

DOSSIER INFORMATIVO

Meditación y Arte Canalizado



Ciclo formativo

La Vía del Despertar

Meditación y arte canalizado

CICLO FORMATIVO PARA EL DESPERTAR ESPIRITUAL Y CREADOR

6 módulos presenciales · Ene-jun 2027
Retiro de integración de 4 días · Juli-ago 2027

Con Javier Melguizo

La propuesta

Este ciclo formativo está dirigido a cualquier persona que quiera profundizar en el autoconocimiento utilizando la meditación y el arte como herramientas principales. El recorrido consta de seis módulos presenciales, un sábado al mes de enero a junio de 2027, de 9:00 a 20:00 h, y un retiro de cuatro días a finales de julio y principios de agosto.

Desde la perspectiva de este trabajo, avanzar en el camino espiritual significa desarrollar la compasión, el amor, la sabiduría y la paz. Para ello, se propone aprender a aquietar la mente, despejarla y orientar la atención hacia nuestra naturaleza más profunda. Es un proceso que requiere quietud, práctica y perseverancia.

El arte tiene un lugar fundamental en este camino porque es una vía para conectar con la dimensión más íntima y esencial de lo que somos. A través de la creación podemos entrar en contacto con lo que sentimos, con nuestras imágenes simbólicas profundas y con nuestro anhelo de unidad, plenitud y sentido. El arte nos acerca así a la dimensión sagrada de la existencia y nos permite expresar nuestra relación con nosotros mismos, con los demás, con la naturaleza y con lo divino.



La continuidad es importante para que la práctica pueda dar frutos reales y duraderos. Contar con acompañamiento, orientación y un grupo de trabajo puede ayudar a sostener el proceso. La propuesta invita a dirigir la atención y la energía hacia el interior, hacia lo que se considera la Fuente de la Felicidad y de la Creación. El propósito último es despertar al propio Ser y desarrollar la capacidad creadora para vivir de una forma más consciente y participar activamente en la construcción de la propia vida.

El camino también implica aprender a dejar espacio y no intervenir constantemente, para permitir que el Ser se revele. A menudo nos identificamos con nuestra personalidad, nuestro carácter, nuestro cuerpo y nuestra historia. La propuesta distingue esas capas externas de lo que considera nuestra naturaleza esencial: Conciencia Pura, Amor Incondicional y Unidad con todo lo existente. No se trata solo de comprenderlo intelectualmente, sino de experimentarlo. Desde esa experiencia puede surgir una nueva forma de estar en el mundo, con mayor conciencia, abundancia y bienestar, que se expresa tanto en la vida cotidiana como en las propias creaciones.

Programa

El camino espiritual se recorre por etapas y necesita adaptarse a cada persona y a cada momento vital. El ciclo ofrece un Programa de Práctica Guiada canalizado, organizado en seis vías de trabajo. Cada encuentro se centra en una de ellas y el retiro final permite integrarlas.

- **Sábado 30 de enero de 2027:** La Vía de la Meditación. En Hephaisto, Barcelona.
- **Sábado 27 de febrero de 2027:** La Vía de la Percepción. En la naturaleza, Can Pelusso, Santa Maria de Palautordera.
- **Sábado 20 de marzo de 2027:** La Vía de la Creación. En la naturaleza, Can Pelusso, Santa Maria de Palautordera.
- **Sábado 17 de abril de 2027:** La Vía de la Devoción. En la naturaleza, Can Pelusso, Santa Maria de Palautordera.
- **Sábado 29 de mayo de 2027:** La Vía de la Autoindagación. En Hephaisto, Barcelona.
- **Sábado 26 de junio de 2027:** La Vía de la Compasión. En Hephaisto, Barcelona.
- **Del 29 de julio al 1 de agosto de 2027:** Retiro Las Vías del Despertar. Cuatro días en la naturaleza para integrar todas las vías. En A peu de roques.

En todos los encuentros se practica la meditación, el arte canalizado y los ejercicios propios de cada Vía. Cada una cuenta con su propio programa de práctica. Todas tienen la misma importancia y se combinan teniendo en cuenta las necesidades individuales y las del grupo.

La metodología se basa en el texto La Vía del Despertar, canalizado por Javier Melguizo, y en su experiencia directa con las enseñanzas de sus maestros Ramana Maharshi (advaita no-dual) y Geshe Lobsang Choegyal Rinpoche (budismo tibetano). No es una práctica religiosa ni psicoterapia, sino un entrenamiento específico de la mente y el corazón.

