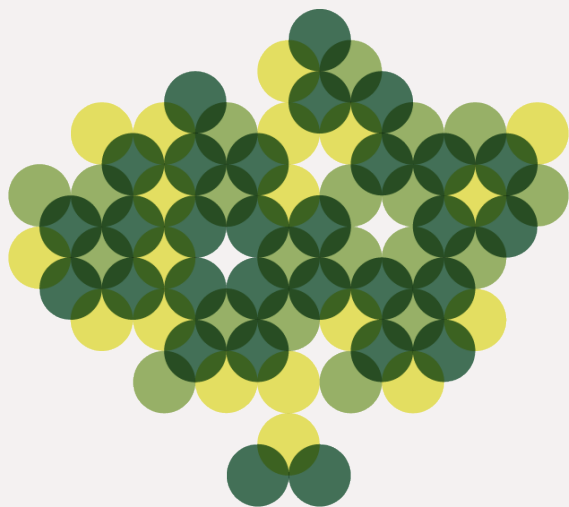


QuintaEsencia



Iniciación

El cuerpo de la formación

*Un año para recordar lo que ya sabes.
Un año para construir el cuerpo que lo sostenga.*



Lo que este espacio es

Iniciación es un espacio de transmisión viva: un año entero de encuentro semanal, práctica sostenida y proceso real, orientado a que lo que se aprende se encarne.

Detrás de este espacio hay más de tres décadas de práctica e investigación de Ferran Pascual y Esther Ballber en las tradiciones de la Cábala, el Taoísmo, la Medicina Tradicional China, el Qigong y la bioenergética. No como estudiosos de un sistema ajeno, sino como viajeros que han integrado esas tradiciones en su propia vida y en el trabajo con cientos de personas.

Lo que se ofrece aquí no es la síntesis teórica de cuatro sistemas. Es la traducción de esos sistemas a experiencia vivida: a un modo de percibir, sentir, relacionarse y habitar el mundo que emerge de la práctica real.

*La transmisión es viva. Y hay un cuerpo
construido con lo aprendido.*



Iniciación dentro del programa

Iniciación es el primer año de un programa formativo de tres años. Los tres años tienen nombre propio:

- **Iniciación – primer año** — la apertura del campo de percepción y el primer contacto con los mapas de conocimiento.
- **Arquitectura Interior – segundo año** — la construcción del cuerpo interno capaz de sostener lo que se ha abierto.
- **Por los senderos del alma – tercer año** — el vínculo consciente entre lo que se ha construido internamente y la vida en el mundo.

Estos tres años no son etapas cerradas que se suceden de forma rígida. Son campos de trabajo que se profundizan progresivamente. Cada año tiene su propio eje y su propia lógica, y al mismo tiempo cada uno prepara el suelo para el siguiente.

● El recorrido de Iniciación

El primer año tiene un recorrido propio que puede describirse como el tránsito de la pecera al océano. La mayoría de las personas llegan a Iniciación viviendo en lo que la tradición podría llamar un mundo cerrado: una realidad construida por el ego, los condicionamientos, los automatismos y la imagen que se tiene de uno mismo. No por negligencia sino por falta de mapa.

El trabajo del primer año consiste en ampliar ese marco de percepción. Los sistemas de conocimiento —la Cábala y la Medicina Tradicional China— funcionan como mapas que permiten ubicar la experiencia de una manera radicalmente nueva. La práctica bioenergética y el Qigong aseguran que esa apertura no se quede en comprensión intelectual sino que se incorpore.

*No venimos a aprender cosas que no sabemos.
Venimos a recordar lo que ya somos y a construir la
estructura interna capaz de sostenerlo.*





LAS DOS RAÍCES

El cuerpo de conocimiento

La Cábala y el Taoísmo.

Iniciación integra dos grandes tradiciones de conocimiento: la Cábala y el Taoísmo. Son las dos raíces del sistema. No son disciplinas yuxtapuestas sino dos ríos que nacen de manantiales distintos y que, en este trabajo, se iluminan mutuamente.

