

LA VÍA AMOROSA

2026-2027

INSTITUT
AMAR

ÍNDICE

Presentación

Nuestros Valores

Nuestra Propuesta

Proceso AMAR

LA VÍA AMOROSA

CONTACTO

INSTITUT
AMAR

PRESENTACIÓN

Después de casi dos décadas de exploración de lo amoroso en diversos formatos, doy un paso adelante con la creación del **Institut AMAR**. Un espacio que busca albergar a todas aquellas personas que buscamos cultivar, entrenar y transformar lo amoroso en nuestras vidas.

El **Institut AMAR** es la continuación natural del **Programa AMAR**. Necesitábamos un nuevo espacio simbólico para continuar profundizando en nuestra investigación, experiencia y difusión de las prácticas amorosas. Incorporar el término “Institut” nos remite a nuestra voluntad de ganar en solidez y profundidad. En ningún caso a perder la esencia artesanal del espacio que hemos construido con los años. Continuaremos siendo un lugar en el que las personas tienen nombre y los procesos pueden ser atendidos de forma cuidadosa y pormenorizada. Queremos evitar por completo las economías de escala y la locura neoliberal que tanto daño han hecho a la psicoterapia y que acaban neutralizando el poder transformador de estos lugares. Así que continuaremos siendo orgullosamente pequeños en dimensión y universales en ambición. Es la manera en que nos gusta trabajar y en la que hemos comprobado que da mejores resultados.

INSTITUT
AMAR

PRESENTACIÓN

El **Programa AMAR** también nos ha ido enseñando que los procesos de transformación amorosa necesitan de rutas singulares para cada persona. Por eso queríamos ampliar la variedad de propuestas para que encuentres tu espacio de crecimiento amoroso en el **Institut AMAR**. Tendrás seis propuestas grupales anuales y dos puntuales entre las que elegir. Cada momento del camino amoroso necesita de un trabajo interior particular. Esperamos que encuentres aquí el espacio que necesitas. Y si no, te podremos indicar por dónde continuar tu camino ya que el **Institut AMAR** no es la estación final de tu Viaje.

En la voluntad de crear el **Institut AMAR** también está ser más eficaces, eficientes y estimulantes en nuestra tarea de facilitarte la transformación amorosa. Nos encanta nuestro trabajo sobre todo cuando vemos que tiene impacto en ti y en tu cotidiano. No queremos ofrecer experiencias intensas que brillen unos días y se apaguen al volver a casa. Queremos crear espacios de entrenamiento y práctica que ayuden a encarnar la transformación en la vida cotidiana. Porque una comprensión, una experiencia profunda o un retiro pueden abrir una puerta, pero lo que transforma de verdad es aprender a cruzarla una y otra vez en la vida real. Vas a ver que aquí los grupos de trabajo y formaciones que ofrecemos tienen principio y fin por necesidades del guion, pero en realidad nuestra propuesta es que no mires tanto el calendario como la transformación real que puedas llevar a tu cotidiano. Y desde esa verdad decidas tu próximo paso en el Viaje.

INSTITUT
AMAR

PRESENTACIÓN

Los profesionales que he escogido para acompañarme y acompañarte en el **Institut AMAR** son profesionales de la psicología, la psicoterapia y el arte. A todos los he visto florecer, y en algún momento he podido ver su corazón radiante y cómo lo ponían al servicio. A todos nos une la pasión por trabajar lo amoroso de forma amorosa con las personas valientes que confiáis en nosotros cada día. Desde nuestra imperfección amorosa y con una intención inquebrantable de ayudar a desarrollar lo amoroso en ti.

Amar es un idioma complejo que nosotros practicamos, entrenamos y enseñamos. Amar es una acción: nutritiva, unitiva, política, artística y misteriosa que elegimos cultivar para contribuir. Amar es nuestro acto de insumisión ante la tragedia del mundo.

Continúo convencido de que “un día sin amar es un día perdido”, “una vida sin amor es una vida sin sentido” y que vale la pena “convertirse en un perro amoroso del cual nadie sabe el nombre”.

Bienvenido, bienvenida, ya puedes pasar. La mesa está servida.

Lluís Fusté Coetzee
Sant Pol de Mar, enero 2026

INSTITUT
AMAR

NUESTROS VALORES

Tenemos una constelación de valores que sostienen y guían nuestro proceder en el **Institut AMAR**. Son nuestra brújula y queremos que inunden cada una de nuestras acciones desde esta plataforma. Hemos querido sintetizarlo en cinco **valores maestros**.

Amar

Nuestro valor central. "Todo de forma amorosa.“ A la manera de una sentencia délfica. Todo con el objetivo de cultivar lo amoroso. Entendemos el amor no solo como sentimiento, sino como una forma de saber y estar en el mundo. Como una forma de lucidez, como una forma de afirmar la vida sin garantías. Queremos rescatar al amor de las páginas de las novelas románticas y devolverlo a su lugar original: una de las experiencias cumbre del hecho de ser humano.

