

MEMORIA DE ACTIVIDADES

**ASOCIACIÓN ESPIRITUAL
MUNDIAL BRAHMA KUMARIS**

España 2020



BRAHMA KUMARIS
ASOCIACIÓN ESPIRITUAL MUNDIAL



ÍNDICE

2.	IDENTIFICACIÓN DE LA ENTIDAD	4
3.	SOCIOS - SIMPATIZANTES.....	10
4.	USUARIOS	11
5.	MEDIOS PERSONALES	12
6.	LOCALES.....	13
7.	SERVICIOS	16
8.	PROGRAMAS Y ACTIVIDADES DURANTE 2020.....	17
8.1.	FORMACIÓN PARA EL AUTOCONOCIMIENTO, EL DESARROLLO PERSONAL Y LA APLICACIÓN DE VALORES.....	17
8.2.	POTENCIACIÓN DEL DIÁLOGO INTERRELIGIOSO E INTERCULTURAL.....	48
8.3.	AYUDA AL DESARROLLO, A PROGRAMAS POR LA PAZ Y LA COOPERACIÓN	55
8.4.	PROMOCIÓN E INVESTIGACIÓN DE LA APLICACIÓN DE VALORES EN EL ÁMBITO DE LA SALUD	60
8.5.	APOYO A LA INTEGRACIÓN SOCIAL Y LA DIGNIDAD DE PERSONAS CON RIESGO DE EXCLUSIÓN SOCIAL.....	62
8.6.	DESARROLLO, ADAPTACIÓN Y DIFUSIÓN DE MATERIALES EDUCATIVOS PARA LA APLICACIÓN DE VALORES.	63
8.7.	PRESENCIA EN MEDIOS DE COMUNICACIÓN	65

2. IDENTIFICACIÓN DE LA ENTIDAD

Domicilio social:	Porta 9
Municipio:	Barcelona
Código postal:	08016
Provincia:	Barcelona
Teléfonos:	93 4877667
E-mail:	barcelona@es.brahmakumaris.org
Web nacional:	www.brahmakumaris.es
Web internacional:	www.brahmakumaris.org
CIF de la AEMBK:	G58967761

La Asociación Brahma Kumaris en España forma parte de o está inscrita en:

A nivel estatal

Registro de asociaciones:

- ◆ Registro de Asociaciones No Políticas del Ministerio del Interior de España, con el número 67.318 en la Sección Primera desde el 5 de junio de 1986.

Andalucía

Registro de asociaciones:

- ◆ Registro Municipal de Asociaciones del Ayuntamiento de Almería, inscrita con el número 1053 del tipo A.S. (Asociación Social) desde el año 2014.
- ◆ Registro Municipal de Asociaciones nº 1305/2006 Córdoba.
- ◆ Registro Municipal de Asociaciones nº 847. Granada, desde 2003.
- ◆ Registro Municipal de Asociaciones y Entidades del Ayuntamiento de Málaga, desde 1995.
- ◆ Registro Municipal de Asociaciones del Ayuntamiento de Sevilla, inscrita con el número 449/C.A., tomo V, libro 45, folio 91, desde el año 1995.

Federaciones y coordinadoras:

- ◆ Miembro de la Coordinadora Andaluza de Organizaciones No Gubernamentales para el Desarrollo.



Diálogo interreligioso:

- ◆ Miembro del Foro de Ecología y Espiritualidad en Granada, formando parte de la vocalía desde su fundación en 2008.
- ◆ Miembro de las Redes "Religiones y espiritualidades por la convivencia" y Red "de Ecología y Espiritualidad" en Granada, (en proceso de constitución).
- ◆ Entidad Miembro y Co-fundadora del Movimiento Interreligioso de Sevilla desde enero de 2008.
- ◆ Miembro de la Red del Foro Social Español de Espiritualidades y Éticas de Sevilla.

Aragón

- ◆ Registro Autonómico nº 97-Z-0419-2006 en la Dirección General de Interior del Gobierno de Aragón con fecha 8 de agosto de 2006.
- ◆ Censo Municipal de Entidades Ciudadanas con el nº 2839 en el Ayuntamiento de Zaragoza con fecha 2 de febrero de 2007.

Baleares

Diálogo interreligioso:

- ◆ Miembro de pleno derecho del Grupo de Diálogo Interreligioso de Palma de Mallorca.

Canarias

Registro de asociaciones:

- ◆ Registro Municipal de Entidades y Asociaciones Ciudadanas del Ayuntamiento de Las Palmas de Gran Canaria, con el número 371, desde el año 2000.
- ◆ Registro Municipal de Entidades Ciudadanas del Ayuntamiento de Santa Cruz de Tenerife con el nº 201 desde 1995.

Diálogo interreligioso:

- ◆ Miembro de la plataforma interreligiosa Encuentro de Caminantes, de Las Palmas.

Cataluña

Registro de asociaciones:



- ◆ Registro de Asociaciones de la Dirección General de Derecho y Entidades Jurídicas de la Generalitat de Cataluña, figura con el número 8336 de la Sección Primera, desde 5 de junio de 1986.
- ◆ Registro Municipal de Entidades Ciudadanas del Ayuntamiento de Girona con el nº EC2222 desde el 23 de diciembre de 2010.
- ◆ Registro Municipal de Entidades Ciudadanas del Ayuntamiento de L'Hospitalet de Llobregat con el nº 1200 desde el 27 de noviembre de 2017.
- ◆ Registro Municipal de Asociaciones del Ayuntamiento de Lleida, con el nº 385 desde el 3 de mayo de 2005.
- ◆ Registro Municipal del Ayuntamiento de Manresa, Nº 284/01 desde el 5 de febrero de 2002.
- ◆ Registro Municipal de Entidades Ciudadanas del Ayuntamiento de Sabadell, con el nº 689 desde el 4 de julio de 2006.
- ◆ Registro Municipal de Entidades y Asociaciones Ciudadanas del Ayuntamiento de Terrassa, nº 26 desde el 2 de abril de 1988.

Diálogo interreligioso:

- ◆ Miembro de AUDIR, Barcelona.
- ◆ Miembro de pleno derecho del Grupo de Diálogo Interreligioso de Manresa.
- ◆ Miembro de pleno derecho del Grupo de Diálogo Interreligioso de Sabadell. Alfred Matarín, es tesorero de la Junta Directiva.
- ◆ Miembro de la Asociación de Amigos de UNESCO, de Lleida. Rafael Llobet, miembro del equipo de coordinación de Brahma Kumaris en Lleida, ha sido el tesorero de dicha Asociación y, desde junio de 2017, es vicepresidente.

Comunidad Autónoma de Madrid

Diálogo interreligioso:

- ◆ Miembro de la Asociación para el Diálogo Interreligioso de la Comunidad de Madrid (ADIM).

Comunidad Valenciana

Registro de asociaciones:

- ◆ Inscripción en la Sección Cuarta del Registro Autonómico de Asociaciones de la Generalitat Valenciana como Entidad de Voluntariado, con el número CV-04-037625-V. Desde el 3/12/2004.



- ◆ Inscripción en el Registro Municipal de Entidades Vecinales del Ayuntamiento de Valencia con el número 746 R. Desde el 21/10/2004.

Diálogo interreligioso:

- ◆ Forma parte como entidad fundacional de la Asociación Interreligiosa de Mujeres "Sophia", Valencia.
- ◆ Forma parte del grupo interreligioso e intercultural ESPAI VERT, Valencia.
- ◆ Forma parte del Foro Interreligioso Internacional Transcendence (FIIT) desde el 19 de febrero de 2020, Valencia.
- ◆ Forma parte de la Mesa Interreligiosa de Alicante.

Fines de la Asociación

- A Ofrecer una educación basada en principios y valores éticos y espirituales a cualquier persona interesada a fin de reafirmar la identidad espiritual, la bondad inherente, la dignidad y el valor del ser humano y fomentar un espíritu de hermandad.
- B Ofrecer una educación que propicie un desarrollo sostenible a largo plazo centrado en el ser humano, una perspectiva ética y espiritual de los temas contemporáneos de índole personal, comunitaria y global, y una mayor conciencia de los correspondientes derechos y responsabilidades.
- C Enseñar la meditación Raja Yoga y métodos relacionados de crecimiento personal, auto-gestión y pensamiento positivo para la mejora de: las habilidades personales, artes y talentos, y mayores niveles de logros y calidad en la vida personal, profesional y pública. Y para fomentar una comprensión más profunda del lugar y propósito de la persona dentro del contexto más amplio de la vida.
- D Llevar a cabo un cambio de conciencia, actitud y comportamiento como base para el avance y mejora globales de la condición humana en todo el mundo.
- E Contribuir al diálogo intercultural e interreligioso colaborando con otras entidades, organizaciones, y plataformas en la organización de programas, eventos y actividades para fomentar el entendimiento entre culturas y creencias. Favorecer el desarrollo de un espíritu de unidad en la diversidad, y de respeto mutuo para promover un mejor entendimiento de y en la familia humana global.



- F Colaborar con organismos internacionales, gobiernos y autoridades constituidas legalmente, así como con organizaciones públicas y colectivos nacionales o regionales de países en vías de desarrollo mediante programas de Educación y de Cooperación para el Desarrollo. Elaborará informes, suministrará información y mantendrá relaciones con personas u organizaciones sobre cualquier tema que pueda favorecer la paz internacional.
- G Promover e investigar las diferentes posibilidades de aplicación de los valores en los diferentes ámbitos profesionales, sociales y educativos para el desarrollo de una sociedad más justa y pacífica, en la que se respeten los derechos humanos, y se difunda la cooperación y el entendimiento. Para este fin la Asociación promoverá la educación en valores.
- H Colaborar en programas de ayuda coordinados por Brahma Kumaris India en caso de desastres naturales y de cualquier otra índole, para la ayuda humanitaria en países en vías de desarrollo como India. Asimismo recogerá fondos para colaborar con el Global Hospital and Research Centre, situado en Mount Abu-Rajasthan y Bombay, India; así como colaboraciones con sus programas educativos y de ayuda al desarrollo. La Asociación colaborará asimismo con proyectos internacionales de Brahma Kumaris que promuevan sus mismos objetivos en Europa, Hispanoamérica, y otros países del mundo.
- I Apoyar a personas y colectivos a reconocer y desarrollar su dignidad y facilitarles su integración en la sociedad, para ello trabajará con minorías desfavorecidas como inmigrantes, personas con riesgo de exclusión social, drogadictos, marginados sociales, familiares de disminuidos psíquicos, en prisiones, y otras áreas de interés social.
- J Cooperar con personas, movimientos, entidades y organismos que estén vinculados con los jóvenes y la educación en valores. Impulsará y desarrollará actividades e iniciativas, campañas y proyectos que aspiren a motivar a los jóvenes a aplicar los valores. Y participará en foros, encuentros, exposiciones y otras actividades que potencien la participación de la juventud en la sociedad.
- K Desarrollar todas sus actividades con un espíritu de hermandad entre todos sus miembros.

