



Benedictines Monestir de Sant Benet
08199 Monistrol de Montserrat

TEORIA 1R CURS (online) – TONI BOIX



El focusing és una eina d'autoconeixement, de canvi i de salut. A través de l'escolta corporal ens acostem a la pròpia saviesa, la veu del Cor, la més genuïna i creativa.

En qualsevol situació, el cos està informant a través de les sensacions. Molts de nosaltres no sabem com accedir a aquesta informació perquè no té la mateixa lògica que la nostra ment cognitiva. Dins nostre tenim més saviesa i coneixements del que som conscients.

El focusing ens hi posa en contacte de manera que l'impuls de vida que hi ha en nosaltres troba una escletxa per expressar-se, i ens impulsa a donar el proper pas en direcció a l'autenticitat i la salut.

CURS VÀLID PER A LA FORMACIÓ OFICIAL DE FOCUSING

CONTINGUT: Assimilació dels continguts teòrics que fonamenten el focusing amb exercicis. Feedback professor.

IMPARTIRÀ EL CURS: TONI BOIX



Focusing Trainer per The International Focusing Institute.
Màster en Logoteràpia i Anàlisi Existencial per ALEA.
Diplomat en Infermeria i Postgrau d'Humanització i Atenció Espiritual en Societats Plurals per la Universitat de Barcelona.
Grau de Ciències de la Religió de l'Institut Superior de Ciències Religioses de Barcelona (en curs)

DATES: 28 d'octubre i 16 de desembre de 2025
10 de febrer, 14 d'abril i 16 de juny de 2026

DIES I HORARI: Dimarts de 19:00 a 20:45-21:00h

MODALITAT: Online via zoom (uns dies abans rebreu l'adreça d'enllaç)

PREU: 180€

INSCRIPCIÓ: <https://monestirsantbenetmontserrat.cat/producte/focusing-teoria/>

MÉS INFORMACIÓ: activitats@monestirsantbenetmontserrat.cat / 607 275 179 (WhatsApp)