



Aula Interior *OnLine*

CURSO ONLINE de 9 meses de duración

PRECIO:

40 € al mes, para personas de la Unión Europea

40 U\$D al mes, para personas de fuera de la unión europea

Nadie será excluido por motivos económicos: Hay becas para quien las necesite.

HORARIO EN DIRECTO: Los lunes lectivos, de 21:00 a 22:00 h.(hora España).

Enviamos la clase grabada a quienes no pudieran asistir en directo.

Con material de apoyo, vía mail, cada miércoles y viernes lectivo.

INICIO: Lunes 16 de octubre de 2017

LUGAR: Cualquier lugar del mundo en el que tengas conexión a internet.

1

Propósito del curso

Aula Interior es un curso de autoconocimiento para transformar nuestra vida personal y profesional.

Su propósito es llegar a vivir con total felicidad y plenitud.

Aula Interior es un curso para las personas que ya han decidido dejar de sufrir y quieren conquistar una felicidad y una paz inalterables. Es un curso potente y lleno de contenidos y conocimientos útiles que multiplican nuestras capacidades y nos hacen vivir felices en el aquí y en el ahora.

Se trata de un curso práctico, en el que enseño las herramientas que he aprendido, en gran parte, de tres grandes maestros, Antonio Blay Fontcuberta (1924-1985), Anthony de Mello (1931-1987) y Gerardo Schmedling Torres (1946-2004). Sin embargo, no repito lo que ellos enseñaron, sino que describo y transmito lo que vivo y he integrado.

Ahora, por fin, está online para llegar a cualquier persona interesada al margen de dónde viva o qué horarios tenga.



2

Estructura del curso

Una advertencia importante: Aula Interior es un curso, no una terapia.

Quiero remarcar que Aula Interior es un curso y que, por lo tanto, transmite herramientas útiles para transformar tu vida. Pero no es una terapia. La diferencia es fácil de entender: te damos las herramientas para que tú las apliques en tu vida y la transformes. Yo no hago el trabajo, lo haces tú. De este modo no dependes de mí, pues ya sabes cómo resolver los temas. Es como si, en lugar de llamar a un electricista para que te arregle un enchufe eléctrico, te enseñamos a arreglarlo: siempre podrás hacerlo.

Pues bien, la **estructura del curso** es la siguiente:

Todos los lunes lectivos: vídeo-clase en directo a las 21 horas de España.

Generalmente, la clase tendrá una duración de unos 45 minutos aproximados, pero se sugiere reservar hasta las 22.05 para poder realizar algún ejercicio práctico o tomar notas tras acabar la clase. Durante la clase en directo hay un chat abierto para interactuar y plantear dudas sobre lo explicado.

Todos los miércoles lectivos: se recibe un resumen escrito de la lección del lunes.

Todos los viernes lectivos: se recibe un boletín que contiene todas las dudas que cualquier alumno/a haya planteado sobre el contenido del curso. Las dudas se responden sin poner datos personales de las personas que las hacen (cambiamos cualquier cosa que pudiera identificarlas), de manera que hay confidencialidad, pero así las preguntas de una persona son útiles a todo el grupo de Aula Interior. A veces se añaden otros materiales de ampliación que son optativos pues bastaría con seguir atentamente las clases de los lunes (sin hacer absolutamente nada más) para adquirir el 80% de lo que se enseña.

¿Cuál es la intención de que diversos aspectos del curso te lleguen lunes, miércoles y viernes?

Pues es muy sencillo: así los contenidos están siempre presentes en tu día a día y van calando suavemente en ti. De este modo, tu transformación se va haciendo de forma gradual y suave, casi sin darte cuenta porque el curso y sus contenidos siempre están presentes en tu día a día y te ayudan continuamente con su presencia hasta que se convierten en tu segunda piel.

3

Pedagógicamente, los contenidos del curso se estructuran en formatos distintos con intenciones diferentes:

- 1.-** Aportación de conocimientos para romper las ideas que nos hacen sufrir.
- 2.-** Sugerencia de acciones para comprobar en la propia vida de lo explicado.
- 3.-** Ejercicios específicos para integrar los conocimientos explicados para que no solo los entendamos mentalmente, sino también con el corazón.
- 4.-** Propuesta de ejercicios a realizar a lo largo de la semana para integrar lo explicado y entendido en la sesión online.

Quiero remarcar tres cosas:

La primera: la asistencia en directo a las sesiones del curso son importantes, pero siempre se enviará la sesión grabada después, por lo que podrás ver la sesión en cualquier momento de la semana. No sufras si el lunes lo tienes ocupado o si no puedes asistir en directo a alguna clase: te enviaremos el vídeo de la grabación.

La segunda: aunque durante la sesión online se puede plantear dudas sobre lo que se está explicando, y te animo a hacerlo, tendrás a tu disposición un correo electrónico al que enviar todas tus dudas por escrito que te devolveré respondidas una vez a la semana junto con otras preguntas que más personas hayan realizado.

