

VALORES

PARA UNA NUEVA HUMANIDAD

AÑO 2 NÚMERO 14
JUNIO/JULIO 2021
INSTITUTO
VALORES
HUMANOS
.ORG

CONNIE SHAW EL GRAN DESPERTAR

LA ZONA DE POTENCIA
DEL CEREBRO

CURSO
DOMINA
LA MENTE
11

ENTREVISTA CON
JOSÉ LUIS Y MAIA ÁLVAREZ

Bosques para la monarca

RECURSOS EDUCATIVOS

- EL VALOR DE LA TRANSFORMACIÓN
- AMAR LA TIERRA

LA MARIPOSA, EL BOSQUE, LA
VIDA

ÍNDICE

EDITORIAL

POR MARÍA RAITI

COMUNIDAD

EN VOZ POÉTICA: IVA VIALE

PIZARRA DEL ILAVH

TENDENCIA

PERLAS DE SRI MADHUSUDAN SAI

ENTREVISTA: UN BOSQUE PARA LA MONARCA

CONNIE SHAW: EL GRAN DESPERTAR. LA ZONA DE POTENCIA DEL CEREBRO

CURSO: DOMINA LA MENTE - PARTE 11
LO BUENO Y LO PLACENTERO

AGENDA

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES ONLINE
CURSOS
VIVOS EN INSTAGRAM
YOGA
AUTOCONOCIMIENTO
CAFÉS DE VALORES

CARTUCHERA DOCENTE

AMAR LA TIERRA
UNA CANCIÓN + 10 MICRO-ACCIONES

LA OBSERVACIÓN DE LO REAL
TIPS PARA ACTIVAR VALORES EN TU
VIDA



LO BUENO Y LO PLACENTERO

CURSO DOMINA LA MENTE - PARTE 11 por Sri Madhusudan Sai



UN BOSQUE PARA LA MARIPOSA MONARCA

DIÁLOGO CON JOSÉ LUIS
Y MAIA ÁLVAREZ



EL GRAN DESPERTAR

CONNIE SHAW

La zona de poder del cerebro



AMAR LA TIERRA

RECURSOS DE EDUCACIÓN
EN VALORES HUMANOS

Al servicio de la nueva
humanidad

«Quizás debamos dejar ir a los grandes maestros que nos han rebalsado con admiración absoluta por su descomunal legado».

Me considero una buscadora espiritual desde que soy niña y frecuentemente me defino como una innovadora social al servicio del bien común. Estas podrían ser carátulas que porto acerca de mí, como si fueran los primeros adornos al frente del estante de mi identidad. Estoy habituada a lucir estos atributos con los que me identifico ante los demás e incluso para mí misma, frente al espejo. Bien puedo decirme: «yo ya me conozco, soy de tal y tal forma» y este hábito lleva a que la imprevisibilidad inherente a la vida tienda una y otra vez a decantar en determinados caminos ya bien conocidos por mí.

Ahora bien, hace un par de semanas vi el documental El Dilema de las Redes Sociales y su contenido me llevó a una profunda reflexión acerca de mi sentido de lo real y de las tremendas limitaciones que éste conlleva. Tremendas, por sobre todo, porque se muestran en una estabilidad y frecuencia que me hacen olvidar *por completo* que tan solo son el resultado de la interacción de un conjunto de gustos y aversiones previsibles de mi personalidad.

Mirando el documental en cuestión pude detectar que estas tendencias hacia lo que me agrada y hacia lo que me produce rechazo operan en un segundo nivel de profundidad en el estante de mi personalidad. Siendo licenciada en Comunicación Social, fue un baldazo de agua fría darme cuenta de que una parte mía, justamente avalada por mis intereses «espirituales» (lo que me agrada), se había entrenado sistemáticamente para desconfiar y buscar el posible mal en prácticamente cualquier noticia (lo que rechazo).

Me impactó especialmente comprender que de este modo yo también estoy sujeta a la influencia de un algoritmo que me lee en profundidad, que registra cuántos segundos me detengo a mirar determinados posts en las redes y sobre qué asuntos tengo tendencia a reaccionar, acotando drásticamente mi exposición en las redes a mis temas de «interés». No para mi mayor bien ni el de nuestro mundo, sino lisa y llanamente para «captarme» por más tiempo y poder así vender mi atención a sus clientes: los anunciantes.



De hecho, comprendí de forma directa que lo que más necesito brindarme para mi mayor bien y el de nuestro mundo es entrenar mi capacidad de prestar atención, mantenerme abierta y disponible ante quienes piensan, sienten y ven el mundo de forma diferente; no exactamente como yo lo hago. No porque unos u otros tengamos más razón que los demás, sino porque en esa coexistencia de un diálogo abierto y consciente es donde en verdad mora la simiente de una comunicación auténtica, con real capacidad para alimentar el bien común.

Quisiera imaginar que este pequeño «despertar» hacia una integración y trascendencia más amplia de mi propia consciencia es equiparable al leve aleteo de una mariposa, que como enuncia el refrán chino, puede llegar a sentirse magnificado en proporciones insospechadas al otro lado del mundo. Son tantos los desafíos que enfrentamos actualmente y de tal magnitud, que muchos de nosotros podemos sentir que estamos a merced de las circunstancias, siendo extremadamente acotados los campos de acción en los cuales, desde nuestra mayor potencialidad, podemos llegar a ser y hacer un aporte de valor.

El yo con el yo está en crisis espiritual, el yo con los otros está en crisis social y el yo con el entorno está en crisis ambiental. ¿Cómo, ante semejante nivel de disrupción, es posible visualizarse siendo un agente activo de los valores humanos para con nosotros mismos,

nuestras comunidades y la naturaleza de la que somos parte? Quizás la teoría del efecto mariposa, postulada por el matemático y meteorólogo Edward Lorenz pueda servirnos de base para comprender que los cambios más imperceptibles pueden tener una relevancia rotunda a mediano y largo plazo.

En una época en que las computadoras no podían procesar más de tres decimales, Lorenz descubrió que el redondeo obligatorio de muy pocos decimales llevaba a resultados totalmente diferentes en las predicciones meteorológicas para los siguientes dos meses. Una leve perturbación inicial es capaz de generar efectos de envergadura notable. Estas ideas se postulan en física en la Teoría del Caos que sostiene que el universo y todos sus sistemas, desde el movimiento de los astros, hasta la sincronización de las neuronas son caóticos, no predecibles ni lineales. Comprender que los fenómenos sociales y de comunicación no pueden resolverse en términos lineales de relaciones de causa-efecto nos acerca como individuos y como colectivos hacia la verdadera innovación social.

En esta ecuación donde el reconocimiento de la impredecibilidad es también el de nuestra profunda interconexión sistémica con la trama de la vida toda, creo que resultan imprescindibles los valores humanos como legítimos portadores del significado de la vida tanto a nivel personal como colectivo.



Ante las descomunales dimensiones de las crisis que atravesamos, la teoría del efecto mariposa puede darnos una certera respuesta al interrogante que naturalmente nos hacemos cada vez que nos sentimos llamados a legar para nuestros niños un mundo mejor. ¿Para qué intentar marcar una diferencia si lo que puedo aportar es tan diminuto?

