

tú mismo

VALENCIA

DIFUSIÓN
GRATUITA

Nº 11
noviembre
2007

ESENCIAS DE
GEMAS

SABIDURÍA DE
ATLÁNTIDA

VI CONGRESO DE
TERAPIA FLORAL

www.tu-mismo.net



Canto universal

SNATAM KAUR ACTUÓ EN VALENCIA COMO PARTE DE SU GIRA INTERNACIONAL, CELEBRATE PEACE. EL SIGNIFICADO DE UNA PROFESIÓN QUE EXCEDE LOS LÍMITES DE UN GRAN ESPECTÁCULO



ANATOMÍA Y FISIOPATOLOGÍA HUMANAS

CURSO CLAVE PARA TERAPIAS NATURALES

- . Biología general
- . Embriología antropológica y Citología
- . Criterio naturista
- . Anatomía descriptiva músculo-esquelética
- . Anatomía descriptiva interna
- . Neuroanatomía
- . Fisiopatología y semiología interna

* Profesores: Dr. Marcos, Dra. Laura.

¡NUEVO EN VALENCIA!
MEDICINA SINTERGETICA
Dr. Jorge Cervajal Pozada



EXPERTO UNIVERSITARIO EN ACUPUNTURA BIOENERGÉTICA

- . ACUPUNTURA BIOENERGÉTICA Y MOXIBUSTIÓN
- . FÁRMACOFITOTERAPIA
- . TUINA Y AN-MO - masaje, estiramientos
- . Shiatsu y Digitopuntura
- . Aurículo-mano-podo-cráneountura
- . Chikung y Tai chi - expresión corporal
- . Tipología, integración clínica, y prácticas.

* Profesores: Dr. Carlos, Dr. Enrique, Dr. Wang, Li, Vicente, José Luis, Shigeru, Mariluz, Dra. Marco, Dra. Espe



OSTEOPATÍA

- . ESTRUCTURAL I y II: concepto osteopático
- . VISCERAL: concepto osteopático
- . CRANEAL: concepto osteopático
- . Cadenas musculares, técnica armónica, y puntos gatillo
- . Radiodiagnóstico
- . Interpretación osteopática de la biomecánica, bioquímica, y fisiopatología
- . Fascias y martillo neurológico
- . Tipología, integración clínica y prácticas

* Profesores: Dr. Javier, Dra. Paloma, Dr. Luis, Dr. Eneko, Miguel, Pilar, Vicente, Jose Manuel



NATUROPATÍA

- . ANATOMÍA Y FISIOPATOLOGÍA HUMANAS, interpretación naturista
- . DIAGNÓSTICO NATURISTA:
 - . Iridología, M.T.C., Analítica, Auscultación,
 - . Técnicas de información por imágenes, Psicología y PNL
- . TRATAMIENTO NATURISTA:
 - . Homeopatía, Micronutrición, Dietética, Fitoterapia,
 - . Oligoelementos, Energía ambiental, conciencia corporal
- . Tipología, integración clínica y prácticas

* Profesores: Dr. Marcos, Dra. Laura, Dr. Manuel, Mª José, Mª Carmen, Violeta, Eva, Dr. José Luis, Dr. Juan

* ESPECIAL HERBOLARIOS: Fisiopatología, Nutrición, Dietética y Fitoterapia.



TERAPIAS MANUALES -Técnico manual-

- . QUIROMASAJE
- . Vendajes y disección
- . QUIRODEPORTIVO: Técnico Manual Superior
- . Terapia metamórfica y craneal
- . DRENAJE LINFÁTICO Vodder
- . Terapias manuales orientales
- . REFLEXOLOGÍA PODAL, facial, y craneal

* Profesores: Dr. J. Luis, Dr. Nacho, Dr. Imanol, Dr. Paloma, Toni, Concha, Vicente, Francisco, Mariluz

* FORMACIÓN DE PROFESORES DE YOGA KUNDALINI Y TAIJI-CHIKUNG.

* PRÁCTICAS DIARIAS: Aikido, Tai-chi, Chi Kung, Yoga, Kinomichi, Pilates, Kung-fu Shaolin, Danza Tsun...



Centro: a 2 minutos parada "Ángel Guimerà"
EMT: a 2 minutos parada "Jesús María" (2, 3, 22, 80, R1, 62, 63, 60)
MetroBus: a 2 minutos parada "Ángel Guimerà"

ESCUELA SINTAGMA - C/ Padre Rico, 8, 10, 11. 46008 VALENCIA
Tel. 96 385 94 44 - 96 384 03 05 - correo@escuelasintagma.com - www.escuelasintagma.com



Sumario



08

El juego y nuestros niños

BIENESTAR

04

Espíritus hambrientos.

06

Esencias de gemas.

10

Atmósfera sana.

EN VOZ ALTA

12

En búsqueda del camino.

DESDE LAS ESTRELLAS

14

Nuevos tiempos y propuestas.

CUÉNTAME

16

El príncipe y la cabrona.

GAIA

20

Sabiduría de Atlántida.

REPORTAJE

22

Snatam Kaur.

LA OTRA REALIDAD

28

Practica la magia.

AGENDA

30

EL ESCAPARATE

31

CINE

32

Todos somos uno.

TIEMPO LIBRE

33

ACONTECIMIENTOS

34

VI Congreso de Terapia Floral.



12

Sofré que soñaba



26

La cueva del ermitaño

tú mismo Staff

Edición
Aurelio Álvarez Cortez

Maquetación
Noé Álvarez Lier

Colaboradores
Tao Prajñananda, Rosa Benito, Evamaría Molina, Isabel Altozano, Fabiana San Martín, Margarita Llamazares, Pamela Field, Félix Castellanos, Manuel Palomar

Departamento Comercial
Miguel Ángel Monge. Contacto: 626 515 993

Imprime
Gráficas Antolín Martínez s.l. www.grafamar.com
D.L. V-4834-2006.

Tú Mismo no se hace responsable de las opiniones vertidas por sus colaboradores.

ESPÍRITUS HAMBRIENTOS

*A pesar de
las maravillas
que el universo
nos ofrece aquí y
ahora, perseguimos
obsesionados
logros futuros*

Tao Prajñananda

Psicólogo,
psicoterapeuta transpersonal
y maestro de Yoga Integral



Existe en la mitología budista la creencia en un lugar llamado “El Reino de los Espíritus Hambrientos”, que sería un lugar donde las almas vagan angustiadas por paisajes desérticos en búsqueda desesperada de satisfacer uno o varios deseos que les consumen, pero ni siquiera obteniendo el objeto de su deseo pueden estas pobres criaturas hallar consuelo, ya que entonces se satisfacen sólo momentáneamente, y pasado el instante de placer, su deseo se ve reavivado, y todo vuelve a empezar.

Este, como todo universo mitológico, hace referencia metafórica a algo que ya existe, y a este “territorio” todos los seres humanos lo hemos visitado alguna vez. Por ejemplo, es muy fácil reconocer en esos pobres drogodependientes que cruzamos por la calle (escuálidos, sucios y apresurándose siempre hacia alguna parte) a los espíritus hambrientos del mito, pero sin llegar a esos extremos, nosotros mismos somos como ellos cuando nos dejamos la salud tratando de acumular bienes materiales para obtener una seguridad imposible, o cuando corremos detrás de esa felicidad futura que creemos

llegará cuando finalmente “en mi empresa reconozcan mi trabajo y me den el puesto que merezco” o “cuando me mude a ese chalet tan bonito que estoy comprando”, etcétera. Entonces también estamos viviendo como espíritus hambrientos, semiciegos ante las maravillas que el universo nos ofrece aquí y ahora y obsesionados persiguiendo logros futuros.

¿Por qué, si somos seres espirituales en busca de una experiencia humana, nos “contraemos” comportándonos de ese modo? Quizás unas humildes plantas puedan orientarnos.

En las ciénagas de ciertas zonas

tropicales del planeta las plantas se encuentran ante una gran dificultad, y es que al ser el suelo sobre el que crecen extraordinariamente pobre en nutrientes, aquéllas deben encontrar modos diferentes de alimentarse y, así, algunas han aprendido a cazar insectos y a alimentarse de ellos, tornándose carnívoras, cosa que, estando muy alejada de la pacífica naturaleza de las plantas, se convierte en una búsqueda desesperada de supervivencia.

Los seres humanos vivimos una disyuntiva parecida. Cuando no hundimos nuestras raíces en lo profundo de nuestra verdadera naturaleza, que es divina, perfecta, amorosa y supraconsciente, nos sentimos forzados a buscar el alimento que dé sentido a nuestras vidas "poseyendo" objetos externos (personas, cosas, sensaciones, etcétera). Esto es así porque todos los seres necesitamos nutrinos y, si no lo hacemos de nuestra propia fuente, debemos hacerlo en alguna otra parte. Y al igual que la planta carnívora, que jamás forzaría su tranquila naturaleza vegetal si tuviera un suelo fértil y un sistema de raíces que le permitiera acceder al alimento, los seres humanos también violentamos nuestro natural crecimiento evolutivo hacia la sabiduría y la compasión, comportándonos como los espíritus hambrientos del mito y reduciéndonos transitoriamente a ser mucho menos de lo que verdade-

ramente somos. Si todo se reduce, entonces, a desarrollar un sano sistema de raíces que nos conecte con la infinita fuente de conciencia y compasión que es nuestra verdadera naturaleza, ¿cuál es entonces el modo más eficiente y rápido de conseguirlo?...

Los sabios desde tiempos remotos reflexionaron profundamente sobre esto y dedicaron milenios, a través de la investigación, el ensayo, el error y

En cada acto que adoptamos, decidimos en qué nos transformamos

el acierto, a encontrar las respuestas. Estas respuestas tomaron la forma de sistemas llamados "Yogas" (que significa "aquello que unifica") y en nuestros días estos Yogas continúan perfeccionándose y adaptándose a nuestra realidad actual, tal y como lo han venido haciendo siempre desde aquellos tiempos remotos.

Mientras tanto, a través de la historia, el hombre ha desarrollado un valioso cuerpo de conocimiento que le ha permitido evolucionar desde la superstición a la racionalidad, desde la desinformación a la ciberinformación, etcétera. Este saber enriquece hoy

a los sistemas clásicos de Yoga y lo perfecciona, generando nuevos sistemas que, al conservar lo mejor de los antiguos, integran elementos de éstos y conocimientos científicos actuales, haciéndolos todavía más idóneos para el hombre de hoy.

Cualquier persona que se inicie en la práctica de un sistema integral de Yoga descubrirá con gran sorpresa el enorme beneficio que éste le aporta a todos los niveles, desde el físico hasta el espiritual, sin dejar ningún aspecto de la vida de lado, y verá crecer en él la clara comprensión de que los espíritus hambrientos, las plantas carnívoras, los ángeles y los Budas son estados de conciencia al alcance de nuestra mano, y que en cada acto y en cada creencia que adoptamos, estamos decidiendo en qué nos transformamos. TM

www.yogavalencia.com

Clases de Yoga Integral

Con la Maestra Introdutora de este Yoga en España



Ananda Vir Kaur

Escuela Dharma Ananda

Zona Torres de Serranos
Teléfono: 617.421.832

Formación Profesores de Yoga Integral

¡Sumérgete en la dicha del Yoga y sé un Yogui!



