



**PROGRAMA MÁSTER TRANSFORMACIONAL  
CERTIFICACIÓN MÉTODO S.E.R. ®**

**SANA TU CUERPO  
EMPODERA TU MENTE  
RENACE DESDE EL ALMA**

---

VIAJESTRANSFORMACIONALES.COM  
ESCUELATRANSFORMACIONAL.COM

## Despierta, descubre, despliega tu potencial sin límites

- ¿Quieres diseñar una **vida plena, libre y feliz**, enfocarte en tu crecimiento personal para encontrar tu equilibrio?
- ¿Crees que tu vida está bien pero que carece de un **profundo y completo sentido** para tu Ser?
- ¿Sientes una llamada al cambio, a **aportar algo más a este mundo** pero no sabes cómo hacerlo?
- ¿Necesitarías asentar nuevos hábitos de vida para una **mayor paz y conexión interior**?

Querida persona en búsqueda, si respondiste que sí a algunas de estas preguntas déjame decirte que estás en el lugar correcto y que el primer paso para todo cambio radical es salir a su encuentro.

## Entre dos mundos SER y HACER...

Muchas personas se preguntan cómo encontrar su propósito. Vivimos un estado de alarma mundial que genera estados de miedo y ansiedad. Siempre que hay una forma extrema de adversidad, también surge una oportunidad. El estado de alerta ha hecho que muchas personas se cuestionen sus vidas y se planteen si **existe otra manera de vivir, con más consciencia, sentido y propósito**.

Seguramente hasta ahora hayas desarrollado tu propósito de vida en lo que se llama **“la dimensión de Hacer”**: si obtienes lo que quieres, serás feliz. Pero esa es una falacia. La mayoría de las veces, cuando obtienes lo que quieres, en última instancia no te satisface. Hay otra dimensión del propósito olvidada que es **«la dimensión del Ser»**. Para ser feliz en la vida tienes que tener un equilibrio de ambas dimensiones. El ser y el hacer, no como cosas separadas, sino actuando juntos como una unidad.

## SE INTEGRAN

El propósito de esta formación es ayudarte a darte cuenta de la **conexión entre el hacer exterior y la realización espiritual interior**, y ayudarte a unir las dos para vivir una vida en paz, llena de propósito y sentido. Analizaremos profundamente las habilidades, las prácticas y la dimensión del ser para que puedas hacer con consciencia.

La última fuente de satisfacción en la vida es conocerse a sí mismo como conciencia creadora. **A medida que tu consciencia despierte, también lo harán tus poderes para crear un verdadero cambio en nuestro planeta.**

## EL MÉTODO S.E.R.®

El método S.E.R.® se basa en el trabajo de los tres aspectos fundamentales para la salud del individuo: **CUERPO, MENTE, ALMA**, siempre conectados y continuamente interrelacionados. La transformación parte de tres acciones claves **SANAR, EMPODERAR, RENACER**

### **ES POSIBLE UNA INTEGRACIÓN ENTRE EL SER Y EL HACER ES REAL LOGRAR UNA INTEGRACIÓN ENTRE LA PLENITUD Y LA RUTINA DIARIA**

---

#### 1. SANA TU CUERPO

- Elimina todos los bloqueos, molestias y dolores de tu cuerpo físico al conectarlo con tu cuerpo energético y espiritual.
- Aprende como relajarte, calmar tu mente y encontrar tu paz interior.
- Nuevos hábitos de vida: alimentación consciente, técnicas de respiración, ejercicio físico, conexión con la naturaleza, dormir mejor.
- Siente tu poder y energía interior para lograr todo lo que te propongas.

---

#### 2. EMPODERA TU MENTE

- Aprende a gestionar tus pensamientos y emociones para que siempre jueguen a tu favor.
- Supera miedos y creencias limitantes que te impiden avanzar.
- Lléname de seguridad en ti para llevar una vida plena, feliz.
- Conoce como tomar decisiones más fácilmente y tener claridad en tu camino.
- Expresa tu verdadero potencial al mundo.

