

tú mismo

VALENCIA

DIFUSIÓN
GRATUITA

Nº 22
noviembre
2008

BENEFICIOS DEL
DRENAJE LINFÁTICO

EL LENGUAJE
DE LOS SUEÑOS

PIEDRAS
NATALICIAS

www.tu-mismo.net

A close-up portrait of Jayanti Kirpalani, a woman with short grey hair, looking slightly to the right with a gentle smile. The background is a soft-focus field of bright yellow and orange flowers, likely daisies.

Crisis y naturaleza

LA PALABRA ESPERANZADORA QUE OFRECE JAYANTI KIRPALANI,
DIRECTORA EN EUROPA DE LA ORGANIZACIÓN NO GUBERNAMENTAL
BRAHMA KUMARIS, FRENTE A LA SITUACIÓN QUE VIVE HOY EL MUNDO



esencial

Centro de Salud y Herbodietética

REBIRTHING: "TALLER DEL PERDÓN".
ALEJANDRA.

El 10 de noviembre, de 16 a 20

"ALIMENTACIÓN EN LAS DIFERENTES
ETAPAS DE LA MUJER".

Conferencia con entrada gratuita.
12 de noviembre, a las 18.
RAQUEL CADO: 608 106 678.

MÉTODO GRINBERG: "LA CALMA
EN EL CUERPO Y LA MENTE".

Conferencia, entrada gratuita.
19 de noviembre, a las 20.15.
NOVH I LA

FORMACIÓN MONITORES DE PILATES.

Federación Española de Pilates
Carnet: 651 919 353.

NIVEL I DE RE KI.

15 y 16 de noviembre.
ANJAR

CHARLAS CON MEDITACIÓN,
CENTRO BUDISMO.

Todos los miércoles, a las 17:30.
Aportación 4 €

¿Padeces estrés, quieres ponerte
en forma o simplemente sentirte bien?

Elige la actividad que más
se adapte a tus necesidades:

Pilates, Yoga, Danza del Vientro...
Clase de prueba gratuita.

DIKSHA, 3 PASOS PARA
DESCUBRIR EL ARTE DE VIVIR
"ATENCIÓN Y CONCIENCIA".

22 de noviembre, de 10 a 14 y de 16 a 20.
DELFIN, Tlf. 620 997 949.

Para desconectar y mimar tu cuerpo te proponemos:
FISIOTERAPIA, QUIROMASAJE, METAMÓRFICO,
SHIATSU, REBIRTHING, FLORES DE BACH,
CONTROL DE PESO...

¿Tienes un grupo, pero necesitas un espacio?
Alquilamos sala, consúltanos...

Calle Calabazas, 21. Valencia Tel. 963 940 741 - 963 944 434

www.esencial.biz - info@esencial.biz

Sumario

BIENESTAR

- 04** Separar, reunir.
06 Piedras natalicias.
08 El lenguaje de los sueños.
10 Muy beneficioso y eficaz.

LA OTRA REALIDAD

- 14** Fluorita, ideal para meditar.

REPORTAJE

- 18** Estabilidad en tiempos de crisis.

TECNO

- 22** Limpieza profunda.

CINE

- 24** Diez secretos de Dyer.

TIEMPO LIBRE

- 28**

EL ESCAPARATE

- 29**

AGENDA

- 30**



12

El deseo de desear



16

Un par de consejos de Feng-Shui



26

Comunicación e intención

tú mismo
Staff

Edición

Aurelio Álvarez Cortez

Maquetación

Noé Álvarez Lier

Colaboradores

Juan C. Anula, Raquel Cabo, María Elena Ferrer,
 M^a Teresa Vidal, Ana Luz Jacinto, M^a José Bonet,
 José M. Arguix, Alicia Corell, María Moreno, Nuria Murcia

En Internet - www.tu-mismo.net

Ginés Santiago Álvarez Lier

Departamento Comercial

Contacto: 963 366 228, 652 803 027, info@tu-mismo.net

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.

Impreso en papel ecológico



SEPARAR, REUNIR

Principios de la spagyria, medicina tradicional de Occidente

Raquel Cabo

Terapeuta Salud Natural



La palabra “spagyria” proviene de dos términos griegos: span y ageyron, que significan respectivamente separar, dividir y coligar, reunir. Este principio supone dos procesos: el proceso de separar las cosas sutiles de cualquier mixto imperfecto (operación que se efectúa mediante sublimación o destilación) para que luego se proceda a la unión de todas las criaturas sutiles al cuerpo del mixto de origen, pero ya modificado, con el fin de tener una sustancia con un nivel vibracional superior al estado anterior.

En el interior de los preparados spagyricos se concentra la “quintaesencia” incorpórea espiritual de

la sustancia bruta vegetal o mineral. Esta sustancia viene fluidificada por el doble procedimiento alquímico de la separación y la reunión de los tres componentes que forman la sustancia misma (cuerpo, alma y espíritu).

Según la filosofía alquímica, existe una “tríada” (triple manifestación de lo existente en todas las cosas existentes): ésta encuentra su expresión en las llamadas “las tres sustancias” consideradas las bases de cada manifestación. Los tres principios filosóficos que están considerados una “unidad en la tríada” son el mercurio, azufre y sal (no tienen nada que ver con los elementos químicos convencionales).

El mercurio es el principio vital, el “prana” de la tradición india, es

el pasivo de la forma y el húmedo primordial. La sal es el cuerpo sólido, la materia y constituye lo neutro. El azufre es el principio activo, solar, real, la potencia original, y se identifica con el fuego primordial, el principio de la forma y del amor.

Los tres principios de todas las cosas son percibidos por nuestros sentidos bajo una cuádruple forma: sólida, líquida, gaseosa y etérica. Y se manifiesta a través de los cuatro elementos: tierra, agua, aire y fuego, y la quintaesencia que en ocasiones se representa como el éter.

Alquimia y spagyria

La alquimia es una disciplina que, a partir de determinadas correspon-

dencias entre elementos del cosmos, se proponía transmutar los metales menos preciosos en oro, a través de la acción de la piedra filosofal; de componer medicamentos aptos para curar cada enfermedad y de prolongar la vida más allá de sus términos naturales. Alquimia procede del árabe "alkimijà" y significa "química de Dios".

La spagyria es la aplicación de la alquimia para la producción de medicamentos. Esta tradición tiene sus raíces en el Antiguo Egipto. Su máximo representante fue el médico Paracelso, médico y filósofo suizo nacido a fines del siglo XV, y se podría definir como la medicina tradicional de Occidente (el equivalente en Europa a la medicina tradicional china o la ayurvédica).

Unidad y dualidad.

Por una parte, con un criterio de dualidad, se desarrolla una corriente médica tradicional de sistemática evaluación de las partes, de la búsqueda de una continua dicotomía, de la medición de los aspectos y su desmembración, del tratamiento por los contrarios (frío contra calor, analgésico contra dolor...). Esa es la raíz de la actual medicina predominante en Occidente.

Pero otra corriente tradicional,

que podríamos enraizar en lo que a Occidente corresponde en la cultura egipcia, surge del criterio de unicidad, común a otras culturas, sobre todo orientales, que culminan en el taoísmo. Su consideración de los sistemas unitarios y globales deriva hacia el tratamiento por los semejantes, como en el caso de la spagyria.

Homeospagyria

La homeospagyria es un sistema terapéutico de gran amplitud, que abarca todo lo que se relaciona con la vida, pues considera al ser humano como un conjunto armónico de mente, energía vital y cuerpo físico. Esta basada en los principios tera-

péuticos de la homeopatía y de la spagyria de Paracelso. Se trata pues en un sistema de tratamiento de las alteraciones y enfermedades, cuyos principios se apoyan en conceptos de analogía y semejanza.

El terapeuta de spagyria trabaja siempre con preparaciones farmacológicas que se convierten en nutrientes a nivel físico, energético y de la propia identidad del individuo, lo que permite que el esfuerzo desarrollado para reequilibrarse sea eficaz, aumentando la capacidad de adaptación fisiológica, psíquica y energética. De este modo, el individuo es tratado como un todo, con una visión holística del hombre. TM

www.raquelcabo.es

SALUD NATURAL

NATUROPATÍA
NUTRICIÓN ORTOMOLECULAR
CONTROL DEL ESTRÉS
FLORES DE BACH
SPAGYRIA
AUDIO-SOMA

ADELGAZA DE MANERA NATURAL.
MESOTERAPIA SIN AGUJAS

Raquel Cabo
Francisco Torres, 11, plaza 17 • 46007 Valencia
Tels. 961 332 895 - 606 106 876
info@raquelcabo.es • www.raquelcabo.es

Formación Profesores de Yoga Integral

¡Conecta con tu Fuente Inagotable de Paz, Luz y Energía!

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. Veinte 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 cambia la vida de quien lo practica.

PIEDRAS NATALICIAS

Orígenes y características de una alianza que perdura en el tiempo

Juan Carlos Anula
Librería Mandala

escritos místicos que se remontan al siglo primero d.C. señalaban que había que llevar una piedra específica durante cada signo astrológico para poder vivir en armonía con los espíritus celestiales. Sin embargo, las piedras preciosas no se llevaron como amuletos natalicios hasta el siglo XVIII.

