

# BIENVENIDOS



#EnCaminoAHolisticYogaFest



La Buena Vibra  
**HOLISTIC  
YOGA FEST**

PRESENTA:

TALLER

## • ENFRENTA TUS MIEDOS •

DESPIERTA • DEJA IR • PERDONA

- YOGA
- MÉTODO SEDONA
- "THE WORK"
- NO DUALIDAD
- RESPIRACIÓN
- MEDITACIÓN



Nueva Fecha  
18, 19 y 20 de Junio 2021  
VIERNES  
(inicia 6 pm)

SÁBADO &  
DOMINGO  
(concluye 1:30 pm)

\$ 4,900 15% off en hospedaje

\*Promoción:  
**\$490 m/n**

\*(9 meses sin intereses)  
antes del 1o. de Junio 2021



**TANYA WITMOND**



**GISELA HENGL**  
[www.giselahengl.com](http://www.giselahengl.com)

✉ [escuela.yoga@hotelbuenavibra.com](mailto:escuela.yoga@hotelbuenavibra.com)  
f LaBuenaVibraYMS

📷 [labuenavibrayogaschool](https://www.instagram.com/labuenavibrayogaschool)  
📞 739 395 14 91 ext. 0

## TE ESTAMOS ESPERANDO



## CON AMOR: GISELA Y TANYA

“Por muy bravas y enfurecidas que sean las tormentas que se desaten en la superficie del océano, sus profundidades siempre están en calma. Del mismo modo, el corazón de la conciencia siempre se halla en silencio y en paz sin importar cuales sean las características de los pensamientos y sentimientos que tengamos. Es el lugar en el que siempre podemos refugiarnos.”  
-Rupert Spira.

# DÍA 1.

## VIERNES 18 DE JUNIO 2021.

**18:00** - Liberación & Meditación:

**a** ¿Quién Eres?

**20:00** Nota la Conciencia.

- Meditación de Yoga Nidra  
Identifica tu Sankalpa

### **Temas Día 1.**

Nuestra Esencia no comparte los límites ni el destino de Mente, Cuerpo y Mundo. ¿Estamos Dormidos pensando que estamos Despiertos? ¿Qué significa estar Despierto? Realidad VS Ilusión. Miedo VS Amor.



## DÍA 2.

### SÁBADO 19 DE JUNIO 2021.

**09:00 a 10:30** - Práctica de Yoga

#### Desayuno

**11:30 a 12:30** - Meditación & Liberación Grupal.  
¿Eres lo que percibes o la conciencia  
consciente de lo que percibes?

**12:30 a 13:00** - Identifica un Problema

**13:00 a 14:00** - Experiencia de Respiración Holotrópica

#### Comida

**15:30 a 16:00** - Compartir su Experiencia  
¿Puedo o podría dejar ir y cuándo?

**16:00 a 17:00** - Liberación Grupal  
¿Cuál es tu Verdadero Nombre?

**17:00 a 17:45** - Liberación Grupal: El gran secreto.

**17:45 a 18:30** - Liberación Individual.  
Conoce las 3 señales de estar despierto.

#### Cena

**20:30** - Película Defending your Live. Con comentarios de David Hoffmeister. Basado en el Curso de Milagros.



## DÍA 2. SÁBADO 19 DE JUNIO 2021.

**Temas del Día 2:** ¿Eres lo que percibes o eres la conciencia consciente de aquello que percibes? Conoce las tres esferas de la conciencia. ¿Cuáles son las 3 señales de estar despierto? Problema Percibido: \*Un Deseo no satisfecho, \*Una relación que te perturba, \*Un dolor físico, \*Una situación económica no resuelta, \*O lo que está ahí en este momento. Lo que te perturba no es lo que parece ser. El objetivo de la respiración holotrópica es proporcionarte una experiencia transformadora de naturaleza transcendental que te puede llevar más allá de tiempo y espacio a la Dimensión de tu SER. ¿Puedes dejar ir el querer resolver, corregir, comprender? Lo contrario a la resistencia es la Bienvenida. Despierta a la Realidad de lo que crees que es un problema. Nota la Conciencia.



# DÍA 3.

## DOMINGO 20 DE JUNIO.

**09:00 a 10:30** - Práctica de Yoga

### **Desayuno**

**11:30 a 12:30** - Meditación & Liberación Grupal  
Dejar ir el Control

**12:30 a 13:30** - Liberación Individual  
Encuentra el o la que tiene miedo

**Temas del Día 3:** Libera el Control, el Buscar Aprobación, Amor y Admiración. Encuentra la Seguridad dentro de ti. Experimenta más allá del deseo de Separación VS Unión. ¿Quién es el hacedor detrás de la acción? ¿Quién es el pensador detrás del pensamiento? Vive desde tu Verdadero Nombre. Conciencia observando Conciencia.



*Robert Adams dice,*

Quiero compartirte un pequeño secreto:

No hay problema.

Nunca existió ningún problema, hoy no hay problema ni nunca habrá problema.

Los problemas solo significan que el mundo no está siendo lo que tu quieres que fuera.

Desde la verdad, no hay problema.

Todo está sucediendo como debería de suceder. Todo está bien.

Tienes que olvidarte de ti y expandir tu conciencia hasta convertirte en el universo por completo.

La realidad por debajo de todo el universo es pura conciencia, no tiene problema y eso es lo que tú eres.



# RECIBE MATERIAL DE APOYO



## Bibliografía Recomendada:

- Ø El Gran Secreto. -Rhonda Byrne.
- Ø Ser Conciente de SER Consciente: La Vía Directa. -Rupet Spira.
- Ø Yo soy. -Rupert Spira.
- Ø ¿Quién Eres? -Ramana Maharshi.
- Ø ¡Libérate! Sana a través de los chakras. -Gisela Hengl.

## Youtubes:

- Ø Libérate de tus miedos. <https://youtu.be/PCeWn1uTtXQ>
- Ø No te asustes de tus miedos. <https://youtu.be/H4nedE89oQ8>

## Redes Sociales:

### Gisela Hengl - Escuela de Vida Nueva Infinitas Posibilidades

- Ø <https://www.giselahengl.com/>
- Ø <https://www.instagram.com/giselahengl/>
- Ø <https://www.facebook.com/giselahengl.thework/>
- Ø <https://twitter.com/Giselahengl?s=09>
- Ø <https://www.youtube.com/channel/UC-zyARfWJJOcWIUym1imoAQ>

### Tanya Witmond – La Buena Vibra Yoga & Mindfulness School

- Ø <https://instagram.com/tanyawitmond>
- Ø [https://m.youtube.com/channel/UCbx3oK-GseO\\_o50X7243P1g](https://m.youtube.com/channel/UCbx3oK-GseO_o50X7243P1g)
- Ø <https://www.hotelbuenavibra.com/>
- Ø <https://www.facebook.com/tanya.witmond>