---

#### 3. RENACE DESDE EL ALMA

- Aprende a mantener la calma ante el caos y la incertidumbre. Vive en tu aquí ahora, en la atención plena.
- Conecta con tu espiritualidad, es la llave de tu autorrealización.
- Descubre tu propósito de vida para llenarla de sentido, emprendiendo tus propios proyectos.
- Crea una vida plena y feliz con más significado y con mayor sentimiento de satisfacción personal.

## EL PROGRAMA TRANSFORMACIONAL

### ¿CÓMO ESTE PROGRAMA PUEDE TRANSFORMAR TU REALIDAD?

Al finalizar este programa lograrás:

- VIDA INTEGRAL donde tu Ser y tu Hacer se unen para potenciar tu verdadero espíritu creador
- CLARIDAD EN TU PROPÓSITO aprendiendo las herramientas correctas para comunicar tu misión
- AUMENTAR TU VITALIDAD con nuevos hábitos de vida, desde tu paz interior lograrás lo que deseas
- EMPODERAMIENTO PERSONAL Y SEGURIDAD para poder ser tú, expresar tu verdad sin jugar personajes
- TRANSFORMACIÓN REAL Y SOSTENIDA experimentando cambios profundos para una vida plena desde la consciencia

### Un Proceso de Autotransformación

Porque no podemos enseñar lo que no hemos vivido, este programa está enfocado en tu práctica personal.

Viajarás por el camino del auto conocimiento a través del método S.E.R.® para sanar tu cuerpo, empoderar tu mente y renacer desde el alma.

Aprenderás a tu ritmo, desde cualquier lugar del mundo, y compartiendo en grupo con las sesiones de seguimiento online en directo.

### Un Programa de Capacitación Profesional

Sí al final del curso sientes que quieres compartir lo aprendido con otros, puedes reinventarte para ayudar a otros en tu transformación. Tendrás la opción de certificarte para poder acompañar a otros en sus transiciones, haciendo de tu transformación tu profesión.

Conviértete en un líder de consciencia y bienestar en tu comunidad. Recibirás los recursos para iniciar tu práctica profesional, aparecer en nuestra lista de maestros certificados y colaborar en nuestros viajes transformacionales como travel coach.

En un momento de creciente estrés, que afecta negativamente la salud y el bienestar de millones de personas, el mundo más que nunca necesita terapeutas y coaches altamente cualificados con una visión más holística e integral de la salud.

## MODULO 1. CONSCIENCIA

### ETAPA 1 DEL VIAJE HACIA TU SER: SALIR DE LA RUTINA CONOCIDA

Vivimos en el mundo de «hacer» y «tener» generando estados de estrés, ansiedad, depresión, vacío, negatividad. Muy pocos se atreven a parar su ajetreo mental e iniciar el viaje de conexión hacia su verdadero Ser, aprendiendo a crear estados de paz, armonía, calma y equilibrio.

### OBJETIVO DE ESTE MODULO: DESPERTAR TU CONSCIENCIA PARA CONECTAR CON TU ESENCIA

¿Cómo estás creando tu realidad? Sí no estás viviendo la realidad que deseas es porque no has aprendido que existe una relación entre tu estado de conciencia (tu forma de pensar) y lo que experimentas como tu realidad. Puedes aprender a cambiar tu mente de víctima a creadora, de emociones a hechos, de disparada a enfocada.

### ¿QUÉ APRENDERÁS EN ESTE MÓDULO?

- Cómo calmar tu mente y encontrar tu paz, anclarte en tu interior.
- Cómo desconectar del ruido y enfocarte en ti.
- Cómo manejar el estrés, la ansiedad, tus emociones negativas, etc.
- Cómo meditar para influir en tus circunstancias externas, cambiando tu pensamiento y tu estado de conciencia.
- Cómo vivir aquí y ahora en tu presencia, estableciendo nuevos hábitos de vida basado en el mindfulness.
- Cómo dejar el ego del Hacer y reconectar con tu Ser, quién realmente eres.