En tiempos lejanos, durante la época de Moisés, había doce piedras preciosas en el peto de Aarón, el sumo sacerdote judío. Cada piedra representaba una de las doce tribus de Israel. Por otra parte, en la India de antaño, las gemas tenían correlación con los planetas y los signos astrológicos hindúes. De estos orígenes viene la idea de "piedras natalicias".

Mes a mes

Enero - granate
Febrero - amatista
Marzo - aguamarina o topacio azul
Abril - diamante
Mayo - esmeralda
Junio - alejandrita, perla y piedra de luna
Julio - rubí
Agosto - peridoto
Septiembre - zafiro
Octubre - ópalo o turmalina
Noviembre - topacio o citrino
Diciembre - circón o turquesa

Se les atribuyen propiedades curativas y son utilizadas en el tratamiento de ciertas dolencias. Desde tiempos remotos, pueblos de distintas culturas y continentes han utilizado los poderes espirituales y curativos de las gemas y cristales.

Los cristales y piedras emiten vibraciones curativas que pueden aliviar trastornos físicos, emocionales y mentales, cuestión que trata la gemoterapia. Esta disciplina se fundamenta en que el ser humano es parte de una energía cósmica global.

Ya desde la Antigüedad, las piedras preciosas han ejercido una magia especial en muchas culturas, no sólo por su belleza como adorno ó simple accesorio decorativo, sino también por sus efectos esotéricos, relacionando bienestar y astrología.

Muchas culturas han empleado las piedras con fines religiosos o terapéuticos. En China se utilizaba el jade para prolongar la vida o atraer el amor, mientras que en Egipto el lapislázuli otorgaba poder. Los aztecas hacían espejos con la obsidiana para la adivinación.

Las piedras preciosas han ejercido una magia especial en muchas culturas

Los monjes budistas tienen cinco materias sagradas:

- el cristal de roca: símbolo de luz,
- la turquesa: la infinidad del mar y del cielo,
- el coral: la vida,
- el oro: la luz solar
- la plata: la luz de la luna.

También en la Astrología, las piedras preciosas desempeñan un papel muy importante ya que pueden intensificar o debilitar las cualidades características de cada signo zodiacal. Asimismo, los planetas ejercen su propia

influencia y a ellos se les asocian diversas gemas.

Por ejemplo, el cuarzo rosa es la piedra del amor, pero además nos encontramos ante el mineral más relajante, cura la angustia emocional, abre el corazón al amor, fortalece el carácter y cura las enfermedades de tipo nervioso. Tiene afinidad con los signos Tauro, Cáncer y Leo.

O si se trata de problemas circulatorios, lo conveniente es colocar en el pecho a la altura del corazón una hematites, que también estimula la absorción de oxígeno. Está indicada para las enfermedades de la sangre y el sistema digestivo, así como las del corazón. Es un amuleto protector de las brujas y el mal de ojo. Afín con los

signos Escorpión, Acuario y Virgo.

Podríamos resumir diciendo que, hoy por hoy, está demostrado que la energía de las piedras interactúa con la nuestra propia. Experimentos con la cámara Kirlian muestran claramente que hay cambios positivos en el aura de la persona que coloca una gema dentro de su campo energético, fortaleciéndolo y amplificándolo. Las

gemas se muestran siempre con el ser humano como entidades amigas, consoladoras y compasivas.

Emplea tus cristales para armonizarte con la felicidad cósmica que ellos han aprendido a revelar. Deja que sus fuerzas luminosas despejen el camino para que tú puedas manifestar en tu vida aquello que has venido a cumplir. TM



CENTRO LAKSHMI

Hatha Yoga • Y. Embarazadas
Y. Posnatal • Tai Chi • Meditación

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

Armonización Energética y
Masaje
Sonoro
615 067 318
www.cuencoterapia.com



Jueves, 13 Nov.
LAS 13 LUNAS
Sanación
con Obsidianas
(Taller en la naturaleza)
15 y 16 Nov.
Curso de formación
de Gemoterapeutas I
(Inicio 22 Nov.)

LIBRERÍA
mandala
C/ Cádiz 37 - (Russafa) Valencia - 963 127 949
libreriamandala@yahoo.es www.libreriamandala.com

EL LENGUAJE DE LOS SUEÑOS

La aventura de interpretar esos mensajes que envía el inconsciente

Alicia Corell
Psicóloga

dice el Talmud: "Un sueño que no se interpreta es como una carta que no se lee". Qué bonita comparación y qué acertada. Vamos, como en la interpretación de los sueños, a desmenuzar poco a poco su significado, aunque es evidente.

Una carta implica que existe un emisor que desea comunicarse con un receptor, al igual que en el sueño el inconsciente desea comunicarse con nuestra mente consciente.

El lenguaje de la carta es escrito, el lenguaje de los sueños es simbólico y su significado concreto y válido es propio de cada sujeto, aunque existan arquetipos y sím-

bolos comunes.

El mensaje de la carta o de los sueños es lo importante. ¿Qué nos quiere comunicar nuestro inconsciente? ¿Qué quiere hacer consciente en nosotros?, ¿para qué?

Todas estas preguntas y muchas más sólo podemos contestarlas leyendo la carta, es decir, interpretando nuestros sueños.

Personalmente, la interpretación de los sueños es una aventura apasionante que me ayuda a conocerme en profundidad, a conectar con mis miedos, con mis vivencias no resueltas, con mis deseos y pensamientos reprimidos, pero también con mi intuición, con mi mente sabia, con mi parte espiritual, con mi energía.

Al principio, como cualquier aprendizaje, lleva su tiempo y su dedicación. Sin método, sin esfuerzo ni constancia y, sobre todo, sin motivación es como querer aprender a hablar inglés en diez días, una falacia.

Todo esto si estamos comprometidos con nuestro crecimiento personal, si estamos convencidos de que estar aquí es una oportunidad, si estamos abiertos, es decir, no constreñidos ni miedosos al descubrimiento de nosotros mismos.

Estamos preparados para emprender esta aventura y, como dice, el poema: "Lo importante es el viaje y que éste esté lleno de aventuras, de bellos amaneceres...". TM

Temple Individual y de grupo
cacpsicologas@gmail.com



CAC
PSICÓLOGAS

COMIENZO TALLERES:

Habilidades Básicas: Lunes 21/08 de 19 a 21 h
al Lunes 13/11/08 de 19 a 21 h
Súper: Del miércoles 12/11/08 de 19 a 21 h
al miércoles 17/12/08 de 19 a 21 h

628500295 677514387 657965674
C. Clínica A. Cunill C. Zafra

C/ V. Benicómar, Colindres, 26 - 4º - 197 Valencia 46102

VII CONGRESO NACIONAL DE TERAPIA FLORAL

“Terapia Floral: el arte de ser
uno mismo y la evolución del alma”

22 y 23 de Noviembre 2008
Benalmádena (Málaga)

ORGANIZA:

m.n.s.

Epsilon
natura

ENTIDADES COLABORADORAS:



www.cofenat.es



Ayuntamiento
de Benalmádena



*El Drenaje
Linfático
Manual,
cada vez
más
solicitado*

MUY BENEFICIOSO Y EFICAZ

M^o Teresa Vidal

Directora de la Escuela
de Salud Alt Benestar

el Drenaje Linfático Manual (DLM) es la técnica que activa manualmente la circulación de la linfa a través de los vasos del sistema linfático. La función de este sistema es básicamente defensivo-inmunitaria, y a pesar de ser el sistema del cuerpo humano menos estudiado hasta hoy, cada vez más se reconoce su trascendencia y su eficacia en la salud de todo el organismo y sus múltiples beneficios.

Esta técnica esta indicada para gran variedad de trastornos, especialmente en estados edematosos (hinchazones) que tengan su origen en este sistema (linfedemas). Pequeñas hinchazones, como tenosinovitis, hematomas, acné... y grandes hinchazones en extremidades superiores e inferiores. Es de destacar su gran efectividad en el campo de la estética, sobre todo resultando muy eficaz para reducir la celulitis. Y por último, pero no menos importante, es una técnica,

que por sus pases suaves y superficiales es muy efectiva como relajante, en caso de estrés, ansiedad o insomnio, etcétera.

Su amplio campo de acción y la facilidad de sus manipulaciones convierten el Drenaje Linfático Manual en una terapia cada vez más solicitada debido a sus grandes beneficios, tanto específicos como en general. TM

Más información en www.altbenestar.com

FE DE ERRATAS

En el anterior artículo firmado por Josefa Sánchez, "Cuidado integral a través de los pies", el primer párrafo del texto publicado no corresponde a la colaboración y debió comenzar diciendo "Aunque esta terapia no se la conoce...", que apareció como segundo párrafo.



