



ENTE

DATOS DE LA ETAPA: 34

ETAPA: BENALMÁDENA - ALHAURÍN DE LA TORRE

DISTANCIA TOTAL (EN METROS): 12.790 metros

PUNTO DE INICIO: BENALMÁDENA

PUNTO DE LLEGADA: ALHAURÍN DE LA TORRE

TIEMPO ESTIMADO: 4 h 10 m



ECISIÓN

El trabajo personal que corresponde con la etapa de la mente, es la decisión y constituye una fase de especial importancia. Durante su recorrido se invita a la persona a abrigar un espacio donde se ofrezca la oportunidad de tomar partida y decidir lo adecuado en su vida.

El trabajo personal que aquí se propone consiste en ser conscientes del gran potencial y talento que albergamos, así como la cantidad de opciones que residen en cada uno de nosotros, pudiendo compatibilizar varios caminos, cuestionándonos acerca de qué decisiones hemos tomado, cuáles aún no, qué consecuencias hemos vivido cuando decidimos optar por el silencio, así como cuando decidimos no decidir, permitir, hacer o no hacer...

Esta etapa brinda la oportunidad de acompañarte a través de La Gran Senda con las reglas de la propia naturaleza, despertando un despliegue de todo lo mejor que ya hay en ti y la infinidad de opciones que aún no has ofrecido a tu vida, para que seas tú quien decida, sumado a un aprendizaje continuo en un ambiente cambiante.

Es un recorrido donde la toma de decisiones al cien por cien de compromiso te va a acompañar. Un sendero donde es necesario crear una diferencia, para decidir activamente hacia donde quiero caminar, con la intención firme de la finalidad que se pretende, siendo conscientes de las consecuencias. Para cambiar aquellos pensamientos que nos limitan, potenciar los que nos impulsan y encontrar la salida de aquella situación que aparentemente vemos como imposible.

Esta etapa de la Gran Senda comienza en el municipio de Benalmádena, su nombre de origen árabe significa hijo de las minas Ibn-al-madena. Se caracteriza por sus cuevas que nos transportan hasta la prehistoria, la maravillosa zona del Arroyo de la Miel fundada por Félix Silesio, sus Torres Vigías de origen árabe y cristianas. Su estupa Budista de gran importancia en toda Europa y los Portales del Parque de la Paloma.

Partimos de Benalmádena pueblo, atravesando un tunel donde se propone compartir la intención que se pretende con un testigo o compañero de viaje.

Continuamos ascendiendo al encuentro con diferentes cruces de caminos, hasta llegar al Cerro del Calamorro donde encontramos el Teleférico. Un lugar adecuado para ofrecer descanso a nuestro caminar, se invita a realizar una parada de 15 minutos haciendo uso del silencio, con la intención de relajar nuestra andadura y fomentar el pensamiento elevado mediante la siguiente propuesta:

Visualizar durante los 15 minutos en silencio, aquello que preferirías vivir en lugar de la situación que tienes en tu vida personal.

Lo que se pretende es desviar la atención de lo que no y dirigir el enfoque hacia el optimismo, entusiasmo y visión positiva.

Atravesamos el Puerto de las Ovejas dirección la Cañada del Lobo, donde llegamos al mirador natural de la Cañada del Lobo, cuyos nombres nos invitan a reflexionar mientras contemplamos el espectáculo paisajístico que se nos ofrece:

Como en algunas ocasiones actuamos como ovejas y otras como auténticos lobos. Y cuántos aprendizajes nos perdemos por no saber escuchar profundamente la versión del lobo...

Continuamos hasta el Cerro de las Palomas (598 m), seguimos descendiendo visualizando el pueblo de Alhaurín de la Torre pasando por la Sierra de Jabalcuzar.

Finalizamos esta maravillosa etapa llegando al municipio de Alhaurín de la Torre, llamada Lauro por los fenicios, más tarde los romanos la denominaron Lauro Vetus, para diferenciarlo de Alhaurín el Grande. Los musulmanes la nombraron Alhaurein. Históricamente es un lugar de refugio para los fugitivos de grandes batallas, cuenta con grandes cuevas.

Párate a sentir la emoción del instante presente,
atiende qué te dice y escucha la información
que te regala para DECIDIR Pase lo que pase

Mira a tu alrededor y combina lo que mejor sabes hacer,
con lo que más te gusta y con aquello que consideras que
debes hacer, crearás y verás

Hasta que no lo creo, no lo veo

Encuentra en ti aquello que te ilusione, que te enamore
pero solo decídelo si te hace sentir vivo

Decide firmemente y se abrirán
ante ti infinitas posibilidades

Párate a sentir la emoción del instante presente,
atiende qué te dice y escucha la información
que te regala para DECIDIR Pase lo que pase.

