MENTE

DATOS DE LA ETAPA: 26

ETAPA: JIMERA DE LÍBAR - BENALAURÍA

DISTANCIA TOTAL (EN METROS): 14.680 metros

PUNTO DE INICIO: JIMERA DE LÍBAR

PUNTO DE LLEGADA: BENALAURÍA (SIETE PILAS)

TIEMPO ESTIMADO: 4 h

DECISIÓN

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.

Esta etapa de la Gran Senda comienza su andadura partiendo del Lavadero público de Jimera de Líbar, recibe su nombre del árabe Inz-Almaraz, significa fortaleza o castillo de la mujer, cuyo nombre fue sustituido por Ximera de Líbar después de la conquista cristiana.

Avanzamos hasta un majestuoso bosque Mediterráneo, donde se propone atravesarlo integramente haciendo uso del silencio para alimentar el bienestar emocional y fomentar el pensamiento elevado. La intención persigue dejar de pensar y permitir que afloren emociones secuestradas.

Llegamos al Arroyo de los Judíos, para después bordear fincas repletas de nogales.
La Senda nos lleva a atravesar puentes de madera y diferentes arroyos hasta llegar a la Laguna Honda, lugar donde se propone realizar una parada de 30 m para descansar nuestro cuerpo y organizar nuestras DECISIONES. El trabajo consiste en plantearnos nuestras prioridades:

¿Cuáles son importantes y cuáles son urgentes?

Es de especial importancia que cada paso que des te conduzca hacia lo importante.

Continuamos nuestro viaje hasta llegar a Siete Pilas, situado entre los ríos Guadiaro y Genal, donde encontramos su famosa Fuente a la que debe su nombre. Se invita realizar una parada para refrescarnos con sus aguas.

Caminamos hacia el encuentro con la Fuentezuela, manantial cuyas aguas nacen de la Sierra de Benadalid, ocupa un lugar de gran belleza.

Llegamos al Puerto de Benalauría con una altura de 1137 metros, significa un balcón natural para contemplar el valle del Guadiaro, el valle del Genal y el Parque Natural de los Alcornocales.

Finaliza nuestra etapa de la Gran Senda llegando al municipio de Benalauría, de origen árabe que recibe su nombre, Ben Al Auría, que significa hijos de Auria.

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.

