

# CONCIENCIA ACTIVA

"La conciencia es la esperanza del alma"

## Taller y sesiones individuales con Shanaan

¿Alguna vez has experimentado molestias o dolencias que no han desaparecido con tratamiento médico? Quizás seas una de esas personas con tendencia a cargar y "tragar" todo aquello que te sucede. Por desgracia, todo ese estrés, tensión, ansiedad y demás problemas afectan a nuestro cuerpo y nos enferman. Hemos de tomar conciencia de cuáles son las causas que nos han llevado a ese estado para poder liberarnos. Esta comprensión es tan necesaria como conocer cuál es nuestro propósito en la vida, nuestro camino a seguir, nuestra misión. Sin un objetivo claro nos sentimos perdidos, desubicados, vacíos, y necesitamos hallar un sentido a nuestros días.

No siempre es fácil hallar una solución a estos problemas, y contar con la ayuda de personas con una sensibilidad especial puede hacernos comprender lo que nos sucede para por fin recuperar el bienestar y la felicidad. Próximamente en Yoga Oasis tendremos a Shanaan: una persona única con un don innato para ayudar a los demás.

Además de realizar el curso de Conciencia Activa en Alicante con nosotros, será posible marcar consultas individuales con él para comprender los orígenes de lo que nos sucede y crecer como personas.

## ¿Por qué una sesión individual con Shanaan?

"A la edad de 6 años empezaron a activarse en mis capacidades o habilidades que me permitían mirar dentro de las personas, leyendo sus propias experiencias. Al poco tiempo, podía ver el origen del dolor y su sufrimiento. Al principio, se reducía a la familia y amigos. Al hacer conscientes a las personas del porqué de sus dolencias, todos mejoraban, y en algunos casos hasta remitían por completo. No sabía cómo lo hacía, tampoco si esto iba a ser para siempre, simplemente podía leerlo dentro de cada persona.

Unos meses después, llegaron cuatro personas y se identificaron como monjes tibetanos. Para nuestra sorpresa, ya conocían la existencia de mi nacimiento, describieron mi vida (6 años) hasta esta edad con gran exactitud. La misión de estos monjes era instruirme para que pudiese desarrollar y aplicar el bienestar a las personas. Fue duro y a la vez muy bonito el combinar las enseñanzas entre Tíbet y España desde esta corta edad.

Pero gracias a todo ello, ahora puedo leer el ADN de las personas, cuál es su misión en la vida, su vida anterior (vital para poder comprender el porqué de sus experiencias en su vida actual); el origen, y el porqué de sus dolencias, el cómo aliviarlos, e incluso que remitan."



## ¿Qué es Conciencia Activa?

Desde el momento en que nacemos comenzamos a almacenar información de todo lo que nos rodea. Continuamos toda nuestra infancia acumulando datos que provienen de todos los entornos: familia, amigos, escuela, lecturas, medios de comunicación, etc.

Si observamos detenidamente a un niño, podremos comprobar que, a pesar de que pensemos que aparentemente no está prestando atención, todo, absolutamente todo, está en su campo de interacción, haciendo que todo lo que ocurre a su alrededor pase a sus archivos de conciencia.

Toda esa información que hemos estado recopilando más o menos hasta los 6 años termina por generar unos patrones de conducta que serán los que nos regirán durante toda nuestra vida, ya que construimos con ellos nuestra percepción de realidad. Desde esa percepción subjetiva vamos insertando valores, aprendizajes y experiencias. En definitiva, esos patrones son los que conforman la vida de una persona.



Con el curso "Conciencia Activa", a través de una serie de técnicas y ejercicios, conseguiremos modificar esos patrones erróneos y reestablecer unos patrones correctos que harán que modifiquemos nuestra forma de afrontar la vida: de una forma más serena y más equilibrada, elevando nuestro estado de paz y calma.



El resultado es una conciencia dinámica, flexible, de la que no hace falta estar pendiente de que aprenda (eso es lo que ocurre con nuestra mente), ya que los cambios producidos por ella son acordes a nuestra forma de vida actual, mejorando sensiblemente la relación con las personas cercanas, padres, hijos, etc. Y a su vez deshaciendo los bloqueos mentales que se hayan podido originar, interfiriendo así en esos patrones antiguos y erróneos en muchas ocasiones.

Además, con esta técnica se recuperarán y desarrollarán una serie de capacidades que generalmente ya tenemos pero latentes muchas veces como la intuición, una mayor percepción, la observación interior, más capacidad de concentración y estudio, etc.

Toda esa información "conciencial" es la que conformará nuestra estructura mental, nuestra forma de pensar, de creer y, al final, de actuar y de sentir. Esto es lo que regirá nuestro carácter, nuestras diferentes respuestas a las situaciones en la vida, nuestras emociones, nuestras decisiones, sensaciones, comportamiento e, indirectamente, hasta nuestra salud. Es decir, regirán toda nuestra vida.

Habitualmente queremos que nuestra mente y conciencia aprendan de la misma forma, sin darnos cuenta de que son realmente distintas. De ahí la confusión de qué funciones asume la mente o la conciencia. Aún somos capaces de encontrar muy pocas diferencias entre ellas. Desarrollar la inteligencia intelectual es importante, desarrollar la inteligencia emocional se está descubriendo que es más importante, y desarrollar la conciencia lo es aún más.