Yoga Integral Dharma Ananda, (Federación Europea de Yoga) te invita a su curso de formación, a cargo de profesores y catedráticos universitarios, dictado de modo *próximo* y *comprensible* pero con máxima profundidad. 20 seminarios de fin de semana, uno por mes. ¡Descubre tus enormes capacidades y aprende a utilizarlas aun si no piensas dedicarte a la enseñanza! Visita www.yogavalencia.com, o llama al 662.138.357 y prueba gratis.

ADVERTENCIA: El Yoga Integral Dharma Ananda transforma la vida de quien lo practica.



El botánico alemán Andreas Korte.

ESENCIAS DE GEMAS

Rosa Benito
Coordinadora de
Librería Mandala

*Un tándem creado por Andreas Korte
a fin de obtener más eficacia*

en el artículo del mes anterior trataba de la acción de las esencias de Orquídeas del Amazonas de Phi Essences. Cada flor tiene asignada una esencia de gema para el arraigo y para un completo equilibrio. En este artículo trataremos de las esencias de gemas, que junto a las de Orquídeas, forman un efectivo tándem vibracional adecuado para tratar cualquier síntoma que queramos mejorar y sanar.

AMAZONITA: Favorece la unión con el entorno y facilita el acceso a lo esencial de las gemas y las plantas. Tiene un efecto energético, equilibrante y tranquilizante.

AMATISTA: Contribuye a una capacidad de relajación más profunda, intensifica la intuición y fomenta el desarrollo espiritual.

AGUAMARINA: Efecto purificante y clarificador de cuerpo

y aura, espíritu y alma. Fomenta la expresión y la manifestación de los sentimientos de forma armónica.

CRISTAL DE ROCA: Posee una acción limpiadora y desintoxicante a nivel psíquico. Refuerza el efecto protector del aura.

DIAMANTE: Trae la luz a la sombra del alma. Claridad y entendimiento que apoyan la autorrealización.

CUARZO ELESTIAL: Elimina bloqueos y aclara donde "nuestra" verdad no coincide con la verdad universal.

HEMATITE: Activa nuestro ser y tiene un efecto de arraigo en la tierra. Ayuda a reforzar nuestra salud y la confianza en uno mismo.

PIEDRA LUNA: Fortalece los aspectos receptivos, inspiradores y soñadores de las personas.

OLIVINO: Esta esencia relajante estimula los chakras corazón y plexo solar, purificándolos y abriéndolos a la ale-

gría y al amor hacia uno mismo y a los demás.

CUARZO AHUMADO: Ayuda a reconocer nuestro "lado oscuro" y a aceptarlo. Nos permite identificar nuestro "dharma", aportando alegría y energía para los nuevos comienzos.

CUARZO ROSA: Disipa la negatividad con una suave vibración. Propicia la aparición de la ternura, el amor y ejerce un efecto armónico sobre el cuerpo emocional.

RUBÍ: Estimula el chakra base y corazón, impulsando la energía y la alegría de vivir.

CUARZO RUTILADO: Nos ayuda a encontrar la raíz de los problemas y permite que la luz penetre en las partes oscuras del alma.

ESMERALDA: Abre nuestro corazón a la multiplicidad de la vida. Nuestra intuición se afina y la unión con nuestro "Yo superior" se hace más evidente.

TOPACIO: Convierte la negatividad en alegría y amor. La energía asciende del plexo solar al tercer ojo, uniendo la sabiduría interior con la intuición superior.

TURMALINA AZUL: Disipa las emociones estancadas en el plexo solar, pudiéndolas expresar mediante el lenguaje. Revitaliza nuestra parte femenina y sensible de nuestro ser.

TURMALINA ROSA: Libera el chakra corazón de las acumulaciones de experiencias negativas de la vida, armonizándonos con el "todo".

TURMALINA NEGRA: Contribuye a la desaparición de las vibraciones negativas en el cuerpo y el alma, y ofrece protección energética ante radiaciones de aparatos eléctricos.

TURMALINA SANDÍA: Potencia la renovación celular. Incrementa el poder de autocuración. Conecta nuestro chakra corazón con nuestra espiritualidad.

CUARZO CITRINO: Transmite seguridad personal. Equilibra el nivel

emocional del plexo solar y fomenta el coraje.

Metales

Phi Essences de Andreas Korte ha ampliado sus esencias vibracionales de gemas en veintiséis más. En esta ampliación también se han añadido metales.

ÁGATA: Brinda protección, fuerza y conexión con la tierra; transmite un profundo sentimiento de seguridad.

APATITO: Tranquilidad, claridad, concentración y meditación. Es adecuada como apoyo en trabajos de regresión.

CRISOBERILO: Fomenta la capacidad, equilibrio y limpieza mental. Apoya energéticamente la visión.

ÓPALO DE FUEGO: Estimula nuestra creatividad, ayuda a soltar bloqueos y fomenta la iniciativa.

FLUORITA: Tranquiliza y relaja, incrementa la capacidad de concentración y meditación.

ORO: Simboliza la vitalidad, la energía activa, refuerza el plexo solar y la fuerza de voluntad.

GRANATE: Apoyo energético, vitalidad, autoconfianza, Refuerza la conexión con la tierra.

DIAMANTE: Aporta luz a todos los niveles. Apoya la meditación, el sueño y facilita la elevación de conciencia.

JASPE ROJO: Ayuda energética. Protección frente situaciones de miedo o estrés. Arraigo con la tierra.

CORAL: Estimulación energética, ayuda a disolver bloqueos. Fomenta procesos de autocuración y regeneración, favorece la fijación del calcio.

COBRE: Revitalización y desintoxicación. Fomenta el optimismo, la armonía y protección.

LAPISLÁZULI: Fortalece la intuición y la claridad mental. Ayuda a los estados meditativos e incrementa la compasión y la bondad.

MAGNETITA: Conexión con la natu-

raleza. Ayuda a atraer positividad a nuestras vidas. Incrementa la energía Yang.

MALAQUITA: Equilibra las chakras desde nuestro centro del corazón. Deja aflorar y sana, nuestras emociones reprimidas.

MOLDAVITA: Protección, equilibrio. Es una buena aliada para la meditación y para la intuición.

OBSIDIANA: Limpieza y desintoxicación a todos los niveles. El intelecto y la intuición se unen armónicamente.

PERLA: Equilibrio a nivel emocional. Refuerza la sensibilidad, la intuición y el psiquismo.

PLATINO: Estimula las fuerzas psíquicas, brinda acceso a la intuición y al equilibrio energético.

ZAFIRO AZUL: Inspira, tranquiliza, ayuda a resolver miedos y fomenta el sueño y la conexión el "Yo superior".

PLATA: Fomenta la intuición, la protección emocional, la sensibilidad, la fantasía y los sueños.

PIEDRA DEL SOL: Disuelve bloqueos del plexo solar, actúa revitalizando y estimulando. Equilibra nuestra fuerza de voluntad.

SUGILITA AZUL: Acción liberadora y tranquilizante. Indicado para la meditación, visiones y procesos transpersonales.

SUGILITA VIOLETA: Ayuda a integrar la espiritualidad en nuestra vida y a la eliminación de la tristeza y la melancolía.

OJO DE TIGRE: Apoya la expansión hacia los demás. Es protectora y ayuda en los procesos mentales.

TOPACIO AZUL: Fomenta la creatividad artística y la inspiración. Aporta tranquilidad y claridad mental.

ZIRCÓN: Posee ondas muy tranquilas. Aporta paciencia y "saber escuchar" a los demás. TM

Ⓞ Andreas Korte visita Valencia el 27 y 28 de noviembre



¡Gran acontecimiento!!! **ANDREAS KORTE**

en VALENCIA

"Esencias de la Madre Tierra" El 27 y 28 de Noviembre 2007

¡Reserva YA! Plazas ilimitadas

LIBRERÍA
mandala

C/ dels Tomasos, 14 (junto mercado Russafa) · Tfn: 963 355 056
· www.libreriamandala.com · libreriamandala@yahoo.es

EL JUEGO Y NUESTROS NIÑOS



Redescubrir un recurso imprescindible para el aprendizaje. (Primera parte)

Evamaría Molina
Directora del
Gabinete Amanecer

qué les pasa a nuestros niños? Esta es una de las consultas más habituales que nos realizan en el gabinete y, después de más de veinte años de experiencia pedagógica recordamos y remarcamos que sus juegos, el uso de su imaginación junto con su capacidad de aprender por imitación

son realmente importantes,

Los niños y las niñas sanos quieren jugar a todas horas y aprenden muchísimo del juego. El juego esta presente en la vida de nuestros niños. Un niño sano quiere jugar desde la mañana hasta la noche. Su juego emana desde lo más profundo de su ser y le permite mantener de forma fluida su fuerza vital, que es tan necesaria para el crecimiento exube-

rante que está desarrollando. Si un niño pierde el interés por jugar es casi siempre una señal indicativa de que está enfermo. De hecho suele ser uno de los motivos por los que vienen sus padres y madres buscando una atención, orientación y asesoramiento especializado

El juego se está redescubriendo de nuevo, al menos un poquito. Algunos educadores están trabajando sobre nuevos métodos en la educación preescolar y algunos de estos procedimientos han devuelto el juego al Parvulario. A pesar de ello, la mayoría de los educadores sigue convencida de que han de aleccionar a los niños, si es que tienen que aprender algo. Y aquellos que saben que es el juego el medio ideal suelen encontrarse a veces con padres que creen que no están enseñando a sus hijos e hijas. Todavía hay padres y maestros que no se han dado cuenta de que el aprendizaje consciente en los años preescolares interfiere con el estado de ensueño que se necesita para jugar.

El nuevo método es enseñar jugando y no a través de fichas y de libros didácticos como se suele hacer. Sin embargo, todavía hay que hacer énfasis en la enseñanza, porque la mayoría de los educadores modernos aún no han observado que los niños aprenden con el juego creativo que ellos mismos llevan a cabo.

Dos capacidades esenciales

Debemos proteger y promover el juego en los niños tanto como podamos, para que lleguen a tener pensamientos creativos y vitalizados. No podemos, como adultos, ponernos como modelo en el juego, ya que hemos perdido la habilidad que tiene el niño para jugar. Los más pequeños poseen dos únicas capacidades esenciales para el juego correcto: una es la habilidad de aprender el mundo por imitación y otra es la capacidad de usar la imaginación o la fantasía para hacer suyo el mundo.