La Asociación ofrece apoyo y soporte a los países de habla hispana en la edición y producción de publicaciones destinadas a cursos y actividades. Colabora especialmente con los países de Latinoamérica y más concretamente con: Argentina, Bolivia, Brasil, Chile, Colombia,



Costa Rica, Ecuador, El Salvador, Guatemala, México, Panamá, Paraguay, Perú, Uruguay y Venezuela.

Ámbito territorial de actuación: La Asociación desarrolla sus programas y actividades en toda España, y tiene delegaciones y subdelegaciones en Alicante, Almería, Barcelona, Bilbao, Córdoba, Granada, L'Hospitalet de Llobregat, Las Palmas de Gran Canaria, Lleida, Málaga, Madrid, Palma de Mallorca, Santa Cruz de Tenerife, Sevilla y Valencia.



3. SOCIOS - SIMPATIZANTES

Nº total de socios: 649

Nº total de socios de número: 54

Nº total de personas físicas asociadas: 658

Nº de Asociaciones integradas: Ninguna

Nº de entidades mercantiles asociadas: Ninguna

Nº de instituciones públicas asociadas: Ninguna

4. USUARIOS

Características de los usuarios de las actividades de la Entidad:

Los ámbitos temáticos y de actividades de Brahma Kumaris no van dirigidos a un usuario medio específico. Las actividades que lleva a cabo la AEMBK son de carácter general y van dirigidas a todo tipo de personas, sin distinción de género, edad, condición ni ocupación.

Atención que reciben los usuarios:

- 1) Información periódica, si así lo han solicitado, de las actividades y programas que realiza la Asociación Brahma Kumaris.
- 2) Atención personalizada en todos los temas relacionados con los cursos y seminarios que ofrece la Asociación.
- 3) Posibilidad de integrarse en algún grupo de investigación relacionado con los temas que trata la Asociación.
- 4) Posibilidad de participación en proyectos internacionales y en programas nacionales.
- 5) Formación en educación en valores y en otros cursos de desarrollo personal (autoestima, superación del estrés, liderazgo, etc.)



5. MEDIOS PERSONALES

1. No hay personal asalariado.

La Asociación Espiritual Mundial Brahma Kumaris desarrolla toda su actuación en base a la colaboración del voluntariado, no hay personal asalariado.

2. No hay personal con contrato de arrendamiento de servicios.

3. Personal voluntario no remunerado:

En España hay 136 voluntarios no remunerados. Los voluntarios que ofrecen su colaboración a la Asociación no tienen características fijas o definidas, ya que la Asociación está abierta a la incorporación de voluntariado mayor de 18 años de edad de cualquier ocupación, condición y proveniente de cualquier ámbito social, siempre y cuando respete los estatutos de la entidad. La Asociación ofrece formación gratuita a sus voluntarios según las tareas o actividades que vayan a realizar.

4. Composición de la Junta Directiva:

- Presidenta: Lourdes Hernández Pérez, de nacionalidad española, mayor de edad, con domicilio en Santa Cruz de Tenerife y con D.N.I. 42.159.867-Q.
- Vicepresidente: Guillermo Simó Kadletz, de nacionalidad española, mayor de edad, con domicilio en Madrid y con D.N.I. nº 37.739.832-Y.
- Tesorera: Marta Matarin Francisco, de nacionalidad española, mayor de edad, con domicilio en Barcelona y con D.N.I. nº 45.467.838-N.
- Secretaria: Ana Isabel Pérez Giménez, de nacionalidad española, mayor de edad, con domicilio en Barcelona y con D.N.I. nº 37.795.520-B.
- Vocal: Idoia del Río Usábel, de nacionalidad española, mayor de edad, con domicilio en Bilbao y con D.N.I. nº 30.585.492-T.

6. LOCALES

1. Lista actualizada de locales de la AEMBK en España:

OFICINA NACIONAL DE COORDINACIÓN

Porta 9
08016 Barcelona
T. 93 4877667
barcelona@es.brahmakumaris.org

DELEGACIONES

Las Palmas de Gran Canaria

Urbanización residencial Reina Mercedes
Bloque 2 local 9 escalera 1
Barranco de la ballena
35012 Las Palmas de Gran Canaria
T. 928 360 564
laspalmas@es.brahmakumaris.org

Madrid

Avenida Pio XII, 51 bajo
28016 Madrid
T. 91 522 94 98
madrid@es.brahmakumaris.org

Sevilla

Beatriz de Suabia, 71
41005 Sevilla
T. 954 563 550
sevilla@es.brahmakumaris.org

Valencia

Hernán Cortés 24, 1º 1ª
46004 Valencia
T. 963 518 181
valencia@es.brahmakumaris.org



SUBDELEGACIONES

Alicante

San Carlos 39, entlo.
03012 Alicante
T. 865 681 695
alicante@es.brahmakumaris.org

Almería

Doctor Giménez Canga Argüelles
N.24, 1ª
04005 Almería
T. 950 952 221
infoalmeria@aembk.org

Barcelona

Diputació 329 baixos
08009 Barcelona
T. 936 764 819
centreinformacio@aembk.org

Córdoba

Abogado Enríquez Barrios 10
14004 Córdoba
T. 666 312 940
cordoba@es.brahmakumaris.org

Granada

José Jiménez Díez, 8. Local G
18007 Granada
T. 958 262 315
granada@es.brahmakumaris.org

L'Hospitalet de Llobregat

Francesc Layret 11, 3-2
08903 L'Hospitalet de Llobregat
(Barcelona)
T. 626 382 308
hospitalet@aembk.org

Lleida

Baró de Maials 51, 1-2
25005 Lleida
T. 659 329 495
lleida@es.brahmakumaris.org

Málaga

Hilera 10, 2-A
29007 Málaga
T. 952 215 145
malaga@es.brahmakumaris.org

Mallorca

Cas Pagès 10, Pòrtol
07141 Marratxí
(Mallorca)
T. 971 418 032
mallorca@es.brahmakumaris.org

Santa Cruz de Tenerife

Suárez Guerra 40, 1-izda.
38002 S/C de Tenerife
T. 922 283 098 – 600 685 156
tenerife@es.brahmakumaris.org

Tenerife Sur

Galicia 8, 2-I
Residencial La Oineda
38660 Torviscas Alto-Adeje
Tenerife Sur
T. 922 283 098 – 600 685 156
tenerife@es.brahmakumaris.org

Se organizan actividades en otras ciudades a través de la coordinación de zonas distribuidas así: Islas Baleares, Cataluña, Zona Centro (Comunidad de Madrid, Castilla y León y Castilla-La Mancha), Levante (Comunidad Valenciana y Región de Murcia), Zona Norte (desde Galicia hasta el País Vasco incluyendo la Comunidad Foral de Navarra), Zona Sur (comprende Andalucía, Extremadura e Islas Canarias).

2. Características de los locales:

Todos los centros disponen de sala o salas de estudio, de formación y de meditación donde se imparten los diferentes cursos, seminarios y conferencias. También disponen de uno o más espacios para desarrollar las tareas administrativas. Algunos disponen también de centro de información.

El centro principal o sede de Barcelona dispone de centro de información, sala de exposiciones y sala de silencio, además de las dependencias mencionadas anteriormente.

7. SERVICIOS

La Asociación Espiritual Mundial Brahma Kumaris es una entidad educativa sin ánimo de lucro cuya principal actividad es:

- El desarrollo y la vivencia de los valores positivos del ser humano.
- La enseñanza y difusión de la meditación y técnicas de desarrollo personal y manejo de las emociones.
- Servicio social espiritual para ayudar a mejorar la calidad de vida de las personas en condiciones desfavorables:
 - Marginados.
 - Personas con enfermedades específicas (depresión, drogadicción...).
 - Internos de centros penitenciarios.
- Servicios de atención específica a los socios que regularmente asisten a las actividades de la asociación: clases, seminarios y talleres para profundizar y mejorar en la aplicación práctica de la meditación y los valores espirituales.
- Servicios y programas según grupos de interés:

Persona y género	{	Personas de edad Jóvenes Mujeres Intergeneracional
Profesiones	{	Empresarios o directivos de organizaciones Artistas Educadores Juristas Personal sanitario
Áreas temáticas	{	Derechos Humanos Cultura de la Paz Diálogo interreligioso Medios de comunicación Ecología ONG's

Esta Asociación tiene como fin el servicio a la sociedad a través de diferentes propuestas y actividades relacionadas con los valores humanos, éticos y espirituales: cursos, seminarios, grupos de trabajo e investigación, diálogos y talleres.

8. PROGRAMAS Y ACTIVIDADES DURANTE 2020

8.1. FORMACIÓN PARA EL AUTOCONOCIMIENTO, EL DESARROLLO PERSONAL Y LA APLICACIÓN DE VALORES

Las actuaciones realizadas durante 2020 en el marco de la actividad 1: FORMACIÓN PARA EL AUTOCONOCIMIENTO, EL DESARROLLO PERSONAL Y LA APLICACIÓN DE VALORES, han sido las siguientes:

- 1.- Conferencias sobre la aplicación práctica de valores.
- 2.- Cursos de Pensamiento Positivo y Meditación.
- 3.- Clases, Seminarios y Talleres.
- 4.- Sesiones de Meditación.
- 5.- Otros eventos.
- 6.- Actividades on-line (*)

(*) NOTA ACLARATORIA

Como consecuencia del confinamiento y las restricciones debidas a la pandemia de la COVID-19, en el año 2020 solo se pudo hacer un número reducido de actividades presenciales y, en su mayor parte, con un aforo reducido. Para subsanar esa situación, desde el 15 de marzo se estableció una programación diaria de actividades on-line a nivel nacional, que se mantuvo hasta final de año. Dichas actividades se grabaron y se colgaron en YouTube donde han tenido más de un millón setecientas mil visitas.

1.- CONFERENCIAS SOBRE LA APLICACIÓN PRÁCTICA DE VALORES

Para ampliar su difusión, la mayor parte de conferencias que se imparten en Madrid y Barcelona se retransmiten on-line y seguidamente quedan insertadas en la página web de la asociación www.brahmakumaris.es y en YouTube. Mindalia televisión también graba algunas de las conferencias que se realizan en Barcelona, Madrid, Málaga y Sevilla, y las difunde a través de su web: www.mindalia.com.

ANDALUCÍA

ALMERÍA

1 de febrero: *Entenderme a mí mismo y a los demás*, a cargo de Esperanza Santos, coordinadora de la Asociación en Andalucía.
Lugar: Biblioteca Villaespesa.
Asistentes: 80 personas.

CÁDIZ

18 de febrero: *Vivir sin miedo*, a cargo de Esperanza Santos.
Lugar: Asociación de Vecinos A.T. Astilleros.
Asistentes: 10 personas.

CÓRDOBA

El promedio de asistentes a cada conferencia ha sido entre 20 y 25 personas, todas ellas en la Subdelegación de Córdoba.

