

5° Edición

rehabilitarte *Éter*

5° congreso internacional de sabiduría del cuerpo
y transformación interior

7 - 10 de noviembre 2026

Éter

FFLI

| BIENVENIDO(A)

“Un día comprendí que mi salud se manifestaba tanto en mi mente como en mi cuerpo; se vestía con mi cuerpo, y era, a la vez, una voz que me contaba, como en un cuento, lo que me había *pasado o lo que me estaba pasando*.”

Monica Strauss · Fundadora, FFLI



| El éter como energía sutil que conecta tu cuerpo, tu mente y tu entorno

En la filosofía Ayurvédica y el pensamiento oriental, el Éter (Akasha) es el primero y más sutil de los cinco elementos. No es vacío, es el espacio vivo desde donde todo lo demás puede existir.

Este año, el congreso explora el Éter como el elemento que conecta todo: el cuerpo con la mente, lo individual con lo colectivo, la nutrición con la transformación interior.

Es un tema que invita a pensar la salud y el bienestar no solo desde lo físico, sino desde el espacio de presencia y conciencia que sostiene todo lo demás.

ÉTER







| Propósito

Explorar el Éter como el espacio invisible que hace posible la transformación, ese vacío que no está vacío, sino lleno de potencial. A través de una experiencia que integra cuerpo, mente y espíritu, invitamos a nuestra comunidad a habitar conscientemente el silencio interior, a reconocer el espacio entre pensamientos como fuente de claridad, y a descubrir que es precisamente en el vacío donde ocurre el encuentro más profundo con uno mismo y con los demás.



Todo lo que debes *de saber*

- Hotel Club de Golf Avándaro
- Valle de Bravo, Estado de México
- 7 - 10 de noviembre de 2026
- Cupo limitado a 130 personas
- Coffee breaks matutinos y vespertinos
- Mercado de productos naturales y orgánicos

Comida y coffee break

Disfruta de menús Y snacks saludables y balanceados, preparados con ingredientes frescos, locales y de temporada. Cada platillo está pensado para nutrir tu cuerpo y acompañar tu experiencia durante los cuatro días del congreso.

Talleres matutinos

Durante el congreso se imparten talleres de yoga, movimiento, juego y conexión humana, chi kung y meditación para empezar el día de manera activa

+20 ponentes

Nacionales e internacionales

Profesionales de la salud, doctores, terapeutas y líderes de bienestar que se están actualizando constantemente se reúnen para darles a ustedes la mejor información

PONENTES





Monica Strauss

Especialista en psiconutrición

Madre y mujer de negocios. Fundadora de Food for Life Institute y pionera del Food Coaching en México ante la SEP desde 2017. Psicóloga egresada y titulada de la Universidad Iberoamericana. Chef egresada y titulada del Culinary Institute of America. Certificada como Health Coach en el Institute for Integrative Nutrition (IIN) & the International Association of Health Coaches. Ejerce la docencia en áreas de alimentación y nutrición funcional desde hace 25 años.





Dr. Ashok Gupta

**Especialista en neuroplasticidad
y reentrenamiento cerebral**

Conferencista internacional, cineasta y terapeuta de salud especializado en enfermedades crónicas, estrés y ansiedad. Tras superar el Síndrome de Fatiga Crónica mientras estudiaba en la Universidad de Cambridge, desarrolló el Gupta Program, un reconocido método de reentrenamiento neurológico basado en la neuroplasticidad. Ha publicado estudios científicos sobre Long Covid, SFC y fibromialgia, demostrando la eficacia de su enfoque.





Dr. José Calderón

Especialista en trauma

Director Médico de salud mental de Optum/United Health Care in Louisiana, miembro del equipo nacional de Directores Médicos de Optum y consultor para la Secretaria de Salud estatal en materia de adicciones. Es el Director Médico de Imagine Recovery, programa líder que ofrece tratamiento integrativo para quienes sufren de trastornos concurrentes de salud mental y adicciones. Profesor en el Centro de Medicina Cuerpo-Mente en Washington D.C.



Wojtek Jan Plucinski

**Lingüista, filólogo y guía de
meditación budista tibetana**

Wojtek Jan Plucinski es practicante del budismo tibetano Bön desde hace más de 25 años y alumno cercano de Lama Tenzin Wangyal Rinpoche. Fue Director de Enseñanza y Práctica del Instituto Ligmincha en México y Polonia, y hoy dedica su trabajo a llevar la meditación ortodoxa tibetana a la vida contemporánea, ayudando a las personas a encontrar calma y conexión genuina en medio del ritmo de la ciudad.