Transformación

Somos un espacio de cuidado y transformación de las personas. Queremos que las personas puedan desarrollar todo su potencial para amar en sus múltiples formas. Si no hay transformación amorosa, no sirve. Y sabemos que esa transformación no se sostiene solo con comprender: necesita práctica, tiempo, cuerpo, vínculo y continuidad. Nos interesa el amor que transforma: a nosotros, al mundo.

INSTITUT
AMAR

NUESTROS VALORES

Integración

Honramos la psicología, la filosofía, la espiritualidad y el arte como caminos que pueden alimentar la transformación amorosa. Somos psicólogos, psicoterapeutas, buscadores y artistas que unimos nuestros saberes para hacer lo amoroso más accesible.

Coherencia

Queremos ser coherentes. Es fácil decir las cosas sobre el amor y es muy difícil hacerlas. Por eso necesitamos entrenarlas. No queremos que el amor sea solo una idea bella, sino una capacidad disponible en nuestra forma de mirar, hablar, decidir, reparar y vivir.

Para nosotros es un reto constante que nos inspira. Queremos ser ejemplo y testimonio de una manera amorosa de hacer con la vida y los vínculos que la sustentan.

Comunidad

Tenemos vocación activista y comunitaria. Queremos amar en el mundo y con el mundo. Buscamos facilitar el acceso universal a la experiencia amorosa y a compartir esta extraña y maravillosa oportunidad de vivir juntos.

INSTITUT
AMAR

NUESTRA PROPUESTA

El **Institut AMAR** es una flecha que lanzamos al corazón del mundo. Tenemos la vocación de cultivar lo amoroso en todos nuestros vínculos y ayudar a otras personas a conseguir el mismo objetivo.

Por esta razón acompañamos en múltiples formatos, porque sabemos que en cada etapa del camino hace falta un tipo de espacio de trabajo particular. A veces individual, a veces en grupo. A veces centrado en los vínculos, a veces en el amor, a veces en el eros. A veces para recordar, a veces para resignificar, a veces para aprender a acompañar a otras personas a cultivar lo amoroso.

Algunas propuestas están pensadas para revisar patrones vinculares concretos. Otras, para recuperar el cuerpo, el deseo y el eros. Y LA VÍA AMOROSA nace como un proceso de entrenamiento e integración amorosa: un camino para cultivar la capacidad de amar y hacer que la respuesta amorosa pueda estar más disponible, encarnada e integrada en la vida cotidiana.

Con la experiencia de estos años hemos ido creando las propuestas que vas a ver a continuación. Esperamos que alguna te llame y podamos trabajar y compartir juntos una parte del camino a amar.

INSTITUT
AMAR

¿QUÉ ES EL **PROCESO AMAR**?

El **Proceso AMAR** es el corazón del **Institut AMAR** y el fruto de un camino que iniciamos hace muchos años con una pregunta esencial:

¿Cómo hago para amar?

La historia es larga pero con el paso de los años, las respuestas cristalizaron en la primera **Expedición AMAR**.

Con el tiempo hemos comprendido que amar no es solo una respuesta espontánea ni una inspiración ocasional. También es una capacidad que puede cultivarse, afinarse y entrenarse.

Allí unimos lo vivido y lo aprendido con el estudio y la práctica profunda de tantos otros que, como nosotros, habían intentado escalar la montaña de la transformación amorosa.

Somos legión, y por ello hay una vasta experiencia acumulada. Esa sabiduría inabarcable inspira las rutas que hemos ido trazando para hacer disponible el amor en nuestras relaciones.

Esta investigación existencial tiene el ethos de una creación artística. Los paisajes internos cambian, y cada conquista despierta en nosotros una nueva capa de profundidad y sutileza. Pero la pulsión continúa intacta y el proceso pide una constante afinación.

INSTITUT
AMAR

¿QUÉ ES EL **PROCESO AMAR**?

El **Proceso AMAR** es nuestra propuesta para que puedas desarrollar toda tu capacidad amorosa. Sabemos que la maduración es habitualmente en espiral, que tu transformación depende de multiplicidad de factores, así que te ofrecemos diversas propuestas para que construyas tu ruta singular para desarrollar lo amoroso en ti.

A nivel grupal tienes seis propuestas:

VINCULAR: El trabajo con la vinculación.

LA VÍA AMOROSA: Proceso de integración de la respuesta amorosa en la vida cotidiana.

EROS: La expansión de la vida erótica.

ENCARNAR: Llevar el amor al día a día.

PRACTICANDO AMAR: Grupo de práctica amorosa matinal.

OFICIO: Supervisión amorosa para profesionales del acompañamiento.

Escoge la que en este momento sientas que es la que necesitas para crecer amorosamente. Las propuestas están pensadas para que las puedas realizar todas las veces que necesites hasta que sientas que has podido integrar los contenidos y las experiencias que allí te ofrecemos.