La relación con cada tradición es distinta. De la Cábala se estudia y revela la tradición misma. Del Taoísmo se accede a través de sus expresiones vivas: la Medicina Tradicional China, que se enseña, y el Qigong, que se practica.

Junto a estas raíces, la práctica bioenergética —de origen occidental, desarrollada a mediados del siglo XX— aporta el lenguaje del cuerpo y la emoción desde una perspectiva complementaria.

● **La Cábala – El mapa del ser**

La Cábala es la tradición mística del judaísmo: una transmisión viva, una dimensión esotérica que precede y trasciende cualquier doctrina religiosa. Su símbolo central es el Árbol de la Vida.

● **El Árbol de la Vida y sus diez esferas**

El Árbol de la Vida es un símbolo con diez esferas (sefirot) que comunica lo más trascendente con lo más físico. Cada esfera representa un aspecto del ser humano y de la realidad: desde Kéter —la corona, el principio de ser puro, lo que antecede a toda forma— hasta Maljut —el plano físico que contiene un doble reverso. Es a la vez materia formada y materia prima, como el yin y el yang. En lo más profundo de la materia física se revela el sostén —la luz oculta.

El trabajo a lo largo del año consiste en ir danzando por estas diez esferas, reconociendo en cada una algo que ya habita en el propio interior.

Las diez esferas se organizan en tres grandes triadas que corresponden a tres niveles de funcionamiento del ser humano:

- **La triada inferior (Maljut, Yesod, Hod, Netzaj)** — el mundo de la psique, las emociones, los pensamientos y la imagen que tenemos de nosotros mismos.
- **La triada media (Tiféret, Guevurá, Jesed)** — el mundo del corazón, del ser que emerge más allá del ego psicológico.
- **La triada superior (Biná, Jojmá, Kéter)** — el mundo de la conciencia creadora, de la sabiduría y del principio de ser.

● **Los mundos y los niveles del alma**

La Cábala describe cuatro mundos como niveles de manifestación de la realidad, desde lo más sutil a lo más denso:

- **Atzilut (Emanación)** — el mundo de las posibilidades puras, de la potencialidad. Lo que todavía no ha tomado forma pero ya es.
- **Briá (Creación)** — el mundo de la creación. La capacidad de que emerja algo que antes no existía. El nivel en que la conciencia se sabe creativa.
- **Yetzirá (Formación)** — el mundo psíquico-emocional. El espacio interno donde se da forma a la realidad antes de que se materialice.

- **Asiyá (Acción)** — el mundo de la materia, de lo físico, de lo concreto. La manifestación final de todo lo que se ha formado en los niveles anteriores.

Estos cuatro mundos corresponden también a cuatro niveles del alma humana. El trabajo en Iniciación apunta a que el participante pueda reconocer en cuál de estos mundos está habitualmente, y a ampliar su capacidad de moverse con conciencia por todos ellos.

Del mundo de la acción (Asiyá) al mundo de la creatividad (Briá) y al mundo de la inspiración (Atzilut): este es el recorrido del viaje que la formación propone.

LA OTRA RAÍZ



El cuerpo vivo

La Medicina Tradicional China.

El Taoísmo es la gran tradición filosófica de China. Su visión del ser humano como campo energético vivo, en constante diálogo con el mundo que habita, es el suelo del que nacen los dos sistemas que se trabajan en Iniciación: la Medicina Tradicional China, que se enseña, y el Qigong, que se practica.

● Yin y Yang – La danza de las polaridades

El Yin y el Yang son los dos principios fundamentales de toda la cosmovisión taoísta. No son opuestos que se excluyen: son polaridades complementarias que se generan mutuamente. Cada fenómeno de la realidad —incluyendo cada aspecto del carácter humano, de las emociones, de las relaciones— puede entenderse como un baile entre estas dos fuerzas. Aprender a reconocer el Yin y el Yang en la propia vida es aprender a no pelear con la realidad sino a leer su ritmo.

