

El camino se hace más ligero siempre que en él encuentras una luz, la reconoces, la aceptas y la agradeces. Gracias Sina por iluminar mis sombras.

Marisol Martínez

Gracias, gracias, gracias Sina. El camino que he recorrido y camino cada día con conciencia consciente, es el legado más preciado, hermoso y libre que habita en mi.

Beatriz Pérez

Destaco su dedicación, su entrega incondicional y su forma de trabajar tanto grupal como individual.

Carmen Nájera

Gracias Sina. En estos años a tu lado, me has enseñado a mirar en mi interior, a buscar mi propia identidad con trabajo personal e información facilitada en los cursos y talleres, a volver a disfrutar sobre todo en los viajes, que siempre tengo la sensación de que son cortos. Casi sin darme cuenta he ido transformando mi vida. Por todo ello te doy las gracias.

Elena Benito

En un principio, empecé este curso simplemente por curiosidad al oír lo que me comentaba mi familia que empezó antes que yo. Al principio simplemente no entendía nada, iba a los cursos, pero no comprendía nada de lo que me estaban diciendo, pero a medida que fui continuando, de repente las cosas comenzaron a ir encajando. Cuando esto empezó a pasar me movió mucho, porque comienzas a comprender cómo has llegado a donde estás ahora, por qué has sufrido a lo largo de tu vida cuando “técnicamente” no había grandes motivos para ello. Entendí que las cosas que creía que eran las causas de mi sufrimiento no eran más que las justificaciones que yo mismo había puesto para intentar darle un sentido a todo aquello.

Por ejemplo, desde que soy pequeño me sentí marginado, sentía que no conseguía establecer relaciones de amistad profundas con nadie, no quedaba con amigos... Toda mi infancia y gran parte de mi adolescencia creí que eso era “culpa” mía, que simplemente era que yo no sabía hacer amigos porque era muy diferente, más listo y por eso no podía conectar mucho con los demás. En el curso, me he dado cuenta que eso no era más que una percepción mía, y que ese escudo con el que intenté protegerme de la sensación de soledad era la misma causa de ella, ya que, al quedarme allí, sin darme cuenta actuaba desde el crearme superior a los demás, y eso era lo que me impedía acercarme a ellos.

Este curso no solo me está sirviendo para comprender esta y muchas otras dinámicas negativas en mi vida, sino que además te acompaña en el proceso y no te culpas, porque comprendes que simplemente era la única forma de hacer las cosas que conocías y eras capaz de hacer en ese momento, pero ahora puedes limpiarlo para así no necesitar que se repita.

Además, llega un punto en el que te das cuenta que no vives las cosas como las vivías antes. No solo trabajas cosas del pasado, tu propia percepción en el presente cambia, casi sin que te des cuenta, y de repente cuando te pasa algo que te hace daño, ya no es nadie ni nada que viene a por ti, tampoco estás haciendo nada mal, simplemente te das cuenta que has experimentado eso porque ya estabas herido, y eso se retroalimentaba en esa situación. Darte cuenta de eso no solo te da la oportunidad de cambiarlo, sino que en si mismo ya es un gran alivio, porque gracias a todo lo que has vivido en el curso entiendes por qué estás en esa situación y sabes que tienes las herramientas para limpiarla.

Y efectivamente veo que mi vida ya no es la misma que antes, las cosas que antes me hacían sufrir tanto ahora han bajado mucho de intensidad, y sobretodo lo que a mi más me ayuda es entender porque están ahí. Ahora, con tan solo 18 años me siento preparado para afrontar mi vida, y hacerme responsable de ella, tanto de lo que me gusta como de las situaciones desagradables que vivo, sé que yo las he creado, y ser consciente de ello es lo que me permite parar de repetirlos, y por lo que veo, esto no es para nada una percepción habitual entre las personas de mi edad. Por eso estoy tremendamente agradecido de haber empezado estos cursos, porque sé que gracias a las herramientas que obtengo en ellos me estoy ahorrando una gran cantidad de sufrimiento en la mayor parte de mi vida.

Daniel Brines

Agradezco inmensamente a Sina su saber ser, estar y hacer, su energía, las distintas metodologías y herramientas que utiliza, para que con la práctica personal que he hecho hasta ahora, vea el cambio de liberación de patrones limitantes de como era yo antes, a como soy ahora. Amo más mi mundo interior y el mundo de fuera. Gracias por hacer posible el cambio.

Raquel Tesier

Conocer a Sina me ha permitido mirarme de manera diferente, desde la serenidad, honestidad y responsabilidad. Todo ello lo he ido integrando gracias a sus enseñanzas impartidas en los talleres de crecimiento, donde una gran familia se sienta alrededor de la maestra, compartiendo experiencias, experimentando e integrando conocimiento y creciendo en el mismo camino.

Parte de ese camino de crecimiento personal he ido forjándolo a través de los retiros y viajes, personalmente destacaría los viajes ya que para mí es la culminación de todo un año de trabajo personal al igual que una planta necesita ser trasplantada en un macetero mayor para seguir creciendo y arraigando raíces.

Esos lugares y esos momentos me re-conectan con la pasión, alegría y el gozo por la vida. De todos ellos guardo en mi memoria pequeñas píldoras de agradecimiento, una conversación con Sina, una carcajada de compañeros, el olor y color de un lugar, la mirada de una persona a la que no conoces en un paseo, un trabajo de desarrollo personal que deja impronta en ti, y te marca el lugar, el momento donde conectas, reconoces e integras una nueva sabía.

