



Herramientas para vivir SIN SUFRIR

¿En qué consiste **7 Herramientas** **para vivir** **SINSUFIR?**

Un taller de un día, diseñado para que descubras y pongas en práctica las 7 llaves que te **abren la puerta** a una vida más plena, consciente y auténtica.

Las **7 LLAVES** **DE TRANSFORMACIÓN**

Aceptar: reconocer la realidad sin resistencia.

Asumir: responsabilizarte de tu vida sin excusas.

Respetar: honrarte a ti mismo y a los demás.

Actuar: pasar del pensamiento a la acción consciente.

Valorar: reconocer tu propio valor y el de lo que te rodea.

Agradecer: vivir desde la gratitud como estado interior.

Adaptarse: fluir con la vida y transformar la dificultad en oportunidad.

¿Qué vivirás EN EL TALLER?

- **Reflexiones** y aprendizajes prácticos.
- **Ejercicios** individuales y grupales.
- **Herramientas** para aplicar en tu día a día.
- **Espacios de conexión** y transformación.

¿Para quién es ESTE TALLER?

Personas que buscan mayor bienestar y claridad interior.
Líderes, equipos y emprendedores que quieren crecer desde la conciencia.
Cualquiera que desee transformar retos en aprendizajes.

¿Por qué PARTICIPAR?

Una de las mayores dificultades que tenemos los seres humanos es que **creemos saber mucho**, pero nos cuesta aplicarlo en la vida real. Queremos soltar, pero seguimos cargando; queremos confiar, pero seguimos controlando; queremos vivir en paz, pero reaccionamos con miedo. **Y eso se refleja en lo cotidiano:** en nuestras relaciones de pareja, donde a veces la convivencia se llena de exigencias; con nuestros hijos, donde el amor se mezcla con la preocupación y el control; en el trabajo, donde queremos dar lo mejor pero terminamos a veces sobreexigiéndonos o comparándonos con los demás. El Taller **“7 Herramientas para vivir sin sufrir** te ayudará a **transformar esa distancia entre lo que sabes y lo que haces**. A través de las 7 llaves, encontrarás herramientas prácticas y ejercicios sencillos que te permitirán **vivir con mayor claridad**, armonía y coherencia.

Agenda 2026

Medellín: Marzo 20

México: Mayo 12

Miami: Junio 5

Cali: Junio 19

México: Agosto 14

Miami: Septiembre 18

Bogotá: Octubre 16

Medellín: Noviembre 27


Precio:

\$1'100.000 COP + iva / 400 USD

Taller dictado por

Santiago Molano

Para inscripciones y más información:

 WhatsApp (+57) 317 643 5820

 info@eltalleer.com