

Curso de:
Autoconocimiento
&
Desarrollo Personal.

Para la expresión más pura de tu ser.
De tu verdadera identidad
y potencial humano.



Para la expresión más pura de tu ser,
tu verdadera identidad y tu
autenticidad, **debemos de abordar un
trabajo integralmente del ser humano,
atendiendo todas sus dimensiones:
física, mental, emocional, energética
y espiritual.**



Curso de autoconocimiento y desarrollo personal.

Nivel 1 | Toma de consciencia

Un curso para ayudarte a **conectar con tu potencial humano**, desde el autoconocimiento integral y verdadero, **desde tu esencia y donde sentirte acompañado en tu proceso de transformación.**



**Una formación en la que adquirirás
herramientas para conocerte,
desarrollarte, transformarte y vivir
desde tu potencial humano.**

**Y lograr una mejor salud mental,
emocional y bienestar integral.**



**Te ofrecemos una guía de
autoconocimiento con sentido, una ruta
de acompañamiento en el camino de
conocerte y vivirte desde tu potencial
humano, en conexión
con tu esencia.**

Una guía, un método, que te ofrece el cómo, la
experiencia, el orden de y el sentido del
camino, así como las herramientas
necesarias para conseguirlo.



Una ruta selecta por diferentes territorios humanistas **para acompañarte a conectar con tu esencia y tu propósito vital.**

A través de nuestro método hemos diseñado **un programa educativo dedicado a la mente, la emoción, la energía y la consciencia desde el enfoque unificador de la identidad,** del preguntarnos quién soy y quién quiero ser.

Porque sin salud mental y emocional no hay economía, no hay política, ni ciencia, ni investigación, ni relaciones sanas, ni emprendimiento, ni calidad de vida, ni nada.

Sin salud mental y emocional no hay vida.



En este curso de autoconocimiento y desarrollo personal **queremos que conozcas tu mente como una palanca de transformación** para que ganes una nueva perspectiva de tus problemas.

También queremos acompañarte en el camino del desarrollo personal aceptando **tu emocionalidad y que comprendas la realidad como algo que incluye el bienestar energético y la consciencia, todo ello desde el enfoque unificador de la identidad.**



¿QUÉ RUTA VAMOS A SEGUIR?

Iniciamos esta ruta, viaje, **desde la toma de conciencia**, el despertar, **tomar realidad de nuestra vida, tomar conciencia de nuestro personaje.**

Conociendo, entendiendo y **aprendiendo cómo funciona nuestra mente, nuestros pensamientos, y cómo podemos cambiar nuestro diálogo interior, y nuestras creencias limitantes.**

Este viaje nos llevará a conocer **nuestro mundo emocional, el origen de nuestras heridas, comprender nuestra relación emocional con nosotros mismos y con el mundo** y el cómo podemos liderar nuestras emociones.

Seguimos en esta ruta de autoconocimiento, desarrollo y crecimiento personal, **adentrándonos en el entendimiento, conocimiento y comprensión de nuestro mundo energético, como funciona nuestra energía y manifestación.**

Finalizamos el viaje, tu ruta de conexión a tu propósito y potencial humano, **trabajando la identidad, tu verdad como ser**, gracias al camino recorrido, donde hemos podido liberarnos de creencias limitantes, bloqueos emocionales, nudos energéticos, a la vez que comprendiendo, aliviando, desde el cómo es el ser humano.



“La coherencia biológica del ser”.

