



PROGRAMA DE AUTOCONOCIMIENTO PARA EL BIENESTAR – PAB 2022

Este programa está dirigido a todo aquel en búsqueda de respuestas interiores trascendentales, que desee realizar el viaje del autoconocimiento en un entorno seguro, terapéutico y de la mano de profesionales especializados.

Al finalizar este programa el participante alcanzará un nivel profundo de conocimiento y consciencia de sí mismo, a la vez que habrá experimentado de forma introductoria técnicas y herramientas de sanación e integración holista, que lo ayudarán a sentirse más pleno y seguro.

Contenido del Programa:

- Integrando la Visión Holista
- Cúrese a Usted Mismo
- Autoconocimiento y Exploración a Través de las TAE
- Astrología I
- Fundamentos de las Constelaciones Familiares
- Introducción a la Anatomía Energética
- Alimentación Consciente
- Mindfulness y Movimiento Consciente
- Herramientas para el desarrollo del ser
- Introducción a la Numerología para el Autoconocimiento

DURACIÓN TOTAL DEL PAB: 110 horas académicas

CERTIFICACIONES: Al concluir el PAB el participante recibe la certificación de HANA ESCUELA y su asociación educativa LIFE ORG, asociación reconocida por el MINEDU y uno en Flores de Bach - Nivel 1 Bach International Education Program.

INICIO DE CLASES:

Formato 1 vez por semana: jueves 24 de marzo

Turno mañana: de 9:30am a 12:30pm

Turno noche: de 7pm a 10pm

*Cada turno se abrirá sólo si alcanza un mínimo de 6 alumnos

INTEGRANDO LA VISIÓN HOLISTA

Duración: 1 sesión

Dictado por: Maria del Rosario Portugal

Objetivo: Introducir a los alumnos a las bases del pensamiento y enfoque holístico sobre la vida, el ser humano y por ende su salud y bienestar. Es un módulo teórico vivencial que nos lleva a sentirnos parte del todo, nos enseña el método de Goethe para investigar y aprender al darnos cuenta que todo está vivo y que tiene memoria y creatividad. Investigaremos a partir de conceptos de la física cuántica aplicados para entender mejor nuestra sociedad, economía, relación con la Tierra y con los demás. Entenderemos que hay un orden superior que nos sostiene y que estamos en un constante proceso de co-creación con la vida y que en este sentido somos la vida y también podemos ser el cambio que queremos ver en el mundo.

Contenido del Curso:

- Introducción Filosófica al Modelo Holista
- La historia de la ciencia: 2000 años de descubrimientos y evolución.
- El cambio empieza por uno mismo.
- Introducción al concepto más amplio de vida y consciencia desde la Nueva Ciencia.
- La Visión Holista: Una forma de ver y estar en el mundo
- Anima Mundi – Universo Vivo
- El universo como red de relaciones interconectadas y emergentes.
- Descubriendo un universo que busca el orden.
- La consciencia y el proceso de aprendizaje como metáfora de la vida.
- El proceso de observación de Goethe.
- Física Cuántica y Medicina Vibracional
- Aplicaciones de la Visión Holista
- Teoría Gaia: La tierra Viva.
- ¿Qué creencias son necesarias cambiar para preservarnos como especie en el largo plazo?
- La economía, la educación, y la medicina holista, ¿cómo aplicas el modelo en tu vida, en tu trabajo, en tu visión de la salud y enfermedad?
- Nuestra Visión del Futuro y nuestra participación en ella.

CÚRESE A USTED MISMO

Duración: 2 sesiones

Dictado por: Alicia Fernández-Maldonado

Objetivo: En este curso entenderemos más profundamente la visión holística de la salud y la enfermedad. Nos apoyaremos en los textos originales del Dr. Edward Bach de su libro “Cúrese a usted mismo” para entender que la salud se basa en un alineamiento entre nuestra alma y personalidad en la que esta última está al servicio de la primera. Salud es igual a felicidad y bienestar y a estar conectados con nuestra esencia y propósito la enfermedad comienza en el momento en que dejamos de estar en armonía con nosotros mismos y/o con los demás. La metodología de trabajo combinará la reflexión de los textos de Bach con ejercicios vivenciales.