● La teoría de los cinco elementos

Los cinco elementos (Madera, Fuego, Tierra, Metal, Agua) son cinco patrones de movimiento y transformación de la energía que se encuentran en la naturaleza y en el ser humano. Cada elemento corresponde a un sistema de órganos, a una emoción básica, a una estación del año, a un modo de relacionarse con el mundo.

En Iniciación se trabaja cada elemento como un espejo en el que reconocer aspectos de uno mismo. No para catalogarse en un tipo sino para ampliar la comprensión de los propios movimientos internos.

● Los órganos y sus dimensiones espirituales

Desde la perspectiva de la Medicina Tradicional China, los órganos físicos no son solo mecanismos biológicos. Cada órgano sostiene una función energética, emocional y espiritual específica. El hígado y la voluntad de dirección. El corazón y la

conciencia del ser. El bazo y la capacidad de sostener. Los pulmones y la capacidad de soltar. Los riñones y la fuerza ancestral.

Trabajar con los órganos en este nivel es reconocer que nuestro cuerpo es un cuerpo de conciencia: que todo el recorrido que propone la formación está, literalmente, inscrito en nuestra biología.





CUERPO

Las prácticas

El cuerpo como campo de integración.

El conocimiento que se trabaja en Iniciación no está pensado para quedarse como información. La propuesta es que todo lo que se aprende se viva en el cuerpo, se integre en la experiencia real. Para esto existen las prácticas.

Las dos raíces se llevan al cuerpo por la misma vía: la bioenergética y el Qigong. Lo que la Cábala mapea y lo que la MTC describe se vuelve experiencia incorporada a través de estas prácticas. No las ilustran — las encarnan.

● **La bioenergética – Integrar lo que se ha abierto**

La bioenergética es el trabajo que integra cuerpo, energía, vibración, emoción, corazón, creatividad, mente, sensibilidad y trascendencia. Desarrollada en Occidente a mediados del siglo XX, aporta a la formación el lenguaje del cuerpo y de la emoción desde una perspectiva que dialoga con los mapas orientales sin confundirse con ellos.

En Iniciación, la práctica bioenergética no es una actividad separada del estudio de la Cábala y el Taoísmo: es el espacio donde todo lo que se aprende se vive, se siente, se incorpora. Cada sesión incide en una dimensión diferente —la física, la energética, la emocional— y siempre desde el trasfondo de lo que se ha trabajado en el mapa de conocimiento.

Sin la bioenergética, el conocimiento puede quedarse como un mapa hermoso que nunca se recorre. Sin el mapa, la experiencia corporal puede quedar sin lenguaje que la integre y la oriente.

● **El Qigong – Construir el cuerpo interior**

El Qigong taoísta es la práctica de cultivo de la energía vital (Chi). En Iniciación se trabaja como práctica corporal de lo que las dos raíces describen: si el Árbol de la Vida y los mapas de la MTC ofrecen los mapas, el Qigong ofrece la práctica concreta de construcción del cuerpo interno que esos mapas señalan.

La práctica regular de Qigong —junto con las prácticas bioenergéticas— es lo que permite que los estados de apertura que se viven en los encuentros no se cierren a los dos o tres días, sino que vayan construyendo una estructura interna nueva, progresivamente más sólida y disponible.

● **Los trabajos simbólicos y los ritos de paso**

A lo largo del año, y especialmente en los sábados intensivos, se trabaja con el lenguaje de los símbolos y con estructuras rituales que permiten que los procesos internos tomen forma y sean reconocidos por el grupo como testigo.

Los ritos de paso son momentos en que se marca conscientemente un umbral: se reconoce que algo ha terminado y que algo nuevo comienza. En la vida moderna hemos perdido casi

por completo estos espacios de marcación simbólica de los umbrales vitales. La formación los recupera, porque saber que se ha cruzado un umbral —y haberlo cruzado con testigos— es cualitativamente diferente a haberlo cruzado sin saberlo o en soledad.

