

# CON-TACTO VITAL



Enseñanzas no regladas – Diploma no oficial (R.P.S. 330/99)

## **CON-TACTO VITAL**

CON-TACTO VITAL es una síntesis de diferentes técnicas de reequilibrio corporal que busca hacer emerger la consciencia, y con ella la posibilidad de autocuración

Este curso es una invitación para adquirir una nueva calidad en el tocar: "el toque meditativo". Con ejercicios de tacto guiados entenderás la belleza de "observar dentro" sin querer cambiar nada, reconociendo el cuerpo, con sus problemas, como el maestro que te enseña el camino para conocerte.

Es el arte de "contactar con tacto", tocando con amor, sin juicio alguno, desde el corazón, de un modo relajado, permitiendo un espacio de silencio, de meditación, a través del cual poder escuchar, sentir, ver, transmitir y compartir emociones, sentimientos y sensaciones. Comprender el cuerpo, aceptándolo como se exprese, buscando su armonización con un profundo respeto, conociendo su funcionamiento. Aprender a tocar conscientemente de diversos modos: natural, suave, fluido, combinado, profundo, focalizado, etc.

Descubrirás cómo liberar el miedo, la tensión y el dolor acumulado en las articulaciones, ligamentos, músculos u órganos. A desbloquear cada zona del cuerpo necesitada, utilizando Reiki, color, la respiración y/o la visualización para llevar energía allí donde haga falta.

Sintonizarás con el ritmo Cráneo-Sacral, aprendiendo a conseguir el "Punto de quietud", momento en el cual acontece una total relajación, donde pueden desaparecer problemas de cualquier índole y antigüedad en los diferentes niveles corporales

Todo ello posibilita el aprendizaje de una forma distinta de abordar el dolor físico, emocional, el estrés, la depresión, la ansiedad.

Con-tacto vital es un viaje a la esencia del trabajo corporal: conocer y aceptar para poder cambiar. Los síntomas señalan la dirección que nos contacta con las causas que los originan.

Con-tacto vital busca en los síntomas para encontrar los mensajes que está mandando el alma a través del subconsciente y que al no ser atendidos dan lugar a las enfermedades, bloqueos, lesiones, dolores, etc.

Con alegría y buen humor celebramos la expansión de la consciencia mediante el con-tacto.

"... A menos que seas compasivo/a con tu cuerpo, no puedes serlo con ningún otro cuerpo".

"... Dentro del misterio del cuerpo está el templo de tu consciencia; una vez que el ser humano ha encontrado la consciencia en él mismo, ha encontrado la llave de lo último. El cuerpo es la puerta".