Contenido del Curso:

- Alma, personalidad y propósito
- La salud y la enfermedad según el Doctor Edward Bach
- Salud = Felicidad = Bienestar = conexión con mi esencia y propósito

AUTOCONOCIMIENTO Y EXPLORACIÓN A TRAVÉS DE LAS TAE

Duración: 4 sesiones

Dictado por: Soledad Hamann o Sandra Requena

Objetivos: Se busca desarrollar las capacidades creativas y perceptivas de los participantes, al mismo tiempo que brindar una experiencia transformadora, tanto individual como grupal, a través del proceso de hacer arte (música, pintura, poesía, movimiento, etc.). Asimismo, se brindarán recursos y herramientas que permitan desarrollar y profundizar el trabajo de investigación personal y que servirán también para acompañar procesos de sanación de terceros.

Contenido del Curso:

- El lenguaje de la imaginación como recurso que amplía las posibilidades de expresión y entendimiento de todo proceso de sanación.
- La fuerza detrás del proceso creativo: Una inteligencia en la que podemos confiar.
- El arte como vehículo para encender, sostener y cuidar nuestro fuego interno.
- Cómo utilizar las artes y la imaginación como formas efectivas de investigación de todo proceso de sanación.
- El trabajo en comunidad o sanación grupal a través de las artes expresivas.

ASTROLOGIA I

Duración: 4 sesiones

Dictado por: Mary Carmen Andreu M.

Objetivo: Entender el poder de la Astrología en relación al proceso de evolución del ser humano, y como el mandala de la carta natal se puede transformar en una hoja de ruta para fluir por la vida de una forma más consciente y plena. Comprensión del plan del alma contenido en nuestra carta natal, identificación de nuestros principales recursos energéticos, dones y tareas de vida.

Contenido del Curso:

- Los 12 signos del zodiaco como aspectos de la consciencia humana.
- Las 12 casas y las áreas de desarrollo de la personalidad.
- Los planetas, energías regentes y activadoras.
- Los aspectos básicos en una carta natal.
- Los nodos lunares, el eje karma – dharma – propósito de aprendizaje del alma
- Quirón y el reconocimiento de la herida del alma como servicio.

FUNDAMENTOS DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES

Duración: 4 sesiones

Dictado por: Cecilia Arróspide

Objetivos: Este curso está enfocado a la introducción y comprensión de la mirada sistémica de los sistemas familiares según Bert Hellinger. El alumno tendrá un conocimiento básico de los Órdenes del Amor y una aplicación directa de éstos a su propia vida. En clase se darán espacios y tareas para que cada alumno pueda resolver conflictos personales y poner orden en sus respectivos sistemas. El curso aportará entendimiento de las leyes sistémicas, las dinámicas y enredos que están en la base de los trastornos y conflictos personales, familiares y sociales. Así mismo se dará una visión histórica del proceso de

desarrollo que ha vivido esta corriente filosófico-terapéutica: los órdenes del amor, los movimientos del alma y los movimientos del espíritu.

Contenido del Curso:

- Introducción a las constelaciones familiares.
- Bert hellinger. Historia de la técnica
- Introducción a la teoría de sistemas y al pensamiento sistémico.
- Rupert Sheldrake. Campos Morfogenéticos.
- ÓRDENES DEL AMOR: Vinculación y Pertenencia, Jerarquía y Equilibrio.
- El Dar y el Tomar en las familias.
- El Alma Familiar, el gran alma y el espíritu.
- Culpa e Inocencia.
- Compensación, Recompensa, Amor Ciego.
- Movimientos del alma, Movimientos del Espíritu
- Taller Práctico de Constelaciones Familiares (Última Sesión – asistencia obligatoria).

INTRODUCCIÓN A LA ANATOMÍA ENERGÉTICA

Duración: 5 sesiones

Dictado por: Cristina Torres o Gladys Arancibia

Objetivo: Brindar una descripción de los principales centros y canales energéticos que se superponen al cuerpo físico; sus colores, funciones y características energéticas.

Contenido del Curso:

- Anatomía Sutil del Cuerpo Humano: El aura, los 7 campos energéticos y los 7 chakras principales.
- Características de cada campo energético y de cada chakra.
- Anatomía, funciones físicas y áreas de desarrollo a nivel emocional y de conciencia de cada chakra o centro energético del cuerpo.
- Cómo se forman los chakras y sus posibles disfunciones.
- Ejercicios para comenzar a percibir el aura o campo energético humano.
- Meditaciones y ejercicios para entrar en contacto con la energía de cada chakra y de cada nivel del aura o campo electromagnético.