INSTITUT
AMAR

¿QUÉ ES EL **PROCESO AMAR**?

No hay una jerarquía, ni una ruta preestablecida dentro del **Proceso AMAR.** Se puede empezar por cualquier grupo de trabajo de los propuestos y continuar por otro o repetir o salir del proceso o hacer dos a a la vez. La guía serán tus necesidades y posibilidades de desarrollo amoroso momento a momento. A partir de allí vamos construyendo contigo la ruta que te permite integrar tus objetivos amorosos y vinculares.

Además de estas propuestas, si lo tuyo son los retiros, puedes venir a afinar tu capacidad amorosa en el **Retiro AMARES** y el **Retiro EROS**, o en los dos seguidos. Aquí podrás actualizar en poco tiempo tu estar amoroso y revitalizar su presencia amorosa en el mundo. Y si lo tuyo no es lo grupal, puedes hacer el **Proceso AMAR** de forma individual dentro de un formato de psicoterapia.

Y si lo que buscas es saber cómo aplicar toda la sabiduría amorosa en tus acompañamientos, te invitamos a que participes en **OFICIO** o en la **Supervisión individual** que ofrecemos.

A continuación te presento **LA VÍA AMOROSA**. Esta aventura toma forma de entrenamiento, pero su objetivo profundo es la integración: construir una práctica amorosa propia, capaz de acompañarte más allá de los encuentros, los retiros y las experiencias puntuales. No entrenamos por entrenar; entrenamos para que la respuesta amorosa pueda volverse más encarnada, más disponible y más real en la vida cotidiana.

LA VÍA AMOROSA

INTRODUCCIÓN

LA VÍA AMOROSA es un proceso de investigación. entrenamiento e integración amorosa para personas que ya han hecho camino interior y quieren llevar esa transformación a su vida cotidiana.

Muchas personas han hecho terapia, retiros, formaciones, prácticas meditativas o experiencias profundas. Han comprendido cosas importantes. Han tocado momentos de presencia, apertura, claridad o amor. Y, sin embargo, al volver al día a día, descubren que algo de todo eso no siempre consigue sostenerse.

La vida cotidiana vuelve a imponerse: la prisa, la reacción, la dureza, el cansancio, la dispersión, el juicio, los viejos automatismos.

LA VÍA AMOROSA nace para ese lugar: para ayudarte a integrar la respuesta amorosa en tu vida real. No se trata solo de entrenar tu capacidad de amar, sino de practicarla lo suficiente para que pueda ir tomando cuerpo en tu manera de mirar, sentir, pensar, vincularte, decidir y actuar.

Por eso entrenamos cada día lo amoroso. Porque lo que no se practica difícilmente se encarna. Y por eso estudiamos el fenómeno amoroso. No para convertir el amor en teoría, sino para comprender sus dimensiones, sus obstáculos, sus desviaciones y sus posibilidades.

A lo largo de 9 encuentros te facilitaremos prácticas, mapas, lecturas, vivencias en grupo y espacios de integración para reconocer, transformar y desarrollar los múltiples amares en ti.

LA VÍA AMOROSA

INTRODUCCIÓN

A lo largo de la historia, muchas de las grandes tradiciones espirituales han explorado el amor, la compasión, la gratitud, la devoción o la fraternidad. Reconocemos el valor de esas investigaciones y aprendemos de ellas.

Sin embargo, **LA VÍA AMOROSA** no pertenece a ninguna religión, doctrina o sistema de creencias.

Nuestra propuesta nace principalmente del marco de la psicología humanista y de décadas de exploración práctica de lo amoroso.

No necesitas creer en ninguna cosmología particular, adherirte a ninguna tradición espiritual ni compartir una determinada visión del mundo para participar.

Lo que nos interesa es una pregunta profundamente humana:

¿Cómo desarrollar nuestra capacidad de amar hasta convertirla en una respuesta amorosa disponible en la vida cotidiana?

Ese es el centro de nuestra propuesta.

LA VÍA AMOROSA

QUÉ VAMOS A ENTRENAR E INTEGRAR

- Tu **respuesta amorosa,** para que la presencia y los diferentes amares estén más disponibles en tu vida cotidiana.
- **Transformar** comprensiones, experiencias y aprendizajes previos en prácticas concretas que puedan sostenerse en tu día a día.
- **Reconocer** los recursos y obstáculos para amar que proceden de tu biografía, tu sistema, tu cultura y tu carácter.
- **Incorporar** de forma nutritiva y sanadora tu historia, tus heridas y tus cumbres amorosas.
- **Adquirir** recursos para poder estar presente o recuperar tu presencia en las diferentes situaciones de tu cotidiano.
- Reconocer los momentos en los que el amor deja de estar disponible y **aprender** a volver a él de forma practicable.
- **Discernir** qué es amoroso y qué no en tu vida.
- **Aprender prácticas** concretas de benevolencia, compasión, perdón, misericordia, aprecio, gratitud, admiración, honra, devoción, amistad, hermandad y unión.
- **Llevar** lo amoroso a tus vínculos, tus decisiones, tus hábitos y las personas que amas.
- **Construir** una práctica amorosa cotidiana que te permita alimentar de forma autónoma las actitudes, aptitudes y recursos amorosos trabajados.