La tercera: aunque en las sesiones puedes plantear todas las preguntas y dudas que quieras sobre el tema que abordemos, no es imprescindible escribir, ni desnudar los propios problemas con el resto del grupo. Es un curso, no una terapia. Es un espacio de estudio, un espacio de comprensión para aplicar lo aprendido a la propia vida. Quien quiere, escribe y pregunta y, quien no quiere, no lo hace. Y hacerlo o no, no disminuye el aprovechamiento del curso.

Lo que se estudia en Aula Interior

El curso aborda **tres grandes bloques** de contenidos.

PRIMER BLOQUE: Autoconocimiento y equilibrar la personalidad.

Octubre: visión global del curso, cómo estar aquí y ahora.



4

Noviembre, diciembre y enero: autoobservación a partir de una serie de técnicas concretas. Se producen algunos cambios en la propia vida, puesto que la autoobservación rompe la mecanicidad. Concretamente, en **noviembre** abordamos lo que, en psicología transpersonal, puede denominarse como Yo-idea, en **diciembre** observamos el Yo-ideal, en **enero** vemos la relación entre ambos y las principales ideas sociales erróneas que nos hacen sufrir.

Febrero: propuestas concretas para equilibrar nuestra personalidad a partir de lo observado.

SEGUNDO BLOQUE: Limpieza de nuestro inconsciente y potenciación del centro energético, emocional e intelectual.

Marzo: liberarse de la rabia, el odio, la energía retenida en el inconsciente. Reconciliarse con la energía como capacidad creativa y positiva.

Abril: liberarse del amor como sentimiento, como vínculo de dependencia. Reconciliarse con el amor como el apoyo a uno/a mismo/a y a los demás buscando su/nuestro máximo bien.

Mayo: liberarse de las creencias sociales invisibles que son falsas y reconciliarse con la capacidad de pensar de forma voluntaria, positiva y sostenida; ser los amos/as de nuestra propia mente.

Al acabar los dos bloques anteriores habremos iniciado el reequilibrio de nuestra personalidad y podremos ver cambios importantes en nuestra vida personal y profesional. Veremos una transformación profunda y, a la vez, sutil. No podremos volver a creer en los errores sociales que nos hacían sufrir: nuestra visión ya será otra, igual como las personas que ya saben leer no pueden mirar las palabras sin leerlas.

TERCER Y ÚLTIMO BLOQUE: Conectarnos con la totalidad de la vida, despertar a una espiritualidad laica que puede vivirse desde cualquier religión o desde el agnosticismo o el ateísmo.

Junio: cuatro sesiones para entender lo espiritual como el camino de encuentro profundo con uno/a mismo/a y vivirse como parte de la realidad, de la totalidad. No estamos separados del mundo, sino que estamos en él y somos uno con la realidad. Entender la mirada de los místicos y encarnar una perspectiva que nos lleve a cambio



5

radical en nuestra relación con el mundo. Sin el trabajo anterior, es imposible construir una espiritualidad enraizada de forma sólida. Por eso esta sesión se aborda al final del curso. Descubrir realmente quien soy y vivir desde esa realidad última.

Todo lo que se estudia en el curso es altamente útil y práctico, pero a la vez tiene una base teórica muy sólida en la filosofía perenne, en la psicología transpersonal y en una serie de conocimientos que, a menudo se abordan en diferentes másteres universitarios, carreras y doctorandos; así como en empresas punteras, como Google. Sin embargo, el enfoque que realizo es **totalmente práctico y comprensible por cualquier persona adulta, al margen de la formación académica que tenga.**

Una de mis capacidades es **hacer asequible lo complejo** de forma sencilla, pero sin quitarle ni un ápice de su profundidad. Además, consigo que los conocimientos teóricos que se abordan en numerosos espacios sean realmente prácticos y útiles, de forma que no solamente se trata de una formación intelectual, sino de un verdadero aprendizaje que transforma la propia vida.

Precio y lugar donde se imparte el curso

El curso tiene un coste de 40 € para las personas residentes en la Unión Europea y de 40 USD mensuales para las personas residentes fuera de la Unión Europea e incluye tanto las clases online en directo (y sus grabaciones correspondientes), como todo el apoyo y los materiales entre sesiones.

Sin embargo, Aula Interior está al alcance de todo el mundo y no se excluye a nadie por motivos económicos. Si alguna persona tiene dificultades económicas puede también hacer el curso: el dinero no será obstáculo. Si alguien tiene problemas económicos, se le pide que se comprometa a hacer un pago mensual en función a sus capacidades económicas y que nunca sea inferior a 10 euros o dólares al mes. Por lo tanto, el curso se adapta a las posibilidades monetarias de todas las personas que quieran hacerlo y nunca se rechaza a nadie por motivos económicos.

