



TALLER DE ATENCIÓN

El pasado sábado 25 de noviembre celebramos una jornada sobre
ATENCIÓN en el Parque de Estudio y Reflexión Navas del Rey

Nos juntamos en la plaza del pueblo 20 personas interesadas. Entre los que nos conocíamos y los que no generamos un ámbito muy participativo con mismo interés de practicar los distintos tipos de atención.

Primero hicimos un paseo por la senda verde que va desde el Parque al pantano de San Juan practicando la atención simple, dividida y dirigida e intercambiando en el cambio de tipo de atención. Ya en el Parque, presentaciones, contextos y algunas prácticas e intercambio.

Compartimos la comida y luego, con una pequeña introducción al Oficio Lúdico, hicimos algunos juegos, siempre en el interés de trabajar la atención.

Tras el intercambio y la síntesis conjunta, despedimos la jornada, que resultó muy grata a todos, con una experiencia con la Fuerza.

El próximo taller será el 19 de enero de 2019 y el tema, nuestro relax.