

PROGRAMA

MODULO 3

ENEAGRAMA & SALUD HOLÍSTICA

Un viaje hacia el autoconocimiento integral

2.1 Mindfulness

2.2 Terapia de Aceptación y Compromiso

2.3 Eneagrama y Medicina cuántica

2.4 Homeopatía y Eneagrama

2.5 Fitomedicina y Eneagrama

2.6 Florales y Eneagrama

2.7 Ayurveda y Eneagrama

2.8 Método SHIMME



MODULO 3

3.1. Mindfulness

- Modo ser (being mode) y modo hacer (doing mode)
- Rumiación, estrés y malestar.
- Conciencia serena del presente.
- Práctica formal e informal del Mindfulness.
- Ejercicios.

3.2 Terapia de Aceptación y Compromiso

- Rigidez psicológica y evitación experiencial.
- Los seis procesos de la Flexibilidad Psicológica (Hexa-Flex).
- Los procesos provenientes del Mindfulness.
- Los procesos orientados al cambio basado en valores.
- Ejercicios.

3.3 Eneagrama y Medicina Cuántica

Desde la Medicina Cuántica y el Eneagrama comprendemos cómo la conciencia, la biología y la identidad se interrelacionan en la transformación humana profunda.

- La conciencia como fundamento del Universo.
- El cuerpo como un proceso energético e informacional.
- Ego, Yo Observador y Esencia: paralelos con el Eneagrama.
- Dinámicas de identificación y desidentificación en los 9 tipos.

3.4- Homeopatía y Eneagrama

- La mirada homeopática: energía vital, desequilibrio, síntoma.
- El Eneagrama como mapa de patrones de energía y fijaciones.
- Puente: ambos sistemas buscan comprender la totalidad del ser humano.



3.5. Fitomedicina y Eneagrama

La Fitomedicina estudia el uso terapéutico de las plantas medicinales para restablecer la salud y armonizar los sistemas corporales. Desde el enfoque biocorporal del Eneagrama, las plantas pueden considerarse vehículos de conciencia que ayudan a equilibrar los Tres Centros de Inteligencia: mental, emocional y visceral.

3.6- Florales y Eneagrama

- Los florales trabajan en el plano emocional, mental y espiritual a través de la información vibracional de cada flor. Cada floral actúa como un recordatorio vibracional de la cualidad esencial de la planta.
- La combinación busca atenuar las debilidades y potenciar las virtudes de cada eneatispo, facilitando la transformación personal.

3.7 – Ayurveda y Eneagrama

- Comprender los puntos de encuentro entre el Eneagrama y el Ayurveda.
- Reconocer cómo los doshas pueden matizar la expresión de cada eneatispo.
- Aplicar estrategias prácticas de autocuidado que integren ambas miradas.

3.8-Método SHIMME

- Sanación Holística Integral Mediante Medicinas y Eneagrama
 - ¿Qué nos dicen los síntomas?
 - Los síntomas nos pueden decir algo más importante que nuestros semejantes, son compañeros más íntimos nos pertenecen por entero y nos conocen de verdad.
 - Ejercicio práctico
- Análisis de un caso