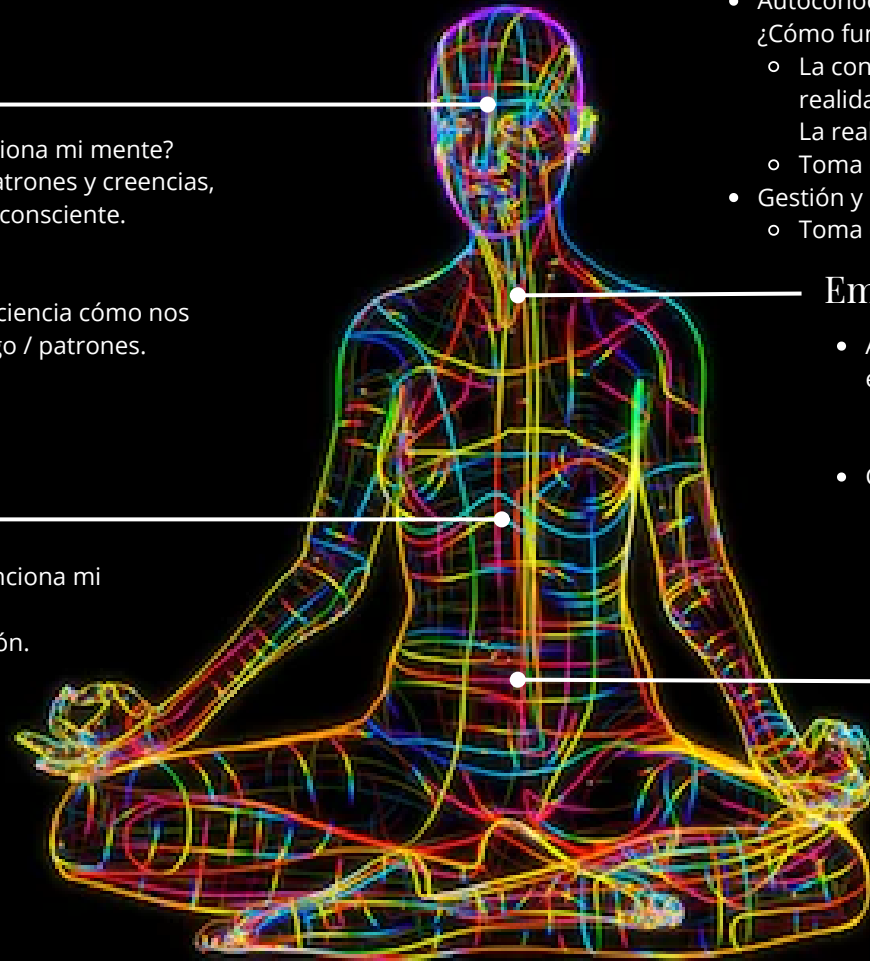
Coherencia entre mente, emoción, energía e identidad.

Mente

- Autoconocimiento mental. ¿Cómo funciona mi mente?
 - Fisiología cerebral: neurociencia, patrones y creencias, programa mental, consciente y subconsciente.
 - El personaje, el yo.
- Gestión y liderazgo mental:
 - Diálogo / voz interna, toma de conciencia cómo nos hablamos y el cambio de ese diálogo / patrones.
 - Atención plena, meditación.

Energía

- Autoconocimiento energético. ¿Cómo funciona mi mundo energético?
 - Física cuántica. Energía y manifestación.
- Gestión y liderazgo energético:
 - El poder de la energía.
 - Conciencia y espiritualidad.



Consciencia

- Autoconocimiento espiritual: ¿Cómo funciona mi consciencia? ¿Cómo funciona mi personaje?
 - La consciencia es la capacidad del ser humano para percibir la realidad y reconocerse en ella. Ser consciente de lo que ocurre. La realidad.
 - Toma de conciencia I: El despertar. El personaje. El yo. Ego.
- Gestión y liderazgo:
 - Toma conciencia II y transformación del yo / paradigma.

Emoción

- Autoconocimiento emocional. ¿Cómo funciona mi mundo emocional?
 - El origen emocional: Condicionamientos mentales desde la infancia, formas de relaciones desde los apegos, etc.
- Gestión y liderazgo emocional:
 - Inteligencia y gestión emocional, etc.
 - Consciencia emocional corporal.

Identidad

- Autoconocimiento de tu identidad. ¿Cómo soy? ¿Quién quiero ser?
 - Potencial humano: fórmula esencia.
 - Propósito vital - Ikigai
- Gestión y liderazgo:
 - Tu autenticidad. Tu verdad.



**Una ruta, un viaje, de
autodescubrimiento, conocimiento,
transformación, liberación de
creencias limitantes y bloqueos.**

**Un camino para tu verdadera
conexión a tu potencial humano.**



Seminario 1

Consciencia

2 y 3 de Marzo de 2024

¿Cómo soy? ¿Cómo funciona?

¿Cómo funciona mi consciencia? Y mi mente, mis emociones y mi energía? ¿Cómo funciona mi personaje?