Aquí es donde, quizás, debemos dejar ir a los grandes maestros que nos han rebalsado con admiración absoluta por su descomunal legado. Dejar ir a Gandhi. Dejar ir a Marthin Luther King Jr. Dejar ir a Nelson Mandela. A la Madre Teresa. A Malala Yousafzai. A Eckhart Tolle. Al padre Charles Ogada. A Sri Madhusudan Sai. Dejar ir a todos y cada una, cada uno de ellos. No para olvidarlos, sino para liberarlos de tener que ser distintos de nosotros y permitir así que su obra alcance la plenitud a la que estaba destinada. Que la inmensidad de su obra no nos impida aportar nuestra gota de agua al océano, como decía la madre de los desvalidos de Calcuta.

Desde tiempos inmemoriales, han pisado la Tierra seres humanos de una altitud inconmensurable, capaces de convertirse en luminarias de la humanidad por milenios. En la impredecibilidad de los sistemas bajo los cuales se despliega la totalidad del cosmos, quizás ellos fueron tan solo el tsunami al otro lado del mundo, los depositarios de aquella fuerza divina capaz de transformarlo todo y a todos, que se inició muchísimo tiempo antes, en un imperceptible aleteo de decimales.

Hoy, desde nuestro lugar, tan ínfimo como el espacio que ocupa una mariposa, realizando aportes tan pequeños que caben, revoloteando inquietos, en la palma de nuestras manos, cada ser humano tiene, quizás más que nunca antes, la posibilidad de iniciar una revolución. Que sea desde el amor, por amor, para el amor sí depende de nosotros. Este es, así de minúsculo y potente, el cambio que podemos ser en el mundo.

María Raiti

«Hoy, desde nuestro lugar, realizando aportes tan pequeños que caben, revoloteando inquietos, en la palma de nuestras manos, cada ser humano tiene la posibilidad de iniciar una revolución».





N

Mariposas

Altas,
en el poco cielo de la calle,
juegan dos mariposas amarillas,
crean sobre el seriado semáforo
un imprevisto espacio,
luz libre hacia lo alto,
luz que nadie ha mirado,
a nada obliga.
Proponen la distracción
terrestre,
llaman hacia un paraje
—¿paralogismo o paraíso?—
donde
sin duda volveríamos
a merecer un cielo,
mariposas.

Ida Vitale. Poeta, traductora, ensayista, profesora y crítica literaria uruguaya. Ha recibido diversos premios, entre ellos Premio Octavio Paz, el Premio Alfonso Reyes, el Premio Reina Sofía, el Premio Internacional de Poesía Federico García Lorca, el Premio Max Jacob y el Premio Cervantes.

Pizarra

del INSTITUTO LATINOAMERICANO
DE VALORES HUMANOS

**TENEMOS UNA
WEB RENOVADA
WWW.INSTITUTO
VALORESHUMANOS
.ORG**

+100 RECURSOS GRATIS

EL MUNDO PARECE REAL, PERO NO LO ES...

Por Sri Madhusudan Sai



EXTRACTOS
DE SUS DISCURSOS

“...tal como el reflejo en un espejo. Una vez que ustedes saben esto, ya no hay más deseos. Una vez que ustedes saben eso, ¿qué deseo puede quedar, si ya saben que allí no hay nada? ¿Cómo pueden desearlo si no existe?

Si algo existe, podrían desearlo, pero si no existe, ¿qué pueden desear?”

Bosques para la monarca

Diálogo con
José Luis Álvarez
y Maia Álvarez



Bosques para la monarca



TRIPLE IMPACTO

Desde la semilla hasta la reforestación, José Luis Álvarez y su familia están devolviendo el bosque a la monarca, creando fuentes de trabajo sustentables y recuperando la calidad de vida de las comunidades.

—Bienvenidos José Luis Álvarez y Maia Álvarez. Muchas gracias por aceptar la invitación para tener una charla sobre este proyecto, que ya lleva tantos años y que merece ser conocido por todos, llamado: «Un bosque para la mariposa Monarca» en el país de México, en las tierras de Michoacán, al oeste de la ciudad de México. ¿Cómo comenzaron, qué motivó que iniciaran este proyecto hace más de 20 años?

—En 1990 comencé un vivero forestal que aún tengo. Producía árboles para el gobierno estatal y también para individuos que tenían aserraderos. Quería convencerlos de que en lugar de explotar el bosque natural, hicieran plantaciones comerciales, así tuvieran que esperar 15 años o 20 años. La cosa fue muy difícil. Al principio tuve muchas dificultades con el gobierno con la venta y el transporte de los árboles. En el año 93 decidí que iba a hacer un vivero más grande, que yo iba a escoger a los participantes, a la gente a la que le iba a regalar los árboles,

yo los iba a transportar y así tendría control total en la producción, el transporte y en escoger a las personas para tener éxito. Porque anteriormente, entregaba los árboles a comunidades y, cuando no estaba el director o el comisariado, dejaban los árboles ahí tirados y se golpeaban mucho y también llevaban las especies incorrectas a los lugares incorrectos. Entonces tuve la idea de formar una fundación y producir y transportar los árboles yo mismo para poder escoger la gente, plantar los árboles y dar educación ambiental a estas comunidades.

Todo el mundo pensaba que estaba loco. Por suerte conocí a una persona, un día desayunando en Pátzcuaro. Era un extranjero. Le platiqué mi idea y como que se interesó un poquito. Me lo volví a encontrar más tarde en la misma ciudad y le dije: —Si te interesó la plática, te invito a comer a mi casa. Yo vivo en el bosque, en una hacienda antigua—. Él me respondió que sí, que pasara por él en su hotel—.

Fui por él y su esposa; desayunaron aquí o comimos más bien, unas truchas frescas. Yo producía trucha arcoíris y en el jardín bajo el manzano, platicamos y le expliqué lo que quería hacer y por qué. El señor me dijo: —Yo te voy a ayudar—, y se fue. Él vivía en Oakland, California. Regresó allí y busco al científico más famoso, que acaba de morir hace 2 años, Lincoln Brower, que es una de las personas que descubrieron la zona de hibernación de las mariposas monarca. Anteriormente, los científicos no sabían por qué se iban de Canadá y de Estados Unidos en otoño y a dónde llegaban, a dónde emigraban, dónde pasaban el invierno y él fue una de las personas que descubrieron el lugar, que es aquí en Michoacán.

La reserva más grande del mundo de la mariposa monarca está aquí, en el estado de Michoacán, en El Rosario. Entonces, a través del científico Lincoln Brower y de otro amigo mío, se creó esta fundación en 1997 y a partir de entonces he estado produciendo árboles, transportándolos, escogiendo los ejidos, los destinatarios y las comunidades con quien he plantado los árboles.

En este momento ya hay árboles muy grandes, ya hay bosques que se han explotado racionalmente; se corta un poco se vuelve a sembrar, se corta otro poco, se vuelve a sembrar. Ha sido un proyecto muy exitoso y es que no solamente plantamos en el núcleo donde hiberna la mariposa durante cinco meses, sino que tuve la idea de plantar los campos agrícolas que están abajo del núcleo, que anteriormente eran bosques pero fueron talados para sembrar maíz. Como está en una elevación muy alta, de diez mil a once mil pies, y tienen unas pendientes muy grandes, durante décadas se fue lavando el suelo y se fue acabando la fertilidad de estos campos y el maíz y la avena que sembraban, se desarrollaba muy poco, quedándose chiquiticas.

«La reserva más grande del mundo de la mariposa monarca está aquí, en el estado de Michoacán, en El Rosario».