11 de enero: *¿Qué significa amarse a sí mismo?*, a cargo de José María Barrero, profesor de meditación Raja Yoga. Coordinador de las actividades en Cantabria.

21 de enero: *Los pasos de humano a ángel*, a cargo de Esperanza Santos.

26 de febrero: *Vivir sin temor a ser libre*, a cargo de Esperanza Santos.

7 de marzo: *Calidad de las relaciones, crear armonía y transformar las relaciones tóxicas*, a cargo de Juliana Herrán, profesora de meditación Raja Yoga en Colombia.

16 de junio: *El poder ilimitado del momento presente*, a cargo de Paqui Martín, profesora de Meditación Raja Yoga.

23 de junio: *Decide ser feliz hoy*, a cargo de Paqui Martín.

30 de junio: *Cómo mejorar la meditación*, a cargo de Paqui Martín.

7 de julio: Comienzo de ciclo de 4 conferencias-talleres: *4 claves para mejorar tus relaciones*, a cargo de Paqui Martín.

HUELVA

8 de enero: *Pensar en positivo*, con Esperanza Santos.

Lugar: Salón de actos Ayuntamiento de Huelva. Edificio Gota de Leche.

Asistentes: 100 personas.

7 de febrero: *Soltar hábitos viejos*, con José Antonio Cruz, profesor de Meditación Raja Yoga.

Lugar: Salón de actos Ayuntamiento de Huelva. Edificio Gota de Leche.

Asistentes: 80 personas.

23 de octubre: *Hazte consciente de lo positivo en tu vida*, a cargo de Fátima Macías, profesora de Meditación Raja Yoga.

Lugar: Sala de actividades. Avda. Italia 31.

Asistentes: 18 personas.

MÁLAGA

31 de enero: *Entenderme a mí y a los demás*. A cargo de Esperanza Santos, profesora de la Asociación en Sevilla.

Lugar: Salón de actos del ámbito cultural de El Corte Inglés. Edificio Hogar, 1ª planta, departamento de librería.

Asistentes: 96 personas.

26 de febrero: *Las cinco debilidades humanas y su antídoto*. A cargo de Ramón Ribalta, profesor de la Asociación en Palma de Mallorca.

Lugar: Salón de actos del ámbito cultural de El Corte Inglés. Edificio Hogar, 1ª planta, departamento de librería.

Asistentes: 75 personas.

SEVILLA

Todas las conferencias se realizaron en el Centro Cívico Torre del Agua.
A destacar:

13 de enero: *¿Qué significa amarte a ti mismo?*, a cargo de José María Barrero.

Asistentes: 125 personas.

27 de enero: *Cómo soltar los viejos hábitos*, a cargo de José Antonio Cruz.

Asistentes: 90 personas.

10 de febrero: *La fuerza sanadora de la mente*, a cargo de Paqui Martín Jiménez.

Asistentes: 130 personas.

2 de marzo: *Confiar es amar*, a cargo de Esperanza Santos.
Asistentes: 97 personas.

CANARIAS

SANTA CRUZ DE TENERIFE

Se han realizado 23 conferencias presenciales en la Subdelegación de Santa Cruz de Tenerife (después de junio con aforo limitado) y 2 por Zoom en diciembre debido a las restricciones de la COVID-19:

18 de enero: *Pasos hacia el camino espiritual*, a cargo de Lourdes Hernández, presidenta de la Asociación y profesora de Pensamiento Positivo y Meditación.
Asistentes: 20 personas.

5 de febrero: *Fortalecer la resiliencia interior*, a cargo de Lourdes Hernández.
Asistentes: 28 personas.

9 de julio: *Ante el reto ¿qué haces?*, a cargo de Inmaculada Galarza, Coordinadora de Brahma Kumaris Tenerife.
Asistentes: 7 personas.

24 de septiembre: *Camina enfocándote en ti*, a cargo de María José López, Profesora de Pensamiento Positivo y Meditación.
Asistentes: 10 personas.

CASTILLA-LA MANCHA

ALBACETE

22 de enero: *Positividad y calma en tiempos de crisis*, a cargo de Encarnación Royo, profesora de meditación de la Asociación.
Lugar: Universidad Popular. Centro Social de Casas Ibáñez.
Asistentes: 45 personas.

27 de febrero: *Vivir con autoestima*, a cargo de Encarnación Royo.
Lugar: Centro de Mayores Albacete II.
Asistentes: 30 personas.

CATALUÑA

BARCELONA

15 de enero: *La posibilidad ante lo que parece imposible*, a cargo de Pilar Quera, miembro del equipo de coordinación de Brahma Kumaris en Barcelona.

22 de enero: *La medicina del perdón cura las heridas*, a cargo de Esperanza Santos.

29 de enero: *Aprende a renovar tú dialogo interior*, a cargo de Enrique Simó.

4 de febrero: *Sé tú mismo*, a cargo de Marta Matarín.

12 de febrero: *El arte de crear tu realidad*, a cargo de Guillermo Simó.

Lugar: Delegación de Barcelona.

Total asistentes: una media de 50 personas, más aproximadamente una media de 50 personas por internet.

12 de marzo: *Fortaleza y resiliencia espiritual*, a cargo de Pilar Quera.

Lugar: Sala Claret.

Asistentes: 50 personas.

L'Hospitalet de Llobregat

Se impartieron 4 conferencias a cargo de profesores de pensamiento positivo y meditación Raja Yoga de Barcelona.

Con títulos como: *De dentro hacia afuera; El poder sanador del pensamiento; Salud y calidad de vida.*

Lugar: Subdelegación de L'Hospitalet de Llobregat.

Total de asistentes: 44 personas.

COMUNIDAD DE MADRID

MADRID

10 de febrero: *Entenderme a mí mismo y a los demás*, a cargo de Esperanza Santos.

Lugar: Delegación de Madrid.

Asistentes: 30 personas.

20 de enero: *Transformar los obstáculos en oportunidades*, a cargo de Enrique Simó.

Lugar: Espacio Ronda.

Asistentes: 90 personas.

COMUNIDAD VALENCIANA

CASTELLÓN

15 de enero: *Gestionar nuestros estados de ánimo*, a cargo de Marta Matarín.

Lugar: Casa de la Cultura.

Asistentes: 55 personas

11 de marzo: *Cómo aceptar lo que me cuesta aceptar*, a cargo de Elizabeth Gayán, miembro del equipo de coordinación de Brahma Kumaris en Valencia.

Lugar: Casa de la Cultura.

Asistentes: 25 personas.

VALENCIA

Se realizaron las siguientes conferencias en la Delegación de Valencia:

8 de enero: *Resignación, lucha o aceptación*, a cargo de Elizabeth Gayán.

Asistentes: 18 personas.

22 de enero: *Vivir sin miedos y sentirse ilimitado*, a cargo de María Moreno, miembro del equipo de coordinación de Brahma Kumaris en Valencia.

Asistentes: 20 personas.

5 de febrero: *Proyecciones, espejos y películas mentales*, a cargo de Elizabeth Gayán.

Asistentes: 16 personas.

19 de febrero: *Claves para amar la vida y vivir con entusiasmo*, a cargo de María Moreno.

Asistentes: 12 personas.

15 de abril: *Comprender y no absorber los sentimientos de la mente*, a cargo de Elizabeth Gayán.

Asistentes: 16 personas.

22 de abril: *Una forma de terminar con los pensamientos negativos*, a cargo de María Moreno.
Asistentes: 16 personas.

ISLAS BALEARES

PALMA DE MALLORCA

16 de enero: *¿Quién manda en tu vida?*, impartida por Ramón Ribalta.
Lugar: Librería Agapea.
Asistentes: 35 personas.

12 de marzo: *Actitud mental positiva y atención plena*, impartida por Ramón Ribalta.
Lugar: Librería Agapea.
Asistentes: 4 personas.

Pòrtol

15 de octubre: *La experiencia del observador desapegado y compasivo con la meditación*, impartida por Ramón Ribalta.
Lugar: Subdelegación Mallorca.
Asistentes: 10 personas.

Manacor

12 de febrero: *Calmar la mente y controlar la ansiedad con la meditación*, impartida por Ramón Ribalta.
Lugar: Carrer dels Creuers 1, Manacor.
Asistentes: 10 personas.

On Line:

27 de mayo: *¿Quién manda en tu vida?*, impartida por Ramón Ribalta.
Asistentes: 62 personas.

12 de junio: *Las cinco debilidades humanas y su antídoto*, impartida por Ramón Ribalta.
Asistentes: 60 personas.

2.- CURSOS DE MEDITACIÓN RAJA YOGA

ANDALUCÍA

ALMERÍA

Se impartió un curso de tres niveles con un total de 8 sesiones de una hora y media cada una. El curso fue impartido por Ana Fernández Jurado, coordinadora de Brahma Kumaris en Almería.

Lugar: Subdelegación de Almería.

Asistentes: 15 personas.

CÁDIZ

19 y 20 de febrero: Curso de Pensamiento Positivo y Meditación Raja Yoga, a cargo de Esperanza Santos.

Lugar: Asociación de Vecinos A.T. Astilleros.

Asistentes: 6 personas.

CÓRDOBA

Se impartieron dos cursos de dos niveles (básico e intermedio) durante enero y octubre.

Asistentes curso de enero: 15 personas.

Asistentes curso de octubre: 8 personas.

Los cursos fueron impartidos por Paqui Martín.

Lugar: Subdelegación en Córdoba.

25 de febrero: *Conocer los secretos de la Ley del Karma*. Continuación del curso experiencial de meditación Raja Yoga.

A cargo de Esperanza Santos.

Lugar: Subdelegación en Córdoba.

GRANADA

Se impartieron un total de 3 cursos de tres niveles (básico, intermedio y avanzado) con un total de 10 sesiones de una hora y media cada uno. Los cursos fueron impartidos por Fulgencio Cuadrado, coordinador de Brahma Kumaris en Granada.

Lugar: Subdelegación de Granada.

Total de asistentes curso básico: 12 personas.

Total de asistentes curso intermedio: 10 personas.

Total de asistentes curso avanzado: 4 personas.

CANARIAS

LAS PALMAS

En el mes de enero se impartió un curso intensivo.
Lugar: Subdelegación de Las Palmas.
Asistentes: 8 personas.

SANTA CRUZ DE TENERIFE

Se impartieron un total de 3 cursos, con un total de 11 sesiones de una hora y media cada una. Los cursos fueron impartidos por Inmaculada Galarza, María José López y Lourdes Hernández.

Lugar: Subdelegación de Santa Cruz de Tenerife.

Total anual asistentes curso básico: 21 personas.
Total anual asistentes curso intermedio: 8 personas.
Total anual asistentes curso avanzado: 2 personas.

Debido al confinamiento no se terminaron algunos cursos.

CATALUÑA

BARCELONA

Se realizó un curso de tres niveles: básico, intermedio y avanzado. Se impartió también en fines de semana.
Lugar: Delegación de Barcelona.
Asistentes: 25 personas.