Está abierto a personas con distintos niveles de experiencia: no hace falta haber practicado meditación ni tener conocimientos artísticos previos.

¿Qué vamos a practicar?

- Reconocer y experimentar nuestra naturaleza esencial: Amor, Felicidad y Conciencia eterna e ilimitada.
- Aprender a aquietar y orientar la mente, eligiendo pensamientos de amor y dejando ir aquellos que nos hacen daño.
- Desarrollar la concentración, la paciencia, la generosidad, la compasión, la perseverancia y la sabiduría.
- Escuchar la sabiduría interna y la intuición para encontrar una orientación propia, clara y alineada con el propósito del alma.
- Establecer una práctica de meditación que ayude a encontrar calma y refugio interior frente a las dificultades del día a día.
- Crear una comunidad basada en la unidad y el amor, donde sentir pertenencia y apoyo durante el proceso.
- Aprender a activar, canalizar y utilizar la Energía Pura de Amor para la sanación propia y de otros seres.
- Ampliar nuestra percepción de la realidad y experimentar la dimensión de lo sagrado en la vida cotidiana.
- Reconocer patrones limitantes, kármicos y psicológicos, y trabajar para sanarlos y transformarlos.
- Explorar la creación artística como vía de canalización y expresión del propósito vital.
- Abordar heridas pendientes en las relaciones con nuestros seres queridos a través de la aceptación, el perdón y el amor.
- Encontrar un sentido más profundo a la vida que favorezca la paz y la realización personal.



Algunos contenidos del programa

- Técnicas de meditación y concentración.
- Desarrollo de la compasión y del autoamor.
- Diferencias entre la mente del Ser y la mente operativa; limpieza y vaciado de la mente operativa.
- Los estados del yo. Desarrollo de la atención y la presencia.
- Identificación de las matrices raíz del sufrimiento, es decir, los patrones profundos que lo originan, y prácticas de purificación y sanación.
- Las ideas santas.
- Revisión y limpieza de creencias limitantes.
- Capas de contacto con uno mismo o una misma.
- Protección del campo energético y herramientas de sanación energética.
- Canalización a través del arte: dibujo, pintura y escritura canalizados.
- Técnicas para desbloquear la creatividad.
- Técnicas de autoindagación.
- Formas de acceso a la realidad no ordinaria y a planos multidimensionales.
- Matrices y capas: mantras, autodictados, grabaciones y anclajes.
- Fases evolutivas del ser humano.
- Recursos para trabajar con pensamientos disruptivos.
- Meditaciones activas a través del cuerpo y de los materiales artísticos.
- Conexión y contemplación de la naturaleza, prácticas rituales y exploración artística canalizada de sus formas y estructuras.
- Recursos para acompañar a otras personas en esta metodología.

Metodología

La práctica combina distintos formatos: meditación estática y de concentración; meditaciones activas que incorporan la respiración y el trabajo corporal; creación con materiales artísticos; ejercicios individuales y grupales de atención y presencia; prácticas relacionadas

con la energía y la intuición; conexión con la naturaleza; ejercicios de introspección para conocerse mejor y trabajar los patrones limitantes; propuestas para ampliar la percepción y acceder a estados de conciencia ampliados; y espacios teóricos para compartir reflexiones, experiencias y el marco de trabajo.

En el ámbito artístico, la atención se pone en el proceso creativo tal como sucede en el presente**, sin expectativas sobre el resultado**. El arte se utiliza como una forma de meditación y de conexión con la sabiduría del yo superior. El contacto con los materiales, el movimiento de las manos y las sensaciones que aparecen al crear nos ayudan a centrar la atención en el presente y a conectar con el cuerpo y con nuestra experiencia inmediata.

Se trabaja para desbloquear la capacidad creadora y conectar con la Fuente de Creación, dando forma artística a las energías propias y a las de la naturaleza. Desde esta perspectiva, el arte es también una vía de canalización que, a través de la intuición, permite acceder a un campo de información universal.



No hace falta tener habilidad ni experiencia artística. La práctica parte de la capacidad innata de expresar contenidos esenciales, personales y universales mediante colores, formas, sonidos y movimientos. Desde esta perspectiva, la Red Universal se expresa de una manera única en cada creación. Se trabajará con pintura, dibujo, arcilla, movimiento, voz y elementos naturales, así como con geometría sagrada y la canalización y representación visual de patrones energéticos de la naturaleza.

