





# **MÉTODO AVE FÉNIX**

*El proceso de transformación del ser*



# MÉTODO AVE FÉNIX

*El proceso de transformación del ser*



ISMAEL SEGURA PÉREZ



Círculo Rojo  
EDITORIAL

Primera edición: mayo 2026

Depósito legal: SE 2142-2026

ISBN: 979-13-7060-118-8

Impresión y producción: Editorial Círculo Rojo

© Del texto: Ismael Segura Pérez

© Maquetación y diseño: Equipo de Editorial Círculo Rojo

Editorial Círculo Rojo

[www.editorialcircularojo.com](http://www.editorialcircularojo.com)

[info@editorialcircularojo.com](mailto:info@editorialcircularojo.com)

Impreso en España - Printed in Spain

Editorial Círculo Rojo apoya la creación artística y la protección del copyright. Queda totalmente prohibida la reproducción, escaneo o distribución de esta obra por cualquier medio o canal sin permiso expreso tanto de autor como de editor, bajo la sanción establecida por la legislación.

Círculo Rojo no se hace responsable del contenido de la obra y/o de las opiniones que el autor manifieste en ella.

El papel utilizado para imprimir este libro es 100% libre de cloro y,  
por tanto, ecológico.





# ÍNDICE

CAPÍTULO 1	
CUANDO TODO SE ROMPE .....	11
CAPÍTULO 2	
EL CUERPO FÍSICO: DONDE TODO SE EXPRESA .....	17
CAPÍTULO 3	
EL CUERPO EMOCIONAL: LO QUE NO EXPRESAS SE ACUMULA .....	19
CAPÍTULO 4	
EL CUERPO ENERGÉTICO: EL ESTADO DESDE EL QUE VIVES .....	21
CAPÍTULO 5	
EL CUERPO ESPIRITUAL: LA DESCONEXIÓN DE TI .....	23
CAPÍTULO 6	
TU CUERPO NO SE EQUIVOCA .....	25
CAPÍTULO 7	
EL ORIGEN: LO QUE DIRIGE TU VIDA SIN QUE LO SEPAS .....	29
CAPÍTULO 8	
CONSCIENCIA: VER LO QUE TE DIRIGE SIN QUE LO SEPAS.....	33

CAPÍTULO 9	
EL MAPA INTERNO: CÓMO SE CONSTRUYE TU FORMA DE VIVIR .....	37
CAPÍTULO 10	
LIBERAR: HACER CONSCIENTE LO QUE TE ESTÁ SOSTENIENDO .....	41
CAPÍTULO 11	
REORDENAR: VIVIR DESDE LA COHERENCIA.....	45
CAPÍTULO 12	
INTEGRAR: SER DESDE LA CONSCIENCIA.....	49
CAPÍTULO 13	
EL EJE INTESTINO-CEREBRO: DONDE TODO CONECTA.....	53
CAPÍTULO 14	
EL MAPA DEL MÉTODO AVE FÉNIX.....	57
PARTE PRÁCTICA INTEGRAR EN TU VIDA.....	61
EPÍLOGO	
CUANDO TODO COBRA SENTIDO .....	63