

# FORMACIÓN

## PARA UNA VIDA PLENA

Ciclo  
formativo  
2023-2024

Encuentra tu mejor lugar en el mundo y conecta con tu verdadera esencia a través de LAS CONSTELACIONES FAMILIARES y EL ARTE DE LA PRESENCIA

Un intrépido viaje personal,  
transformador y liberador.



Con Chiyono María Crespo y Nekane M<sup>o</sup> Dolores Rubio

Organiza:

*Escuela de Vida* María Crespo  
*El Arte de la Presencia*



# Formación para una Vida Plena

## Ciclo Formativo 2023/2024

### ¿En qué consiste?

Un proceso individual y transformador de desarrollo personal que se transita en grupo; totalmente experiencial, para alcanzar el éxito en todas las áreas de tu vida. Que te abre a una nueva comprensión mucho más profunda de quién eres y cómo te relacionas contigo y con el entorno.

Este intrépido viaje te proporcionará una nueva mirada sanadora y liberadora en las áreas más importantes de tu vida.

- Familia de origen
- Pareja
- Relaciones sociales
- Profesión y éxito material
- Salud



Utilizando las Constelaciones Familiares como la base principal del trabajo con su nuevo paradigma; Amor Consciente” Amor que ve”. Bert Hellinger

*“El corazón de aquel que ha comprendido  
que lo presente está en resonancia con el pasado,  
tanto en lo bueno como en lo malo,  
late en sintonía con el mundo“  
Bert Hellinger*



# Formación para una Vida Plena

## Ciclo Formativo 2023/2024

### La Formación hacia una vida plena te permitirá:

- **Conseguir** conectar con tu verdadera esencia y encontrar tu mejor lugar en la vida.
- **Resolver y Sanar** los conflictos con tu familia de origen, tu pareja, tus hijos, tu relación con el dinero y el éxito o el fracaso profesional.
- **Descubrir y experimentar** las dinámicas que favorezcan y acompañen tu búsqueda y anhelos espirituales.
- **Alcanzar** un mayor nivel de consciencia en tu vida, tomando tus verdaderas responsabilidades y liberándote de patrones y cargas sistémicas que no te corresponden.



El entorno cuidado y protegido de este proceso te acompaña a una sincera apertura de corazón y verdadera paz interior, permitiéndote una vida plena en tu día a día, liberando todo tu potencial innato y encontrando ***tu mejor lugar en el mundo***.

*“Si soltamos aquello que ya pasó  
se puede cerrar el círculo;  
puede surgir el espacio donde  
muere lo viejo y nace lo nuevo”.*  
*Bert Hellinger*



# Formación para una Vida Plena

## Ciclo Formativo 2023/2024

### Metodología:

El proceso fluye a través de un profundo abordaje holístico, dinámico, alegre y lleno de experiencias individuales y grupales.

### Con estas herramientas:

- Constelaciones Familiares Sistémicas (Principal herramienta del proceso)
- Mentalidad y energía positivas:  
El Poder de la Palabra,  
La Gratitud, el Perdón.
- Sistema de diseño humano
- Primal Painting.
- Mindfulness y meditaciones Activas de Osho para el cuerpo y el alma
- Biodanza y trabajo corporal
- Y muchas sorpresas más.



*“Nadie puede convencer a otro que cambie.  
Cada uno de nosotros custodia una puerta del cambio  
que sólo puede abrirse desde adentro”.*

*Virginia Satir*



# Formación para una Vida Plena

## Ciclo Formativo 2023/2024

### A quién va dirigida?



- Para aquellas personas que estén en la búsqueda de su propia felicidad.
- Para todos aquellos que estén en el camino de autoconocimiento y el desarrollo espiritual.
- Aquellos que padezcan de adicciones o trastornos de la alimentación y/o enfermedades.
- Para todos aquellos que necesiten la sanación y liberación de patrones de conflicto y dificultad. Liberándose de creencias y dinámicas de dolor, sufrimiento y restricción. En todas las áreas: pareja, hijos, familia de origen, asuntos profesionales y sociales.
- Y por supuesto a todos los profesionales en el campo de la ayuda:  
Psicólogos - Maestros - Pedagogos - Mediadores - Asistentes sociales - Médicos - Enfermeras - Gerentes de recursos humanos - Consultores en empresas sobre resolución de conflictos y asuntos de liderazgo, etc.
- Emprendedores - Empresarios - Ejecutivos - Coach empresariales.