Las actividades artísticas estarán vinculadas a las experiencias de meditación y contemplación. En cada jornada se realizará una actividad artística por la mañana y otra por la tarde, relacionadas con los ejercicios practicados. En ocasiones, el arte permitirá dar forma a la experiencia vivida durante la meditación; en otras, el propio proceso creativo será una práctica de atención plena.



También se realizarán actividades corporales y de movimiento consciente basadas en la meditación y la contemplación, trabajando la presencia, la quietud y la conexión con el centro interior. Desde ese estado de atención se desarrollarán experiencias artísticas.



La naturaleza ofrece un entorno propicio para conectar con el Ser esencial y reconocer las fuerzas naturales que nos habitan y nos conforman. A través de la contemplación y la creación artística se explorará nuestra relación con la naturaleza, tanto desde la experiencia de sentir la unión con lo natural, como mediante la observación y el dibujo de sus formas y estructuras.

El grupo aporta apoyo, sostén y motivación al trabajo espiritual. A lo largo del ciclo se busca crear una comunidad en la que todas las personas puedan sentirse parte. Javier Melguizo acompaña al grupo y a cada participante en su proceso, respetando el momento y las necesidades de cada persona. Si se considera necesario, se pueden solicitar tutorías individuales. Se puede realizar el ciclo de seis meses junto con el grupo semanal de trabajo espiritual; de hecho, se recomienda esta combinación. El ciclo anual amplía y profundiza los contenidos del grupo semanal, aunque los ejercicios son distintos.

Precios

La formación completa tiene un valor de 1.240€, que incluye los 6 módulos (1 taller mensual) y el retiro.

Opción de pago fraccionado:

Matrícula 200€ (cubre la cuota del retiro)
6 pagos de 130€/mes (de enero a junio)
+ 260€ de gastos de alojamiento y comida

10% de descuento para alumnxs del grupo de meditación (gastos de alojamiento y comida del retiro no incluidos).

Horarios

Cada sábado, el horario es de 9:00 a 20:00 h.

El retiro comienza el jueves 29 de julio a las 16:00 h y termina el domingo 1 de agosto a las 16:00 h. Incluye tres noches con pensión completa, desde la cena del jueves hasta la comida del domingo.

Inscripciones

Para solicitar información o inscribirse: Escuela Hephaisto

info@arteterapiahephaisto.com

Tel.: 653 10 70 42 · www.arteterapiahephaisto.com

O puedes rellenar un formulario de contacto **AQUÍ**.

Es necesaria una entrevista previa con Javier Melguizo por Zoom.

Para concertar una hora, se puede solicitar cita por WhatsApp en el 633 08 50 60.

Javier Melguizo

Artista multidisciplinar, trabaja con diferentes lenguajes creativos: pintura, dibujo, poesía, performance, danza y arte canalizado. Es arteterapeuta, terapeuta Gestalt, formador y supervisor en arteterapia, con treinta años de experiencia profesional. Fundó la Escuela Hephaisto de Arteterapia Gestalt en Barcelona en 2011. En 1999 creó la metodología Integración Creadora, con la que ha formado a diecisiete promociones en la Escuela. Realiza canalizaciones y sanaciones energéticas desde 2011. Actualmente canaliza el texto Una Vía para el Despertar, un programa de práctica para el despertar espiritual y creador. Practica la meditación desde hace cuarenta años. Sus maestros actuales son Ramana Maharshi (advaita no-dual) y Geshe Lobsang Choegyal Rinpoche (budismo tibetano).



Ha impartido formaciones en arteterapia e Integración Creadora, trabajo somático y creativo, meditación, danza contact y arte interdisciplinar para educadores en Barcelona, Madrid, Valencia, Palma de Mallorca, Tenerife, Ceuta, Málaga, Sevilla y otras ciudades.

Es licenciado en Bellas Artes y se ha formado en terapia Gestalt (EMTG y Equipo Centro), bioenergética, danza-teatro, danza contact, Reiki, Registros Akáshicos, regresión a vidas pasadas, sanación egipcio-esenia y meditación.

Obra artística: www.javiermelguizo.com · [@javier.melguizo.art](https://twitter.com/javier.melguizo.art)

Una reflexión de Ramana Maharshi

«Esa Felicidad del Ser está siempre contigo, y la encontrarás por ti misma/o. La causa de tu miseria no está en la vida de afuera, está en ti como ego.

¿De dónde surge este pensamiento-yo, la causa del sufrimiento? Búscalo dentro de ti, entonces desaparecerá. Esta es la búsqueda de la sabiduría.

Ser el Sí mismo que eres realmente, es el único medio de realizar la felicidad que es siempre tuya.» Ramana Maharshi