



# Centro Mandala

## El camino del artista



Un curso para superar los obstáculos que nos separan de nuestro ser creativo. Basado en el método de Julia Cameron.

El camino del artista es un curso sobre el principio básico de que la expresión creativa es un elemento natural de la vida. El método de Julia Cameron ayuda a recuperar la creatividad superando distintos bloqueos: limitaciones, auto-sabotaje, celos, adicciones y otras fuerzas inhibitorias.

Este curso va dirigido a aquellos que sienten una inquietud interna por descubrir su verdadero canal creativo, o que lo descubrieron y lo dejaron en el camino, pese a las sensaciones de plenitud que les reportaban..... a aquellos que quieran iniciar un viaje al centro del ser y descubrir el maravilloso potencial creativo de su niño interior.

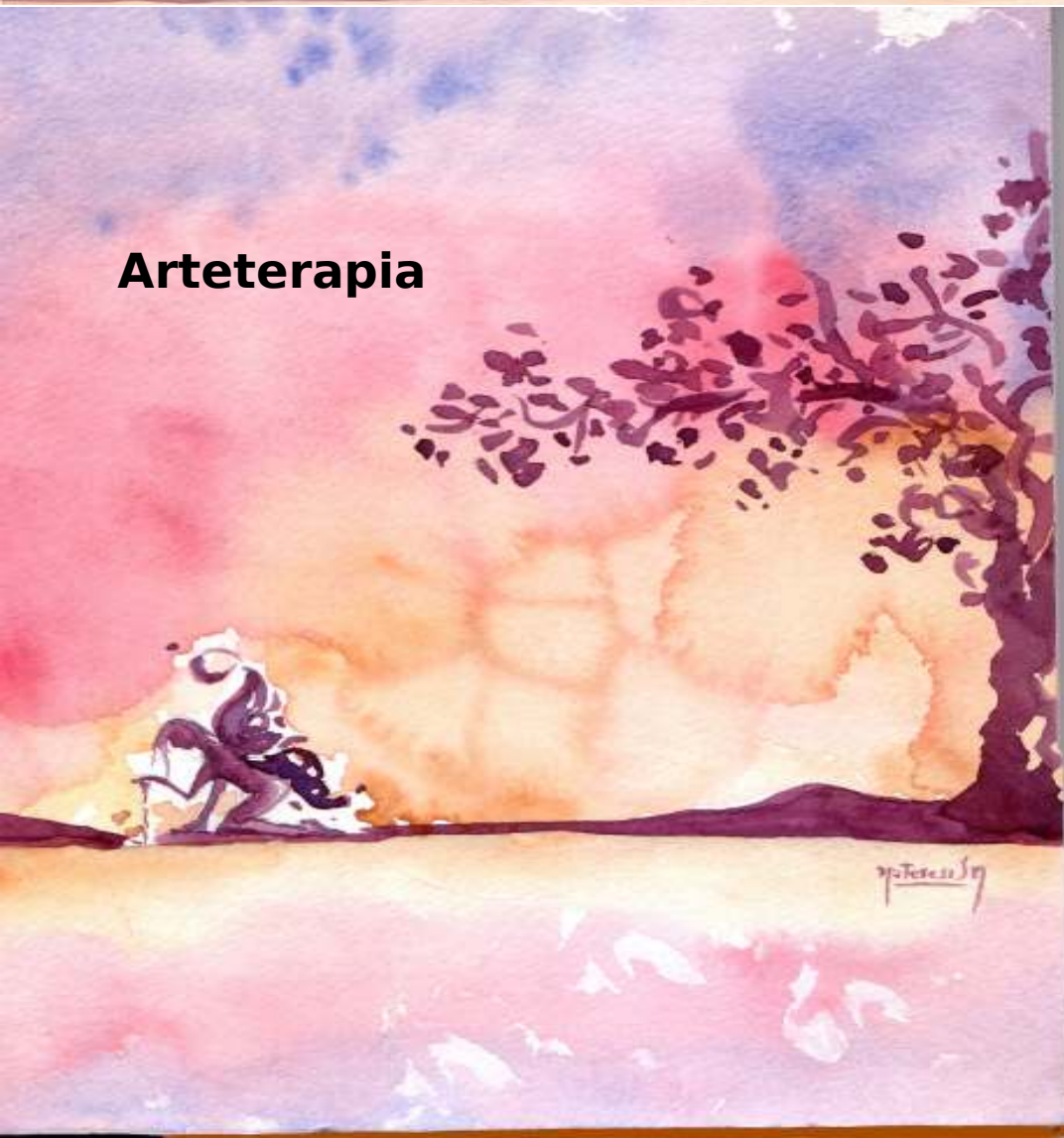
Vincula la creatividad con el crecimiento personal, indica como superar distintas barreras que impiden la expansión creativa a la mayor creación : la propia vida.