Un día fui en un camión a esta zona, con veinte o treinta mil árboles, sin conocer a nadie y hablé con unos dirigentes y les dije: —Busquen a tres personas que quieran recibir mis árboles, yo les enseño cómo plantarlos, solo necesitan cercar el área. Déjenme hacer la prueba—.

Entonces me dieron esa oportunidad, hace veintiséis años de esto.

Ese día, por suerte, me entrevistó Carol Yoon del New York Times, de la página de ciencias del New York Times y me tomó una foto cuando yo estaba bajando los árboles de los camiones, esto por el contacto de Lincoln Brower que la conocía, y salí en el New York Times. Esto fue una bomba. A partir de ahí comencé a recibir donaciones de Australia, de Estados Unidos, de Canadá, etc. Ese fue el desarrollo.



—Me interesaría también si nos puedes hablar sobre el ciclo de la Monarca.

—La mariposa llega aquí cada año el 1° de noviembre, que es cuando festejamos el Día de Muertos en México. Muchas historias dicen que son los espíritus de los guerreros que reencarnan y regresan a estos bosques de Michoacán. Entonces, estas mariposas que el 1° de noviembre llegan acá por millones, se tardan casi dos meses en llegar desde Canadá hasta los bosques de México. Llegan a los bosques, a su sitio de hibernación y no comen durante cinco meses. Ellas ya llegan con sus reservas lípidas para no tener que comer, porque en realidad vienen, como los osos, a hibernar. Sí se hidratan, toman agua, eso sí. En esas montañas donde ellas están, son montañas en las que siempre ha habido minas de oro y de plata, entonces hay muchos minerales en el agua. Estas mariposas llegan el 1° de noviembre y se van el 22 de marzo que es la primavera, ya pasaron cinco o seis meses aquí.

En febrero se hacen adultas sexualmente, porque llegan señoritas todas, se acoplan, los machos se mueren, pero las hembras regresan a Estados Unidos. Llegan a Estados Unidos, a la frontera, ponen sus huevos en una planta que se llama Asclepia y se mueren. Entonces comienza una nueva generación.

Esto sucede durante tres generaciones, pueden ser cuatro, dependiendo del alimento que encuentren en el camino hacia Canadá. Cada generación vive cuatro semanas, quizás, y muere y se reproduce otra vez. La última generación, que nunca ha venido a México, que no conoce estos bosques, regresa exactamente en otoño. Viene volando cincuenta millas por día, descansa y llega a los mismos bosques que sus tatarabuelos.

—¡Qué hermoso! Me quedo con eso que dijiste: —Me dieron una oportunidad—, pero tú les diste una hermosa y fantástica oportunidad a ellos y a todos.

Estuve viendo los videos donde tú plantas los árboles y cambias el ecosistema. ...Y no solamente la reserva de la mariposa monarca sino que los cultivos que se hacen racionalmente, como tú has mencionado. son mucho mejores, comprendiendo que también la persona debe comer, pero respetando el ecosistema donde vive. Te veo acompañado por Maia, que es tu hija, y creo que tienes la aspiración de que esta obra que estás haciendo perdure, que tenga un futuro importante. ¿Tienes algo para contarnos Maia?

—Sí, somos cuatro hermanos y los cuatro crecimos en el proyecto y ahora, ya grandes, a todos nos interesa seguirlo y cada quien hace su parte para aportar en el proyecto. Yo por mi parte, me ocupo de toda la administración, del papeleo del vivero, además de un programa de voluntariado que es una oportunidad para que los jóvenes puedan visitarnos y aprender aquí.

«La migración de la monarca es la más grande que existe en el mundo, de aves, ¡de lo que sea! Es algo increíble, fabuloso».

En la parte del trabajo del vivero, trabajamos desde la producción del sustrato con el que llenamos las cajas. Nosotros mismos hacemos nuestros sustratos a base de corteza de pino, y luego vamos a recolectar las semillas de los árboles, abrimos los conos de los árboles, sacamos las semillas, las preparamos y luego que ya tenemos nuestras cajas de producción listas y llenas de sustrato, ahí sembramos las semillas. Sembramos y trasplantamos, ya sea en almácigos, en un invernadero o directamente en las cajas y eso dura unos nueve meses. Cuidamos las semillas en las cajas y ahí solo realizamos la fertilización. La mayor parte lo hacemos orgánicamente: deshierbe, riego; hasta que brotan las plantas en junio y para entonces, ya tenemos un árbol de 20/25 cm. Ahí empezamos a distribuirlos a las diferentes comunidades que nos hacen solicitudes o los llevamos hasta el punto más cercano de la reforestación o vienen a buscarlos y ellos mismos organizan las reforestaciones.

Allí damos una charla o distribuimos libritos para enseñar toda la parte técnica de reforestar. Después de un año vamos a chequear cada reforestación a ver cuántos sobrevivieron, cómo está el ecosistema, cómo están cuidando los árboles, cómo está el suelo y todas esas especificaciones. También hacemos visitas al vivero para que la gente conozca más a los voluntarios y para hablar sobre educación ambiental. Entonces nuestro trabajo va desde la semilla hasta la reforestación del árbol, pasando por todas las etapas.

Reforestamos áreas dañadas por la tala insostenible, cambio de uso de suelo forestal a agrícola, incendios forestales, plagas, desastres naturales, entre otros. Nuestro propósito es proteger el ecosistema de bosques templados de coníferas, además de preservar su biodiversidad y su microclima. Así hemos logrado plantar más de 9.45 millones de árboles desde 1993 gracias al apoyo del programa de Forests For Monarchs, voluntarios y nuestro equipo de trabajo.

Los voluntarios que participan en el proyecto aprenderán mucho sobre la protección del medio ambiente, el proceso de producción de árboles y la organización de la reforestación.



Tendrán la posibilidad de visitar diferentes sitios de reforestación y pasar tiempo en el bosque.

«Existe la posibilidad de hacer voluntariado sobre un proyecto alternativo, una problemática de tesis, o una práctica universitaria dependiendo de las habilidades y aspiraciones particulares del voluntario».

El voluntariado son cuatro horas de trabajo por día, en la mañana, a cambio de un lugar donde dormir, cocina y baños compartidos y luego pasamos toda la tarde juntos.



Tenemos muchos juegos, mucho espacio en el bosque, en los jardines. La verdad es que es un espacio “muy padre” para venir.

—¿Entiendo que han sembrado algo así como 6.000, 7.000 hectáreas?

—Alrededor de diez millones de árboles.

—¡Realmente una riqueza increíble para la tierra y para todos nosotros! ¿Alguna anécdota que quieran contar?

—Mira, he tenido mucha suerte en el sentido que en realidad, cuando tuve esta idea y hablé con Lincoln Brower, que comencé con él, todo se hizo solo. La gente me vino a buscar. Mucha gente que trabajó y estuvo en la mesa directiva, porque tienes que pensar que ya son veintiséis años, han cambiado los de la mesa directiva, me han venido a buscar. Había extranjeros que vivían aquí en México, que querían hacer algo por la naturaleza y vinieron a buscarme, de muchos lugares: de New York, de Texas, para ayudarme, para auxiliarme, para formar parte del proyecto y también para hacer donaciones. En realidad la anécdota más grande, es que he tenido una variedad increíble de gente de todo el mundo que ha venido a ayudarme.