El niño pequeño es como una esponja y absorbe casi todo lo que está en su medio ambiente. Y lo más interesante para él son los adultos. Lo que más desea el niño es llegar a ser completamente humano. Se fija en sus padres, maestros y otros adultos para ver cómo aprende a vivir en esta tierra y desarrollar su existencia. El niño quiere imitar todo lo que ve en los adultos y hacerlos. Pero el poder de la imitación llega aún más lejos. El niño puede penetrar bajo nuestra piel e imitar nuestros estados de ánimo y nuestros pensamientos sobre la vida. Así pues, tenemos una responsabilidad inmensa. Debemos tratar de ser dignos de ser imitados por el niño. Por suer-

te, los niños no esperan que seamos perfectos. Pero sí desean que seamos personas que estemos en un proceso de crecimiento interno para poder imitar también nuestro propio esfuerzo.

Cuando los niños absorben el ambiente de concentración y el amor que tiene el adulto por la tarea, una imitación todavía más sutil, pero quizás más importante, tiene lugar. Si alguien está de mal humor o tenso en su tarea, los niños no se acercan a ayudar. Y aún más, absorberán nuestra tensión y nuestra aversión por la tarea, y una tensión reinará en la sala de juegos. Si en un momento como éste el adulto puede relajarse, el niño respirará profundamente y entonces el juego se relajará.

La habilidad del niño para imitar pasa por una metamorfosis y aparece más adelante como la habilidad de tener criterio propio

Los niños juegan mejor si los adultos de su alrededor trabajan con la concentración y la atención como un buen artesano aplica a su trabajo. El amor por el material, la destreza en los movimientos, el sentido de determinación y la belleza inherente a la tarea se comunican al niño. Estas cualidades son transportadas a su propia actividad y se ve una nueva profundidad en su juego.

Actualmente, en nuestras casas y en los parvularios, los niños ven muy poco trabajo hecho con esta concentración. Los adultos corren de una actividad a la otra, y un sentimiento de apresuramiento penetra en la vida. Cuando los niños imitan a los adultos apresurados, les entra un nerviosismo y su juego sufre considerablemente. Si no se corrige este nerviosismo, puede aparecer más adelante como una superficialidad en el pensamiento del joven. La habilidad de un niño para imitar pasa por una metamorfosis y aparece más adelante en su vida como la habilidad de tener criterio propio.

Cuando el niño se acerca a la edad escolar (6-7 años) pierde la confianza en que podrá, con la imitación, afrontar todo lo que nosotros hacemos. Entonces, el niño empieza a vernos como a maestros que le podemos enseñar a hacer las cosas. En este momento, el niño está a punto para aprender y busca una "autoridad bien apreciada". Ese es su estado de ánimo cuando se acerca a la maestra de clase. El mismo estado de ánimo afecta a la relación del niño con sus padres y con los demás adultos. TM

SANA

Bienestar y confort estético, beneficios que aportan las lámparas de sal en nuestra casa o el despacho

Sabía que el aire que respiramos a diario está contaminado de diversas y potenciales dañinas sustancias: humos, ácaros, pelos de animales, y por aparatos eléctricos como televisores, ordenadores, microondas, consolas de videojuegos, etcétera? Pues no es sólo la polución ambiental por la emisión de gases la razón de ciertas amenazas que se ciernen sobre nuestra especie humana, como verá. Este aire contaminado se encuentra formado por iones positivos, que dañan el organismo. La intoxicación debida al excesivo número de iones positivos en el aire puede considerarse como causa de debilidad, ansiedad, depresión, insomnio y enfermedades del sistema respiratorio. Precisamente, las lámparas de cristal de sal permiten neutralizar los iones positivos gracias a que producen iones con carga negativa que favorecen el equilibrio. Además la luz que emiten es muy relajante.

Las lámparas de cristal de sal, hechas de rocas naturales formadas

a lo largo de más de 250 millones de años, son únicas en cuanto a color y forma, y ofrecen un confort estético, así como un gran bienestar. Su acción, tal y como subraya Ximo, del Bazar Esotérico Mayka, es por partida doble: efecto ionizante y cromático.

- Efecto ionizante: la luz eléctrica se compone de iones positivos y negativos. El término negativo no significa que sea "malo", sino que aquéllos tienen esa polaridad. Numerosos estudios demuestran que los iones negativos resultan muy beneficiosos para la salud. Las lámparas de cristal de sal restablecen nuestro equilibrio interno, emitiendo iones negativos que se producen cuando la luz está encendida.

- Cromoterapia: debido a la agradable luz que proyectan, unos tonos naturales en blanco y anaranjado, estas lámparas poseen un efecto beneficioso sobre el estado físico y afectivo. Las terapias con color explican que la luz naranja estimula la creatividad y tiene efectos relajantes sobre los seres humanos. Además, la luz blanca

ayuda en la concentración y refuerza la claridad de ideas.

Por todo ello, los especialistas en Feng Shui recomiendan estas lámparas como armonizadores del entorno. Se ubican en zonas claves del bagua, como es el área de fama o prosperidad, reforzando el elemento fuego. Una advertencia,

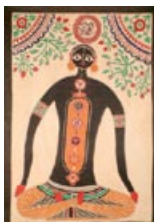
En cada acto que adoptamos, decidimos en qué nos transformamos

no hay que poner las lámparas en lugares húmedos o al aire libre.

Para obtener una mayor efectividad, a la hora de adquirir una lámpara de sal es recomendable considerar el tamaño del lugar donde se la piensa instalar y comprar aquella que se adecue a las necesidades. TM



Las lámparas de sal brindan efectos saludables en el hogar.



CENTRO LAKSHMI

Hatha Yoga • Y. Embarazadas
Y. Posnatal • Taichi • Meditación

C/ Sueca, 56-4 Valencia 617 745 448
centrolakshmi@yahoo.es



Equilibra tus emociones

Flores de Bach y Esencias Florales de Findhorn

MIRIAM LIER
Terapeuta Floral

Consultas con cita previa

Inicio en noviembre de cursos de Flores de Findhorn en Valencia con entrega de diplomas y dossiers.

Informes e inscripción: 635 856228

Bindi

Avda. Pío XII, Nº 2 - Local 179 B
46009 Valencia.
Tel. 963 470 858

BAZAR ESOTÉRICO MAYKA

Tarot
Astrología
Feng Shui
Lámparas de sal
Simbología Esotérica
Piedras Semipreciosas
Amuletos y Talismanes
Esencias florales y de gemas

C/ Prof. Beltrán Bágüena, Nº 5 - Local 3
Tel. 963 462 117 - 46009 Valencia.
E-mail: bazmayka@teleline.es



TUS DOS TIENDAS ESOTÉRICAS EN EL NUEVO CENTRO

SOÑÉ QUE SOÑA

Indicaciones oportunas en el camino hacia el “conócete a ti mismo”

Pedí un sueño bonito anoche y, de lo que recuerdo, una imagen me atrae y llama la atención. “Es una niña que está constreñida dentro de un traje hecho con retazos de tela; lo voy a coser, voy a unir las partes del vestido, pero siento que está oprimiendo a la niña y yo no quiero; parece un Frankenstein. Es un traje de buena calidad y hecho a mano, pero le queda fatal; pienso coserlo con puntada grande, vistosa; en realidad, no quiero hacerlo...”.

Agradezco a mi inconsciente esta escena, es un camino para conocerme. Es una parte de mí que habla a otra parte de mí; cuando entiendo lo que me dice y lo integro en mi vida, elevo mi nivel de conciencia. Esto es sencillo cuando siento simpatía hacia mi sueño, sintonizo con él.

¿Y qué hago con este sueño para aprender algo de mí e integrarlo en mi vida?

Primero dejo que me hablen los elementos que aparecen en mi sueño: las personas, objetos, paisaje, colores; alguno me llama la atención y lo considero el símbolo básico del sueño; puedo analizar después otros, todos me dicen algo importante.

Aquí he destacado a esa niña embutida en un traje hecho a trozos. Por una parte, las piezas del traje están sin coser y, sin embargo, la constriñen. Este es el lenguaje de los sueños: aparentes incongruencias, símbolos; en realidad, son piezas de un puzzle que encajan perfectamente. Contemplo a esta niña, escucho con atención lo que me dice: “Este traje no me gusta...

no me deja moverme... no voy a crecer dentro de él... no puedo correr... quiero ir desnuda... ponerme lo que yo quiera...”.

Es mi parte emocional que sabe lo que quiere.

Le manifiesto mi preocupación; le digo que necesita cubrirse para no enfermar, para gustar a los demás; que el vestido es muy valioso, le explico que cada pieza se la ha regalado alguien que la quiere; que estoy dispuesta a coserlo de una forma bonita y va a ser la envidia de todos. Es mi parte racional, trata de convencer a la niña.

Continuamos con nuestro diálogo; podemos proponer acuerdos, soluciones...

La niña está dispuesta a ceder, como casi siempre, agachando la cabeza.

Yo puedo hacer lo que no me gusta, como casi siempre, cumplir con mi obligación y coser el vestido; pero hoy decido otra cosa: cojo unas tijeras y corto el traje de arriba abajo y dejo a la niña libre. ¡Ufff, qué alegría!

¡La niña no sonríe!, está sorprendida; quería, pero... no esperaba. Es como aquel pájaro con la puerta abierta de la jaula y no se atreve a salir.

Los sueños nos hablan, una y otra vez, de actitudes, hábitos, conductas, que nos hacen infelices; de miedos y temores que nos impiden crecer. Y otros, ¡qué lucidez! ¡Soñé que soñaba! Estoy despierta dentro del sueño y puedo abrir puertas, despedir miedos.

Que nadie te robe tu sueño

Son muchas culturas, escuelas, personas las que han trabajado en profundidad con los sueños; a mí me en-

BA

Isabel Altozano



riquecen, me entusiasma aproximarme a ellas y extraer lo que puede ayudarme para leer mis sueños; son indicaciones oportunas en el camino hacia el "conócete a ti mismo". Pero soy yo, eres tú, quien únicamente es

dueña/o de su sueño; que nadie te lo robe con sus interpretaciones. TM

www.isabelaltozano.com



ESCUELA BENE VIVERE
www.isabelaltozano.com
Gran Vía Fdo el Católico, 24, 4º-13ª
96 347 39 50 - 680 126 190

gabinete PEDAGÓGICO
¡vive! conócete eleva tu autoestima contacta con tus sentimientos mejora tus relaciones liberatús miedos programatu vida ¡vuela!

gabinete de ARQUITECTURA
proyectos, rehabilitaciones; arquitectura con alma

aprendo a vivir
aprendo a vivir

Charla, martes 1º de cada mes:
2 de octubre: ¡puedo expresarme sin juicios!
6 de noviembre: ¡puedo conseguir mis metas!
4 de diciembre: ¡puedo comunicar con empatía!
De 7.30 a 9.30. Precio: 10 euros

Seminario permanente:
trimestre 1º: DESPROGRÁMATE
trimestre 2º: CREO MI VIDA
trimestre 3º: PSICOLOGÍA DE LA FELICIDAD Y DE LA ABUNDANCIA

- Taller: Sueños
Vivir creativamente
Saber vivir, saber morir
- Curso: Autoestima
Relación de Pareja
Inteligencia Emocional
- Sesiones de análisis-comentario de películas y libros (gratis).

