

DE LA DEPENDENCIA A LA MADUREZ EMOCIONAL.

¿CONSUMIDORES O GENERADORES DE NUESTRA PROPIA ENERGÍA?

Madurez Emocional: Una persona es madura emocionalmente cuando se responsabiliza de su energía emocional, dándola funcionalidad para su vida. Aprender a manejar nuestra energía emocional supone vivir desplegando todo nuestro potencial como seres humanos.

Ser personas maduras emocionalmente requiere de otra manera de mirar, de entender y comprender cómo funciona nuestro mundo emocional, qué son y para qué sirven nuestras emociones, en definitiva, requiere de otra manera de vivir la emoción.

Una manera de vivir responsable con esa energía emocional y es que una persona es madura emocionalmente cuando se responsabiliza de su energía emocional, dándola funcionalidad para su vida.

Y así pasamos de ser consumidores de energía, que necesitamos y dependemos de personas, lugares y cosas para que nos den esa energía, a generadores de nuestra propia energía.

¿Te imaginas pasar de la necesidad y la dependencia a la vitalidad, la sostenibilidad y la generación tu propia energía VITAL desde la cual vivir, acompañar, educar...etc.?

Hemos pasado mucho tiempo pensando que no podemos generar nuestra propia energía, que necesitamos de los demás para alcanzar esos estados de energía vital. Que necesitamos un enchufe para cargar el motor que nos mueve cada día. Sin ese enchufe, nuestro motor no se carga, no hay energía. Y esto hace que vivamos en estados de dependencia y

necesidad permanente. Creamos así relaciones de interés y supervivencia (necesito tu energía para seguir viviendo), por otro lado normales, si nadie nos ha enseñado a manejar y generar nuestra propia energía.

Nuestro motor no necesita enchufes, porque siempre está conectado a la gran fuente de energía: la conciencia universal. Cuando comprendemos cómo funcionamos y nos responsabilizamos de nuestra energía emocional, comienza un proceso de maduración que nos lleva a un desarrollo pleno de nuestro potencial como seres humanos.

Esta madurez, que a veces tanto asusta, nos lleva a estados cada vez más elevados de conciencia. ¿Y esto qué significa? Que pasamos de ser personas reactivas, dependientes, en estados cada vez mayores de ansiedad, frustración, miedo, culpa...a seres humanos vitales, con vidas cada vez más equilibradas, sostenibles, funcionales.

Y para todo esto es esencial comprender qué es la EMOCIÓN, para qué sirve y responsabilizarnos de ella. Esto nos llevará a grados de madurez cada vez mayores y la vitalidad, el entusiasmo, la creatividad serán los motores de nuestra vida. Y es que la vitalidad, esa sensibilidad para cuidar y sentir la vida, nada tiene que ver con lo de fuera, sino que surge y brota de ti y tu conexión con esa energía-conciencia Universal.

En este curso vamos a centrarnos en la EMOCIÓN, una propuesta funcional, madura, responsable.

Otra mirada a la EMOCION

Otra forma de SENTIR tus emociones

Otra manera de VIVIR tu Universo Emocional.

¿QUÉ VEREMOS Y PRACTICAREMOS EN ESTE CURSO?

- Qué es la EMOCIÓN y para qué sirve realmente.
 - Cómo pasar de ser consumidores y dependientes de energía a Generadores de nuestra energía.
 - Veremos la diferencia entre Energía emocional y energía vital.
 - Conoceremos las Emociones orgánicas y emociones transgénicas y el papel esencial del cuerpo y la sensibilidad en el proceso de Maduración emocional.
 - **Las 3 Rs de la SOSTENIBILIDAD EMOCIONAL.** Conoceremos y practicaremos el **proceso de manejo de la energía emocional** hacia la sostenibilidad/ madurez emocional:
 - o **REDUCIR** nuestra basura emocional. **PARAR NUESTRA REACTIVIDAD.**
 - o **R-DIRIGIR** nuestra energía emocional. **PROCESO DE DESBLOQUEO EMOCIONAL**
 - o **RECICLAR** la energía emocional y transformarla en **ENERGÍA VITAL.**
- A través de este proceso aprenderemos cómo elegir motores anti-vida (nos desgastan y hacen que seamos inversores de energía) o motores pro-vida (nos nutren de energía, de VIDA) para vivir nuestro día a día.
- Aplicaremos una mirada expansiva e inclusiva a la frustración, el error, la culpa...
 - Veremos y practicaremos qué son los péndulos energéticos y cómo salir de ellos.
 - Equilibrio-estabilidad VITAL. Vivir con Consciencia.

