

RETIRO DE 7 DÍAS



Ayuno Express con Constelaciones

 del 5 al 8 de junio

 presencial en Mendoza

Ayuno y Descanso: Una Pausa para Reconectar

Este retiro de 4 días es una oportunidad para desconectarte de la rutina estresante y los hábitos tóxicos, permitiéndote experimentar una conexión profunda con tu verdadero Ser. Nos alejaremos de dispositivos electrónicos, celulares y otras distracciones para sumergirnos en la tranquilidad de la naturaleza. En este espacio, tendrás la oportunidad de explorar tus condicionamientos y creencias, liberándote de hábitos emocionales dañinos.

A través de este proceso, podrás integrar tu vulnerabilidad, enfrentando los miedos y las barreras creadas desde la supervivencia. **El objetivo es manifestar tu Ser auténtico, alineado con tu esencia y propósito divino.**



PROCESO
de Luz

Un Programa de Profunda Relajación y Silencio

Durante estos tres días, tendrás la oportunidad de relajarte profundamente y disfrutar del silencio, permitiendo que tu Ser se manifieste plenamente. Este retiro no es solo una pausa en tu rutina, sino también **una oportunidad para que tu cuerpo y mente se regeneren.**

Ayuno: una Pausa Metabólica y Espiritual

Desde el punto de vista fisiológico, **el ayuno representa una pausa metabólica.** En los procesos de digestión, nuestro cuerpo gasta una gran cantidad de energía. Al reducir la ingesta de alimentos, esa energía se puede redirigir hacia la regeneración y depuración del cuerpo. **Pero el ayuno va más allá de lo físico.**

En términos espirituales, **el ayuno facilita el trabajo introspectivo.** Con una mente más ligera, tendrás la capacidad de conectarte con las esferas más sutiles de tu Ser y descubrir quién eres verdaderamente. Es como pelar las capas de una cebolla: cada capa que se quita te acerca más a tu esencia, revelando el corazón de tu ser en su forma más pura y auténtica.

Durante el ayuno, las máscaras de la mente se desvanecen, permitiendo que el esplendor de tu Ser verdadero brille sin nada que ocultar.



Constelaciones Familiares

Cada persona integra el conjunto de seres humanos que se denomina “familia”, por lo cual formamos parte de una constelación de seres generando un sistema que tiende a adaptarse para evolucionar. Al conjunto de leyes naturales, familiares, sociales y espirituales que rigen el funcionamiento de los núcleos humanos es lo que Bert Hellinger llamó “Los Órdenes del Amor”.

¿Qué se trabaja en una Constelación Familiar?

El trabajo de Constelaciones Familiares es un método terapéutico fenomenológico que se aplica a nivel individual o grupal y que busca reestablecer “El orden del amor” en los sistemas humanos. A través de este método, se busca identificar los conflictos y los puntos nudales del sistema familiar, laboral o social que están dificultando el flujo organizado de la vida. Y a partir de allí, en la medida que el mismo sistema lo permita, se restaura el orden perdido desatando esos nudos y permitiendo un nuevo fluir en la vida de las personas comprometidas.

¿Qué puedo constelar?

Todo lo que no te permite vivir en plenitud o en sintonía con la fuerza de la Vida.

No podemos constelar por otros: cada persona es libre de vivir su propio destino y por difícil que nos resulte en determinados contextos, nos toca respetar su decisión. El único caso en que sí podemos constelar por otro es por los hijos, siempre que sean menores de edad.



Preparación para el Retiro

En los 3 días previos al retiro, es fundamental que prepares tu cuerpo ingiriendo **solo frutas y verduras frescas**.

Estructura del Retiro

- **Día 1: Bienvenida**

Te recibiremos con jugos frescos y frutas.

- **Día 2: Seco**

A la noche realizamos la Celebración del Agua

- **Día 3: Agua**

Tendremos taller de Constelaciones Familiares

- **Día 4: Jugos y frutas**

Trabajo mental y despedida



Cómo llegar

El retiro se llevará a cabo en La Gertrudis Casa de Campo. Ruta 40 frente al INTA. La Consulta, San Carlos, Mendoza.

Te compartimos las indicaciones de cómo llegar desde la Terminal de Ómnibus y desde el Aeropuerto:

[Cómo llegar desde la Terminal de Ómnibus](#)

[Cómo llegar desde el Aeropuerto](#)

También te compartimos el contacto de dos servicios de taxi:

- Micaela: +54 9 261 748-8864
- Carolina: +54 9 2622 65-3670

Formato del Retiro

Retiro presencial de 4 días

 Fecha: del 5 al 8 de junio

 Lugar: Mendoza

Para hacer consultas o inscribirte haz click en el botón de aquí abajo y podrás contactarnos por Whatsapp:

