



FORMACIÓN EN

# CUENCOS CANTORES

DEL HIMALAYA  
(TIBETANOS)

DE CRISTAL DE  
CUARZO

NIVELES I-II-III

Jhebara Das

espacioparaelyoga  
ESCUELA PROFESIONAL DE YOGA

SONIDOS DE AQUARIO

## Una Formación Completa en Cuencos Cantores del Himalaya y de Cristal de Cuarzo

¡Bendiciones sonoras! Mi nombre es **Jhebara Das**, y me gustaría aprovechar este espacio para informarlos acerca de esta completa Formación sobre Cuencos Cantores que va a tener lugar en el centro Espacio para el Yoga durante los meses de mayo, junio y julio del año 2023.

Cada vez más son las personas interesadas en profundizar en el sonido como un camino para sanar nuestra alma, expandir nuestra conciencia y conectar con nuestra propia Divinidad. Especialmente, el sonido de los cuencos cantores lleva fascinando desde hace ya mucho tiempo a la Humanidad por su capacidad para relajarnos, equilibrarnos e inducirnos a un estado de armonía, quietud y felicidad. Estos maravillosos instrumentos actúan a un nivel tanto físico como espiritual, calmando nuestra mente, limpiando nuestro cuerpo energético, aliviando tensiones y devolviéndonos a nuestro estado primordial de conexión con la Fuente de la que todos procedemos, recordándonos que somos, por encima de todo, vibración, pura Luz encarnada en materia. El sonido de la Gran Campana nos lleva de regreso a Nosotros Mismos.

Esta Formación pone a tu disposición todo el conocimiento atesorado durante varios años de estudio y práctica y te propone un completo acercamiento a la terapia con los cuencos cantores, tanto los del Himalaya como los de cuarzo. El primer módulo estará centrado en la práctica con los cuencos



tibetanos, mientras que en el segundo nos adentraremos en el mundo de los cuencos de cristal, maravillosos instrumentos de la Era de Acuario. El último módulo os ofrecerá la posibilidad de ahondar aún más en las aplicaciones terapéuticas y meditativas de estos sagrados instrumentos. El objetivo es que el alumno tenga una visión clara y definida de las propiedades y características de cada uno de estos dos tipos de cuencos cantores, así como también de las energías que cada uno de ellos moviliza.

De carácter eminentemente práctico y vivencial, esta Formación brindará la posibilidad de aprender algunos protocolos básicos de masaje vibracional y baño sonoro, tanto individual como por parejas, aportando, asimismo, las bases teóricas necesarias para utilizar correctamente ambos instrumentos y comprender su historia y legado. El alumno, al finalizar la Formación, será capaz, por tanto, de incorporar estos mágicos instrumentos de sanación a su propia praxis terapéutica y meditativa.





## ¿A QUIÉN VA DIRIGIDA LA FORMACIÓN?

Esta Formación está dirigida a cualquier persona que esté interesada en el trabajo interior, en las terapias energéticas y holísticas y también en prácticas como el *yoga*, *mindfulness*, *reiki*, *taijiquan* y meditación, así como también en la música, entendida como un camino para el crecimiento espiritual y de conciencia. Muy en particular, está indicada para todos aquellos que sientan interés por las terapias del Sonido, tanto si ya poseen una cierta base en estos instrumentos y desean continuar aprendiendo, como si desean iniciarse en este fascinante universo. No es necesario poseer ningún conocimiento previo de índole musical. Aquellos conceptos que sean necesarios para aprender a utilizar y aplicar correctamente los cuencos cantores serán facilitados y explicados convenientemente durante el mismo.

**¡SI QUIERES INTEGRAR EL SONIDO DE LOS CUENCOS EN TU MODALIDAD TERAPÉUTICA O EN TU VIDA COTIDIANA COMO HERRAMIENTA DE AUTOCONOCIMIENTO Y SANACIÓN, ÉSTA ES TU FORMACIÓN!**



## FECHAS Y HORARIO

El programa está organizado en tres módulos (34,5 horas lectivas en total), los cuales tendrán lugar en las siguientes fechas y con el siguiente horario:



- Sábado de 10:00 a 14:00 y 16:00 a 20:00;
- Domingo de 10:30 a 14:00.