Una de mis primeras donaciones vino de Australia. ¡Esta anécdota te va a gustar! Un productor de cine y actor también, australiano, estaba sentado en París, leyendo el Herald Tribune. Este diario llevaba encartada la página de ciencias del New York Times donde salí yo, hace muchos años. Él leyó el artículo y dijo: tengo que conocer a este señor. Y mientras estaba leyendo el periódico, se le paró una mariposa monarca en su mano, entonces se repitió: tengo que buscar a este señor. Él tiene un amigo (los dos todavía viven), también australiano que vive en Hawaii, un periodista, son amigos de la infancia; y le habló por teléfono y le dijo: —Quiero que busques a José Luis, a ver dónde lo encuentras—, pero el New York Times nunca da tu dirección.

El señor habló al New York Times ese mismo día y le dijeron que solo aparecía mi nombre y el de Brower, mi socio, que vivía en California. Nos rastreó y al fin lo encontró a Brower y le dijo: —Mira, tal persona está interesada en conocer a José Luis y posiblemente entrevistarlo—.

UNA
ANÉCDOTA

SORPRENDENTE

Brower me habló a mí y me comentó de esa persona que le había contactado y me preguntó: —¿Tú qué piensas?—. Yo le respondí que tal vez no era cierto. Pero el señor volvió a hablar y le dijo a Brower: —Dile a José Luis que le mandamos un boleto para que venga a Australia, para entrevistarlo—. Yo le respondí: —¡No, no, no!, esto me suena también medio raro—. El pobre le contestó: —Mire, la verdad, él no quiere—. Y volvió a hablar y le dijo: —Bueno, dile que venga a Hawaii y lo voy a entrevistar aquí en Hawaii—. Entonces yo le dije a Bower: —Mira, dile que si realmente está interesado, que venga a ver mi trabajo, que venga a ver dónde vivo, que conozca a mi familia, que si realmente le interesa, pues que venga—. ¡Pues vino el señor! Vino y primero se quedó en un hotel y luego lo traje a mi casa. En ese tiempo, yo tenía aquí un restaurante francés y fuimos a cenar en mi restaurante. Y resulta que yo había vivido en el sur de Francia, durante doce años y él también había vivido allí. Teníamos muchas cosas en común, y terminando la cena y el vino me dijo: —Ya me voy, espera un depósito a tu cuenta en tantos días—. ¡Y así fue!

—¡Qué hermosa historia, hermosa realmente!

—¡He tenido mucha suerte, mucha, mucha suerte!

—Dicen que cuando uno está decidido en algo, el Universo conspira para lograrlo. Has tenido suerte en base a decisiones fuertes que has tomado y esta misma decisión tuya de decir: —bueno, si él quiere conocerme que venga acá, porque esto es lo que tengo—. Es decir, un poder de atracción muy, muy fuerte. Realmente les agradezco mucho. El Instituto Latinoamericano de Valores Humanos trata de promover y dar a conocer a gente como ustedes, que está trabajando con el medio ambiente de una manera tan fuerte.

—Los invitamos a todos, sobre todo a los jóvenes interesados en venir a conocer el proyecto, a voluntariar con nosotros. Es una muy bonita experiencia y les va a encantar, de verdad.

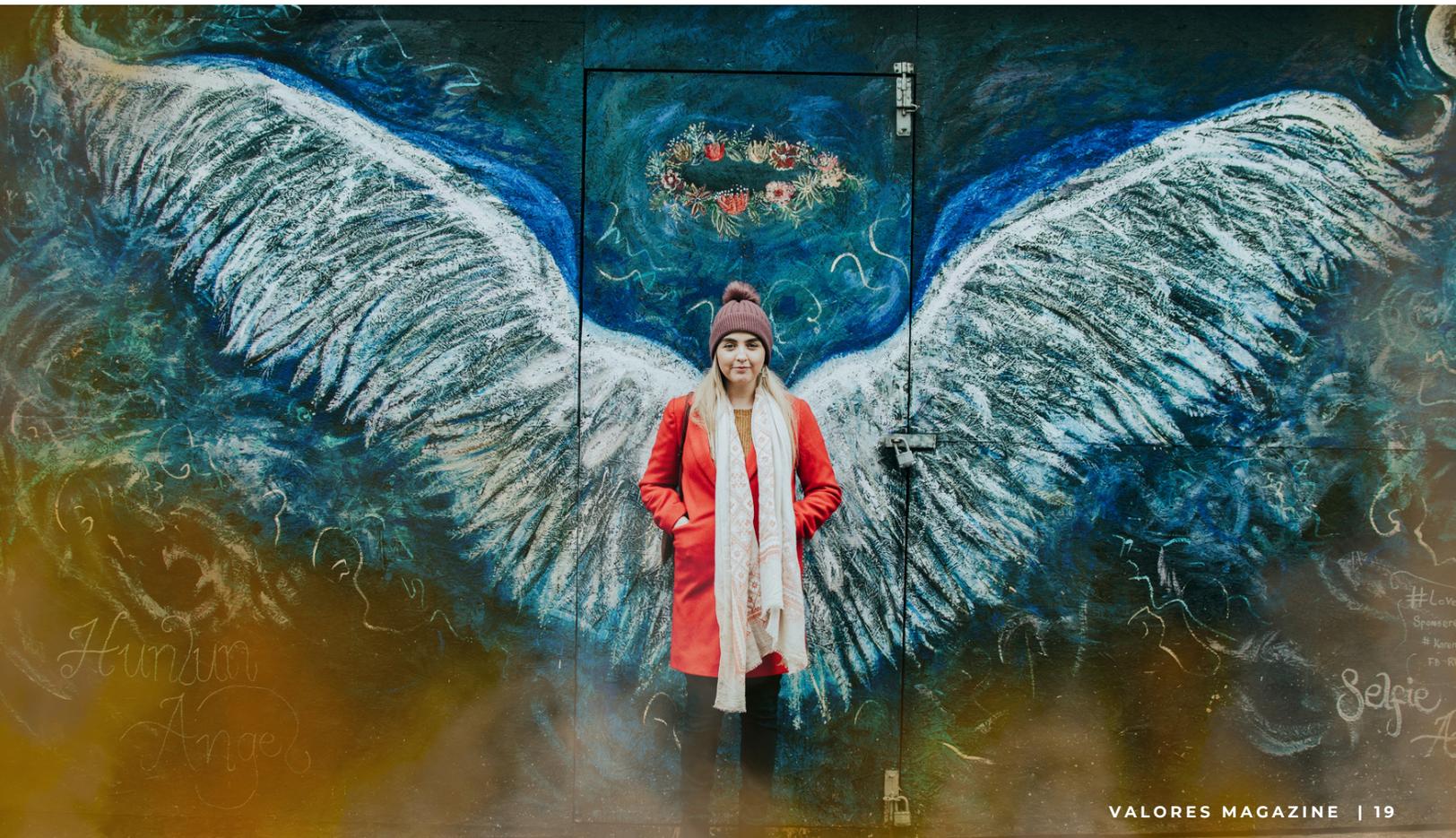
<https://www.forestsformonarchs.org>

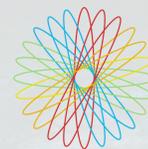
CONNIE SHAW

EL GRAN DESPERTAR

LA ZONA DE POTENCIA DEL CEREBRO

Se ha dicho a menudo que una de las necesidades más urgentes de nuestro tiempo es que la humanidad comprenda y respete el hecho de que la Divinidad impregna las principales religiones que veneran a todos los seres, independientemente de su credo, color y etnia. Los valores eternos de la paz, la verdad, el amor, la rectitud y la no violencia se han encontrado históricamente en todos los credos. Son los hilos de oro en el tapiz intemporal de la vida en la Tierra que nos unen a todos como hermanos y hermanas en la vasta familia de la humanidad.