Son ya casi 10 años formando parte de los talleres de crecimiento personal como alumna, y puedo decir que fue y sigue siendo una de mis mejores decisiones, ya que en estos últimos años veo y siento el cambio en mí, sintiendo un gran agradecimiento y merecimiento del camino realizado.

Aránzazu

El maestro aparece cuando el alumno está preparado. Así fue con Sina, y desde entonces mi camino de crecimiento personal está permanentemente acompañado por este SER desde el mas puro Amor y absoluta generosidad. Gracias, Gracias, Gracias Sina.

Toñi Gutiérrez

Mi camino con Sina comenzó hace 9 años... El universo quiso que nos encontrásemos cuando la vida que pensaba que yo había elegido para mí, se volvió insostenible. De su mano comencé el camino del reconocimiento de mí, saliendo del patrón para ser consciente que para amar hay que ser valiente.

Sina es un ser "mágico". En sus manos me siento en calma, como si me conociese aun mejor que yo misma. Me da herramientas para andar mi propio camino con la seguridad de que ella está a nuestro lado.

Cuando la descubres, te descubres, y sabes que el camino de la consciencia y la gratitud ha comenzado sin vuelta atrás.

Como ella dijo en un momento muy especial de nuestra vida "todo lo que os afecta, no lo veis. Todo lo que os importa, sólo lo sentís"
Eternamente agradecida.

Raquel Sánchez

De Sina solo puedo decir gracias infinitas por hacerme ver la luz siempre, estar conmigo en todo momento y acompañarme en mi camino. An'anasha, an'anasha, an'anasha.

Carlota Claver

Hace ya unos cuantos años que inicié los cursos. Al principio era todo incertidumbre pero tenía la certeza que algo tenía que hacer. Con el tiempo he ido descubriendo que nosotros somos los responsables de nuestra felicidad, de nuestros enfados,de todas aquellas piedras que nos encontramos en el camino, y con ello consigo que la vivencia de mis experiencias se vaya transformando, tengo otra visión de mi misma y por supuesto de los seres que me rodean, aun cuando queda mucho por hacer. Cada curso es un regalo y doy gracias por ello.

Gracias Sina, por tu paciencia, por tu dedicación y por tu humildad.

Begoña Casanova

En el año 2019 me detectaron un cáncer de tiroides. A raíz de la enfermedad, necesitaba buscar algo para curar mi alma. Gracias a Toni Brines que me envió un mensaje en el cual se iba a dar un curso de "Escuela de Felicidad Consciente" pude comprobar que cuando buscas, viene a ti lo que buscas. Gracias a todas estas circunstancias hice el curso y estoy MUY AGRADECIDA. A Sina, por despertar en mí muchas sensaciones, sentimientos en muchos sentidos, por ayudarnos a todos a saber realmente qué es la Felicidad Consciente, el crecimiento personal, a reír, a profundizar, a amar de verdad, a tener más consciencia, a aprender del dolor, a no controlar, a que la vida son experiencias. En resumen, a mí Sina me da muchas herramientas para despertar y poder hacer más fácil mi camino de crecimiento personal.

Inma Barcala

Gratitud infinita a Sina por ser un faro de luz y amor en nuestros caminos.

Catalina Gómez

Una maestra que con amor me va dando herramientas que puedo ir poniendo en práctica, para que mi maleta se vaya aligerando. Como adolescente en este mundo eternamente cambiante muchas veces me he sentido perdida. Conocí a Sina en un momento de mi vida con un gran nivel de estrés y una muy baja autoestima. Ella no se ha convertido únicamente en mi maestra, sino en una compañera en este camino de crecimiento personal y sanación.

Una mestra que amb amor em va donant eines que puc anar posant en pràctica perquè la meva maleta es vagi alleugerint. Com adolescent en aquest món eternament canviant moltes vegades m'he sentit perduda. Vaig conèixer a Sina en un moment de la meva vida amb un gran nivell d'estrès i una molt baixa autoestima. Ella no s'ha convertit únicament en la meva mestra, sinó en una companya en aquest camí de creixement personal i sanació.

Marta Brines

Sina me ha dado respuestas a dudas que tenía hace tiempo. Es clara, contundente y habla sin rodeos. Al final de cada curso vuelvo a casa con más energías y con ganas de cambiar y seguir sus consejos. Gracias a la Programación Neuro Lingüística me ayudó a que desapareciera un dolor que tenía hace un año y que estaba relacionado con un estado emocional presente en aquel momento. ¡Gracias Sina!

Sina mi ha dato risposte chiare ai dubbi che avevo. È schietta, sincera e senza peli sulla lingua. Alla fine di ogni suo corso torno a casa piú carica di prima e con voglia di cambiare e seguire i suoi consigli. Grazie alla Programmazione Neuro Linguistica mi ha aiutata a far sparire un dolore che ormai avevo da un anno e che era strettamente collegato ad un mio stato emozionale presente in quel momento. Grazie Sina!

Serena Tarallo

Un trabajo de crecimiento personal que muy felizmente comparto con mis hijos. Desde la gratitud y la confianza en la vida, Sina nos ayuda a descubrir los patrones inconscientes que nos impiden recuperar la alegría natural de vivir. El sentido del humor y el respeto por el ritmo de cada uno son claves en este proceso.

Un treball de creixement personal que feliçment puc compartir amb els meus fills. Des de la gratitud i la confiança en la vida, na Sina ens ajuda a descobrir els patrons inconscients que ens impedeixen recuperar l'alegria natural de viure. El sentit de l'humor i el respecte pel ritme de cadascu són claus en aquest procés.

Isabel Martorell