

tú mismo

VALENCIA

DIFUSIÓN
GRATUITA

Nº 40
junio
2010

www.tu-mismo.net

**NOCHE DE
SAN JUAN EN
NUEVO CENTRO**

**EL ARTE
DEL CREADOR**

**ESENCIA DE
LA FORMA,
HOLOSÍNTESIS**

MUNDO HIPNÓTICO

RICHARD BANDLER, CREADOR DE LA PNL, DESCUBRE LAS CLAVES DE LA COMUNICACIÓN PARA UTILIZARLAS A FAVOR DE LOS OBJETIVOS QUE IMPULSAN EL CRECIMIENTO PERSONAL. ESTUVO EN ESPAÑA PARA IMPARTIR UN CURSO SOBRE EL PODER DE LA HIPNOSIS





esencial

**CONFERENCIA "FLORES DE BACH,
LA TERAPIA DEL FUTURO"**

2 de junio, a las 19.30

Entrada libre.

Imparte: **MARÍA JOSÉ VALCÁRCEL**

**TALLER DE YOGA FACIAL, ACUPRESIÓN
Y AUTOMASAJE FACIAL**

5 de junio, 10 a 19

Precio: 90€

Imparte: **VICTORIA FLORES GÓNGORA**

TALLER DE RELAJACIÓN

12 de junio, de 10 a 14

Precio: 30€

Imparte: **CRISTINA VIÑALS**

**INICIO DEL CURSO DE MASAJE AYURVÉDICO
(masaje hindú a nivel físico, mental y emocional)**

8 sesiones, lunes y miércoles de cada semana

14 de junio, de 16 a 20

Imparte: **PEPA SÁNCHEZ**

**CURSO DE COCINA MACROBIÓTICA
"DELICIOSAS Y SANAS RECETAS
PARA DISFRUTAR DEL CALOR
DEL VERANO"**

19 de junio, de 10 a 16.30

Precio: 70€ (comida incluida)

Imparte: **MAVI MOLLS**

**TALLER DE L. HAY "INCREMENTA
TU AUTOESTIMA
Y SANAA TU NIÑO INTERIOR"**

28 y 27 de junio, de 10 a 19

Precio: 140€

Imparte: **VICTORIA FLORES GÓNGORA**

**¿TIENES UN GRUPO
PERO NECESITAS ESPACIO?
ALQUILAMOS SALA.
CONSÚLTANOS...
MÁS INFORMACIÓN EN TIENDA**

Calle Calabazas, 21. Valencia Tel. 963 940 741

www.esencial.biz - info@esencial.biz

junio
2010

Sumario

40



ACONTECIMIENTOS

04

Noche de San Juan.

BIENESTAR

08

El portador del conocimiento.

10

Erradicar los dolores de columna.

12

El arte del Creador.

14

Quiromasaje, técnica y sensibilidad.

16

Yoga para nuestros órganos.

REPORTAJE

18

Historias hipnóticas.

CON-CIENCIA

24

La cadena de la tradición.

SOMA

26

Esencia de la forma, Holosíntesis.

DESDE LAS ESTRELLAS

28

El mejor elixir de la vida.

TIEMPO LIBRE

30

AGENDA

30

EL ESCAPARATE

31

tú mismo
Staff

Edita
TÚ MISMO Group

Arte y maquetación
Noé Álvarez Lier

Colaboradores
Tao Prajñananda, J. C. Anula, Carmen Haut, Pablo Arturi,
M^{ra} Teresa Vidal, Asoc. Gen T Sana, Manuel J. Muñoz Ramos
Siri Tapa, C. Quiropráctico Rocafort, Sirio Simó, L'Hortet

En Internet - www.tu-mismo.net
Ginés Santiago Álvarez Lier

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

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

Impreso en papel ecológico



NOCHE DE SAN JUAN

*Celebración en
la Feria Esotérica
y Alternativa de
Nuevo Centro*

Ximo

Bazar Maika



Lega junio y nos trae acontecimientos anuales importantes, el día 21 la entrada del solsticio de verano y la noche del 23 la popular y esperada noche de San Juan, sin olvidar que anualmente siempre cercana a estas fechas se celebra también la tradicional Feria Esotérica y Alternativa de Nuevo Centro, que organiza www.maykaybindi.com.