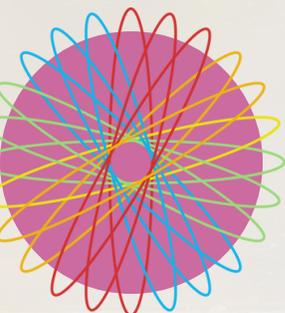


Especialmente en esta época de suspenso y caos de la historia, los seres humanos no pueden permitirse vivir divididos o en conflicto con quienes profesan religiones diferentes a la propia. Todas las escrituras del mundo nos advierten que, cuando los valores eternos que sostienen la vida en la Tierra se erosionan en el hogar y la familia, así como en la sociedad, los países que ya no fomentan los valores perderán la gracia y la protección de Dios, lo que los dejará vulnerables al ataque, la invasión y la ocupación por parte de otros países y la pérdida definitiva de sus libertades básicas.

¿Cómo puede cada uno de nosotros desempeñar su propia y poderosa parte en el establecimiento y la preservación de la integridad que subyace a los valores humanos y nos asegura el dosel de protección que salvaguarda una vida justa? Además del hecho de que la integridad y la rectitud deben fomentarse en el hogar, la escuela, la comunidad y el lugar de trabajo para garantizar una nación fuerte y segura, existe un cuerpo de sabiduría esotérico poco conocido pero esencial, sin el cual no podemos desempeñar al máximo nuestro papel individual en la paz personal y mundial.

A través del descubrimiento personal de las energías evolutivas ocultas en cada uno de nosotros podemos, y finalmente, debemos alcanzar la paz interior de los santos y las luminarias para hacer nuestra contribución única a través del liderazgo en la familia, la comunidad, el lugar de trabajo y la sociedad. Afortunadamente, ya existe un camino bien definido en el que la ciencia y la espiritualidad coinciden para iluminar nuestros próximos pasos como especie.

«Existe un cuerpo de sabiduría esotérico poco conocido pero esencial, sin el cual no podemos desempeñar al máximo nuestro papel individual en la paz personal y mundial».





Los científicos dicen que sólo utilizamos una parte de la capacidad de nuestro cerebro. Hay una zona del cerebro a la que nos referiremos como la Zona de Potencia, que puede recibir vibraciones poderosas y aceleradas de la creación invisible. Periódicamente en la historia, directamente antes de una Edad de Oro, cuando un número suficiente de seres humanos se ha preparado (a través de la meditación, la autoindagación, el servicio desinteresado y el control de los sentidos), hay una gran descarga de energías intensas en la Zona de Potencia de tales aspirantes espirituales. En este momento, nos dicen los profetas y los santos, ¡esas frecuencias se están vertiendo en personas de todas las religiones a la vez! El gran Avatar indio, Sathya Sai Baba, ha dicho a menudo: «Primero ves la Luz (como Dios). Luego estás en la Luz (con Dios). Entonces eres la Luz (tú y Dios sois Uno)».

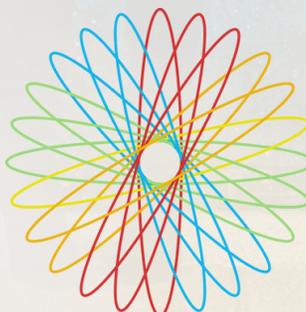
¿Habéis comenzado vuestra pubertad espiritual para calificaros para la descarga de energía en la Zona de Potencia?

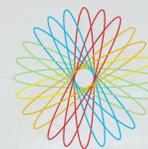
«Hay una zona del cerebro a la que nos referiremos como la Zona de Potencia, que puede recibir vibraciones poderosas y aceleradas de la creación invisible».

Todos los adultos del planeta tienen sus propias historias sobre cómo, en su juventud, se vieron embarcados en el sorprendente, incontrolable y a menudo desconcertante proceso de maduración llamado pubertad. Esas historias son a menudo divertidas y, a veces, embarazosas. Algunos afortunados tuvieron padres, profesores y ancianos compasivos y serviciales que les informaron y guiaron. Otros tuvieron que confiar en sus compañeros, en los manuales y en las películas de educación sexual, o en la experiencia no preparada sobre los preparativos del desarrollo del cuerpo para la edad adulta y la reproducción. Pero, tarde o temprano, las hormonas de todos "entraron en acción", ganaron tracción e impulso y, por lo general, ocuparon previamente a los jóvenes adultos durante los años siguientes.

Algunas pistas de los inminentes cambios espirituales que conducen a la pubertad espiritual

Al igual que las hormonas impulsan la maduración temprana, hay motores más sutiles pero dramáticos, que alimentan la pubertad espiritual de la activación de la Kundalini. La liberación de la luminosa energía Kundalini enroscada que yace como una serpiente dormida en la base de la columna vertebral puede ser tanto una amenaza para la vida si no se maneja adecuadamente, como un profundo cambio de vida cuando se aborda de manera consciente y respetuosa.





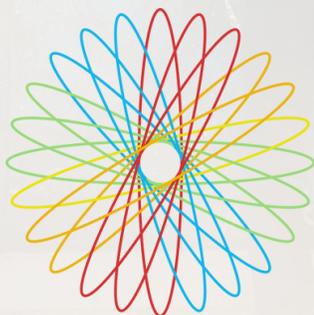
Cuando la energía Kundalini (que nunca debe ser forzada de ninguna manera) comienza su viaje hacia arriba, pasando por los chakras, quema la escoria o el manto de la ignorancia que oculta nuestra Verdadera Naturaleza como la Divinidad Misma. Es decir, nos lleva a la realización o reconocimiento del Atma, el Espíritu Santo, el Dios-Ser interior, que es un aspecto de la Divinidad Suprema o Luz Divina que llena a todos los seres.

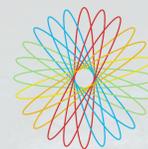
En mi propio caso, las prácticas continuas, a lo largo de décadas, de meditación, mantra (So-Ham: Yo Soy Eso), y el dominio de los pensamientos y los sentidos jugaron un papel clave en el nuevo territorio de la activación de la Kundalini que comenzó por sí sola, para mi gran sorpresa. Nada más empezar, llegó un pensamiento sobresaltado que gritaba internamente: «¿Qué es esto y dónde está el interruptor para apagarlo? ¡Ayuda!».

En un próximo número de esta revista podéis leer la nota titulada Samadhi (Fusión con todo lo que es) la segunda parte de este artículo sobre los resultados impactantes y, a menudo, divertidos.

Llegados a este punto, podréis preguntar: «¿Quieres decir que las energías de la Kundalini simplemente te emboscaron sin previo aviso, o que había algunos indicios de que algo nuevo y grande estaba espiritualmente hablando en el horizonte?». Es una pregunta justa.

«¿Quieres decir que las energías de la Kundalini simplemente te emboscaron sin previo aviso, o que había algunos indicios de que algo nuevo y grande estaba espiritualmente hablando en el horizonte?».

