

ECOLOGÍA SENTIDA

MARTA FABREGAT

escuela
inter
nacional
DE FOCUSING



INTRODUCCIÓN

Ecología Sentida es un proceso de resonancia orgánica que existe en los seres vivos en contacto con el medio.

Focusing en su más profunda naturaleza es Ecología Sentida. Focusing y Ecología Sentida son sinónimos de una manera de vivir en relación, posibilitando el experimentar; como el arte creativo de significarnos como parte de un todo más grande que somos en el medio en el que vivimos y del que formamos parte en cada momento. Al estar en contacto como naturaleza, la relación nos ofrece un marco pedagógico en el que nos vinculamos desde la pertenencia, pudiéndonos realmente encontrar con ella en los términos de la naturaleza que también somos.

Aunque "ser naturaleza" es innato y nuestro derecho básico de nacimiento; a la vez nadie nos ha enseñado y/o hemos olvidado cómo es estar así con la naturaleza y los seres que la habitan. Sin expectativas, sin querer agarrar, conseguir, sin tratar de llegar a un objetivo determinado, sin querer curarnos lo que creemos que hemos de curar, sin hacer de las plantas (por ejemplo) un medio para un fin al que creemos que hemos de llegar, sin imponer un lenguaje unilateral.

Ecología Sentida: "sentir" la "ecología" que somos y a la que pertenecemos: es un camino pedagógico y filosófico de rehabilitarnos como seres naturaleza. Esta introducción a la Ecología Sentida, en seis sesiones de dos horas, es una exploración de la inteligencia o memoria orgánica que nos es inherente como seres vivos y sistemas vivos. Un espacio de posibilidad hacia la percepción profunda de nuestra propia biología. Y como desde la relación con el medio, y formando parte de él, nos adaptamos, evolucionamos y nos auto-organizamos en respuesta al entorno.

Contenido

- Biología de la percepción
- Ecología del ser sintiente
 - Interacción implícita
- Laboratorio corporal sentido
 - Habilidad creadora
 - Interser

Información del curso

Precio: **150€**

Plazas: **14**

Lugar: **Plataforma Zoom Escuela Internacional de Focusing**

Inscripciones: **escuelainternacionaldefocusing@gmail.com**

Fechas: **22, 29 de enero, 5,12, 19, 26 de febrero de 2025. De 18:30 a 20h**

Las plazas se otorgarán por orden de inscripción.

De solicitarse la factura, habrá de hacerse de forma anterior al abono.



“Ecología Sentida: ‘sentir’ la ‘ecología’ que somos y a la que pertenecemos: es un camino pedagógico y filosófico de rehabilitarnos como seres naturaleza”

Facilitadora: Marta Fabregat es Coordinadora y Mentora de Focusing desde TIFI (The International Focusing Institute) y BFA (British Focusing Association). Ofrece formación en español e inglés de todos los niveles formativos de Focusing; es fundadora del Programa de Focusing Ecología Sentida: exploraciones en la relación con la naturaleza a través de iniciaciones con plantas nativas y contemplación como seres vivos en la naturaleza; la naturaleza como compañera.

Marta es también una mujer de Medicina Herbal en las tradiciones Mediterránea, Celta y Navajo. El camino de la belleza. En sus inicios pedagógicos y educativos se formó como educadora de desarrollo comunitario, con un Master en paz y conflictos, mediación social e intercultural. Durante los años de vida formativa y crianza de sus hijos en el oeste de Irlanda se formó como entrenadora de comunicación no violenta, herbolera-(herbal medicine practitioner) al tiempo que educó y acompañó a sus hijos junto a su compañero en sus procesos educativos y de desarrollo familiar junto a otras familias, amigos y vecinos. Marta acompaña y apoya a proyectos de educación para la libertad y el respeto, así como a familias y comunidades que tienen en su deriva personal la visión de educar a los niños desde casa.

Marta es practicante Zen de la tradición Mente Ordinaria.