● **El trabajo emocional y psicológico**

En Iniciación el territorio emocional y psicológico se atraviesa, pero no se trabaja como psicoterapia. El mapa del Árbol de la Vida y la Medicina China ofrecen marcos que permiten relacionarse con la propia psique de una manera nueva: no para resolver síntomas ni para «arreglarse», sino para ver que detrás de cada nudo emocional hay un orden más profundo que quiere ser comprendido.

El trabajo en grupo —con el apoyo de los acompañamientos individuales cuando es necesario— crea un campo de seguridad donde este territorio puede ser transitado. El grupo no es el decorado del proceso: es parte esencial de él.

● **La danza con la energía – Movimiento y expresión**

En algunas sesiones el trabajo toma la forma del movimiento libre, la danza o la expresión creativa: un modo de que la energía que se ha movilizado encuentre su cauce. La tradición cabalística habla de que la emoción es vibración que permite que una idea se manifieste: el movimiento es la forma más directa de dar cuerpo a esa vibración.



Una nueva percepción

Del hacer al ser.

Uno de los efectos más nombrados por quienes han pasado por Iniciación es la ampliación del campo de percepción. No como experiencia mística puntual, sino como un cambio progresivo y sostenido en la forma de leer la realidad: las relaciones, el cuerpo, los síntomas, los ciclos, los conflictos. Lo que antes era ruido empieza a tener un orden. Lo que antes era obstáculo empieza a ser información.

● El recorrido del año – Del hacer al ser

Si hay un eje que atraviesa toda la formación es el tránsito entre distintos modos de habitar la existencia. No como un camino lineal de «menos a más» sino como una ampliación progresiva de la propia conciencia de lo que se es.

La Cábala describe este tránsito a través de los cuatro mundos:

- **Asiyá – el mundo del hacer** — la acción, la eficiencia, el logro. Un modo de vida completamente legítimo y necesario, pero insuficiente cuando es el único disponible.
- **Yetzirá – el mundo de la formación** — la apertura a la propia psique, a las emociones, a la vida interior. El primer gran trabajo de la formación.

- **Briá — el mundo de la creatividad** — la conciencia de que la realidad no está dada sino que se co-crea. El descubrimiento del ser creativo.
- **Atzilut — el mundo de la inspiración** — no como experiencia excepcional sino como dimensión disponible.

Este recorrido no se hace de una vez ni de forma definitiva. Es un proceso que requiere tiempo, práctica y comunidad. La formación crea las condiciones para que ese tránsito sea posible —con rigor, con cuidado y sin atajos.

● **La comunidad como parte del camino**

En Iniciación el grupo no es el decorado del proceso individual: es parte constitutiva de lo que hace posible el proceso. La comunidad es el campo en el que lo que se aprende se ancla en la realidad relacional, donde el individuo puede verse reflejado en el otro y donde la transformación personal tiene testigos.

A lo largo de la historia de las tradiciones de sabiduría, el camino siempre ha requerido una comunidad de viaje. No para diluir lo individual en lo colectivo, sino porque el ser humano solo no puede verse. Necesita al otro como espejo, como sostén, como interlocutor.

La comunidad no es un contenedor para el crecimiento individual. Es el lugar donde la vida misma sucede, a través de la conexión.

● El formato del año

La formación se sostiene en un ritmo continuo: práctica semanal, encuentros intensivos, acompañamientos personales y un espacio comunitario abierto. Cuatro capas que se sostienen entre sí. Iniciación se articula en:

- **Sesiones semanales** — cuarenta semanas de clase online y tutoría. La práctica regular como columna vertebral del proceso. Sin constancia no hay proceso real.
- **Ocho sábados al año en Barcelona** — espacios de inmersión, ritual y síntesis donde se integra lo trabajado en las sesiones semanales.
- **Acompañamientos individuales** — disponibles para quien necesite trabajar aspectos específicos del proceso en un espacio más íntimo.
- **Comunidad Circle** — la plataforma de continuidad entre encuentros, donde el proceso tiene espacio más allá de las sesiones.





QuintaEsencia

*Para quienes ya no separan
lo que viven de lo que aprenden.*