

Aula Interior

Un procés d'autoconeixement per viure en plenitud

EDICIONS

PRESENCIALS & ONLINE

[PROPÒSIT DEL CURS]

Aula Interior és un curs d'autoconeixement per transformar la nostra vida personal i professional. El seu propòsit és **ajudar-te a viure amb felicitat i plenitud**.

Aula Interior és un curs per a les persones que ja han decidit deixar de patir i volen conquistar una felicitat i una pau inalterables. És un curs potent i ple de continguts i coneixements útils que multipliquen les nostres capacitats i ens fa viure, feliços i felices, aquí i ara.

Un cop facis teus els coneixements d'Aula Interior, seràs capaç de...

- **Viure amb una pau interior invulnerable:** que l'exterior no determini el que sents. Aquí es troba la veritable llibertat.
- **Estimar-te,** coneixent el teu valor incalculable i expressant-te gojosament sent, simplement, tu.
- **Viure feliç,** al marge de les situacions complexes de la vida diària.
- **Eliminar les creences falses** que t'autolimiten.
- **Connectar amb l'amor, la força i la comprensió** que ets gràcies a eines i ensenyaments pràctics i útils.
- **Viure nivells superiors de consciència** i mantenir-los en la teva vida diària.

Es tracta d'un curs pràctic, en el que ensenyo les eines que he après, en gran part, de tres grans mestres, Antonio Blay Fontcuberta (1924-1985), Anthony de Mello (1931-1987) i Gerardo Schmedling Torres (1946-2004). No obstant això, no repeteixo el que ells van ensenyar, sinó que descriu i transmeto el que visc i he integrat.

[QUÈ S'APRÈN A AULA INTERIOR?]

El curs aborda **quatre grans blocs** de continguts, més **un bloc extra**.

PRIMER BLOC: Jo no mano a la meva vida

- **Pas únic:** Comprovar que no mano a la meva vida. Creences que em limiten.

SEGON BLOC: Observació de l'ego, diagnòstic i reequilibri

- **Primer pas:** Observar l'ego amb tècniques concretes i pràctiques. Descobrir-nos.
- **Segon pas:** Deixar de dependre dels desitjos. Mirar-nos amb acceptació.
- **Tercer pas:** Diagnosticar les nostres dificultats.
- **Quart pas:** Com reequilibrar la nostra vida? Vacunes pràctiques.

TERCER BLOC: Neteja i potenciació dels tres centres vitals

- **Primer pas:** Potenciar i recuperar l'energia que som. Neteja de l'inconscient energètic.
- **Segon pas:** Potenciar i recuperar l'amor que som. Neteja de l'inconscient emocional.
- **Tercer pas:** Potenciar i recuperar la intel·ligència que som. Neteja de l'inconscient intel·lectual.

QUART BLOC: Connexió amb allò Superior

- **Únic pas:** Com connectar amb nivells superiors de consciència i mantenir aquesta connexió.

BONUS EXTRA de consolidació i aprofundiment

- **Primer pas:** Repàs i consolidació dels aprenentatges clau durant nou setmanes.
- **Segon pas:** Accés, durant 3 mesos, a més de 100 temes nous d'aprofundiment, una veritable Universitat de Vida.

[ASPECTES PRÀCTICS DE CURS]

DURADA:

El curs **Aula Interior** és un procés d'**UN ANY** o **12 mesos** de durada.

En l'edició presencial: 9 mesos amb una trobada presencial intensiva al mes, des d'octubre fins a juny. Les trobades són de **10:30 a 18:30 hores** un dissabte o un diumenge al mes (depenent del grup). Setmanalment hi ha un seguiment i un suport per correu electrònic i al campus online. Les persones que fan el curs presencialment tenen accés gratuït al curs Online, amb tots els seus avantatges.

De juliol a setembre, el curs continua en format **online**: es rep un mail setmanal amb els aspectes nuclears del curs per fixar els continguts i potenciar l'aprenentatge. També es dona accés a una plataforma amb més de 100 temes d'aprofundiment: una veritable **Universitat de Vida**.

L'edició OnLine també té una durada de 12 mesos i segueix la mateixa estructura que el presencial, però és 100% online.

Hi ha una classe tots els dimecres de 21 a 22 hores **en directe** a través d'Internet, però després la classe està disponible per **veure-la en diferit**. D'aquesta manera s'adapta a tothom i a tots els horaris.

De juliol a setembre el curs segueix online, però de forma encara més suau i flexible, en **format "estiu"**.

Per què una durada de 12 mesos?

L'experiència ens ha demostrat que els cursos breus només serveixen per estimular i inspirar, però no produeixen transformacions profundes.

No obstant això, quan durant nou o més mesos tenim presents els continguts d'un curs, realitzem un **canvi i una integració profunda**.

Aula Interior és un curs que transforma. Per això apostem per un any de durada.

