



@editorialcirculorojo
www.editorialcirculorojo.com

 **Círculo Rojo**
EDITORIAL



La luz del miedo es una obra íntima y transformadora que invita a comprender el miedo como un mensajero profundo del cuerpo y del alma. Desde una mirada sensible e integradora, el libro explora cómo el miedo se manifiesta en la infancia, en el vínculo humano-animal y en experiencias de vida que dejan huella emocional.

La autora entrelaza reflexión, experiencia personal y prácticas conscientes para acompañar al lector en un proceso de reconocimiento, sostén y transformación del miedo. El texto incluye recursos accesibles como ejercicios corporales, arteterapia, automasaje y propuestas de introspección, ofreciendo herramientas prácticas tanto para personas adultas como para el ámbito familiar.

Con un lenguaje cercano y una voz empática, *La luz del miedo* abre un espacio seguro para mirar las emociones difíciles sin juicio y reconectar con la calma, la confianza y la escucha interior.

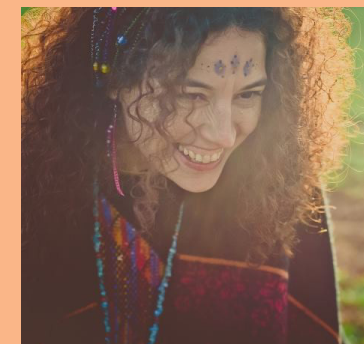
Un libro que transforma el miedo en un camino de conciencia, vínculo y cuidado.


Círculo Rojo
EDITORIAL

La Luz del Miedo

Comprender y superar
el miedo, la ansiedad y la fobia.

Con técnicas de Yoga, Tantra, Automasaje y Arteterapia



Encarnación Fernández García, Enkar, es facilitadora y activista en Educación Holística y sanación de las violencias, creadora de la propuesta *La esencia de los 8 pétalos del yoga*.

Acompaña procesos de reconexión y reparación emocional a través de prácticas conscientes como yoga, tantra, arteterapia, automasaje y danza, integradas desde una mirada corporal, creativa y espiritual.

Ha desarrollado un camino estructurado en cinco fases de sanación, que aborda la violencia de género, la violencia infantil, la violencia hacia los animales, la sanación en el agresor y la violencia en el vínculo de las llamas gemelas, integrando herramientas ancestrales y contemporáneas desde la experiencia vivida.

Su práctica une cuerpo, arte y consciencia para transformar el miedo y el dolor en cuidado y responsabilidad afectiva, reconectando con el amor propio y el propósito del alma.

Más información sobre la autora, recursos de apoyo y propuestas complementarias:

www.educacionholistica.pro