PROFESIONES CON FUTURO

QUIROMASAJE

QUIROMASAJE AVANZADO Y OSTEOPATÍA

MASAJE DEPORTIVO

RECUPERACIÓN ARTICULAR DEL MOVIMIENTO

REFLEXOLOGÍA PODAL

DRENAJE LINFÁTICO

MASAJE METAMÓRFICO

ACUPUNTURA

SHIATSU

REIKI

FLORES DE BACH

CRECIMIENTO PERSONAL

R I S O T E R A P I A

**FACILIDADES
DE PAGO**

**CURSOS
INTENSIVOS**

**BOLSA DE
TRABAJO**

CONSULTAS:

PSICOTERAPIA - HOMEOTERAPIA

TERAPIAS, TRATAMIENTOS CONFERENCIAS Y CHARLAS

Avalado y atendido por un excelente y cualificado equipo de profesionales con demostrada experiencia.

MÉDICOS, Dres. en PSICOLOGÍA, HOMEOTERAPEUTAS, OSTEÓPATAS, QUIROMASAJISTAS, REFLEXÓLOGOS, etc.

INFÓRMATE: Tel. 96 394 06 86

En el mismo centro, frente Ayunt. Junto al Edif. de Correos,
c/ Roger de Lauría, 3 - 1^º 46002 VALENCIA

Inmejorable ACCESO DE TRENES, AUTOBUSES Y METRO.

www.altbenestar.com

EL DESEO DE DESEAR

No hemos sabido cultivar nuestros pensamientos y deseos adecuadamente

M^a Elena Ferrer
Directora de
Humanamente

Considero completamente erróneo tratar de extinguir el deseo. Al pretender mantener la mente y el corazón en blanco, despojados de pensamientos y sentimientos, se construye un hastío, una desesperación. Se intenta vivir una vida vacía, en la nada. Quienes he conocido con esta actitud, perdieron el brillo de sus ojos, la ilusión de vivir; cada día, en el mejor de los casos, era la cansina repetición del anterior, pero en general iban camino de la decadencia. Casi parecen de aburrimiento y dolor.

La vida persigue, acompaña y recompensa al deseo de vivir. Pero se aleja de quien no la desea. No es un castigo, ni "mal karma", simplemente es una consecuencia lógica por nuestra actitud. Cuando somos personas sanas, también deseamos estar con quienes



nos quieren y procuramos distanciarnos de quienes no.

Si usted siente miedo de tener deseos debido a tantas malas interpretaciones en las filosofías y religiones, le diré que como no pueda dejar de tenerlos, mejor le vendrá dejar de temerlos.

¿Puede evitar el desear comer cuando tiene hambre? ¿O desear dormir cuando tiene sueño? Más aún, si usted se considera "espiritual" y lo que espera es la iluminación, ¿no está deseándola? No puede evitarlo, siempre deseará algo de cualquier modo. Así que más vale dejar de desear inconscientemente y buscar realizar sus deseos de acuerdo con las leyes de la vida y la justicia.

Luego de miles de años de adaptación, la evolución nos ha equipado con un cerebro triple llamado triuno por el neurocientífico Paul Mac Lean, cuya teoría describe un complejo reptil, el sistema límbico y la neocorteza.

El cerebro reptiliano, desarrollado hace unos 500 millones de años, se encuentra presente primordialmente en los reptiles y éstos son las especies animales con el menor desarrollo cerebral. Es un cerebro funcional, territorial, responsable de conservar la vida y el que es capaz de cometer las mayores atrocidades.

El sistema límbico cerebro mamífero permite un desarrollo sentimental y es el que nos permite establecer relaciones de mayor fidelidad que los reptiles. Está asociado a la capacidad de sentir y desear, en él se dan los procesos emocionales y estados de calidez, amor, gozo, y los procesos que tienen que ver con nuestras motivaciones básicas.

Los mamíferos modernos, los primates y algunos cetáceos tienen un cerebro mucho más desarrollado que los mamíferos primitivos, por lo cual,

además de los sentimientos, manejan un proceso de mayor entendimiento, que está directamente relacionado con la evolución de la corteza cerebral, donde se encuentra uno de los mayores desarrollos del cerebro dentro de la escala animal.

Los humanos poseemos un cerebro mucho más especializado que los primates, por lo cual, además de sentimientos, manejamos un proceso racional de entendimiento y de análisis ampliamente superior al de todos los demás mamíferos, que nos permite adquirir conocimientos, desarrollar sociedades, culturas, tecnologías y lo más importante: comprender las leyes que rigen el universo.

La neocorteza representa la adquisición de conciencia y se desarrolló a través de la práctica del lenguaje. La voluntad consciente.

Como puede ver, dejar de desear sería reprimir la función de nuestro cerebro límbico. Lo mismo que pretender pensar con el "corazón" es como poner el límbico a pensar luego de haberle negado el desear, desdeñando nuestra exclusiva neocorteza sólo porque no hemos sabido cultivar nuestros pensamientos y deseos adecuadamente. Esto sería por completo una falta al progreso, tanto

físico como espiritual, del ser humano.

Quienes han estudiado aunque sea superficialmente la psicología saben que algunos de los trastornos mentales más graves ocurren cuando las personas están tan avergonzadas de ciertos deseos, que los entierran profundamente en la

subconciencia, en donde estos anhelos suprimidos manufacturan una auténtica legión de demonios. En su intento por sofocar el deseo, estas personas se enferman mental y emocionalmente hasta el punto que son destructivas consigo mismas y con quienes las rodean. TM

AURA
IMPORT

VENTA AL POR MAYOR.
IMPORTACIÓN DIRECTA
DE MINERALES EN BRUTO
DE BRASIL, CHINA.

BISUTERÍA EN
PIEDRA NATURAL

Venta al público,
AQUA AURA

Plaza de la Merced, 1
46001 Valencia

CONTACTO 609 250 427

humanamente

Desarrollo personal
 & organizacional
 a través de la personal
 coaching - breathwork

calberques, 22
 valencia
 988.974171

Escuela
 para
 la **Vida**
 Practicando en
 Coaching Personal

Humanamente TEAM

eckhart
 me Group

www.humanamente.com

FLUORITA, IDEAL PARA MEDITAR

Jose Miguel Arguix
Coordinador de
Afric Art



La fluorita es fluoruro cálcico (CaF₂), pertenece al grupo de los haluros y su nombre deriva del latín "fluere", que significa fluir, debido a que fundía con más facilidad que ciertas gemas con las que se confundía. Hay yacimientos en México, Gran Bretaña, Perú, España, Alemania, Suiza y Noruega. Las minas de fluorita de Asturias son bien conocidas para el coleccionista de minerales y sus ejemplares tienen fama en el mundo entero. La fluorita armoniza mente y espíritu, es óptima para la meditación, ayuda a concentrarse, sirve de complemento con la energía de la amatista, ayuda a los estudiantes, contables, científicos, y es beneficiosa para los dientes y los huesos.

Existen diversos tipos de fluorita:

Verde

Abarca un abanico grande de verdes. Útil especialmente en la capacidad de flexibilizar, sobre todo en el caso de una persona inflexible consigo misma, capaz de permitir todo a los demás y de negarse así misma igualmente todo. Actúa sobre el chakra cardíaco, pero da mejores resultados sobre el plexo solar, sobre todo si al colocarlo en éste va acompañado por cuarzo rutilado o citrino. En el 2º chakra también se puede trabajar acompañada por cornalinas.

Dorada

Si la encontramos en forma de drusa será perfecta para un lugar de trabajo creativo, ya que aporta concentración para sacar todo aquello que llevamos dentro y queremos expresar. La fluorita dorada actúa sobre el plexo solar, 3er. Chakra, y colabora en la asimilación de información y de cambios en el camino del aprendizaje. También actúa sobre el chakra corazón, sobre todo unida a piedras como la rodo-

rosita o el cuarzo rosa. Al situarlo sobre este chakra hace que recordemos y expresemos la capacidad que tenemos para dar amor.

Morada-violeta

Es la puerta directa a los umbrales de un mayor crecimiento espiritual. Es para aquellas personas que escogieron un camino de transformación y ayuda, y que cuando ya llevan un tiempo en él se sienten que ya no hay vuelta atrás. Con la ayuda de la fluorita irán superando las etapas. También asiste a aquellas personas que descubren que pueden acceder a información sobre el camino que deben seguir los demás y sin que éstos se la pidan, se la dan. Enseña a estas personas que esa información espiritual es muy personal y que sólo se debe compartirla si la demandan. Sobre el 7º chakra, tiene la capacidad de ayudar a crear ideas dinámicas o inspiraciones. Actúa como nexo de unión entre los aspectos sutiles y prácticos de la conciencia.

Blue John

De origen inglés, es verde con bandas que pueden ir del azul y violeta al amarillo. Tiene doble función: por un lado contacta con el amor y por otro, con lo espiritual. Es una piedra ideal para la meditación, nos conduce a conocernos (nuestro mundo interior) y a tomar contacto con lo espiritual (evolucionar en el plano espiritual). Sobre el 6º chakra, ayuda a abrirlo.

