



5 Días, 5 Elementos,  
5 Experiencias  
transformacionales  
Agua



## ¿Quién Soy?

Mi nombre es Susana Shakti, soy coach holística, estudios de música y composición por la Universidad Internacional de La Rioja y experta en Sonidos Sanadores y Transformadores, Meditación, Mindfulness, Yoga Nidra y Registros Akhásicos. Desde que tengo mi primer recuerdo todo en mi vida es música. Cuando la vida me llevó por ríos muy duros y caudalosos ella fue capaz de sacarme a flote por eso mi llamado es acompañar a las personas a mejorar sus vidas a través de la música, el sonido y la vibración.



Ayudo a terapeutas, profesores y yoga y profesionales de la salud a mejorar y diversificar sus servicios, aumentando su valor, sus ingresos y sus resultados.



Sin necesidad de conocimientos previos de música ni acumular más formaciones. Online una forma cómoda y fácil, con todo el rigor científico y bajo el compromiso de mi amplia experiencia en el sonido y la música.



# ¿Por qué

En la escuela siempre damos mucha importancia a nuestro interior porque cambiando nuestra forma de pensar, de sentir de expresarnos influimos en nuestro cuerpo y en el entorno que nos rodea. Una verdadera transformación pasa por comprender que como es adentro es afuera y viceversa.

Aquí es donde la música y el sonido cobra una gran importancia, te atreves a conocer cómo y por qué.... Acompáñame.

Desde tiempos inmemorables la humanidad a utilizado la música y el sonido de forma consciente para la sanación y transformación, puesto que todo en el mundo desde los planetas o la naturaleza hasta nuestro propio cuerpo está en movimiento. Tal y como decía Nikolas Tesla, «si quieres conocer los secretos del universo debes hablar en términos de energía, frecuencia y movimiento».

Así leyes de resonancia y de arrastre ha llevado a la ciencia moderna a comprender cómo la música y sus elementos pueden hacer que nuestro cuerpo se transforme que modifique su biología de forma increíble, pero siempre utilizada de forma consciente, con formación y conocimiento de cómo aplicarla en cada caso y momento.

En mi formación en terapias de sonidos sanadores y transformacionales explico de forma sencilla y detallada el por qué y cómo funciona la música y el sonido. Sus partes, como la armonía, el ritmo o la melodía y de qué forma afectan a nuestra mente, físico e inconsciente, para que sepas cómo y cuándo aplicarlo, pudiendo así utilizarlo tanto para tú transformación y sanación personal como la de tus clientes y pacientes, y si bien no son necesarios conocimientos previos de música si es muy importante una buena formación en ella para hacerlo adecuadamente, para que sea efectiva y no caigas en ningún tipo de contraindicación.

Es un complemento perfecto a cualquier tipo de disciplina como el yoga o chi kung o de terapia.. Siempre desde el conocimiento y la consciencia para poder llegar al resultado que queramos, viéndose además en este caso aumentado el efecto de las otras terapias que estemos realizando.

Vamos a conocer su relación con los elementos de la naturaleza, la sinergia que se produce entre ella, su sonido y nosotros y la sanación que nos aporta.

Además, sentirás su poder a través de una experiencia ,te invito a que me acompañes si quieres conocer y experimentar de qué va el sonido consciente y transformacional... ¿Te animas?



# Agua



El agua (del latín aqua) es una sustancia cuya molécula está compuesta por dos átomos de hidrógeno y uno de oxígeno (H<sub>2</sub>O) unidos por un enlace covalente.



El agua está presente en todas las culturas fuente de vida, pues nuestro organismo está formado en un 70% de ella. El agua simboliza la unión entre lo divino y lo terrenal, por ello el bautismo, es un acto simbólico de comunión con lo superior.

El agua es el fluir de nuestras vidas, la incertidumbre que hay que abrazar, la confianza en uno mismo y en el universo. Debemos dejarnos llevar por ciertas circunstancias a las que no tenemos capacidad para controlar con fé, puesto que el río puede llevarnos a otras orillas mejores que aún no conocemos. También significa la pureza y limpieza, tanto de lo externo como de nuestro interior, utilizado en rituales a lo largo de todo el mundo.

Permítete mojararte y sentir la lluvia, cargarte de su energía y purificación.

Según diversos estudios, el sonido de las olas del mar, activan la corteza prefrontal del cerebro, un área asociada a las emociones, haciendo que la capacidad de bienestar y autoconocimiento se amplíe. Además, tienen el poder de regular los niveles de serotonina, sustancia química producida por el organismo responsable de la mejora del estado de ánimo y de la reducción de la ansiedad. Con la terapia de sonido podemos emular todo esto aún no estando cerca de él.

Con trabajos de sonido consciente y transformacional conseguimos que el cortisol, la hormona del estrés, reduzca sus niveles en el organismo con patrones de volumen y frecuencia armónicos y relajantes. El sonido generado por el agua puede remitirnos a lo que oímos cuando estábamos en el vientre materno, lo que genera un gran impacto emocional inconsciente en lo que se refiere a la protección y la seguridad. También estar junto al mar hace que nos rodeemos de iones negativos que equilibran nuestro organismo.



Asociado al oído y los riñones, a la primavera y al planeta mercurio, a las emociones y sentimientos y está representado en los instrumentos musicales como el palo de lluvia, el tambor oceánico o el cuenco delfín.

2do CHAKRA

Sacral – Svadisthana



Nota clave: Re con una Frecuencia: 288 Hz Vocal: OOO (como en “tú”)

Su mantra semilla: Vam : Shabd Sonido: Océano Energía: Energía vital, a la creación y concepción buscando el placer y el disfrute, también es la sensualidad pero conectadas con nuestros sentimientos.



En esta experiencia trabajaremos la purificación, soltar y fluir con la vida, el equilibrio emocional, la conexión con nuestro cuerpo, para poder enfrentarnos de una forma abierta y consciente a nuestras creaciones, a nuestros objetivos y lanzarlos a mundo libres de prejuicios y expectativas que se encuentren fuera de nuestro control.



# Gratitud

Gracias por compartir conmigo estos momentos de sonoridad transformacional, donde modificamos nuestros patrones cerebrales desde el amor y la compasión a través de la música, la naturaleza y el sonido consciente.

Si sientes adentrarte en este mundo mágico y misterioso del sonido, puedes inscribirte en nuestra formación “Sonidos Sanadores y Transformacionales”. Donde adquirirás la destreza de este arte para ponerlo en práctica en todas tus sesiones, clases o terapias, aumentando tu valor de forma increíble.

También puedes solicitar una sesión conmigo, ver en qué puedo ayudarte y trabajarlo desde el sonido y la música.

Namasté



Susana Shakti

