



XERRADA

# Focusing

## Escoltant la saviesa del cos

a càrrec d' Imma Selga  
(Terapeuta, pedagoga i diplomada en Focusing)

El nostre cos capta de forma immediata, global i directa tot allò que vivim.

Si escoltem la sensació corporal interior que ens dóna cada experiència vital, el cos ens parla.

És aleshores que sorgeix la paraula adequada, sentida, plena... Sorgeix el significat profund i personal que té la vivència concreta.

I aquesta entesa és transformadora.



Photo by Aubin A Sadiki on Unsplash.

**Divendres 28 de Setembre  
a les 18:00h**

**A L'ESPAI TRANQUIL DE BARBANY  
(ANSELM CLAVÉ 44. GRANOLLERS)**