

# BIOENERGÉTICA

EL LENGUAJE DEL CUERPO  
¿Seguro que te conoces?

LA SALUD DEL CUERPO Y LA MENTE

Una manera diferente de conocerte.  
Vibra, Suéltate, Emociónate,  
Conecta con tu Energía Vital.

INTRODUCCIÓN A LA BIOENERGÉTICA  
Impartida por José Antonio López Villalba  
Psicólogo, Psicoterapeuta Bioenergético y Gestáltico

SÁBADOS, DE 10 A 12 DE LA MAÑANA  
JALVILLALBA@HOTMAIL.COM

## DESCRIPCIÓN DEL TALLER

En este encuentro te propongo que respires tu cuerpo, que te des una oportunidad para sentir cómo tus músculos pueden decir mucho de ti, de lo negado, lo reprimido, lo olvidado. Con la bioenergética podrás recuperar una energía vital que hasta ahora has necesitado para evitar lo doloroso que haya habido en tu vida.

Nuestro cuerpo es una transparencia de nuestra historia personal. Su forma, sus dimensiones, su estructura, es un conglomerado de genética y el relato de toda una vida. Nuestros músculos actúan frente al exterior para mantener el equilibrio interno, formando lo que llamamos una *coraza caracterológica*. Con la bioenergética -una serie de actuaciones posturales- pretendemos romper esta coraza. Liberadas las tensiones crónicas, podremos sentirnos más completos.

CUÁNDO: una mañana de sábado al mes (4 h)

DÓNDE: CENTRO DE TERAPIAS CREATIVAS  
Av. Leopoldo Calvo-Sotelo Bustelo 10, 3º E  
28224 Pozuelo de Alarcón

PRECIO: 40 € mensuales

INSCRIPCIONES: <http://centroterapiascreativas.es/cita-inscripcion>

EMAIL: [jalvillalba@hotmail.com](mailto:jalvillalba@hotmail.com)