Y, sobre todo, ¡a vivir disfrutando!
¡ponga DESPRO en su vida!

NUEVOS TIEMPOS Y PROPUESTAS

Qué es lo que propone el tránsito de Saturno en Virgo

Fabiana San Martín
Astróloga



anteriormente, en el número de septiembre, hacemos referencia al tránsito de Plutón en sus diferentes aspectos y comenzamos a hablar de Saturno en Virgo. Describíamos lo que propone éste tránsito, “la dificultad que todos tenemos para transformar nuestro criterio de la realidad”, de nuestro “cómo deben ser las cosas”...

Saturno tiene que ver con los mandatos, modelos, construcciones de la realidad a nivel psíquico, y en cuanto a lo físico, con la columna vertebral, las rodillas, los huesos en general.

Nos da estructura, ritmo, tiempo, espacio. El tiempo, con sus cualidades: infaliblemente rítmico, preciso en su transcurso, en sus leyes.

En conocimiento de todo esto, tratemos de comprender qué es lo que propone este tránsito, de Saturno en Virgo. Hablaremos de la cualidad de esta energía; luego, esto mismo jugará en cada uno, donde se encuentre el signo de Virgo en sus respectivas cartas, desde el lunes 3 de septiembre hasta el 29 de octubre de 2009, cuando entre en la constelación de Libra. Concentrémonos, por tanto, en Saturno en Virgo.

Saturno es eficiente, consciente del tiempo; a Virgo le gusta el orden, la

lógica, es decir que es una forma eficiente y realista de vivir la realidad, organizada y en orden.

Por tanto, estaremos mentalmente más organizados, más concentrados en el aquí y ahora. Tendremos la necesidad de ser puntillosos con las actividades cotidianas, encararlas con mayor sensatez. Poseeremos la capacidad de encontrar el momento oportuno para las cosas que deseamos (Saturno, tiempo; Virgo discrimina), estudiar nuestras posibilidades u opciones.

Mucho de aquello que estaremos analizando a nivel personal se relacionará con nuestro trabajo, nuestra carrera. Sentiremos demoras en nuestros planes (Saturno lentifica con el propósito de que podamos ver lo que vamos a hacer), para que esto tenga tiempo de ser analizado y estudiado a conciencia. Avanzaremos, pero de forma segura, a conciencia y con cautela. Si nos sentimos estancados en ciertas áreas de nuestra vida, tal vez sea por que nos hemos negado, en tránsitos anteriores, a cambiar nuestros puntos de vista, a respirar aire nuevo, y ahora huele mal. Esto se incrementará hasta ahogarnos y tendremos una imperiosa necesidad, impostergable, a un autoexamen.

Deberemos ver cómo es que llegamos hasta aquí, si es que deseamos salir de este punto. Hacer terapia puede ayudar. Si alguien nos escucha, podremos poner aire a nuestra sensación de encierro,

reflexionaremos. Tenemos la responsabilidad (palabra de Saturno) de definir nuestros asuntos y comunicar nuestros sentimientos sin miedo, sin ambigüedad.

Si nuestro proceso ha sido otro, éste será un periodo en el cual podremos organizar cosas en nuestra vida y ponernos al día con nuestros asuntos personales. Liberarnos de aquello que ya no necesitamos, cosas guardadas en los armarios que podremos regalar, y también así en nuestra mente, en nuestro corazón. Saturno siente que lo terrible es perder el tiempo. Intentemos no sobrecargarnos.

Soltar

Recordemos lo que ya hemos visto del tránsito de Plutón y veremos como todo el mandala trabaja en un sentido mancomunado para objetivos concretos, para nuestra evolución. Plutón nos levantará a lo más soñado, si hemos venido haciendo el trabajo con valor y respeto, fidelidad y libertad con nosotros mismos; si soltamos, nos llenará de evolución y desarrollo, generándonos deseo de introspección, de discriminación entre lo que hoy Es, fiel a nosotros mismos, y lo que no lo Es. Solamente lo vacío es llenado y lo lleno es vaciado. Sin miedo, con valor y confianza.

No podríamos movernos libremente si aún estuviéramos vestidos con la ropa que llevábamos a los 11 años; ajustarían sus costuras, resultaría imposible

desarrollarnos en libertad. Así es nuestra mente, hoy debemos sacar el centímetro y medirnos nuevamente, pensar de qué color queremos sea nuestra nueva vestimenta, y comenzar a trabajar por ello. En enero se nos mostrarán telas nuevas, hilos nuevos, pero si no nos animamos a sacarnos ese viejo atuendo, sólo estaremos ocupados en poder movernos en ese muy pequeño, antiguo y temeroso lugar que nos ha servido en el pasado. Pero hoy es otro tiempo, con nuevas propuestas. TM

significado@gmail.com



**Escuela
para
la Vida**

Formación en
Coaching Integrativo

*Un apasionante desafío
para concretar nuestros
propósitos fundamentales
y encontrarle un sentido
vital y trascendente
a nuestra propia vida.*

www.humanamente.com
Más información: 645 582 714

**Inciensos de la India, Velas,
Minerales, Bisutería, Decoración,
Regalos, Aloe Vera, Rosa Mosqueta,
Feng Shui, Rosa de Jericó,
Antroposofía, Biodinámica, Cuentos...**

Distribuye:

Azabache
pedras y minerales

962 679 506 - info@azabachepm.com

EL PRÍNCIPE Y LA CABRONA

“La mayoría de las decisiones importantes es desastrosa, caótica o intensa, porque requieren tanta energía como la que se usa en la negación”.
G. Borja



Margarita Llamazares
Psicoterapeuta

Los que sobrevivieron a relaciones tóxicas, aman la vida, no saben por dónde tirar, prefieren conciencia versus comodidad, llevan mal la adolescencia psíquica, adoran a Peter Pan y sienten miedo ante Garfio, a quienes saben marcar territorio, y ni flores... sobre todo a las mujeres que les cuesta el “no” y aman ciegamente. Él era el príncipe. Lo decía su

capa de raso, aunque bien visto, colgaba un poco de más. También el sombrero de pluma... ¿Pluma?, no he dicho nada. En cuanto a las botas, le sobraban un par de números, tal vez en las rebajas...

¡Bah!, tonterías, nimiedades sin importancia.

Él era el definitivo. El príncipe que había encontrado tras besar tantas ranas. Se lo había vaticinado su tía abuela: “Muchas son las

ranas que besarás antes de encontrar al príncipe". Y por cansancio, quizás, aceptó ponerse las lentes de no ver (se llama denegación y es un mecanismo de defensa que consiste en quedarse con lo que uno sueña, negando lo que hay, sólo hay que cortarse las alas de la percepción varios centímetros, y tirar pa'lante con gafas a lo Maritiro).

Tener el sentido de la realidad bien puesto

En cuanto descubrió que Él era quien se imaginó, desplegó, todos los encantos aprendidos en la Escuela de la Mujer Descomplicada: servir el café con leche como una geisha, ser más silenciosa que una monja de clausura, borrar el "no" del diccionario. Poner cara de póker o de gacela drogada cuando se trataba de tomar unas vacaciones, una entrada de cine o, más fácil, el té.

Hasta que un día el dragón interior la poseyó y del fuego de "hasta aquí hemos llegado" nació un "no me da la gana" como un castillo. Había nacido la cabrona, que se extendió a todos los campos de su vida.

A partir de ese momento le impidió vivir amordazada, ser manipulada como una Barbie, estar poseída por el deseo del otro, deformada e irreconocible en su actitud de ser aceptada a toda costa por todo quisqui. Entró a saco Robocop desplazando a Wendy. Apareció alguien rebelde como un huracán y más con los pies en la tierra que Miss Maruja 2006.

Emergió un ser altamente respetable porque no toma pastillas para dormir sino decisiones; sabe poner límites, confrontar y no que-

darse a partir un piñón cuando no toca, ser sincera con lo que hay sin proyectar lo que ya es, idealizando a todo bicho viviente (de hecho, sólo vemos en el otro lo que somos, aunque sea en potencia).

Cuando le decimos no a alguien, estamos diciéndole sí a nuestro ser. Sentirse culpable indica "me estoy teniendo en cuenta". Hay que pasar por ahí, sabiendo que el otro tiene derecho a su cabreo, más irracional, cuanto más narcisista. Saber pedir lo que se necesita es tener la función yo, el sentido de la realidad bien puesto.

El origen de todos los conflictos está en no saber lo que se siente, no decir lo que se quiere y no hacer lo que se dice. Desconectarse.

El remedio sería ser astutas como serpientes y cándidas como palomas al mismo tiempo. Tomar este "medicamento" varias veces al día, siendo solidarias a la par que lúcidas, inocentes y sobre todo presentes, en ese continuo de conciencia tan delicioso que es vivir, si entramos en lo que pasa con pies de plomo y sin ideas preconcebidas.

Hombres también

Le oí a un colega sabio decir: "Si conseguimos hacer reír a un paciente, el 70% del trabajo ha sido hecho". La neurosis es no contemplar una segunda opción, sería algo así como sentirse en un día lluvioso en Londres aunque se esté bajo el sol de Hawai. La risa ayuda a descomprimir.

Aunque escrito en clave de humor, esto no es un cuento, sino un reconocimiento a todos los valientes, incluyo a los hombres (también vienen a terapia, los que vienen), que han sabido crear un mundo mejor sacando a pasear su dragón sin bozal ni nada.

Ejercicios simples para dejar de ser una monada

"¿Me haces la cena, me pones las zapatillas a calentar, me alcanzas el periódico mientras yo veo el partido? (Aunque estás cansada como una mula)".

Respuesta directa: "Va a ser que no".

"¿Te haces cargo de mis perros aunque sus pelos te den alergia que voy un poco a las cataratas Victoria y vuelvo?".

Respuesta indirecta: "¿Pierdo el bus, hasta luego!".

"¿Te importa que me vaya a Brasil y te devuelva lo que te debo cuando vuelva, aunque tu te quedes sin vacaciones?".

Respuesta puñetazo: "¿Además... prima?".

Existe un largo etcétera que podrás ampliar con imaginación y contundente asertividad.

A todos los que he acompañado con mi trabajo en su viaje de llegar a ser por fuera lo que ya eran en un grito de cabreo amordazado por dentro. ¡Olé! M

Psicoterapia de Orientación Gestáltica y corporal. Individual y de pareja

Para sentir Explorar. Soltar amarras. Viciar los boñillos del miedo y la tristeza. Dejar atrás el pasado. Crecer hasta tu verdadera estatura. Con todos tus recursos en acción. Trabajando llega la libertad.