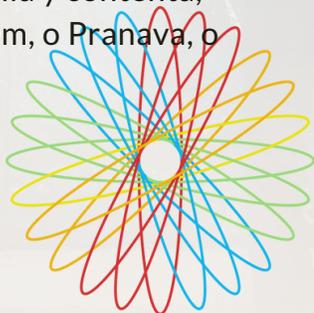


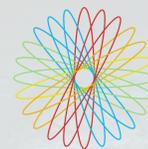


Aunque la experiencia de cada uno es única, en este caso hubo varias cosas que parecieron ocurrir de forma natural:

- La autorrealización se convirtió en mi objetivo principal y rogué repetidamente a Dios que me la concediera.
- Aunque me dediqué activamente a la consultoría de gestión para empresas, gobiernos e industrias, así como a la oratoria y al asesoramiento, perdí todo interés en la ambición mundana.
- Hubo una pérdida mutua de interés en la sexualidad entre mi marido y yo, y la correspondiente falta de interés en comprar ropa y muebles al igual que en viajar. El enfoque se volvió interno y la soledad* me atrajo cada vez más hacia el interior.
- La mente, el cuerpo y los sentidos estaban totalmente bajo control y los pensamientos se detuvieron, lo que dio lugar a la «mente vacía».
- Esto condujo a un período de timidez y torpeza social, especialmente porque rara vez había visto televisión o películas, o asistido a fiestas, por lo que estaba fuera de contacto con las normas culturales (¡lo cual no era una pérdida!).
- La mente estaba tranquila y contenta, concentrándose en el Om, o Pranava, o Tono interior.
- Un asombro y gratitud abrumadores acompañaron a decenas de apariciones de Sai Baba, Jesús, la Madre María y muchos santos. Esas visiones eventualmente cesaron, junto con el deseo de cantar canciones devocionales, cantar un mantra, o asociarme con otros devotos. La satisfacción completa era el estado permanente.
- Había un sentido de fusión con Dios que se estaba desarrollando, tal como se describe en la poesía de Walt Whitman, el escritor estadounidense autorrealizado, al ser uno con todas las personas y seres en todas partes.
- No había maestros ni amigos con los que hablar de esto, así que mis únicos confidentes fueron mi marido Jim, que no ha experimentado nada de esto y mis «Mejores Amigos»: Dios y sus ayudantes, los Maestros Ascendidos y los Santos.

«La autorrealización se convirtió en mi objetivo principal y rogué repetidamente a Dios que me la concediera».





¿En qué se diferencia Connie Shaw ahora, después de más de dos décadas de activaciones de Kundalini y Samadhi?

Han aparecido los siguientes cambios:

No hay miedo a la muerte, en general.

Se ha producido un cambio de identidad que no tiene su origen en el género, la raza o la nacionalidad.

Hay un fuerte conocimiento de que la vida se está desarrollando como debe ser y que todo lo que está sucediendo es la Voluntad de Dios.

Las debilidades y condicionamientos de la personalidad (como ser crítico, apresurado, juzgador) se han suavizado y transformado en más compasión por aquellos que están confundidos debido a que continuamente crean su propio sufrimiento por falta de conciencia.

El hábito de jugar a «juegos sociales», con todas las obligaciones sociales que conlleva, ha desaparecido en gran medida y ahora hay más franqueza.

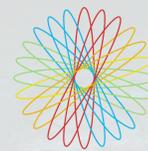
El humor de la mayoría de las situaciones salta a la vista.

Después de haber experimentado el estado de conciencia atemporal, actualmente estoy más continuamente establecida en la consciencia de Dios, en el siempre presente Momento del Ahora.

Mi esposo, Jim, ha tenido cambios de personalidad profundos y espirituales, debido a la gracia de Dios y ha pasado de ser descrito por sus amigos como «más bien duro, despectivo y dominante con su esposa», a «un hombre que se ha vuelto amable, sensible, afectuoso y servicial hasta el punto de ser cariñoso». Mucha gente comenta ahora su dulce naturaleza, (de lo que puedo dar fe) y ahora tiene un seguimiento global de simpatizantes a través de nuestro Proyecto de Servicio de la Mirada Cuántica. Como Sai Baba ha dicho a menudo, «Cuando una persona en un hogar está enfocada y comprometida con su liberación, todos en la línea familiar se benefician y, finalmente, mostrarán signos de purificación». En otras palabras, «La marea alta levanta todos los barcos en el puerto».

Sanadores: enteramente por la gracia de Dios, más de cincuenta mil personas en los cinco continentes han sido sanadas por el Señor durante los últimos diez años por medio de nuestros programas en línea de la Mirada Cuántica. Decenas de miles de personas han informado por correo electrónico, que han sido misericordiosamente limpiadas por Dios, el Hacedor, de: adicciones, Alzheimer y demencia, autismo, ceguera, liberación del coma, depresión, cáncer, enfermedades mentales, posesión demoníaca, úlceras diabéticas, enfermedades del corazón, parálisis, y así sucesivamente. Somos tan sólo como transformadores eléctricos reductores que transfieren la Energía de Dios Todopoderoso desde el reino «invisible» a la dimensión visible a través de Su Voluntad, en el momento en que el receptor enfermo o lesionado puede aceptarla, recibirla y conservarla.





Tanto Jim como yo todavía trabajamos para mantener el enfoque y la resolución; pero ocasionalmente caemos brevemente en las energías de los viejos hábitos por un momento antes de corregirnos rápidamente. Todavía estamos en el proceso de evolución.

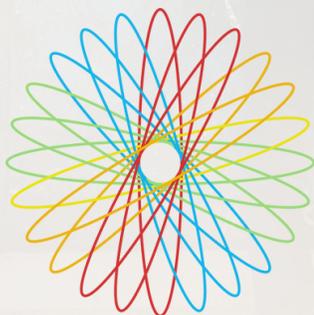
Finalmente, me gustaría reiterar que Dios está precipitando actualmente un Gran Despertar de la Humanidad. Los profetas nos han dicho que pronto decenas de miles de personas de todos los credos, o incluso sin afiliación religiosa, accederán a su Naturaleza Divina innata. Este profundo cambio generalizado está dando paso a dos eventos o eras épicas:

1. La mayor renovación/recuperación espiritual interreligiosa de la historia del mundo.
2. La largamente profetizada Edad de Oro de la Paz y la Abundancia.

Como el difunto Gopi Krishna, gran genio espiritual, luminario y autor, ha dicho tan elocuentemente sobre este emocionante tiempo en la Tierra:

«La excitación voluntaria del Centro de la Energía puede, ahora por primera vez, ser observada por los científicos y proporcionar una prueba incuestionable de la existencia de este centro en el cuerpo y su capacidad para otorgar genio y Conciencia Cósmica a cualquier número de hombres y mujeres que estén preparados física y espiritualmente para la transformación. El plano superior del conocimiento será una dotación necesaria de las luminarias que guiarán a la raza en el futuro previsible».

«Dios está precipitando actualmente un Gran Despertar de la Humanidad».



