



# ENTE

DATOS DE LA ETAPA: 3

ETAPA: VÉLEZ-MÁLAGA - TORROX

DISTANCIA TOTAL (EN METROS): 18.850 metros

PUNTO DE INICIO: VÉLEZ MÁLAGA ESTE

PUNTO DE LLEGADA: CONVENTO DE LAS ÁNIMAS (TORROX)

TIEMPO ESTIMADO: 4 h 03 m



## ECISIÓN

El trabajo personal que corresponde con la etapa de la mente, es la decisión y constituye una fase de especial importancia. Durante su recorrido se invita a la persona a abrigar un espacio donde se ofrezca la oportunidad de tomar partida y decidir lo adecuado en su vida.

El trabajo personal que aquí se propone consiste en ser conscientes del gran potencial y talento que albergamos, así como la cantidad de opciones que residen en cada uno de nosotros, pudiendo compatibilizar varios caminos, cuestionándonos acerca de qué decisiones hemos tomado, cuáles aún no, qué consecuencias hemos vivido cuando decidimos optar por el silencio, así como cuando decidimos no decidir, permitir, hacer o no hacer...

Esta etapa brinda la oportunidad de acompañarte a través de La Gran Senda con las reglas de la propia naturaleza, despertando un despliegue de todo lo mejor que ya hay en ti y la infinidad de opciones que aún no has ofrecido a tu vida, para que seas tú quien decida, sumado a un aprendizaje continuo en un ambiente cambiante.

Es un recorrido donde la toma de decisiones al cien por cien de compromiso te va a acompañar. Un sendero donde es necesario crear una diferencia, para decidir activamente hacia donde quiero caminar, con la intención firme de la finalidad que se pretende, siendo conscientes de las consecuencias. Para cambiar aquellos pensamientos que nos limitan, potenciar los que nos impulsan y encontrar la salida de aquella situación que aparentemente vemos como imposible.

Da comienzo esta etapa desde una travesía urbana partiendo de Vélez-Málaga, dejando el Puerto de La Caleta a la derecha hasta llegar al Río Seco. Continuamos hacia algarrobo costa, localidad situada en nuestro litoral donde nos sigue acompañando el mar a nuestra diestra.

Una vez que atravesamos su paseo marítimo llegamos al núcleo pesquero de Mezquitilla, situado en el enclave de Lagos, a través de su paseo marítimo peatonal, continuamos por playas como la de Cachín. Tras esta playa tenemos el encuentro con el río Güi, avanzamos hacia el Morche que nos deleita con sus enormes cultivos subtropicales.

Seguimos nuestro recorrido con las playas de arena donde se brinda la oportunidad de hacer una parada para descansar y preguntarnos:

¿Qué diría nuestro cuerpo si pudiese hablar?

Se propone descansar 10 minutos sentados en la arena con la vista al mar.

Avanza nuestro viaje hasta llegar al paseo marítimo de playa Ferrara, de 9 km de playa donde abundan los residentes alemanes, que nos conduce hasta el Faro junto al mirador. Es en este lugar donde se propone tomar una DECISIÓN de algún área, aspecto o situación de tu vida, con la intención de crear una diferencia.

Llegamos al río Torrox y por su senda derecha continuamos hacia el Convento de las Nieves, atravesando el puente de las Ánimas, donde cuenta la leyenda que durante la noche de los santos difuntos, aparecía una procesión de espíritus, portando antorchas y cadenas, almas de hombres que perdieron sus vidas en batalla contra moriscos sobre dicho puente.

Con la intención de rescatar un aprendizaje de esta historia de leyenda o verdad se invita en este punto, plantearnos:

¿Qué aprendizajes evitas por miedo ante las situaciones de batalla o conflicto?

Continuamos hacia el municipio de Torrox, fundado por los romanos y significa ciudad-factoría romana (Hisn Turrus), donde los árabes fomentaron árboles de la morera para alimentar los gusanos de seda y utilizarlo en la industria. Lugar donde también se producía el célebre Garum, como salsa exquisita de salazón de pescado. Y es aquí donde encontramos el final de esta rica etapa.

Párate a sentir la emoción del instante presente,  
atiende qué te dice y escucha la información  
que te regala para DECIDIR Pase lo que pase

Mira a tu alrededor y combina lo que mejor sabes hacer,  
con lo que más te gusta y con aquello que consideras que  
debes hacer, crearás y verás

Hasta que no lo creo, no lo veo

Encuentra en ti aquello que te ilusione, que te enamore  
pero solo decídelo si te hace sentir vivo

Decide firmemente y se abrirán  
ante ti infinitas posibilidades

Párate a sentir la emoción del instante presente,  
atiende qué te dice y escucha la información  
que te regala para DECIDIR Pase lo que pase.