MARGARITA LLAMAZARES

Valencia y Puerto de Sagunto

CITA PREVIA: 658 466645

Dra. M^º Milagros P. Montero

Medicina natural y psicoterapia

Exposada en
**BIORRESONANCIA
CUÁNTICA SCIO**

Tel: 663 151 905 - 661 223 557



CURSOS DE FORMACIÓN SINTAGMA
ESCUELA DE TERAPIAS NATURALES

ACUPUNTURA BIOENERGÉTICA Y MOXIBUSTIÓN

CON AVALES UNIVERSITARIOS: EXPERTO UNIVERSITARIO



C.E.M.E.T.C.
CENTRO DE ENSEÑANZA DE LA
MEDICINA TRADICIONAL CHINA



REAL CENTRO
UNIVERSITARIO

María Telesma



ESCUELA SINTAGMA

C/ Padre Rico, 8, 10, 11. 46008 Valencia

Tel. 96 3 85 94 44 - 902 02 46 83

correo@escuelasintagma.com

www.escuelasintagma.com



Metro: a 2 minutos parada "Ángel Guimerà".

EMT: a 2 minutos parada "Jesus Maria" (2, 3, 22, 60, 61, 62, 63, 80)

MetroBus: a 2 minutos parada "Ángel Guimerà".



SINTAGMA

ESCUELA NACIONAL SUPERIOR WUDAO
SINTAGMA - SERRATO

武術塞拉托學校



TAI CHI - CHI KUNG

FORMACIÓN DE INSTRUCTORES
PROGRAMAS Y PROFESORES INTERNACIONALES



ESCUELA SINTAGMA

C/ Padre Rico, 8, 10, 11. 46008 Valencia

Tel. 96 3 85 94 44 - 902 02 46 83

correo@escuelasintagma.com

www.escuelasintagma.com



Metro a 2 minutos parada "Ángel Guimerá"

EMT a 2 minutos parada "Jesus Maria" (2, 3, 22, 60, 61, 62, 63, 80)

MetroBus a 2 minutos parada "Ángel Guimerá"

Arolo Tifar, el arte de sanar cuyo origen procede de una antigua civilización, redescubierta en los 90

Pamela Field



SABIDURÍA DE ATLÁNTIDA

arolo Tifar es una técnica de sanación energética que proviene de la civilización atlante. Redescubierta por Eckard Strohm en los principios de 1990, Arolo Tifar es la parte “activa” del Reiki, su complemento. Es especial por su sistema de diagnóstico, que explora los cinco

campos del cuerpo (material, energético, emocional, mental y espiritual) y permite al terapeuta determinar con precisión absoluta dónde se encuentra la raíz del mal funcionamiento para tratarlo directamente.

Sin esta información es difícil llevar a cabo con éxito un proceso de aprendizaje y/o sanar una enfermedad. Imaginemos, a modo de ejemplo, el caso de alguien

que sufre de inseguridades en forma de sentimientos de tristeza. La persona enfoca su atención en las emociones para sanarlas, pero sigue sintiendo los mismos síntomas. Un diagnóstico de Arolo muestra que la raíz no está en las emociones, sino en los pensamientos (mente). Durante el tratamiento se advierte que el problema es una serie de programaciones mentales que proviene de su niñez.

El tratamiento aliviará el problema y la persona sabrá dónde dirigir su atención. Es decir, resulta imposible sanar la raíz (campo mental) enfocando sólo los síntomas (campo emocional).

En la mayoría de los padecimientos que he tratado casi nunca apareció la causa en el cuerpo físico mismo (plano material). Es imprevisible saber dónde está localizada la raíz de una enfermedad para que el paciente pueda trabajar los temas necesarios para restablecerse. He visto casos de personas con hipotiroidismo en los que la raíz apareció en el plano emocional. Estas personas habían "tragado" muchas palabras y situaciones durante el curso de su vida, les faltaba el permiso de expresarse. La combinación de la terapia de Arolo Tifar y su propio trabajo sobre el tema (durante un periodo de entre 6-9 meses) llegó a recobrar su salud.

Otro factor importante es que hemos heredado "un paquete" de historias no resueltas de parte de nuestros padres, abuelos, etcétera. El diagnóstico de Arolo muestra si la raíz proviene de este ori-

gen. Trabajando energéticamente, permite acceder y descargar un parte significativo de los patrones, programaciones y memorias genéticas heredados.

Las palabras Arolo Tifar son palabras auténticas del idioma atlante que significan "una persona que ha equilibrado lo interno y lo externo." La energía canalizada durante una terapia de Arolo Tifar busca alinear la persona con su autenticidad para que viva en una forma coherente y de acuerdo con su esencia. Entonces, como dice una de las leyes cósmicas ("como es dentro, es fuera"), la resonancia atraerá las situaciones, personas y oportunidades que más convienen.

Hoy en día los grupos indígenas hablan a menudo sobre la acción y la responsabilidad. Este principio se encuentra dentro de la técnica de Arolo Tifar. Cuando el paciente posee la información necesaria para llevar a cabo un aprendizaje, tiene también la responsabilidad de actuar sobre ella. TM

www.arolotifar.com

Pamela A. Field es directora de talleres, conferenciante y sanadora a nivel internacional. Durante los últimos diez años ha viajado a fondo por toda España (así como Alemania, Suiza, Austria e Inglaterra) dirigiendo talleres para mujeres, impartiendo conferencias y ofreciendo trabajos de sanación. Es autora del libro "La mujer que se sueña a sí misma: El papel de la mujer en los tiempos actuales según las antiguas profecías".

Está licenciada en Estudios Interculturales, por la Universidad Estatal de Nueva York. Ha viajado para investigar las técnicas de sanación, creencias y profecías de los sioux lakota, apaches, toltecas y maoríes. Recibió enseñanzas directas de algunos de sus ancianos, chamanes y guardianes del linaje; entre ellos, Carlos Castaneda.

Está formada por Eckard Strohm como mestra esenia, maestra de Arolo Tifar e instructora de Los Ángeles de Atlantis. Es profesora independiente de la Reiki Association International



LIBRERIA
mandala

¡Gran acontecimiento!!!

en VALENCIA

¡Reserva YA! Plazas limitadas

ANDREAS KORTE

Curso: "ESENCIAS DE LA MADRE TIERRA"

El 27 y 28 de Noviembre 2007

y **PAMELA A. FIELD**

Presentación de su libro: "La mujer que se sueña a sí misma"
y *Meditación especial* · Viernes 30 Noviembre

Curso: "AROLO TIFAR"
El Arte de sanar de los Maestros de la Atlántida
Sábado 1 y domingo 2 Diciembre

C/ dels Tomasos, 14 (junto mercado Russafa) · Tfn: 963 355 056 · www.libreriamandala.com · libreriamandala@yahoo.es

CANTO UNIVERSA

Como parte de su gira mundial Celebrate Peace, Snatam Kaur actuó en Valencia invitada por Gobinde. Esta artista nacida en Estados Unidos -entre los considerados para recibir el Grammy en el rubro New Age en 2002- se presentó ante el público que colmó el templo parroquial de San Miguel de Soternes, junto a Gurú Ganesha Singh, Manish Vyas y Dass Khalsa. Horas previas al show, Snatam dialogó con TÚ MISMO

Aurelio Álvarez Cortez

-¿Qué significa tu nombre, Snatam?

-Mi maestro espiritual, Yogui Bhajan, me lo dio cuando nací, en 1972. Mis padres practicaban kundalini yoga con él, y también abrazaron el estilo de vida sikh. Snatam significa Universal y Kaur, Princesa. Todas las mujeres sikhs llevan el nombre de Kaur y los hombres, Singh, que quiere decir León. Además, como sikhs también tenemos el apellido Khalsa, que traducido es Pureza de Conciencia.

Yogui Bhajan me dijo que mi nombre significa ser el núcleo y el universo a la vez, ver la perspectiva interna y externa del universo. En mi trabajo para hacer los conciertos por la paz el nombre me ha servido de inspiración, también



Snatam Kaur cautivó al público de Valencia.

para mantenerme en mí misma como soy, en mi centro, en mi interior, para llegar a todo el mundo, sea quien sea el que escuche.

-¿Te sientes especial por eso, ante los demás?

-No, siento constantemente que tengo tantas cosas por aprender y tantas formas en las que puedo crecer. Tiendo a ser bastante auto-crítica, siempre quiero mejorar. Mi maestro Yogui Bhajan vivió una vida tan increíble en este planeta, y todavía está conmigo, en mi corazón y a través de sus enseñanzas. Es un ejemplo de excelencia y de humanidad, tengo tanto para aprender en comparación con eso..., pero me siento cómoda al darme cuenta de que tengo un largo camino que recorrer. Si Dios

quiere darme la realización, estoy aquí. Lo genial de Yogui Bajhan es que decía que la felicidad es tu derecho legítimo, por nacimiento, no importa quién eres, de dónde provienes, qué haces en tu vida espiritual. Empieza en algún lugar, haz algo. Siento que estoy en el lugar y el momento adecuados, y que todos lo estamos. Es importante siempre dar los pasos que están en frente de ti.

-¿Que te propusieran para los grammys en el 2002 simbolizó algo para ti, te acarició el ego?

-En realidad no fui oficialmente nominada, estaba en una lista para su consideración, pero aun así fue algo significativo, fantástico. Ningún sikh ha ganado un grammy, hay mucha música ahí fuera,

en el mundo, que no contiene mucha alegría y que en mi opinión no se conecta con el espíritu.

-¿Cómo definirías tu música, qué dirías de ella?

-En mi música lo primero son las palabras sagradas. Las palabras que canto son en gurumuki, la lengua sagrada de los sikhs, y esas palabras son de nuestros gurús y otros iluminados de su tiempo, entre el siglo XV y el XVII. Ya no tenemos un gurú viviente en un cuerpo humano, el décimo gurú dijo que el gurú existe en estas palabras sagradas, por eso se llaman shabath gurú.

Con mi música intento comunicar ese shabath gurú. Las palabras tienen un efecto sanador. Cuando las recitas, las escuchas y en esto

consiste nuestra práctica. Así es como recibimos las bendiciones de nuestras enseñanzas.

-¿Estás hablando de naad yoga?

-Sí. La música es para comunicar ese shabath gurú, eso es exactamente lo que hago.

-Hablas de religión. ¿La religión no limita, no pone fronteras: tu religión, mi religión, aquella otra...?

-Es lo que me da la fuerza interior, paz y coraje.

También, una tecnología, una práctica, yo hago una práctica diaria. Llevo esta ropa para recordar la energía de esa práctica diaria, que consiste en llegar a ser uno en mi conciencia. Para mí es esa la definición de religión, observo la religión desde dentro hacia fuera. Y eso

hace que para mí sea muy fácil conectar con personas de otras religiones, otra fe, que también vienen desde dentro hacia fuera. Si haces algo es simplemente porque lo amas, no existe problema alguno, no hay estrés. Mi oración es para que la gente de todas las religiones y credos puedan entender el corazón y el alma de su religión y de su práctica, porque creo que desde ese espacio habrá paz absoluta en el planeta.

-En este momento histórico existe un desequilibrio a favor de los extremos. ¿Tú cómo lo observas?

-Actualmente, en todos los ámbitos de la vida hay fanatismo, tal y como lo veo. Nuestra mayor batalla es con el fanatismo. Lo que hacemos con nuestra gira es enseñar que puedes proyectarte desde el corazón y alcanzar a gentes de todos los credos y todavía ser fuerte internamente. No somos perfectos, pero la pasamos bien, nos divertimos. Al final del día lo único que quiero es que la gente tenga felicidad.