Rosa

La que se presenta en color rosa es por la presencia de trazas de itrio, muy común de Perú. Abre el chakra cardíaco, como es el caso del cuarzo rosa, desarrolla la virtud de amar incondicionalmente, sin esperar nada a cambio. TM

AFRIC ART®



Artículos de regalo, bisutería, minerales

Ya has encontrado tu tienda
Disfruta

Ven y hazte con tu Fluorita



Afric Art - Caballeros, 11 (Junta Generalitat) - 46001 Valencia
Tel: 96 392 60 81 - e-mail: africart@africartspai.com
www.africartspai.com



ANILLO ATLANTE

AFRIC ART®

Piedras-semipreciosas.com®

UN PAR DE CONSEJOS DE FENG-SHUI

Claves para la prosperidad en el ámbito empresario

Ana Luz Jacinto
Mª José Bonet
Consultoras e instructoras de Feng - Shui



algunas personas siguen sin saber realmente qué es el Feng - Shui, de hecho hay quienes les sigue sonando a chino. Creen que se trata de cierto tipo de secta, algo esotérico, nada que ver con la realidad. Dicha ciencia o técnica natural sí es verdad que procede de China y que se lleva practicando desde hace más de 3.000 años.

El Feng - Shui trata del modo en que nos afectan a nuestro bienestar físico, emocional y espiritual los elementos que componen nuestro entorno vital. Nos ayuda a entender que tanto los colores que se hayan utilizado en las paredes o en las unidades decorativas, como las formas de los edificios, los materiales empleados en la construcción y el simbolismo de los objetos u obras de arte, inconscientemente nos afectan ne-

gativa o positivamente. ¿Alguna vez nos hemos preguntado por qué en algunos espacios se percibe cierta sensación de frialdad y severidad?, ¿o por qué a algunas personas les cuesta mucho prosperar, ya sea en su vida sentimental o laboral? ¿Por qué razón unos negocios funcionan bien y otros no, a pesar de que todos ofrecen lo mismo?

Todo influye. Una mesa colocada en mala posición, un propietario mal ubicado dentro de su propio negocio o empresa, un color mal elegido a la hora de pintar las paredes del local, etcétera, pueden predeterminar -entre otros muchos factores más a tener en cuenta- el éxito o el fracaso.

Un par de consejos para mejorar la prosperidad:

✓ No colocar a los trabajadores de espaldas a la puerta de entrada, creando cierta inseguridad en ellos. Tampoco

enfrente de ella: estarían demasiados expuestos a un exceso de energía, provocando efectos negativos en su salud.

✓ No ubicar la caja registradora en línea con la puerta de entrada. Según el Feng - Shui, el dinero entraría y saldría igual de rápido.

La Escuela Europea de Feng - Shui con sus años de experiencia ha actualizado y occidentalizado dicha técnica, para que así todos podamos echar mano de ella, sin necesidad de convertir nuestros hogares, negocios o empresas en restaurantes chinos a la hora de armonizar nuestros espacios o para obtener resultados positivos en nuestras vidas.

Solemos decir que el Feng - Shui es como la acupuntura... La acupuntura estudia los bloqueos de energía en el cuerpo humano que provocan enfermedades y el Feng - Shui estudia los bloqueos y estancamientos de energía, pero en este caso de los espacios, que repercuten negativamente en las personas que viven o regentan dicho lugar, ya sean hogares, negocios, oficinas, empresas. TM

<p>ANA LUZ JACINTO Tel: 891 402 158 ana.luz@fengshui.europa.com</p>	<p>MARÍA JOSÉ BONET Tel: 891 402 158 maria.jose@fengshui.europa.com</p>
<p>FENG SHUI CONSULTORAS E INSTRUCTORAS</p> <p>Se realizan consultas y cursos de Feng-Shui en Valencia, Castellón y Alicante y resto de España.</p> <p style="text-align: center;">www.fengshui.europa.com</p>	

Más información en www.fengshui.europa.com



QUIROMASAJE -EXTENSIÓN UNIVERSITARIA-

- QUIROREPORTO VO
- DRENAJE LINFÁTICO VODDER
- REFLEXOLOGÍA PODAL, MANUAL, FACIAL, CRANIAL
- VENDAJE FUNCIONAL Y NEUROMUSCULAR
- DIETÉTICA APLICADA

* Profesorado: Dr. José Luis, Dr. Ignacio, Dra. Paloma, Dra. Carolina,
Dña. M. José, D. Toni, D. Vicente.



ACUPUNTURA -CON AVALES UNIVERSITARIOS-

- MEDICINA TRADICIONAL CHINA -M.T.C.-
- FITOTERAPIA CHINA
- TAIJIN Y CHI KUNG
- AURÍCULO Y SHIATSU

* Profesorado: Dr. Carlos, Dr. Javier, Dra. Wan, Dr. Manu, Dra. Cristina,
D. José Luis, D. Vicente, D. Antonio.



NATUROPATÍA -CON AVALES UNIVERSITARIOS-

- ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA HUMANAS
- DIAGNÓSTICO: Iridología, M.T.C., Analítica,
Radiología, Auscultación, Psicología y P.H.L.
- TRATAMIENTO: Homeopatía, micronutrición, Flores de Bach,
Dietética, Energía ambiental, Fitoterapia.

* Profesorado: Prof. Dr. Marcos, Prof. Dr. Jaci, Drs. Laura, Dr. Manu,
Dra. Eva, Dra. M. José, Dr. José Luis, Dra. Victoria.



OSTEOPATÍA -CON AVALES UNIVERSITARIOS-

- ESTRUCTURAL I Y II
- VISCERAL
- CRÁNEO-SACRA
- CADENAS ARMÓNICAS
- RADIOLOGÍA

* Profesorado: Dr. Jose H, Dr. José Luis, Dra. Paloma, Dr. Ignacio,
D. Miguel, Dra. Pilar, D. Josema.



ANATOMÍA Y FISIOPATOLOGÍA HUMANAS

* Profesorado: Prof. Dr. Marcos, Prof. Dr. Juan, Dra. Igone.

* FORMACIÓN DE PROFESORES DE TAI-CHI Y CHI-KUNG



INFORMACIÓN:
C/Plaza de la S. 10, 11, 46002 VALENCIA TEL: 962887444
www.asociacionesintagma.com www.asociacionesintagma.es

ENTRADA: 100€ (INCLUIDO EL MATERIAL)
COSTE DE LA ALIMENTACIÓN: 10€ (INCLUIDO)
ALIMENTACIÓN: 10€ (INCLUIDO)
ALIMENTACIÓN: 10€ (INCLUIDO)



C.E.M.E.C.



ASOCIACIÓN
ESPAÑOLA DE
NATUROPATAS





“La naturaleza crea su propia forma de restablecer el equilibrio”, afirma Kirpalani.

ESTABILIDAD TIEMPO CRISIS

*Causas y efectos de un fenómeno que nos
por Jayanti Kirpalani, directora en Europa*

Quién es

Jayanti Kirpalani es la directora en Europa de Brahma Kumaris World Spiritual University, organización que trabaja para la paz y el desarrollo personal a través de valores espirituales en más de 100 países. Basada en Londres, es asimismo la representante principal de la organización en la sede de Naciones Unidas en Ginebra.

Es consejera del Parlamento Mundial de Religiones, directora del Programa de Formación en Autoliderazgo y conferenciante con gran prestigio internacional. Ha participado como ponente en numerosos foros de Naciones Unidas y de otros organismos internacionales sobre la paz, el desarrollo sostenible y la promoción del diálogo intercultural e interreligioso.

Recientemente estuvo en Valencia para disertar en un acto realizado en la Concejalía de Juventud, en el marco de los actos celebratorios de los 15 años de actividades de Brahma Kumaris en esta ciudad, con sede en C/ Isabel la Católica 19, 1º piso, tel. 963 51 81 81.

-Esta crisis provoca miedo. Y el miedo no es un buen aliado para responder a nuevas situaciones ¿Qué podemos hacer en esta situación?

- Si sentimos miedo tomamos decisiones erróneas y nos sentimos más confundidos, pero si aceptamos la responsabilidad, entonces sabemos lo que tenemos que hacer. La palabra responsabilidad puede provocarnos miedo, pero es también una palabra muy liberadora, significa que no sólo los líderes han creado las condiciones actuales, sino que yo también he contribuido a crear las situaciones que existen actualmente, porque juntos hemos creado el materialismo, el consumismo de la sociedad que existe hoy en día. Mientras estábamos en el coche para venir aquí, estaba viendo tiendas muy elegantes en Valencia, y recuerdo que hace 25 años, cuando yo visité España, las cosas eran muy sencillas. He visto como la situación económica en España ha progresado, y puedo ver también cuántas cosas hay disponibles aquí, y puede ser que pensemos que esta situación puede continuar para siempre, quizás pensemos que podemos seguir tomando de los recursos de la naturaleza, que la naturaleza puede seguir proveyéndonos.

-Ha dicho usted que esta crisis económica se une a otra relacionada con el cambio climático. ¿Estamos en un momento histórico especial?