ALIMENTACION CONSCIENTE

Duración: 4 sesiones

Dictado por: Rosina Velit

Objetivos: Los cambios en el estilo de vida y en nuestra alimentación nos pueden llevar a grandes mejoras en nuestra salud y en nuestras vidas. Aprender de nutrición es imprescindible para cualquier persona que quiera sentirse más saludable, con más energía y alegría para dar. El curso es teórico-práctico, con cada clase teórica vendrán recetas que cada alumno podrá probar en casa durante la semana. Se revisarán casos de pacientes en clase, decidiendo juntos qué recomendaciones nutricionales se harían en cada caso.

Contenido del Curso:

- Introducción: ¿Por qué es importante la nutrición para ser un sanador?
- Bio-tipos: Alimentación varía de persona a persona, pero hay ciertas pautas generales que se pueden seguir.
- Tipos de metabolismo/bio-tipos según el Ayurveda, la Medicina china, tipos de metabolismo, etc.

- Carbohidratos: Integral vs. Refinado - Cereales Andinos
- Proteínas: Vegetarianismo vs. Omnívoros - Proteína vegetal - Proteína animal - Combinaciones y buena digestión de las proteínas.

MINDFULNESS Y MOVIMIENTO CONSCIENTE

Duración: 4 sesiones

Dictado por: Manuel Kölker y Carmen Aída Febres

Objetivos: La práctica de la Conciencia Plena (Mindfulness) enseña la habilidad de estar presentes en el aquí y el ahora en cada momento, de cultivar niveles de atención y compasión más profundos, nos invita a responsabilizarnos más por el cuidado de nuestra salud y bienestar, y contribuir a la reducción del estrés físico y mental asociado a estados de desequilibrio, sufrimiento y enfermedad.

Contenido del Curso:

- Instrucción en meditaciones guiadas de Mindfulness.
- Instrucción en Yoga.
- Movimiento consciente del cuerpo.
- Diálogo y conversaciones grupales destinadas a aumentar la conciencia.
- Instrucción personalizada.
- Actividades entretenidas e interactivas.
- Dinámicas en parejas o pequeños grupos.
- Charlas informativas.
- Tareas y meditaciones diarias con CD.

HERRAMIENTAS PARA EL DESARROLLO DEL SER

Duración: 2 sesiones

Dictado por: Mary Carmen Andreu M.

Objetivos: Facilitar al participante el entendimiento de los aspectos más elevados del Ser Humano, y de importantes leyes universales que rigen el desarrollo de la conciencia. Facilita el entendimiento del sentido de nuestro viaje como seres humanos.

Contenido del Curso:

- Los Cuatro Elementos y el Quinto.
- Leyes de la Creación y la Consciencia.
- Karma – Dharma.
- El entendimiento de la realidad a partir de la visión multidimensional.

INTRODUCCIÓN A LA NUMEROLOGÍA PARA EL AUTOCONOCIMIENTO

Duración: 2 sesiones

Dictado por: Mary Carmen Andreu M.

Objetivo: Aprender el significado de los números y cómo estos pueden enseñarte mucho sobre tu esencia, relaciones, talentos y sobre tu propósito de vida. Descubre información sobre el mundo y también sobre cada persona a través de la Numerología.

MÓDULO INTERNACIONAL DE FIN DE SEMANA:

NIVEL I DEL PROGRAMA INTERNACIONAL DE FLORES DE BACH DEL BACH CENTRE DE UK

Duración: 4 sesiones

Dictado por: Jorge Pedraglio

Objetivo: Conocer la filosofía del Dr. Bach y su sistema de 38 esencias florales y su combinación de rescate, para contar con una herramienta práctica, natural y de sencilla y efectiva aplicación para armonizar los estados emocionales y mentales propios y de otros. Además de contar con un recurso de apoyo de emergencia para muchas situaciones.

Contenido del Curso:

- Este módulo introduce a los estudiantes a cada una de las 38 Flores de Bach Originales y a la filosofía de autoayuda y simplicidad que subyace al sistema. Se enseñará a comenzar a seleccionar los remedios florales y a ver como estos encajan dentro de nuestra vida diaria, también cosas básicas como por ejemplo, cómo y cuándo tomarlos. El módulo 1 es la base esencial para un completo entendimiento del trabajo del Dr. Bach.

PROFESORES

Maria del Rosario Portugal

Bachiller en Administración de Empresas en la Universidad del Pacífico. Directora de HANA Salud y Bienestar y de HANA Escuela. Certificado en Ciencias Holísticas y Sostenibilidad de Schumacher College. Sanadora Egresada de la Formación en Terapias de Sanación Integral de HANA 2007-2009. Estudió con profesoras egresadas del Barbara Brennan School of Healing USA. Ha dictado diversos cursos de sanación energética en el Perú y en Colombia desde el 2008 hasta la fecha. Practitioner en Flores de Bach del Bach Centre de Inglaterra (Nivel I llevado en Inglaterra) y Practitioner de Aura-Soma certificada por la Asiact Academy de UK. Más de 20 años de experiencia en consultas de sanación y Flores de Bach con niños y adultos. Reiki, Formación en Terapias Artísticas con Angela Klimt y en Terapias Psicocorporales con Tomas Rouzer y Sergio Barrios por 2 años y 1 año trabajo de investigación.