### TEMAS DE LA FORMACIÓN CERTIFICADA EN MEDITACIÓN TRANSFORMACIONAL

1. Principio de vibración: Cómo mantener la energía alta.
2. Prácticas de la Ley de Potencialidad o Consciencia Pura: del Ego al Ser.
3. Prácticas de Yoga Séptimo Chakra: Asanas y Pranayamas
4. Preparación para que la meditación transforme tu vida: los 8 pasos del Yoga.
5. Cómo transformar tu mente con el Samadhi Padha de los Yoga Sutras
6. Qué es la meditación, orígenes, historia y evolución.
7. Diferentes tipos y técnicas de meditación para encontrar la paz interior.
8. Técnicas de Respiración y Meditación Mindfulness para el Estrés y la Ansiedad.
9. Prácticas de Meditación para establecerla como hábito de vida.
10. Cómo Diseñar Sesiones de Meditación para transformar tu vida y el mundo.

## MODULO 2. PROPÓSITO

### ETAPA 2 DEL VIAJE HACIA TU SER: SEGUIR LA LLAMADA A LA AVENTURA

La mayoría de las personas viven en piloto automático en vidas insatisfechas, vacías, sin propósito ni sentido, hasta que algo en nuestras vidas sucede (normalmente un acontecimiento doloroso) que nos llama al cambio. Inicias el viaje hacia tu Ser, sientes una llamada dentro de ti que te dice que la vida es algo más, que tú puedes cambiar y aportar algo más al mundo. Aunque tienes miedo al cambio y a lo desconocido, decides ir a la búsqueda del tesoro que escondes dentro de ti, para encontrar tu propósito, aprendiendo a crear una vida plena llena de sentido.

### OBJETIVO DE ESTE MODULO: SEGUIR TU IMPULSO CREATIVO PARA MANIFESTAR TU PROPÓSITO

¿Cómo la Consciencia Universal trabaja a través de ti? Existe una fuerza creadora que genera toda la creación en el Universo. Para definir tu propósito y conocer tu dharma, tu misión en esta vida, has de aprenderte alinearte conscientemente con esta inteligencia universal.

### ¿QUÉ APRENDERÁS EN ESTE MÓDULO?

- Cómo has venido a este mundo con una misión, un propósito, y cómo descubrirlo y manifestarlo desde tu conciencia.
- Cómo libera el poder creativo para permitirte crear nuevos hábitos eliminando patrones de ansiedad, reactividad, miedo, que te impiden expresar tu máximo potencial al mundo.

### TEMAS DE LA FORMACIÓN CERTIFICADA EN YOGA NIDRA TRANSFORMACIONAL

1. Principio de Correspondencia en tu proceso creativo.
2. Prácticas de la Ley del Dharma, tu misión en esta vida.
3. Prácticas de Yoga Sexto Chakra: Asanas, Pranayamas y Meditación.
4. Conocer tus Cuerpo Sutiles: Los 5 Koshas.
5. Despertar tu Kundalini para tu autoconocimiento: los 7 Chakras.
6. Yoga Nidra, Sankalpa: Ejercicios para definir tu Ikigai, tu propósito vital.
7. Yoga Nidra: El poder de la Visualización como Meditación.
8. Yoga Nidra a nivel subconsciente tu Sankalpa, tu misión en este mundo.
9. Yoga Nidra aplicado a mejorar el sueño, estrés y ansiedad.
10. Cómo Diseñar Sesiones de Yoga Nidra para transformar tu vida y el mundo.

## MODULO 3. VERDAD

### ETAPA 3 DEL VIAJE HACIA TU SER: ENFRENTARSE A LOS MIEDOS Y DESAFÍOS

Cuando decides salir de lo conocido para manifestar tu propósito, entonces aparecen los obstáculos necesarios para tu entrenamiento, el reflejo de tus miedos, creencias limitantes, condicionamientos sociales. Tendrás que aprender cómo vencer estos dragones para elevar tu autoestima y encontrar tu tesoro.

