

busquedas

Método Hoffman de la Quadrinidad

Hacia el Autoliderazgo

Hoy en día, en un mundo en el que las presiones se incrementan, las oportunidades decrecen y el contexto no ofrece puntos de apoyo, contar con todo nuestro potencial se vuelve una opción necesaria, liberadora y audaz. Atravesar los límites conocidos y confiar en nuestra sabiduría interna te permite enriquecerte con caminos distintos llenos de matices nuevos. La aventura de vivir en paz y alegría se vuelve una posibilidad cotidiana y tangible, sólo hay que animarse a emprender un viaje de auto-descubrimiento y auto-transformación.

Enseñar a liberar y resolver los sentimientos negativos persistentes es fundamental. Examinar las influencias más importantes en nuestras vidas rastreando el origen de nuestra desconexión emocional, de nuestra negatividad adoptada, liberando vivencias profundamente arraigadas que se han almacenado en nosotros por años, da como resultado el poder vivir una vida con mayor libertad y riqueza. Sólo es necesario atreverse a superar el condicionamiento interno, animarse a sanar los vínculos con tus raíces, para poder regalarle una vida sin sufrimientos y elegir nuevamente qué vida se quiere vivir.

Las reglas explícitas o implícitas que se perciben en las primeras etapas de la vida quedan grabadas en nuestro mundo emocional como parámetros de lo que le corresponde a las personas en la vida: qué es un hombre, qué es una mujer, qué es una pareja, qué es una familia, qué es una persona. Derechos y deberes, expectativas, posibilidades, limitaciones, son definidas en imágenes grabadas durante toda la infancia. Contienen una serie de creencias, mandatos y valores, que muchas veces ni han pasado

► **Un proceso que propone descubrir y potenciar nuestras fortalezas y, al mismo tiempo, reconocer nuestras debilidades e intentar cambiarlas. ¿El objetivo? Liderar la propia vida a través del autodescubrimiento, del ser uno mismo. Así lo explica su directora, la licenciada María Guadalupe Ortiz Almonacid.**

por el intelecto, pero se nos disparan como formas de vida, de verdades que defendemos y hasta confrontamos. La lealtad emocional a las enseñanzas de los padres, les da a éstas una solvencia inconsciente particular. Este modelo aprendido, con sus aciertos y errores funciona luego, en la vida adulta, como una matriz que recorta la realidad y los vínculos.

La **programación negativa** es la grabación emocional e intelectual de reacciones, actitudes y creencias o mandatos negativos, que se experimentan u observan en los padres biológicos y sustitutos durante la infancia, desde la concepción hasta la pubertad. A partir de ese momento comienzan a vivirse como propios y/o como modelo al que hay que oponerse, “ser distinto”.

Surgen de forma involuntaria, inconciente y compulsiva. Son la causa del sufrimiento, del sabotaje o de la vivencia de límites o sensaciones de impotencia, que impiden la realización de los cambios en la vida.

El **amor negativo** es la experiencia emocional temprana que sostiene esta programación negativa. Es la vivencia interna de baja autoestima, auto-rechazo y sentimientos de inferioridad o superioridad. Esto genera la sensación de carencia, demanda, especulación, chantaje, queja, insatisfacción, abandono o sobreprotección, en nombre del amor o del bienestar mutuo: aun cuando se busca el encuentro, se genera desencuentro y soledad.

Alcanzar el perdón y la aceptación de uno mismo y otros permite una actitud más compasiva con uno, en las relaciones personales y en la vida familiar. Esto es posible a través de un camino de autoconocimiento y de la práctica de la autotransformación.