Este año como novedad, para complacer al público que nos visita cada año, se va a poder disponer por primera vez de un espacio para realizar conferencias de temas espirituales y de actualidad que esperamos que sea del agrado

de todos los visitantes.

Por otra parte, también ofreceremos los rituales para la noche más mágica del año, preparados según antiguas formulas esotéricas y siempre teniendo en cuenta la fase lunar anual.

La feria abrirá sus puertas el sábado 12 para que con anterioridad a estos momentos cósmicos importantes puedas adquirir todos los productos necesarios para poner en práctica tus rituales.

También son fechas idóneas para adquirir minerales y cargarlos con la energía del Sol y la Tierra, ya que el 21 es el día de la plenitud de la luz y el fuego solar, el más largo del año.

Cabe también señalar como fecha importante el día 26, cuya noche es de luna llena, será la jornada cuando la feria se despedirá hasta el próximo año.

Renueva tu energía, armoniza tu vida, ocúpate de tu parte espiritual, rodéate de buenas vibraciones, recibe el verano con un nivel vibratorio elevado. Para todo ello no dejes de visitarnos, 24 stand a tu disposición con gran variedad de terapias, productos y consultas evolutivas para mejorar y enriquecer tu vida.

Más información sobre las conferencias mediante el correo electrónico info@maykaybindi.com. Te esperamos. TM

Bindi

Ronda. Pto XX, Nº 2 - Local 179 B
46009 Valencia.
Tel. 963 470 858

Pedidos on line
www.maykaybindi.com

BAZAR ESOTÉRICO MAYKA

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

C. Prof. Doctor Búguena, Nº 6 - Local 3
Tel. 963 462 117 - 46009 Valencia.
E-mail: bazarMayka@telefonos.es



mayka.es

TUS DOS TIENDAS ESOTÉRICAS EN EL NUEVO CENTRO

AQUA URA

*Somos importadores directos de minerales.
Diseñamos tus ideas con las piedras.
Ventas al por mayor - Tel. 609 250 427*



GUILLÉN DE CASTRO, 17
ESQUINA JESÚS (FRENTE A HACIENDA)
Tel. 963 524 854

European School of Craniosacral Therapy

Terapia Craneosacral - Biodinámica

- Curso profesional de dos años en Jávea (Alicante)
20 seminarios (sábado y domingo) inicio: sábado 16 de octubre 2010
- Basados en las enseñanzas del Sutherland y el modelo biodinámico de Franklyn Sills.
- La formación incluye el trabajo con las tres mareas.
- 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.craneosacral.com
María del Valle Martos 620 50 30 33 - email: mariaadelvalle@craneosacral.com
Robert Harris 96 579 43 43 - email: robert@craneosacral.com



PRINCIPIOS PARA GUIAR LA CONDUCTA

Tres ideas rectoras que elevarán nuestra calidad de vida

Tao Prajñananda

Psicólogo,
psicoterapeuta transpersonal
y maestro de Yoga Integral



La evolución de nuestra conciencia esta siempre sucediendo, y son nuestros miedos, apegos, adicciones, etcétera, los que bloquean este proceso. Cuando nos decidimos a colaborar y utilizamos tecnologías como el yoga y la meditación el proceso se acelera enormemente. A continuación tres principios que sutilizarán nuestra conducta, elevarán mucho nuestra calidad de vida y promoverán nuestra evolución si les damos una oportunidad.

1) Hacer cada cosa por sí misma y no como un medio para otro fin

El ego manipula permanentemente la realidad para “mejorarla” (adaptarla a sus expectativas) mientras mantiene la mente siempre fija en ese “futuro mejor” que busca. *Así evita estar presente aquí y ahora y experimentar la realidad tal cual es.* Por eso, cuando hacemos algo por eso mismo y no para lograr otro fin, desactivamos ese proceso.

