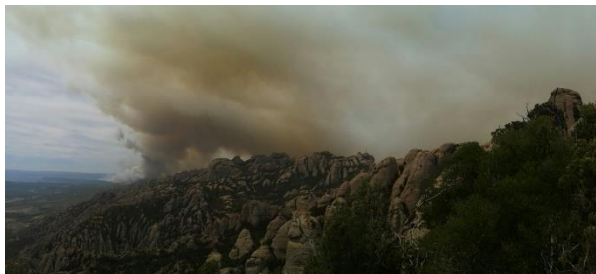




Benedictines Monestir de Sant Benet  
08199 Monistrol de Montserrat

## 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**



Coordinador-in-Training 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:**  
**12 de novembre de 2024**  
**22 d'abril de 2025**  
**1 de juliol de 2025**

**DIES I HORARI:** Dimarts de 19:00 a 20:30h

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

**PREU:** 175€

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

**MÉS INFORMACIÓ:** [activitats@monestirsantbenetmontserrat.cat](mailto:activitats@monestirsantbenetmontserrat.cat) / 607 275 179 (WhatsApp)