



El camino del corazón

Lidia Luna

Narrativas y otras lunas

narrativasyotraslunas.com

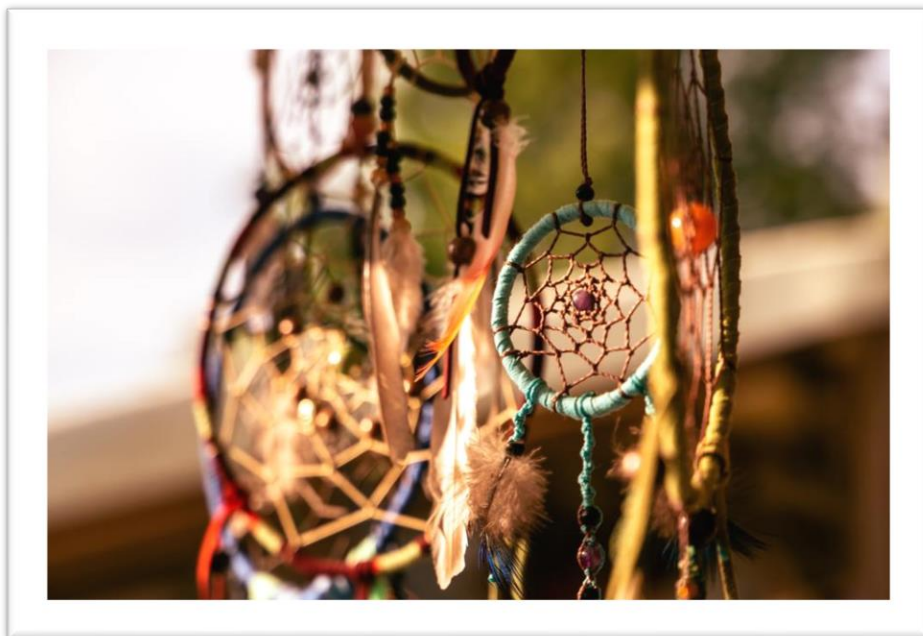
Abril 2023

RECORDAR: Del latín *re-cordis*, volver a pasar por el corazón.

Eduardo Galeano, El libro de los abrazos

“Solo puedes conocer la profundidad del amor si navegas a su raíz: a tu corazón profundo”

Paloma Todd



El camino del corazón es un recorrido de (auto)conocimiento y (auto)cuidado mediante la revisión de las narrativas dominantes y la creación de narrativas alternativas en torno a la relación que tenemos con nosotras y nosotros mismos, con otras personas y con el mundo que habitamos. En concreto:

- Nuestra relación con las historias que nos han contado y nos siguen contando sobre el mundo; sobre los diferentes aspectos y etapas de la existencia.
- Nuestra verdadera forma de entendernos y entender el mundo; el modo en que queremos estar en él.
- El conocimiento de la ciclicidad y *el tiempo en espiral*.
- La sabiduría de los mitos y leyendas; de las narraciones que nos han acompañado a lo largo de la historia de la humanidad.

Te ayudará a profundizar e integrar aspectos que a veces se consideran opuestos o en conflicto:

- Los arquetipos *femenino* y *masculino*
- La mente y el corazón
- Lo corporal y lo espiritual
- La historia familiar y personal
- Las partes desconocidas, en sombra, de nosotras y nosotros mismos
- Nuestra relación con el poder
- Los vínculos con otras personas
- El vínculo con la tierra y otras formas de vida.

El camino del corazón es una guía, no un dogma. Está diseñado para que puedas revisar y actualizar tu mapa de creencias y significados para crear, a partir de él, relatos propios que te ayuden a relacionarte de una forma más coherente y amable contigo, con otras personas, con la naturaleza. Nombrar lo que te sucede para poder manejarlo, atravesarlo, transformarlo. Los principales recursos que utilizaremos son:

- La escritura personal
- La conexión con nuestra imaginación, memoria, creatividad
- El enfoque narrativo de la experiencia
- La consciencia corporal y las técnicas de atención plena que nos ayudan a estar en el presente, no para huir de él sino para poder habitarlo; conocer y atravesar las emociones difíciles
- El ciclo sinódico de Venus y su correlación con el mito sumerio de Inanna.

Este recorrido incluye una perspectiva ecofeminista y psicosocial. Está basado en mi experiencia personal y profesional; para conocerla mejor puedes visitar la [página sobre mí](#) y el manifiesto de *Narrativas y otras lunas*. En él trato de integrar, también, una parte de toda la sabiduría que durante los últimos años ha compartido [Paloma Todd](#). En este audio ([si no puedes escucharlo aquí ve a la web](#)) [encontrarás información detallada sobre la próxima convocatoria](#).