Por ejemplo, cuando hacemos algo debemos ser capaces de consagrarnos a ese acto por sí mismo, *despreocupándonos por lo que se consiga o no con ese esfuerzo.* Si todo sale bien, ¡perfecto! Si por razones ajenas a nosotros el resultado final es menos bueno, ¡muy bien también!, ya que nuestra responsabilidad es poner lo mejor de nosotros mismos para

que nuestros actos sean adecuados, sensatos y amorosos, pero ahí termina nuestra responsabilidad, pues los frutos finales de nuestros actos dependen de infinitos factores que escapan a nuestra inteligencia y control, por lo que dejaremos todo en manos de la conciencia universal y aceptaremos respetuosamente la realidad tal como ésta devenga a partir de nuestra acción, sin adjudicarnos méritos, ni éxitos, ni culpas, ni fracasos.

2) Buscar la excelencia en la acción

A medida que evolucionamos, se despierta nuestra conciencia transpersonal y la acción humana se vuelve más fácil, fluida, inspirada y despreocupada, ya que por un lado libera a la persona de sentimientos de culpa y preocupación por todo lo que no depende de ella, y por otro nos hace receptivos a la permanente inspiración, energía y ayuda que mana de la fuente original de nuestra verdadera identidad.

A cambio, se tornan más prioritarios otros sentimientos que antes tenían menos protagonismo, como la necesidad creciente de ayudar a los seres que sufren e intentar dar lo mejor en cada acción, pues sabiendo el individuo ya que los resultados últimos no son cosa suya (y que están limitados por la imperfección humana, su propio nivel evolutivo, sus capacidades, etcétera) a él solo le queda centrar toda su mo-

tivación y su energía en intentar dar lo mejor de sí y buscar la excelencia en cada acción, pues *para él ésta se torna un fin en sí misma*.

3) Respetar lo que Es

A primera vista esto parece plantear una contradicción, ya que nuestra supervivencia y "éxito" material como especie humana se basan en la permanente manipulación de la realidad a través, por ejemplo, del control de la naturaleza (agricultura, ingeniería, etcétera). Entonces, si los humanos hemos progresado "explotando" permanentemente a la realidad, ¿qué se quiere decir con "respetar la realidad"? ¿Significa eso que material como especie humana se basan en la permanente manipulación de la realidad a través, por ejemplo, del control de la naturaleza (agricultura, ingeniería, etcétera). Entonces, si los humanos hemos progresado "explotando" permanentemente a la realidad, ¿qué se quiere decir con "respetar la realidad"? ¿Significa eso que debemos dejar todo "como está" y no tocarlo? Y si no estamos diciendo esto, ¿cuándo debemos entonces tratar de cambiar la realidad y cuándo debemos aceptarla "tal como es"?

En esto como en todo, cada situación es única, pero en todo caso, siempre

es imprescindible empezar aceptando la realidad tal cual es, para a continuación elaborar una estrategia inteligente ante ella, porque aceptar la realidad no es negarse a transformarla; aceptar la realidad es la única forma de transformarla eficientemente, ya que de lo contrario no conoceremos adecuadamente qué es lo que estamos transformando. Además, sólo "transformaremos" en el caso que ésta sea la mejor opción, cosa que sólo podremos decidir adecuadamente si no reaccionamos alocadamente queriendo transformar antes de comprender. Aceptemos entonces primero que aquí y ahora las cosas son tal y como son, nos guste más o nos guste menos, debiera o no debiera ser así, sea justo o injusto, etcétera, y después permitamos a nuestra sabiduría, a nuestro buen juicio y a nuestra intuición elegir no reaccionamos alocadamente queriendo transformar antes de comprender. Aceptemos entonces primero que aquí y ahora las cosas son tal y como

son, nos guste más o nos guste menos, debiera o no debiera ser así, sea justo o injusto, etcétera, y después permitamos a nuestra sabiduría, a nuestro buen juicio y a nuestra intuición elegir el camino más provechoso, sea éste una decidida acción transformadora o sea el camino de la no-acción.

De este modo, respetando plenamente lo que es y actuando de un modo reflexivo e inspirado, permitiremos que nuestra acción se acerque cada vez más al ideal de la "acción perfecta", que es *aquella que sucede por sí misma a través nuestro, para beneficio de todos los seres sintientes y de la evolución universal*.

