

Una Vía para el Despertar

Programa para el Despertar Espiritual y Creador





El camino espiritual

Mirar la vida desde el espíritu implica poner atención, aprender a hacer distancia y convertirse en el testigo.

Avanzar en la evolución espiritual es desarrollar la compasión, el amor, la serenidad, la ecuanimidad y la paz. Para ello, hay que aprender a aquietar la mente, vaciarla y dirigirla hacia el Amor-el Ser. Todo esto requiere principalmente quietud, paciencia y perseverancia. Es necesario un entrenamiento constante si se quieren obtener frutos reales y permanentes. El acompañamiento externo, la guía y un grupo de trabajo pueden ser de gran ayuda.

Todas y todos deseamos ser felices, pero a pesar de todos nuestros esfuerzos, vivimos en gran confusión mental y llenos de problemas, agitación y sufrimiento. Es necesario redirigir la atención y la energía hacia el interior, allí donde se encuentra la verdadera Fuente de la Felicidad y la Creación. El objetivo último es despertar a tu verdadero Ser. En el camino, necesitarás entrenamiento, claridad, motivación y una guía fiable para poder ir superando los obstáculos que presenta la mente.

Has de aprender a no hacer nada para que el Ser pueda revelarse.

Te has identificado con tu identidad, tu carácter, tu cuerpo, tu historia de vida. Todo ello son las capas externas.

Lo que eres en realidad es Conciencia Pura, Amor Incondicional, Unidad con Todo lo existente. No basta con pensarlo o saberlo, la transformación real es serlo.

Este trabajo es una invitación a experimentar la realidad de quien eres, estabilizarla y aplicarla a tu vida cotidiana.





El entrenamiento

El camino espiritual se recorre por niveles. Es necesario adaptarlo a cada persona y a cada momento de vida.

Ofrecemos un Programa de Práctica Guiada canalizado, en Seis Vías completas de trabajo. Los ejercicios y la metodología están destinados a comprender que, finalmente, no hace falta ningún ejercicio, solamente Ser. Hasta que esto sea realizado plenamente, necesitamos entrenar:

-Vía de la Percepción

-Vía de la Creación

-Vía de la Meditación

-Vía de la Compasión

-Vía de la Devoción

-Vía de la Autoindagación

Cada Vía tiene su propio Programa de Práctica. Todas son iguales en importancia. Se irán combinando según las necesidades individuales y del grupo (algunas personas sentirán la necesidad de practicar varias Vías, o solo alguna/s de ellas).

La metodología se basa en el texto *Una Vía para el Despertar* canalizado por Javier Melguizo, y en su experiencia directa siguiendo las enseñanzas de sus maestros Ramana Maharshi (advaita no-dual) y Geshe Lobsang Choegyal Rinpoche (budismo tibetano).

Está dirigido a cualquier persona que desee hacer un camino profundo y comprometido hacia su realización y autoconocimiento.

No es una práctica religiosa, es un entrenamiento específico de la mente y el corazón. Está abierto a todos los niveles de aprendizaje.

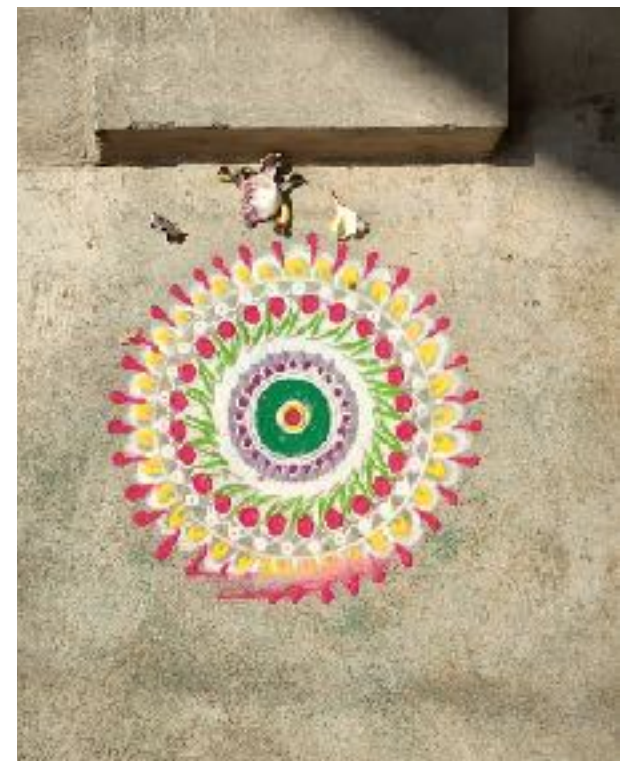
Puedes elegir el formato que más te convenga (grupo semanal, retiro breve, retiro intensivo o individual) y también combinarlos.





