



A Micro-Community within the larger Community del Sol

Inspired by the Indigenous people of Canada, I have realised that living in circles is truly supportive for its members, especially women. Since my husband passed away, I have dreamt of living in small circles based on spiritual principles, and Alicia is now encouraging me to form such a circle. The idea is that there will be five separate but linked houses for normative reasons, with a circular communal garden in the middle. This inner garden will be a safe place for children and the elderly so only one woman at a time can attend to all, and the others can still work outside in the community. I hope that the community will be intergenerational.

Let me tell you something about me. I have meditated for many years, and I practice, teach, and research scientifically a heart-based method called Arka Dhyana or Intuitive meditation. Using this method, one learns to rewind one's surface consciousness to get back to the innocent state when we first incarnated.

Along the way, one learns to polish one's ego and let go of old patterns. So, when I say a spiritual community, I am referring to any practice or tradition where the people are prepared to work on their egos. Conflicts always arise, but what is important is how we deal with them. A youngster, named Jurgen, lives with me - he helped me look after my husband and has now become a member of my family - he is from Nicaragua, a tennis coach and a student. I have a somewhat out-of-date web page - <http://tinalindhard.com> where you can see more about me. I still teach at a university without walls, and meditation, both in Spain and internationally, which requires me to travel. I am also a fully trained cranial sacral therapist, which is really useful at times.

If you are interested in knowing more and possibly forming part of this mini community, please contact me at info@comunidaddelsol.es - I shall go to India in January. However, we can still communicate via email. We shall have to work out many things, including how to each have separate title deeds within our little community and establish common values and norms we feel are important for living together. But where there is a will, there is a way.

I look forward to hearing from you. Meanwhile, I wish you peace, joy and light rising over the festive season and for this coming year.

**With much love,
Tina**

Español

Inglés



Una Microcomunidad dentro de la Comunidad del Sol

Inspirada por los pueblos indígenas de Canadá, he llegado a entender que vivir en círculos brinda un verdadero apoyo a sus miembros, especialmente a las mujeres. Desde que mi esposo falleció, he soñado con vivir en pequeños círculos basados en principios espirituales, y ahora Alicia me está animando a formar uno. La idea es tener cinco casas separadas pero interconectadas por razones normativas, con un jardín comunal circular en el centro. Este jardín interior será un lugar seguro para los niños y los mayores, donde solo una mujer a la vez pueda atender a todos, permitiendo que las demás puedan trabajar fuera en la comunidad. Espero que la comunidad sea intergeneracional.

Permíteme contarte algo sobre mí. He meditado durante muchos años y practico, enseño e investigo científicamente un método basado en el corazón llamado Arka Dhyana o meditación intuitiva. A través de este método, uno aprende a rebobinar la conciencia superficial para regresar al estado de inocencia en el que nos encontrábamos al encarnar por primera vez.

A lo largo del camino, se aprende a pulir el ego y a dejar atrás viejos patrones. Así que, cuando hablo de una comunidad espiritual, me refiero a cualquier práctica o tradición en la que las personas estén dispuestas a trabajar en sus egos. Los conflictos siempre surgen, pero lo importante es cómo los enfrentamos.

Un joven llamado Jurgen vive conmigo. Me ayudó a cuidar a mi esposo y ahora se ha convertido en parte de mi familia. Es de Nicaragua, entrenador de tenis y estudiante. Tengo una página web algo desactualizada – <http://tinalindhard.com> – donde puedes conocer más sobre mí. Sigo enseñando en una universidad sin muros y meditación, tanto en España como internacionalmente, lo cual requiere que viaje. También soy terapeuta craneosacral certificada, una habilidad realmente útil en ocasiones.

Si estás interesado en saber más y posiblemente formar parte de esta microcomunidad, por favor contáctame a info@comunidaddelsol.es. En enero viajaré a la India, pero podemos seguir comunicándonos por email. Tendremos que resolver muchos detalles, incluyendo cómo tener escrituras separadas dentro de nuestra pequeña comunidad y establecer valores y normas comunes que consideremos importantes para convivir. Pero donde hay voluntad, hay un camino.

Espero saber de ti. Mientras tanto, te deseo paz, alegría y luz en estas fiestas y para el próximo año.

Con mucho cariño,
Tina