Cuando así actuemos sentiremos que fluimos armoniosamente con el orden cósmico, que nuestra existencia se colma de sentido y que todo comienza a encajar de un modo tan perfecto, que sólo podemos calificarlo de "mágico". TM

www.psicologiatranspersonal.org

Neide Margonari por 1ª vez en Valencia!
creadora de las Flores de Saint Germain 28 de septiembre, 2010
ORGANIZA:
Gabinete Natural
Raquel Cabo
www.raquelcabo.es
tel: 606106876
blog.raquelcabo.es

Conferencia gratuita
Cómo actúa la terapia floral de Saint Germain

FLORES DE SAINT GERMAIN

Inciensos de la India, Velas
Minerales, Bisutería,
Decoración, Regalos,
Cuentos

Azabache
Distribuye:
piedras y minerales

Aloe Vera, Rosa Mosqueta,
Feng Shui, Rosa de Jericó,
Antroposofía, Biodinámica...

962 679 506 - info@azabachepm.com

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 *práximo* 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 cambia la vida a quien lo practica.

EL PORTADOR DEL CONOCIMIENTO

*Recapitulación,
una práctica
de la tradición
tolteca*

Juan Carlos Anula
Librería Mandala



*h*acía ya más de una hora que caminaba al filo del acantilado. Llegar hasta allí había resultado más difícil de lo que pensaba. Finalmente me aproximé al lugar indicado y asomé la cabeza por el borde. En un principio no vi nada y me desesperé, todo aquel camino había sido para nada y además estaba anocheciendo; por más que me esforzaba no veía nada, me llamó la atención un juego de sombras que los últimos rayos proyectaban en un

rincón del farallón. Estirado boca abajo, en el suelo, repté un poco más y vi lo que estaba buscando, una cavidad en la roca. Comencé a descender por la pared vertical y me sorprendió la fuerza del viento al chocar contra ella. En un momento hasta creí que una de esas ráfagas me arrancaría de la pared y me estrellaría contra los peñascos del fondo.

Al acercarme al lugar me di cuenta de que era un pequeño hueco en un peñasco que sobresalía del acantilado, casi como si estuviese suspendido en el aire. Me introduje a gatas y, una vez

sentado en aquel pequeño hueco, me sorprendió su comodidad. La cueva tenía el espacio y la curvatura justos para poder estar sentado con las rodillas recogidas, como en una gran matriz, por algún efecto de la cornisa. No entraba ninguna ráfaga de viento.

Me di cuenta de que había restos de cera a mi izquierda y lamenté no haber pensado en ello, porque allí dentro la oscuridad era ya casi total. Por el pequeño hueco de la entrada ya se alcanzaban a ver algunas estrellas que, como un cordón

umbilical cósmico, me unían con el infinito.

Terminé de acomodarme y comencé a ejecutar las respiraciones y movimientos que los antiguos videntes toltecas sacaron de la segunda atención y que forman el cuerpo de la Recapitulación. Ésta consiste compendiar las fibras luminosas que se han ido desprendiendo de nosotros a lo largo de nuestra vida en personas, lugares o situaciones que han tenido una implicación emocional en nosotros. Recogemos todas esas fibras luminosas y nos deshacemos de todas las fibras luminosas que personas, lugares y situaciones han dejado en nuestro cuerpo de luz, imprimiendo su huella en él.

Los antiguos videntes *vieron* que determinadas respiraciones y movimientos, realmente movilizaban de una manera asombrosa toda esa programación

que llevamos en nosotros y que ellos denominaron "el parásito"

. Se dieron cuenta de que toda o casi toda nuestra energía la empleamos en sostener nuestro sistema de creencias de cómo nos han dicho que es el mundo. Liberándonos de esta programación, liberándonos de esta carga o inventario personal, nuestra conciencia queda libre para experimentar el mundo tal como es, en términos de pura energía. Recapitular no es recordar con la mente, es un ejercicio de nuestro cuerpo energético. Y nos hace libres.