Jorge Pedraglio

Ingeniero Civil de la UNI, con Maestría en Evaluación de Proyectos Sociales en la Pontificia Universidad Católica de Chile. Practitioner graduado en el Bach Centre de Inglaterra. Ha participado en el desarrollo y ejecución de diversos proyectos y talleres en temas de Liderazgo, Creatividad y Desarrollo Humano en importantes empresas y en la Escuela de Empresas de la UPC, ESAN, Universidad del Pacífico, Universidad San Martín de Porres, entre las más importantes. Además ha cursado diversos programas en Artes Expresivas, Terapias Psicocorporales, Theta Healing y Sanación Energética. Ha sido gerente general de la Multinacional Lexus en Bogotá – Colombia. Actualmente Gerente General de la consultora de RRHH Innovación Empresarial y Co-director del centro HANA.

Alicia Fernández-Maldonado

Psicóloga transpersonal. Con Licenciatura en psicología clínica de la Universidad Ricardo Palma y Post grado en la Universidad Cayetano Heredia. Docente y Practitioner Certificada en Terapia Floral por el Bach Center de Inglaterra. Master Teacher in Magnified Healing. Practica terapia con Cristales y realiza regresiones a vidas pasadas. Facilitadora oficial en la filosofía de Louise Hay.

Soledad Hamann

Educadora, artista y terapeuta de Artes Expresivas. Graduada en Educación en la Universidad Católica, con una Licenciatura en Educación de la Universidad Cayetano Heredia. Artista Gráfica del George Brown College de Toronto con estudios de Post Grado en Educación Ambiental y para el Desarrollo en London South Bank University. Maestría en Terapias de Artes Expresivas (TAE) en TAE Perú, escuela afiliada al European Graduate School of Suiza. Desde el 2011 se desempeña como Terapeuta de Artes Expresivas y facilitadora de a través de las TAE. Tiene experiencia en los ámbitos público, privado y de cooperación internacional como consultora, educadora y comunicadora. Ha enseñado diversos talleres artísticos en universidades, colegios y para grupos privados en Lima y en provincias. Como artista ha explorado con diversos lenguajes artísticos y expresivos (poesía, cuento, música, movimiento, teatros y artes visuales entre otros). Tiene un especial interés en el cuidado, valoración y potenciación de nuestra cultura y en la interculturalidad.

Sandra Requena

Terapeuta de artes expresivas certificada / TAE Perú filial European Graduate School of Suiza (EGS); estudios de maestría en Terapia de Artes expresivas EGS . Cantante y compositora, Clown de hospital, participación social y teatro.

Desde 1992 a la fecha se desarrolla en el ámbito artístico musical a través de propias producciones, también se ha desarrollado en presentaciones teatrales a través del clown y el teatro documental. Desde el 2006 hasta la actualidad trabaja integrando el uso de las artes expresivas en diversos grupos, poblaciones y en contextos terapéuticos, educativos, organizacionales y de cambio social.

El último proyecto realizado 2017 ha sido a través de TAE y UNESCO por la reconstrucción socio emocional de los damnificados de Piura, red con directores, educadores, niños, artistas y artesanos locales. También dicta los cursos : Creatividad, arte e imaginación (TAE-Perú) Curso introductorio a la terapia de artes expresivas, Ateliers de Expresión Vocal, acompaña procesos creativos de investigación basada en el Arte (IBA) y es profesora de la formación de Terapeutas de artes expresivas del curso: Expresión Sonora en TAE Perú

Mary Carmen Andreu M.