CRONOGRAMA 2021



GRATIS



ONLINE



**VACANTES
LIMITADAS**



YOGA ADULTOS

TODOS LOS MARTES

07HS CHIHUAHUA

**08HS MÉXICO DF, COLOMBIA,
ECUADOR, PERÚ**

**09HS BOLIVIA, CHILE, VENEZUELA,
PARAGUAY**

10HS ARGENTINA, BRASIL, URUGUAY



YOGA NIÑOS

TODOS LOS VIERNES

14HS CHIHUAHUA

**15HS MÉXICO DF, COLOMBIA,
ECUADOR, PERÚ**

**16HS BOLIVIA, CHILE, VENEZUELA,
PARAGUAY**

17HS ARGENTINA, BRASIL, URUGUAY



**FACILITADO POR RAMESHDEEP KAUR KALSA.
CAPACITADORA INTERNACIONAL - KUNDALINI YOGA**



FACILITADO POR MARILY RENDE



SABIDURÍA PRÁCTICA

MARTES

16HS CHIHUAHUA

17HS MÉXICO DF, COLOMBIA, ECUADOR, PERÚ

18HS BOLIVIA, CHILE, VENEZUELA, PARAGUAY

19HS ARGENTINA, BRASIL, URUGUAY

FACILITADO POR ALEJANDRA RODRIGUEZ Y SILVIA KONCKE



CAFÉS DE VALORES

SÁBADOS

08HS CHIHUAHUA

09HS MÉXICO DF, COLOMBIA, ECUADOR, PERÚ

10HS BOLIVIA, CHILE, VENEZUELA, PARAGUAY

11HS ARGENTINA, BRASIL, URUGUAY



Consulta los eventos actualizados aquí en nuestras historias destacadas de IG

RENOVAMOS NUESTROS CURSOS

EN CONJUNTO CON



ENSEÑANZA CONSCIENTE



MEDICINA COMPASIVA



CRIANZA DINÁMICA



**CULTURA Y ESPIRITUALIDAD
DE LA INDIA**

SÉ UN EJEMPLO BRILLANTE PARA OTROS.



@VALORESHUMANOSINST

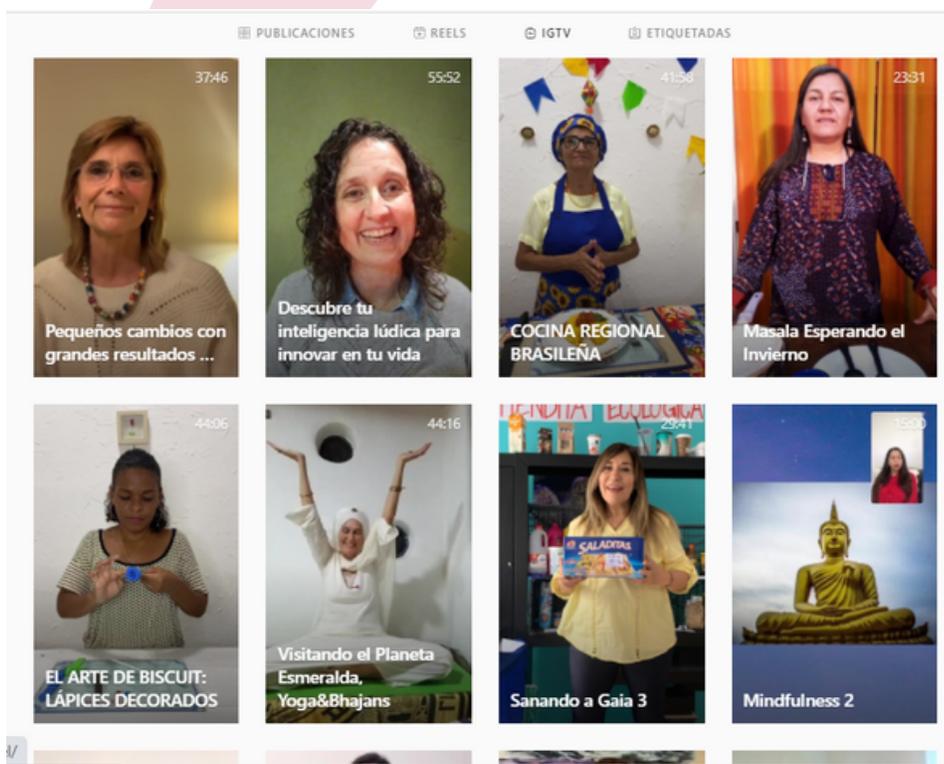
VIVOS EN DIRECTO POR INSTAGRAM

TODOS LOS MESES te esperamos



Accede a
nuestro
INSTAGRAM
aquí

Encuentra todas las grabaciones de los vivos
en nuestra sección de IGTV



**NUEVOS
EPISODIOS EL
PRIMER Y
TERCER LUNES
DE CADA MES**



Accede a
nuestro
INSTAGRAM
aquí

PARTE 11 CURSO DOMINA LA MENTE

LO BUENO Y LO PLACENTERO



Basado en el curso Master the Mind
brindado por Sri Madhusudan Sai
en Mayo 2020

Lo bueno y lo placentero se presentan ante todo hombre, mezclados como la leche y el agua. Aparecen como lo bueno que deben hacer en la vida, sumado a lo que es placentero a los sentidos y a la mente. Ambos se muestran juntos. Alguien me dijo:

- No puedo diferenciar entre la inteligencia superior y la inferior, son iguales.
- Al menos has comprendido el primer secreto: que son idénticas -le respondí.

La mente nos habla así: «Yo soy la inteligencia superior, te estoy aconsejando correctamente». Es difícil diferenciar cuál mente aconseja, si la inferior o la superior; una es la imagen en espejo de la otra. ¿Cómo diferenciarlas? Hay un secreto: una se relaciona con lo placentero y la otra con lo bueno. Esa es la diferencia entre estas dos gemelas, la inteligencia inferior y la superior.



Una habla solamente de lo bueno; la otra habla sólo de lo placentero, aquello que da placer inmediato, que satisface al ego, que les da una sensación de euforia momentánea. Tiene que ver con sus deseos inmediatos. Si están enojados con alguien, y piensan: «¡Debo castigarlo!» y si la mente responde: «¡Sí, debes hacerlo!», sentirán placer. Si la mente les dice: «Debo hallar la manera de superar esta situación. ¿Qué decisión debería tomar, que resulte bien para él, para mí, y para todos? Esperaré antes de decidir», están en el camino de lo bueno.

Otra diferencia entre la inteligencia superior y la inferior es que la inteligencia inferior siempre está apresurada para tomar una decisión, porque siempre teme que la descubran. Quiere empujarlos a decidir ahí mismo, y de inmediato. No quiere esperar, pues sabe que, si espera, podría llegar la inteligencia superior y revelarles a ustedes que la inteligencia inferior los está engañando.



Hay una historia acerca de una reina, esposa de Surya. Ella creó una réplica de sí misma. Esta réplica llegó a ser más poderosa que ella misma, y la mató, porque no quería que Surya viviera con «esa mujer». Hay réplicas de esta mente inferior que son falsas, son de la «mente placer». La mente superior es la «mente buena». En realidad, la mente es una combinación de todo esto, pero se puede definir a la mente como una colección de pensamientos y deseos. El intelecto superior, el aspecto más elevado de la mente, es la capacidad de discernimiento.

Entonces, ésto se nos da como una mezcla de leche y agua. Generalmente, en nuestro hostal agregan agua a la leche, o leche al agua, no sé cuál de las dos. Depende de lo que produzcan ese día las vacas; si dieron suficiente leche, es leche con agua; si dieron menos leche, es agua con leche. De cualquier manera, tenemos esta combinación de leche y agua; una combinación de lo bueno y lo placentero. La mente inferior se sentirá muy feliz de hacer lo que quiera; no quiere darles tiempo de nada, porque está preocupada: «¿Y si viene Discernimiento, su amigo? No le daré ninguna oportunidad, presionaré en este proceso de decisión; presionaré para disfrutar de los sentidos, algo que yo también quiero. Porque esa es la única manera en que puedo sobrevivir aquí». La mente quiere sobrevivir, no les da tiempo a decidir.