L'Hospitalet de Llobregat

Se realizó un curso de tres niveles: básico, intermedio y avanzado.
Lugar: Subdelegación de L'Hospitalet.
Asistentes: 10 personas.

Terrassa

Se impartió un curso presencial de tres niveles: esencial, avanzado y profundización, a cargo de Mercè Pereda, profesora de Meditación Raja Yoga.

Lugar: Casal de Ca N'Aurell.

Asistentes: 37 personas.

GIRONA

Se han impartido un curso de Pensamiento Positivo y Meditación Raja Yoga, niveles básico, medio y avanzado.

Lugar: Centro Cívico Santa Eugenia (Can Ninetes).

Asistentes: 6 personas.

COMUNIDAD DE MADRID

MADRID

Se impartieron 2 cursos básicos on-line, a cargo de Blanca Bacete y Antonio Losa, profesores de Meditación Raja Yoga y miembros del equipo de coordinación del centro de Madrid

Asistentes: 60 participantes a través de Zoom.

COMUNIDAD VALENCIANA

ALICANTE

3 cursos de sesiones semanales los sábados de meditación Raja Yoga, a cargo de José Luis Sala, profesor de Meditación Raja Yoga.

2 cursos de sesiones semanales martes y jueves de meditación Raja Yoga, a cargo de Carlos Sueiro, coordinador de Brahma Kumaris en Alicante.

Lugar: Subdelegación de Alicante.

Total de asistentes: 7 personas.

VALENCIA

Se impartieron dos cursos de tres niveles: básico, intermedio y avanzado. Se impartió también en fines de semana.

Los cursos fueron impartidos por Obdulio Rodríguez y Nina Dimova.

Lugar: Delegación de Valencia.

Total anual asistentes curso básico: 10 personas.
Total anual asistentes curso intermedio: 8 personas.
Total anual asistentes curso avanzado: 5 personas.

ISLAS BALEARES

Pòrtol

Se impartieron 5 cursos en 2 niveles (básico e intermedio), a cargo de Ramón Ribalta.

Lugar: Subdelegación de Mallorca y On line.

Asistentes curso básico: 43 personas.

Asistentes curso intermedio: 10 personas.

PAÍS VASCO

BIZKAIA - Bilbao

Se impartieron dos cursos de dos niveles (intermedio y avanzado) con un total de 8 sesiones de una hora y media cada uno. Los cursos fueron impartidos por Idoia Del Río, coordinadora de las actividades de Bilbao.

Lugar: Subdelegación de Bilbao.

Total de asistentes curso intermedio: 14 personas.

Total de asistentes curso avanzado: 10 personas.

3.- CLASES, SEMINARIOS Y TALLERES

ANDALUCÍA

ALMERÍA

Seminarios

5 y 6 de febrero: *Aprender a meditar*, a cargo de Esperanza Santos.

Lugar: Subdelegación de Almería.

Asistentes: 25 personas.

9 de marzo: *Relaciones armoniosas*, a cargo de Juliana Hurtado.

Lugar: Subdelegación de Almería.

Asistentes: 25 personas.

10 de marzo: *Los colores del bienestar*, a cargo de Juliana Hurtado.
Lugar: Subdelegación de Almería.
Asistentes: 25 personas.

CÓRDOBA

Todas las actividades se realizaron en la Subdelegación de Córdoba.

Asistentes en cada sesión antes de mediados de marzo: entre 15 y 20 personas.

Asistentes por sesión a partir de junio: entre 5 y 10 personas.

Clases para alumnos de Raja Yoga

Cada jueves durante el mes de febrero y parte de marzo, y de junio a diciembre (excepto el mes de agosto): clases y meditación a cargo de Sensi García, profesora de Meditación Raja Yoga.

Clases de autoprogreso y meditación

Cada martes y jueves: Talleres de meditación con charla, a cargo de Sensi García y Paqui Martín.

Talleres

9 de septiembre: comienza el Ciclo de Talleres de Meditación sobre el amor, a cargo de Sensi García.

6 a 8 de octubre: *Curso de Autoestima*, a cargo de Paqui Martín.

Seminarios

A cargo de Sensi García:

6 de enero: *Vivir con armonía*.

8 de enero: *Claves para ser feliz*.

14 de enero: *El valor del respeto*.

16 de enero: *Nunca te rindas*.

23 de enero: *Las 7 llaves del amor*.

30 de enero: *Meditación Raja Yoga*.

GRANADA

Todas las actividades se realizaron en la Subdelegación de Granada.

Clases para estudiantes de Raja Yoga

Semanalmente se imparte una clase de profundización, todos los jueves del mes, para los alumnos que han completado el curso avanzado de Meditación Raja Yoga. A cargo de Fulgencio Cuadrado.
Total de asistentes: 84 personas.

Clases de autoprogreso y meditación

3 y 4 de julio: *Aprender a meditar*, a cargo de Antonio Losa, profesor de meditación Raja Yoga en Madrid.
Asistentes: Una media de 12 personas cada sesión.

Seminarios

7 de marzo: *Calidad de las relaciones, crear armonía, transformar las relaciones tóxicas*, a cargo de Juliana Herrán León.
Asistentes: 15 personas.

Talleres

8 y 9 de julio: *Entendiendo el amor*, a cargo de Antonio Losa.
Asistentes: Una media de 10 personas cada sesión.

Galera

6 de marzo: *Taller de Autoestima*, a cargo de Encarnación Royo.
Lugar: CEPER La Verea.
Asistentes: 53 personas.

HUELVA

Clases

Todas ellas a cargo de Concepción Armenteros, profesora de Meditación Raja Yoga, en la sala de actividades de Avenida Italia 31:



14 de enero: *Mi relación con Dios.*
Asistentes: 21 personas.

21 de enero: *Servir a través de la mente.*
Asistentes: 25 personas.

28 de enero: *Ayudantes de Dios.*
Asistentes: 23 personas.

11 de febrero: *El ciclo eterno de la vida.*
Asistentes: 20 personas.

18 de febrero: *Alimentación espiritual.*
Asistentes: 24 personas.

3 de marzo: *El ciclo: Edad benevolente.*
Asistentes: 17 personas.

10 de marzo: *El karma: ley inexorable.*
Asistentes: 17 personas.

JAÉN

Clases

23 de enero: *Mi relación con Dios*, a cargo de Concepción Armenteros.
Lugar: Sala de actividades Herboristería El Bosque.
Asistentes: 26 personas.

13 de febrero: *Conversaciones con Dios*, a cargo de Concepción Armenteros.
Lugar: Universidad Popular.
Asistentes: 22 personas.

21 de febrero: *Conversaciones con Dios 2ª parte*, a cargo de Concepción Armenteros.
Lugar: Asociación Drogodependencia.
Asistentes: 16 personas.

MÁLAGA

Todas las actividades se realizaron en la Subdelegación de Málaga.

Seminarios

22 de febrero: *Conecta con tu propósito vital*, a cargo de Ramón Ribalta.

Asistentes: 20 personas.

7 de marzo: *Cómo desarrollar la capacidad para permanecer libre de obstáculos*, a cargo de José Antonio Cruz.

Asistentes: 14 personas.

Clases para alumnos de Raja Yoga

Cada jueves, clases de profundización para alumnos que han completado el curso avanzado de meditación Raja Yoga, a cargo de Manuel de Cires, profesor de la Asociación en Málaga.

Asistentes: Una media aproximada de 10 personas por clase.

Talleres

1 de febrero: *Jornada de meditación Raja Yoga: Aprender a meditar*, a cargo de Esperanza Santos.

Asistentes: 24 personas.

24 y 25 de febrero: *Sesiones/talleres especiales de meditación práctica Raja Yoga*, con breves explicaciones, a cargo de Ramón Ribalta.

Asistentes: 25 personas.

6 de marzo: *Meditar para crear claridad mental*, a cargo de José Antonio Cruz.

Asistentes: 12 personas.

26 de septiembre: *Mejorar nuestro dialogo interno*, a cargo de Ramón Ribalta.

Asistentes: 10 personas.

SEVILLA

Todas las actividades se realizaron en la Delegación de Sevilla.

Seminarios

25 de enero: *El contraste entre la conciencia ordinaria y la conciencia espiritual*, a cargo de Isabel Rodas (incluye comida).

Asistentes: 58 personas.

22 de febrero: *Autoestima para una vida equilibrada*, a cargo de Esperanza Santos (incluye ejercicios de estiramientos y comida).

Asistentes: 60 personas.

Clases para alumnos de Raja Yoga

Semanalmente se imparten dos clases de profundización para los alumnos que han completado el curso Avanzado de Meditación Raja Yoga, los jueves y viernes (la del viernes es siempre por Skype). A cargo de Isabel Rodas y Esperanza Santos. Durante el período de estado de alarma no se impartieron.

Asistentes: una media de 5 a 10 personas los jueves y 8 los viernes.

CANARIAS

LAS PALMAS

Talleres

Se impartieron 2 talleres de desarrollo personal y espiritual, uno en febrero y otro en marzo.

Lugar: Subdelegación de Las Palmas.

Asistentes: 8 personas.

SANTA CRUZ DE TENERIFE

Clases para alumnos de Raja Yoga

Se impartieron 2 clases de autoprogreso y meditaciones dirigidas a estudiantes que han finalizado el curso de Pensamiento Positivo y Meditación Raja Yoga Avanzado.

Lugar: Subdelegación de Santa Cruz de Tenerife.

Asistentes: 15 personas.

Talleres

Se han realizado 8 talleres (de enero a mediados de marzo). Algunos de ellos con el tema:

- *Crear una personalidad estable.*
- *El efecto de la meditación en la salud.*

Lugar: Subdelegación de Santa Cruz de Tenerife.

Asistentes: 95 personas.

CANTABRIA

Clases on-line para alumnos de Raja Yoga

20 sesiones de profundización al conocimiento y meditación Raja Yoga, impartidas de agosto a diciembre, de una hora y media de duración, a cargo de José María Barrero.

Total asistentes: 107 personas.

CATALUÑA

BARCELONA

Diálogos y reflexión

12 de enero: *Confianza y seguridad*, a cargo de Amadeo Dieste y Teresa Taroncher, profesores de Meditación Raja Yoga.

9 de febrero: *El camino hacia la autotransformación*, a cargo de Silvia Ardanuy y Mercè Pereda, profesoras de Meditación Raja Yoga.

Lugar: Delegación de Barcelona.

Asistentes: una media de 15 personas por sesión.

Clases para alumnos de Raja Yoga

Semanalmente se imparten cuatro clases de profundización para los alumnos que han completado el curso avanzado de Meditación Raja Yoga. Se realizaron 8 de enero; 22 de enero; 30 de enero y 13 de febrero.

Lugar: Delegación de Barcelona.

Asistentes: una media de 15 personas por sesión.

L'Hospitalet de Llobregat

Clases para alumnos de Raja Yoga

Semanalmente se imparten dos clases de profundización para los alumnos que han completado el curso avanzado de Meditación Raja Yoga. Durante el 2020, solo se impartieron en enero y febrero.