Sobre la base de una gran variedad de enseñanzas establecidas (psicodinámica, Transpersonal, Gestalt, conductual y cognitiva) y la combinación del trabajo intelectual, emocional, físico y espiritual, el **Proceso Hoffman de la Quadrinidad** proporciona un enfoque completo hacia la solución de muchos de los problemas de la vida. Fundado hace más de 45 años, con más de 18 años de actividad en nuestro país, iniciado en Argentina por la lic. Berta Sperber, psicóloga y socióloga, continúa desarrollándose en colaboración con expertos, entre ellos profesionales de la salud, terapeutas, asesores pedagógicos, sanadores espirituales y otros del movimiento del potencial humano. Más de 60.000 participantes en el mundo, de todas las edades, grupos




Noble Apicultor

Desde 1984
ALIMENTOS APÍCOLAS

**Un natural aliado
para tu salud**



JARABE, CARAMELOS, CÁPSULAS, ATOMIZADOR Y GOTAS

Propóleo

- ✓ GRAN PODER ANTIBIÓTICO NATURAL
- ✓ POTENCIA Y AUMENTA LAS DEFENSAS
- ✓ FAVORECE AL APARATO RESPIRATORIO
- ✓ ESTIMULA EL SISTEMA INMUNOLÓGICO

www.natier.com |  Encontranos en Facebook

Tel/Fax: 011.4206.0643

Venta en Dietéticas y Farmacias especializadas

busquedas

de ingresos, profesiones, culturas y creencias espirituales. A pesar de tener diversos orígenes, tienen en común un persistente sentido de insatisfacción y un profundo deseo de cambio.

-¿Qué es el Proceso Hoffman de la Quadrinidad?

-El Proceso Hoffman es un método poderoso de autoconocimiento y autotransformación cuyo objetivo es desarmar los aprendizajes negativos de la infancia, que crean bloqueos y limitan el propio desarrollo en la vida adulta. Abre e integra el mundo emocional y espiritual, recuperando la libertad y el amor por uno mismo, para el resto de la vida.

El Proceso Hoffman de la Quadrinidad fue creado por Bob Hoffman en California, Estados Unidos, hace más de 45 años. Se dicta en más de 13 países, entre ellos Estados Unidos, Alemania, Argentina, Austria, Brasil, Canadá, España, Francia, Inglaterra, Irlanda, Italia, Suiza, Holanda, etc.

-¿En qué se basa?

-Su hipótesis fundamental es: *"Así como está tu mundo interno, está tu mundo externo. Aprende a cambiar el interno y cambiarás el externo"*.

Consciente e inconscientemente proponemos al mundo una imagen de nosotros y de la vida que condiciona las respuestas del medio hacia nosotros. Es una película que proyectamos constantemente, seleccionando lo que permite reproducirla, es un molde que recorta la realidad para ajustarla a la visión aprendida en la infancia.

Esta matriz se graba en el mundo emocional desde el momento de la concepción hasta la pubertad, y consiste en una sucesión de imágenes, que configuran una película que se activa compulsivamente a partir de la adolescencia. Funciona inconscientemente como una visión del mundo indiscutible, en el que la realidad, las relaciones y la vida en general son el resultado de las expectativas de nuestros padres. El mundo de nuestra infancia determina la mirada que tenemos para con los demás y para con nosotros mismos durante la adultez.

La concepción de la persona que sostiene este recurso, considera que es una unidad compuesta por cuatro aspectos (de allí su nombre, Quadrinidad): EMOCIÓN, INTELECTO, CUERPO Y ESPÍRITU (sabiduría interna). Mientras usted aprende a limpiar la compulsión a repetir grabaciones en estos cuatro aspectos, aprende sus idiomas, sus amplias capaci-

¿El proceso Hoffman es para mí?