Pasaron varias horas, me encontraba en un extraño estado de vigilia en ensueño. Las imágenes venían y se iban, siguiendo su propio ritmo. Continuaba con los movimientos y las respiraciones, pero apenas era consciente de ello, como si fuese un mero espectador de lo que esta-

ba sucediendo. En determinado momento mi abuela estaba delante de mí en la cueva. Puso la mano en mi frente como cuando era niño y me habló como entonces. Yo notaba la calidez de su mano en mi cabeza y la emoción se apelonó dentro de mí; me abrazó y me tranquilizó, a duras penas podía seguir, pero continué los ejercicios y sólo entonces pude dejarla partir con paz en mi corazón, y de alguna manera creo que también en el suyo.

La noche fue intensa y liberadora, una nueva luz se encendió dentro de mí. Empezaba a clarear y asomé la cabeza al fresco aire de la mañana. Subí por la cornisa sin problemas, tal vez porque me iba más ligero de lo que había venido. Ya en casa desayuné con hambre de lobo. Me sentía fresco, renovado y en paz. TM

MARCEL PIERLET
(GURUBIR SINGH)
PROFESOR:
KATHA YOGA
FILOSOFÍA VEDANTA
KUNJALINI YOGA
MEDITACIÓN
HUMANISMO SANADOR

YOGA



CENTROS DONDE IMPARTE
CLASES, TALLERES Y CHARLAS :
• NOVAREA:
C/ CHIVA N° 44
TELF: 965 825 438 VALENCIA
• CENTRO MAGMA:
C/ HUMANISTA
HONORATO JUAN, 1
TELF: 965 812 208 - VALENCIA

Tel. 678 172 829, gurubirsingh@hotmail.com



LIBRERIA
mandata

C/ Cádiz 37 · 963 127 949
www.libreriamandata.com

HIRA RATAN MANEK
Y EL SUNGAZING
4 y 5 de Junio
Alimentarse del sol y vivir de la luz es
posible cuando uno se convierte en luz.

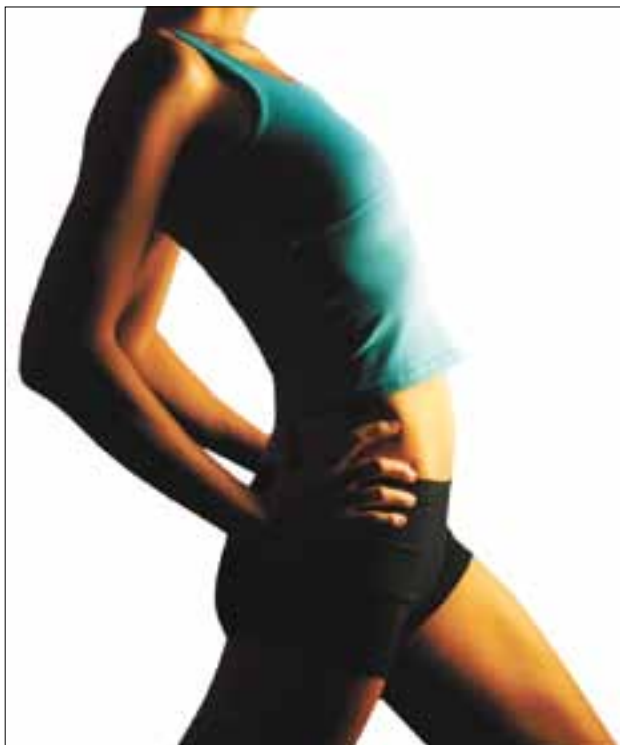
Jueves 10 de junio
Inicio Tarotología II
Los 78 grados de sabiduría del Tarot.
El mandala del Tarot, representación
gráfica del alma humana.

Sábado 19 de junio
Intensivo de recapitulación
Liberate de tu inventario personal y
enciende una nueva luz en ti.

