



## EL ARTE DE SER

El Arte de Ser es un viaje en forma de 4 retiros para conectar con lo que tu alma desea alcanzar, desprendiéndote de todo aquello que te lastra en estos momentos de tu vida y dirigiéndote desde ya, a por eso que anhelas.



[www.mamakilla.cat](http://www.mamakilla.cat)

Can Gironès, 2 • 17865 Sta. Llogaia del Terri  
Tel. 616 336 769 • [info@mamakilla.cat](mailto:info@mamakilla.cat)



Cada retiro tendrá lugar durante un fin de semana en un lugar muy especial, en Mamakilla (<http://www.mamakilla.cat/ca/>), situado en Santa Llogaia de Terri (Girona). En ellos fluiremos con las estaciones, aprenderemos de los hermanos animales y de los hermanos árboles, de la Madre Tierra, del Padre Cielo y sus nubes, del Abuelito Fuego. Y sobre todo... aprenderás de ti y sobre ti.



## Tierra de Otoño

El inicio de este viaje será durante el reinado del maestro Otoño. Desde el viernes 10 hasta el domingo 12 de noviembre, viviremos en tribu los ropajes de esta estación. Aprenderemos sus mensajes, que nos hablan de soltar, de desprenderse de todo aquello que nos sobra, de todo aquello que nos duele, de las viejas heridas. Miraremos frente a frente a nuestros miedos, a nuestros sentimientos de culpa, sanando, limpiando. Y empezando así a tejer nuestro destino, igual que lo teje la sabia araña.

Para ello contactaremos con nuestros asuntos pendientes, buscaremos imágenes y recuerdos guardados en nuestro cuerpo, trabajaremos los sueños que aparezcan esas noches, pasearemos en silencio por la naturaleza y leeremos sus señales, llevaremos a cabo un ritual de limpieza y sanación y



[www.mamakilla.cat](http://www.mamakilla.cat)

Can Gironès, 2 • 17865 Sta. Llogaia del Terri  
Tel. 616 336 769 • [info@mamakilla.cat](mailto:info@mamakilla.cat)



crearemos un símbolo para recordarnos las semillas que queremos hacer crecer en los siguientes meses.

Cuando marchemos a casa el domingo, cada persona tendrá unas tareas, un trabajo que seguir realizando en casa. Durante los tres meses que transcurrirán hasta la llegada del siguiente encuentro de la tribu, nuestros encuentros serán a través de mail.



### **Agua de invierno**

En febrero nos reuniremos de nuevo junto al fuego y seguiremos nuestro camino. Será momento de aprovechar la quietud del frío invierno para conectar con nuestro deseo, para sentirlo, para tocar eso que nuestra alma desea, para empezar a darle forma a nuestro sueño. Será entonces cuando plantemos la semilla de nuestro deseo.

### **Aire de primavera**

En mayo será de nuevo la reunión de la tribu alrededor del fuego. Aprenderemos de la maestra primavera para hacer que nuestro deseo, nuestro sueño empiece a brotar.



[www.mamakilla.cat](http://www.mamakilla.cat)

Can Gironès, 2 • 17865 Sta. Llogaia del Terri  
Tel. 616 336 769 • [info@mamakilla.cat](mailto:info@mamakilla.cat)



## Fuego de verano

Y finalmente en verano, en pleno mes de agosto recogeremos los frutos de los sembrado, nos regocijaremos por ello, contemplaremos lo conseguido, quitaremos las hojas secas de lo sembrado y cosechado, limpiaremos la tierra para aquello que necesitará ser sembrado en los siguientes meses.

Si me lees y sientes la llamada, ESTE ES TU MOMENTO. ¿A qué esperas?  
¡¡Vamos!!



## SOBRE MÍ

Me llamo Paz Grau Arcís (Iwérama), y soy terapeuta gestalt y neuropsicóloga, con 20 años de experiencia en el acompañamiento a personas, familias y



grupos. Caminante y peregrina del Camino de Santiago y del Camino de la Vida. La Búsqueda (búsqueda de mí) me ha llevado durante los últimos diez años a un profundo viaje hacia mi interior, hacia dentro de la espiral. Hace ya un tiempo que inicié también el camino hacia fuera, el de entregar a

otras personas los frutos de lo aprendido. "El Arte de Ser" es uno de esos frutos.



[www.mamakilla.cat](http://www.mamakilla.cat)

Can Gironès, 2 • 17865 Sta. Llogaia del Terri  
Tel. 616 336 769 • [info@mamakilla.cat](mailto:info@mamakilla.cat)



## FECHAS Y HORARIOS

El retiro 'Tierra de Otoño' tendrá lugar del 10 al 12 de noviembre. Llegaremos el viernes a las 18:00 y marcharemos el domingo después de comer.

## PRECIOS

El coste total del retiro son 290 euros (150 del taller + 140 de la estancia y de las comidas) hasta el 2 de noviembre, y de 310 euros a partir de ese día.

## CÓMO INSCRIBIRTE

Para inscribirte o para cualquier duda que te surja, escríbenos a [espiraldelmar@gmail.com](mailto:espiraldelmar@gmail.com). También puedes llamarnos al 629 63 25 69 (si ves que no contesto, escíbeme un whatsapp y te llamaré lo antes posible). Te enviaremos toda la información que necesites para poder confirmar la inscripción.



[www.espiraldelmar.com](http://www.espiraldelmar.com)



[espiraldelmar@gmail.com](mailto:espiraldelmar@gmail.com)



629 63 25 69



[www.mamakilla.cat](http://www.mamakilla.cat)

Can Gironès, 2 • 17865 Sta. Llogaia del Terri  
Tel. 616 336 769 • [info@mamakilla.cat](mailto:info@mamakilla.cat)