Lugar: Subdelegación de L'Hospitalet.

Asistentes: unas 8 personas por sesión.

Terrassa

Clases para alumnos de Raja Yoga

Se impartieron 38 clases de profundización en línea, mediante la plataforma Zoom, a cargo de Mercè Pereda.

Asistentes: 9 personas.

COMUNIDAD DE MADRID

MADRID

Clases para alumnos de Raja Yoga

Semanalmente se imparten cuatro clases de profundización por Zoom para los alumnos que han completado el curso avanzado de Meditación Raja Yoga, los lunes y los miércoles por la tarde y el jueves por la mañana y por la tarde.

La asistencia media a las clases es de unos 30 alumnos.

COMUNIDAD VALENCIANA

ALICANTE

Clases de Raja Yoga

Sesiones semanales cada miércoles desde enero, hasta la 1ª quincena de marzo y desde la 4ª semana de junio, hasta agosto, a cargo de José Luis Sala.

Lugar: Subdelegación de Alicante.

Asistentes: 17 personas.

Sesiones semanales cada jueves desde enero hasta la 1ª quincena de marzo y desde la 4ª semana hasta agosto, a cargo de Isabel Alonso.
Lugar: Subdelegación de Alicante.
Asistentes: 8 personas.

Talleres de Desarrollo Personal

Sesiones semanales cada sábado desde enero hasta la 1ª quincena de marzo y desde la 4ª semana de junio hasta agosto, a cargo de José Luis Sala.
Subdelegación de Alicante.
Asistentes: 128 personas.

11 de enero: *Descubre la felicidad de cada momento*, a cargo de Enrique Simó.
Lugar: Hotel Leuka.
Asistentes: 100 personas.

VALENCIA

Clases presenciales

Se han realizado 37 clases de profundización Raja Yoga presenciales y 24 por Zoom dirigidas a estudiantes que han finalizado el curso de Pensamiento Positivo y Meditación Raja Yoga avanzado, con frecuencia semanal.
Impartidas por María Moreno, Elizabeth Gayán e Irene de la Torre.
Lugar: Delegación de Valencia.
Asistentes: 429 personas

Clases por Skype

12 de enero: *¿Resignación, lucha o aceptación?* Dirigida a un grupo de estudiantes de Raja Yoga de Bulgaria.
A cargo de Elizabeth Gayán
Lugar: Conexión por Skype.
Asistentes: 5 personas.

ISLAS BALEARES

Pòrtol

Talleres

Todos se impartieron en la Subdelegación de Mallorca.

4 de enero: *Conecta con tu propósito vital*, impartido por Ramón Ribalta.

Asistentes: 12 personas.

8 de febrero: *Vivir con inteligencia emocional y espiritual*, impartido por Ramón Ribalta.

Asistentes: 14 personas.

21 de febrero: *Reconocer y transformar las creencias limitantes*, impartido por Ramón Ribalta.

Asistentes: 15 personas.

30 de mayo: *Reconocer y transformar las creencias limitantes*, impartido por Ramón Ribalta.

Asistentes: 10 personas.

18 de julio: *Liberarse de las ataduras del karma*, impartido por Ramón Ribalta.

Asistentes: 9 personas.

30 de agosto: *Expresión artística y espiritualidad*, impartido por Arturo Solari.

Asistentes: 10 personas.

12 de septiembre: *Mejora tu diálogo interno*, impartido por Ramón Ribalta.

Asistentes: 7 personas.

17 de octubre: *Explorar, descubrir y conocerse uno mismo*, impartido por Ramón Ribalta.

Asistentes: 6 personas.

Inca

7 de marzo: Taller *Calmar la mente y controlar la ansiedad con la meditación*, impartido por Ramón Ribalta.

Lugar: Avenida General Luque 223.

Asistentes: 45 personas.

PAÍS VASCO

BIZKAIA - Bilbao

Clases para alumnos de Raja Yoga

Desde el mes de septiembre, semanalmente se imparte una clase de profundización para los alumnos que han completado el curso avanzado de Meditación Raja Yoga. A cargo de Idoia Del Río.

Lugar: Subdelegación de Bilbao.

Asistentes: una media de 4 personas.

4.- SESIONES DE MEDITACIÓN

ANDALUCÍA

ALMERÍA

Dos sesiones semanales de meditación Raja Yoga, a cargo de Ana Fernández Jurado, durante los meses en que se ha podido desarrollar la actividad.

Lugar: Subdelegación de Almería

Total aproximado anual de asistentes: 100 personas.

GRANADA

Tres sesiones semanales de meditación Raja Yoga durante todo el año, para desarrollar la creatividad y los beneficios de la práctica de la meditación Raja Yoga, a cargo de Fulgencio Cuadrado.

84 sesiones aprox. en el año, media de 4 asistentes por sesión.

Lugar: Subdelegación de Granada.

MÁLAGA

Todas las sesiones se impartieron en la Subdelegación de Málaga.

Cada miércoles, sesiones de meditación Raja Yoga abiertas al público en general, a cargo de Manuel de Cires y Juana Sánchez.

Total aproximado de asistentes: 35 personas.

Sesiones especiales de meditación en silencio en días variables.
Total aproximado de asistentes: 30 personas.

24 de septiembre: *La experiencia del observador desapegado y compasivo*, a cargo de Ramón Ribalta.
Asistentes: 9 personas.

25 de septiembre: *Sanar el alma*, a cargo de Ramón Ribalta.
Asistentes: 9 personas.

SEVILLA

Cada martes y miércoles, sesiones semanales de meditación Raja Yoga durante los meses de enero, febrero, hasta el 13 de marzo. Y tras el estado de alarma, a partir del 22 de junio durante todo el año, guiadas por profesores de meditación Raja Yoga: José Antonio Cruz, Juan Sánchez Reche, Fátima Macías y Esperanza Santos.

Lugar: Delegación Sevilla.

Total aproximado presencial de asistentes: entre 4 y 10 personas.

Lugar: Patio exterior de la Delegación Sevilla.

Del 7 al 10 de enero: *Jornadas de Raja Yoga: Aprender a Meditar*.
Impartidas por Esperanza Santos.

Lugar: Delegación Sevilla.

Asistencia de unas 53 personas en cada jornada.

Meditaciones especiales

20 de enero: *Los pasos de humano a ángel*, a cargo de Esperanza Santos. Charla y meditación como acto conmemorativo celebrando el 51 aniversario de la muerte de Prajapita Brahma, fundador de Brahma Kumaris.

Lugar: Centro Cívico Torre del Agua.

Asistentes: 108 personas.

CANTABRIA

Santoña

29 julio al 5 de agosto: tres sesiones de meditación sobre el tema: *Bienestar para la mente y cuerpo: Estabilidad interior ante la inestabilidad de las situaciones*, a cargo de José María Barrero.

Lugar: Estudio Pilates Gemma Fernández.
Asistentes: 15 personas.

28 julio al 21 de agosto: Cada día se impartieron sesiones guiadas de relajación y meditación al aire libre, a cargo de Enrique Simó y José María Barrero.
Asistentes: 89 personas.

CANARIAS

SANTA CRUZ DE TENERIFE

Se han realizado 30 meditaciones guiadas.
Lugar: Subdelegación de Santa Cruz de Tenerife.
Asistentes: 185 personas.

Meditaciones en Silencio, se han realizado 2.
Lugar: Subdelegación de Santa Cruz de Tenerife.
Asistentes: 10 personas.

CATALUÑA

BARCELONA

Sesiones de meditación cinco días por semana desde enero hasta el 12 de marzo, y dos días por semana de julio a diciembre.
Lugar: Delegación de Barcelona.
Total de asistentes: 280 personas.

L'Hospitalet de Llobregat

Se han realizado tres sesiones guiadas de meditación, desde enero hasta el 12 de marzo, a cargo de Joan Borrell, Teresa Taroncher y Rosa Rubio.
Lugar: Subdelegación de L'Hospitalet.
Total de asistentes: 45 personas.

GIRONA

Se realizaron 3 meditaciones guiadas el primer viernes de cada mes, a cargo de Pilar Quera. Los meses en que no pudieron hacerse de forma presencial, se hicieron por medios telemáticos.

Lugar: Centro Cívico Santa Eugenia (Can Ninetes).

Total de asistentes: 35 personas.

COMUNIDAD VALENCIANA

ALICANTE

Meditaciones Raja Yoga

Sesiones semanales cada lunes, desde enero hasta la primera quincena de marzo, y desde la última semana de junio hasta final de agosto, a cargo de Carlos Sueiro.

Lugar: Subdelegación de Alicante.

Asistentes: 64 personas.

Torre Vieja

Meditaciones

Sesiones semanales cada miércoles, desde enero hasta la primera quincena de marzo, a cargo de Carlos Sueiro.

Lugar: Herbolario Madreselva.

Asistentes: 15 personas.

VALENCIA

Meditaciones Raja Yoga

Se han realizado 36 sesiones presenciales con frecuencia semanal a cargo de María Moreno, Irene de la Torre y Elizabeth Gayán.

Lugar: Delegación de Valencia.

Asistentes: 360 personas.

Meditaciones

Se han realizado 2 meditaciones en celebraciones especiales.

Lugar: Delegación de Valencia.

Asistentes: 40 personas.

ISLAS BALEARES

PALMA DE MALLORCA

Pòrtol

Varias sesiones de meditación Raja Yoga durante todo el año, para desarrollar la creatividad y los beneficios de la práctica de este tipo de meditación, guiadas por un profesor de meditación: Antonia Cañellas, Ramón Ribalta y M. Dolores Arquillo.

Lugar: Subdelegación de Mallorca.

Total aproximado anual de asistentes: 150 personas.

PAÍS VASCO

BIZKAIA - Bilbao

Una sesión semanal de meditación Raja Yoga durante todo el año (excepto los meses de confinamiento de marzo a mayo), para desarrollar la creatividad y los beneficios de la práctica de la meditación Raja Yoga, guiadas por Idoia Del Río.

Lugar: Subdelegación de Bilbao.

Total aproximado de asistentes: 250 personas.

GUIPUZKOA

Lezo

Dos sesiones semanales de meditación Raja Yoga durante todo el año, para desarrollar una mejor gestión emocional y bienestar, así como los beneficios específicos de la práctica de la meditación Raja Yoga, a cargo de Edith Zaldumbide y Malen Prieto, coordinadoras de Brahma Kumaris en Lezo.

Lugar: La puerta verde.

Total aproximado de asistentes: 130 personas.

*Ha sido muy variable en función de los protocolos COVID, confinamientos perimetrales, etc.

5.- OTROS EVENTOS

CATALUÑA

BARCELONA

2 de enero: *Música y Espiritualidad: Viajar entre sonidos y palabras.*

A cargo de Raül Beneitez y Anna Gangonells.

Lugar: Delegación de Barcelona.

Asistentes: 70 personas.

Con motivo del cambio de sede, se organizaron estos dos eventos:

19 de febrero: *Agradecer y honrar el pasado, presente y futuro:*

Voces de agradecimiento.