Practicamos para

- Descubrir y Ser lo que somos realmente: Amor, Felicidad y Conciencia eterna e ilimitada.
- Aprender a aquietar y guiar la mente, saber elegir los pensamientos de Amor y descartar los pensamientos nocivos.
- Desarrollar la concentración, la paciencia, la generosidad, la compasión, la perseverancia y la sabiduría.
- Aprender a escuchar la sabiduría interna-intuición para encontrar una guía propia, clara y alineada con el propósito del alma.
- Dar un sentido profundo y pleno a la vida, que nos permita estar en paz y en realización.
- Generar una práctica de meditación estable que consolide un centro-refugio interno, a salvo de las “olas” del día a día.
- Crear una comunidad basada en la Unidad y el Amor, donde sentirnos incluídas/os, pertenecientes y apoyadas/os en el camino.
- Aprender a activar, canalizar y utilizar la Energía Pura de Amor para la sanación propia y de otros seres.
- Aprender a abrir la percepción y la visión a dimensiones más amplias de la realidad.
- Experimentar la plenitud de lo sagrado en la vida diaria.
- Conocer los patrones limitantes, kármicos y psicológicos, para sanarlos y deshacerlos.
- Aprender a canalizar a través de la creación artística para manifestar el propósito de vida.
- Sanar heridas pendientes con nuestros seres queridos, a través de la aceptación, el perdón y el Amor.





Algunos contenidos del Programa

- TÉCNICAS DE MEDITACIÓN Y CONCENTRACIÓN
- DESARROLLO DE LA COMPASION
- MENTE DEL SER Y MENTE OPERATIVA
- PROTOCOLO DE LIMPIEZA Y VACIADO DE LA MENTE OPERATIVA
- LOS ESTADOS DEL YO
- LOCALIZACIÓN DE LAS MATRICES RAÍZ DEL SUFRIMIENTO
- LAS IDEAS SANTAS
- RESCATES-ESTABILIZADORES PARA EL TRAUMA
- CAPAS DE CONTACTO CON UNO MISMO/A
- PROTECCIONES DEL CAMPO ENERGÉTICO
- HERRAMIENTAS DE SANACIÓN ENERGÉTICA
- TÉCNICAS DE CANALIZACIÓN A TRAVÉS DEL ARTE: DIBUJO Y PINTURA CANALIZADOS, ESCRITURA CANALIZADA
- TÉCNICAS DE INDAGACIÓN DEL PROPIO YO
- TÉCNICAS DE ACCESO A LA REALIDAD NO ORDINARIA-PLANOS MULTIDIMENSIONALES
- MATRICES Y CAPAS: MANTRAS, AUTODICTADOS, GRABACIONES Y ANCLAJES
- FASES EVOLUTIVAS DEL SER HUMANO
- APRENDIZAJE DEL AUTOAMOR
- AYUDAS PARA DESHACERSE DE LOS PENSAMIENTOS DISRUPTORES
- SANACIÓN A TRAVÉS DE REGRESIÓN A VIDAS PASADAS
- AYUDAS PARA TRABAJAR CON OTRAS PERSONAS ESTA METODOLOGÍA



Una Vía para el Despertar - Grupo de Práctica semanal

Este grupo tiene el objetivo de crear una comunidad de práctica estable y comprometida para el despertar espiritual y creador.