ERRADICAR LOS DOLORES DE COLUMNA

Cambios en el estilo de vida y en hábitos han provocado dolores de cabeza... y muchos otros males a los que la Quiropráctica propone quitar eficazmente

**Centro Quiropráctico
de Rocafort**



Un factor importante que influye mucho sobre nuestra salud vertebral es que hemos cambiado radicalmente nuestra postura en el día a día. No hay que olvidar que el ser humano ha evolucionado durante millones de años de una postura a cuatro patas a una postura erguida a dos patas.

Muchos cambios han sido al nivel de la columna y de la pelvis para estabilizar el nuevo edificio que es el ser humano. Esta evolución se ha producido durante millones de años, y lo que ha pasado en el último siglo es que la gente, en lugar de estar de pie caminando, desgraciadamente está sentada una gran parte del día,

y ese fenómeno empieza en la escuela, es decir a los 3 ó 4 años de edad.

Nuestros abuelos o bisabuelos andaban la mayor parte entre 5 y 8 horas al día, que representan 10 a 20 Km diarios. En nuestra sociedad, la gente está sentada 5 a 8 horas al día. Sentada para ir a la escuela, sentada en la escuela, sentada para comer, sentada frente al ordenador, mirando la televisión, con los videojuegos...

Desgraciadamente, debido a estos cambios de postura, los dolores de espalda, de cabeza, las artrosis prematuras en el cuello y en la zona lumbar son mucho más frecuentes en niños y adultos jóvenes. Naturalmente, hay muchos otros factores que pueden conducir a problemas de espalda:

Microtraumatismos repetitivos cuando el niño empieza a andar, caídas andando en bicicleta, caídas y golpes haciendo deporte... son cosas que pueden crear lesiones a nivel de la columna vertebral que son microdesviaciones que el especialista en Quiropráctica llama también "subluxaciones vertebrales". Y no nos olvidemos de la mochila, que pesa a veces hasta el 30% del peso del niño. Si los padres cargaran todos los días para ir a trabajar de veinte a treinta kilos de peso tendríamos huelgas generales para denunciarlo.

Hay que ser conscientes de que todos estos factores de estrés, a nivel de la columna, se acumulan a largo de la vida, y como los niños son muy flexibles, ellos aguantan hasta que un día el cuerpo ya no puede adaptarse bien. Ahí es cuando el cuerpo va a crear un dolor para avisar que hay un problema y fijar la situación para poder curarse mejor.

A por la causa del dolor

Cuando la gente tiene dolores de espalda muchas veces el problema ha empezado años antes sin saberlo. Entonces tratar el dolor sin buscar su causa no es la solución. Por eso, los quiroprácticos focalizan su trabajo no sólo a nivel del dolor, sino mucho más en la búsqueda de lo que origina el dolor. Muchas veces

microdesviaciones de la columna, que presionan el sistema nervioso, impiden el buen funcionamiento del cuerpo.

La Quiropráctica pone especial énfasis en la capacidad inherente de curación del organismo y en el predominio del sistema nervioso, en relación con las demás sistemas, en cuanto al control del equilibrio general del cuerpo humano u homeostasis.

El cuidado es fundamentalmente manual, siendo característica única de la Quiropráctica el ajuste vertebral específico para la corrección del complejo de subluxación vertebral, que es una micro-desviación de una o más vértebras creando una interferencia al nivel del sistema nervioso y con ello el origen de otros problemas de salud.

El trabajo del quiropráctico es detectar estas interferencias y corregirlas con ajustes de la columna vertebral. Estos ajustes son muy suaves y rápidos para "colocar" la vértebra en su sitio. Al corregir la subluxación, el cerebro puede controlar eficazmente el cuerpo, con lo cual el cuerpo funcionará mejor, optimizando la salud.

En el Centro Quiropráctico de Rocafort ofrecemos un estudio gratis de columna a aquellos que se interesan y quieran saber si la Quiropráctica puede ayudarles. TM

ESTUDIO COMPUTERIZADO
de su COLUMNA en el
CENTRO QUIROPRÁCTICO
DE ROCAFORT

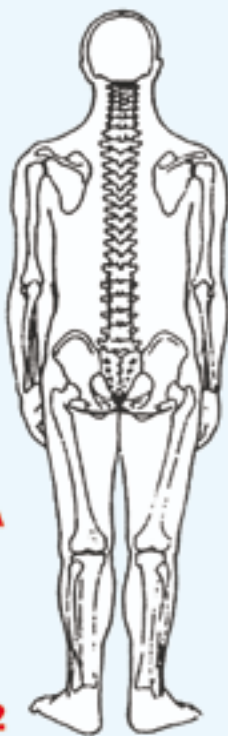


¡LLÁMENOS!