LA VÍA AMOROSA

METODOLOGÍA

Pedagogía orgánica

Este es el nombre que le damos a nuestra forma de conseguir la transformación en el **Proceso AMAR**. Para nosotros es central podernos adaptar a tu realidad amorosa, y a la del resto de las personas que conforman el grupo de trabajo, y buscar una manera en la que los contenidos se procesen y adquieran de la forma más natural y orgánica. Nos obsesiona la progresión de los recursos amorosos de las personas que nos confían su crecimiento y por ello nos adaptamos, y adecuamos los contenidos y las dinámicas constantemente, para que cada persona tenga la oportunidad de abrir, entrenar e integrar las Puertas de Amar y llevar los frutos a sus vínculos y a su cotidiano.

Aprendizaje y entrenamiento vivencial en grupo

El corazón de **LA VÍA AMOROSA** es el entrenamiento vivencial en grupo al servicio de la integración: encuentros mensuales en Sala AMAR, un retiro de profundización y una ruta final de integración en la naturaleza. El 85% del tiempo de estos encuentros está dedicado a que explores de forma vivencial y en grupo los contenidos del programa. Sabemos que la práctica es una vía regia hacia la transformación. Por eso el proceso no se limita a comprender los amares, sino a entrenarlos en el cuerpo, en la palabra, en el vínculo y en situaciones concretas de la vida.

LA VÍA AMOROSA

El grupo va a ser tu primer espacio de laboratorio y sostén para poner en práctica de forma segura tus vivencias, sensaciones y aprendizajes en relación con lo amoroso. Será también un espacio de entrenamiento compartido: un lugar donde practicar, recibir espejo, ajustar, volver a intentar y descubrir cómo lo amoroso puede encarnarse en presencia de otras personas.

Este grupo de trabajo lo forman tanto acompañantes profesionales como buscadores que tienen la intensa intención de desarrollar todo su potencial amoroso. Los vínculos, los espejos, las alianzas, los conflictos, la vida en el grupo te serán una fuente constante de inspiración y acicate. Hacer este viaje en grupo multiplica tus posibilidades de transformación como hemos podido comprobar a lo largo de los años.

Teorías

Como nos recuerda Kurt Lewin, no hay nada más práctico que una buena teoría. Los mapas teóricos serán presentados al servicio del entrenamiento: para comprender qué estamos practicando, por qué lo practicamos y cómo llevarlo a escenas concretas del cotidiano.
Todas las propuestas prácticas, individuales y grupales, están sustentadas sobre mapas teóricos solventes y tienen como guía los objetivos detallados del programa.

Estos mapas teóricos serán presentados en los encuentros y en un espacio virtual: un aula virtual, en el que recibirás toda la información teórica necesaria para explorar, conocer, entender y poder aplicar en la práctica las propuestas de **LA VÍA AMOROSA**.

LA VÍA AMOROSA

Todo el material facilitado lo podrás utilizar tanto para facilitar tu propio desarrollo como compartirlo con otras personas interesadas en transformar sus posibilidades de amar. Cada dos semanas recibirás inspiraciones, lecturas, preguntas, bibliografía recomendada.... para poder procesar las experiencias vividas en los encuentros vivenciales y continuar profundizando en sus bases teóricas y sus posibilidades de aplicación en tu vida.

LA VÍA AMOROSA se inspira principalmente en la psicología humanista y existencial, integrando aportaciones de la psicoterapia contemporánea, las ciencias contemplativas, la filosofía, el arte y diversas tradiciones de sabiduría.

Nos interesan estas tradiciones no como sistemas de creencias que deban ser aceptados, sino como fuentes de experiencia y conocimiento sobre el desarrollo humano.

Construir tu práctica amorosa cotidiana

La transformación no se sostiene solo en los encuentros. Entre encuentro y encuentro estará una parte esencial del proceso de integración: entrenamiento: llevar las prácticas a tu cuerpo, tus vínculos, tus decisiones, tus momentos de cierre y tus momentos de apertura.

El objetivo no es que dependas indefinidamente del grupo, sino que aprendas a construir tu propia práctica amorosa: una forma concreta, realista y sostenible de cuidar tu presencia, tu corazón y tu manera de estar en el mundo.

Para ello, recibirás audios y propuestas de práctica que te ayudarán a entrenar en soledad o en compañía de tus cómplices amorosos.

LA VÍA AMOROSA

Acompañamiento profesional, atento y amoroso

Vamos a hacer un proceso complejo a nivel psíquico y que puede ser difícil a momentos. Por eso te ofrecemos un acompañamiento profesional, atento y amoroso con Lluís Fusté, psicólogo sanitario, psicoterapeuta reconocido internacionalmente y creador del Programa AMAR y de LA VÍA AMOROSA, con una experiencia contrastada en el acompañamiento de procesos de transformación amorosa en grupo.

