

## UNA EXPLORACIÓN ESPIRITUAL SOBRE EL AMOR

El amor y la espiritualidad beben de la misma fuente. En realidad, quien ama, y ama bien, es por fuerza un ser espiritual. A veces estamos perdidos, inmersos en emociones que nos hacen sufrir. Cuando la persona conecta con su verdad, su yo auténtico, sin máscaras, descubre un mar infinito de amor entre sí, que brota y se extiende a todos los seres que la rodean. Una nueva conciencia emerge, la conciencia gozosa de la unidad. Entonces sólo hay paz, gozo, éxtasis y felicidad.

Un ciclo de 10 sesiones para conectar con la propia naturaleza humana.

### **Isabel Solana - 23 de enero**

Los límites del ego versus el milagro del amor

El sufrimiento es el efecto secundario de la ignorancia.

Del conocimiento emana la experiencia del poder personal y de la paz.

¿Pero, conocer qué? ¿Qué es exactamente lo que según las escrituras yóguicas, el budismo, ¿un Curso de Milagros, nos dará la luz del amor?

Lo que hay que saber, lo que es imprescindible aprender, son las trampas y engaños de la mente ego. Son las responsables de levantar una falsa construcción, un laberinto en el que vamos dando tumbos sin rumbo. Necesitamos descubrir, lo antes posible, las trampas, las puertas traseras, los espejos mágicos y encantadores.

Cada vez que eludimos el ego se nos revela la verdad por vía directa. Y nos llega la experiencia de la libertad, del poder, de la vida, del amor.

Isabel Solana es profesora de Yoga Kundalini y co-creador de HappyYoga. Estudiante de Un Curso de Milagros. Madre y abuela. Durante veinte años fue directora creativa de publicidad, a su propia agencia y en multinacionales. Cambió de paradigma a los 40 años gracias a la asistencia e inspiración de Hargobind Singh. Desde entonces se ha dedicado por completo al yoga, en cuerpo y alma. Tiene tres hijos y tres nietos. ¿Se podrían hacer negocios de amor? ¿Escuelas de teatro de amor? ¿Se podría hacer todo, todo, siguiendo la inspiración del corazón? Para responder a esta pregunta creó -con sus socias Jessica y Fedora- el HappyYoga, una marca que impulsa centros de yoga y promueve profesorados de yoga kundalini en diferentes lugares del mundo.

## **Francesc Miralles - 28 de enero**

Ikigai: el propósito de nuestra vida

¿Cuál es el origen de la palabra Ikigai? Ikigai significa 'razón de ser' o 'pasión de nuestra vida' en japonés, pero como lo podemos encontrar? ¿Y si ya lo hemos encontrado, como lo podemos potenciar para que inspire todos los aspectos de nuestra existencia?

El origen la palabra se encuentra en la cultura de los centenarios japoneses. Ellos han encontrado un propósito vital y esto los hace tener una vida amorosa y espiritual larga y plena.

La sesión incluirá un taller práctico para que los alumnos puedan explorar su propio Ikigai.

Francesc Miralles se licenció en filología alemana y ha trabajado como editor, periodista y terapeuta artístico. Actualmente da conferencias por todo el mundo y escribe sobre psicología y espiritualidad en diferentes medios. Su ensayo pionero Ikigai: los secretos de Japón para una vida larga y feliz, coescrito con Héctor García, ha marcado tendencia en todo el mundo, y está en los primeros puestos de venta de las listas de Estados Unidos, Holanda o Turquía, entre otros.

## **Anna Boyé - 4 de febrero**

Amor matriarcal o exploración del amor en una sociedad matriarcal: viaje a la comunidad minangkabau de Sumatra

El amor es la base que estructura todas las sociedades matriarcales a las que he viajado. En estas comunidades "ser" es más importante que "tener". Se valora lo que eres, tu esencia espiritual y vivos arraigado en la tierra, a la naturaleza, al grupo que amas y con el que te relacionas. Las mujeres se ayudan en todas las cuestiones de la vida cotidiana y las emociones negativas como el rencor, la rabia ..., no están bien vistas.

En las sociedades matriarcales vivir se hace más sencillo y espiritual, fuera de la rutina patriarcal de poder y dominio de unos sobre otros. Hay una sensibilidad social que no discrimina, que es amorosa y que comparte.