De la mateixa manera que un curs d'idiomes ha de tenir una durada raonable per a ser-nos útil, també un curs d'autoconeixement autèntic necessita d'un lapse de temps raonablement llarg perquè sigui realment transformador. A més, aquesta durada permet descartar a les persones que no estan veritablement compromeses amb si mateixes, ja que decideixen no apuntar-se. Només les persones que realment estan compromeses amb la seva felicitat s'animen a inscriure's: aquestes són les persones que busquem.

FORMAT:

L'edició **presencial** consta de:

- **9 sessions presencials**, de 10:30 a 18:30 h. (en dissabte o diumenge). La primera sessió és a l'octubre i l'última al juny.
A l'estiu el curs segueix 100% online de forma suau fins a finals de setembre per aconseguir una consolidació i aprofundiment en els continguts.
- **Seguiment setmanal** mitjançant enviament de dossiers i espai per a dubtes i consultes resoltes.
- **Tutorització i seguiment** a càrrec d'en Daniel Gabarró, amb accés permanent a una bústia de consultes, que respon en Daniel personalment.
- **BONUS** : Accés il·limitat a l'edició online. **En cas de rebrot o confinament**, s'integren automàticament al grup OnLine. No perdràs el curs.

L'edició **onLine** consta de:

- **Classes en directe els dimecres de 21 a 22 hores.**
Totes les classes estan després disponibles en format vídeo + audio + PDF.
No cal venir a les classes en directe.
- **Seguiment setmanal** mitjançant l'enviament de dossiers i espai per a dubtes i consultes.
- **Tutorització** i seguiment per Daniel Gabarró. També és ell qui imparteix les classes i respon als dubtes.

LLOC:

L'edició **presencial** pot cursar-se a **Barcelona, Lleida i Madrid**.

L'edició **OnLine** es pot seguir **des de qualsevol lloc del món** i en qualsevol horari: només cal una connexió a internet.

A BARCELONA:

Residencia Salesiana MARTÍ CODOLAR.

Av. Cardenal Vidal i Barraquer, 15. Barcelona. [\[VEURE MAPA\]](#)

A LLEIDA:

Sala Ananda Ioga.

Carrer Torres de Sanui, 1. Lleida.. [\[VEURE MAPA\]](#)

A MADRID:

Sala Bambú Danza..

C/ Doctor Cortezo, 17 - 4º, Madrid. [\[VEURE MAPA\]](#)

INICI:

L'edició **presencial** de **Barcelona** als **dissabtes** comença el dia **3 d'octubre**

L'edició **presencial** de **Barcelona** als **diumenges** comença el dia **18 d'octubre**

L'edició **presencial** de **Madrid** comença el **dissabtes** dia **17 d'octubre**

L'edició **presencial** de **Lleida** comença el **diumenge** dia **4 d'octubre**

L'edició **onLine** comença el **dimecres** dia **7 d'octubre**

CALENDARI:

Grup BARCELONA dissabtes:

Octubre: dissabte 3, **Novembre:** dissabte 7, **Desembre:** dissabte 12,
Gener: dissabte 9, **Febrer:** dissabte 6, **Març:** dissabte 6, **Abril:** dissabte 10,
Maig: dissabte 8, **Juny:** dissabte 5

Grup BARCELONA diumenges:

Octubre: diumenge 18, **Novembre:** diumenge 15, **Desembre:** diumenge 20,
Gener: diumenge 17, **Febrer:** diumenge 14, **Març:** diumenge 14, **Abril:** diumenge
11, **Maig:** diumenge 09, **Juny:** diumenge 06

Grup MADRID dissabtes:

Octubre: dissabte 17, **Novembre:** dissabte 14, **Desembre:** dissabte 19,
Gener: dissabte 16, **Febrer:** dissabte 13, **Març:** dissabte 13, **Abril:** dissabte 17,
Maig: dissabte 15, **Juny:** dissabte 12

Grup LLEIDA diumenges:

Octubre: diumenge 4, **Novembre:** diumenge 8, **Desembre:** diumenge 13,
Gener: diumenge 10, **Febrer:** diumenge 7, **Març:** diumenge 7, **Abril:** diumenge 18,
Maig: diumenge 16, **Juny:** diumenge 13

PREU:

Edició presencial:

10 quotes de **65€** o un **únic pagament** de **550€** (t'estavies 100€).
Inclou l'edició OnLine.

Edició OnLine:

10 quotes de **55€** o un **únic pagament** de **450€** (t'estavies 100€).

BEQUES

El treball interior no pot negar-se per motius econòmics. Si necessites una beca, escriu-nos info@aulainterior.com i procurarem resoldre-ho.

COM INSCRIURE'S?

Pots inscriure't i realitzar el pagament, tant per al curs presencial com l'online, des de la pàgina web www.aulainterior.cat

Si encara no és setembre, pots pre-inscriure't a la llista de persones interessades en el curs presencial sense fer cap pagament i t'avisarem unes setmanes abans que comenci el curs presencial.