En un eproceso de integración de esta profundidad, el acompañamiento no consiste solo en explicar contenidos, sino en ayudarte a ajustar la práctica, reconocer obstáculos, sostener dificultades y encontrar formas reales de llevar lo aprendido a tu vida.

Durante todo el proceso tendrás un único referente principal. Esto permite crear continuidad, intimidad y seguimiento real. Lluís podrá conocerte con más profundidad, acompañar tu proceso de forma pormenorizada y ofrecer respuestas personalizadas a tus dudas, dificultades y descubrimientos.

El vínculo personal es una herramienta fundamental en nuestra forma de acompañar la transformación amorosa. Por eso minimizamos el número de participantes y cuidamos especialmente la continuidad del proceso. De esta manera se establecen los vínculos, la confianza y la precisión necesarias para realizar el entrenamiento que buscamos.

LA VÍA AMOROSA

METODOLOGÍA

Comunidad de práctica: Practicando AMAR

Además de los encuentros presenciales, LA VÍA AMOROSA estará acompañada por Practicando AMAR, un espacio online para sostener la práctica, entrenar la presencia y mantener vivo el cultivo de lo amoroso en el cotidiano.

Este espacio permite que el proceso no quede limitado a un fin de semana al mes, sino que encuentre continuidad en la vida real.

Las prácticas estarán sincronizadas con los encuentros de LA VÍA AMOROSA y te ayudarán a seguir entrenando e integrando tu capacidad de amar entre una sesión y otra.

Antes de inscribirte, podrás conocer este espacio a través de sesiones abiertas de Practicando AMAR.

LA VÍA AMOROSA

A QUIÉN VA DIRIGIDO

LA VÍA AMOROSA está dirigida a personas que ya han transitado un proceso interior y sienten que ha llegado el momento de llevar esa transformación a su vida cotidiana.

Es especialmente para ti si has hecho terapia, formaciones, retiros, prácticas meditativas, trabajo con plantas maestras, experiencias psicodélicas o empatógenas, procesos de autoconocimiento o experiencias profundas, y sientes que muchas comprensiones importantes todavía no se han convertido en una forma cotidiana de vivir.

También es para ti si no buscas acumular más teoría, sino entrenar una respuesta amorosa en escenas reales de tu vida: contigo, con tus vínculos, con las personas que amas y con el mundo.

No se requiere experiencia previa en AMAR, pero sí una disposición sincera a practicar, participar en grupo y construir una forma propia de cultivar lo amoroso en tu cotidiano.

También puede ser especialmente valiosa para profesionales del acompañamiento —psicoterapeutas, educadores, mediadores, artistas o profesionales de la salud— que quieran integrar una práctica amorosa más viva, encarnada y cotidiana en su forma de acompañar.

LA VÍA AMOROSA

PROGRAMA y CALENDARIO

ENCUENTRO 1. Amar es Presencia.
17 de octubre de 2026.

Antes de amar, necesitamos estar. Estar en el cuerpo, estar en la respiración, estar en el vínculo, estar en la vida tal como aparece. La Presencia es la Puerta o de **AMAR** porque abre todas las demás: sin presencia, el amor se confunde fácilmente con reacción, necesidad, defensa, fantasía o automatismo.

Amar es Presencia significa aprender a parar, regularte, sentir el cuerpo, observar la mente, contemplar y dotarnos de las herramientas para investigar ese fenómeno que somos. No para controlar la experiencia, sino para recuperar el lugar interior desde el que podemos responder en lugar de reaccionar.

Vivimos en una sociedad de la no presencia: mil puertas nos invitan a escapar del aquí y ahora, ya lo sabes. Pero allí donde va nuestra atención, se organizan nuestra identidad, nuestro cuerpo y nuestra manera de vincularnos. Por eso, conquistar la presencia es también conquistar libertad.

En este encuentro exploraremos la presencia como una práctica base para el proceso amoroso. Aprenderemos a reconocer los surgimientos de la mente —pensamientos, emociones, impulsos, defensas— sin quedar atrapados en ellos. Cultivaremos el contemplador interno: esa parte capaz de darse cuenta, sostener la experiencia y elegir una respuesta más amorosa. Entrenar la Presencia es el primer paso de **LA VÍA AMOROSA.**

LA VÍA AMOROSA

ENCUENTRO 2. Amar es Benevolencia.
21 de noviembre de 2026.

La Benevolencia es una de las primeras Puertas de AMAR porque nos enseña a orientar el corazón hacia una dirección sencilla y radical: quererme bien y querer bien al otro.

Amar es Benevolencia hacia otros significa cultivar el deseo de que la otra persona esté bien, sin convertirla en objeto de nuestras necesidades, sin esperar recompensa, sin pasar factura. No es apego, no es complacencia, no es salvar a nadie. Es aprender a mirar al otro desde un lugar más amplio, más seguro y más amoroso.