Evaluación quiropráctica
GRATUITA

Plaza San Sebastián, 8 bajo
46111 ROCAFORT

Tel. 96 131 05 22



¿Ha experimentado?

- Falta de Energía/Fatiga
- Pinzamientos
- Dolores de Cabeza/Migrañas
- Disminución de movilidad en el cuello
- Traumatismo Cervical
- Vértigos, mareos
- Tensión/Dolor de Hombros
- Adormecimiento u hormigueo en brazos, manos o dedos
- Dolor dorsal o lumbar
- Dolor de pecho/asma
- Mala postura
- Dolor abdominal/acidez
- Clótica/Dolor en la Pierna
- Problemas de rodillas/Dolor articular
- Adormecimiento u hormigueo en muslos, piernas o pies
- Estrés

**Si ha experimentado
uno o más de estos problemas,
la Quiropráctica podría ayudarle**

**COJA CITA AHORA PARA SU
EVALUACIÓN GRATUITA
¡PODRÍA CAMBIAR SU VIDA!**

EL ARTE DEL CREADOR

*Cómo se desarrolló
el Jin Shin Jyutsu,
poderosa herramienta
de origen japonés*

Asociación Gen T Sana



es una fisio-filosofía, un arte antiguo de armonización de la energía vital en el cuerpo, nacido de la innata sabiduría y transmitido oralmente de generación en generación durante siglos, que estaba casi olvidado cuando el maestro japonés Jiro Murai lo rescató de forma espectacular al principio del siglo XX.

En el año 1900, Murai, perteneciente a una familia con una larga tradición médica y aquejado de una enfermedad terminal, logró recuperar la salud realizando un retiro en la montaña, sirviéndose tan sólo de meditación, ayuno y la práctica sistemática de diferentes mudras (posturas energéticas con las manos).

A raíz de esta experiencia límite, Murai desarrolló el Jin Shin Jyutsu (El arte del Creador a través del hombre) como una poderosa herramienta que permite a la persona tomar conciencia de su cuerpo, conectar con su alma y recuperar el equilibrio perdido mediante algo tan sencillo y al alcance de todos como son las propias manos.

Hoy el Jin Shin Jyutsu se engloba

dentro de las terapias que se basan en la existencia de una energía vital, considerada una manifestación de la energía universal que penetra en todo lo existente y representa la fuerza de la vida. Esta energía, que circula por todo el cuerpo en diferentes niveles o profundidades, debería fluir libre y sin obstáculos, ya que su bloqueo puede generar tensiones que lleven a la desarmonía y la enfermedad.

El Jin Shin Jyutsu considera que el cuerpo humano está recorrido por tres grandes canales energéticos y trabaja sobre ellos con las manos, suave pero firmemente, por encima de la ropa e incluso de la escayola.

Para este arte terapéutico existe un flujo central principal, que discurre por un círculo oval y que desciende por la cara, cuello y esternón, la zona abdominal y el hueso púbico, para ascender por la columna, volver a pasar por encima de la cabeza y descender nuevamente; y otros dos grandes flujos denominados supervisores que nacen en la parte interior de las rodillas: el supervisor izquierdo, que controla todas las funciones del cuerpo del lado izquierdo y que está

relacionado con el principio masculino, el tiempo, el pasado, la lógica y lo genético, y el supervisor derecho, que rige las funciones del lado derecho y que tiene que ver con el principio femenino, representando el espacio, el presente, la intuición y la regeneración.

Por último, los flujos mediadores diagonales unen y armonizan la parte izquierda del cuerpo con la derecha.

El JSJ se sirve de "26 cierres de seguridad de la energía" situados sobre los circuitos energéticos que alimentan el cuerpo de energía vital.