Lic. Flor de María

**Ingeniera Bioquímica especializada
en Recursos Acuáticos**

Docente en la UMA (Valle de Bravo), comparte su experiencia con jóvenes interesados en el medio ambiente. Es Ingeniera Bioquímica especializada en Recursos Acuáticos, con una carrera centrada en el deporte, la educación y la investigación en ambientes extremos, especialmente acuáticos. Con más de 25 años de experiencia en ciencias, supervivencia, buceo y montañismo, su pasión por la naturaleza y la exploración la llevó a crear el programa educativo "TOOLBOX – Skills for Life".



Dra. Carmen Amezcua

Psiquiatra integrativa

"Los cuatro pilares de la salud mental integrativa" es un taller transformador guiado por la Dra. Carmen Amezcua, psiquiatra integrativa con más de 25 años de experiencia. Aborda cuatro pilares esenciales: espíritu, mente, cuerpo y estilo de vida, promoviendo la conexión con la medicina interior. Amezcua es pionera en salud mental integrativa y el uso terapéutico de psicodélicos en México, autora del libro "Tu viaje de sanación psicodélica" (Planeta, 2025), y combina ciencia, sabiduría ancestral y enfoque comunitario.



Kurt Groenewold

Coach mental deportivo

La mente es el origen de nuestros pensamientos, emociones y decisiones. Cómo interpretamos lo que vivimos determina cómo actuamos. Si no la entrenamos, reaccionamos en automático; si la trabajamos, podemos elegir respuestas más conscientes.

Entrenar la mente, a través de la atención, la reflexión y la gestión emocional, permite tomar mejores decisiones, manejar mejor las emociones y, en consecuencia, lograr resultados más alineados con nuestros objetivos en la vida.



Daniel Borovoy

**Especialista en respiración
funcional aplicada a la salud
física, emocional y mental**

Daniel Borovoy enseña cómo la respiración funcional puede transformar la salud física, emocional y mental y regular el sistema nervioso. Formado con referentes internacionales, comparte prácticas respaldadas por la ciencia para que cada persona descubra en su respiración una herramienta sencilla de bienestar para toda la vida.





Dr. Mauricio Meschoulam

**Doctor en Políticas Públicas con
especialización en Terrorismo,
Mediación y Paz**

El Dr. Mauricio Meschoulam es profesor de Relaciones Internacionales, analista y conferencista, con doctorado en Política Pública especializado en Terrorismo, Mediación y Paz. Ha enseñado en la UNAM, el ITAM y la Ibero, es columnista de El Universal y fundador del Centro de Investigación para la Paz México. Es autor de varios libros sobre geopolítica, terrorismo y construcción de paz.



Jorge Alor

Experto en Inteligencia Artificial e Innovación Tecnológica

Jorge Alor es conductor de Mundo Futuro, uno de los podcasts de tecnología más escuchados de México. Inmerso en el mundo digital desde la infancia, fundó las revistas Sputnik y Atomix, y creó BNN, agencia pionera de marketing basado en datos. Hoy explora con su audiencia cómo la innovación y la inteligencia artificial están transformando nuestra forma de vivir.





Dr. Oswaldo Juárez

Especialista en medicina daoísta

Médico especializado en Medicina Daoísta, Acupuntura y medicina ancestral. Su enfoque integra la sabiduría oriental con la medicina contemporánea para comprender el cuerpo como un sistema interconectado y promover procesos de salud y transformación.





Zara Arrollo

**Especialista en agricultura
regenerativa**

Zara Arroyo es artista, fotógrafa y gestora de proyectos enfocada en la relación entre naturaleza, creatividad y bienestar. Su trabajo integra comunicación, agroecología, regeneración territorial y desarrollo comunitario, promoviendo iniciativas que fortalecen el vínculo entre las personas, la tierra y la cultura.