22 de febrero: *Honrar desde el silencio.*

Total asistentes: 110 personas.

6.- ACTIVIDADES ON-LINE

ÁMBITO NACIONAL

En 2020, debido a la COVID-19, hubo que cerrar nuestros centros y en otros momentos restringir el número de asistentes, así que desde el comienzo de esta situación se ha intensificado la realización de las actividades a través de internet.

Usamos los diferentes canales de YouTube que teníamos hasta ese momento y en mayo, se creó el canal de YouTube Brahma Kumaris España para unificar todas las actividades, ofreciendo la posibilidad de llegar a cualquier parte del mundo y tener un alcance más amplio.

En abril, se elaboró un blog para la difusión de estas actividades (aembk.es).

En septiembre, se diseñó una página web para las personas que deseaban realizar algún donativo a la Asociación.

Sesiones de meditación

Desde mediados de marzo, diariamente hay sesiones impartidas por los profesores de las diferentes delegaciones y subdelegaciones de la Asociación, con la siguiente programación:

De lunes a sábado: meditación guiada de 8:00 a 8:30h.

De martes a viernes: meditación guiada con charla introductoria de 10:30 a 11:30h.

Diariamente: meditación guiada con charla introductoria de 19:00 a 20:00h.

Se trata de sesiones en directo que posteriormente quedan disponibles en nuestro canal de YouTube Brahma Kumaris España.

Curso Esencial de Meditación Raja Yoga

18 de marzo: inicio del curso de 6 sesiones, a cargo de Enrique Simó.

11 de junio: inicio del curso de 4 sesiones, a cargo de Enrique Simó.

2 de octubre: inicio del curso de 4 sesiones, a cargo de Esperanza Santos.

Total anual de asistentes en directo: 146.391 personas.

Se realizaron un total de 711 vídeos que, a 31 de diciembre 2020, tuvieron 1.731.334 visualizaciones.

A continuación, aportamos como muestra algunos links:

Meditación guiada de la mañana:

- "*Desapego*" Guillermo Simó: 3543 visualizaciones
https://youtu.be/5_y25omOSro
- "*Paz en tu intención*" Antonio Losa: 2894 visualizaciones
<https://youtu.be/9KqDWi3xJCA>
- "*Motor que da vida al cuerpo. Fuerza que da vida al pensamiento*" Esperanza Santos: 2802 visualizaciones
<https://youtu.be/mtmk2RtUqk8>

Meditación con charla introductoria:

- "*Confiar en la Vida*" Enrique Simó: 48.851 visualizaciones
<https://youtu.be/SsbFk1XYwbc>
- "*Sonríe a la vida y la vida te sonreirá*" Elizabeth Gayán: 4486 visualizaciones
<https://youtu.be/D-ZZiwqZ5XQ>
- "*Sanar el corazón*" Marta Matarín: 4920 visualizaciones
<https://youtu.be/t5qXGR-gHcU>



- *"Soltar los hábitos que provocan rigidez mental"*
Esperanza Santos: 3124 visualizaciones
<https://youtu.be/53BhXtE4Fp0>

Cursos de Meditación Raja Yoga:

- *"Primera sesión del Curso de Meditación Raja Yoga"*
Enrique Simó: 70.445 visualizaciones
<https://youtu.be/82N58cQjDAQ>

ÁMBITO INTERNACIONAL

Colaboraciones con centros de Brahma Kumaris en otros países.

Conferencias

3 de mayo: organizado por la entidad Healing our Earth, conferencia y meditación sobre *Simply Spiritual (Simplemente espiritual)* para Reino Unido e India, a cargo de Marta Matarín.

6 de mayo: para Argentina, *Serenidad, poder y entusiasmo*, a cargo de Pilar Quera.

9 de junio: para Colombia, *Los valores que apoyan la enseñanza en casa*, a cargo de Pilar Quera.

17 de junio: para Italia, *Estabilidad en momentos de grandes cambios*, a cargo de Enrique Simó.

19 de junio: para Inner Space Covent Garden (Londres), *Cómo reducir tus miedos*, a cargo de Guillermo Simó.

28 de junio: para Ghana, *Cuando la adversidad llama a la puerta, ¿cómo respondes?*, a cargo de Marta Matarín.

30 de junio: para Argentina, *Educación desde el ser para marcar la diferencia*, a cargo de Pilar Quera.

14 de julio: para Inner Space de Wembley (Londres), *Cada problema alberga posibilidades*, a cargo de Guillermo Simó.

1 de agosto: para Colombia, *Meditación un acto de rebeldía*, a cargo de Enrique Simó.

14 de agosto: para la Universidad de Costa Rica, Programa de Radio Café para el Alma: *Viviendo los valores de adentro hacia afuera*, a cargo de Pilar Quera.

16 de agosto: para Lighthouse Retreat Centre en Worthing (Reino Unido), a cargo de Enrique Simó.

28 de agosto: para Inner Space Covent Garden (Londres), a cargo de Marta Matarín.

7 de septiembre: para Colombia *Vivir en equilibrio*, a cargo de Esperanza Santos.

9 de octubre: para Inner Space Oxford (Reino Unido), *Consejos para dominar tu diálogo interno. Gobierna tu mente o te gobernará*, a cargo de Ramon Ribalta.

29 de octubre: para Argentina, *Sanar el corazón*, a cargo de Pilar Quera. Grupo DIGAIA (Abordaje Integral de las adicciones. Ministerio de Justicia y DDHH de Santiago del Estero, Argentina) Plataforma Meet (On-Line).

17 de noviembre: para Baroda, Benarés y otras ciudades y estados de India, *Beneficios de la práctica de la meditación para profesionales*, a cargo de María Moreno.

27 de noviembre: para Leicester (Reino Unido), *Claves espirituales para una libertad verdadera*, a cargo de Guillermo Simó.

Clases para voluntarios

31 marzo: inicio de los encuentros quincenales sobre *Meditación y Reflexiones sobre el Ser*, Argentina – Barcelona, para un grupo de jóvenes, que continuó el resto del año. A cargo de Pilar Quera.

16 de mayo: para Turquía, a cargo de Marta Matarín.

16 de mayo: para Colombia, con motivo de la celebración del Día de las madres, a cargo de Marta Matarín.

19 de mayo: para Turquía, a cargo de Esperanza Santos.

6 de junio: Participación de Enrique Simó en un coloquio con Ken O'Donnell, en un retiro internacional para los voluntarios de Brahma Kumaris.

10 de junio: Enrique Simó fue entrevistado por Marcelo Bulk, para la comunidad internacional de voluntarios de Brahma Kumaris.



21 de junio: Master Class sobre la paz, para la comunidad internacional de voluntarios de Brahma Kumaris, a cargo de Enrique Simó.

30 de junio: para Colombia, *Lo sutil que queda... y cómo servir de forma sutil*, a cargo de Esperanza Santos.

8 de julio: para Cambridge, a cargo de Esperanza Santos.

15 de julio: para Costa Rica y América Central, a cargo de Marta Matarín.

17 de julio: para América Central, a cargo de Pilar Quera.

25 de julio: para Suiza, a cargo de Marta Matarín.

26 de julio: Enrique Simó participó en el homenaje a Anthony Strano, quien fue coordinador de Brahma Kumaris en Grecia.

31 de julio: para Argentina, a cargo de Enrique Simó.

1 de agosto: para Perú, a cargo de Marta Matarín.

8 de agosto: para África, a cargo de Enrique Simó.

26 de agosto: para Colombia *Cómo superar desafíos y mantener la espiritualidad*, a cargo de Marta Matarín.

4 de septiembre: para Israel, Turquía y Grecia, a cargo de Enrique Simó.

12 de septiembre: para Perú, a cargo de Enrique Simó.

12 de septiembre: para jóvenes latinos, a cargo de Enrique Simó.

18 de septiembre: para Hispanoamérica, a cargo de Guillermo Simó.

19 de septiembre: para Brasil, a cargo de Enrique Simó.

25 de septiembre: para Hispanoamérica, a cargo de Esperanza Santos.

25 de septiembre: para Abu Dabi, a cargo de Enrique Simó.

26 de septiembre: para Hispanoamérica, en el III Encuentro Nacional online para mujeres de Latinoamérica, *Siente el amor divino*, cargo de Esperanza Santos.

26 de septiembre: para Suiza, a cargo de Enrique Simó.

26 de septiembre: para Colombia, a cargo de Enrique Simó.

26 de septiembre: para México, a cargo de Enrique Simó.

27 de septiembre: para Amritsar (India), *Experiencias e inspiración para meditación profunda*, a cargo de Marta Matarín.

28 de septiembre: Participación de Guillermo Simó en el Festival Humanlinks organizado en Grecia, con una ponencia en el taller *Entorno laboral y relaciones*, junto a Katerina Chatzaki, coach personal y empresarial.

9 de octubre: para Perú y otros países de Hispanoamérica, a cargo de María Moreno.

12 de octubre: para Cambridge, a cargo de Esperanza Santos.

17 de octubre: para Bolivia, Chile, Paraguay, Puerto Rico, República Dominicana, Venezuela y Uruguay, a cargo de Marta Matarín.

26 de octubre: para Argentina, a cargo de Marta Matarín.

Otros eventos

20 de octubre: para Argentina, inicio de Escuela de formación 2020 "Cuidándonos para cuidar", a cargo de Pilar Quera, cuatro martes consecutivos. Ciclo de conversaciones organizado por la Fundación Nocka Munayki y el Gobierno de la Provincia de Santiago del Estero (Argentina) y Brahma Kumaris Argentina.

Total participantes: 550 personas.

19 de junio: para Costa Rica, entrevista a Enrique Simó en una emisora de radio.

8.2. POTENCIACIÓN DEL DIÁLOGO INTERRELIGIOSO E INTERCULTURAL

Las actuaciones realizadas durante el 2020 en el marco de la actividad 2: POTENCIACIÓN DEL DIÁLOGO INTERRELIGIOSO E INTERCULTURAL, han sido las siguientes:

- 1.- Encuentros de los grupos de diálogo interreligioso
- 2.- Eventos públicos

1.- ENCUENTROS DE LOS GRUPOS DE DIÁLOGO INTERRELIGIOSO

ANDALUCÍA

GRANADA

Brahma Kumaris es miembro del *Foro de Ecología y Espiritualidad* y está representada por Fulgencio Cuadrado, quien participa en las reuniones organizadas por este Foro a lo largo del año para abordar temas de interés común entre los diferentes participantes, y a su vez preparar eventos dirigidos al público en general para debatir y reflexionar sobre política, ecología, espiritualidad y diversidad, formando parte de la vocalía desde su fundación en 2008.

Fulgencio Cuadrado, forma parte de estas dos Redes "Religiones y espiritualidades por la convivencia" y Red "de Ecología y Espiritualidad" que se están constituyendo y se reúnen para tratar temas relacionados con el medioambiente, paz, calidad de vida, solidaridad, interioridad, justicia, derechos humanos, etc.