- Por un lado tenemos el paradigma espiritual y por otro lado el paradigma materialista. El paradigma materialista dice: “Sigue tomando de lo que hay fuera”. Los anuncios de

IDAD EN OS DE ISIS

*afecta en esta época, tratados
de Brahma Kumaris*

María Moreno

la televisión, de los medios de transporte, expresan "compra, compra". Todo el sistema materialista depende de los deseos, y el problema es que los deseos nunca, nunca, podrán ser satisfechos. Compras una cosa y necesitas otra, y otra y otra... Nunca habrá un momento en el que digas: ya está, ya lo tengo todo, porque el deseo es como un fuego que sigue esparciéndose, y cuantos más deseos tienes es como intentar apagar el fuego pero sin éxito porque sigue extendiéndose más y más. No voy a preguntar a nadie cuántos pares de zapatos tiene y cuántos pares de zapatos se pueden usar a la vez. Hace algunos días fui a una casa de Londres donde viven dos personas y lo primero que vi fue una fila de unos diez zapatos. Parecía que había mucha gente viviendo pero eran sólo dos personas. Y no sólo zapatos, parece que llevar esta ropa, llevar esto y ponerse lo otro tenga que ver con ser una buena persona, pero por supuesto no es así. Este es el mundo de la ilusión creado por el paradigma del materialismo, y siempre dentro de este paradigma hay injusticia. No es posible que dentro del paradigma del materialismo las cosas se compartan por igual, de forma ecuánime. La justicia en todo caso podría mantenerse durante un tiempo, pero no para siempre, y la naturaleza crea su propia forma de restablecer el equilibrio de nuevo.

-Parece que propone soluciones espirituales ante la crisis.

-Podemos ver que la crisis actual no se ha producido repentinamente, es algo que está creciendo y que se podría haber predicho; muchas personas durante un tiempo lo han estado



SINTAGMA
ESCUELA DE TÉCNICAS NATURALES

69 profesores - 870 m²



FORMACIÓN+

CON AVALES UNIVERSITARIOS

- ANATOMOFISIOPATOLOGÍA HUMANAS
 - ACUPUNTURA BIDENERGÉTICA
 - QUIROMASAJE
 - OSTEOPATÍA
 - NATUROPATÍA
 - IRIDOLOGÍA
 - SHIATSU
 - HOMEOPATÍA
 - REFLEXOLOGÍA
 - DIETÉTICA Y FITOTERAPIA
 - AURICULOTERAPIA Y TUINA
 - TÉCNICO MANUAL SUPERIOR
 - VENDAJES FUNCIONALES Y KINESIOTAPE
 - BIOQUÍMICA Y FARMACOLOGÍA
 - FARMACOPEA CHINA
 - DISECCIÓN
 - RADIOLÓGIA
 - FORMACIÓN PROFESORES TAI-CHI Y CHI-KUNG
- Prácticas: Aikido, Kung-fu Shaolin, Yoga, Tai-chi, Pilates, Danza Oriental...



correo@rescue.lasintagma.com
96 3 85 94 44 - 902 02 46 33
Ll. Hadrà Ronda, 8, 10, 11. 46100. VALÈNCIA

presagiando. Lo que la espiritualidad dice es "mira las cosas desde una perspectiva distinta". Mira los tesoros que ya tienes en tu interior. Si intentas comprar la felicidad ahí afuera, nunca la vas a encontrar. Hay un almacén de tesoros en el interior. Estamos queriendo tener más paz poseyendo más armamentos. El camino que uno sigue es el destino al que llega, ¿es así? Fabricamos más armas, creamos los instrumentos para la violencia y el destino es el de la paz. La mayor industria a nivel mundial es la del armamento y éste no es el método para crear paz en el mundo. ¿Dónde está la paz? Está dentro del corazón humano, o podría decir, está dentro del alma humana. La llave de la transformación mundial está en las manos de cada uno de nosotros.

-¿Y qué hacer ante la violencia de la que sabemos somos capaces?

-Cuando en los años 80 había situaciones de violencia en comunidades de India, supe que esa violencia la creaba entre un 0,5 y un 2% de la población de esos colectivos, un pequeño grupo de personas era capaz de lograr eso durante muchos años. Tengo una pregunta: ¿es más fuerte la fuerza del mal que la del bien? Aquellas personas que aman a Dios, y me gusta venir a España porque sé que en España las personas aman a Dios, estarán de acuerdo en que Dios es la verdad, y con la fuerza del Todopoderoso tiene que ser la fuerza del bien la que predomina a nivel mundial. El paradigma espiritual me ayuda a conectarme con la Autoridad Suprema. Es importante poder atraer ese poder, que no un poder cualquiera, sino que es el poder de la bondad. Y cuando atraigo ese poder espiritual de la bondad en mí, esa fuerza espiritual hace que se vaya la fuerza de la maldad que hay en mí, esta es la tarea que cada uno de nosotros debemos hacer para nosotros mismos. Me puedo quejar de la avaricia mundial, de la ira mundial, pero la única forma en que puedo empezar a cambiar es tomar lo espiritual de Dios e intentar cambiar lo que es negativo en mí, que emerge esa fuerza de la bondad. Y si un pequeño porcentaje de población es capaz de cambiar la maldad, imaginemos qué podría hacer un pequeño porcentaje de personas que potencien la verdad. Quizás alguno de vosotros habéis leído los estudios de sociología de una persona llamada Margaret Mead. Ella escribe que cuando estás teniendo una transformación en tu interior se puede producir una revolución a nivel mundial. Las revoluciones nunca han sido gracias a una gran parte de la población, siempre se han producido a través de un pequeño grupo de personas, y si estas personas que estamos aquí tenemos un compromiso de transformación personal lo que vamos a ver es una transformación en el mundo.

-Tenéis en Brahma Kumaris un eslogan que parece que encaja en este tema: "Cuando yo cambio, el mundo cambia".

-Porque cuando nosotros cambiamos, y tenemos esos recursos internos y los hacemos emerger, eso es lo que se pone de manifiesto en nuestra relación con los demás. La calidad de nuestro trabajo cambia, y cuando estas energías se multiplican

pueden también crear un impacto en lo que está sucediendo en el mundo. Las personas tenemos una gran responsabilidad que hemos olvidado. Poseemos un gran poder que nos hemos olvidado de utilizar. Este paradigma espiritual dice: "Empieza a trabajar desde dentro". Y cuanto más lo hagas, más impacto crearás en el mundo que te rodea. Hay caos ahí afuera y el motivo es que hay caos dentro de nosotros. Y cuando haya orden en nuestro interior podremos ver orden en el exterior también.

-Ante tanto cambio, ¿existe un punto de estabilidad?

-Cuando llego a conocer mi propia identidad espiritual puedo conocer esa luz que soy yo. La ley de la naturaleza es que hay un cambio constante. No puedo concebir que haya nada permanente externamente. Mi cuerpo no va a ser siempre igual. Me gustaría que fuera como cuando tenía 19 años, pero no es así. Y la calidad de las relaciones no va a ser igual y la calidad de las circunstancias no permanecerá igual. Pero eso es de esperar; la ley de la naturaleza es el cambio, pero en ese cambio, el

punto de estabilidad es la estabilidad en mí ser interior. Cuando hay tormenta, existe un punto donde se está a salvo y es justo dentro, en el centro, en el ojo de la tormenta. Ese es el lugar de calma y en este caso significa ir hacia el interior y llegar a la calma que es lo que soy yo. Primer paso, si quiero tener estabilidad en mi vida necesito dedicarme tiempo para mí. Si paso un poco de mi tiempo conmigo misma y entiendo cómo funciona mi mente y cómo puedo crear el mejor uso de mi mente, no voy a reaccionar, sino que mi respuesta será una respuesta creativa.

-Digamos, por tanto, que es necesario pasar de este paradigma del consumo permanente y de sus valores.

-El paradigma espiritual trata de conocer al ser y valorar al ser. Este es un paradigma totalmente opuesto al materialista, en el que un barril de petróleo es mucho más valioso que una vida humana. En India hoy en día, en lugar de utilizar el alimento para alimentar a las personas, se utiliza para elaborar biocombustible. ¿Qué es más importante, el combustible o la vida humana? Podemos ver cómo está el mundo, pero lo podemos cambiar. Sin embargo, no puedo cambiar a nadie en particular. ¿Habéis intentado alguna vez cambiar a alguien, a vuestro marido o esposa? ¿Funciona? No funciona. Lo que sí puedo hacer es cambiar yo. Y cuando yo cambio hay un efecto como el de una ola y las personas que me rodean cambian.

-¿Hay esperanza? ¿Podemos vislumbrar la salida del túnel?

-Sabemos que ha habido corrupción en la economía durante mucho tiempo, es un hecho probado y ahora podemos ver el impacto de forma visible. Pero a la vez toda esta confusión produce limpieza y después de esa limpieza habrá calma, equilibrio. El futuro no es un futuro oscuro. Después de un periodo de oscuridad tiene que venir la luz. El fin de semana pasado estaba en Austria y alguien me dijo, ¿por qué dices que después de la noche tiene que venir el día? Es la ley de la naturaleza. La noche no es para siempre, tiene que venir el día; no lo digo por imaginación, es una realidad del universo.

