EMOCIONES

DATOS DE LA ETAPA: 28

ETAPA: GENALGUACIL - CASARES

DISTANCIA TOTAL (EN METROS): 20.560 metros

PUNTO DE INICIO: GENALGUACIL

PUNTO DE LLEGADA: CASARES

TIEMPO ESTIMADO: 5 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, así como favorecer el pensamiento elevado.

Partimos del municipio de Genalguacil, su nombre proviene del árabe Gema Al Wacil, significa los jardines del ministro. Existieron minas de oro, plata y cobre, aunque su mayor riqueza es el enorme valor ecológico de sus parajes.

Cruzamos el Arroyo de la Pasada, llegamos a la Loma de las Posteruelas, donde descendemos por la zona de la Majada hasta el río Almarchal. Es en este punto donde se invita a dejar la mente en blanco, refrescándonos el rostro con sus aguas, con la intención de limpiar y aclarar simbólicamente nuestras DECISIONES.

Avanzamos nuestro recorrido hasta unas espectaculares vistas de la serranía, Gaucín, Benarrabá, en el Puerto del Lentisco. Donde nos encontramos varios cruces de caminos que metaforicamente representan las oportunidades que se nos brindan.

Continuamos hasta llegar a los pies del Monte del Duque, que hace de frontera natural, en el que habitan encinas, alcornoques y quejigos. Seguidamente nos encontramos con el Arroyo Garganta de la Cuesta junto al río Genal.

Una vez que nos adentramos en el monte ascendemos en él, desde donde contemplaremos una de las zonas mejores conservadas, por el excelente estado de sus bosques.

Nuestra Senda nos conduce hasta el Puerto de las Viñas como punto más elevado de esta etapa, situado en una preciosa sierra en el paraje natural Sierra Crestellina.
En este punto disponemos de una espectacular panorámica abierta al cielo, un lugar apropiado para realizar una parada de 10 minutos y tomar la DECISIÓN más adecuada en este momento.

Pasamos por la Fuente de la Arqueta o Arquita, que significa parada obligatoria para alimentar nuestra sed.

Finalizamos nuestra etapa llegando al municipio de Casares, cuyo nombre proviene del árabe Caxara que significa fortaleza, otros creen que proviene del nombre Caesar (César). Se caracteriza por su idéntica réplica del Torcal de Antequera, que configura un auténtico laberinto que emergió desde las profundidades de los océanos.

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

