Ser como motor del hacer)  
El silencio: espacio donde todo nace y es posible  
Con-tacto y respiración consciente

*Jessica Entizne Miguel*

Naturópata Holística  
Psicoterapeuta somática en Biosíntesis



### Segundo encuentro (de 2 horas)

Recursos desde la esencia  
Anclando recursos propios  
Elaboración de una sesión

Para los encuentros será necesario traer ropa cómoda que no bloquee la libertad de movimiento, calcetines gruesos, cualquier soporte que permita recoger impresiones de la teoría así como el registro del proceso personal y el corazón con ganas de escuchar.

La formación completa tiene un precio de 120 euros por persona.

Quedo a la espera de vuestras noticias y disponible si surge la necesidad de aclarar algún punto o ampliar alguna información.

Un saludo.

Jessica Entizne Miguel  
Psicoterapeuta somática en Biosíntesis  
Diplomada en Magisterio  
Naturópata  
Madre