## FORMACIÓN EN CUENCOTERAPIA (TRES MÓDULOS)

| MÓDULO 1: 27-28 mayo                        | MÓDULO 2: 24-25 junio                    | MÓDULO 3: 08-09 julio                 |
|---|--|---------------------------------------|
| INTRODUCCIÓN A LOS CUENCIOS<br>DEL HIMALAYA | INTRODUCCIÓN A LOS CUENCIOS<br>DE CUARZO | NIVEL DE PROFUNDIZACIÓN<br>(AVANZADO) |





## LUGAR

\*ESPACIO PARA EL YOGA

Edificio Torre-Este

Avenida Emilio Lemos 2. Módulo 609 (zona Sevilla Este)

[www.espacioparaelyoga.com](http://www.espacioparaelyoga.com)

## DOSSIER Y DIPLOMA

Recibirás un DOSSIER completo con todos los contenidos cubiertos durante el transcurso de la Formación y también un DIPLOMA de asistencia y aprovechamiento al finalizarla. Si tienes algún cuenco propio te invitamos a que te lo traigas al curso, de lo contrario te ofreceremos todo el asesoramiento necesario para que puedas elegir y comprar alguno. Todos los instrumentos necesarios para las prácticas serán, por supuesto, facilitados durante el transcurso de cada módulo.

## PROGRAMA Y TEMARIO DE LA FORMACIÓN

### MÓDULO 1: Introducción a los Cuencos del Himalaya: Sonidos del *Dharma*

- Historia, origen y leyendas
- Los *tingshas* y la *ghanta*
- Composición y fabricación
- Beneficios y propiedades
- Tipos de cuencos; Cómo elegir nuestro cuenco
- Limpieza y mantenimiento
- Cuencos y *chakras*
- Conectando con el cuenco
- Correcta activación del cuenco. Errores frecuentes en las técnicas de percutido y batido. Alcanzando la sutileza. Escucha activa del cuenco
- Limpieza de espacios
- Aplicación del sonido de los cuencos en meditación. Visualización con los cuencos
- Precauciones de uso. Contraindicaciones

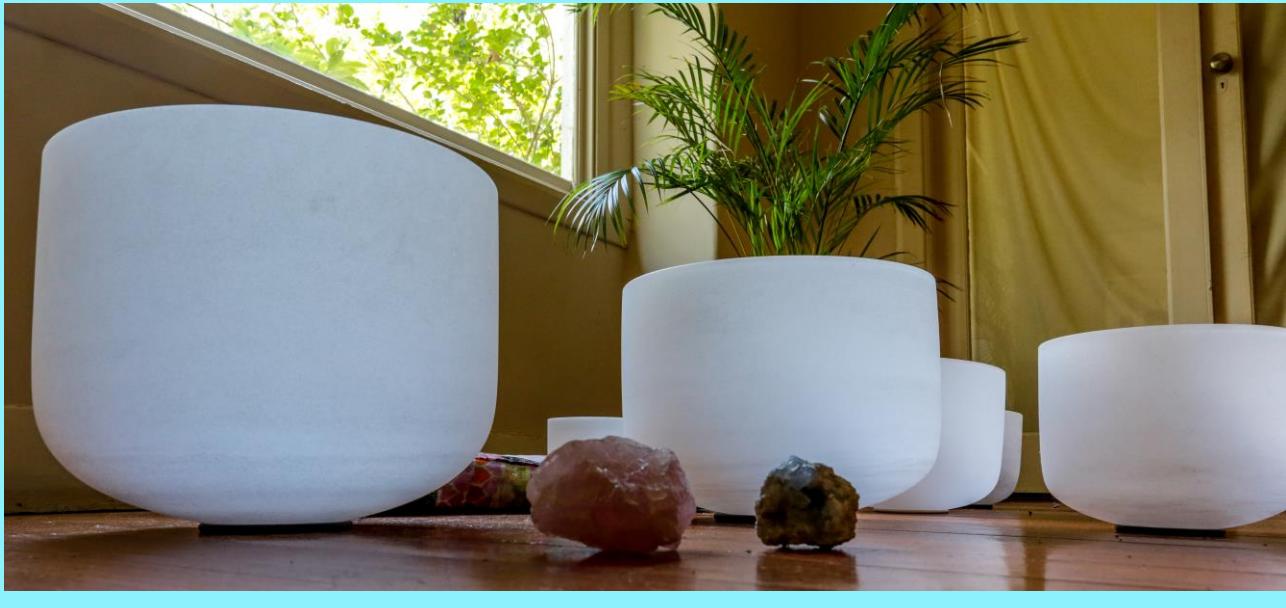


- Conexión con el cuenco a través de la voz: encontrando tu nota hogar; *mantras*
- Aplicaciones terapéuticas de los cuencos I: auto-masaje y equilibrado energético



#### MÓDULO 2: Introducción a los Cuencos de Cristal de Cuarzo: Sonidos de Lemuria

- Propiedades terapéuticas del cuarzo
- Historia y origen de los cuencos de cuarzo
- Fabricación y características
- Tipos de cuencos de cristal según su composición
- Cuencos Alquímicos “Crystal Tones”: una nueva dimensión del sonido
- Limpieza y mantenimiento
- Cómo programar nuestro cuenco
- Como activar el cuenco: técnicas de toque
- Precauciones de uso. Contraindicaciones
- Expandiendo la voz con los cuencos de cuarzo
- Meditación grupal con cuencos de cuarzo
- Aplicaciones terapéuticas de los cuencos de cuarzo: armonización de *chakras* y baño de sonido.
- Uso del agua en la práctica con los cuencos cantores
- ¿440 Hz o 432 Hz? Separando la realidad de la ficción.
- Afinación de los cuencos de cuarzo con agua. Frecuencias Rife.