- Como incrementar el poder de conectar la creatividad humana con las energías creativas del universo, ya que considera la capacidad creativa como algo que puede aprenderse a través de una variedad de efectivos ejercicios y actividades que estimulan la imaginación y facilitan la concepción de nuevas ideas



# Centro Mandala

## Arteterapia



- Dibujo y Pintura  
Una de las terapias más eficaces es descubrir el canal creativo que todos tenemos dentro, desarrollarlo a través de numerosas expresiones creativas es muy sanador.  
En este curso en su primer nivel nos centraremos en el dibujo y la pintura, así como otras herramientas complementarias que ayudan a desarrollar ese potencial creativo interno; la práctica continua de una expresión creativa.
- Centro Mandala



# Centro Mandala

## **Contenidos:**

Introducción  
Electricidad espiritual.  
Principios básicos  
Las herramientas básicas

## **Semana 1: Recuperar la seguridad**

Artistas en la sombra  
Tu enemigo interior: las creencias  
negativas arraigadas  
Tu aliado interior: las armas de la  
afirmación  
Afirmaciones creativas  
Tareas  
Control

## **Semana 2: Recuperar la integridad**

La curación  
Compañeros venenosos  
Lunáticos  
Escepticismo  
Atención  
Reglas del camino  
Tareas  
Control

## **Semana 3: Recuperar el poder**

Ira  
Sincronicidad  
Vergüenza  
La relación con la crítica  
Trabajo de detective: un ejercicio  
Crecimiento  
Tareas  
Control

## **Semana 4: Recuperar la integridad**

Cambios honestos  
Sueños enterrados: ejercicio  
Renunciar a la lectura  
Tareas  
Control

## **Semana 5: Recuperar el sentido de lo posible**

Límites  
Encontrar el río  
La prueba de la trampa de la virtud  
Alegrías prohibidas: un ejercicio  
Lista de deseos  
Tarea  
Control



# Centro Mandala

## **Semana 6: Recuperar el sentido de la abundancia**

El gran creador  
Lujos  
Un ejercicio de contabilidad  
Ejercicio sobre el dinero  
Tareas  
Control

## **Semana 7: Recuperar el sentido de la conexión**

Escuchar  
Perfeccionismo  
Riesgo  
Celos  
El mapa de los celos: un ejercicio  
Arqueología: un ejercicio  
Tareas  
Control

## **Semana 8: Recuperar la fuerza Supervivencia**

El poder del marfil  
Las pérdidas son ganancias  
Edad y Tiempo: producto y proceso  
Cumplir con la forma  
Condicionamiento temprano: un ejercicio  
Afirmaciones  
Tareas  
Control

## **Semana 9: Recuperar el sentido de la compasión**

Miedo  
Entusiasmo  
Retrosesos en la creatividad  
Demoler las barreras  
Tareas  
Control

## **Semana 10: Recuperar el sentido de la autoprotección**

Peligros del sendero  
Adicción al trabajo  
La sequía  
La fama  
Competencia  
Tareas  
Control

## **Semana 11: Recuperar la autonomía Aceptación**

El éxito  
El zen de los deportes  
La construcción del altar del artista  
Tareas  
Control



# Centro Mandala

## **Semana 12: Recuperar la fe**

Confianza

El misterio

La imaginación en juego

Velocidad de escape

Tareas

Control

Epílogo

El camino del artista

Palabras

### **Apéndice: miscelánea del sendero**

Formar un círculo sagrado

La oración del artista