Rebecca Díaz

Especialista en terapias de duelo

Rebeca Díaz es especialista en Desarrollo Humano, Relaciones de Pareja, Logoterapia y Tanatología. Es cofundadora de la Fundación Patricio ConSentido, donde acompañan a familias que han vivido la pérdida de un hijo. Está certificada como Grief Movement Guide y Grief Yoga Teacher por Paul Denniston, así como Grief Educator y Grief Coach, certificada por David Kessler. También es Food Coach por el Food for Life Institute, enfocándose en la relación entre alimentación y bienestar emocional. Actualmente acompaña a personas y organizaciones mediante terapias, talleres y conferencias para integrar el duelo y resignificar el sentido de vida.



Dr. Xavier Soberón

Pionero en Biología Molecular y Medicina Genómica

Reconocido científico mexicano y referente en biología molecular y medicina genómica. Su trabajo explora cómo la información contenida en nuestros genes, el microbioma y las redes biológicas determina la salud humana. A través de las ciencias de la complejidad, propone una nueva forma de comprender la vida, la prevención y el bienestar desde la integración de todos los sistemas del organismo.



Marcos Jassan

**Experto en Ashtanga,
Vinyasa, Kriya y meditación**

Marcos Jassan practica yoga desde 1997 y es profesor desde 1998, con estudios en Arquitectura, Filosofía e Historia de México. Su práctica abarca Ashtanga, Vinyasa, Kriya y meditación, siendo uno de los primeros en introducir el Ayurveda en México. Es reconocido como innovador global en alineación corporal, nutrición y coaching, y ha certificado a más de 800 profesores de yoga en español e inglés a través de su propio método.



TALLERISTAS

Médico especializado en medicina china y
Médico especializado en medicina china y
dahoísta.





Rogerio Camargo

**Especialista en Qi Gong Terapéutico
y Artes Internas Taoístas**

Instructor certificado de Tai-Chi-Chuan, Kung Fu y Chi Kung (Qi Gong) en la escuela Wu-San-Dji-Tao, formada por el Maestro Laercio Fonseca en Brasil. Desde 1991, ha profundizado en la filosofía taoísta y las artes marciales internas, como el Kati del "Camino del Venerable Guerrero" y el "Gran Círculo". Vive en la Ciudad de México desde hace más de 23 años, donde imparte clases semanales y aplica terapias de Qi Gong, promoviendo el bienestar integral a través del movimiento y la energía vital.



Marcos Jassan

Yoga

Marcos Jassan practica yoga desde 1997 y es profesor desde 1998, con estudios en Arquitectura, Filosofía e Historia de México. Su práctica abarca Ashtanga, Vinyasa, Kriya y meditación, siendo uno de los primeros en introducir el Ayurveda en México. Es reconocido como innovador global en alineación corporal, nutrición y coaching, y ha certificado a más de 800 profesores de yoga en español e inglés a través de su propio método.





María Eugenia Martínez

Meditación

Apasionada del despertar de la consciencia, terapeuta holística y life coach; angeloterapeuta, canalizadora, máster de meditación y lectora profesional de Registros Akáshicos; vidente, sanadora y practicante de rituales hinduistas y chamanismo moderno.





Rebecca Díaz

Yoga meditativa

Rebecca es especialista en Grief Yoga, una práctica que combina yoga, movimiento, respiración y sonido para transformar el duelo y el dolor en amor y bienestar. Acompaña a las personas a soltar emociones reprimidas y a reconectar con su fuerza interior y su capacidad de sanar.





Ángel Lizárraga

Movimiento, juego y conexión humana

Instructor de movimiento con más de 20 años de experiencia enseñando diferentes disciplinas corporales. Su trabajo se enfoca en ayudar a las personas a reconectar con su naturaleza a través del movimiento consciente, el juego y la exploración del cuerpo como un espacio de bienestar, expresión y conexión humana.



Inversión

Costo por persona

\$21, 500 MXN

15% de descuento
en pago de contado

Opciones de pago

Meses sin intereses

¿Qué incluye?

