

VISUALIZACIÓN CREATIVA

Crear primero una situación en nuestro mundo interno de la mente es esencial para luego recrearlo en nuestro mundo externo.

Durante las próximas 5 semanas practicaremos como hacerlo a través de la herramienta Visualización Creativa.

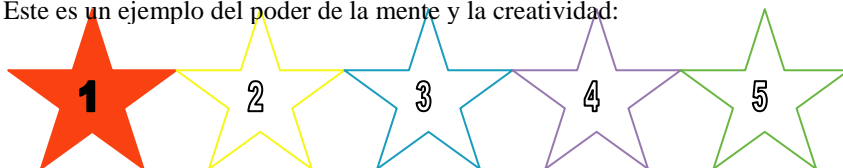
La relajación y la visualización sanan el cuerpo, la mente y el espíritu. La relajación muscular progresiva y la respiración controlada ayudan a aliviar la tensión y el estrés. Las imágenes guiadas estimulan a las personas a experimentar la armonía interior, a curar trastornos físicos y emocionales, a agudizar la conciencia del cuerpo, a mejorar la relajación, a entrar en contacto con la fuente de energía curativa para la fortaleza espiritual y emocional, a recibir orientación del propio guía interior y a conectar con el entorno.

Walt Disney, creador de Mickey Mouse dijo al comenzar su carrera en 1928 “Puedes soñar, crear, diseñar y traer a un lugar más maravilloso del mundo, pero se necesita fe para convertir el sueño en realidad”.



Luego de crear todo un mundo maravilloso que perdurara en el tiempo y antes de morir en 1966 dijo: “Nunca olviden que todo comenzó con un ratón”... y con el mundo que primeramente visualizó.

Este es un ejemplo del poder de la mente y la creatividad:



Nuestras 10 Cualidades – 5^{to} Ciclo
Serie Visualización Creativa – Colección de 5 entregas