Iremos entrenando las secuencias de ejercicios de las 6 seis Vías, con la siguiente estructura:

1º-Meditación guiada

2º-Teoría

3º-Práctica de los ejercicios de las 6 Vías

4º-Preguntas y respuestas - compartir

Se aporta documentación teórica y ejercicios individuallizados para la práctica diaria.

Grupos reducidos. Se recomienda la asistencia a todas las sesiones.

Pueden combinarse sesiones presenciales y online.

Puedes solicitar entrevista informativa por watsap: tlf. 633 08 50 60.

Puede haber posibilidad de otros horarios para grupos ya formados que lo soliciten, a partir de cinco personas.

Formato presencial y online simultáneo

-Presencial en Escuela Hephaisto:

calle Rogent, 33. Segundo piso. Metro Clot. Barcelona

-Online: enlace de Zoom al realizar la inscripción.

Horario: Todos los miércoles de 18h a 19,30h.

Inicio: 1 de abril 2026

Precio: Donación voluntaria

(se hace en sala, recomendado a partir de 30 eur. x mes)

Es necesario inscribirse, tanto para presencial como online, a través de:

info@arteterapiahephaisto.com / tlf. 653 10 70 42



Retiros de silencio, meditación y arte canalizado

En los retiros dedicamos un fin de semana para la práctica intensiva. Retirarse es una gran oportunidad para profundizar en la práctica espiritual, al salir de las ocupaciones diarias. Es también una limpieza y liberación, reseteo y activación energética.

Te sumergirás progresivamente en tu silencio interior, que es tu verdadero hogar, donde mora el Corazón. Podrás ver y limpiar patrones que han estado profundamente arraigados y necesitan liberarse. Aprenderás técnicas sencillas y eficaces que te ayudarán a desarrollar tu práctica meditativa. Conectarás con la intuición fresca y espontánea, que siempre te acompaña y es la Fuente de tu capacidad de Creación.

En los retiros combinamos tiempos de práctica de meditación formal, estática y dinámica, con el *Programa Una Vía para el Despertar*, y momentos de quietud y contemplación:

- Meditaciones guiadas estáticas y en movimiento.
- Práctica de autoindagación.
- Teoría, introspección y reflexión en grupo.
- Trabajos corporales de desbloqueo y consciencia.
- Ejercicios de las 6 Vías.
- Técnicas para serenar la mente.
- Prácticas en grupo para ejercitar la compasión.
- Inmersión en la naturaleza y creación artística con elementos naturales.
- Prácticas de canalización y conexión con la Guía interior.
- Tutorías individuales con Javier Melguizo para aquellas personas que lo soliciten.

Próximo Retiro: LA VÍA DE LA PERCEPCIÓN

15, 16 y 17 de Mayo de 2026

Llegada: viernes a las 18h / Salida: domingo a las 17h.

Lugar: *APeudeRoques Casa Torrades*

L, Espunyola, Barcelona.

Precio: 370 eur.

(Incluido curso, alojamiento y pensión completa)

Early bird: 320 eur-inscripción antes del 15 de Abril.

Inscripción:

info@arteterapiahephaisto.com / tlf. 653 10 70 42

Puedes solicitar entrevista informativa por whatsapp:

tlf. 633 08 50 60.

(Se recomienda la asistencia a los retiros junto al grupo semanal, aunque se pueden realizar de forma independiente. Abierto a todos los niveles de experiencia)



Retiros intensivos en India

Retiro intensivo de dos semanas en Tiruvannamalai, India. Alojamiento en un Ashram en la naturaleza a 15 min. de la ciudad. El objetivo es realizar una profunda inmersión en el camino interior, con todas las técnicas del Programa de las 6 Vías. Visitas a las cuevas y el Ashram de Ramana Maharshi, al templo de Arunachaleswarar y otros lugares de la zona. La energía única de la montaña sagrada Arunachala nos guiará hacia el encuentro con nuestro verdadero Ser.

