EMOCIONES

DATOS DE LA ETAPA: 17

ETAPA: ALAMEDA - FUENTE DE PIEDRA

DISTANCIA TOTAL (EN METROS): 17.960 metros

PUNTO DE INICIO: ALAMEDA

PUNTO DE LLEGADA: FUENTE DE PIEDRA (CENTRO DE VISITANTES)

TIEMPO ESTIMADO: 3 h 30 m

RESPONSABILIDAD

El trabajo personal que acompaña a esta etapa se corresponde con la Responsabilidad. Representa la etapa más emocional y de mayor profundidad, para la que es necesario una cuestión de honestidad y estar dispuestos a querer revisarse a sí mismos. Para un proceso personal de la forma más adecuada se invita realizar su recorrido haciendo uso del silencio y así poder atender nuestro dialogo interior, invitándonos a esa conexión, que nos permite unificar cuerpo, mente, emoción y alcanzar la tranquilidad.

La intención que se pretende es reflexionar acerca de cuál ha sido nuestra parte de responsabilidad en las situaciones que nos rodean, cuál ha sido nuestra influencia y contribución para que haya sucedido, así como identificar los mecanismos para superarnos física, mental, emocionalmente y poder reproducirlos en otras áreas de nuestra vida. Lo que realmente se pretende es acallar la mente pensante para ver en lo que aparentemente se presenta como obstáculos y piedras que dificultan el camino, oportunidades para aprender y avanzar mejorando nuestras vidas, tomando decisiones que marquen un antes y un después, aparcando las quejas y el papel de víctimas para responsabilizarnos de aquello que nos corresponde, creando una diferencia, con la intención de adquirir la habilidad para decidir respuestas ante cualquier situación, implantar el éxito, la tranquilidad y la realización personal como estilo de vida.

Comenzamos esta etapa de la Gran Senda haciendo uso del silencio para atender al diálogo interior y fomentar el bienestar emocional.

Partimos nuestra etapa de la Loma el Ventorrillo, donde encontraremos el inicio del sendero, bordeamos la Sierra de la Camorra con la imagen de su pico más alto, de 683 metros. En su andadura nos encontramos con hasta 26 cuevas de diferentes dimensiones: Cueva de los Órganos, de las Goteras, El Abrigo de los Porqueros o la del Cráneo.

Llegamos al Parque Santillán donde se conservan las ruinas de un poblado romano, las ruinas romanas de Caperuzón, además de la Ermita de la Virgen de la Oliva.

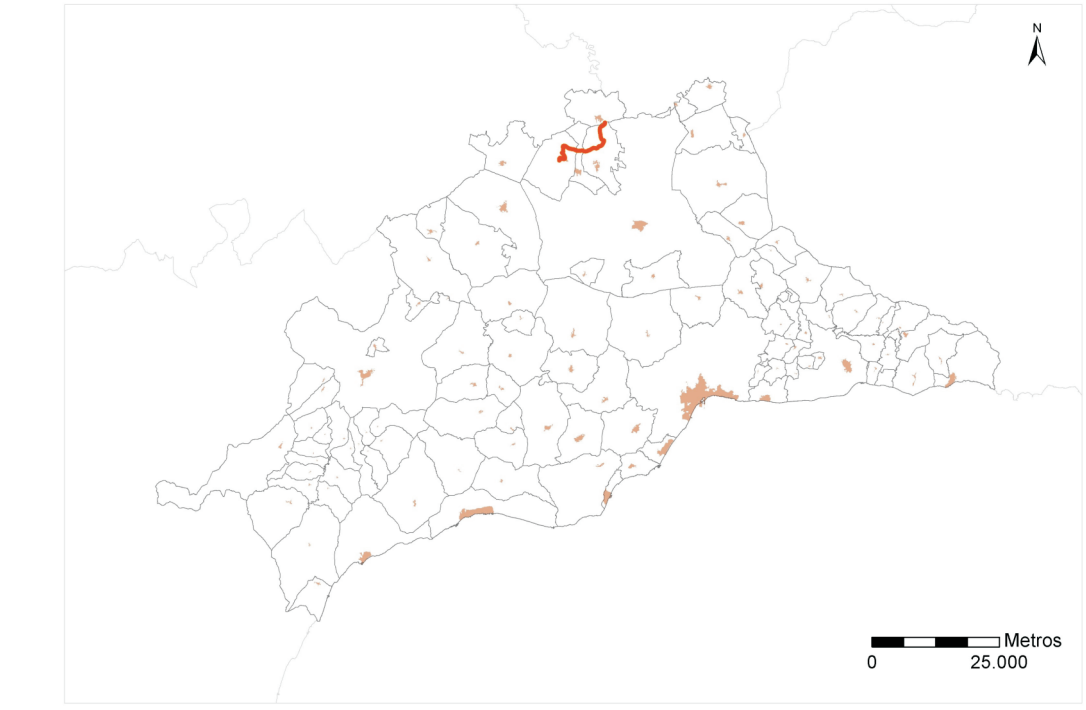
Seguimos avanzando nuestra etapa en silencio, disfrutando de un suave relieve a través de campos de cereales y olivos hasta llegar al municipio de Fuente de Piedra, situado al norte de la provincia de Málaga. Recibió el nombre "Fons Divinus" -Fuente Divina por los romanos por las propiedades medicinales de las aguas de su fuente. Tras la expulsión de los moros en la batalla del Madroño quedó abandonada y fue Antequera la que creó un punto importante para alojar a enfermos renales y tratarlos con las aguas de su fuente. Es una oportunidad para invitar a beber agua en este punto y refrescar el rostro con ella. Con la intención de disolver en silencio y aclarar las situaciones que se nos presentan...

Nuestra etapa nos conduce al Centro de Visitantes “José Antonio Valverde” hasta el mágico encuentro con la Laguna de Fuente de Piedra, considerada como reserva natural.
La gran extensión de su humedal constituye uno de los lugares más importantes de interés ecológico, alterna sus aguas vivas con periodos de sequías. Se caracteriza por su salinidad y los cristales que genera en su superficie, además de ser un lugar de nidificación invernada y paso migratorio de muchas aves acuáticas. Alberga la colonia de flamencos más grande de la península ibérica y la segunda de Europa (hasta 10 000 parejas reproductoras).

En este lugar se invita a continuar en silencio contemplando la espectacularidad y la elegancia de la lámina de agua presente, realiza tu particular paseo por esta zona imaginando las escenas que quieras, proyectándolas sobre la laguna. Es un momento para permitir que tus emociones cobren vida, bailen o tomen forma recreando una situación o acontecimiento en concreto de encuentros, conflictos o despedidas.
Antes de finalizar esta etapa y tras visualizar lo que sientas, sobre el fascinante espejismo y llanura de agua, en pie y mirando hacia el cielo te invito a que expreses la siguiente DECISIÓN:

¡Sí a la vida!.

Párate y podrás percibir como el sendero natural no lo intenta ni opone duda alguna. El viento simplemente sopla, el árbol se deja acariciar por sus colores , el agua de lluvia cae derramándose sin intentarlo, simplemente cae y de este modo el mar no tiene miedo a perder lo que no es suyo, devolviéndolo todo

Te mereces vivir abundante, pleno, compartir relaciones sanas basadas en la confianza, te mereces disfrutar de tu tiempo y centrar tus energías en cada vez ser más tú

Decide traspasar todas tus limitaciones y disfruta de este paseo por la vida, compartiendo y disfrutando de todo lo que te rodea