*“La paz comienza ahí donde cada uno puede ser como es,  
donde cada uno le concede al otro  
el derecho a ser como es  
y de continuar donde se encuentra ubicado”  
Bert Hellinger*



# Formación para una Vida Plena

## Ciclo Formativo 2023/2024

### Programa:

## 1. Introducción a las Constelaciones Familiares Sistémicas desarrolladas por Bert Hellinger:

- Los órdenes básicos de tu sistema: la pertenencia, la jerarquía y el equilibrio entre el dar y el tomar.
- Las diferentes herramientas para desplegar una constelación.
- Aprendiendo a leer las imágenes que nos muestra una Constelación. Profundización en la comprensión de los movimientos y procesos fenomenológicos; observar y sanar el origen de tus dinámicas vitales y relacionales. Todo ello aplicado a la mejora en tu día a día, **“ampliando tu mirada”**.
- Teoría de los diferentes sistemas: familiar, profesional, institucional, organizacional...
- El lenguaje del cuerpo en los procesos sistémicos.
- Trabajo sistémico en tu área de pareja (sanar, comprender y avanzar en tu proceso personal). **“Caminando hacia el buen amor”**.
- Trabajo sistémico en tu área profesional y vocacional. Éxito o fracaso. Abundancia o carencia. Tu relación con el dinero. **“Caminando hacia tu éxito”**.
- Trabajo sistémico en el área de la salud y el bienestar.
- **Genograma:** Representación gráfica en forma de árbol genealógico. Tomando conciencia de tus raíces.



# Formación para una Vida Plena

## Ciclo Formativo 2023/2024

### 2. El Arte de la presencia para disfrutar de una vida plena.

- Introducción básica y personalizada al Sistema de Diseño Humano desarrollado por **Ra Uru Hu**. Que es el manual de instrucciones del “**avatar** “ que está conduciendo tu alma en esta existencia humana. Una magnífica herramienta de autoconocimiento que puede cambiar tu vida.
- Guía y acompañamiento para el desarrollo de tu **diario de integración personal**. Imprescindible para la toma de conciencia de la transformación que vas a experimentar durante este intrépido viaje.
- Diario de **La gratitud**. La práctica de la gratitud te aportará muchísimos beneficios mejorando tu vida diaria. El agradecimiento te abre a tener una vida plena llena de magníficas oportunidades y un mejor futuro.
- **Mentalidad y energía positiva**: El poder de la palabra, la gratitud, el perdón y el pensamiento positivo.
- **Biodanza**: Colaboración especial por Brigitte Jones. Metodología de integración humana por medio de la música, el canto, el movimiento y situaciones de encuentro en grupo.
- **Meditación** “la primera y última libertad “**Osho**. Transitaremos por diferentes técnicas meditativas tanto activas como pasivas. Liberación de corazas al corazón de nuestro cuerpo.
- **Mindfulness** o atención plena. Trabajo profundo para desarrollar la capacidad de poder estar en el momento presente; tu única realidad. Encontrando tu mejor lugar en el mundo y conectando con tu verdadera esencia.
- **Mapa de los sueños**: una maravillosa herramienta gráfica que facilita la materialización de tus anhelos, metas, sueños y objetivos.



# Formación para una Vida Plena

## Ciclo Formativo 2023/2024

### Más detalles:

- **Modalidad:** Formación presencial. Plazas limitadas
- **Duración:** Ciclo Formativo de 10 meses. Inicio octubre 2023 - finaliza julio 2024.
- **Formato:** Un fin de semana al mes:
  - Viernes de 19h a 22h
  - Sábado de 09:30h a 20:30h
  - Domingo de 09:30h a 14:00hEl último módulo será residencial de jueves a domingo (lugar a concretar).



