

qigong en montserrat

montaña sagrada, bosque de encinas

Qigong en Montserrat, montaña sagrada, capricho de la naturaleza. La realidad supera la imaginación, sus formas mágicas esconden profundos misterios. Así es, un lugar increíble para vivenciar, la fusión de la energía telúrica y cósmica y absorber la energía de los hermanos árboles. Para SER uno y TODO.



fusión con la energía telúrica y cósmica

En primer lugar, tomaremos el trenecito cremallera en la estación del santuario para llegar hasta la estación superior en el Pla de les Tarantules a 970m de altura.

Al cabo de 35 minutos de caminata por el sendero que atraviesa desfiladeros y rodea el monolito Gorra Frigia alcanzaremos el mirador con vistas aéreas al Bruc y Collbató. Aprendizaje y práctica de dos ejercicios de qigong para entrar en resonancia con la energía telúrica de la montaña de Montserrat y la energía cósmica.

intercambio energético

Tras caminar 35 minutos por un sendero entre encinares y macizos de roca se llega a la Ermita de Sant Jeroni, custodiada por algunos ejemplares de encinas longevas. Aprendizaje y práctica del ejercicio de intercambio energético con la encina para armonizar la energía del hígado y vesícula biliar.

La encina, de apariencia humilde y tosca, ha sido fiel habitante de la montaña de Montserrat. Los monjes taoístas de la montaña de Huashan realizan trabajos energéticos con una especie de la familia Quercus muy parecida a la encina para armonizar la energía expansiva del organismo denominada "madera". De hecho, el qigong con este árbol aporta fortaleza física y restaura el equilibrio emocional. Así mismo, en la tradición occidental la encina es símbolo de sabiduría. Porque es un catalizador de las energías telúricas y cósmicas y conjuga la fuerza de la tierra con el poder del cielo. Por esta razón, es un árbol protector, nos abraza con sus ramas robustas y siempre verdes.

Solo 30 minutos más de caminata para alcanzar la Cumbre de Sant Jeroni (1236m), contemplación panorámica, fusión con la vastedad del cosmos para ser Uno y Todo. En la cara norte se aprecian las cumbres de los Pirineos catalanes y franceses. Hacia el poniente los Pirineos aragoneses y las tierras de Lleida. Mirando al Sur las comarcas de Tarragona y el mar. Y en el sol naciente las comarcas de Barcelona. Y finalmente, el cielo. Triunicidad: ser humano, tierra y cielo.

baño de bosque de encinas

Comienzo del descenso, caminando tranquilo y siguiendo el sendero que serpentea para impregnarse de la atmosfera del encinar montañés con un sotobosque frondoso de boj y durillo.

Así es, la energía de la naturaleza impregna el organismo a través de la percepción sensorial. El paseo en el bosque de encinas aporta autoestima y voluntad.

Regreso a la estación del Pla de les Tarantules para retomar el tren cremallera que nos conducirá al valle.

☐ Opcional: picnic o comida en el restaurante, visita santuario.

☐☐☐☐ Dirigido a todas las personas, no es necesaria experiencia previa

☐☐ Conduce la actividad: **Núria Leonelli i Sellés**, apasionada por la energía en estado puro de la naturaleza

☐ Visualiza algunas fotos de la edición anterior pinchando **aquí**

Datos del curso

Fecha y horario: sábado, 22 Mayo 2021

De 09:30 a 13:30 horas.

Lugar de encuentro: Funicular de Sant Joan, estación Santuario de Montserrat. Coordenadas Google Maps: pincha aquí

Nota importante: El Instituto Qigong Barcelona no organiza ni se responsabiliza del transporte hasta el lugar de la actividad.

Llevar ropa de abrigo y calzado adecuado

Cuota participación: 30€ (no incluye el ticket de ida y vuelta en tren cremallera)

Reserva plaza sin compromiso, completando el formulario de preinscripción.

Completar preinscripción

Tu nombre (requerido) Deja este campo en blanco, por favor.

Apellidos (requerido)

DNI o Nie (requerido)

Fecha de nacimiento (requerido)

Población (requerido)

Email (requerido)

☐ He leído y acepto las condiciones legales y política de privacidad

Enviar

CD Instituto Qigong con cif G-55095509, tiene la finalidad de gestionar tu consulta a través de la página web y mantenerte informado sobre nuestras actividades qigong. Al aceptar consientes el tratamiento de tus datos para la finalidad indicada. Puedes ejercer tus derechos de acceso, rectificación, supresión, portabilidad, limitación y oposición a través del correo electrónico: info@institutoqigong.com