En la comunidad minangkabau, en Sumatra, las mujeres heredan la tierra, la casa, los bienes de la familia y transmiten el apellido. Sus tradiciones Minang -nomenades Adat- sitúan la madre en el centro de la sociedad. Allí el principio materno está arraigado con tal fuerza entre hombres y mujeres, que penetra el corazón y la mente de la población, y estructura una sociedad generosa que se refuerza en el amor y el consenso entre la mujer y el hombre.

La sesión se complementará con el pase del documental: Las herederas, sobre la sociedad minangkabau de Sumatra.

Anna Boyé. Siempre he sentido la necesidad de entender el motivo de las graves discriminaciones que la mujer sufre en el mundo. Y en esta búsqueda del conocimiento he encontrado sociedades matriarcales donde las mujeres organizan el trabajo, gestionan la economía y gobiernan. Sociedades en las que todo el mundo respeta su inteligencia y son admiradas por la valentía que muestran a la hora de tomar decisiones en la comunidad. Se trata de sociedades matriarcales en las que el matriarcado no significa lo contrario de patriarcado. Sino otra manera mas complementaria de organizar la sociedad y la vida. El mi trabajo de antropóloga y fotoperiodista y mi curiosidad me han llevado a investigar la existencia de la comunidad matriarcal bijagó, en el archipiélago de las Bijagós, frente a las costas de Guinea Bissau. La comunidad Mosuo al Lago Lugu, en China. Las indias zapotecas a Junchitán, en México. La comunidad Minangkabau, en Sumatra. Y la comunidad Quero y Huilloc al Perú.

### **Alexis Racionero - 11 de febrero**

Satchitananda, el camino del corazón Cuando actuamos desde el corazón, entramos en la dimensión espiritual y primigenia que nos conecta con la alegría, lo que los anglosajones llaman bliss. Una de las principales enseñanzas de toda formación espiritual es que hay que compartir y dar incondicionalmente desde el corazón. Este es el amor verdadero que trasciende, abre horizontes y cuidado heridas... Asimismo, cuando en nuestras relaciones somos capaces de sintonizar con la vibración de lo sutil, nos expresamos desde una conciencia más amorosa y tierna. En este taller teórico-práctico veremos ejemplos de mitos de amor romántico que han construido introyectos, arquetipos y máscaras, revisaremos patrones establecidos, y desde las filosofías orientales y el yoga abriremos el corazón o cuarto chakra con meditaciones, dinámicas de grupo y ejercicios para tener una experiencia de reconexión con el camino del corazón y nuestra naturaleza más sutil. Alexis Racionero Ragué se viajero y escritor, documentalista, profesor y terapeuta. Doctor en Historia del Arte, Master en Escritura para cine y televisión. Formado en la UB, UAB, USC (Los Ángeles) y San Antonio de los Baños (Cuba). Realizó su tesis doctoral sobre la relación de la Contracultura americana y el cine de Hollywood de los setenta. Ha publicado cinco libros y cuatro documentales vinculados al viaje y el conocimiento. Entre los cuales, Rubbersoul, viaje hippie en la India (Tangerine dreams, 2005). El ansia de vagar (RBA, 2013), Darshan, filosofía oriental para la vida cotidiana (Kairós, 2017). Graduado superior en terapia Gestalt y formado en el Viaje del Héroe con Stephen Gilligan. Profesor de yoga. Imparte conferencias y retiros intensivos desde hace varios años.

### **Daniel Lumera -19 de febrero**

Per dar, por amor. El perdón es una habilidad personal y social capaz de modificar profundamente las emociones y pensamientos. Es un valor universal y laico que crea las condiciones para un acercamiento positivo a la vida y permite un alto nivel de salud y bienestar. Quien perdona realmente siempre llega a una condición en la que se siente plenamente feliz, infinitamente agradecido y lleno de amor incondicional, independientemente de los acontecimientos externos. En esta sesión se experimentará a través de herramientas prácticas el perdón desde esta vessant. Daniel Lumera es docente, escritor y formador internacional. Es el creador del método My Life Design®, que se centra en el diseño consciente de la vida