Esta formación que supone una profunda experimentación con la herramienta de las Constelaciones Familiares y una transformación personal profunda, también es la base y el pilar fundamental del curso profesional en Constelaciones Familiares Sistémicas. En el caso de que te quieras dedicar profesionalmente a ser facilitador/a en constelaciones, podrás ampliar con un segundo ciclo, que te habilitará para trabajar sistémicamente en grupo o de forma individual, y te apoyará como complemento en otras vías terapéuticas y profesiones de ayuda.

- **Lugar:** Centre Espai Obert. Ronda Sant Pere n.40, Àtico 08010 Barcelona

*“Invertir en ti mismo es la mejor inversión que realizarás.  
No sólo mejorarás tu vida, mejorarás las vidas de los que están a tu alrededor” Sharma*



# Formación para una Vida Plena

## Ciclo Formativo 2023/2024

### Calendario:

**Módulo 1:** viernes 27, sábado 28 y domingo 29 de OCTUBRE 2023

**Módulo 2:** viernes 24, sábado 25 y domingo 26 de NOVIEMBRE 2023

**Módulo 3:** viernes 15, sábado 16 y domingo 17 de DICIEMBRE 2023

**Módulo 4:** viernes 26, sábado 27 y domingo 28 de ENERO 2024

**Módulo 5:** viernes 24, sábado 24 y domingo 25 de FEBRERO 2024

**Módulo 6:** viernes 15, sábado 16 y domingo 17 de MARZO 2024

**Módulo 7:** viernes 26, sábado 27 y domingo 28 de ABRIL 2024

**Módulo 8:** viernes 24, sábado 25 y domingo 26 de MAYO 2024

**Módulo 9:** viernes 28, sábado 29 y domingo 30 de JUNIO 2024

**Módulo 10:** (residencial): Fecha y lugar a concretar, posiblemente durante la semana del 22 al 28 de julio.





# Formación para una Vida Plena

## Ciclo Formativo 2023/2024

### Inversión:

**Pago completo antes de iniciar la Formación:** 2500€ + matrícula y reserva de plaza: 300€ + estancia del módulo residencial (precio a concretar). Si realizas el pago del curso completo antes del 15 de Mayo obtendrás un descuento del 10%. En el caso de no poder asistir a algún módulo podrá recuperarse en el siguiente Ciclo Formativo.

**Opción de pago fraccionado:** 10 mensualidades de 275€ + matrícula y reserva de plaza: 300€ + estancia del módulo residencial (precio a concretar). En el caso de no poder asistir a algún módulo deberá abonarse igualmente y podrá recuperarse en el siguiente Ciclo Formativo.

Si realizas el curso **en pareja** obtendrás un descuento del 10% del total del coste del curso por persona .

### Reserva:

Para realizar la reserva de plaza deberás realizar el pago de la Matrícula de Inscripción (300€) mediante una transferencia bancaria (se proporcionará el número de cuenta desde secretaría ) indicando en el concepto:

Nombre completo + Formación para una Vida plena 2023-24

Y enviando después el justificante de pago a la dirección de correo electrónico: [coordinacion@centreespaiobert.com](mailto:coordinacion@centreespaiobert.com)

La Formación consta de: 215 horas teórico-prácticas, entrega de Diploma Acreditativo al finalizar la formación.

Además de las horas lectivas de la Formación, la inversión incluye la asistencia gratuita a todos los Talleres de Constelaciones Familiares que realicen en Barcelona Maria Crespo y Nekane Rubio, desde el momento de la formalización de la matrícula hasta el final de la Formación. Lo que permitirá a los alumnos una mayor experimentación y profundización de los procesos Sistémicos, en beneficio de su propio proceso personal y una mayor capacitación como base de herramienta profesional.