Pero esta benevolencia no puede sostenerse si nos tratamos con dureza, desprecio o abandono. Por eso también necesitamos practicar la **Benevolencia hacia mí:** aprender a quererme bien, a hablarme mejor, a calmarme, a cuidarme y a poner fin a ciertas formas de violencia contra mí mismx.

En este encuentro exploraremos la Benevolencia como una práctica encarnada: un estado que podemos convocar con el cuerpo, la respiración, la imaginación, el gesto y la palabra. Practicaremos con vínculos concretos de nuestra vida y observaremos los obstáculos que aparecen: el odio, el miedo, el resentimiento, la sensación de no merecer o la confusión entre amor y apego.

Tener los recursos para entrenar y alimentar el amor benevolente permite crear una base segura para crecer en el amor.

LA VÍA AMOROSA

ENCUENTRO 3. Amar es Compasión: el amor que transforma.
19 de diciembre de 2026

El dolor forma parte de la vida. Pero el sufrimiento aparece cuando nos peleamos con la experiencia, cuando nos atacamos por sentir, cuando quedamos atrapados en el carácter, la culpa, la vergüenza, la impotencia, el miedo o la soledad.

La **Compasión** no es solo un sentimiento: es, sobre todo, una motivación amorosa. Una orientación activa del corazón que dice: quiero que encuentres las verdaderas causas de tu sufrimiento, que puedas erradicarlas y que yo pueda ayudarte a ello.

Amar es Compasión hacia mí significa poder acompañarme cuando estoy sufriendo. Parar el autoataque, reconocer lo que se ha activado en mí y ofrecerme una respuesta que me permita encontrar las verdaderas causas de mi sufrimiento. Aprender a decirme: estoy aquí, quiero ayudarte, no castigarte, saldremos de esta, sígueme.

Entrenaremos la compasión como una forma concreta de acompañar el sufrimiento sin atacarnos, huir, endurecernos o quedar atrapados en la culpa y la vergüenza.

La compasión no elimina mágicamente las dificultades de la vida. Pero cambia radicalmente la forma en que las atravesamos.

LA VÍA AMOROSA

ENCUENTRO 4. El Viaje del Perdón.
16 de enero de 2027.

Abrir la puerta del Perdón hacia ti mismo y hacia el otro es un Viaje. Un viaje para liberar la energía que quedó atrapada en agravios no resueltos contigo mismo y con el mundo.

Amar es Perdonarme significa no retirarme el amor a pesar de mis errores, heridas o dificultades. No es justificarme ni negar las consecuencias de mis actos. Es mirar con verdad, asumir responsabilidad y dejar de usar la culpa como castigo. Aprender a decirme: veo lo que pasó, quiero reparar lo que pueda y no voy a abandonarme por ello.

Amar es Perdonarte significa no retirarte completamente el amor a pesar del daño recibido. No es sumisión, indulto ni olvido. El perdón no elimina la necesidad de límites, justicia o reparación: nos ayuda a soltar la violencia que quedó instalada en el resentimiento.

En este encuentro de **LA VÍA AMOROSA** aprenderemos a guiarnos en este viaje para no quedarnos varados, como Ulises, en mares antiguos de culpa, rabia o dolor. Activaremos y entrenaremos partes internas - Contempladora, Guerrera, Abogada y Antropóloga— para recuperar la parte Compasiva en el vínculo.

Practicaremos con escenas concretas, cuerpo, palabra y presencia. No para forzar el perdón antes de tiempo, sino para abrir un camino posible: reconocer, expresar, reparar, soltar, pedir perdón, perdonarme o perdonar.

Perdonar no siempre significa reconciliarse. A veces significa dejar de seguir viviendo encadenados al daño, recuperar libertad interior y permitir que lo amoroso vuelva a circular.

LA VÍA AMOROSA

ENCUENTRO 5. RETIRO "EL AMOR INCONDICIONAL"
19 al 21 de febrero de 2027. En una casa de retiros.

Este será un encuentro en formato especial: un retiro que realizaremos en una casa de retiros para acercarte a la posibilidad de desplegar los amares compasivos en toda su potencia.

Volveremos sobre las Puertas de la Presencia, la Benevolencia, la Compasión y el Perdón para abrir la Puerta cumbre, no dual, de los amares compasivos: Amar es Misericordia.

Esta experiencia del amor compasivo está marcada por la incondicionalidad. Buscaremos la experiencia de la benevolencia y la compasión incondicional hacia todos los seres que pueblan mi vida, incluida mi propia persona.

Será un tiempo para profundizar, practicar y dejar que lo amoroso se ensanche más allá de nuestras preferencias, heridas, simpatías o rechazos. Un espacio para acercarnos a esa posibilidad difícil y luminosa: no retirar completamente el amor, incluso allí donde algo en nosotros tiende a cerrarse.