"Poseemos un gran poder que nos hemos olvidado utilizar"

Necesito comprender sólo tres cosas. Primero, que soy un hijo de Dios, un ser viviente, un alma. Como hijo de Dios, las cualidades más elevadas están en mí. Segundo, que el Ser Supremo, la luz suprema, quiere que tome luz, paz, verdad, amor. Experimentar a Dios como un ser de luz que es capaz de dar amor incondicional, que es capaz de tener un perdón completo, el que no juzga, un ser de amor. Y comprender a Dios como padre, porque el padre es importante, da poder, fuerza, el padre me da una herencia de felicidad. Experimentar en nuestra vida la relación con Dios de forma práctica. No como un Dios alejado, y con el que me relaciono una vez a la semana, cuan-

do voy a la iglesia, sino aquel que es mi padre, madre, profesor, amigo, el que me da compañía y apoyo siempre. Cuando experimente esto podré sentir como todos los poderes y virtudes de Dios vienen hacia mí. Y tercero, lo que yo haga traerá un resultado de acuerdo a ello. La calidad de mis pensamientos, palabras y acciones determinan mi destino. Es una contribución a lo que está sucediendo en el mundo. Mis pensamientos puros y elevados van a crear un mundo puro.

Mis palabras de apoyo, de ánimo, de consuelo, van a hacer que cuando yo necesite cooperación, eso mismo venga hacia mí. Yo doy mi amor, mi apoyo cuando los demás lo necesitan, y mis pensamien-

tos, palabras y acciones crean mi futuro, pero también hay un impacto interior, porque si tengo buenos pensamientos eso me deja un buen sentimiento, y ese sentimiento deja incluso un impacto positivo en mi cuerpo. De esta forma, mis pensamientos, palabras y acciones determinan mi futuro y también mi presente.

Recordando estas tres cosas, además de conseguir estabilidad, atraeré el poder de la paz y del amor en mi vida. Estos dos poderes son los que pueden cambiar el mundo. Las cosas que suceden son un estímulo para recordar las cosas que debemos hacer. Así podemos abrazar con amor los cambios que están sucediendo. Habrá así una contribución positiva. TM

European School of Craniosacral Therapy

Terapia Craneosacral - Biodinámica

- Cursos profesionales de dos años en Jivea (Alicante):
15 seminarios (viernes, sábado y domingo) inicio: 14 de noviembre 2000
- Basados en las enseñanzas del Sutherland y el modelo biodinámico de F. Sills.
- La formación incluye el trabajo con las tres merasas.
- En un lugar tranquilo en plena naturaleza.
- Diploma reconocido por la Asociación Española de Terapia Craneosacral.
- La ESCT ha impartido cursos de Terapia Craneosacral en España desde 1995.

Para ver fechas, precios e inscripción ver: www.craniosacral.com
 María del Valle Martos 620 50 30 33 · email: mariavalle@craniosacral.com
 Robert Harris 96 579 43 43 · email: robert@craniosacral.com



ENERGÍA DORADA

- ♦ Formación de Profesionales de la EMF Balancing Technique® y Maestros de las fases I - IV.
- ♦ Chamanismo, introducción, visión y práctica.

La información para Cursos y Terapias la encuentras en www.energidorada.com y al tel. 96 325 76 51 - 665 66 99 49.

IMPORTE: ILDA CUEVAS. MAESTRA DE MAESTROS DE LA EMF BALANCING TECHNIQUE®. SANADORA NATURAL, CIAMÁNICA

LIMPIEZA PROFUNDA

Beneficios de la desintoxicación periódica, procedimiento que optimiza un equilibrio saludable



Esquema del proceso en el cual se liberan toxinas del organismo.

estilo de vida sano, bajo en estrés, y desintoxicación periódica, una fórmula cada vez más extendida entre quienes se implican en el mantenimiento de su salud y la prevención de posibles enfermedades.

El último elemento de esta receta saludable es precisamente una práctica poco conocida, pero contundente en resultados.

La desintoxicación periódica se realiza a través de un aparato cuyo principio activo se fundamenta en la electrólisis.

Pero para entender el proceso en su conjunto, mejor empezar explicando que las toxinas que acumula el cuerpo son un pasaporte seguro a diversos tipos de males crónicos.

Ionización y ósmosis

El dispositivo produce la ionización (ruptura de las moléculas en miles de iones) del agua.

De modo que la reacción conlleva un fenómeno de ósmosis por el cual, a través de la piel y desde la sangre y linfa, los productos de desecho tóxicos salen del cuerpo.

Además, el efecto de este conjunto de mecanismos puestos en acción también activa diversos tipos de enzimas, por lo cual los órganos excretorios aceleran la expulsión de los desechos, en especial el hígado. El equilibrio de la salud obtiene, por tanto, ajuste y mejoría.

El cuerpo se siente más ligero después de cada aplicación. También este procedimiento es indicado para casos de edemas, artritis, reumatismo, entre otras enfermedades.

Y, además, remueve depósitos de grasa, con lo cual ayuda a bajar de peso y a disminuir celulitis. TM

DRENAJE de TOXINAS

Ion Salud®

- Purifica la sangre y drena el sistema linfático.
- Fortalece el sistema inmunológico.
- Promueve la pérdida de peso.
- Remueve depósitos de grasa.
- Retarda el envejecimiento.
- Aumenta la energía y el sentido de bienestar.
- Alivia la fatiga crónica y facilita el descanso nocturno.

Su aplicación es muy sencilla y placentera

SESIONES INDIVIDUALES

INFORMES Y RESERVA DE TURNOS 635 856 228



DIEZ SECRETOS DE DYER

El autor de "Tus zonas erróneas" vuelve con otra magistral lección para alcanzar el éxito bien entendido y la paz interior

Wayne W. Dyer es un renombrado escritor; conferenciante y filósofo contemporáneo. Profesor de Psicología del

Asesoramiento de la St. John's University de Nueva York, doctor en Psicología Orientativa y la gran figura del Pensamiento Transformacional de nuestro tiempo. La mayoría de nosotros deseamos vivir en paz. La mayoría querríamos poder sentir que tenemos un propósito en la vida. Sin embargo, muchas veces nos vemos limitados intentando encajar. Intentando ser buenas personas. Intentando hacerlas cosas como otros nos dicen que debemos hacerlas. Intentado tener éxito a un nivel material. El profesor Dyer nos propone 10 principios para crear el tipo de vida que de verdad queremos vivir. Diez principios que representan las cosas más importantes y significativas que un ser humano puede alcanzar en su vida. Diez principios para la paz



interior, diez principios para el éxito. Diez principios para mirar en nuestro interior y conectarnos con la gran fuente que nos mantiene a todos vivos y respirando de un modo pleno y satisfactorio.

En DVD, y distribuido por Isaan Entertainment, el mensaje de Dyer llega esta vez bajo el título de "10 secretos para el éxito y la paz interior. Se encuentra a la venta en las principales tiendas. TM

PRESENTACIÓN

En el comienzo de las presentaciones mensuales que hará **TÚ MISMO** a partir de este mes de noviembre, el viernes 7, a las 19.30, en C/ San Vicente Mártir, 78, 3º, 3, esperamos a nuestros lectores para compartir un tiempo de encuentro directo y reflexivo. En esta

oportunidad, el invitado especial es Fernando Sorribes, autor del libro "Libélula", recientemente lanzado al mercado editorial.

Además habrá sorteo de regalos entre los asistentes. Los esperamos.

LA RECONEXIÓN® SANACIÓN RECONECTIVA® Según el método Dr. Eric Pearl



Practicantes de Sanación Reconectiva y La Reconexión, Nivel III

Isabel Gómez, 678 654 497 Valencia

Rosa Pérez Nuñ, 678 474 601 Denia (Alicante)

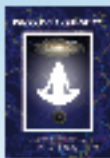
Información sobre La Reconexión:

www.TheReconnection.com

www.LaReconexion.com



El Naturópata Don Sergio E. Acosta, Miembro de honor de la Academia Internacional de Medicina Biológica de los Estados Unidos de Norte América e Investigador Titular de la República de Cuba, ofrece a las personas que desear sincera y profundamente bienestar y que posean firme creencias holísticas como objetivo de enriquecer su Alma, tres Libros Literarios que son auténticos breves para el desarrollo espiritual.



PSICOLOGÍA CUÁNTICA

En este libro, el físico Amalio Utrera presenta un manual en el que la física, el tiempo y la emoción se cruzan en la más fructífera de las legítimas, hallamos reflexiones, meditaciones, consideraciones, pensamientos, consejos, afirmaciones, de sexualidad, alchimía etc.

568 pag. Precio: 45,00€



SÉ QUIET

Es una respuesta orden y profunda a la tremenda pregunta que formuló: William Arctz, Percy Chase y María Vicente, autores de la película y libro ¿Y tú qué eres?.

670 pag. Precio: 49,95€



SEXUALIDAD DEL TERCER MILENIO - SEXO VITAL

En este libro el Maestro, Naturópata y Fundador del Instituto Anamaya de haber sido alumno de un canal de Falguni Achy y designa con magisterial autoridad lo que él considera el punto culminante de la Esoteria, la Psicología y la Alquimia.

