

Cursos de autoconocimiento online en castellano con Daniel Gabarró

¿Por dónde empezar?

En castellano, actualmente puedes seguir dos espacios online:

Aula Interior, si quieres empezar un camino ordenado de autoconocimiento.

Profundización Interior, si ya has hecho Aula Interior y quieres continuar profundizando.

No son dos cursos alternativos.

Son dos momentos distintos del mismo camino.

Primero va Aula Interior.

Después, si quieres seguir, puedes hacer Profundización Interior.

También realizo cursos presenciales en catalán.

Si entiendes catalán y quieres ver el mapa completo de cursos, puedes consultarlo aquí:

[Ver cursos en catalán](#)

1

Quiero empezar un camino ordenado de autoconocimiento

→ Aula Interior

Aula Interior es el curso base.

Un proceso de autoconocimiento profundo, ordenado y práctico para comprenderte mejor, observar tus automatismos, dejar de repetir algunos patrones y vivir con más paz interior.

Está pensado para darte un mapa y una brújula: no solo ideas bonitas, sino pasos concretos para entender qué te pasa y qué puedes hacer en tu vida cotidiana.

No se trata de acumular más información.

Se trata de ordenar las piezas, comprenderlas y empezar a vivirlas.

PUEDEN SER PARA TI SI:

has leído, has hecho cursos, has ido a terapia o llevas tiempo trabajando en ti, pero sientes que todavía tienes muchas piezas sueltas y te falta un mapa claro para ordenarlas, integrarlas y vivir con más paz.

También puede ser para ti si empiezas ahora, pero quieres hacerlo con una estructura clara y pasos concretos, sin ir dando tumbos.

QUIZÁ NO ES TU MOMENTO SI:

solo buscas una experiencia puntual, una técnica rápida o ahora no puedes dedicarle un mínimo aproximado de una hora a la semana durante varios meses.

Formato: online completo en castellano.

Puedes seguir las sesiones en directo o verlas después cuando quieras.

Cada sesión queda disponible en vídeo y audio. Además, puedes recibirla en el teléfono para escucharla donde quieras: en casa, en el coche, paseando, en el gimnasio o cuando tengas un rato.

Duración: de octubre a junio, con integración de julio a septiembre.

Inicio: martes 6 de octubre de 2026.

Acompañamiento: si tienes dudas, te respondo yo personalmente.

Incluye: vídeo, audio, PDF de cada sesión, boletín semanal de dudas, Zoom mensual y clases de yoga grabadas opcionales.

El formato online es completo en sí mismo. No necesitas asistir a ningún presencial para hacer el proceso.

Precio:

Online desde 1.000 € en pago único.

También hay pagos en cuotas y posibilidad de beca.

Más información:

danielgabarro.com/aula/

Ya he hecho Aula Interior y quiero continuar

→ Profundización Interior

Profundización Interior es un espacio de continuidad solo para personas que ya han hecho Aula Interior.

No es un curso para empezar desde cero.
Tampoco es simplemente "más contenido".

Es un espacio semanal para mantener vivo el trabajo interior, seguir practicando y profundizar en lo psicológico y lo espiritual sin prisas, sin dogmas y con acompañamiento.

Aula Interior tiene un recorrido con principio y final.
Profundización Interior existe para seguir entrenando, recordando e integrando lo aprendido en la vida cotidiana.

Porque comprender algo una vez no significa haberlo integrado.
Y porque lo valioso necesita ser cuidado.

PUEDER SER PARA TI SI:

ya has hecho Aula Interior y quieres continuar creciendo de forma constante, consolidar lo aprendido y dedicar aproximadamente una hora semanal a tu crecimiento interior.

NO ES PARA TI SI:

estás empezando tu camino interior, no has cursado Aula Interior o ahora prefieres repetir Aula Interior para reforzar las bases sin dividir tu atención.

Formato: online completo en castellano.

Puedes seguir las sesiones en directo o verlas después cuando quieras.

Cada sesión queda disponible en vídeo y audio. Además, puedes recibirla en el teléfono para escucharla donde quieras: en casa, en el coche, paseando, en el gimnasio o cuando tengas un rato.

Duración: de septiembre a julio.

Inicio: lunes 7 de septiembre de 2026.

Acompañamiento: si tienes dudas, te respondo yo personalmente.

Incluye: vídeo, audio, PDF de cada sesión, boletín semanal de dudas y Zoom mensual.

Importante: Profundización Interior es solamente para exalumnos y exalumnas de Aula Interior.

Precio:

Online: 440 € en pago único o 50 €/mes durante 11 meses. Hay posibilidad de beca.

Más información:

danielgabarro.com/profundizacion/

Resumen

Si quieres empezar: Aula Interior.

Si ya has hecho Aula Interior y quieres continuar: Profundización Interior.

Si entiendes catalán y quieres ver también los cursos presenciales:
[ver mapa completo en catalán](#)

Daniel Gabarró

danielgabarro.com

Precios, fechas y condiciones vigentes en la web.