Nos basamos en la confianza. Pide beca si la necesitas. No la pidas si no la necesitas. Si tu situación económica vuelve a ser razonable a lo largo del curso, pide que te normalicen la cuota. Si tu situación económica empeora durante el curso, pide que te den beca en cualquier momento. ¿De acuerdo? Nosotros confiamos en ti.

Por otra parte, si resides en España te pasaremos un recibo mensual en tu cuenta bancaria, así será más fácil para ti y para nosotros. Si vives fuera de España te rogamos que automatices los pagos a través de PayPal, así todo será fácil. ¿Te parece?

6

Garantías del curso Aula Interior

Mi intención es ofrecerte el mejor curso posible y por ello creo imprescindible explicitarte cuáles son las garantías del curso Aula Interior. De este modo tendrás mucha más tranquilidad en cursarlo y, a la vez, podrás implicarte de forma mucho más consciente. Las garantías a las que me refiero son:

- ✓ En Aula Interior **solamente hablo de lo que vivo en primera persona**. No me limito a explicar teorías que he leído, por más bellas e interesantes que sean, sino que explico únicamente lo que yo he integrado en mi propia vida. Por lo tanto, no explico sino que describo lo que vivo. Esta diferencia es fundamental, puesto que puedo responder cualquier pregunta sobre lo que explico (ya que lo vivo en primera persona) y, en segundo lugar, al ser escuchado resuena de una forma muy diferente en quien escucha, puesto que no es teoría, sino vivencia real que remueve la experiencia de las personas presentes. **No explico libros ni teorías, describo lo que vivo.**
- ✓ El curso se paga por mensualidades. Si no satisface tus necesidades, puedes dejar el curso cuando quieras. Solamente te pido que lo avises por mail a la persona que gestiona los recibos del curso. Si cobrara todo el curso por adelantado (o en dos o tres cuotas), sería más difícil dejarlo. Pero como **el curso se abona mensualmente, siempre eres libre de dejarlo si no te es útil.**
- ✓ Como explico lo que vamos a aprender cada mes, eso te ayuda a verificar que sí estamos avanzando en el camino descrito. De este modo, tú ya sabes desde el principio lo que se va a abordar en el curso y cómo va a hacerse. El **exponer los contenidos con antelación es una garantía importante para ti: si no se cumple, puedes dejar el curso.**
- ✓ Procuro **no generar dependencia entre nosotros**. Cuando termines el curso, te pediré que no lo repitas (de hecho está prohibido repetirlo dos años seguidos aunque, de los centenares de alumnos/as que he tenido, una media docena sí lo han repetido pero nunca dos años consecutivos).
- ✓ Tras acabar el curso, propongo un trabajo de profundización que se realiza entre los exalumnos/as de modo gratuito y, a la vez, un par de veces al año realizo encuentros de exalumnos/as para profundizar en los contenidos y lo hago **de forma totalmente libre y gratuita**. Esto es otra **garantía de acompañamiento y de no dependencia económica.**

7

¿Cómo inscribirse?

En <http://aulainterior.danielgabarro.com/aula-interior-curso-autoconocimiento-online> podrás inscribirte en el curso.

El equipo

Aunque yo, Daniel Gabarró, imparto el curso, tengo un equipo de personas que me ayudan y lo hacen posible.

Marta es la persona que lleva los temas administrativos del curso, así como quien redacta los resúmenes de las clases que imparto y te los hace llegar. También está presente durante las clases online y te dará apoyo, a través del chat, si tienes alguna dificultad técnica.

Lurdes apoya a Marta en temas administrativos cuando lo necesita: ¡a veces hay puntas de trabajo!

Elisabet, lleva el tema contable y te recordará los pagos mensuales si resides fuera del estado español (lo óptimo sería automatizarlo a través de PayPal o similar: sería más fácil para ti y para nosotros) o te enviará los recibos si resides en España.

Jorge y Álvaro se encargan que toda la tecnología funcione como un reloj: ¡las cosas técnicas son muy traidoras y hay que estar al caso!

Ya ves: todo un equipo de personas para que puedas aprender fácilmente. ¡Son un gran equipo!

8

Finalmente, aunque te agradeceré que hagas difusión de este curso online, también quiero remarcar que solamente lo aconsejes a personas que tengan interés.

Evita ir persiguiendo a tus amistades con intención de salvarlas. Si el curso te parece interesante, cuélgalo en twitter, facebook o envía un mail a tus amistades, pero no los presiones: a veces querer salvar a los demás es para olvidar que somos nosotros/as a quienes nos conviene hacer el trabajo.

Y ahora ya solamente me queda desearte lo mejor y decirte que estoy aquí para lo que necesites.

Un fuerte abrazo,



Daniel Gabarró

Sherpa Espiritual

www.danielgabarro.es

www.aulainterior.es

info@danielgabarro.com