

The background of the poster features a scenic landscape of rolling hills and mountains under a warm, golden sunset. A lone figure stands on a rock in the foreground, looking out over the terrain.

ESCUELA DE CRECIMIENTO

PROGRAMA 8 SEMANAS

MÁS ALLÁ DE LA HERIDA

Herramientas prácticas para
transformar el sufrimiento desde
una perspectiva transpersonal

INICIO / LUNES 23 DE FEBRERO

Todos, en mayor o menor medida, hemos sentido el peso de experiencias pasadas que nos han marcado profundamente. Las heridas emocionales no solo condicionan nuestra autopercepción y nuestras relaciones, sino que también influyen en la manera en que nos abrimos y nos desplegamos en la vida.

Estas heridas se convierten en barreras que limitan nuestra plenitud, por lo que profundizar en ellas para comprender su origen y desprogramar las pautas inconscientes que nos mantienen anclados en el sufrimiento es fundamental para desplegarnos en la vida con menores dosis de exageraciones, contradicciones y conflictos.

Pero, la sanación de la herida solo representa una parte del proceso, una de las dos caras de la moneda.

En la otra cara encontramos la puerta de entrada a nuestro mayor crecimiento y desarrollo personal. **Cada herida emocional guarda un tesoro escondido,** un don que espera ser revelado. A medida que te adentres en este camino, aprenderás a reconocer y activar estos dones, transformando las cicatrices en fuentes de fortaleza y sabiduría.

**“LA HERIDA ES EL LUGAR
POR DONDE LA LUZ ENTRA EN TI.”**

RUMI

Este programa es un viaje de descubrimiento y autoconocimiento en el que, más allá de sanar, descubrirás el enorme potencial que habita en ti.



A lo largo de 8 semanas, viviremos un profundo proceso de transformación personal, combinando teoría, práctica y experiencias vivenciales para que puedas reescribir tu historia emocional y abrazar tu verdadero potencial. Este programa es una oportunidad para convertir tus heridas en fortalezas, para descubrir el regalo oculto en cada una de ellas y caminar hacia una vida más plena, libre y consciente.

Objetivos

- + Comprender el **origen y el impacto** de las heridas emocionales en tu vida cotidiana.
- + Identificar cómo cada herida ha contribuido a **configurar tus patrones** de pensamiento, emocionales, conductuales y corporales.
- + Integrar una visión más **consciente y compasiva** sobre ti mismo y tus relaciones.
- + Aplicar herramientas de desarrollo basadas en **enfoques transpersonales** y psicocorporales.
- + Desarrollar nuevas estrategias para transformar la herida en una **fuente de crecimiento personal y evolutivo**.

A quién va dirigido

Este programa está diseñado para todas aquellas personas que sienten el **llamado a ir más allá del sufrimiento y conectar con su verdadera esencia**. No se trata solo de sanar el pasado, sino de recordar quién eres cuando no estás condicionado por tus heridas. Está especialmente indicado para:

- + **Personas en proceso de crecimiento personal** que desean comprender el origen profundo de sus bloqueos emocionales para transformarlos en fuerza y conciencia.

- + Terapeutas, coaches, acompañantes y profesionales del ámbito de la ayuda que deseen incorporar una mirada transpersonal a su ofrecimiento profesional y a su propio camino de autoconocimiento.
- + Personas que han hecho ya procesos terapéuticos previos y desean dar un paso más profundo hacia la integración, la coherencia y la libertad interior.

Programa pedagógico:

Bloque 1: Fundamentos del trabajo con las heridas (Semana 1 y 2)

En este bloque nos adentramos en el contexto y los principios que van a regir nuestro enfoque de trabajo.

Nos centraremos en **las bases del enfoque transpersonal** aplicado a las heridas emocionales y comprenderemos tanto su origen biográfico como las señales que nos sirven para reconocer su manifestación adulta. Incluiremos **prácticas y ejercicios** de autoindagación para reconocer la herida principal y su expresión en los diferentes ámbitos de la vida.