### **MÓDULO 3: Nivel Avanzado de Profundización**

- Desarrollando el Arte de la Escucha
- La importancia de la Intención en el uso de los cuencos cantores
- Técnicas avanzadas de toque: hacia una mayor sutileza
- Aplicaciones terapéuticas de los cuencos del Himalaya (II): protocolos de masaje vibracional a otra persona con 1 y más cuencos
- Cómo lograr ritmos binaurales con los cuencos para armonizar ambos hemisferios y entrar en un estado de profunda relajación y aquietamiento
- Uso de los intervalos musicales con los cuencos cantores
- Cómo crear sets armónicos con los cuencos cantores
- Mandalas de sonido: la importancia de la disposición de los cuencos
- Creando paisajes de sonido relajantes y armoniosos con los cuencos
- Cómo facilitar sesiones grupales de sanación utilizando cuencos cantores
- Combinando las energías de los cuencos del Himalaya y los cuencos de cuarzo
- Código deontológico del cuencoterapeuta
- Cromoterapia y sonido: correspondencias y aplicaciones terapéuticas
- Prácticas grupales y evaluación.



## METODOLOGÍA

Ofrecer esta formación forma parte de mi proyecto de vida; en resonancia armónica, la metodología empleada es integrativa e intuitiva, holística y amorosa, usando las diferentes técnicas de enseñanza que he ido desarrollando en mi trayectoria pedagógica: el sonido sagrado de los cuencos cantores al servicio de la sanación y el encuentro con el Ser. Desde el amor y el disfrute, viajaremos, soñaremos y aprenderemos juntos, recibiendo las inspiraciones del camino al cual nos hemos comprometido.

## INVERSIÓN

- Matrícula: **30€** (no reembolsable).
- Formación completa: **495€ (165€ por módulo)**.
- **EARLY BIRD:** Aquellas personas que se matriculen en la Formación Completa antes del **15 de abril** tendrán un **10% de descuento** sobre el importe total de la misma.
- Se abonará el **50% (247,50€)** el primer mes en concepto de reserva y el restante **50% en el segundo mes** de la Formación.
- No se realizarán devoluciones de la reserva en el caso de no continuar con la formación.



- Si no se pudiera asistir al tercer módulo, es posible realizarlo en la siguiente convocatoria.
- Existe la posibilidad de realizar los módulos 1 y 2 por separado, en cuyo caso la aportación por módulo será de **175€**. El tercer módulo, sin embargo, no puede realizarse sin haber cursado los dos anteriores.



## RESERVA DE PLAZAS

627 486 261 / [contacto@espacioparaelyoga.com](mailto:contacto@espacioparaelyoga.com) (Miriam)



**SI NECESITAS MÁS INFORMACIÓN O ACLARACIÓN, NO  
DUDES EN CONTACTAR CONMIGO. ESTOY A TU  
DISPOSICIÓN. MI MÁS SINCERO AGRADECIMIENTO POR TU  
CONFIANZA.**



## ACERCA DE MÍ

**Jhebara Das** ([www.sonidosdeaquario.com](http://www.sonidosdeaquario.com)): Estoy formado en Terapias del Sonido por el Instituto de Terapias Energéticas (**Itiee**) de Madrid. Inicié mis estudios de Cuencoterapia en el año 2013 con el Maestro **Antonio Ruiz**. Un año después me formé en cuencos del Himalaya con el Maestro **Pepe Lanau** (*Rincón del Tíbet*), completando los dos primeros niveles de su formación. En el año 2016 tuve el privilegio de poder profundizar en estos mágicos instrumentos del Himalaya gracias a la formación recibida por el Maestro **Rafa Monsonis** en Madrid. Paralelamente, iría descubriendo también la belleza del sonido cristalino de los cuencos de cuarzo. En ese mismo año 2016 conocí al Maestro **Daniel Brower**, que me abrió nuevas puertas en mi camino con estos instrumentos celestiales. Un año después haría la formación completa en cuencos de cuarzo y alquímicos impartida por los Maestros **Xavier Bellón & Sandra Orús** (*Anima Quarz*) en Barcelona. Allí surgió mi amor por los cuencos alquímicos “Crystal Tones”, lo cual me ha llevado a seguir estudiando y ahondando en estos instrumentos de la mano del Maestro **Yantara Jiro** en Londres. Por último, mi iniciación en el Camino del Gong ha sido posible gracias a las enseñanzas del Maestro **Diego Montenegro**, con quien completé la formación de Maestro de Gong, y nuestro Gran Maestro **Don Conreaux** (*Baba Don*).

