

El terapeuta sanantonino que convirtió su búsqueda personal en un libro

En 12 capítulos dedicados a la conciencia, el ego y la autoindagación, Proyecto Paz Interior es la publicación con que Franco Cárcamo abre un espacio de reflexión y acompañamiento para quienes buscan equilibrio emocional.

Patricia Iturbe Bravo
 cronica@lidersanantonio.cl

Antes de convertirse en libro, Proyecto Paz Interior fue una búsqueda silenciosa y profundamente personal. Durante años, Franco Cárcamo Araya (54) intentó comprender por qué, aun cuando su vida parecía avanzar con normalidad, la calma no llegaba. La ansiedad y una persistente sensación de desconexión lo obligaron a detenerse y mirar hacia adentro, iniciando un proceso de autoindagación que terminaría por cambiar su rumbo vital y profesional.

Ese camino -marcado por la meditación, el contacto con maestros espirituales y el estudio de diversas prácticas terapéuticas- no surgió como una respuesta inmediata, sino como un recorrido gradual, hecho de preguntas más que de certezas. Con el tiempo, esa experiencia personal y los estudios desarrollados en soledad comenzaron a tomar forma escrita, dando origen a un libro que reúne conocimientos provenientes de distintas fuentes, desde el misticismo hasta la ciencia, junto a reflexiones nacidas de la vivencia directa y que hoy se presenta como una invitación abierta al autoconocimiento y la paz interior.

“El libro nace desde la necesidad de compartir un proceso real. Hubo intuiciones, sueños y experiencias sincrónicas, además de personas que fueron guiándome y entregándome señales sobre mis capacidades para ayudar a otros. Todo eso fue profundamente transformador para mí”, explica Franco Cárcamo.

Dividido en 12 capítulos, el texto aborda temas como la conciencia unificada, la percepción de la realidad, la autoindaga-

ción y la conexión espiritual, utilizando un lenguaje cercano y accesible. “No busca imponer una mirada, sino abrir preguntas y generar espacios de comprensión personal que hagan sentido”, añade.

UN LIBRO VIVO

Una de las características centrales de Proyecto Paz Interior es su definición como un “libro vivo”. A diferencia de una publicación tradicional, el texto está concebido como un material en constante evolución, con actualizaciones gratuitas para quienes lo adquieran.

“Así como las personas estamos en permanente cambio, el libro también lo está”, afirma su autor. La primera versión marca el inicio de un proceso que continuará creciendo, incorporando nuevos contenidos y reflexiones a partir de la experiencia del propio proyecto, del diálogo con quienes se acercan a él y de la investigación desarrollada en el tiempo.

El valor del libro, aclara, no responde únicamente a una lógica comercial. “Es una forma de apoyar una iniciativa que busca difundir un mensaje de paz interior a través de distintas plataformas”, señala, mencionando que el proyecto también se despliega en redes sociales y espacios de conversación bajo el mismo nombre.

QUIEBRE VITAL

Aunque hoy el libro es el punto de entrada a Proyecto Paz Interior, su origen se encuentra en una experiencia íntima y compleja. Tras años de desempeño en el ámbito de la comunicación audiovisual, Franco Cárcamo comenzó a experimentar una profunda sensación de ansiedad y vacío que lo llevó a cuestionarse su rumbo vital.

“Fue un momento en que sentí que algo no esta-



“EL PACIENTE NECESITA A ALGUIEN QUE LO AYUDE A DESCUBRIR SU PROPIO PODER SANADOR”, DICE CÁRCAMO.

“(El libro) no busca imponer una mirada, sino abrir preguntas y generar espacios de comprensión personal que hagan sentido”.

“La terapia transpersonal no parte de la idea de que estamos dañados, sino de que hemos perdido conexión con lo esencial”.

Franco Cárcamo,
terapeuta transpersonal

ba en equilibrio, aunque externamente todo parecía estar bien”, recuerda. Ese quiebre lo impulsó a iniciar un proceso de búsqueda personal que incluyó la meditación, diversas corrientes filosóficas y espirituales, y finalmente un enfoque integrador que encontró su desarrollo en la terapia transpersonal.

Ese recorrido es el que da sustento al libro. “No escribo solo desde la teoría, sino desde lo que me tocó vivir y trabajar en mi

mismo”, asevera, subrayando que cada capítulo nace de una experiencia concreta de reflexión y aprendizaje.

MIRADA TRANSPERSONAL

Franco Cárcamo es terapeuta transpersonal y diplomado en Salud Mental y Psiquiatría por la Universidad Autónoma de Chile. Desde esa formación, plantea que el bienestar no puede abordarse únicamente desde la mente, el cuerpo o las emociones, sino también desde una di-

mensión espiritual.

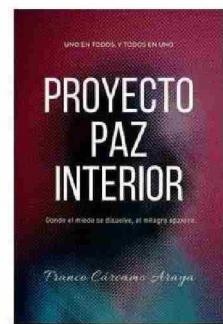
“La terapia transpersonal no parte de la idea de que estamos dañados, sino de que hemos perdido conexión con lo esencial”, explica. En ese marco, el rol del terapeuta es acompañar, escuchar y facilitar procesos de autodescubrimiento, respetando los tiempos y procesos de cada persona.

“El paciente necesita a alguien que lo ayude a descubrir su propio poder sanador”, plantea, destacando que la relación terapéutica se construye desde la confianza, la empatía y el entendimiento.

MÁS ALLÁ DEL LIBRO

El libro se ha ido consolidando como algo más amplio que una publicación. Es un espacio de orientación terapéutica, espiritualidad y crecimiento personal que incluye charlas, cursos, talleres, atenciones individuales y material gratuito disponible en línea.

“Muchas personas vienen con una inquietud constante, una sensación



TIENE 57 PÁGINAS.

de vacío o desconexión”, comenta Cárcamo. Para él, el proyecto busca ofrecer herramientas y acompañamiento a quienes atraviesan procesos de cambio o búsqueda de sentido, sin que esto se convierta en un privilegio para unos pocos.

El libro también está pensado como un recurso para profesionales del área de terapias alternativas, salud mental, manejo de estrés, y relaciones interpersonales, que pueden encontrar en sus contenidos una base para profundizar su propia práctica y comprensión de los procesos internos-externos.

“Cuando una persona encuentra mayor paz y claridad, eso se refleja en su entorno”, señala. En ese sentido, Proyecto Paz Interior se presenta como un punto de partida, un espacio abierto para quienes sienten la necesidad de comprenderse mejor y encontrar calma en medio de la incertidumbre.

El libro está disponible en formato PDF, con un valor de 5 mil pesos, aporte que permite sostener y proyectar esta iniciativa de acompañamiento terapéutico y difusión de contenidos vinculados al bienestar interior.

Más información al WhatsApp +56951961245 o al correo electrónico projeto11@gmail.com.