### OBJETIVO DE ESTE MODULO: EXPRESAR TU VERDAD ELEVANDO TU CONFIANZA

Para manifestar tu propósito necesitas aprender herramientas prácticas y como aplicarlas para desarrollar una actitud interna positiva y empoderada para elevar la "frecuencia vibratoria" de cada célula de su cuerpo.

### ¿QUÉ APRENDERÁS EN ESTE MÓDULO?

- Cómo aprender las claves psicológicas para gestionar tus emociones, practicar la confianza y elevar tu autoestima.
- Cómo lidiar con tus miedos, creencias limitantes, rechazo, obstáculos, y otras situaciones desafiantes que inevitablemente surgen en tu viaje.
- Cómo gestionar tu ego, que puede afirmarse a través de varias formas de negatividad, como juzgar, culpar, la queja, la ira, el victimismo o la frustración frente a los obstáculos.
- Cómo vencer tus miedos y creencias limitantes para atraer, desde tu liderazgo personal, con autoconfianza y seguridad, la abundancia a tu vida.

### TEMAS DE LA FORMACIÓN CERTIFICADA EN COACHING TRANSFORMACIONAL

1. Principio de Polaridad para reafirmarte en ti.
2. Cómo aplicar la Ley del Desapego.
3. Prácticas de Yoga Quinto Chakra: Asanas, Pranayamas y Meditación mantra.
4. Coaching: cómo superar miedos y convertir tus creencias de limitantes a potenciadoras. El poder de las Afirmaciones y la Psicología Positiva.
5. Gestión de la Inteligencia Emocional.
6. Programación Neurolingüística para cambiar creencias.
7. Aplicaciones de la Psicología Positiva
8. El poder de la Gratitud.
9. El método del Coaching Transformacional
10. Cómo Diseñar Sesiones de AutoCoaching y Coaching para transformar tu vida y el mundo.

## MODULO 4. AMOR

### ETAPA 4 DEL VIAJE HACIA TU SER: ENCONTRAR ALIADOS Y MENTORES

Cuando inicias el viaje del Ser, puede que te sientas solo. No tienes a con quien hablar de tus desafíos y gustaría conocer gente nueva que compartieran tus retos. Los desafíos y los enemigos son parte del camino, pero solo podrás superarlos con la ayuda de tus aliados y mentores. Durante el viaje conocerás otras personas que te ayudarán en tu camino, pero tendrás que aprender cómo relacionarte con ellas para encontrar tu tesoro.

### OBJETIVO DE ESTE MODULO: CREAR Y APOYARTE EN UNA RED DE RELACIONES CONSCIENTES

La inteligencia universal actúa desde el amor propio y a los demás. Todos somos uno y formamos parte de una misma energía. Por lo que cómo nos relacionamos con los demás y con nosotros es clave en la manifestación de nuestro propósito. Tendrás que aprender como establecer relaciones conscientes que llenen tu vida de amor.

### ¿QUÉ APRENDERÁS EN ESTE MÓDULO?

- Cómo relacionarte contigo mismo, valorarte, entenderte y no juzgarte.
- Cómo crear y apoyarte en una red de relaciones conscientes.
- Encontrar tus aliados en tu propósito vital: colaboradores, equipo, mentores.
- Cómo sanar tu relación contigo mismo/a y con los demás que se convertirán. en tus aliados ayudándote a alcanzar tu propósito.