Comenzamos la ruta haciendo una toma de realidad, entrando en la fase de «el despertar de la consciencia en todas nuestras dimensiones» y en la fase del reconocimiento de mi identidad.

Seminario 2

Transformación

20 y 21 de Abril de 2024

¿Quién quiero ser?

¿Cómo puedo liderar mi mundo mental, emocional y energético?

En este seminario entraremos a trabajar la fase del cambio, de la responsabilidad y del liderazgo para la transformación.

Seminario 3

Conciencia. Ser

1 y 2 de Junio de 2024

Finalizamos la ruta de conexión a tu propósito y potencial humano trabajando la verdadera identidad. Tu autenticidad. Entraremos en una fase de transición a tu conexión, a tu verdad.

Trabajando la comprensión e integración de tu ser en todas sus dimensiones, mental, emocional, energética y espiritual.



Además incluye
3 sesiones de acompañamiento
y supervisión terapéutica del
proceso, de manera grupal y
online.

Seminario 1

- Martes 12 de Marzo, de 19 a 21h.

Seminario 2

- Martes 7 de Mayo, de 19 a 21h.

Seminario 3

- Martes 18 de Junio, de 19 a 21h.



El único curso que une formación y acompañamiento terapéutico. Con expertos del mundo del autoconocimiento y desarrollo personal, con más de 20 años de experiencia acompañando cientos de casos.

Nuestra metodología pedagógica que avala la integración completa:



Formación, conocimiento e integración.



Acompañamiento en las dificultades del cambio.



PROGRAMA

Seminario 1

Consciencia

Vamos a tomar consciencia:

- Recomendaciones para el viaje.
- ¿Cómo soy? Fuente de mis conflictos.
- Neurobiología del yo.
- Descubrir nuestros valores internos.
- Crear un mapa de mi mismo.
- Conocerme para decidir lo que uso de mí.
- Conocerme para conocer a los demás.
- Conocerme a mí y a los demás para tener una sana relación.
- Cómo se instala el trauma y el sufrimiento. / El origen.
- Reconocer al personaje.
- Forma y fondo.
- ¿Por qué no encuentro satisfacción y éxito en mi vida?
- ¿Sabes cuál es tu propósito vital?
- Aprendo de mis errores.
- El edificio mental.
- La historia detrás de la historia.
- La polarización.



PROGRAMA

Seminario 2

Transformación

Herramientas para el cambio:

- Rompiendo las cadenas: “El mito de la caverna de Platón”.
- El recorrido del desierto.
- Aumentar la autoestima.
- Aprender a reprogramar la mente.
- El poder de la aceptación vs resignación.
- Reglas de oro para el trabajo interno.
- Reglas de oro para el trabajo externo.
- La importancia de la energía vital: cómo la pierdo y formas de aumentarla.
- La ignorancia como el mal del mundo.
- ¿Cómo sé que mi vida empieza a encauzarse?
- Una vida con sentido.
- Enfrentar los problemas y traumas.
- La felicidad.
- La paz interior.
- El poder de la neutralidad.
- Un paso más allá del perdón.
- Liberar la frustración.
- La libertad mental.
- La mente como herramienta espiritual.



PROGRAMA

Seminario 3

Conciencia. Ser

Espiritualidad práctica:

- ¿Quién soy? Fuente de paz y felicidad.
- Desarrollo Espiritual: Psicoespiritualidad.
- Reencuentro con la vida.
- Reencuentro con la realidad.
- Apreciación vs agradecimiento.
- El único lugar donde todo ocurre.
- Mi verdadera identidad.
- Dejar de pensar para empezar a ver.
- Más allá de las ideas.
- Todos los problemas tienen una solución espiritual.
- Visión de vida.



Un curso para ayudarte a conectar con tu potencial humano, desde el autoconocimiento integral y verdadero, desde tu esencia y donde sentirte acompañado en tu proceso de transformación.