Bloque 2: Recorriendo las 5 heridas emocionales (Semanas 3 a 7):

En este bloque nos adentramos en conocer en detalle cada una de las heridas, incluyendo **aspectos biográficos, emocionales, mentales y corporales** de cada una. Profundizaremos en las características de cada una de ellas, incluyendo:

- + Origen y dinámica
- + Máscaras y mecanismos de defensa
- + Miedos nucleares y estrategias de afrontamiento
- + Creencias, emociones, características corporales y aspectos energéticos
- + Claves para avanzar en el proceso a través de los vínculos
- + Dones y potenciales ocultos
- + Propuestas de trabajo cognitivo, corporal, emocional y simbólico

Ofreceremos propuestas de acción consciente para transferir a la vida cotidiana así como enfoques para cultivar los dones y cualidades inherentes a cada una de las heridas.

Bloque 3: Integración y plan de vida consciente

En ese bloque repasaremos los aprendizajes y avances personales. Propondremos prácticas para **sostener la transformación en la vida diaria** a modo de plan de acción para el crecimiento continuo.

- + Revisar el proceso personal transitado y reconocer los principales aprendizajes
- + Identificar los dones y recursos que han emergido del trabajo con cada herida
- + Elaborar un mapa de integración personal
- + Diseñar estrategias para sostener la expansión y la conciencia en la vida diaria
- + Ritualizar el cierre del proceso a través de una experiencia simbólica



DETALLE DEL PROGRAMA POR SEMANAS

- + **Semana 1.-** Bases del enfoque transpersonal aplicado a las heridas emocionales
- + **Semana 2.-** Origen y dinámica biográfica de las heridas en la infancia
- + **Semana 3.-** La herida de rechazo: de la evitación a la presencia
- + **Semana 4.-** La herida de abandono: de la carencia al vínculo interno
- + **Semana 5.-** La herida de humillación: reconquistar el placer de existir
- + **Semana 6.-** La herida de traición: la alquimia del poder y la vulnerabilidad
- + **Semana 7.-** La herida de injusticia: la libertad de ser auténticos
- + **Semana 8.-** Integración y plan de vida consciente

Características del curso

- + **Duración:** 8 semanas. Desde el 10 de Noviembre al 29 de Diciembre de 2025.
- + **Formato:** 100% online, con sesiones en vivo, contenido grabado, material descargable y foros para dudas y consultas.
- + **Metodología:** Enfoque experiencial combinando teoría, práctica y propuestas de autoindagación.
- + **Clases en directo:** los lunes a de 19:00 a 21:30h (*horario de Madrid*). Todas la clases quedan grabadas y son accesibles de por vida desde nuestra plataforma.
- + **Dojo online:** a lo largo de la duración del curso tendrás acceso libre a nuestras clases de meditación y yoga.

Facilita



Laureano Jiménez Arenas:

- + Cofundador de Escuela de Crecimiento S.L.
- + Terapeuta Transpersonal
- + Máster en Psicoterapia Corporal Energética
- + Máster en Coaching Integral
- + Especialista en Terapia de Pareja

Duración y Fechas

Duración	Inicio	Final de la formación
8 SEMANAS	23 de febrero de 2026	13 de abril de 2026

Fechas de encuentros online:

19.00 a 21.30 h (hora España Peninsular)

- + Lunes 23 de febrero
- + Lunes 2 de marzo
- + Lunes 9 de marzo
- + Lunes 16 de marzo
- + Lunes 23 de marzo
- + Lunes 30 de marzo
- + Lunes 6 de abril
- + Lunes 13 de abril

INVERSIÓN

Importe total: 222€

Contacto para información e inscripciones



info@escueladecrecimiento.com



+34 680998344



ESCUELA DE CRECIMIENTO

DE LO PERSONAL A LO TRANSPERSONAL

Sigamos conectados

 @escueladecrecimiento

 /escueladecrecimiento

 www.escueladecrecimiento.com