### TEMAS DE LA FORMACIÓN CERTIFICADA EN ENEAGRAMA TRANSFORMACIONAL

1. Principio de Vibración del mundo.
2. Cómo aplicar la Ley del Dar y Recibir.
3. Cuarto Chakra: Asanas, Pranayamas y Meditación Budista.
4. Principios de la Compasión Budista y el Octuple Camino.
5. El eneagrama espiritual para mejorar las relaciones: ley del 1, del 3 y del 7.
6. Eneatipos Emocionales, Viscerales, Racionales.
7. Subtipos dentro de los Eneatipos.
8. Eneagrama aplicado a la Meditación y el Yoga.
9. El Eneagrama como herramienta de Autoconocimiento y para establecer Relaciones Conscientes.
10. Cómo utilizar el Eneagrama para transformar tu vida y el mundo.

## MODULO 5. ACCION

### ETAPA 5 DEL VIAJE HACIA TU SER: HALLAR EL TESORO DEL CONOCIMIENTO

Sí buscas un cambio en tu vida, recomenzar, y empezar a vivir desde tu propósito, los hábitos de vida que has llevado hasta ahora ya no te sirven. A medida que avanzas por este viaje del Ser aprenderás sabidurías ancestrales con las que crearás nuevos hábitos, valores y actitudes, para hacer frente a la complejidad y la incertidumbre, y así en tu autodescubrimiento y despertar hallarás tu tesoro dentro de ti.

### OBJETIVO DE ESTE MODULO: CUIDAR TU SALUD PARA QUE TU PODER INTERIOR PRODUZCA

Tu poder produce. No hay límites para poder llevar a cabo las intenciones y deseos sí están surgen desde tu verdadero Ser. Para ello tienes que aprender cómo pasar a la acción, desarrollando un enfoque holístico en tu vida para cuidar tu cuerpo, mente y alma.

### ¿QUÉ APRENDERÁS EN ESTE MÓDULO?

- Cómo cuidar tu salud para que tu poder produzca.
- Cómo alimentarte para llenarte de energía y salud.
- Cómo encontrar tu equilibrio interno y externo.
- Cómo tener una visión más holística del ser humano y del cosmos.
- Como autodiagnosticarte y desintoxicarte para revitalizar tu cuerpo.

### TEMAS DE LA FORMACIÓN CERTIFICADA EN AYURVEDA TRANSFORMACIONAL

1. Principio de Generación: Volverse proactivo para pasar a la acción y fortalecer la voluntad para introducir los nuevos hábitos de vida.
2. Ley de la Intención y Deseo para atraer abundancia en la vida.
3. Tercer Chakra: Asanas, Pranayamas y Meditación Karma Yoga.
4. Cómo el Ayurveda transforma nuestra vida.
5. Fundamentos: Los 3 gunas, los 5 elementos, los 3 doshas, las 7 constituciones.
6. Autoconocimiento de la Biología del Cuerpo: Agni, Dhatus, Ojas, Prana, Tejas.
7. Cómo desintoxicarse con el Detox Ayurvédico Panchakarma.
8. Alimentación en Ayurveda y recetas ayurvédicas.
9. Rutina diaria en Ayurveda: Higiene, masaje, dieta.
10. Como aplicar el Ayurveda para transformar tu vida y el mundo.

## MODULO 6. RENDICIÓN

### ETAPA 6 DEL VIAJE HACIA TU SER: DISFRUTAR LA VUELTA CON LA RECOMPENSA

Una vez que has descubierto que el tesoro es la recompensa de haber despertado a un nuevo yo dentro de ti, aprendes a desarrollar una nueva identidad fluye con la vida. Sin embargo, nos pasamos la vida tratando de controlar en vez de aprender a fluir y rendirnos con lo que el Universo nos trae. Tendrás que crear un nuevo mapa del mundo con todo lo que has descubierto en tus nuevos hábitos de vida.

### OBJETIVO DE ESTE MODULO: APRENDER A ACEPTAR, FLUIR, SOLTAR, DEJAR IR

La vida está destinada a desafiarnos porque así es como crecemos. Nos embarcamos en la co-creación con el universo, así como los desafíos y éxitos que esto puede implicar. Cuando creemos que ya hemos transformado nuestras vidas, nosotros mismos podemos auto-sabotear nuestro proceso, tenemos que aprender a disfrutar del camino.