192 pag. Precio: 25,00€

Infórmate: 965 463 542 - 677 469 269 - 657 391 736
info@anamaya.eu - www.anamaya.eu

COMUNICACIÓN E INTENCIÓN

Cómo conectar con nuestras intenciones más profundas, las que nos conducen a hacer lo que hacemos o a decir lo que expresamos

Nuria Murcia

Facilitadora de talleres de Comunicación No-Violenta



Con la Comunicación No-Violenta se mejoran las relaciones basadas en el respeto mutuo.

Por qué fumamos? ¿Por qué hacemos cosas aun sabiendo que son perjudiciales para la salud? ¿Qué clase de naturaleza es la humana que parece disfrutar haciéndose daño? ¿Cuál es el propósito que se esconde detrás del dolor producido? ¿Alivio? ¿Bienestar? ¿Satisfacción?... ¿Acaso buscamos aliviarnos de un dolor presente produciendo más dolor? Insatisfechos preferimos escapar del dolor antes que sentirlo, creando sin saberlo más dolor del que huir.

Nuestras acciones expresan tanto como nuestras palabras. La Comunicación No-Violenta tiene como propósito el ayudarnos a conectar con nuestras intenciones más profundas, las que nos conducen a hacer lo que hacemos o a decir lo que decimos, y sostiene que no hay nada que el ser humano valore más que contribuir con su propio bienestar y con el de los demás.

Los seres humanos compartimos la capacidad de sentir y poseemos una serie de valores o necesidades que son universales.

Según el modelo de la Comunicación No-Violenta, las necesidades son la raíz de las emociones: nos sentimos felices cuando nuestras necesidades están satisfechas e infelices cuando no lo están.

Algunas necesidades son salud, comida, techo; otras que podríamos llamar valores, porque no son materiales, son autonomía, diversión, honestidad, apoyo, comunidad, intimidad, etcétera. Estos valores constituyen la base de esta comunicación porque son comunes a todos nosotros y lo que nos moviliza a actuar de una forma determinada o a decir unas palabras determinadas. Detrás de cada acto o de cada palabra está la intención de querer cubrir una o varias necesidades. La Comunicación No-Violenta nos ayuda a conectar con nuestros valores, a aprender a identificarlos y a pedir lo que nos puede ayudar a mantenerlos.

Para ello empezamos a diferenciar entre evaluar y observar. Evaluamos cuando le echamos la culpa a alguien o a nosotros mismos, cuando insultamos, ponemos etiquetas, establecemos comparaciones o emitimos diagnósticos. Observamos cuando

percibimos por los sentidos y decimos lo que vemos o lo que oímos, sin añadir nuestra interpretación. Esta distinción nos ayuda a focalizar la atención en el cuerpo, en lo que percibimos, y no en lo que pensamos. Con la atención puesta en nuestras sensaciones corporales aprendemos a sentir y a identificar las diversas emociones o sentimientos que son parte de nuestra vida cotidiana. Así pues, desarrollamos un vocabulario de sentimientos y necesidades que nos ayuda a expresarnos en armonía con la intención de conectar con los demás y con nosotros mismos. Cuando nos enfadamos o nos entra frustración, cuando estamos tristes o alegres, cuando nos agobiamos, cuando reímos, cuando nos sentimos culpables... detrás de estos momentos de vida hay una serie de necesidades satisfechas o insatisfechas. Con la ayuda de este modelo aprendemos a sentir nuestras emociones plenamente, sin rechazarlas, dándoles la atención necesaria para que nos permitan conectar con la necesidad que las origina. De esta forma descubrimos que la causa de nuestras emociones está dentro de nosotros mismos, dependiendo de si nuestro proceder o el de otros está en armonía con nuestros valores o no, y que lo que

hacemos o hacen otros es sólo el estímulo de nuestras emociones pero nunca la causa, la causa y la responsabilidad siempre están en nosotros mismos.

“Usar un lenguaje de observaciones, sentimientos y necesidades”

La Comunicación No-Violenta sugiere que nos expresemos usando un lenguaje de observaciones, sentimientos y necesidades, y añade un último componente, el de las peticiones, lo que queremos que la otra persona haga o diga para satisfacer nuestra necesidad.

Por ejemplo, al ver unos calcetines sucios en el salón, una madre dice a su hija: “Estoy harta, eres una irresponsable y una descuidada, si no los recoges te voy a castigar”. La madre menciona un sentimiento sin comunicar la necesidad que lo provoca, seguidamente expresa un par de evaluaciones y para terminar exige que se haga lo que ella quiere a través del castigo. Este tipo de comunicación puede

contribuir a que la hija piense que la madre está “harta” por su culpa. Lo más probable es que si accede a hacerlo, lo haga desde el miedo al castigo y no motivada por el deseo de contribuir. Usando la Comunicación No-Violenta la madre podría decir: “Cuando veo los calcetines sucios en el salón (observar), me siento frustrada (sentir) porque me gustaría tener apoyo para mantener la casa limpia (necesidad), ¿podrías meterlos en la lavadora antes de irte al colegio? (petición)”.

El modelo de la Comunicación No-Violenta es sencillo pero posee un poder transformativo enorme. Su práctica nos ayuda en todos los ámbitos de la vida, tanto a liberarnos de los efectos del pasado y del condicionamiento cultural, como a romper patrones de pensamiento que nos conducen a las peleas, la irascibilidad y la depresión. Es crucial en la resolución de conflictos, ya sean personales o internacionales, posibilita la creación de estructuras sociales que tengan la intención de cubrir las necesidades de todos, y ayuda a desarrollar relaciones basadas en el respeto mutuo, la comprensión y la cooperación. **TM**

Más información
www.comunicacionnoviolenta.com

COMUNICACION para la VIDA

(Basado en los principios de Comunicación-no-violenta de M. Rosenberg)

Charla
gratis

21 noviembre
viernes 18hs



Taller
Iniciación

22-23 noviembre
sábado 10-14hs, 16-18hs / domingo 10-14hs
precio: 100€

Desarrolla habilidades para relacionarte en armonía con tus valores

¿Te gustaría saber más acerca de la comunicación humana?

¿Quieres aprender a comunicarte con eficacia y amabilidad?

¿Quieres ser capaz de enfrentarte a los conflictos con tranquilidad y confianza?

¿Te gustaría entender mejor a los demás y a ti mismo?

Una herramienta poderosa para transformar conflictos y entrar en cooperación y confianza

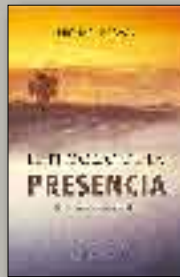
+ info y reservas: 963 852 596 - Lugar: CBV C/Literato Gabriel Miró 5 - www.budismo-valencia.com



El increíble poder de las emociones

Jerry y Esther Hicks
Urano

Un método práctico para superar situaciones adversas que sorprenderá por su profundidad y sencillez. Cómo modificar la realidad utilizando el más grandioso de nuestros sentidos: las emociones.



El proceso de la presencia

Michael Brown
Obelisco

Cómo ir más allá de nuestras aflicciones y adicciones físicas, mentales y emocionales. Adentrarse en un nuevo paradigma de la salud y saber que hemos sido dotados con la capacidad de ser responsables de la calidad de nuestra experiencia.



Libélula

Fernando Sorribes
Araña

Primera novela de este autor valenciano, donde la transformación que sufre uno de sus protagonistas se propone como modelo de desarrollo extraordinario que tiene en potencia todo ser humano. Y como potente vehículo, el Amor.



La revolución de la conciencia

E. Laszlo, S. Grof y P. Russell
Kairós

Intercambio dialéctico lúcido y estimulante de E. Laszlo, S. Grof y P. Russell, pensadores que analizan en profundidad el papel que deben jugar ahora el arte, la ciencia, la educación, la espiritualidad y, por encima de todo, la conciencia.

CURSOS AFRIC ART NOVIEMBRE.

Día 21, a las 19.30, charla presentación del Dr. Manuel Arrieta.
Día 5, Taller de Almas Gemelas, por Rosa M^a Oval Barrios.
Día 10, a las 19, presentación taller "Salud vibracional", por Pep.
Días 11 y 12, "Sanación por arquetipos", por Gloria Mauriz.
Más información, C/ Caballeros, 11, 46001, Valencia, Telf. 963 92 60 81, email: africart@africartespai.com
www.africartespai.com

SENDA.

Asesoría personal.
Taller de autoestima y desarrollo personal. Actividades al aire libre. Risoterapia. Pensamiento positivo. Prevención del estrés. Técnicas de relajación profunda. Tlf. 657 39 17 36 y 653 17 21 08. sendaldaia@yahoo.es

DHARMA ANANDA.

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

TERAPEUTA FLORAL.

Flores de Bach y de Findhorn.
Consultas con cita previa,
Terapeuta Miriam Lier.
Tlf. 635 856 228.

SABIDURÍA Y SANACIÓN ESENIA.