- Me siento atrapado. Algo me impide avanzar y quiero ampliar las posibilidades en mi vida.
- Creo que estoy pasando por una crisis, un cambio de vida o de etapa, y no sé cómo pedir ayuda.
- Yo sé lo que debo hacer, pero a menudo no puedo generar la voluntad para hacerlo.
- A menudo me siento estresado, enojado, resentido, avergonzado o deprimido. Yo quiero cambiar.
- Domino, controlo e intimido a los demás o por otro lado me siento intimidado, acosado y manipulado, y no puedo afirmarme. Tengo una baja autoestima.
- Tengo miedo de dejarme ir, como si tuviera mucha ira, frustración y dolor atrapados dentro de mí.
- Trabajo de forma compulsiva, a menudo para evitar otros aspectos de mi vida. Esto afecta mis relaciones y la felicidad.
- He leído muchos libros de desarrollo personal, hice retiros, cursos, he probado la terapia y trabajos de liberación de la ira, pero todavía me siento atrapado e infeliz.
- Me siento en una encrucijada con las decisiones más importantes, no sé qué hacer. No sé cómo avanzar o qué dirección tomar.
- A menudo me siento ansioso o nervioso sin motivo. No sé de dónde obtener ayuda.
- Mi matrimonio, mi carrera o mi vida perdieron significado. A menudo me siento solo en los cambios que estoy viviendo.
- Hay una falta de alegría y de intimidad en mi vida. No he tenido éxito en formar relaciones, o he tenido varias relaciones fallidas e insatisfactorias.
- He estropeado mi relación con mis hijos y quiero ser un mejor padre.
- Estoy sin emociones y desconectado de mis sentimientos, o bien mis emociones manejan mi comportamiento.
- Reconozco que mis padres no eran tan amorosos o no me brindaron el apoyo que necesité.
- Sé que sucedieron cosas malas en mi infancia.
- Veo que estoy pasándole a mis hijos mi propio dolor, ansiedad o depresión como patrones negativos familiares.
- Estoy luchando para encontrarle un sentido a mi vida. A veces me siento inútil. Me siento adormecido, como en piloto automático.

dades para crecer creativamente en la vida, libre de presiones internas y externas, paralelamente una profunda limpieza emocional sucede, la alegría y la paz interna se instalan, vivencias de perdón, compasión y amor incondicional vibran en su interior dando una nueva posibilidad de poder sobre uno mismo y de libertad real, con herramientas simples y efectivas, para el resto de la vida, para seguir perfeccionándose y evolucionando solo.

-¿Cómo se realiza el Proceso?

-El curso se realiza en convivencia con un grupo de personas en un hotel estancia en la Provincia de Buenos Aires, durante 8 días. El trabajo es individual, sin exposición grupal. Las consignas son generales y cada persona las trabaja individualmente. **El método Hoffman** está diseñado para cuidar a cada persona de manera directa, personal y privada, de forma que no se

sienta expuesta ni sola, ante la consignas. Todo el trabajo es supervisado a través de una relación de respeto, cuidado y de confianza mutua, practicando lo mismo que abrimos en las personas: un vínculo amoroso y de fe mutua. Su eficacia atrae a las personas que tienen vidas exigentes y disponen de poco tiempo.

El proceso sólo puede ser tomado una vez en su vida, por lo que es importante que se comprometan plenamente a la experiencia. Pedimos a los participantes completar un cuestionario autobiográfico antes de asistir, lo que nos permite asegurar que el curso es adecuado para cada persona y que obtendrá el mayor beneficio posible.

Después del curso, cada graduado posee herramientas de autotransformación para toda la vida, que le permiten ser su propio mentor en el autoconocimiento y el crecimiento personal. ●

¿En qué nos puede ayudar?