-¿Cómo es un día cualquiera en tu vida?

-Me levanto y hago la práctica de la mañana, sadhana. Hago recitaciones sagradas de la tradición sikh, yoga, cantamos y oramos a Dios. Esta es una parte muy sacra de mi vida; todo lo demás, lo que transcurre en el resto del día está bien, pero aquello es lo más importante. Con mi esposo lo hacemos juntos.

-¿Qué es la familia para ti?

-Para mí significa ser capaz de juntarse, amarse,

apoyarse, no importa lo que cada uno esté pasando, llegar a un tipo de encuentro de espíritus, incluso si no es obvio.

-¿Compromiso, entrega?

-Una familia verdadera se une para apoyarse en el espíritu y elevarse. Esa es una familia de verdad, no necesariamente una familia terrenal.

-Hablas de una fraternidad en un sentido profundo.

-Sí, una hermandad, entendida en su profundo significado, ser familia incluso si no hay lazos de sangre, incondicionalmente.

-Has viajado mucho, ¿te faltan sitios por conocer, alguno que te gustaría especialmente?

-Me encantaría ir a Italia... me gusta mucho España, poder regresar y pasar más tiempo, de vacaciones.

-¿Cómo te ves dentro de unos años?

-La gira continuará. Tengo el sueño de poder empezar a enseñar la música y la lengua de los sikh. Así que puedo verme viajando para enseñar y también, con un poco de suerte, estar en algún centro para la enseñanza en el lugar donde vivo, en Nuevo México (Estados Unidos).

-¿Es el lugar donde te gusta vivir?

-Es muy hermoso, hay una comunidad espiritual muy fuerte allí y vivimos en la ciudad donde Yogui Bajhan pasó sus últimos años.

-¿Cómo te gustaría que la gente recordara tu imagen: como una cantante casi angelical, una militante de la paz o una mujer comprometida con su tiempo?

-Espero que la gente me recuerde como alguien a quien le gusta cantar el nombre de Dios porque la verdadera gloria, la verdadera magia, está en la alabanza a Dios.

Estos cantos sagrados son para alabarle y conectarlos con Su espíritu, que está dentro de todos. El mantra es simplemente para despertar esa conciencia.

Estos mantras han existido antes de que yo naciera y continuarán después de mi muerte. Esta vida para mí es una bendición, poder conectar con esos mantras y con el acto sagrado de alabar a Dios. TM

“Puedes proyectarte desde el corazón y ser fuerte internamente”

“Una familia verdadera se une para apoyarse en el espíritu y elevarse”



Gobinde
Yoga Vida Salud



Impulsa
tu
felicidad

- Formación profesional de Profesores de Kundalini Yoga acreditada por AEKY, IKYTA y KRY
- Formación profesional acreditada de Profesores de Bhangra Danza Hindú

ALQUILER DE SALA DIÁFANA
Y YOGUI TIENDA

- Taller de Prana "Aprende a relacionarte a través de la Energía vital", a cargo de Gurubir Singh.
Días 3 y 4 de Noviembre.
Coste: 60 euros.

- Taller de Diksha, conciencia hacia la felicidad.
17 de Noviembre,
Coste: 44 euros.

CLASES SEMANALES DE 6.30 A 22 HS.
CON LIBERTAR DE ASISTENCIA.
PRUEBA UNA SEMANA SIN COMPROMISO

LA CUEVA DEL ERMITAÑO

*Recuerdos de un particular encuentro,
durante un viaje reciente a China*

en el Taichi Chuan se dice: “En la acción, fluye como el agua; en la quietud, permanece como una montaña”. En mi tercer viaje a las montañas de Wudang (o Wudang Shan), en la provincia china de Hubei, pude disfrutar de las enseñanzas, transmitidas de una forma sencilla, de un ermitaño taoísta. Pude experimentar su natural capacidad de adaptación, agua; y su estabilidad y perseverancia, montaña.

Al bajar del tren en la pequeña ciudad de Wudang nos recibió una orquesta de chicharras bien subida de volumen que, mezclada con el aterrador calor húmedo típico de estas tierras, hizo que nos arrastráramos al autobús que nos dirigía a las montañas de Wudang. Este lugar está reconocido como parque natural por su gran belleza forestal, y registrado como patrimonio de la humanidad por sus reliquias de templos y monasterios taoístas.

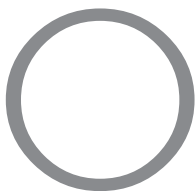
La subida continua trajo un reconfortante aire fresco. Valles vertiginosos, cumbres puntiagudas, naturaleza espesa y nubes misteriosas que poco a poco íbamos alcanzando, recordaban una pintura típicamente china. Desde aquí puedes entender mejor las leyendas sobre seres mitológicos y personas con la capacidad de volar. La ingravidez parece posible.

La práctica de Taichi y Chikung al amanecer cobra aquí más fuerza. ¿Cuántas generaciones de monjes han despertado en este lugar cada mañana para absorber el chi o energía del cielo? ¡Emocionante!, los brazos suben solos.

En uno de esos caminos

Las montañas de Wudang están sembradas de templos y monasterios unidos por caminos de montaña desgastados por el uso de los siglos, y es precisamente en unos de esos caminos donde conocí al anciano monje ermitaño en su cueva. En el interior de ésta, como en la mayoría de los templos de Wudang, se erigía un altar dedicado a Zhen Wu (Guerrero Verdadero) donde los peregrinos se reclinan y dan sus ofrendas coordinadas con el golpe de cuenco que propina el ermitaño con cada cabezazo. A un lado, detrás de unas abultadas cortinas, el jergón. La humedad es intensa y, mezclada con el frescor, hace que los cuerpos de los escasos peregrinos que ascienden vean como su sudor se transforma en vapor.

En el exterior de la cueva se puede ver un misterioso armario custodiado por infinidad de abejas, que siempre revolotean alrededor del ermitaño. Con mi chino rudimentario y la ayuda de mi intérprete, pregunté:



Félix Cstellanos
Profesor de
Taichi Chuan
y Chikung



-Maestro, ¿guarda usted un panal para coger la miel directamente?

-No, un día las abejas se pusieron a vivir en el armario, así que les dejé la mitad y yo me quedé con la otra mitad -seguido de una gran y larga carcajada como solía hacer muy a menudo.

El bosque espeso, las caras tranquilas de ojos rasgados del ermitaño y mi intérprete... a miles de km, todo es diferente

Seguidamente nos invitó a comer unos vegetales del terreno con patatas y otras verduras pasadas por el wok y bien condimentadas. ¡Qué lujo estar allí!

-Un día encontré una serpiente en mi cueva –comentaba el ermitaño-. Eso podía ser peligroso, así que le dije a la serpiente: “La cueva es grande, tú te quedarás en ese extremo y yo en el otro, junto a mi cama”. Pasó un mes de convivencia y empecé a hacer salidas cada vez más distanciadas, hasta que un día llegó y se paró erguida frente a mí por un largo rato y supe que se marchaba. Ya no la volví a ver más.

Al acabar de comer se sentó sobre su cojín de meditación con las piernas cruzadas y comentó:

-Después de estar mucho sentado meditando, es fácil que la sangre se bloquee en las piernas. ¡Mira!, tienes que masajear así los puntos Zusanli hacia los pies para expulsar el chi gastado.

La despedida

Comenzó entonces una lluvia torrencial. Miré a mi alrededor. El bosque espeso, las caras tranquilas de ojos rasgados del ermitaño y mi intérprete, la cueva. Qué absurdo parece desde aquí el vertiginoso ritmo de mi ciudad. A miles de kilómetros, todo es diferente.

- Zaijian laoshi (Adiós, maestro). Xiexie (gracias) por su hospitalidad y su enseñanza.

La figura del ermitaño sonriendo se perdió en la entrada de la cueva, mientras se despedía en silencio con el puño cubierto con la otra palma, al estilo taoísta.

De nuevo en la ciudad de Valencia, cuando todo va demasiado rápido, respiro y traigo la cueva mágica a mi mente. Esencia, aliento y espíritu se unifican. TM

PRACTICA LA MAGIA

Manuel Palomar

La expresión de una energía, que parte de una concepción global, unitaria

hoy sentimos especial atracción por los temas de magia. Vemos las películas de Harry Potter, de inmenso éxito comercial (sus libros se han traducido a más de 63 idiomas y se han vendido más de 350 millones de ejemplares), y nos volvemos como niños para estudiar con él en el Colegio de Magia y Hechicería.

¿Por qué tanto interés? Porque la humanidad está ahora influida por la energía del Séptimo Rayo, el de la Magia Ceremonial, y estos temas nos evocan experiencias ancestrales de los tiempos talantes, en los que veíamos el efecto de nuestras palabras de poder sobre la materia sutil. Debido al mal uso de nuestros poderes, los Maestros providenciaron que estas palabras y conjuros desaparecieran de la memoria de la especie. Pero ahora vuelven a aparecer, debido a este mayor impulso dado por el Séptimo Rayo.

Los que ahora hemos nacido esta-

mos de enhorabuena, pues en esta época se nos da la oportunidad de inaugurar un nuevo reino, el Quinto Reino, el Reino Anímico. Identificados con el alma, que es el verdadero mago, dispondremos de más poder y lo utilizaremos correctamente. Esto augura que nos dedicaremos al trabajo de magia blanca.

La magia blanca es expresión de energía del alma para secundar los propósitos de la conciencia planetaria. La magia blanca parte de una concepción global, unitaria del planeta, de amor y servicio del que tiene más hacia el que tiene menos.

Sin saberlo

Somos capaces de crear entidades y cosas astrales con mucha facilidad. Somos magos sin saberlo, porque no vemos lo que surge con nuestro poder en los planos sutiles. Pero pronto lo vamos a ver, porque pronto la percepción del plano etérico será patrimonio general de la humanidad. Además, cada vez más personas verán también las confi-

guraciones astrales que hacemos.

Estas entidades creadas por nosotros funcionan con autonomía y son capaces de confundirnos al creer que son personas de verdad. Muchas veces uno queda esclavo de ellas.

Crear en el plano físico requiere un poder que aún no tenemos, pero su proceso de creación no es diferente al que utilizamos en los planos sutiles.

No tardaremos en comprobar cómo los curadores esotéricos serán capaces de regenerar órganos enfermos con sólo el envío de energía apropiada, acompañándola de palabras de poder.

El Maestro D.K. nos ofrece un manual, el "Tratado sobre magia blanca", para nuestro estudio y práctica experimental. Deberíamos hacerlo grupalmente, ya que el alma por naturaleza es grupal, y el grupo es el elemento instrumental de que se vale la conciencia planetaria para promover las cosas nuevas.

En la magia tratamos con las entidades de que está compuesta la

materia, con los devas o ángeles, los pitris solares y lunares, como se los llama también esotéricamente.