### ¿QUÉ APRENDERÁS EN ESTE MÓDULO?

- Cómo relajar tu cuerpo y tu mente para soltar, aceptar, dejar ir y fluir feliz con lo que la vida te trae.
- Cómo acceder a la energía de la creatividad evitando bloqueos.
- Cómo aprender a aceptar que la vida no nos pone problemas sino retos, oportunidades de aprendizajes para elevar nuestra consciencia.
- Cómo generar el espacio necesario para abrir paso a lo nuevo y al contacto con nuestra interior, con nuestra verdad y con nuestro crecimiento personal.
- Cómo celebrar y disfrutar del camino, del proceso desde la presencia.

### TEMAS DE LA FORMACIÓN CERTIFICADA EN TANTRA YOGA TRANSFORMACIONAL

1. Principio del Ritmo para fluir con la vida.
2. Cómo aplicar la Ley del Mínimo Esfuerzo.
3. Segundo Chakra: Asanas, Pranayamas y Meditación Tantra Yoga.
4. El tantra yoga como práctica para aprender a fluir.
5. Anatomía del Tantra Yoga para la sanación
6. Como utilizar el Tantra Yoga para tus prácticas de Meditación y Mindfulness.
7. Cómo beneficiarte de los Principios de Shiva y Shakti
8. Equilibrar tu energía masculina y femenina.
9. Tantra Yoga transformacional: Herramientas para el crecimiento.
10. Como aplicar Tantra Yoga para transformar tu vida y el mundo.

## MODULO 7. COMPROMISO

### ETAPA 7 DEL VIAJE HACIA TU SER: AYUDAR A OTROS A CAMBIAR Y CONSTRUIR UNA NUEVA HUMANIDAD

Cuando terminas tu viaje del Ser vuelves a casa como una persona diferente. Has encontrado tu tesoro en tu auto conocimiento y despertar. Ahora querrás compartir el tesoro con los demás. Es el momento de poner en práctica todo lo que has aprendido a través de tu viaje.

### OBJETIVO DE ESTE MODULO: GENERAR TU COMPROMISO PARA DESPLEGAR TU LUZ AL MUNDO

Dijo Gandhi que si quieres cambiar el mundo tienes que ser el cambio que quieres ver en el mundo. Para transformar la tierra en un planeta más consciente tenemos que comenzar con nuestro cambio a nivel individual. Como dice Eckhart Tolle: «La nueva tierra comienza con tu conciencia despierta». Tendrás que aprender a actuar en el mundo a través del nuevo ser que eres ahora y llevar al mundo algo que no ha existido antes.

### ¿QUÉ APRENDERÁS EN ESTE MÓDULO?

- Cómo cada uno de nosotros puede convertirse en una luz de amor y compasión en nuestro mundo.
- Cómo estar en tu propósito es tu contribución consciente a este planeta.
- Cómo aplicar en tu vida una visión más holística fusionando herramientas tradicionales del yoga con otras herramientas más modernas de crecimiento personal y el desarrollo espiritual.
- Cómo ayudar a otros a transformarse y co-crear un nuevo mundo más humano y consciente.

### TEMAS DE LA FORMACIÓN: PROYECTO FIN DE MASTER

En este periodo tendrás que preparar tu proyecto fin de master. Tendrás una sesión de tutoría personalizada para ello.

Podrás presentar tu Proyecto en el **Retiro de Fin de Master**.

## METODOLOGÍA

### SEGUIMIENTO, SOPORTE Y AYUDA

Cada módulo está compuesto por un curso de estudio que puedes hacer a tu ritmo, desde cualquier lugar del mundo a través de **vídeos, audios y documentos descargables**.

Te acompañaremos durante todo el proceso, ya que tendremos un **grupo de Telegram exclusivo** para aquellos que estemos dentro del programa, donde resolveremos dudas.