profesional, social y personal; un recorrido formativo que se ha convertido en sistemático gracias a la colaboración de universidades, organismos de investigación del Sistema Nacional de Salud italiano y en la Red Mundial para la Innovación de la Educación Superior (GUNI, según sus siglas en inglés) de la UNESCO, y que se aplica a nivel internacional en empresas públicas y privadas, así como en sistemas escolares, penitenciarios y sanitarios. Actualmente dirige la Fundación My Life Design y es presidente de la International School of Forgiveness (ISF), un proyecto formativo centrado completamente en la divulgación de una nueva idea y experiencia del perdón, entendido en sentido laico y universal, como herramienta para transformar las personas, las relaciones, la sociedad, y para resolver conflictos entre estados, pueblos, etnias y religiones. Es creador del Día Internacional del Perdón, que se celebra en el Campidoglio (Roma) y que, en la edición del año 2017, recibió la Medalla del Presidente de la República italiana. A través del proyecto social "Diálogos sobre el perdón", implica y sensibiliza miles de estudiantes y profesores, e introduce este valor también en los centros penitenciarios, gracias a la financiación que recibe del Departamento de Administración Penitenciaria de Italia (DAP), la lo que le permite fomentar y promover un enfoque inclusivo y restaurador en el ámbito judicial. És considerado un referente internacional en la práctica de la meditación, técnica que estudió a fondo con Anthony Elenjmittan, discípulo directo de Gandhi, a través del cual madurar su visión de una educación basada en la conciencia, la interculturalidad, la cooperación y la pau. Ha introducido muchas de sus investigaciones a los cursos universitarios que imparte en la Universidad de Girona.

#### **Jesús Aguado -25 de febrero**

El amor de las mujeres sabias: santas budistas e hindúes del sur de la India antigua ¿Cómo estimaron las mujeres sabias de Oriente? ¿Qué podemos aprender del amor de las mujeres santas budistas e hindúes de la India antigua? Todas ellas coincidieron en utilizar su experiencia del amor mundano para destilar ese software en poemas que nos hicieran más cercano y comprensible el amor a la divinidad. Rebeldes, intensas, profundas, valientes y apasionadas: un ejemplo de cómo estar en el tiempo (¡y que difíciles aquellas épocas eran para ellas!) Sin perder el contacto con la eternidad. Tanto las monjas budistas, conocidas como therigathas, como las santas hindúes, compusieron poemas de alta intensidad espiritual, imágenes vibrantes y trascendente contenido autobiográfico. A su manera cuestionaron la religión exclusivista y centrada en los rituales de los brahmanes. La sesión se completará con un recital de poemas. Jesús Aguado nació en 1961 y ha vivido en Sevilla, Málaga, Benarés (India) y actualmente lo hace en Barcelona. Sus últimos libros son: El fugitivo. Poesía reunida: 1984-2010 (Vaso Roto, 2011), La insomne. Antología esencial (FCE, 2013), Carta al padre (Vandalia, 2016), Fugitivos. Antología de poesía española contemporánea (FCE, 2016), Therigatha. Poemas budistas de mujeres sabias (Kairós, 2016), ¿En qué estábais pensando? Poesía devocional de la India, siglos V-XIX (FCE, 2017), La invención de la pólvora. Ciencia y poesía en la antigua China (El orden del Mundo, 2017) y Benarés, India (Pre-Textos, 2018). Se le ha otorgado el título de honor por la Asociación Española de contempladores de Nubes.

#### **Emma Sybil - 4 de Marzo**

Experiencia Interior de Liberación En esta sesión viviremos la experiencia para abrirte y liberar el pasado, despertar el corazón y sentirte U con la Totalidad. Podrás manifestar tu naturaleza espiritual en tu dimensión física, emocional y mental para tu camino de vida. Accederemos al nivel profundo de la memoria del cuerpo, sin inducción hipnótica o control mental, siendo en todo momento conscientes del proceso. Durante la sesión suelen verse imágenes, colores, símbolos y arquetipos que emergen del subconsciente para el viaje interior, con fases muy