Con la reaparición de los Maestros y del Maestro de Maestros, el Instructor de Ángeles y Hombres, como se Le designa, vamos a entrar en una etapa sin precedentes en el planeta de contacto con los ángeles. Los ángeles serán percibidos, no como los presenta la iconografía de antaño, sino como entidades que nos harán sentir su presencia: captaremos que la materia sutil es masa de una entidad inteligente, y devota al poder que ejercemos sobre ellos, porque es ese poder de la unidad el que les hace ser. Los ángeles nos ayudarán en todo.

La gloria y responsabilidad está en que nada se hará en el planeta si no es con nuestra intervención. A través de quince reglas, de que se

compone el "Tratado sobre magia blanca", el Maestro D.K. nos lleva al reconocimiento de tareas en los planos mental, astral y vital; nos precave de peligros y nos señala los requisitos para ser magos.

Ahora nos considera aprendices de magos, que debemos comenzar trabajando sólo con energías y fuerzas enfocadas a nuestros cuerpos sutiles. Tiempos vendrán en que podremos aplicar el poder a escala mayor, para beneficio de la especie humana y de los reinos subhumanos.

Hemos venido a experimentar, y obrando con cautela, como el Maestro nos señala, haremos uso del poder que se nos concede. Estamos en el final de la Edad de Piedra de la humanidad, contigo vamos a inaugurar la Edad de Oro, la Edad Divina. Despierta y participa. TM

JORNADA YOGA INTEGRAL

10 DE NOVIEMBRE
De 10:00 a 14:00 hs

En GAIA. C/ Mar. nº 29. 3ro
(VALENCIA)



Taller de Chakras y Arquetipos.
Beneficios de Asanas
y Pranayamas

Profesora Miriam Lier

Informes y reservas
Tlf.: 963 366 228
635 856 228



CURSO EXPERIMENTAL DE MAGIA BLANCA

Trabajaremos con la intuición, la mente,
el deseo y el etérico.

Seguiremos las indicaciones del Maestro D.K. en el "*Tratado sobre Magia Blanca*", experimentaremos las sugerencias de la **Quince Reglas para aspirantes**. Lo haremos grupalmente y con la máxima fidelidad.

Tienes un puesto entre nosotros. Quizá sea la oportunidad que esperabas.

Centro "Aurobindo" Calle Padre Rico, 8-1º-1ª
(zona Juan Llorens). TEL. 963 82.21.53 // 962.75.08.90



AGENDA

EL
ANUNCIA

Para que aparezcan en este espacio charlas, conferencias, encuentros, de carácter gratuito, comunícalos a través del correo electrónico: agenda@tu-mismo.net

RUEDA DE ENERGÍA Y SANACIÓN.

En librería Mandala, todos los sábados de 12.30 a 13.30, para canalizar la energía de una manera precisa y afectiva, para sanarnos y sanar a los demás. Además, cada primer viernes del mes "Taller de cristales" ¡Ven a conocerlos! Ambas actividades, gratuitas.
C/ dels Tomasos, 14, junto al mercado Rusaza, tlf. 963 35 50 56, libreriamandala@yahoo.es

TALLER DE MEDITACIÓN Y CHARLA COLOQUIO.

La tarea más importante es reconocer el verdadero Yo. El medio técnico se llama meditación. La de hoy para la gente de hoy. Todos los lunes, de 19.30 a 21, taller de meditación en el Centro Aurobindo, calle Padre Rico, 8, 1º, 1ª (zona Juan Llorens). En la misma sede, el viernes 2 de diciembre, de 19.30 a 21, habrá una charla coloquio sobre el tema "La reparación de Maitreya y los Maestros de sabiduría". Tlf. 963 82 21 53 y 962 75 08 90.

CONFERENCIAS EN BRAHMA KUMARIS.

Siempre a partir de las 19.30, en la sede Valencia de Brahma Kumaris, C/ Isabel la Católica, 19, 1º, se dictarán las siguientes conferencias en noviembre: día 7, "Mantener la estabilidad en noviembre: ciudades"; día 14, "El poder de los buenos deseos"; día 21, "Abrir el corazón: aprender a dar de nuevo"; día 28, "Vivir más y preocuparse menos". Además, empieza el 12 de noviembre un curso de pensamiento positivo y meditación, de 9 sesiones, impartidas los lunes, martes y jueves, durante tres semanas consecutivas, en horario matutino y vespertino.

"EL GUERRERO PACÍFICO".

En Gobinde, calle Pintor Salvador Abril 31, se proyectará el 16 de noviembre, a las 22, en el marco del ciclo de cine consciente, "El guerrero pacífico", con entrada libre. Y el 15 de diciembre, en la misma sede, habrá un taller de Constelaciones Familiares. Informes, teléfonos 961 56 68 28 y 657 38 80 21.

ACTIVIDADES GRATUITAS EN TORRENTE.

En los salones de la Asociación Brahma Kumaris en Torrente, C/Victoriano Andrés 11, 1º, 1ª, se anuncia el siguiente programa para noviembre: Conferencias, día 1: "En mi vida muestro mis cualidades"; día 8, "Liberación, para experimentar libertad... ¿de qué?"; día 15: "La educación es la base de la paz, prosperidad y dicha"; día 22: "¡Silencio, se rueda!"; día 29, "Equilibrio entre precisión y flexibilidad. Atención". Seminario, día 17, de 11 a 13, "Calidad en las relaciones". Informes, teléfonos 961 56 68 28 y 657 38 80 21.

PARA PROFESIONALES, EN BRAHMA KUMARIS.

En Brahma Kumaris, Valencia, C/ Isabel la Católica, 19, 1º, se anuncia para profesionales el curso "Dirección personal y liderazgo" (Self Management Leadership), que desarrolla la autogestión y el liderazgo como base para ser una persona más feliz, efectiva y con las metas claras, diseñado especialmente para profesionales. Lo impartirá Blanca Bacete, coordinadora de Brahma Kumaris en Zaragoza, y tendrá lugar el 1 y 2 de diciembre (consultar horarios). Informes, valencia@es.bkwsu.org

PROGRAMA "EL HOMBRE INTERIOR".

Todos los jueves, de 22.40 a 24, en Radio Luz Valencia, 99.9 Mh. Espiritualidad, terapias alternativas, autoconocimiento, psicología, filosofía del espíritu, cuentos y anécdotas. Tlf. 963 52 44 88, elhombreinterior@gmail.com

ALTEA HERBES

Rincón de productos naturales, regalos, velas, inciensos, jabones aromaterapia a peso. Tetería y comidas para llevar. Consulta de naturopatía, reflexología y masajes, terapia cráneo-sacral, osteopatía. C/ Conde de Altea 46, Valencia, junto C/ salamanca y Pza. Canovas. Tlf. 963 34 70 61, 629 68 37 54. www.alteaherbes.com.

LLUM PARADIGMES

Desarrollo de la inteligencia emocional, curso introductorio a la PNL, de practitioner y para ventas con PNL. Talleres de risoterapia, arteterapia, mandalas, chakras. Tlf. 963 29 26 61, 657 59 77 63.

GABINETE AMANECEER.

Terapias, cursos y masajes, calendario maya, Sincronario 13 lunas, sexología, pareja, familia, infantil, adolescente. C/ Maestro Palau, 10, puerta 12. Previa cita. 620 68 90 38. www.gabineteamanecer.com
info@gabineteamanecer.com

CLEOBIS CENTRO.

Yoga, Tai Chi, Chikun, Reiki, danza del vientre, Rebirthing, diseño humano, astrología, PNL, musicoterapia. C/ Salvador Pau, 34, bajo. Tlf. 963 89 19 01. www.cleobiscentro.com,
e-mail: info@cleobiscentro.com.

Escaparate

ATE TÚ MISMO. Recepción hasta el día 20 del mes anterior

MIGUEL LÓPEZ DELGADO.

Naturópata. Acupuntura.
Quiropraxia. C/ Serrería, 6, 4º, 10ª.
Tlf. 963 67 60 96.
Móvil: 610 29 30 91.

DHARMA ANANDA.

Escuela de Yoga Integral
Clases y Profesorado.
Teléfono 617 42 18 32.
www.yogavalencia.com

GOBINDE Yoga Vida Salud.

Clases Kundalini Yoga y más,
Profesorado de Yoga y baile bhangra.
Otros cursos, salidas y fiestas.
Alquiler de sala 80 diáfana.
Kinesiología, masajes
y atención personalizada.
Pintor Salvador Abril, 31, dcha.
Tlf. 963 25 06 79 - 626 47 69 38.
info@kundaliniyogavalencia.com

CLASES DE YOGA INTEGRAL.

Saraswatti Devi.
Yoga energético, posturas, respiración,
relajación, meditación. Masajes.Reiki
Clases grupales e individuales.
Zona: estación Jesús.
Informes: 963 42 37 00, 680 31 11 88.

GAIA.

Pintura para el alma (arte y desarrollo
personal), yoga, meditación, cursos de
mandala, Constelaciones Familiares,
Eneagrama.
C/ Mar, 29, 2º, Valencia, 963 921 412.
www.gaiarestauracion.com.

NYANDÚ VIATGES.

C/ Jesús, 1,
Tlf. 963 15 22 29.

LIBRERÍA MANDALA

Librería especializada.
Minerales, bisutería mineral.
Productos ayurvédicos, tés.
Consulta: Reiki - sanación espiritual.
Respiración consciente. Gemoterapia.
Talleres, cursos, charlas.
C/ dels Tomasos, 14,
junto al Mercado Russafa.
Tlf. 963 35 50 56.

LABORATORIO DE CINE. CINETERAPIA.

Crecimiento personal a través del
cine y Gestalt, técnicas teatrales,
movimiento creativo. A partir de
octubre (grupo en formación).
Lunes, de 7 a 9. 20 euros sesión.
C/ González Martí 9 (metro Ángel
Guimerá). Información: 699 153 364,
658 465 645. Adrenalina pura.

DESPERTAR PARA PEREZOSOS.

El 75% de los problemas
se resuelven con la meditación.
Psicología del Despertar para
alcanzar la realización en todos
los aspectos de tu vida.
Sábados alternos, de 12 a 14 hs.
20 euros mensuales.
C/ González Martí 9, bajo.
Información: 658 465 645.
Lo recaudado se destinará a ayuda
humanitaria.

PAZ Y BONAIRE.

Piedras naturales, taller propio.
C/Cordellats, 6, b.izq.
Tlf. 963 91 21 00.

VIDA TAIYI NATURAL.

Productos naturales. Herboristería.
Asesor nutricional.
Masajes, acupuntura.
Libros y música.
Yoga. Tai Chi, Zen, Danza del vientre.
Servicio estético, fotodepilación.
Osteopatía, Iridología.
Constelaciones familiares.
C/ del Cid, Puerto Sagunto.
Tlf. 962 68 33 60.

HERBOLARIO MERCHE.

Especialista en productos naturales.
Tes del mundo.
Flores naturales.
Velas e inciensos exclusivos.
Detalles decorativos.
C/ San Vicente, 58, Puerto Sagunto.
Tlf. 961 18 55 73.