Un retiro de intimidad, silencio y contacto profundo con la amorosidad y sus posibilidades en ti, al servicio de una práctica amorosa más estable, concreta y disponible en tu vida cotidiana.

LA VÍA AMOROSA

ENCUENTRO 6. Amar es Aprecio y Agradecimiento.
13 de marzo de 2027.

La Vía Amorosa abre ahora las Puertas del Aprecio y el Agradecimiento: dos amares admirativos que nos enseñan a volver a mirar la vida antes de darla por supuesta.

Apreciar es percibir la esencia maravillante de lo que está aquí. Es despertar los sentidos, salir de la velocidad y recordar que todo cambia: el cuerpo, los vínculos, la comida, el aire, las personas que amamos, la vida que creemos garantizada.

Agradecer es reconocer lo recibido. Es dejar de vivir desde la mente carente y aprender a contactar con todo lo que nos ha sostenido, acompañado y traído hasta aquí.

En este encuentro practicaremos el aprecio y el agradecimiento con el cuerpo, la mirada, la palabra y la acción: apreciar lo cotidiano, agradecer a quienes forman parte de nuestra historia, reconocer lo valioso que ya está presente y dejar que la gratitud se convierta en una meditación en movimiento.

La gratitud no será tratada como una idea positiva, sino como una práctica perceptiva, corporal y relacional capaz de modificar nuestra manera de habitar el día.

Un encuentro para salir del embotamiento, abrir los sentidos y recordar algo esencial: la vida no solo se atraviesa; también puede ser apreciada, agradecida y amada.

LA VÍA AMOROSA

ENCUENTRO 7. Aprender a Admirar y Admirarme.
17 de abril de 2027.

La Vía Amorosa avanza atravesando la **Puerta 10: Amar es Admirar** y la **Puerta 11: Amar es Admirarme**. Dos puertas para recuperar una forma de mirar capaz de devolvernos belleza, asombro y gratitud por la vida.

Admirar es aprender a mirar de nuevo. No solo las cosas bellas, los logros o los grandes momentos, sino también las personas, los vínculos, el mundo y la existencia misma por lo que son. Es entrenar una mirada que no reduce, no consume y no da la vida por sentada, sino que reconoce el milagro que la habita.

Admirarme es poder reconocer el milagro que también soy. No desde el narcisismo ni la comparación, sino desde una intimidad agradecida con mi cuerpo, mi historia, mis dones, mis intentos y mi camino.

En este encuentro practicaremos cómo despertar la admiración a voluntad: en lo que nos rodea, en las personas que amamos y en nuestra propia vida. Un espacio para recordar que habitamos un milagro, que formamos parte de él y que aprender a admirar también es una forma profunda de amar.

Entrenar la admiración nos ayuda a recuperar una relación más viva con el mundo, con las personas que amamos y con nuestra propia existencia.

LA VÍA AMOROSA

ENCUENTRO 8. Amar es Honrar lo que me sostiene y descansar en la Devoción.
22 de mayo de 2027.

En este encuentro continuaremos encarnando los amares admirativos y abriremos la Puerta 12: Amar es Honrar y la Puerta 13: Amar es Devoción.

Unos amares que suenan antiguos, pero que al ser desvelados y vividos nos devuelven pertenencia, cuidado, perspectiva y paz.

Honrar es reconocer lo recibido. Es mirar la vida, los vínculos, los maestros, los ancestros, el cuerpo y el camino recorrido sin darlo todo por sentado. Aprender a honrar nos vitaliza para hacer de nuestra vida una obra más sabia, más bella y más amorosa.

También nos acercaremos a la Devoción, experiencia cumbre de los amares admirativos. Trabajaremos la devoción no como creencia ni adhesión religiosa, sino como una capacidad humana de vaciarse, descansar y emtregarse. Desde esta perspectiva, la devoción pertenece al patrimonio psicológico de la humanidad y puede ser cultivada por creyentes, agnósticos y ateos por igual.

La devoción y la espiritualidad son recursos profundamente humanos: no pertenecen solo a las religiones, ni necesitan quedar encerradas en ellas. Nos pertenecen por derecho propio.

En este encuentro entrenaremos cómo descansar en la devoción, ampliar nuestra sensibilidad y abrir nuevas alegrías existenciales. Un espacio para inclinar y vaciar el corazón ante lo que merece ser cuidado, reconocido y encarnado.

LA VÍA AMOROSA

ENCUENTRO 9. Ruta en la Naturaleza "Amar es Amistad, Hermandad y Unión"
11, 12 y 13 de junio de 2027

En este último encuentro de **LA VÍA AMOROSA** saldremos a la naturaleza para abrir las tres Puertas de los amares fraternales: Amar es Amistad, Amar es Hermanarse con Todo y Amar es Comunión.

Será una ruta para explorar la philia y la philadelphía: la amistad, la hermandad y la posibilidad de reconocernos parte de una misma vida. Caminaremos para descubrir qué nos abre y qué nos impide tratarnos como verdaderos amigos, hermanos y hermanas, compañeros de camino.

