



ENTE

DATOS DE LA ETAPA: 10

ETAPA: ALFARNATEJO (PULGARÍN ALTO) - ALFARNATE

DISTANCIA TOTAL (EN METROS): 17.540 metros

PUNTO DE INICIO: ALFARNATEJO (PULGARÍN ALTO)

PUNTO DE LLEGADA: ALFARNATE

TIEMPO ESTIMADO: 4 h 50 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 parte desde Pulgarín Alto con sus espectaculares vistas, cruzando el río Sabar, donde situamos restos arqueológicos del Neolítico.

Continuamos el recorrido hasta el encuentro con el nacimiento del río de la Cueva, conocida como Fuente del Borbollón. En este punto se propone realizar un descanso para el caminar y calmar la sed de nuestro cuerpo, tomando conciencia de la importancia que tiene nuestro instrumento físico.

Seguimos avanzando hasta llegar a Alfarnatejo, que se encuentra abrigado entre los picos Chamizo, Gallo y Vilo. Constituye un enclave único y refugio para bandoleros de múltiples leyendas.

Sus cadenas montañosas representan un lugar de subidas y bajadas como reclamo para aquellos que aman los ascensos y descensos.

Una senda preciosa nos conduce hasta el Bosque Mediterráneo conocido como Las Morillas que cuenta con una gran variedad de árboles y arbustos.

Antes de entrar al bosque se propone realizar una pregunta acerca de algún área de la vida o algún aspecto en concreto.

Se invita a atravesarlo haciendo uso del silencio para imaginarte lo siguiente:

¿Qué información te ofrece la senda en este momento para tu pregunta en particular?

Continuamos avanzando hasta el arroyo del Palancar que divide a Alfarnate en dos, quedando unidas mediante tres puentes.

Una vez que llegamos a Alfarnate que significa molino de harina, Al Farnat. Se fundó durante la época musulmana, cuya tradición se manifiesta en la celebración de moros y cristianos en septiembre.

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.

