

## Miriam Subirana 'Coach', escritora y pintora

**María José Guzmán**

**-En tiempos de crisis, el coaching, la meditación y el desarrollo personal ¿ayudan?**

-La actual crisis es más que una crisis económica o de valores. Hemos creado una burbuja y cuando ésta se deshace vemos que está construida en base a unas creencias falsas. Ésta es una sociedad construida por el ego, la ira, el miedo y la avaricia, cuatro fuerzas negativas.

**-Pero esas fuerzas siempre han existido. ¿Por qué la situación ahora es más grave?**

-Se ha agravado mucho porque sale a la luz lo que los gobiernos intentan esconder.

**-¿Qué es?**

-Se intenta dar una aparien-

**“Ésta es una sociedad construida por el ego, la ira, el miedo y la avaricia, cuatro fuerzas negativas”**

cia de seguridad, de bienestar social y estamos destrozando el planeta. El dinero no es ninguna seguridad.

**-¿Cree que ésta no es la sociedad del bienestar?**

-No. La segunda causa de baja laboral es la ansiedad y la angustia. Hay mucho absentismo laboral por motivos físicos y psíquicos.

**-¿La sociedad está enferma?**

-Sí, porque se ha alejado mucho de la autenticidad.

**-¿Y cuál es la auténtica?**

-Hay que remontarse a unos cuantos miles de años. En la India en una época existió un reino sin sufrimiento. En todas las tradiciones religiosas se recuerda la existencia del paraíso. En el subconsciente de todos está una sociedad donde hay respeto, consideración, donde nos entendemos sin tener que explicar las cosas cien veces...  
**-Eso suena a leyenda.**

-El paraíso no es una leyen-

# “El alma está desnutrida y eso tiene que ver con el origen de la crisis actual”



## Una artista de la vida

● Catalana de Barcelona, la primera vez que pisó Andalucía fue en Semana Santa, cuando era una niña y vino con su familia a ver estas fiestas de Sevilla. Dice que los andaluces son gente sencilla y generosa, dos valores importantes y que ella persigue desde su adolescencia. Se define como una “artista de la vida que ama a los demás”. Su formación tiene que ver con la India, la meditación y el yoga pero también con los grupos de teatro, su participación en películas y sus estudios de música. Es doctora por la Universidad de Barcelona, conferenciante, profesora, coach, pintora y escritora. Se ha formado en meditación durante 22 años y es ahora presidenta de la Asociación Brahma Kumaris en España. Estos días promociona su último libro en Andalucía: *Creatividad para reinventar tu vida* (RBA). Una teoría que ella pone en práctica.

da. Si sólo se hablara de él en la Biblia podría serlo, pero encontramos textos en China, en Australia, en África... Hay un paraíso perdido.

**-¿No queda ningún reflejo de él en la sociedad actual?**

-Creo que no. La India es un país, como todos, con mucha corrupción. No obstante, es el único país del mundo que ha sido invadido por grupos de todas las tradiciones y todas ellas conviven en armonía: musulmanes, budistas,

cristianos... Pero no hay destellos del paraíso porque la tierra está gastada y no dejamos que se recupere. En la India muchos agricultores se han suicidado porque las semillas transgénicas no han dado fruto.

**-¿Es sólo un desgaste físico?**

-No. Las almas están desnutridas. Nos hemos quedado con un vacío que intentamos llenar con estímulos materiales, todo eso está en el origen de la actual crisis.

**-¿El dinero nos hace ser más libres?**

-Nos hace más esclavos, es un camino equivocado.

**-¿Usted cuándo se dio cuenta de todo esto?**

-De pequeña. Me preguntaba si podría estar con Dios y por qué había pobres y ricos. Busqué respuestas por distintos sitios.

**-¿Las encontró?**

-Sí. Meditando. En el silencio se encuentran las claves. Con 20 años empecé en la

Asociación Brahma Kumaris. Aquí he podido trabajar con gente de diferentes tradiciones y creencias y he adquirido disciplina para meditar cada mañana y canalizar bien mi energía.

**-¿Su tradición es cristiana?**

-Sí, tuve una educación cristiana muy buena y abierta y estoy muy agradecida. Pero la Iglesia intenta imponer, forzar... Y mi desarrollo personal me pide libertad. Me quedo con el mensaje de Cristo de amor y fraternidad, de perdón y compasión... El problema es que todo esto se queda en la teoría.

**-¿El coaching ayuda a poner esos valores en práctica?**

-Sí, se puede ayudar mucho. Es un acompañamiento para que la persona se comprometa a realizar los cambios necesarios en su vida.

**-Enseñar a ver lo positivo.**

-Sí, ésa es una manera de mantenerse en el agradecimiento, de abandonar la cultura de la culpa y de la queja.

**-El coach atiende a las empresas, no sólo a las personas. Es un negocio en alza.**

-Yo necesitaba buscar una fuente de ingresos que estuviera alineada con mis valores y con el trabajo de desarrollo personal. Tengo un centro de creatividad y valores donde ofrecemos coaching personal, de relaciones sociales, de salud...

**-Muchos de los que acuden a su centro serán ejecutivos que mueven hilos del poder y el dinero. ¿Cómo los ve?**

-Me he encontrado con gente con muy buen corazón y me ha sorprendido comprobar que son gente muy responsable y que se toman el trabajo muy a pecho. Los juzgamos sin saber.

**-¿Cuál es su problema?**

-Pierden la armonía. Hipócrates decía que la enfermedad no es más que la pérdida de armonía.

**-¿Y eso tiene cura?**

-Hay que aprender a ir de la cabeza al corazón y del corazón al espíritu.

## Palmas



### Eduardo Lancha

PRESIDENTE DE LOS EMPRESARIOS DEL ALJARAFE

● La asociación que preside ha dado ya los primeros pasos para que las empresas constructoras de la comarca se reconviertan al sector de las energías renovables, en alza, y puedan así superar la crisis del ladrillo.

## y pitos



### Clara Aguilera

CONSEJERA DE AGRICULTURA

● El Ayuntamiento de Isla Mayor ha tenido que contratar con sus propios medios una campaña de fumigaciones aéreas sobre el entorno del municipio para combatir la plaga de mosquitos ante la falta de comunicación y de una respuesta eficaz por parte de la Junta.

A todos nos gusta soñar.  
Pero un **Saabista**  
prefiere vivir su sueño.



Edición Limitada  
**Saab Dreams**  
**25.000€**

**4** años de garantía  
años de asistencia  
en carretera

Be a **saabist.es**

PVP sin promoción: 30.705 € en PyB para Saab 9-3 SS LS.TID 150 CV con bluetooth incluido en el precio ofertado. Hasta fin de existencias. Gastos de matriculación no incluidos. El modelo no corresponde al visualizado. Descuento promocional incluido. Consumo mixto desde 5,7 l/100km. Emisiones CO<sub>2</sub>: 151 gr/km. Garantía: 2 años de garantía de fabricante, más 2 años de garantía comercial adicional sin límite de kilometraje. Consulte condiciones de aplicación en su Distribuidor Oficial.

**SAAB**  
move your mind™

**DIVISA**  
Ramón Carande, 7. Sevilla. Tel. 954 540 534  
C/ Jardín de la Isla, 4. Sevilla. Tel. 954 689 200

**RED SAAB DE SEVILLA**

**SUAUTO**  
Pol. Ctra. Amarilla - Avda. Fdez. Murube, 34  
Dos Hermanas. Tel. 954 998 340