Además, realizaremos **Masterclasses grupales cada semana**, donde tendrás la posibilidad de plantear tus dudas y preguntas, así como lo harán los demás, y recibir feedback, ayuda y motivación por parte de los demás compañeros y también de nosotros.

Serán sesiones de **consultoría y coaching grupal**, con **prácticas de yoga y meditación**.

Durante las consultorías mensuales, tendremos cada mes una sesión con un **profesor invitado** especialista en el contenido del módulo que corresponda.

También trataremos **nuevos temas y contenido relacionados** con cada módulo.

Cómo parte de la tribu tendrás **descuento en todos nuestros viajes y retiros** de por vida, donde podrás poner en práctica todo lo aprendido online.

### CALENDARIO DEL PROGRAMA

Para acceder a la Certificación Internacional y obtener el Diploma de Máster Coach Transformacional Método S.E.R. ® hacen falta completar los 7 módulos mensuales así como la participación en las sesiones de prácticas y asesoramiento online cada semana.

- Módulo 1: NOVIEMBRE 2021
- Módulo 2: DICIEMBRE 2021
- Módulo 3: ENERO 2022
- Módulo 4: FEBRERO 2022
- Módulo 5: MARZO 2022
- Módulo 6: ABRIL 2022
- Módulo 7: MAYO 2022
- Entrega Proyecto Fin de Master: JUNIO 2022

### CERTIFICACIÓN

Nuestros cursos están acreditados por el **IPHM** (*International Practitioners of Holistic Medicine*), la **Yoga Alliance**, y por nuestra propia **Escuela Transformacional** que cuenta con un índice el **100% de Satisfacción** entre nuestros alumnos formados.

Contienen información y ejercicios prácticos que te permitirán transformar tu vida y convertirte en un agente de cambio del mundo. Sí aprendes como transformar tu vida para contribuir tanto a tu felicidad, como a la felicidad de otras personas, encontrarás la verdadera meta, el verdadero significado de la vida...

## PROFESORADO

A lo largo del Máster contaremos con **diferentes profesores invitados y expertos en cada área**. Aquí solo te presentamos los directores de cada área.

### MARÍA SITAARA – Yoga, Coaching, Meditación

- Fundadora de [viajestransformacionales.com](http://viajestransformacionales.com) y [escuelatransformacional.com](http://escuelatransformacional.com)
- Profesora de **Yoga 500H certificada por la Yoga Alliance International**. Más de 2.000H de Formación y Prácticas por España y por el Mundo.
- Certificada como **500H Parayoga Teacher** en el Programa Parayoga School de Rod Strycker, Colorado, EE.UU. Certificada como Profesora de Vinyasa Krama, Tantra Yoga, Prana Yoga, Yoga Nidra, Yoga Sutras, Kundalini Yoga, Yog Koshas.
- **200H Kripalu Yoga Teacher Training**, Massachusetts, EE.UU.
- Certificada **300H Profesora de Ashtanga Yoga** por MyVinyasaSchool en Houston, EE.UU, y **200H Profesora de Vinyasa Yoga** por la Escuela Oyoga de Lourdes Vidal en Sevilla.
- **Profesora de Yoga y Ayurveda**, 500H Rishiskul, Rishikesh, India.
- Certificada como **Profesora de Yoga Nidra y Para Yoga Nidra**, Parayoga, EE.UU.
- **Maestra de Meditación Mindfulness MBSR** certificada en el Método de John Kabat-Zinn, Center for Mindfulness, India
- **Maestra de Meditación Budista**, Kopan Monastery, Nepal
- **Master Coaching Transformacional**, Certificada por la ICF, Coaching Corporation, Barcelona.
- **Master Coach Personal**, Coach Creativo, Málaga
- **Master PNL Programación Neurolingüística**, NLP University Robert Dilts, Santa Cruz, California
- **Master de Tantra**, Escuela Tantra y Yoga, Baza, Granada
- **Graduada en Marketing**, Manchester University y **MBA** por la London Business School

