



TALLER

# *Resurgir a través del Perdón*

*Sin Cambios Morimos en la vida*



# *Resurgir a través del Perdón*

*Sin Cambios Morimos en la vida*

---

Te invitamos a este Taller único de 16 horas de duración, en el que vas a experimentar un proceso de aprendizaje profundo y cambio, llevarte la hoja de ruta paso a paso y las herramientas para diseñar tus propios procesos de perdón.

Paso a paso descubriremos las herramientas y métodos, para lograr el verdadero perdón que tu necesitas; lo vivirás y te darás cuenta que siempre es posible perdonar, si tú quieres.

## **OBJETIVO**

Integrar a tu diario vivir el arte y la técnica del verdadero perdón, con el Modelo GANA, sin arrastrar el dolor del pasado, poniendo en primer lugar tu bienestar, para renovar tu vida, tus relaciones y tu propio ser.

## **APRENDIZAJES**

1. Diferenciarás el perdón verdadero de los mitos y creencias limitantes, comprenderás que tus heridas de la vida puedes llevarlas como víctima o protagonista y como tus emociones afectan tus decisiones, tu actuar y felicidad
2. A través de ejercicios vivenciales individuales y grupales, venceremos nuestras defensas para tocar amorosamente nuestras emociones, liberarlas y ponerlas a nuestro servicio, ganando paz interior, bienestar y el deseo de renovar nuestra vida y nuestras relaciones
3. Con la guía de un experto practicarás con herramientas y dinámicas efectivas c/u de los pasos del camino del perdón y podrás avanzar hacia el perdón definitivo
4. Resurgirás con una conciencia despierta y una mente presente, para hacer los cambios que desees en tu interior y aquellos que son posibles en tu entorno.

# *Resurgir a través del Perdón*

*Sin Cambios Morimos en la vida*

---

## **CONTENIDO**

- ¿Realmente perdonamos?
- Acerca del verdadero perdón
- Mitos, creencias y obstáculos
- Heridas de la vida, en nuestras relaciones y autolesiones
- Reconocer las emociones
- El proceso de las 3 F'S (Clara León-Naum)
- Recurrir y recorrer el camino del perdón: Modelo GANA
- Víctima o Protagonista
- Resurgir es...
- Recordatorio diario del Perdón.

## **BENEFICIOS**

- Reconocerás la necesidad y el alcance del perdón en nuestras vidas
- Aprenderás a ponerte en primer lugar de importancia y verás el cambio en tu vida
- Te llevarás la hoja de ruta idónea para avanzar hacia la vida y las relaciones que deseas
- Superarás barreras emocionales y desafíos cognitivos satisfactoriamente
- Mejorarás tu salud física, mental, emocional y social
- Sentirás el cambio en tu interior y verás el resultado en tu vida y en tus relaciones.

## **DIRIGIDO A**

Personas que desean el perdón en sus vidas, como una forma de sanar y vivir con plenitud, bienestar y creando las condiciones internas para lograrlo