SEVILLA

Brahma Kumaris es miembro integrante y organizador de eventos del *Movimiento Interreligioso de Sevilla* (MIS). En el contexto de un pluralismo religioso y cultural, el MIS apuesta por un enriquecimiento en la diversidad de la espiritualidad interreligiosa trabajando en los diferentes ámbitos de nuestra realidad: paz, medio ambiente, calidad de vida, solidaridad, interioridad, justicia, derechos humanos, etc.

Encuentros interreligiosos e interespirituales organizados por el Movimiento Interreligioso de Sevilla con representación de las principales tradiciones espirituales y religiosas: Hinduismo; Judaísmo;

Budismo; Cristianismo; Islam; Comunidad Bahai; Brahma Kumaris; Iniciativa Cambio Personal Justicia Global. Lugar reuniones regulares: Centro Arrupe.

CATALUÑA

BARCELONA

Marta Matarín participa en el grupo de diálogo interreligioso sobre mujeres y espiritualidad de AUDIR, mujeres pertenecientes a seis religiones y tradiciones espirituales. Debido a las especiales circunstancias por la COVID-19, solo se realizaron dos reuniones.

Marta Matarín participa en el Grupo Interreligioso Contemplativo. Hubo una reunión presencial en el Monasterio de Sant Pere de les Puel·les, de Barcelona, con representantes de siete tradiciones religiosas y espirituales, y una en línea.

También coordina el grupo de diálogo interreligioso sobre espiritualidad de AUDIR, en el que participan representantes de siete tradiciones religiosas y espirituales, con el propósito de compartir vivencias y experiencias desde la práctica personal. Encuentros mensuales en enero y marzo, y desde octubre a diciembre.

Anabel Pérez forma parte del grupo interreligioso de Crisis Climática y Espiritualidad que se reúne para tratar temas relacionados con el medioambiente y las diferentes perspectivas y prácticas desde las tradiciones espirituales que participan. Hubo dos reuniones presenciales en enero y febrero, y otra en línea en diciembre.

Marta Matarín forma parte de la Comisión Permanente de la Xarxa Catalana de Grupos de Diálogo Interreligioso de AUDIR y se han reunido dos veces en línea.

L'Hospitalet de Llobregat

Joan Borrell participa mensualmente en los encuentros del grupo de Diálogo Interreligioso Fórum L'Hospitalet, presencialmente y en línea.

COMUNIDAD DE MADRID

MADRID

Brahma Kumaris es miembro de ADIM (Asociación para el Diálogo Interreligioso de Madrid) y participa en las reuniones y programas que organiza dicha Asociación.

COMUNIDAD VALENCIANA

ALICANTE

Reunión primer martes de cada mes de la Mesa Interreligiosa de Alicante (M.I.A.) En las reuniones se incluyen espacios de oración, reflexión y meditación, y diálogo interreligioso con el objetivo de profundizar en el conocimiento mutuo y en crear posibles proyectos de acción en común. Asisten representantes de 11 confesiones religiosas y espirituales, incluida la Asociación Espiritual Brahma Kumaris, que ha participado en 3 ocasiones.

VALENCIA

16 de enero: Encuentro Interreligioso Sophia.

Tema: *El cuidado a los demás: una perspectiva espiritual.*

Participan:

Lucía Ramón: Teóloga católica y profesora de Ecumenismo en la Facultad de Teología de Valencia.

Rezvan Esfijanium: Miembro de la Comunidad Bahai.

Dori García: Teóloga, Sufí.

María Zamora: Psicóloga, Budista.

Elizabeth Gayán: Profesora de meditación Raja Yoga en Brahma Kumaris Valencia.

Lugar: Delegación de Valencia.

Asistentes: 5 personas.

18 de mayo: Encuentro Interreligioso Sophia On line Zoom

Tema: Esparcir el espíritu Sophia.

Participa: Elizabeth Gayán.

Asistentes: 7 personas.

15 de junio: Encuentro Interreligioso Sophia On Line Zoom

Tema: Agradecimiento en la Adversidad I.

Con representantes de las tradiciones: cristiana, sufí, Fé Bahai y Elizabeth Gayán como representante de Brahma Kumaris.

Asistentes: 7 personas.

13 de julio: Encuentro Interreligioso Sophia on line Zoom.

Tema: Agradecimiento en la Adversidad.

Participó Elizabeth Gayán como representante de Brahma Kumaris y hubo representantes de las tradiciones: Hinduismo, Judaísmo, Cristianismo, Islam, Fe Bahai.

ISLAS BALEARES

PALMA DE MALLORCA

Brahma Kumaris es miembro del Grupo de Diálogo Interreligioso de Mallorca. Ramón Ribalta acude a reuniones mensuales y eventos a lo largo del año.

2.- EVENTOS PÚBLICOS

ANDALUCÍA

GRANADA

19 diciembre: Jornada de reflexión y encuentro, Foro de Ecología y Espiritualidad, *Unidad y Esperanza frente a la Incertidumbre: reflexiones para una Navidad diferente*. Diversos ponentes de diferentes asociaciones y colectivos. Con la participación como ponente de Fulgencio Cuadrado, como representante de Brahma Kumaris.

Lugar: Sala online.

Asistentes: 12 personas.

SEVILLA

Actos organizados por el Movimiento Interreligioso de Sevilla y en los que Brahma Kumaris intervino de forma activa:

31 de enero: VIII Encuentro por la PAZ-TRES BARRIOS *Mujer como constructora de la Paz y del respeto a su dignidad y derechos*.

Juan Sánchez Reche representa a Brahma Kumaris.

Lugar: Parroquia de Ntra. Sra. de la Candelaria.

1 de mayo: Acto Interreligioso organizado por la comunidad Baha'í: *La resiliencia de la humanidad ante la adversidad le conferirá mayor*

percepción espiritual. Esperanza Santos interviene en representación de Brahma Kumaris.

Acto por zoom en línea.

8 de noviembre: Acto interreligioso en línea: *La compasión en este tiempo de cambio*. Esperanza Santos interviene como representante de Brahma Kumaris.

Otros eventos organizados por la HWPL

29 de noviembre: Participación online de líderes religiosos en el Encuentro *Hoja de ruta para difundir la paz entre las Religiones, Reunión*. Organizado por la HWPL (Heavenly Culture, World Peace, Restoration of Light), ONG internacional de paz asociada con la DGC (Departamento de Comunicaciones Globales) de la ONU y reconocida como entidad consultiva por el Consejo Económico y Social de la ONU (ECOSOC).

Esperanza Santos participa como representante de Brahma Kumaris.

14 de diciembre: Último encuentro espiritual del año de líderes religiosos sobre *Esperanzas y oraciones unificadas por un 2021 más brillante*.

Esperanza Santos participa como representante de Brahma Kumaris.

ARAGÓN

ZARAGOZA

13 de enero de 2020: Celebración del III Encuentro Anual de ADIA en el Centro Joaquín Roncal bajo el título: *De los derechos humanos a los deberes humanos: la verificación ética de las religiones*. La Jornada se estructuró en dos Mesas Coloquio moderadas respectivamente por el catedrático D. Juan José Tamayo y por el catedrático D. Carlos Gómez Bahillo. Representando a Brahma Kumaris participó Guillermo Simó.

COMUNIDAD FORAL DE NAVARRA

Estella Lizarra

Del 17 al 19 de julio: Foro Espiritual de Estella, sobre el tema *Espiritualidades y pandemia*.

En representación de Brahma Kumaris, asistieron Edith Zaldumbide y Piedad Parma con participación activa en los actos inaugurales y en las meditaciones matutinas.

Lugar: Albergue Rocamadour (Capuchinos).

CATALUÑA

BARCELONA

12 de septiembre: En el marco de "La noche de las religiones", jornada a iniciativa de AUDIR, con el soporte del Ayuntamiento de Barcelona y la colaboración de la Obra Social La Caixa, se realizó un programa en línea sobre el tema *Vida yogui: vida plena y consciente*, con la participación de:

Pilar Quera. Participante en la docencia pública y privada y asesora en la educación en valores en diferentes organizaciones y gobiernos de diferentes partes del mundo, entrevista a:

Joaquim Bordas. Economista.

Maria Quintana. Enfermera y odontóloga.

Marta Matarin. Forma parte del equipo de coordinación nacional de Brahma Kumaris.

20 y 21 de noviembre: *Encuentro de Ecología, Espiritualidad y Paz*. En línea, organizado por la XIP (Xarxa Interreligiosa per la Pau), con la participación de Pilar Quera en representación de Brahma Kumaris.

COMUNIDAD VALENCIANA

ALICANTE

5 de febrero: presentación de Brahma Kumaris y de varios audiovisuales musicales a cargo de Rosa Payá en la 2ª Sesión: Recital sobre la Música en las distintas Confesiones y Celebraciones Religiosas, organizado por la M.I.A. Dicha sesión forma parte del ciclo, "Arte & Creencias", organizado por la Comisión para el Diálogo entre La Fe y la Cultura de la Diócesis de Orihuela-Alicante
Lugar: Sede Universitaria Ciudad de Alicante.
Asistentes: 100 personas.

VALENCIA

10 de marzo: Jornada Tradiciones Religiosas Espiritualidad y Bien Común.

Participan representantes de las tradiciones: Cristiana, Judía, Islámica, Budista y Brahma Kumaris.



Elizabeth Gayán como representante de Brahma Kumaris participó en el silencio contemplativo con la lectura de un texto y guiando una meditación.

Lugar: Centro Arrupe.

Asistentes: 70 personas.

14 de mayo: Encuentro por el fin del coronavirus

El Comité de Fraternidad Humana convoca a los fieles de todas las religiones a rezar. La iniciativa se lleva a cabo a través de oración, haciendo ayuno y obras de misericordia; cada individuo en su lugar y de acuerdo a su religión. Colabora Brahma Kumaris como miembro del Foro Transcendence.

Participa: Elizabeth Gayán.

Asistentes: Ilimitado.

8.3. AYUDA AL DESARROLLO, A PROGRAMAS POR LA PAZ Y LA COOPERACIÓN

Las actuaciones realizadas durante el 2020 en el marco de la actividad 3: AYUDA AL DESARROLLO, A PROGRAMAS POR LA PAZ Y LA COOPERACIÓN, han consistido en:

- 1.- Participación y colaboración con Federaciones y Coordinadoras de las que es miembro la Asociación.
- 2.- Meditación Mundial por la Paz.
- 3.- Otros.

1.- PARTICIPACIÓN Y COLABORACIÓN CON FEDERACIONES Y COORDINADORAS DE LAS QUE ES MIEMBRO LA ASOCIACIÓN

ANDALUCÍA

GRANADA

Participación en diferentes reuniones como Miembro del Foro de Ecología y Espiritualidad, formando parte de la vocalía desde su fundación en 2008.

SEVILLA

Participación en diferentes reuniones como Miembro de la Coordinadora Andaluza de Organizaciones No Gubernamentales para el Desarrollo (CAONGD).