- Dispara y posibilita una autotransformación interna y profunda que dura toda la vida.
- Favorece la liberación de la presión interna para lograr armonía, desarrollando y actualizando el verdadero potencial.
- Devuelve el ejercicio pleno de la propia libertad.
- Desarma los aprendizajes negativos de la infancia que limitan la vida adulta.
- Recupera y cultiva el amor profundo hacia los padres, base fundamental y motor del amor a sí mismo y a los semejantes.
- Reconecta al ser humano con las vivencias de perdón, comprensión sin condena, compasión y amor incondicional, sentimientos latentes en todo ser humano.
- Limpia el canal emocional. Afirmar la conexión y cuidado del cuerpo.
- Elimina el conflicto emoción-intelecto (quiero-debo) obteniendo paz interior.
- Ayuda a superar los deseos de venganza: destruirse para destruir.
- Desactivación de los mecanismos adictivos.
- Abre la posibilidad de vivir una vida sin sufrimiento.
- Estimula la positividad, espontaneidad, creatividad y alegría como forma de vida.
- Favorece una entrega más profunda en las relaciones interpersonales.
- Abre y estimula la conexión espiritual.
- Integra armoniosamente los cuatro aspectos del Ser, contando con cuatro recursos e idiomas para encarar con mayores recursos las propias limitaciones y poder resolver diferentes situaciones en la vida.
- Brinda herramientas de autotransformación para toda la vida.
- Se recupera la capacidad de vivir el presente, dejando de lado la queja del pasado y el deseo de controlar el futuro.
- Aumenta la autonomía, para dejar de estar a merced de las circunstancias, las personas o de las sectas.



Escuela de Psicología Transpersonal - Integral

Argentina - Chile - Colombia - Ecuador - México - Uruguay - España

Miembro de la Association for Transpersonal Psychology

Director: Psic. Daniel Taroppio M.D.P.

Un profundo espacio de encuentro con tu Ser y con los otros.

Un camino de excelencia para tu vocación.

PROGRAMAS INTERNACIONALES

Para todo el público

- COACHING TRANSPERSONAL
- PROFESORADO EN DANZA PRIMAL

Para Profesionales de la Salud

- PSICOTERAPEUTA TRANSPERSONAL- INTEGRAL

INSCRIPCIONES ABIERTAS BUENOS AIRES 2012

Programa Cuatrimestral

- 4 MÓDULOS DE JUEVES A DOMINGO ENTRE MAYO Y NOVIEMBRE

29 AÑOS DE TRAYECTORIA ACADÉMICA INTERNACIONAL

Contacto:


epti.bsas@gmail.com

15-6716-1823 | 15-5329-2368

Te invitamos a nuestro sitio web:

www.transpersonals.com y

<http://www.facebook.com/EscuelaTranspersonal>



**Instituto de Capacitación
para la Excelencia Líderes en formación
en PNL y Coaching**

CURSOS DE PNL y COACHING

PROGRAMACIÓN 2012
"Obtenga los recursos que necesita para
resolver conflictos y lograr objetivos"

Introducción a la PNL: 5 meses
Practitioner en PNL: 9 meses
Inicio: 12/4/2012
Cursada: Jueves de 19 a 21 hs.

**Intensivo de Coaching con Herramientas
de PNL y Ontología del Lenguaje**

**DICTAMOS LA CARRERA DE PNL COMPLETA:
PRACTITIONER, MASTER Y TRAINER**

**DISPONEMOS DE CURSOS A DISTANCIA
EN TODOS LOS NIVELES**

ICEPNL
Suipacha 760 3°17 Capital Federal
(011) 4300-0239 / (011)15-5027-7559
info@icepnl.com.ar • www.icepnl.com



AYURVEDA

**Curso Intensivo de Masaje
Ayurvédico**
(Encuentros mensuales de abril a julio)
Comienza martes 17 de abril

**Curso de Terapia
Ayurvédica y Plantas
Medicinales**
(Modalidad online o presencial)
Comienzan en abril

**Curso Universitario
a Distancia
en Salud Ayurveda para no
profesionales**

**FUNDACIÓN DE SALUD
AYURVEDA PREMA**
Centro Colaborativo Gujarat
Ayurved University (India)

(+54-11) 4824-1574 / 4827-4590
www.medicinaayurveda.org
info@medicinaayurveda.org
Directores: Dr. Jorge Luis Berra – Lic. Rosana Molho