El camino del corazón 2023-2024

El próximo recorrido comienza el 21 de septiembre de 2023; encontrarás la información a continuación. También puedes conocerlo un poco mejor aquí y decidir si quieres matricularte para disfrutar y compartir la preparación del viaje. Si tienes cualquier duda, pregúntame. Para acceder, por favor, regístrate con tu correo electrónico en el botón "vista previa gratuita" y encontrarás toda la información que comparto también aquí: contenidos, calendario y modalidades de inscripción.

¿Qué incluye?

- 16 entregas mensuales en formato audio y, cuando sea oportuno, materiales adicionales: archivos en pdf, enlaces y textos externos.
- La suscripción al ciclo completo incluye acceso al taller *El corazón de la memoria*, (para revisar la relación con nuestras ancestas y ancestros desde el presente).
- Acceso a un aula virtual donde podrás consultar los materiales y preguntarme cualquier duda sobre ellos.
- Acceso a un encuentro online (cuya periodicidad será, al menos, trimestral) para compartir dudas, dificultades y hallazgos conmigo y con otras personas que están recorriendo este camino.

No incluye:

- Tutorización o acompañamiento individual. El curso está diseñado para que lo recorras por tu cuenta, pero nos acompañamos en la preparación y en los encuentros trimestrales. Información completa aquí.

El camino del corazón comienza el 21 de septiembre de 2023; atravesamos el primer portal el 22 de octubre, y completaremos un recorrido de 18 meses. Puedes desembarcar a mitad de camino si quieres, aunque el compromiso inicial es por el ciclo completo. Si llegas aquí por primera vez, puedes acceder para participar en la preparación del viaje y decidir si éste es tu lugar antes de que comencemos viaje el 21 de septiembre.

El valor de la inscripción es de 22€ mensuales que puedes pagar de la siguiente manera:

- 22€ mensuales, con un compromiso mínimo de un trimestre por valor de 66€ que abonas en el momento de la matrícula. Después puedes elegir el pago mensual de 22€ a partir de enero de 2024, o seguir con otros cinco pagos trimestrales. Es decir: abonas 66€ en el momento de la matrícula, y no pagas nada más hasta enero de 2024. Si sientes que este no es tu lugar, puedes desembarcar antes de que comencemos el 21 de septiembre.
- **130€ semestrales** (por un total de 3 trimestres); primer pago en el momento de la inscripción.
- **390€** por el recorrido completo en el momento de la inscripción o en dos pagos mensuales de 197€ cada uno. Incluye acceso al curso El corazón de la memoria (PVP 67€). Si estás en otro curso o taller conmigo, tienes un descuento en esta modalidad; por favor, escíbeme para pedírmelo.

Para completar tu matrícula, puedes hacer el pago por la cantidad elegida en cada uno de los enlaces. En ellos encontrarás, también, la opción de pago por bizum que, si ya nos conocemos, puedes hacer directamente y avisarme después. Si tienes dudas, pregúntame :-)



Estaré acompañando los primeros pasos hasta mediados de octubre; después sigues el recorrido por tu cuenta, con mi apoyo para cualquier duda en el aula y en los encuentros mensuales. Si hay suficientes personas inscritas (¡espero que sí!) tendrás acceso, además, a un grupo de Telegram no moderado por mí, para compartir camino con otras personas que también lo están recorriendo.

Puedes formalizar la matrícula hasta el 15 de octubre; pero si te sumas antes, tendrás más tiempo para prepararte y acceso a contenido extra (además de mi acompañamiento en el grupo de Telegram hasta esa fecha) sin ningún coste añadido.

El contenido extra estará disponible en este mismo espacio a partir del 7 de mayo para las personas que vayan formalizando la matrícula.

¿Qué vas a encontrar en esta preparación del viaje?

1. Un audio de introducción al camino del corazón y el ciclo sinódico de Venus
2. Una primera propuesta de escritura
3. Principios de *alquimia lunar* (ciclar con la luna)
4. El camino de Innana
5. El camino de los chakras
6. El camino del corazón
7. El fuego de Leo
8. Escuchar al cuerpo.

Además, del 21 de mayo al 12 de julio tendrás acceso a un grupo de Telegram en el que estaré acompañando la preparación del viaje. Después el grupo seguirá abierto para que puedas compartir con otras personas que también lo están recorriendo conmigo, pero yo no formaré parte de él. El soporte que te ofrezco estará disponible en otros espacios grupales como los encuentros en zoom y en las sesiones individuales que podrás reservar como complemento, si así lo sientes.

Los tres últimos puntos estarán disponibles de forma progresiva a partir de 7 de mayo de 2023. En ellos te ofreceré un resumen de los tres ciclos con los que nos sincronizamos al recorrer este camino, y algunas propuestas para que empieces a reflexionar y sentir qué traen para ti en este momento, o cómo estás en relación a ellos.

Recuerda que si tienes cualquier duda antes de comenzar, estoy al otro lado: puedes escribir tus preguntas en el espacio de la preparación o escribirme a contacto@narrativasyotraslunas.com. ¡Muchas gracias por tu interés! Nos vemos dentro.