

VIDA en

— EQUILIBRIO —

Transforma positivamente tu
vida con un propósito claro

Powered by Empoder



TRASCENDER

Programa Intensivo "VIDA EN EQUILIBRIO"

Objetivo general

Promover el desarrollo de un concepto integral de identidad que te permita transformar positivamente tu vida a partir del equilibrio, la conciencia y la toma de decisiones coherentes con los propósitos mayores que deseas alcanzar en tu vida.

Lección 1: Movimiento y Equilibrio

Activa la consciencia corporal como motor de cambio y transformación en tu vida.

Temas:

- ⇒ La paradoja existencial
- ⇒ El mapa no es el territorio
- ⇒ Disposiciones al movimiento
- ⇒ Los pilares de una vida en equilibrio.

Lección 2: Relaciones interpersonales

En esta lección aprenderás los patrones para construir relaciones saludables y suprimir las relaciones tóxicas en tu vida para generar una nueva fuente de bienestar y felicidad.

Temas:

- ⇒ Nuestro diálogo interno
- ⇒ Relaciones tóxicas vs. Relaciones saludables
- ⇒ Posiciones del ser para observar la vida
- ⇒ Cambiar el rol de víctima por el de ser responsable

Lección 3: Conciencia, nutrición y salud

Incrementa la conciencia de tu cuerpo para vivir una vida plena, maximizando tu fuente de energía interna, construyendo un cuerpo joven y saludable.

Temas:

- ⇒ El poder de una salud estable y duradera
- ⇒ Nutrición y energía para la acción
- ⇒ Respiración, descanso y meditación
- ⇒ Actividad física y sexualidad

Lección 4: Amar, servir y compartir

Aprende a reconocer tu vida profesional como vehículo de transformación y trascendencia a través del servicio que brindas a otras personas.

Temas:

- ⇒ Podemos decidir ser extraordinarios
- ⇒ El trabajo y tu profesión como transacción
- ⇒ El servicio como medio de trascendencia
- ⇒ Aprende a vivir tu propósito de vida

Lección 5: Vibración y Trascendencia

Es posible construir una nueva visión de tu vida, poderosa y enriquecida, descubriendo tus potencialidades no exploradas, conectándote con tu energía vital y otras fuentes no exploradas aún.

Temas:

- ⇒ Principio de correspondencia
- ⇒ Descubre tu vibración energética
- ⇒ Aprende a confiar y a soltar el control
- ⇒ Moviliza tu energía vital

Lección 6: Consciencia de la riqueza

En esta lección podrás tomar consciencia de tus creencias arraigadas respecto de la riqueza, el dinero y el merecimiento, dándole sentido a tus resultados financieros actuales abriendo nuevas posibilidades de acción en este ámbito.

Temas:

- ⇒ Pensar en resultados no en problemas
- ⇒ Valores del ser, del hacer y del tener
- ⇒ El dinero como representación de riqueza
- ⇒ Sumar o multiplicar, el juego de la prosperidad

Lección 7: Aprendizaje y emprendimiento

En esta lección podrás identificar las zonas de confort en las que habitas y atreverte a explorar tu potencial de crecimiento para promover cambios orientados hacia la excelencia personal.

Temas:

- ⇒ Automatismo y zona de confort
- ⇒ Estiramiento y aprendizaje
- ⇒ Distinción de transparencia y quiebre
- ⇒ Consciencia, decisión y acción

Lección 8: Crea, recrea y disfruta tu vida al máximo

Fortalece tu mundo emocional interno manteniendo una sana autoestima que te permita disfrutar plenamente cada día de tu existencia.

Temas:

- ⇒ Reconéctate con tu niño interior
- ⇒ La órbita de la Alegría
- ⇒ La órbita de la Felicidad
- ⇒ Incrementa tu resiliencia

Metodología:

Lecciones semanales de forma presencial con cupo limitado, en las cuales se realizan talleres prácticos y se entrega una guía de acción para realizar en el transcurso de la semana, de esta manera se empiezan a implementar los cambios inmediatamente se termina cada lección.

El tamaño del grupo y las condiciones del lugar permiten el cumplimiento de todos los protocolos de bioseguridad para realizar el aprendizaje de forma segura.

Facilitadores:

Mónica Ramírez. Psicóloga con énfasis organizacional y clínica, Magíster en Neuropsicología Clínica Internacional. Coach certificada a nivel internacional - Master y Trainer en Programación Neurolingüística - Estudiante directa de John Grinder y Richard Bandler (Co-creadores de la PNL). Certificación en PNL Médica y Psiconeuroinmunoterapia. Certificación sobre Habilidades de Inteligencia Directiva con PNL y Otras Ciencias. Psicoterapeuta con énfasis en la atención clínica de pacientes crónicos de difícil evolución - Maestra Reiki. Sanadora Pránica.

José Eduardo Hernández. Psicólogo Clínico y Organizacional – Especialista en Administración; Master y Coach certificado en PNL Avanzada (Richard Bandler y The Society of NLP); Diplomado en Habilidades Gerenciales; Diplomado en Marketing; Diplomado en Gerencia y Desarrollo Sostenible para PYME's. (Universidad Icesi – Banco Interamericano de Desarrollo BID); Formación Gerencial: The Bullet Proof Manager (Cretscm – USA); Gestión por competencias (UCUF – España); Gerencia de Proyectos (Universidad Autónoma de Occidente); Gerencia del Conocimiento (Universidad EAFIT); Certificado como Evaluador de competencias laborales (SENA).