La naturaleza será el espacio de práctica: el cuerpo caminando, el grupo, el silencio, la tierra, el cansancio, el alimento compartido y la belleza sencilla del mundo. Exploraremos la amistad con uno mismo, la fraternidad con las otras personas y la posibilidad de hermanarnos también con los árboles, los animales, el cielo y todo lo que nos sostiene.

Un retiro-peregrinaje para cerrar el proceso, integrar lo vivido y abrirnos a la experiencia final de los amares fraternales: pertenecer, caminar juntos y recordar que amar también es reconocer la vida como casa común.

LA VÍA AMOROSA

EQUIPO

Instructor: Lluís Fusté

Terapeuta Ayudante: Frode Huse Gjendem.

DURACIÓN

De octubre 2026 a junio de 2027

HORARIOS

LA VÍA AMOROSA es un proceso de 9 meses con encuentros presenciales mensuales, prácticas entre encuentros, un retiro de profundización y una ruta final de integración en la naturaleza.

Encuentros: sábado de 10h a 20h.

Retiro "Amor incondicional": viernes 18h a domingo 16h.

Ruta de "Amistad, Hermandad y Unión": viernes 10h a domingo 16h

LUGAR

Los encuentros son presenciales y se realizan en la Sala AMAR de la calle Ter 20, entlo. 8. No hay posibilidad de asistir de forma online.

El retiro y la ruta se llevarán a cabo en masías o rutas ubicadas en Cataluña.

LA VÍA AMOROSA

COSTES

La inscripción incluye el proceso completo de entrenamiento durante 9 meses: encuentros presenciales, materiales, prácticas guiadas, acompañamiento grupal y acceso a Practicando AMAR durante el proceso.

El precio de **LA VÍA AMOROSA** es de **1.575 euros**

(*) No está incluida la estancia en el retiro de invierno ni en la ruta de primavera.

.

Ofrecemos dos formas de pago:

A) Importe completo al momento de la inscripción. Tiene una bonificación de 100 euros.

B) En cinco plazos:

1. Momento de la inscripción o antes de septiembre: 475 euros.
2. Septiembre, noviembre, enero y marzo: 275 euros.

En caso de hacer el pago vía bancaria se realizará en la cuenta: ES89 2100 6887 6302 0000 2516 indicando “LA VÍA AMOROSA” y tu nombre

GRUPO

El grupo tendrá un mínimo de 12 participantes y un máximo de 20 participantes.

LA VÍA AMOROSA

CERTIFICACIÓN

Si asistes a un 90% de las actividades presenciales, realizas las prácticas y trabajos de integración propuestos y valoramos que se ha producido una integración suficiente de las prácticas, contenidos y recursos trabajados, te expediremos un certificado avalado por el Institut AMAR y los formadores.

Al incluir espacios de trabajo experiencial y psicoterapéutico en grupo, se podrá valorar la expedición de un certificado específico para aquellas personas que necesiten acreditar horas de proceso grupal, según los criterios de la entidad correspondiente.

PROCESO DE INSCRIPCIÓN

El proceso de inscripción es el siguiente:

1. Envía un correo solicitando tu inscripción.
2. Recibirás una respuesta con un cuestionario a rellenar.
3. Al recibirlo nos pondremos en contacto contigo para concertar una entrevista o proponerte que hagas el pago inicial.
4. Al hacer el pago inicial ya tendrás tu plaza reservada en **LA VÍA AMOROSA**.

OTROS PROYECTOS

Toda la información de estos proyectos la encontrarás debidamente actualizada en nuestra web: **www.institutamar.org**

ENCARNAR

https://institutamar.org/encarnar/

RETIRO AMARES

https://institutamar.org/retiroamares/

RETIRO EROS

https://institutamar.org/retiro-eros/

PSICOTERAPIA INDIVIDUAL Y GRUPAL

https://institutamar.org/psicoterapia-individual/

SUPERVISIÓN INDIVIDUAL Y GRUPAL

https://institutamar.org/oficio/

+ PISTAS

Además en nuestra web puedes consultar:

EQUIPO

https://institutamar.org/equipo/

TESTIMONIOS

https://institutamar.org/testimonios-amar/

MATERIALES

https://institutamar.org/materiales/

CONTACTO

Para acabar queremos agradecer a todas las personas que han confiado en AMAR este tiempo y han hecho posible con su contribución que hayamos llegado hasta aquí.

Gracias de corazón.

Y a ti que has llegado hasta aquí, gracias. Espero que nos podamos encontrar. Y si no es así que puedas tener un vida llena de retos, frutos, crecimiento y momentos amorosos.

Un fuerte abrazo y hasta pronto.

Barcelona
Ter 20, Entlo. 8
Pelai 12, 6-E

Sant Pol de Mar
Manzanillo 3

hola@institutamar.org
0034667929249

www.institutamar.org