BENEFICIOS DE ESTE CURSO

- Autoconocimiento completo e integrativo de la persona, en todas sus dimensiones.
- Liderazgo y autogestión del mundo mental, emocional, energético y espiritual.
- Obtendrás explicaciones sobre los procesos de la mente y el cuerpo en relación con el estrés y la salud.
- Comprenderás cómo dirigir tus emociones a tu favor, en tu beneficio.
- Conseguirás integrar herramientas para el autoconocimiento, desarrollo y potencialización de la salud energética.
- Comprenderás la relación entre nuestra energía interna y externa para tomar consciencia de cómo nuestro mundo cambia.
- Obtendrás recursos para aumentar tus niveles de energía y no desperdiciarla.



ESTE CURSO ES PARA TI SÍ:

- Te sientes algo perdido y tienes la necesidad de conocerte a ti mismo.
- Eres profesional y quieres nuevas herramientas para abordar los casos en consulta.
- Quieres aprender cómo tener una buena salud mental, emocional y energética con herramientas sencillas.
- Quieres ser capaz de encontrar formas sanas de relacionarte con tu entorno.
- Quieres deshacerte de patrones internos antiguos que se repiten y no te dejan avanzar.
- Quieres desbloquear emociones que están atrapadas en ti.
- Quieres desarrollarte para liderar de forma consciente a otras personas.



Otra forma de
vivir es posible,
en tu esencia
y presencia.



A quién va dirigido

- Cualquier persona que quiera mejorar su vida, quiera conocerse integralmente, desde el funcionamiento mental, emocional y energético, desde su identidad verdadera, y para las personas que quieran mejorar su relación consigo mismo y con los demás.
- Profesionales que quieran mejorar su formación de salud integrativa real y completa, o quieran completar su formación para aprender técnicas, herramientas y ejercicios orientados al autoconocimiento y desarrollo personal.



Metodología

Hemos diseñado un curso dedicado a la consciencia, la mente, la emoción y la energía desde el enfoque unificador de la identidad, del preguntarnos quién soy y quién quiero ser.

La metodología educativa se basa en una **metodología integrativa, desde el conocimiento, la formación teórica y la integración del mismo, desde la práctica.**

Con el fin de aportar la formación esencial para el verdadero autoconocimiento, desarrollo y potencialidad humana. Y una psicología integrativa de salud emocional, mental y energética.



QUÉ TERAPEUTAS TE ACOMPañAN EN ESTE CURSO:



Fernando Maldonado Ramos, DC, MChiro, PTP, PRKP

Más de 30 años en el ámbito del desarrollo humano y espiritual, su formación y dilatada experiencia le han permitido ofrecer diferentes programas de un alto impacto y calidad.

Luis García Sánchez

Más de 11 años de experiencia como naturópata y psicólogo integrativo desde la terapia humanista.



Paula Ibáñez.

Más de 11 años ejerciendo como coach y terapeuta de desarrollo y potencial humano desde una visión integrativa del ser.



CURSO DE AUTOCONOCIMIENTO Y DESARROLLO PERSONAL.



Presencial (plazas limitadas)
en las instalaciones del IEN.
C/ Mayor 58, 3º1 Madrid



De marzo a junio de 2024
(1 fin de semana al mes).



42h formación + sesiones
de acompañamiento
terapéutico grupal.



PRECIO

**Curso de autoconocimiento y desarrollo personal
+ sesiones de acompañamiento terapéutico grupal**

~~417,50€~~

Por cada seminario

Total a pagar: 1.252,35€

**10% DCTO SI RESERVAS
ANTES DEL 15.02.2024
POR CADA SEMINARIO**

375,70€

Total a pagar: 1.127,10€

**+ de 120€
de ahorro**

**En-Essencia avisará a todos los alumnos matriculados en la formación, con un plazo mínimo de 7 días del inicio del curso, si el grupo está completo y la formación sale adelante, o se procede a la modificación de fechas u horarios, o se procede a su cancelación por no haberse formado grupo.



La comprensión reside en la base de la transformación personal, y esta comprensión pasa por el progresivo y constante darse cuenta de lo que ocurre en nuestro interior.

RESERVA TU PLAZA



CONTACTO

¿Te orientamos?

Si tienes cualquier duda o pregunta contáctanos de inmediato.

Estaremos encantados de conocerte y de atenderte.



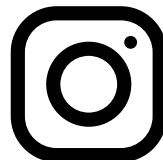
620 710 128



info@en-essencia.es



www.en-essencia.es



[@en.essencia.es](https://www.instagram.com/en.essencia.es)