Es investigadora, terapeuta y profesora en temas de sanación y conciencia a través del potencial del Alma. Con más de 16 años de experiencia, su búsqueda espiritual personal la ha llevado a experimentar y estudiar sanación energética, esencias florales, sanación con cristales y piedras, el lenguaje sagrado del color como vía de autoconocimiento y astrología. Ha realizado sus estudios en Perú, Chile, Argentina, USA, México e Inglaterra. Hoy en día realiza sesiones personales de sanación, dicta talleres y clases maestras, es profesora de la Formación de Sanación Integral de Hana Perú, y organiza viajes de iniciación y conciencia por Perú y Europa. facebook.com/marycarmenandreu

Cecilia Arróspide

Asesora en Constelaciones Familiares por el Instituto Tendiendo Puentes, Córdoba, Argentina. Formación en Constelaciones Organizacionales y Consultoría Sistémica por Congruencia SAC, avalado por Infosyon. Coach miembro de la International Coach Federation www.arrospidecoach.com Master Practitioner en Programación Neurolingüística por Proyectos Prisma y Richard Bandler. Artista Plástica, www.cfarrospide.com

Cristina Torres

Sanadora energética, acompaña procesos personales en el despertar de la conciencia desde el año 2013. Tiene más de 20 años estudiando y viviendo el Holismo.

Mamá de tres, maestra panadera, cocinera de corazón y apasionada de la cocina saludable, escribe y pinta por diversión, se describe a sí misma como una artista, oficio que le encanta aplicar en la camilla y llevar a sus pacientes a conectarse con todo su ser.

Tarologa estudiosa de los arquetipos, trabaja con cristales, aplica los aceites y receta flores.
Estudió Derecho y Ciencias Políticas en la Universidad de Lima. Coaching Holístico y Cábala práctica.
Practitioner de flores de Bach. Aromaterapeuta.
Sanadora egresada de la formación de sanación integral de Hana. Terapia Saama.
Formación de terapeutas avanzados.
Continúa con sus estudios de Cabala y en Constelaciones Familiares.

Gladys Arancibia

Estudié Administración Hotelera, soy esposa y madre de cuatro hijos, trabajé en el voluntariado del Centro Ann Sullivan muchos años, ahí tuve oportunidad de ver el dolor y el amor incondicional del ser humano, su capacidad de renacer y luchar, la compasión y el amor a la vida. Participé en talleres de Couching como staff y coach senior durante varios años. Soy Sanadora Egresada de la “Formación en Terapias de Sanación Integral” de Hana 20015-2016. Especialización en “Estudios Avanzados y Sanación” en 2017, Niveles I y II del Programa Internacional de Flores de Bach del Bach Centre de UK, Conocimientos de Aurasoma. Cursos de “Estructuras Defensivas de Carácter” y de “Hara y Estrella del Núcleo” dictados por Nora Rousseaux, maestra argentina, egresada del centro Barbara Brennan School of Healing USA. Curso de Astrología para el Desarrollo Personal con Mónica Gobbin, especialista argentina en Astrología Espiritual. Cursos de Sanación con Cristales con Mary Carmen Andreau, entre otros. Actualmente cursa la “Especialización Para Terapeutas Avanzados” y desde este año es también tutora, acompañante de los grupos de primer año en HANA.

Rosina Velit

Estudio medicina Ayurvedica en la escuela de Post grado de la Universidad Ricardo Palma. Estudio Naturopatía y Nutrición en el Instituto Isnatu de Barcelona. Estudio natación para deportistas de alto rendimiento y para Bebes bajo el agua en The British Swiming Academy de Inglaterra. Es instructora de Hatha Yoga y Pilates.

Rosina desde pequeña ayudo en la chacra de su Padre a cultivar, sembrar y cosechar plantas medicinales, frutos, semillas y labrar la tierra. Aprendió de la importancia del ritmo y ciclos de la tierra y del respeto que le honramos a ella para beneficiarnos de sus alimentos y así nuestro metabolismo también será una tierra bella y nutrida sabiendo que tenemos todo para sanar!

Manuel Kölker

Profesor y terapeuta de Mindfulness-based stress reduction (MBSR). Vivió por siete años como monje budista en un monasterio en Holanda. Se graduó en el 2003 en la primera promoción de profesores alemanes del MBSR luego de haber finalizado su carrera de enfermero médico, trabajando en hospitales, asistencia a domicilio, y practicando con doctores especializados en oncología. Actualmente atiende a través de Mindfulness (conciencia plena) sesiones particulares, grupos y empresas en Perú, Alemania y varios otros países de Latino América.

Carmen Aída Febres

Danzaterapia y Exploración Personal a través de las Artes Expresivas (TAE): (invitada)
Terapeuta de TAE PERU (terapia de artes expresivas, institución afiliada a European Graduate School, Suiza). Se dedicó muchos años al teatro y a la danza, actualmente invita estas artes al campo de la terapia y acompañamientos personales y grupales en temas de expresión, creatividad para el desarrollo humano (personal y profesional). Trabaja en la Universidad Del Pacifico y es consultora independiente en empresas.