concretas de sentir, liberar y transformar. Se te mostrarán que ya sabías a nivel teórico, pero que ahora interiorizas y íntegros, como sentir que todos somos uno o el sentimiento de compasión y amor universal. Sentirá lo que necesitas experimentar, ver y comprender sin interpretaciones ni manipulación externa. El resultado es una experiencia extraordinaria, es aprender a tomar las riendas de tu vida para ser libre y expandir la conciencia. Emma Sibyl nació en en Montcada i Reixac - Terra Nostra (Barcelona) en 1970. Está casada y es madre de tres hermosas almas, Miguel, Arlet y Salma. Emma Sibyl es la creadora de la técnica Sibyl y del sistema de Sibyl - Esencias de Luz. Durant toda la vida la inquietud por la naturaleza humana ha sido su máxima motivación. Realizó estudios de Psicología Transpersonal y comenzó su labor como terapeuta en 1994. Es Maestra de Reiki y estudió diferentes técnicas de diagnóstico y autoconocimiento como ahora Rayid y el Árbol genealógico de Denny Johnson. En el año 2009 incorpora las Sintonizaciones Arquetípicas a las sesiones de terapia por su probada efectividad. Es se fundadora y presidenta de la Fundación Mujeres Felices. Considera fundamental el rol de las mujeres para avanzar en la sociedad hacia un mundo mejor. En su opinión, sólo desde un equilibrio entre los principios masculinos y femeninos, de fuerza y sensibilidad, presentes en todas las mujeres y hombres, conseguiremos desarrollar nuestro potencial humano. Una auténtica revolución interior para la expansión de nuestra conciencia. También ha impulsado la ong BIBIR AFRICA para la lucha contra la MGF - Mutilación Genital Femenina en Burkina Faso, donde facilita cirugía reparadora a las víctimas y hace campañas de sensibilización a los poblados.

#### **Daniel Gabarró Berbegal- 12 de marzo**

Amor y espiritualidad: más allá de los sentimientos L'amor no es un sentimiento. El amor es nuestra esencia y se expresa con acción inteligente, pero ... ¿Cómo estimar? ¿Qué herramientas de amor tenemos? ¿Si el amor es universal, como saber la forma sabia de estimar una pareja o un compañero de trabajo? ¿Cómo querer a alguien que no soportamos? ¿Qué criterios nos llevan a estimar sabiamente? ¿Y si el amor es universal y siempre está presente, como verlo en una bomba atómica o la acción sádica de un asesino? ¿Y cómo comprobar experimentalmente que está dentro de nosotros y nadie les puede dar si no en que nosotros lo despierta en su interior? Una sesión para investigar dentro de nosotros y llevar el amor a la vida cotidiana: no sólo en la parte bonita de la vida, sino en todas partes; incluidos los espacios nuestros y de la sociedad que nos parecen más oscuros. Una sesión para poner luz. Daniel Gabarró. Mi oficio es inspirar, acompañar y transformar conscientemente personas, empresas y organizaciones. Me dedico a iluminar la realidad, crear mapas para indicar los caminos para llegar lo más lejos posible como sociedad, como empresas y como personas individuales. Imparto formaciones para empresas, administraciones y organizaciones que quieren adaptarse al nuevo paradigma: los viejos tiempos ya no volverán y hay que abrirse a la nueva realidad. También hago cursos para personas interesadas en su crecimiento personal y despertar espiritual, en la línea de Antonio Blay, en Gerardo Schmedling y Anthony de Mello. Profesionalmente soy empresario, escritor, conferenciante, formador, diplomado en dirección y organización de empresas, maestro, psicopedagogo, licenciado en humanidades, experto en PNL y ex profesor de la Universidad Ramon Llull y de la Universidad de Lleida. Colaboro habitualmente en diversos medios, como "El oficio de vivir" de Catalunya Ràdio, que ofrece herramientas emocionales para la vida diaria. He publicado algunos materiales sobre temas diversos: herramientas de amor, espiritualidad y empresa, técnicas de estudio, didáctica de la ortografía, evolución moral, transformación de la masculinidad, fracaso escolar ... entre otros. Estoy aquí para ayudarle vos. Johannes Huske y