*Las personas maduras son aquellas que han aprendido el arte de manejar su energía emocional. Son personas responsables y sostenibles emocionalmente y con vidas cada vez más estables, equilibradas, conscientes. Son generadoras de su propia energía. **ESTRELLAS CON LUZ PROPIA.***

Sesiones ON LINE. Estas sesiones quedarán grabadas y podrás volver a verlas siempre que quieras. Si no puedes estar el lunes en la sesión online, podrás ver la sesión cuando puedas, las veces que necesites.

Acompañamiento grupal durante todo el entrenamiento.

HORARIO Y FECHAS DE ENTRENAMIENTO:

DOS GRUPOS: MAÑANA Y TARDE

Lunes ⇨ (Grupo Mañana de 11:00 a 12:30/ Grupo de tarde 19:00 a 20:30 horas)

Del lunes 1 de febrero al lunes 22 de marzo (8 sesiones)

PRECIO DEL PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO CUÁNTICO:

El programa tiene un precio de 75 euros.

¿Tienes alguna pregunta sobre el programa de entrenamiento? No dudes en consultarnos:

Por email: info@juliademiguel.com Por whatsapp: 667507034

Toda la información en: www.juliademiguel.com

INSCRIPCIONES:

Máندانos un e-mail a info@juliademiguel.com o **whatsapp/telegram al 667507034**

Te daremos las indicaciones para formalizar la inscripción y acceder a la plataforma on line.

Julia de Miguel

Coach Cuántica

Directora de la Escuela Cuántica de Liderazgo Vital y Educativo Madurez Emocional



Realiza procesos de **Coaching Cuántico Vital**, además de impartir formaciones y dar conferencias en temas de transformación cuántica, liderazgo y madurez emocional y Educación Cuántica. Apasionada del coaching cuántico, que para ella no es una herramienta, sino una forma de vida, cree y vive para transformar el mundo, transformando su mundo. Siente y sabe que dentro de cada una de nosotras y nosotros está la fuerza y el poder para vivir la vida sin miedo, desde nuestra multidimensionalidad, desarrollando todo nuestro potencial humano. En conexión con lo que SOMOS realmente, aprendiendo a escucharnos, sentirnos, comprendernos, ese es el camino que nos permitirá VIVIR con consciencia, creando un mundo funcional, en equilibrio, armónico, creativo y con relaciones mucho más auténticas y conscientes. Un mundo más humanizado.

“Cuando tú te transformas, todo tu mundo se transforma”

Escuela Cuántica de
LIDERAZGO VITAL

- Programa de Entrenamiento Intensivo para la Transformación Cuántica. (3ª Edición actualizada)

VIVIR CON CONSCIENCIA

- Programa de Liderazgo Vital, el líder R- Evolucionario.

Escuela Cuántica de
EDUCACIÓN

Programa: Educar Para la Vida.
Aprender a CUIDAR LA VIDA.

Escuela Cuántica de
MADUREZ EMOCIONAL

Programa: De la Dependencia a la Madurez Emocional.

Escuela Cuántica de
LIDERAZGO FEMENINO

Programa: Mujer Líder, Mujer sin Miedo.



Julia de Miguel. Madurez Emocional

www.juliademiguel.com

info@juliademiguel.com