búsquedas

Testimonios

"El proceso fue un viaje hacia dentro mío, y me permitió soltar cargas, encontrar el verdadero potencial que tengo, la magia de lo inexplorado y la abundancia del universo, que siempre hay más regalos para mí, si es que los quiero están allí disponibles para que los tome, que me pertenecen porque me fueron dados con la vida y que no tengo que hacer esfuerzo alguno, que siendo yo como soy todo se me es dado y facilitado porque fluyo en mi camino. Antes del proceso conocía esto en teoría, ahora sé desde la experiencia de qué se trata y vivo desde este lugar. Encontré un estado de tranquilidad y alegría por mi existencia y estar conmigo misma. Al mismo tiempo me permitió ver y hasta dimensionar la potencia y la fuerza de mi ser viviendo la realidad y soñando al mismo tiempo, estar tranquilamente 'activa', ir por más. Me siento plena y las adversidades las transito con conciencia y aplomo, las vivo con plena conciencia y por eso dejaron de perturbarme".

Marcela González, abogada.

"El Proceso Hoffman de la Quadrinidad significó nada más ni nada menos que 'despertar'... volver de un largo sueño de ilusiones y comprender quién soy realmente y cuál es mi lugar en el mundo. Ahora lo sé y soy responsable de vivir de acuerdo con mi verdadera identidad y ser feliz y es lo que hago cada día. No es magia, es trabajo, mucho trabajo! Pero el resultado vale la pena. Me gusta investigar, es además mi profesión, pero nunca había investigado algo tan importante como mi propio Ser, mi Quadrinidad. ¡Fue la experiencia más profunda de mi vida! Me permitió conocerme, perdonar, amar... comprender que de verdad existe el 'amor incondicional' y sentirlo así. Creo que todos nos 'debemos' esta experiencia para comenzar a vivir de verdad, con todo nuestro potencial desplegado, libres y felices. Realicé el Proceso en diciembre de 2007, todavía tengo mucho por descubrir y transformar en mi vida y me alegro por esto. ¡Ahora sé cómo seguir! El Proceso siempre da resultado...[...]"

María Fernanda Rodríguez, arqueóloga.

"Para mí el Proceso Hoffman fue la manera de vivenciar y limpiar muchos temas emocionales que había comprendido y cerrado intelectualmente a lo largo de los años. Pero sobre todo fue para mí una experiencia que me contactó con el inmenso y rico potencial que esta dentro de mí, listo para convertirse en acto en el momento en que yo quiera. También me ayudó a relacionarme con algunas emociones de manera más sana, a reconocer mi ira, mi necesidad de ser querida y a vivenciar el amor incondicional, el hecho de que soy digna de ser amada, tal y cual soy. El Proceso, fue una experiencia luminosa y llena de amor que significó la apertura de un nuevo capítulo en un momento de gran expansión de mi persona, tanto emocional, como intelectual, física y laboral. Gracias !!!!!!!!!!!!! [...]"

Marilen Stengel, especialista en Comunicación

"Antes para mí la vida era un juego de ajedrez. Estudiaba las posibilidades antes de mover una pieza. Tenía un fin. La meta. Después de esta única y especial semana, la vida es un juego en el que cada movimiento puede no ser el mejor (en apariencia), ni el más estudiado, ni el más perfectamente justo para ganar. Pero lo vivo como el mejor para mí, el más sensato, el más auténtico, aunque eso suponga mover los peones como lo hacen los caballos o dar vuelta mi tablero interno y mover las blancas si había empezado con las negras. Y esta vida creativa, alegre y segura hace que camine ganadora y contagie mi brillo a cada persona que cruzo, a cada acción que realizo, a cada nuevo desafío que surge. ¡Y es tan liviano y productivo estar así! (mi Proceso fue en septiembre de 1995)".

Melania del Longo, periodista.

¿Querés vivir como soñás?

Por lic. María Guadalupe Ortiz Almonacid.
Directora del Proceso Hoffman de la Quadrinidad.

¿Querés disfrutar de la sensación de saber exactamente quién sos y sentir la libertad para serlo? ¿Te interesa construir una vida en sintonía con tus sentimientos más auténticos y animarte a llevar adelante tus ideas más osadas? ¿Te imaginás pudiendo elegir ser realmente quien querés ser? El Proceso te hace conciente de la matriz o molde de vida que internalizaste en tu infancia y que actúa como limitante y sabotea tus acciones en el presente, y te enseña como superarlo o trascenderlo.