2.- MEDITACIÓN MUNDIAL POR LA PAZ

Este programa tiene lugar el tercer domingo de cada mes organizado por las delegaciones y subdelegaciones de Brahma Kumaris y está dedicado a la paz mundial. Se ha desarrollado en las siguientes ciudades:

ANDALUCÍA

ALMERIA

1 sesión al mes de hora y media.
Lugar: Subdelegación de Almería
Total de asistentes: 90 personas.

CÓRDOBA

Actividades realizadas en la Subdelegación de Córdoba:

19 de enero: Meditación paz Mundial con charla previa, a cargo de José Antonio Cruz.
Asistentes: 10 personas.

16 de febrero: Meditación paz Mundial con charla previa, a cargo de José Antonio Cruz.
Asistentes: 12 personas.

15 de marzo: Meditación paz Mundial con charla previa, a cargo de Sensi García.
Asistentes: 9 personas.

GRANADA

Total de asistentes: 28 personas
Lugar: Subdelegación de Granada.

HUELVA

Actividades realizadas en la sala de actividades de Avenida de Italia 31:

14 de enero: Meditación paz Mundial con charla previa a cargo de Concepción Armenteros.
Total de asistentes: 21 personas.

14 de febrero: Meditación paz Mundial con charla previa a cargo de Concepción Armenteros.
Total de asistentes: 18 personas.

MÁLAGA

19 de enero y 16 de febrero.
Lugar: Subdelegación de Málaga.
Total asistentes: 25 personas.

SEVILLA

En enero y febrero asistieron unas 80 personas en total y de julio a diciembre, entre 8 y 10 personas en cada meditación por la paz, en el patio exterior de la sede, al aire libre.

CANARIAS

LAS PALMAS

15 de marzo: Meditación Mundial por la Paz.
Lugar: Subdelegación de Las Palmas.
Asistentes: 9 personas.

SANTA CRUZ DE TENERIFE

Total de asistentes en siete meses: 90 personas.
Lugar: Subdelegación de Santa Cruz de Tenerife.

CATALUÑA

BARCELONA

Se han realizado meditaciones en los meses de enero y febrero, y de julio a diciembre.
Lugar: Delegación de Barcelona.
Total asistentes: 66 personas.

COMUNIDAD VALENCIANA

ALICANTE

Meditación por la paz mundial, cada tercer domingo de mes, desde enero, hasta la primera quincena de marzo y desde la última semana de junio hasta agosto.

Lugar: Subdelegación de Alicante.

Asistentes: 44 personas.

ISLAS BALEARES

Pòrtol

Total aproximado anual de asistentes: 50 personas.

3.- OTROS

CATALUÑA

BARCELONA

1 de julio: Con motivo del Día Internacional del Yoga, de Naciones Unidas, se impartió la conferencia *El arte de despertar la felicidad interna, los secretos del Raja Yoga*, a cargo de Pilar Quera.

Lugar: Espacio Ronda.

Asistentes: 15 personas.

COMUNIDAD DE MADRID

MADRID

Domingo 20 de septiembre: *XV Edición de Contigo Somos más Paz* (evento público y on-line). Organizado por Ecocentro, Construir un Mundo Mejor y Fundación Ananta, y retransmitido en directo desde el canal YouTube Brahma Kumaris España.

Con ponencias de:

- Jorge Carvajal.

- Fidel Delgado.
- Fernando Díez.
- Enrique Simó.

Música: Brida Ananda.

Asistentes: 20 personas presenciales en la Delegación de Brahma Kumaris en Madrid y 400 participando on-line.

Guillermo Simó participa activamente en las reuniones organizadas por el proyecto **Construir un Mundo Mejor**, un proyecto que surge del compromiso consciente y activo de diferentes entidades e individuos, sin distinción de raza, cultura, sexo o religión, en la construcción de la paz que el mundo necesita.

Es una iniciativa global, abierta, sin afiliación política o religiosa a la que puede adherirse cualquier persona o grupo que desee contribuir a una cultura de la Paz y Conciencia que suscriba los principios recogidos en la Declaración por la Paz Mundial.

<https://www.construirunmundomejor.org>

8.4. PROMOCIÓN E INVESTIGACIÓN DE LA APLICACIÓN DE VALORES EN EL ÁMBITO DE LA SALUD

Las actuaciones realizadas en el marco de la actividad 4: PROMOCIÓN E INVESTIGACIÓN DE LA APLICACIÓN DE VALORES EN EL ÁMBITO DE LA SALUD, consistió en lo siguiente:

ANDALUCÍA

ALMERÍA

29 de octubre: charla por sistema zoom sobre los *Beneficios de la meditación en la salud*, a cargo de Marta Matarín.

En colaboración con el Proyecto Mariposa de Almería (Asociación contra el cáncer).

Total asistentes: 20 personas.

GRANADA

Carta de adhesión de estas dos Redes "Religiones y espiritualidades por la convivencia" y Red "de Ecología y Espiritualidad" y de la que forma parte Fulgencio Cuadrado, a la presidenta de la UE con el lema *Unidos con un gran corazón*, para dedicar 10 minutos de silencio todos los días de la pandemia en homenaje a los sectores de la sociedad más afectados por la epidemia del coronavirus.

CATALUÑA

BARCELONA

Sesiones de Técnicas de Relajación y Gestión de las Emociones, para los pacientes con lesión medular y familiares en el Hospital Universitario de Traumatología y Rehabilitación de la Vall d'Hebron, de enero a marzo, a cargo de Marta Matarín y Pilar Quera.

Total de asistentes: 8 personas en cada sesión.

ISLAS BALEARES

Pòrtol

12 de diciembre: *Taller de cocina vegetariana*, impartido por M. Dolores y Antonia Cañellas.

Lugar: Subdelegación de Mallorca.

Asistentes: 10 personas.

8.5. APOYO A LA INTEGRACIÓN SOCIAL Y LA DIGNIDAD DE PERSONAS CON RIESGO DE EXCLUSIÓN SOCIAL

En el marco de la actividad 6: APOYO A LA INTEGRACIÓN SOCIAL Y LA DIGNIDAD DE PERSONAS CON RIESGO DE EXCLUSIÓN SOCIAL, se realizaron:

1.- ACTUACIONES EN CENTROS PENITENCIARIOS

CANTABRIA

Santoña

4 y 11 de enero: Sesiones de pensamiento positivo y meditación, a cargo de José María Barrero.

Lugar: Centro Penitenciario El Dueso, módulo 2.

Asistentes: 8 internos.

COMUNIDAD DE MADRID

MADRID

Durante todo el año, se dieron cursos de Pensamiento Positivo, Meditación y Talleres de Crecimiento Personal dirigidos a internos, con menor regularidad debido a las restricciones impuestas por la pandemia.

Se realizan los cursos para dos módulos del Centro Penitenciario: Módulo de Respeto y Módulo de Aislamiento.

Dirigen las sesiones: Miguel Ángel Alfonso, María Fernanda Arias y Piedad Cámara.

Lugar: Centro Penitenciario Madrid VII.

Asistentes: entre 15 y 20 personas por sesión.

8.6. DESARROLLO, ADAPTACIÓN Y DIFUSIÓN DE MATERIALES EDUCATIVOS PARA LA APLICACIÓN DE VALORES.

Las actuaciones realizadas en el marco de la actividad 7: DESARROLLO, ADAPTACIÓN Y DIFUSIÓN DE MATERIALES EDUCATIVOS PARA LA APLICACIÓN DE VALORES, han sido las siguientes:

- 1.- Difusión de publicaciones
- 2.- Participación en ferias

1.- DIFUSIÓN DE PUBLICACIONES

En abril se comenzó a ofrecer el envío de publicaciones a domicilio mediante un blog para la difusión de estas actividades (aembk.es).

También se realizaron seis presentaciones de libros on-line con un promedio de 2.400 visualizaciones por presentación.

1 de septiembre: *Un libro en la práctica: Pensamiento de oriente para la mente de occidente*, a cargo de Marta Matarín.

8 de septiembre: *Un libro en la práctica: 7 estrategias para liberarse del estrés*, a cargo de Marta Matarín.

15 de septiembre: *Un libro en la práctica: Los siete mitos del amor verdadero*, a cargo de Marta Matarín.

6 de octubre: *Un libro en la práctica: Guía práctica de meditación Raja Yoga*, a cargo de Marta Matarín.

29 de octubre: *Un libro en la práctica: El sistema inmunitario del alma*, a cargo de Marta Matarín.

26 de noviembre: *Un libro en la práctica: Misión de amor*, a cargo de María Moreno.



1.- PARTICIPACIÓN EN FERIAS

CATALUÑA

BARCELONA

18 y 19 de abril: *Fira per la Terra* on-line

Representando a Brahma Kumaris intervino Marta Matarín el 19 de abril en *La Roda per la Terra*.

8.7. PRESENCIA EN MEDIOS DE COMUNICACIÓN

ANDALUCÍA

SEVILLA

Radio

- Programa de radio *Vive tu sueño*, en la emisora Radiópolis 92.3 FM, la Radio de los ciudadanos, en Sevilla capital.

Cada lunes en horario de: 23:00h a 00:00h. Se inició en mayo del 2008.

Presentado por Esperanza Santos.

Múltiples entrevistas a profesores de meditación Raja Yoga como: Marta Matarín, María Moreno, Guillermo Simó, Enrique Simó, Ramón Ribalta, Encarnación Royo, Juana Sánchez entre otros.

- Brahma Kumaris interviene en el Programa de Radio *La Noche más Hermosa* de Canal Sur, escuchado en toda Andalucía. Programa presentado por Pilar Muriel, donde se tratan diferentes temas, enfocados a inspirar en el desarrollo personal y en una mejor calidad de vida. El programa se emite una vez al mes entre 00:00 y 03:00.

La sección de La Confluencia es a las 02:35, aproximadamente. Los apartados de intervención de Brahma Kumaris: *Inteligencia espiritual. Los principios de la Espiritualidad* con la colaboración de Esperanza Santos.

30 de enero: *Raja Yoga y la Rueda de la vida.*

26 de febrero: *El ciclo de nacer y renacer.*

27 de marzo: *Fortaleza y Resiliencia.*

1 de mayo: *Seguridad interna en la incertidumbre.*

29 de mayo: *Ante lo inesperado: la fuerza del grupo.*

11 de septiembre: *El tercer ojo.*

10 de octubre: *El poder de poner un freno.*

7 de noviembre: *El poder de controlarse y gobernarse a sí mismo.*

5 de diciembre: *El poder de la concentración.*

Televisión

21 de septiembre: Participación en el programa de Televisión y Radio *Gelves Confidencias en el Camarote*, presentado por Ángel Oliveros, entrevistando a Esperanza Santos.



CANTABRIA

Santoña

Radio

31 de julio: Entrevista en Radio Santoña Emisora Municipal, por Gema Matanza a José María Barrero.

Tema: Bienestar para la mente y cuerpo: Estabilidad interior ante la inestabilidad de las situaciones.