El precio también incluye: el material necesario para desarrollar las dinámicas durante la formación, catering (agua, tes, infusiones, fruta....) durante todo el finde semana, no incluye la comida del sábado.



# Formación para una Vida Plena

## Ciclo Formativo 2023/2024

### Formadoras

#### María Crespo Gómez



Facilitadora de Constelaciones Familiares formada con Bert Hellinger. Imparte formación de Constelaciones Familiares en Barcelona. Naturópata. Analista del Sistema de diseño Humano. Pintora y facilitadora de Primal Painting, formada con Mee-  
ra Hashimoto.

#### Nekane Rubio Escobar



Facilitadora y Formadora de Constelaciones Familiares, especializada en Constelaciones Organizacionales-Coaching sistémico y Vocación-Profesión-Dinero. Maestra de Reiki Usui . Técnica Metamórfica. Maestra de Meditación. Terapia emocional Sybil Esencias de Luz.

### !SOLICITA MÁS INFORMACIÓN!

¿Te encantaría conocer de primera mano la formación con una conversación telefónica o zoom personalizado?

¿Tienes alguna consulta relacionada con el contenido de la formación, calendario, pago o cualquier otra pregunta?

Contacta con nosotras y estaremos encantadas de atenderte

**CONTACTO Escuela de la Vida María Crespo: 699 069 169 (Sonia)**

[coordinacion@centreespaiobert.com](mailto:coordinacion@centreespaiobert.com)

Nekane Rubio : 663 500 498



## SUGERENCIAS PARA EL VIAJE QUE VAMOS A COMPARTIR

*El amor cooperativo implica a dos individuos independientes, completos y afines que eligen viajar la vida unidos y superar sus diferencias.  
Jane G. Goldberg*

El trabajo que vamos a realizar va a combinar una investigación personal y un descubrimiento y profundización de los factores sistémicos. Todo esto va a darse en el seno del grupo que formamos y que va a ser el campo de ejercitación para el despliegue de nuevas habilidades, procedimientos, nuevas miradas, expresiones, etc. que vamos a tener la oportunidad de experimentar y probar.

La dinámica del grupo es un sostén y apoyo de gran importancia para nuestra formación. Vamos a proponernos unas condiciones acerca del cómo nos vamos a relacionar con el objetivo de que asegure el favorecimiento del desarrollo seguro y cuidadoso de todos.

En primer lugar, es importante tomar conciencia de que estás en una **Formación para un avance Personal y Profesional**. Es una ocasión para la entrega y la asunción de riesgos que expandan tus límites y pongan a prueba nuevas capacidades. Los trabajos de grupo y los procesos no están pensados ni estructurados para ridiculizar a nadie, ni para provocar en el otro sentimientos de vergüenza o inadecuación. Su función es la de tomar conciencia y darse cuenta de dónde estamos y qué es lo que constantemente hacemos en nuestra vida de forma automática e inconsciente. De hecho, será inevitable si trabajamos bien todos, que nos encontremos con vivencias difíciles y necesitaremos el apoyo de la **Presencia** de todos para sostenerlas y permitir que transiten hacia su validación y liberación. Esta es la aportación que te pedimos en grupo y que a la vez te ofrecemos.

“Las heridas han sido hechas en relación y es en relación que tendremos la oportunidad de sanarlas”.

**No obligaremos a nadie a que participe en los trabajos de grupo, ni a nada que no quiera hacer. Pero cuidaremos que no haya «espectadores» o que una actitud negativa bloquee el ritmo de la formación.**

*Haciendo lo que tememos, disolvemos nuestro temor. Emerson*

Respeto y confidencialidad. Nadie tiene la capacidad ni los datos suficientes para juzgar a otra persona. Vamos a relacionarnos exponiendo aquello que es respetuoso para cada uno y aceptando el límite y la posibilidad del otro.

*Lo que más nos irrita de los demás es aquello que puede conducirnos a un mejor entendimiento de nosotros mismos. Carl Jung*