La mayoría de los grandes descubrimientos tanto en física, matemáticas, química, o cualquier otra área del saber, se han producido cuando el sujeto se ha quedado al margen del deseo de conocer (mente), en un momento de intuición, en un sueño o en cualquier otro estado de conciencia, en el cual ha florecido una idea, una inspiración, una solución. Es ese momento en el que ha podido entrar algo nuevo, algo original, algo novedoso, imposible en un estado de saturación informativa, de pensamientos, etc. Surgen en ese espacio de presencia y conexión con uno mismo.

## CURSO DE CONCIENCIA ACTIVA

La Mente subconsciente contiene imágenes que desconocemos acerca de lo que hemos vivido en esta vida en la Tierra. Se encuentran en el centro de la cabeza, en la zona del encéfalo. Cuando nacimos estaba vacía, y la hemos ido llenando con imágenes parciales, subconscientes e incompletas que, en ocasiones, se debe a eventos traumáticos y que, por consecuencia, nos han generado conductas erróneas, parciales, incompletas o incorrectas.

Es como un archivo de imagen, en el que:

- 1.- Hemos guardado todo lo que hemos percibido con los cinco sentidos.
- 2.- Cada vez que volvemos a percibir algo, revisamos qué antecedentes tenemos en nuestro archivo.
- 3.- La conducta que tomamos se basa en lo almacenado anteriormente, sin apenas variaciones.



Si ante lo que estoy viendo, mi respuesta es golpear, es porque la información que tengo en mi mente subconsciente me dice que esa es la mejor actitud. Si ante lo que escucho, mi respuesta es mentir, es porque en mi mente subconsciente hay información que me dice que así lograré sobrevivir. Si ante lo que siento, mi conducta es evadir responsabilidades, es porque en mi mente subconsciente hay información que me dice que así lograré salir con éxito. Por lo tanto, si queremos cambiar todas esas actitudes, tendremos que limpiar nuestra mente subconsciente.

En este curso "Conciencia Activa" lograremos limpiar la mente subconsciente accediendo directamente a la Conciencia, logrando limpiar el patrón de conducta erróneo.



Las personas en general tenemos la mente "contaminada" con imágenes erróneas o incompletas que nos llevan a tener conductas equivocadas o imperfectas. Podemos depurar el archivo mental a través del acceso a la conciencia, sustituyendo las imágenes erróneas por patrones positivos, lo cual nos permitirá quitar la carga emocional producida por todas esas imágenes erróneas.

Dentro de este curso incluiremos también la activación de la Observación Exterior Avanzada (visión con los ojos tapados). En los adolescentes, el porcentaje de éxito en la Observación Exterior Avanzada disminuye con relación al obtenido por los niños hasta los 12 años; en los adultos el porcentaje es menor, y depende del haber deshecho de sus traumas, sus egos, y del haber abierto su conciencia hasta lograr identificarse con su Yo Real o Yo Verdadero.

La práctica de la Observación Exterior Avanzada en los adultos tiene grandes beneficios en la percepción de diversos aspectos de la vida, y aún en el caso de algunos adultos que no logran ver con los ojos vendados, los beneficios en el desarrollo mental y en la salud sí están muy presentes.

## **“El origen y el sentido de la vida de todo Ser Humano está en la necesidad que tiene la Conciencia de completar su propio desarrollo.”**

Las sesiones del taller de Conciencia Activa son correlativas. En la totalidad de ellas se tratan todos los aspectos más importantes y relevantes en la vida de las personas. Cada una de las semanas/días o sesiones se trabaja un campo diferente al anterior, consiguiendo con la activación de la Conciencia, a la finalización de ellos, una modificación completa de los viejos patrones y la sustitución por patrones nuevos que conseguirán llevarnos hacia la consecución de una vida más serena, feliz y plena.

Esta técnica de activación de la Conciencia se diferencia de muchas otras existentes en que en estos talleres no aprendemos y modificamos de "fuera hacia dentro", sino de "dentro hacia afuera". No hace falta estar pendiente de que se aprenda (eso es lo que ocurre con nuestra mente), ya que los cambios son producidos por ella misma.



### **BENEFICIOS PARA PAREJAS**

En las parejas comunes, con el paso del tiempo, tendemos a ver los errores que la otra persona comete, a juzgar ciertos comportamientos que no entendemos, quizás incluso en ocasiones nos resultan hasta insoportables. Realizar estos talleres en pareja permite acceder a información de uno mismo y de la otra persona, poder comprender y aceptar desde el conocimiento y el amor, modificando patrones, limando todas esas circunstancias y proyecciones que nos impiden vivir y disfrutar de la pareja.

### **BENEFICIOS PARA LAS RELACIONES PERSONALES**

El resultado de la activación de la conciencia nos convierte en personas más flexibles, mejorando sensiblemente la relación con las personas cercanas: padres, hijos, pareja, compañeros, etc. Y a su vez deshaciendo los bloqueos mentales que se han podido originar, interfiriendo así en ese patrón antiguo y erróneo en la mayoría de ocasiones.

### **OTROS BENEFICIOS**

Gracias a la activación de la conciencia desarrollaremos notablemente nuestra intuición y nuestra capacidad de comprensión.

## **“LA CONCIENCIA SE FORMA. ES INTERNA. ES EL RESULTADO DE MI PROPIA EXPERIENCIA.”**

Más información y/o reservas:  
[yogaoasis.alicante@gmail.com](mailto:yogaoasis.alicante@gmail.com)

657 89 69 12 // 966 35 16 40