La comunidad esenia redescubrió con la ayuda de los ángeles los antiguos secretos de la sabiduría en la sanación y la cábala antecedentes de la Atlántida. Te ofrezco compromiso sincero y amoroso. Consulta con cita previa. Tlf. 676 71 62 41.

Escaparate

REBIRTHING (RENACIMIENTO).

El Secreto para Renacer.

Una técnica de crecimiento personal que combina la respiración consciente y el poder creativo de los pensamientos para lograr el bienestar físico, mental y emocional.

Gunter Ballati, con más de 20 años de experiencia y formado con Sondra Ray, Leonard Orr y Louise L. Hay.

Sesiones individuales, cursos y seminarios.

"Piensa en positivo y cambiarás tu vida".

Tlf. 616 44 90 52 (Valencia y Jávea).

GABINETE AMANECER.

Terapias y masajes. Programas de

Desarrollo Individual PDI

Rebirthing. Vivation. Tantra.

Chamanismo. Terapia con niños y

adolescente. Terapia sexual,

de pareja y comunicación.

Terapia individual y familiar.

Masaje Metamórfico. MSG.

Reflexología Podal. Quiromasaje.

Orientación escolar y profesional.

Asesoramiento a pequeñas y

medianas empresas.

Calle Maestro Palau, 10, pta.12,

46008 Valencia (España),

móvil 620 68 90 38.

www.gabineteamanecer.com

evamaria@gabineteamanecer.com

SÍNTESIS, CENTRO TERAPÉUTICO.

Terapia Cráneo-Sacral,

Talleres de Ejercicios de

Longevidad y Rejuvenecimiento

celular, Bio-tango,

EMF Balancing (Fases I a VIII).

Sanación reconectiva y Reconexión.

Cursos de Sanación por Arquetipos

(Colin Bloy).

Isabel Gómez: 678 654 497,

C/ Constitución 30, Godella.

MIGUEL LÓPEZ DELGADO.

Naturópata. Acupuntura.

Quiropraxia. C/ Serrería, 6, 4º, 10º.

Tlf. 963 67 60 96, 610 29 30 91.

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. Cánovas).

Tlf. 963 34 70 61, 629 68 37 54.

www.alteaherbes.com.

SE BUSCA

Médico naturópata, médico de

Medicina Tradicional China, médico

ayurvédico o acupuntor con probada

experiencia para compartir consulta

en local comercial a pie de calle.

Interesados llamar al 626 860 148,

Juan Carlos.

JULIO PASCUAL.

Facilitador de Crecimiento Personal,

con la Respiración Consciente y

Conectada.

Estrés y/o ansiedad.

Fluir con los cambios.

Aumentar la vitalidad.

Liberar bloqueos físicos,

emocionales y mentales.

Mejorar cualquier área de tu vida.

Autoconocimiento y

crecimiento personal.

Sesiones personalizadas y grupos.

Primera visita gratis.

"Así respiras, así vives".

655 64 24 33,

respiracionyvida@gmail.com

CURSOS DE SANACIÓN

POR ARQUETIPOS.

Técnica basada en los estudios de

Carl G. Jung, Emma Kunz y Colin Bloy.

Clases semanales.

Cursos fines de semana.

Impartidos por Gloria Mauriz.

Instructora diplomada por A.E.S.E.

Tlf. 661 16 60 28 - 686 19 96 30.

e-mail: gloriamauriz@gmail.com

KRYSTALLOS - MINERALES.

Venta mayor y detall.

Minerales de colección y para

decoración.

Cristales (30% plomo) para Feng Shui.

Bisutería con perlas cultivadas, plata y

minerales. Diseñamos a su gusto.

Elixires de flores de Bach y gemas.

Hadas, inciensos, libros...

Dtos. especiales para terapeutas.

C/Periodista Llorente, 14. 647791497.

HUMANAMENTE.

Desarrollo personal y organizacional.

Alquimia personal, coaching

integrativo, breathwork, rebirthing.

C/ Alberique, 22 bajo, Valencia.

Tlf. 963 824 171. info@humanamente.

ENCUENTROS CON EL NO-HACER.

Todos los miércoles, a las 20.30,

en librería Mandala, encuentros

con el No-hacer. Permite descubrir

el inmenso potencial que hay en ti.

Aportación 5 euros.

C/ Cadiz 37, Tlf. 963 127 949.

PAZ Y BONAIRE.

Piedras naturales, taller propio.

C/Cordellats, 6, b.izq. Valencia.

Tlf. 963 91 21 00.

AGENDA

agenda@tu-mismo.net

ACTIVIDADES EN BRAHMA KUMARIS.

El ciclo de conferencias de este mes en Brahma Kumaris, C/ Isabel la Católica 19, incluye los siguientes temas: día 5, "Métodos para sanar la mente y el corazón"; día 12, "Equilibrio entre la obediencia y la libertad"; día 19, "Cultivar el perdón, la misericordia y la compasión", y día 26, "Aprender a ser sinceros sin hacer daño".

Además, entre los días 7 y 9 del corriente mes se dictará el seminario "Gestión efectiva del tiempo", a cargo de Ramón Ribalza, experto en Gestión del Tiempo, coordinador de Brahma Kumaris en Palma de Mallorca. Informes, teléfono 963 51 81 81, o a través del correo electrónico valencia@es.bkwsu.org.

TALLER DE AUTOESTIMA.

El primer jueves no festivo de cada mes, hasta junio de 2009, a las 18, se realiza un taller de autoestima, donde se tratan temas relacionados con el desarrollo personal y las relaciones positivas con los demás. El tercer domingo de cada mes se hace una serie de itinerarios culturales y por la naturaleza. Información, teléfonos 657 39 17 36 y 653 17 21 08, e-mail: sendaaldaia@yahoo.es

PRESENTACIÓN DE TÚ MISMO.

El viernes 7 de noviembre, a las 19.30, en C/ San Vicente Mártir, 78, 3ª, 3, Valencia, presentaremos el número del mes, con la participación de Fernando Sorribes, autor de "Libélula", y el sorteo de diversos regalos. La reunión será de acceso libre y gratuito.

MEDITACIÓN, CHARLA Y PRESENTACIÓN.

El lunes 10 de noviembre, a las 19, habrá "Meditación con un cuarzo maestro" y charla informativa sobre el curso "Formación de Gemoterapeutas I" en Mandala, C/ dels Tomaso, 14, que también anuncia para el jueves 13, a la misma hora, la presentación y charla del libro "Piedras mágicas", de Mado Martínez. Y cada sábado, de 12.30 a 13.30, la "Rueda de energía y sanación".

EN GOBINDE.

En la sede de Gobinde, C/ Pintor Salvador Abril, 31, bajo derecha, se realizarán las siguientes actividades gratuitas en noviembre: clase de capoeira, día 20, a las 18; clase de Bhangra, danza hindú, día 21, a las 19; master class de kundalini yoga con Hargobind, día 14, a las 20.15. También se realiza meditación libremente, todos los martes, a las 21. Informes, teléfonos 963 250 679 y 637 702 152.

KUADERNO DE ARKANOS.

En Radio Click 98 FM se emite el programa de radio quincenal, de ciencia y conciencia, "Kuarderno de Arkanos", los miércoles, de 22.30 a 0.45.



Félix Castellanos
(Director Técnico)

Tantien

Especialistas en
Taichi chuan y Chikung
Consulta clases y actividades en:
www.escuelatantien.com
info@escuelatantien.com
Tel: 963 23 72 41

Valencia



LEMB, BIRUHA, ASHWINI, PURES, CHIKI, NURITIKAS, KANGULERS...

the Secret.es

EL SECRETO

Visita nuestra web
www.theseecret.es

o llámanos al
963 215 777

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

Dijo Augur


Azabache
pedras y minerales

962 679 506 - info@azabachejun.com

ORGANIC SUPERMARKET

 **ecorganic**
ecomercat

productes ecològics

 Av. Blasco Ibañez 66,
València.

www.ecorganicweb.com

Pans i cereals · llegums · fruites i verdures ecològiques · herbes · làctis vegetals i animals · llavors · cosmètica natural · macrobiòtica alimentació infantil · complements vitamínics · algues · alimentació sense gluten · remeis naturals · aliments sense sucre · tes ecològics llibres i revistes i molt més...

  tel 96 389 20 03



Vine amb bici... Tenim pàrquing de bicis
i descomptes especials

Pots fer els teus encàrrecs
per telèfon: 96 389 20 03



Estació Facultats
i Aragó

YOGA



Gobinde

Formación de profesores
de Kundalini Yoga

Escuela de Vida Yóguica

Título de 500 horas certificado

por Yoga Alliance of Europa

International Yoga Federation

Frem Asociación Internacional de Kundalini Yoga

Clases de Yoga, Pilates, Capoeira y Bhangra...

**PRUEBA UNA SEMANA EN NUESTRAS CLASES
CON HORARIO LIBRE DE 6.30 A 22**

I M P U L S A T U F E L I C I D A D

Pintor Salvador Abril, 31, bajo derecha
46005 Valencia
963 250 679 - 637 702 152
Info@gobinde.com