BAGUA

Artículos de decoración.
Feng Shui.
Librería especializada en
desarrollo personal,
autoayuda y terapias alternativas.
Cosmética natural.
C/ San Miguel, 15, Vila-real Castellón.

TAI-CHI Y CHI-QUING.

Gimnasia oriental.
Grupos reducidos adultos.
Grupos especiales niños.
Sagunto y Puerto Sagunto,
Canet y Los Valles.
Monitor: Lucas.
Tlf. 699 20 45 89.

BAM BAM BHOLE.

Centro de desarrollo personal,
terapias alternativas.
Frente al parque de San Vicente.
Llíria (Valencia). Tlf. 962 78 30 17.

TODOS SOMOS UNO

*m*ichigan, Estados Unidos. Abril de 2002. Al alba, un padre de familia despierta sobrecogido con una extraña convicción: realizar una película. Sin ningún tipo de conocimiento técnico ni experiencia, se hace con una videocámara y junto a su mujer y dos amigos, redacta una lista con 20 preguntas trascendentales sobre la vida. En este momento se abre una gran incógnita: ¿quién puede ofrecer una mejor respuesta? Este es el eje vertebral de "One, la película. Todos somos Uno", una película documental que simplemente muestra las respuestas a esas preguntas por parte de representantes líderes espirituales, autores, maestros e iconos de nuestro tiempo. El resultado, un filme que ha provocado el diálogo en todos los sitios donde se ha proyectado.



Dos de los participantes de este filme documental.

Ficha

En pantalla se ve la participación de Deepak Chopra, Mantak Chia, Ram Dass, Thich Nhat Hahn, Robert Thurman, Riane Eisler, Barbara Marx Hubbard y Llewellyn Vaughan-Lee. El director, Ward Powers, también asumió la producción ejecutiva y el guión, en este caso junto a Diane Powers.

La música está a cargo de Ronald Owen y la fotografía pertenece a Robert A Driskell, Jr, con montaje

de Scott Carter y Daniel Gillies. Distribuida por Isaan Entertainment, la película tiene una duración de 80 minutos, está en su versión DVD a la venta en los principales puntos de Valencia (Librería Verde, Librería Astral, entre otros).

Sorteo

El mes próximo daremos a conocer los nombres de los ganadores del sorteo de los DVD's "El final del espíritu". TM

*En las próximas Fiestas...
déjate ver!*

tú mismo
PUBLICIDAD
852803027 - 820515993 - 963306228
www.tu-mismo.net

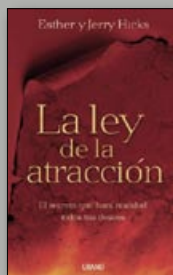
TIEMPO LIBRE



El guardián de la flor de loto

Andrés Pascual
Plaza & Janés

Una novela trepidante, una carrera contrarreloj a través de lo exótico y lo desconocido, una aventura espiritual sin precedentes por las inaccesibles cumbres del Himalaya.



La ley de la atracción

E. Hicks, J. Hicks
Urano

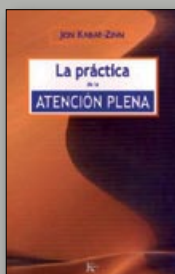
A través de sus páginas podremos comprobar y entender que tanto lo que deseamos como lo que no, viene dado por la ley más poderosa del universo.



Guía práctica de la homeopatía para todos

D. Berthier, J.J. Jouanny
Índigo

Guía clara y precisa, que se ajusta a las necesidades actuales de los usuarios.



La práctica de la atención plena

J. Kabat Zinn
Kairós

El propósito del autor es despertar en nosotros todo el potencial de un don que la mayoría infravaloramos: la sensibilidad.



CUENTOS CON MAYÚSCULAS
de Diana Tassar
Ed. Tales & Tales.
Este es un libro pensado para los alumnos de la segunda clase de primaria. Es una invitación a participar: un libro hecho entre dos, que solo estará terminado cuando el lector haya ilustrado los cuentos.



AGENDA MEDITATIVA 2008
Ed. Tales & Tales
A través del color se vivencia el curso del año, basado sobre la teoría de los colores de Goethe y en la relación de los mismos que Rudolf Steiner estableció para la representación euritmica del zodiaco.

Distribuye: www.azabachepm.com

Venta al menor: www.latiendanatural.com

VI CONGRESO DE TERAPIA FLORAL

A fines de este mes tendrá lugar en Barcelona una reunión que se proyecta a nivel internacional

el 24 y 25 de noviembre se desarrollará el VI Congreso Nacional de Terapia Floral, Primer Foro Internacional de Alta Capacitación de Terapeutas Florales, en Barcelona, con el eslogan "La terapia floral tal como la practicamos".

Desde el comité organizador integrado por MSN y Epsilon Natura se ha expresado la intención de "dar un paso más en el proceso de consolidación de un congreso que ya es referente internacional, convirtiendo esta sexta edición en un escaparate para el desarrollo de la terapia floral como ciencia".

Tras el homenaje al doctor Edward Bach, creador del sistema que lleva su nombre, realizado el año pasado cuando se cumplió el 125º aniversario de su nacimiento, "hemos querido tomarle el pulso a la terapia floral en nuestros días y para ello nada mejor que contar con destacados especialistas de diversos países, para que nos cuenten cómo hacen terapia floral cada día y nos transmitan sus conocimientos y técnicas para seguir ampliando los nuestros", destacan los responsables de esta reunión.

Es por tanto una oportunidad significativa para aprender, de la mano de

expertos de primer nivel, a practicar con mayor excelencia el arte floral concebido como una terapéutica que provee alivio al dolor, la curación de la enfermedad y que promueve la evolución del alma.

Programa

La sede del congreso será el Hotel Tryp Apolo, avenida Paralelo, 57-59, y el programa comenzará el sábado 24 con la acreditación y entrega de credenciales, a partir de las 9. El acto inaugural está previsto para las 9.30, con participación de representantes de las asociaciones profesionales, autoridades, organizadores y patrocinadores.

A las 10.30, se iniciarán las disertaciones con Lluís Juan Bautista, que se referirá al tema "Sistema Bach en la entrevista"; a las 11.30, José Luis Badreña lo hará sobre "Fibromialgia y esencias florales"; a las 12.30, Mónica Mehaudy y Guillermo Amable expondrán sobre "Odontología y terapia floral"; a las 13, Ricardo Mateos presentará "El trabajo de los ocho metaniveles del alma, una cartografía del ser humano".

Luego de un descanso, desde las 16, Andreas Korte (Suiza) hablará sobre "Investigaciones en la naturaleza y

sus aplicaciones terapéuticas”, seguido, en este orden, por María José Más, “Un caso clínico”; Ángela Calvacanti (Italia), “El diksha de Bhagaban como integración a la terapia floral”; Susana Veilati, “Tratamiento familiar en la terapia floral integrativa”, y Ricardo Orozco, “Trece años de patrones transpersonales y aplicaciones locales”. A las 20.10 está previsto un encuentro con los autores.

El domingo 25, la actividad comenzará a las 10, con una mesa de convergencia, que moderará Luis Jiménez. Intervendrán Pilar Vidal (“Las flores de Bach en los campamentos de verano de estimulación infantil”), Fina Subiña (“Los cuentos, el niño interior y el relato simbólico”) y José Antonio Sande (“Las fichas florales en la educación emocional infantil”). A las 11.15, Antonio Pérez disertará sobre “Yo soy la flor. El camino iniciático de Edward Bach. Autoconciencia a través de las Flores de Bach”. Un breve descanso, y

posteriormente habrá otra mesa de convergencia, moderada esta vez por Eduardo Grecco (México), acerca de “Las enfermedades físicas desde la terapia floral”. Participarán María Isabel Presas (Chile, “Las infecciones y la terapia floral”), Sandra Murguet (“Sistema inmune y terapia floral”) y Rosa Castelló (“¿Cómo se vuelve alérgica una persona?”). Antes de terminar el horario matutino, a las 13.30, Luis Jiménez se referirá a “El arte terapéutico”.

Por la tarde, a partir de las 16, se sucederán Lluís Juan Bautista, “La prevención de las enfermedades gracias a la terapia floral con Flores de Bach”; Jean Tharles Ottavi (Francia), “El agua, medio de comunicación”; Eduardo Grecco, “Trauma, emoción y síntoma. Un abordaje práctico de la entrevista floral”, y Mechthild Scheffer (Alemania), “¿Dónde estoy ahora? ¿Adónde voy? Revisión del trabajo terapéutico con Flores de Bach. Una nueva y divertida manera

de gestionar las crisis emocionales”. Finalmente, a las 20, se hará el acto de clausura.

Como talleres poscongreso se anunciará el que impartirá el lunes 26, de 10 a 14 y de 17 a 20, Eduardo Grecco sobre el tema “Trauma, emoción y síntoma. Un abordaje práctico de la entrevista floral”, con los siguientes subtemas: la teología del cuerpo, el cuerpo como símbolo, la propuesta de Edward Bach sobre el cuerpo y el trabajo con el cuerpo en la clínica con esencias florales.

Por su parte, Andreas Korte ofrecerá “Las esencias de las orquídeas y las esencias del mar”, con estos subtemas: procedimiento y protocolo para el tratamiento del dolor, el tratamiento de las manos y de los pies con las esencias, y uso y aplicación de las esencias en estos casos.

Información e inscripciones, a través del teléfono 934 1055 00, fax 933 22 22 28, e-mail: epsilonatura@epsilonatura.com. TM

FEMENINO Y MASCULINO

Se presentará el 8 del corriente mes, a partir de las 20, en Siranga, calle Grabador Selma, 4, bajo, una serie de cuadros cuya autora, Antea, anticipa que son fruto de “un trabajo que se remonta a once años atrás con la finalidad de representar el arquetipo de la unión de lo femenino y lo masculino, desde la inocencia del primer encuentro amoroso”.

Se trata de “un nuevo concepto de arte, cuadros que interactúan con el observador, ayudando a armoni-

zar nuestros aspectos masculinos y femeninos, y por tanto nuestras relaciones de pareja”, según explica Antea.

La presentación será “una experiencia vivencial con cada cuadro, a través de la cual la gente podrá participar de la resonancia de los elementos que integran cada una de las composiciones al ser cuadros personalizados, y hacen eco de lo que cada persona, vibracionalmente, necesita”. Como cierre, habrá una tertulia para que los asistentes compartan sus experiencias. TM



Uno de los cuadros que se expondrán en Siranga.

VI CONGRESO NACIONAL DE TERAPIA FLORAL

Primer Foro Internacional
de Alta Capacitación de Terapeutas Florales

La Terapia Floral, tal como la practicamos

Barcelona 24 y 25 de Noviembre de 2007



Organizan:

m.n.s.

luisjimenezg@terra.es

LIBRERÍA **epsilon**
natura

Rosellón, 185 - 08036 Barcelona
Tel. 93 410 55 00 - Fax. 93 322 22 28
e.mail: epsilonatura@epsilonatura.com