Actividades



Todas las actividades del congreso

Comida



7, 8 y 9 de noviembre:
Almuerzo tipo buffet
10 de noviembre: Lunch box

2 Coffee breaks por día



Estación de café, té
e infusiones con snacks
dulces y salados

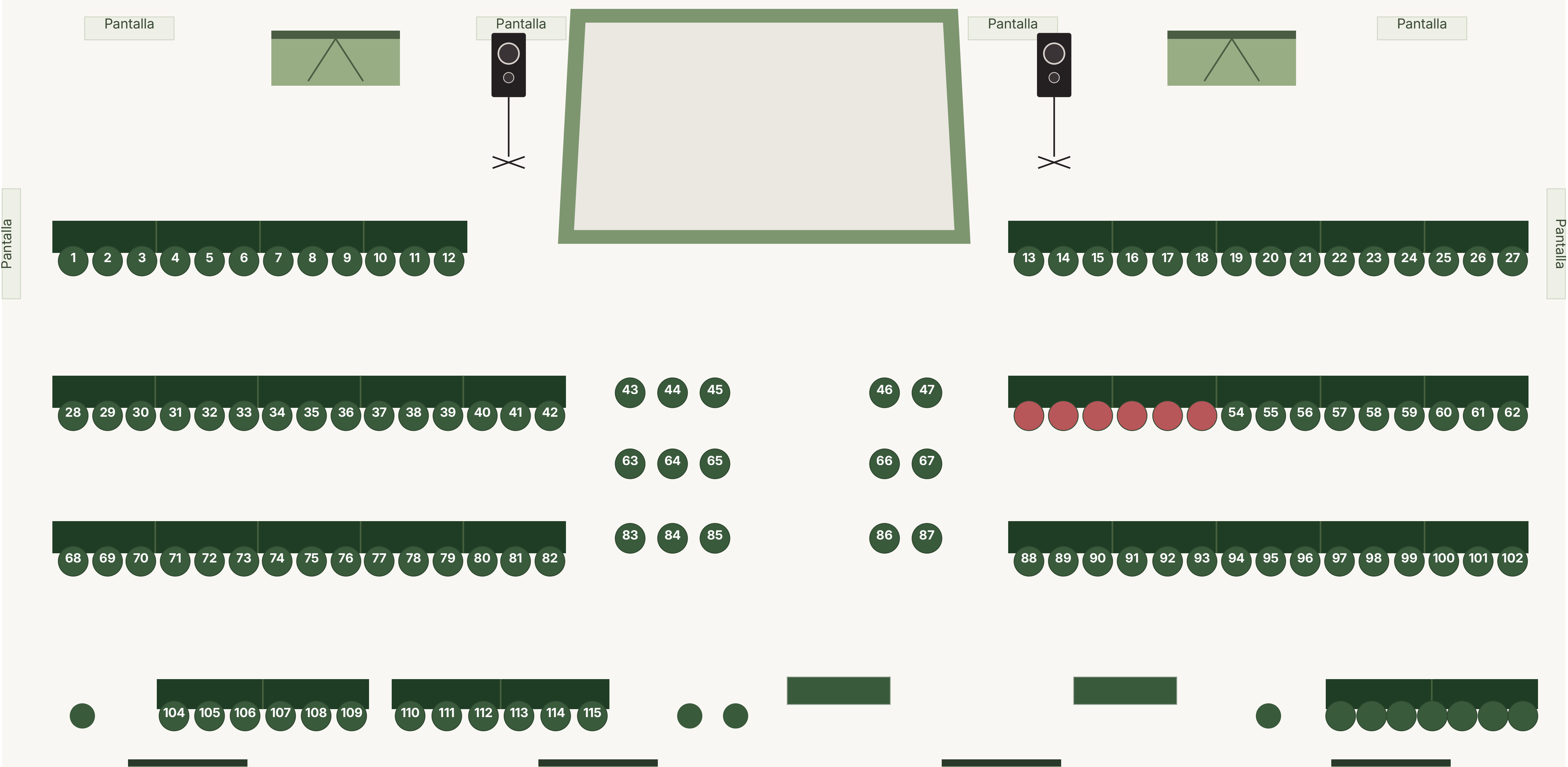
*No incluye desayunos ni cenas

*No incluye hospedaje, ni transporte

Escoge tu lugar para el congreso

- Disponibles
- Apartados

PASILLO - ÁREA DE COFFEE BREAK



TERRAZA

ÁREA DE JARDÍN

| “ ”

Lo que más quiero y anhelo es poder sembrar una pequeña semilla en cada uno de ustedes, con el propósito de generar una mejor calidad de vida mediante la consciencia de una auto nutrición a nivel integral

Monica Strauss · Fundadora, FFLI



Contacto

Ariella Buzali

WA - +972 53-373-9969

Joss Valdez

WA - +52 55 4465 0644