



## *L'Art de Volar : Núria*

### *Qui sóc?*

Em dic Núria, vaig néixer a Barcelona on vaig créixer. Des de petita em sentia atreta pel fascinant món de les relacions personals i les dificultats i alegries que aquestes comporten. Amb una adolescència plena de complexos i inseguretats, vaig aprendre a desconnectar-me de la meva essència per sobreviure en un món que jo sentia, exigeix rapidesa. Vaig diplomar-me en Turisme per la Universitat de Barcelona i estudiar Psicologia fins que vaig entrar en contacte amb la teràpia Gestalt.

Va ser aquí on vaig reconciliar-me amb la meva nena interior, amb l'amor propi i amb l'acceptació de qui sóc. Em vaig formar com a terapeuta Gestalt a l'Institut Gestalt de Barcelona i em vaig especialitzar en Teràpia Corporal, Art i Moviment en un postgrau a Alas, Barcelona.

Vaig fer formacions en teràpies regressives i també en psicoxamanisme, psicomagia i sanació del naixement amb l'Alejandro Jodorowsky, cercant eines en les que treballar amb l'inconscient més enllà de les resistències.

Va ser poc temps després de finalitzar una formació en acompanyament a pal·liatius i a la mort, que de manera personal i sobtada, vaig viure amb la malaltia i el càncer d'una persona molt estimada per mi. Va ser en aquest llarg procés personal, en contacte amb la duresa de la vida on vaig conèixer la immensa bondat, la compassió i la resiliència que hi ha dins de tot ésser humà que decideix viure amb consciència i coherència.

Resultat d'aquest procés de vida vaig crear "l'Art de volar teràpia", on acompanyo a Cerdanyola del Vallès i Barcelona, tant individual com grupalment a persones amb necessitats de recerca interior, situacions de crisi, angoixa, malaltia o desig de contactar amb el propi potencial.

### *Com veig la Sílvia Guillamon*

La primera vegada que vaig veure a la Sílvia, vaig sentir la fermesa de la seva presència. Una mirada noble, uns moviments harmònics en l'expressió i una escolta activa que transmet la superació i treball personal amb devolucions plenes de coherència. La Sílvia és una d'aquelles persones que et fa veure allò que sempre has tingut davant i mai t'has aturat a observar. Un mirall on saps que trobaràs el millor reflexe de tu mateix.