Cuando Discernimiento duerme, cuando la mente superior no está, ustedes no prestan atención. «Cuando el gato no está, los ratones juegan», se dice. La mente inferior, convence rápidamente: «¡Tomemos la decisión antes de que llegue Discernimiento!». Porque sabe que a la mente superior no le gustará esta decisión. Los convence. No los deja esperar a que llegue la mente superior para tomar la decisión correcta. ¿Quién sufre? El alma es quien sufre al final. También la mente superior. Todos sufren. La mente inferior y la mente superior mantienen siempre esta competencia de tirar la cuerda. La pregunta es: ¿quién abandona?

Lo bueno y lo placentero aparecen ante ustedes en toda ocasión. ¿Qué hace el sabio, el que es capaz de discernir, el que posee la mente superior? Los separa, así como el cisne separa la leche del agua. ¿Qué hace el cisne después de esto? ¿Bebe el agua? No. Bebe la leche. Si siguen el camino de lo bueno, los conducirá a la felicidad suprema. Por eso, prefieran este camino que es difícil, pero es el buen camino.

La mente inferior va por el camino agradable. Piensa que lo que hace le tiene que dar bienestar. Hace toda clase de berrinches: revolcarse en el piso, llorar, no comer, no dormir, hasta que se sale con la suya. Ahí es donde tienen que perseverar. Esperen a que llegue Discernimiento a ocuparse de esto. Tómense su tiempo para decidir correctamente. Los deseos tras los cuales corren ustedes ahora, harán un berrinche. No se irán, querrán que ustedes tomen una decisión inmediata, una decisión errónea. No permitan que esos deseos avancen.



La mente los molestará. Si se sientan a meditar, correrá por todas partes, y esa meditación será la más horrible que hayan tenido en los últimos días. Rodará por el suelo, llorará, protestará, se resistirá... todo lo que esté a su alcance. Hasta que ustedes sucumban. Pero esta vez, aprendan que tienen que esperar a que llegue la mente superior, para tomar la decisión; que no lo haga la mente inferior.

Ese es el esfuerzo que tienen que hacer, para avanzar en este proceso. ¿Qué pasará si abandonan el esfuerzo demasiado pronto, cuando meditan, cuando tratan de quitarse ese pensamiento o esas tendencias profundas, ocultas y secretas? Sufrirán toda la vida por eso. Abandonar no los ayudará en absoluto. Es como si abandonaran en el juego de tirar la cuerda: todos serán arrastrados. Hasta el último resto de virtud se convertirá en vicio. No deben abandonar. Si están sintiendo que aflojan, ¡recen, recen, recen! «Dios, sé que estás en el extremo de la cuerda, pero no estás tirando de ella porque yo aún no hice todo lo posible. Pero estás ahí. Estoy luchando valientemente. Eres el último miembro de mi equipo. Primero, haré yo todo lo que pueda». Sigán haciendo el esfuerzo. En algún momento, si ponen empeño, Dios vendrá, tomará la cuerda y tirará de ella. ¿Quién puede resistir la fuerza de Dios?



Cuando ocurra alguna situación en la que se dejaron convencer, mediten sobre todo el asunto: «¿Cómo ocurrió? ¿Cómo perdí ese juego de tirar la cuerda? ¿Dónde abandoné? ¿En qué punto colapsé? ¿Por qué colapsé? ¿Llamé a Dios? ¿No lo llamé? ¿Qué fue lo que salió mal?». Reflexionen. Aprendan de sus propios errores.

Siempre digo: «Un error no es un error, si ocurre una sola vez». Pero si lo cometen de nuevo, entonces se convierte en un error. Si aprenden la lección y siguen adelante, no es un error, es una experiencia, es una lección. Los errores se convierten en lecciones. Pero, si no aprenden de ellos, siguen siendo errores, y siguen ocurriendo. Por ejemplo, cuando se enojan, y no tienen control sobre su temperamento, pregúntense, ¿cómo lidiar con ello? Ustedes tienen algunas ideas y algunos deseos, ¿cómo manejarlos? Pregúntense eso.

Aquellos que al menos hicieron el esfuerzo obtendrán algunos puntos de gracia, aunque hayan fracasado; no así los que no hicieron el esfuerzo.





Tómense su tiempo, no permitan que lo placentero se haga cargo, tome la decisión y haga daño. Esperen a que llegue lo bueno.

Dénle tiempo. Y recen. Recen.

Como dije, dos pasos los darán bien; al tercer paso se equivocarán, y aun así obtendrán algunos puntos. Es mejor que no obtener ninguno. Se han acercado un poquito. Es como una gran roca que quieren partir en pedazos. Con un golpe no se romperá, con dos golpes tampoco. Con veinte golpes no se romperá. Está esperando el vigésimo primero, pero ustedes abandonan con veinte golpes. Si hubieran dado el vigésimo primero, se habría partido, porque ya se había debilitado internamente. Pero si la dejan al vigésimo golpe, se volverá fuerte de nuevo y así quedará para siempre. Esa es la clave: sigan haciendo el esfuerzo.

No abandonen hasta haber llegado a la meta.



CARTUCHERA

DOCENTE



Nuestro planeta, una razón para tener esperanza. El medio ambiente está formado por las personas, la sociedad, los animales, la naturaleza, el mundo y el universo.

Como todos Somos Uno, si dañamos a nuestro medio ambiente de algún modo nos estamos dañando a nosotros mismos. El científico británico Sir David Attenborough, tiene esperanza para el futuro y nos cuenta que el plan es evidente: «dejar de hacer lo que perjudique; aplicar tecnología y sistemas ecológicos nuevos a medida que van surgiendo; estabilizar la población humana al nivel más bajo que sea posible; conservar la riqueza natural que tenemos actualmente; y en ochenta años lo peor habrá quedado atrás. Más aún, habremos construido un mundo con energía, aire puro y agua ilimitada. Un mundo estable y saludable del que podremos beneficiarnos eternamente».

La naturaleza está en crisis y es de conocimiento mundial, el hábitat para las aves residentes y migratorias, reptiles y anfibios, ha disminuido y hay un millón de especies que están en riesgo de extinción, situación que nos obliga a actuar y a honrar la vida silvestre y la naturaleza. Es importante que todos colaboremos para crear un estado de equilibrio en nuestro medio ambiente. Todos los seres vivos y la naturaleza están interconectados. Si alguna especie del reino animal es destruida, esto tiene un efecto sobre otros seres vivos y sobre la naturaleza en general. También con la tala de los árboles se han diezmado selvas y bosques tropicales lo que provocó que el dióxido de carbono haya aumentado en la atmósfera, causando el efecto invernadero. Por tal razón hay que cuidar las leyes de la naturaleza para disminuir el efecto de los cambios climáticos cuidando y conservando nuestros bosques.

REGÍSTRESE EN LA WEB PARA ACCEDER A LOS RECURSOS DEL ILAVH
WWW.CAMPUS.INSTITUTOVALORESHUMANOS.ORG
ACCEDA AQUÍ A LOS RECURSOS ONLINE Y GRATUITOS

OBSERVACIÓN

VALORES PARA UNA NUEVA HUMANIDAD

NÚMERO 14
JUNIO/JULIO 2021

INSTITUTO
VALORES
HUMANOS
.ORG

TIPS
DE AUTO-
CONOCIMIENTO

«SI UNO MIRARA
PROFUNDAMENTE EN LA
NATURALEZA, ENTENDERÍA
LA REALIDAD».

ALBERT EINSTEIN



**PUBLICACIÓN COLECCIONABLE
DISTRIBUCIÓN GRATUITA**