Próximo retiro en preparación para febrero de 2027. Grupo mínimo de 10 personas y máximo de 16.

Si estás interesada/o escribe a info@javiermelguizo.com o contacta por watsap en el tlf. 633 08 50 60.





Acompañamiento espiritual individual

Es un espacio psicoespiritual para desarrollar tu camino de crecimiento interior con el acompañamiento de Javier Melguizo. Se facilitan ejercicios de las 6 Vías, canalizados y adaptados a la circunstancia individual y a las características de la persona.

Es un lugar para profundizar en el camino, despejar dudas, clarificar dirección, eliminar bloqueos y sanar determinados patrones que estén obstaculizando el avance. Se combina el trabajo energético y canalizado con otros recursos terapéuticos.

La sesión puede ser puntual o con cierta regularidad. Si vienes por primera vez, trae una petición de los asuntos que necesitas mirar-comprender-resolver.

Herramientas de trabajo:

- Ejercicios canalizados de las 6 Vías del Despertar
- Sanación energética
- Lectura de Registros Akáshicos
- Lectura del momento presente y la misión de vida con el *Tarot de la Dualidad*.
- Regresión a vidas pasadas
- Arteterapia y arte canalizado
- Orientación personalizada para la práctica de meditación

Formato presencial:

en Escuela Hephaisto:

c/ Rogent, 33. Segundo piso. Metro Clot. Barcelona

en Nidart:

c/ Can Balada, 13. Santa María de Palautordera. Bcn

Formato online a través de Zoom

Duración: 1 hora y 15 minutos.

Precio: 85 eur.

Solicitar información y concertar cita a través de Watsap:

tlf. 633 08 50 60.



Formación en meditación y compasión para profesionales

Es un proyecto en preparación para ofrecer una formación específica teórica/vivencial a profesionales (arteterapeutas, psicoterapeutas, trabajadores sociales, psicólogos, educadores, médicos, etc.) desde la perspectiva del trabajo espiritual.

Materias a trabajar:

- Prácticas de meditación para el crecimiento interno del profesional y para la aplicación en entornos de trabajo.
- El autocuidado y la autosanación del terapeuta
- Sanación de patrones de bloqueo emocional, energético y kármico que dificultan el trabajo del terapeuta
- La función y la fuerza de la compasión en el acompañamiento a otras personas
- Desarrollo de la escucha compasiva y la empatía
- Ejercicios de sanación y limpieza energética
- Ejercicios del Programa de las 6 vías para aplicar en entornos específicos de trabajo
- Generar espacios de reflexión, renovación y reciclaje profesional incluyendo un abordaje espiritual interdisciplinar.
- Creación de una comunidad profesional con visión espiritual, basada en el Amor, la Unidad y la Conciencia.

La formación se impartirá en formato presencial-taller intensivo de fin de semana o de una semana, o charla-conferencia.

Personas, grupos o entidades interesadas escribir a Escuela Hephaisto: info@arteterapiahephaisto.com / tlf. 653 10 70 42.



Javier Melguizo

Como artista, desarrolla su trabajo de creación en diferentes lenguajes: pintura, dibujo, poesía, performance, danza, arte canalizado.

Como arteterapeuta, terapeuta gestalt, formador y supervisor en arteterapia, tiene treinta años de experiencia profesional. Fundador de la *Escuela Hephaisto* de Arteterapia Gestalt en Barcelona en 2011. Creó la metodología *Integración Creadora* en 1999, con la que ha formado a diecisiete promociones de 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-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 cursos de formación de Arteterapia-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, etc.

Licenciado en Bellas Artes, formado en terapia Gestalt en la EMTG y Equipo Centro, formado en 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://www.instagram.com/javier.melguizo.art)

Escuela de Arteterapia: www.arteterapiahephaisto.com



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

