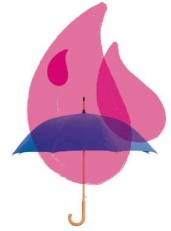




El no que ayuda
a entenderlo.



la vida es el taller
un camino profundo compartido



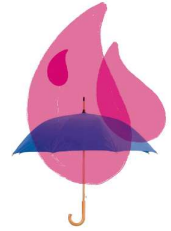
Donde empieza el viaje

El viaje empieza en la certeza de que cuando **dejo de sostener lo que no soy, la vida me sostiene a mí.**

Vivimos rodeados de estímulos, pendientes, expectativas y ruido. A menudo avanzamos con el piloto automático encendido, intentando sostener un personaje que responde, que cumple, que llega... pero que rara vez descansa.

“**La vida es el taller**” nace para ofrecer un lugar donde puedas detenerte. No para huir del mundo, sino para mirarlo desde otro sitio. Aquí no se trata de aprender técnicas ni acumular explicaciones, sino de observar lo que ya está sucediendo en ti.

Porque detrás de cada ruido hay un silencio que no se ha ido... solo espera ser reconocido.



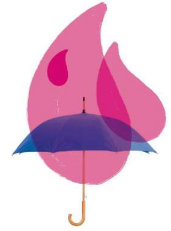
Por qué nace este espacio

Este camino surge de una intuición sencilla: **la vida cotidiana es la maestra más honesta que tenemos.**

Durante **nueve meses**, acompañados por un grupo, transitaremos un proceso de presencia en el que cada experiencia —una conversación, un conflicto, una alegría, un cansancio— se convierte en territorio de comprensión.

Periódicamente recibirás una propuesta breve: una práctica, una mirada, una pregunta. No para añadir esfuerzo, sino para despertar la atención. Cada mes nos encontraremos en un no·taller donde lo que aparece se acoge sin juicio y sin exigencia.

Lo esencial no se alcanza: se revela cuando dejamos de empujar.



El viaje compartido

Este es un proceso completo de **9 meses**, con continuidad y compromiso, ideal para quienes buscan una transformación profunda. Aquí se despliega la fuerza del grupo y la mirada terapéutica del facilitador.

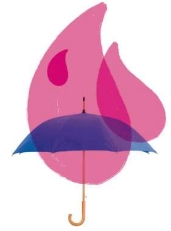
Es un camino ideal si:

- Quieres hacer un proceso profundo, **pero sin prisa**.
- Sientes que solo no puedes, pero no quieres una terapia clásica o un marco rígido.
- Necesitas tiempo para **integrar** y mirarte con verdad.

Durante los 9 meses:

- Tendrás un encuentro mensual grupal (presencial u online).
- Contarás con tutorías personales para integrar tu experiencia con el facilitador.
- Dispondrás de un espacio seguro donde compartir sin juicio.

Es un proceso para quienes desean sostener una exploración continuada, dejando que la comprensión se asiente a su propio ritmo.



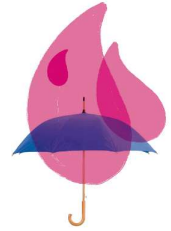
Qué vivirás

En este espacio aprenderás a mirar la vida como parte del taller: el trabajo, la familia, la confusión, la alegría, el cansancio, los vínculos...

Cada propuesta está diseñada para aligerar, no para cargar. Para pasar del hacer compulsivo a la presencia que ve.

Descubrirás:

- Cómo opera el personaje en lo cotidiano.
- Cómo observar sin intervenir.
- Cómo se abre espacio cuando dejas de luchar
- Cómo la comprensión llega sola cuando el ruido baja.
- Cómo lo más simple puede ser lo más verdadero.



Quién acompaña

Marc Brugués acompaña procesos vitales desde una mirada contemplativa, radicalmente honesta y amorosa.

Tras una trayectoria profundamente atravesada por la búsqueda interior y la formación en distintos enfoques, Marc ha ido dejando atrás los marcos rígidos para ofrecer un acompañamiento que no busca mejorar, sino **recordar lo esencial**. Lo que somos antes de cualquier máscara.

Marc trabaja desde la presencia, la escucha profunda y la creatividad de lo que emerge.

- **Su acompañamiento no guía desde lo que sabe**, sino desde lo que siente contigo.
- **No pretende llevarte a ningún sitio**: solo abrir espacio para que tu propio regreso se revele.

Marc es también creador de MetaGorg, una herramienta de autoconocimiento simbiótico.



Información práctica

Duración: 9 meses.

Modalidad: Presencial y online

Ritmo:

- 1 encuentro grupal mensual (4 horas)
- 2 sesiones individuales **MetaGorg** (2 horas)
- 7 tutorías personales (1 hora)
- Canal de seguimiento Whatsapp

Contacto: welcome@no-ise.org

Cuando dejo de sostener lo que no soy,
la vida me sostiene a mí.
— A. Zohar