### **Laura Morales- 18 de marzo**

El amor y los Registros Akáshicos la Experiencia de la Unión con la Fuente de tu Ser, Aunque todas las personas tenemos dones e intuiciones, capacidades para conectarnos con los planes sutiles de la Conciencia, no siempre nos resulta fácil vaciarnos del yo, de los condicionamientos y de las creencias limitadoras. Sabemos que existe el alma, la Esencia divina y el campo cuántico. Sin embargo, nos cuesta unirnos y aprovechar sus verdaderas potencialidades. ¿Cómo sería vivir en alineación con nuestra Esencia Divina? ¿Cuál sería el efecto si nos pudiéramos adentrarse dentro el vacío y soltarnos, abrazar la incertidumbre y rebelarse la riqueza que rezuma? ¿Cómo canalizar las virtudes de nuestro Ser y llevar la sabiduría del Akash en la vida cotidiana o terapéutica? Más que buscar las respuestas a nivel mental, le invitamos a tener una experiencia meditativa con los cuencos de cuarzo alquímicos, cantos y el portal Akáshicos para sentir dónde nos lleva. Habrá espacio también para preguntas y respuestas. Johannes Uske nació en Alemania, se formó profesionalmente en la Universidad de Lincoln, el Reino Unido, el TEC de Monterrey, SLP, México y la Universidad de San Andrés en Buenos Aires, Argentina. Profundizó su estudio del potencial humano en Francia, España, Argentina y Alemania. Es Coach Ontológico y descubrió sus dones para la facilitación de procesos de transformación personal y organizacional haciendo formaciones en estos campos: Liderazgo consciente, Propósito de Vida, Meditación, Inteligencia Emocional, Motivación, Coaching Ontológico, y Registros Akáshicos, entre otros. La unión entre formaciones terrenas y otros más espirituales tales como la Sanación pránica, la Canalización o los Archivos Akáshicos dieron pie a una nueva espiritualidad práctica de aplicación inmediata. Habla 6 idiomas y tuvo la bendición de poder viajar por más de 30 países. Está casado con Laura Morales y hoy día vive en Barcelona. Laura Morales, nació en Tarragona. Sentía desde muy pequeña un gran interés por el arte y la espiritualidad. Se marchó a Barcelona a estudiar canto, música y interpretación. A lo largo de su formación como actriz pudo realizar varios espectáculos en toda la península. Desde que comenzó a trabajar con Johannes ha podido fusionar el crecimiento personal y el arte. Profundizó su estudio en Psicología integral, Sonoterapia con cuencos tibetanos, Musicoterapia y Voz, Risoterapia, Registros Akáshicos, Terapia Floral y la Terapia del Potencial Humano. Actualmente se está formando en Terapia Gestalt. Actualmente le apasiona realizar las formaciones presenciales de los Registros Akáshicos juntamente con Johannes, incorporando en los talleres dinámicas creativas, juegos lúdicos, la conciencia corporal y experiencias de unidad con los Registros Akáshicos.

### **Brigitte Vasallo - 25 de marzo**

El amor más allá de la muerte física ¿Qué pasa con las relaciones amorosas después de la muerte física? ¿De qué manera continuamos relacionados al amor de las personas que han muerto? La vida y el amor no se acaban cuando morimos. Los vínculos permanecen. El amor que hemos dado y que hemos recibido sigue siendo fuente de vida. ¿Puede el pensamiento monógamo condicionar también nuestros duelos? ¿Hay lugar para el poliamor más allá de la muerte? Brigitte Vasallo es escritora y activista LGTB. Aunque nació en Barcelona, ha vivido buena parte de su vida en Marruecos. Centra su interés en la islamofobia de género. Tiene especial querencia por las relaciones no-monógamas e inclusivas como forma de resistencia política. No es musulmana. He escrito la novela PornoBurka, con prólogo de Juan Goytisolo e investiga sobre pensamiento monógamo y sobre la captación de las reivindicaciones feministas por parte de los discursos islamófobos. Le interesa ver también cómo el poliamor genera racismo. Acaba de publicar Pensamiento monógamo. Terror poliamorosa, en La Oveja Roja.

Precios especiales alumnos y adheridos a:

[www.happyyoga.cat](http://www.happyyoga.cat)[www.mylifedesignfoundation.org](http://www.mylifedesignfoundation.org)

[www.johannesuske.com](http://www.johannesuske.com)[www.mujaeresfelices.org](http://www.mujaeresfelices.org)

**PRECIOS: Precio completo del ciclo: 200 € Una sesión: 25 € Se hace un 25% de descuento a ex alumnos, jubilados, + de 50 años cursando estudios universitarios y titulares de Carnet Joven.**