Mirá solamente cómo te relacionás con los otros cuando está en juego el amor o el poder... ¿De qué manera se relacionaban tus padres en tu infancia? ¿Qué tipo de comunicación había entre ellos? ¿Cómo expresaban su afecto? ¿Qué creencias y valores sostenían? ¿Quién sometía a quién? ¿Alguno abusaba de su poder? Ya sea que repitas sus mismas ideas y actitudes o hagas lo contrario, lo hacés en un intento genuino por ser libre y distinto. Pero lo cierto es que en realidad sos el doble de esclavo que ellos, sólo que sin saberlo.

Si esto te sucede a pesar de que intentás evitarlo, si te ves repitiendo acciones, modelos de relaciones, o creando imágenes de vos mismo que te disgustan y te generan sufrimiento o limitaciones, tenés a tu alcance el método Hoffman de la Quadrinidad.

La transformación se vuelve una posibilidad cotidiana y tangible, la vida se enriquece con caminos distintos y llenos de matices nuevos. Y la aventura de vivir en paz y alegría, se convierte en una realidad a tu alcance. Sólo tenés que atrevete a superar tu condicionamiento interno, a llenar de luz los vínculos con tus raíces (padres de la infancia), para que puedas regalarte una vida sin sufrimiento y ser quien elijas ser. Atravesar tus límites conocidos y confiar en tu esencia, te permite ver y aprovechar al máximo las posibilidades que se te ofrecen.

Más información

www.quadrinidad.com.ar
info@quadrinidad.com.ar

YOGA

Federación Argentina de Yoga

www.federacionargentinadeyoga.org

Cursos en Argentina

Con Diploma de la Federación Argentina de Yoga

PROFESORADO DE YOGA 1 AÑO
PROFESORADO DE YOGATERAPIA 1 AÑO
MASTER DE YOGA 1 AÑO

La Federación Argentina de Yoga es la federación más grande de Argentina y dicta cursos en todo el país.



Swamini Yogashakti



Swamini Ganga

Mataji Lakshmi Devi

(Yogacharini Eugenia Salas)

Presidente de la F.A.D.Y. 2003 - 2011

Considerada la Maestra de Yoga más importante de Argentina

Para comunicarse con Mataji:

Capital Federal

4963-1924 // 4961-3225

ESCUELA DE MATAJI LAKSHMI DEVI

www.escuelainternacionaldeyoga.org

escuela@yoganet.org

FADY en el Interior del país

CAPITAL FEDERAL
Federación Argentina de Yoga
www.federacionargentinadeyoga.org

SANTA FE
Asociación de Yoga Integral de Santa Fe
www.yoga-rosario.com.ar

PROV. de BUENOS AIRES
Asociación de Yoga Integral Bonaerense
www.yogaintegral.com.ar

CHUBUT
Asociación de Yoga Integral de Chubut
www.yogapatagonia.com.ar

CORDOBA
Comisión Cordobesa de Yoga
www.yoga-cordoba.com.ar

MENDOZA
Asociación Cuyana de Yoga Integral
www.yogamendoza.com.ar

LA PAMPA
Comisión Pampeana de Yoga
www.yogalapampa.com.ar

CHACO
Asociación de Yoga Integral de Chaco
www.yogaintegralchaco.com.ar

SAN JUAN
Asociación de Yoga de San Juan
www.yogasanjuan.com.ar

TUCUMAN
Fundación Tucumana de Yoga
www.yogatucuman.com.ar

CORDOBA
Asociación Cultural Cordobesa Camino del Yoga y Disciplinas Interactivas
www.odoyoga.com.ar

SAN MARTIN
Asociación de Yoga Científico de Argentina
www.elyogaeslomejor.com.ar

Auspicia

REVISTA YOGA INTEGRAL
www.yogaintegral.biz