### MARIO SAAGAR – Coaching, Eneagrama

- **Coach Transformacional**, Certificado por la ICF, Coaching Corporation, Barcelona
- **Maestro en Eneagrama**, Programa SAT Claudio Naranjo
- **Profesor de Mindfulness y Meditación**, certificado en el Método de John Kabat-Zinn, Mindfulness School, India
- **Master de Tantra**, Escuela Tantra y Yoga
- **Master en Salud Integral** y Riesgos Laborales
- **Graduado en Ingeniería**, Universidad de Huelva

### MACARENA SALVADOR – Yoga, Ayurveda

- **Maestra de Ayurveda**, Instituto Pune de India
- **Master en Dietética y Nutrición**, Universidad Católica de Cuyo y Universidad Clea
- **Master en Coaching Nutricional**, Universidad Católica de Cuyo y Universidad Clea
- **Master en Fitoterapia** por el Instituto de dietética y Nutrición
- **Experta Nutrición y Cáncer**, UNED
- **Terapeuta de Yoga y Ayurveda**, Escuela Superior de Ayurveda de Madrid
- **Experta en Nutrición Ayurvédica**, Escuela Aiya Madrid
- **Experta en Mindfulness y Ayurveda**, Escuela Aiya Madrid
- **Experta en Medicina Integrativa y Nutrición Antiinflamatoria**, Escuela de Salud Integrativa, Madrid
- **Experta en Masajes Ayurvédicos y Tratamiento Panchakarma**, Aiya, Madrid
- **Graduada en Enfermería**, Universidad de Sevilla

## BENEFICIOS QUE TE LLEVAS AL PARTICIPAR EN EL PROGRAMA

**Encontrarás tu felicidad llenando tu vida de plenitud y sentido.** Si hasta ahora has trabajado sólo en el plano del hacer y en la dimensión del ego, puede que hayas tenido éxito en el plano material y en el reconocimiento social pero también habrás sufrido de estrés, ansiedad. Lo que creías que te iba a dar la felicidad no te había satisfecho.

Sólo podemos encontrar la **verdadera auto-realización** cuando estamos en contacto con nuestra identidad de esencia, el «Yo Profundo»: La dimensión del SER.

Cuando **aprendes a calmar tu mente y conectarte con tu esencia**, entras en la manifestación consciente, la dimensión de tu Ser, donde expresas todo tu potencial y atraes la abundancia a tu vida.

Al equilibrar Ser y Hacer, **fortaleces tu creatividad**. La inteligencia creativa del universo comienza a funcionar no solo a través de tu mente sino a través de tu realidad. Comienzas a atraer personas, situaciones y recursos que te empujan hacia tu destino.

Durante este curso aprenderás unas **enseñanzas y prácticas que cambiarán totalmente la forma en que ves tu vida**.

**Desplegarás tu potencial** para contribuir a **crear un mundo mejor** de una manera única como nunca antes habías soñado.

## TODOS PODEMOS HACER COSAS EXTRAORDINARIAS

Con las enseñanzas y prácticas que aprenderás en este curso, te **entrenarás en el arte de equilibrar el «ser y hacer»** para que encuentres tu paz y empieces a crear desde un lugar libre de ansiedad, agresión y estrés.

Aprenderás cómo **permanecer en calma, enfocándote en dar lo mejor de ti, aceptando sincronicidades y disfrutando del proceso**.

# TU MOMENTO ES AHORA

---

*Si sientes que tienes el potencial para contribuir con tu mejor yo al mundo, este es tu momento. En respuesta a los desafíos y necesidades de nuestro tiempo, muchos de nosotros estamos llamados hoy a movilizar nuestros talentos y expresarnos de manera más creativa. Sí aprendes como transformarte para contribuir a la felicidad de otras personas, encontrarás la verdadera meta, el verdadero significado de la vida...*

**viajestransformacionales.com**  
**escuelatransformacional.com**