Així **tens prioritat en la inscripció**. Com les sales tenen l'aforament molt limitat després de la pandèmia és possible que es tanquin els grups ràpidament. En especial Lleida i Madrid.

Si desitges assegurar la teva plaça en el curs presencial, realitza la inscripció i el **pagament** (ja sigui en l'opció de pagament únic o fraccionat). Així asseguraràs la teva plaça (sovint alguns grups s'omplen i hi ha gent que es queda fora).

[Les 12 garanties fonamentals d'Aula Interior]

- 1. No explico teories, sinó el que visc.** Tot el que explico ho visc en primera persona o no ho explico. Per això tot es capta com quelcom real i autèntic.
- 2. No has de creure res.** Podràs comprovar el que t'expliqui. Evito els enfocaments màgics. Tinc els peus molt arrelats a terra.
- 3. Viuràs canvis concrets a la teva vida diària** durant el curs. No hauràs d'esperar al final. Veuràs canvis en la teva forma de comprendre el món, de relacionar-te amb tu i els altres...
- 4. Durant el curs tindràs recolzament:** cada setmana pots fer les teves consultes i les respondré personalment.
- 5. Pots comprovar que t'interessa el que ensenyo abans d'apuntar-te:** mira algun llibre meu, vídeos a YouTube, algun àudio.
- 6. El diner no serà mai un obstacle.** Hi ha beques per a qui les necessiti. Si és el teu cas, escriu-me explicant-m'ho.
- 7. Ets lliure: només continues si el curs t'és realment útil.** Si el curs no et satisfà, pots deixar-lo quan vulguis i deixes de pagar les quotes. Si l'has pagat d'un sol cop, comptabilitzem les sessions passades (65€) i et tornem la resta.
- 8. En la versió presencial t'incloc el curs online** sense cost extra.
- 9. Sé cap a on anem i com arribar-hi.** Segueixo una sèrie de passos ordenats i concrets per apropar-te a la teva essència. Sense seguir aquests passos, donaries voltes continuadament i no avançaries.
- 10.** Fa uns **20 anys** que imparteixo aquest curs millorant-lo any rere any.
- 11.** Més de **2.000 ex-alumnes** poden donar testimoni del curs.
- 12.** En acabar el curs **seguiràs tenint accés als continguts OnLine** durant diversos anys. No puc assegurar-te que sigui de per vida (la tecnologia canvia, recorda com van desaparèixer els vídeos VHS), però procuraré que siguin força anys.

QUI SÓC JO?

El meu nom és **Daniel Gabarró Berbegal** i el meu ofici és inspirar, acompanyar i transformar conscientment persones i organitzacions.

Algunes persones em defineixen com a *Xerpa Espiritual* perquè les acompanyo cap a la seva essència, d'altres em defineixen com a filòsof pràctic, pensador, assessor i, fins i tot, com a intel·lectual ja que faig intel·ligible la realitat sense simplificar-la. En qualsevol cas, camino al costat de les persones a les quals ajudo.



Vols que camini al teu costat?

Acadèmicament, sóc mestre d'escola amb 5 especialitats diferents reconegudes, llicenciat en humanitats, diplomad en direcció i organització d'empreses, psicopedagog i expert en PNL. Sóc ex-professor de la *Universitat Ramon Llull* i de la *Universitat de Lleida* i col·laboro anualment amb universitats i organitzacions diverses.

Professionalment, sóc director d'una editorial, així com formador, escriptor i conferenciant.

Només parlo del que visc en primera persona i procuro que les meves paraules siguin vives, autèntiques i transformadores.

Col·laboro habitualment en diversos mitjans de comunicació com a "*L'ofici de viure*" de Catalunya Ràdio, que ofereix eines emocionals per a la vida diària des de fa més d'una dècada, sent el programa líder en la seva franja horària des de la seva aparició.

També sóc autor de nombrosos materials i llibres com, per exemple, "*21 creences que ens amarguen la vida*", "*7 eines de l'amor*", "*Lideratge conscient*", "*Empresa i espiritualitat*", "*En temps difícils, accions sàvies*"...

I estic aquí per a acompanyar-te, personalment, cap a la teva pròpia essència.

COMIAT

Finalment, encara que t'agrairé que facis difusió d'aquest curs, evita perseguir a ningú amb la intenció de salvar-lo.

Si el curs et sembla interessant, penja'l a twitter, facebook o envia un mail als teus coneguts/as, però no els pressionis.

I ara només em queda desitjar-te el millor i dir-te que estic aquí pel que necessitis.

Una forta abraçada,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'D. Gabarró', with a horizontal line underneath.

Daniel Gabarró

Xerpa espiritual

www.aulainterior.cat

www.danielgabarro.cat