Cuando uno o varios de estos circuitos están bloqueados, el estancamiento que resulta de ello, puede perturbar la zona que concierne, y a continuación desarmonizar los flujos energéticos en su totalidad. Tocando uno o varios de estos cierres combinados, se toma entonces una parte activa en el buen funcionamiento de nuestro equilibrio físico, mental y emocional, restaurando la circulación de la energía en el ser, con unos resultados sorprendentes. TM

<http://gentsana.scoom.com/>

I SEMINARIO DE FORMACIÓN PROFESIONAL

PRIMERA PARTE
25, 26 Y 27 DE JUNIO DE 2010

SEGUNDA PARTE
2, 3 Y 4 DE JULIO DE 2010

Dirigido principalmente a terapeutas y profesionales de la Salud, a las personas que les gustaría descubrir "a fondo" este arte y aquellas que deseen profundizar sus conocimientos.



IMPARTIDOS
POR EL PROFESOR
CHAOKI EL AHIEL

INFORMACIÓN Y RESERVAS
<http://gentsana.scoom.com>
677 519 547

II SEMINARIO - TALLER DE AUTOAYUDA

19 Y 20 DE JUNIO DE 2010

Se explicará el proceso de creación, formación y transformación de la energía. A partir de qué momento y por qué no nacemos perfectos, aprendiendo a reconocer las causas y los efectos de los bloqueos para tratarlos con una simplicidad sorprendente. El significado de los 26 cierres de seguridad de la energía, su ubicación en nuestro cuerpo y sus funciones. Los flujos de la trinidad. Prácticas por pequeños grupos varias veces al día.

Gen T Sana



Asociación para el fomento de la Salud y el Bienestar

FORMACIÓN DOULAS 2010 - 2011

ACOMPANIAMIENTO CONSCIENTE PARA UNA NUEVA VIDA

Nueve seminarios para conocerte y sanar tu vivencia para acompañar a otros

Seminarios de fin de semana
Octubre 2010 / Junio 2011

Impartidos por terapeutas, Doulas, Matronas, Médicos, Obstetras...



Doula es la persona que acompaña, apoya y contiene a una mujer durante el embarazo, parto y posparto, recordándole su fuerza y sabiduría interior en el viaje hacia la maternidad.

- A • Nacer y Renacer.
- M • Embarazo y parto en la Especie Humana.
- A • Doula: trabajo práctico.
- R • Pelvis y periné femenino.
- O • Parto en casa y primeros cuidados.
- C • Nutrición en la gestación. Lactancia materna.
- O • Esencias florales en la maternidad.
- R • Parto hospitalario.
- O • Cómo gestionar las emociones. Relaciones sanas.
- R • Crianza consciente.
- A • Energía femenina. Ciclos en la vida. Duelo y muerte.

LUGAR:

Espai Llum, C/ Luis Santángel, 29 B
(Junto Peris y Valero) Valencia
www.doulasvalencia.com

ABIERTO PLAZO DE INSCRIPCIÓN.
PLAZAS LIMITADAS.

INFORMACIÓN Y RESERVAS:
650 944 208/ 676 506 701
naceryrenacer@hotmail.com

QUIROMASAJE, TÉCNICA Y SENSIBILIDAD

Beneficios de una creación de un profesional español

María Teresa Vidal
Directora de la
Escuela Alt Benestar



el Quiromasaje es una terapia, basada en técnicas alemanas, suizas y orientales, en la cual se le da primacía a la acción y efecto de las manos, sin intervención de aparatos. Dicho sea de paso, este nombre y esta técnica fueron creados por el Dr. Vicente Lino

Ferrándiz, cuyo heredero de su Escuela y Clínica es el actual director de la Escuela de Masaje Manual en Barcelona, doctor Jordi Sagrera Ferrándiz.

El Quiromasaje se podría definir como la unión de técnica y sensibilidad, donde se va más allá que masajear simplemente un músculo, como hace un masaje; el Quiromasaje trabaja beneficiando el cuerpo y la mente.

Sabido es que a través de la mente somatizamos la mayoría de enfermedades, por tanto de ahí la importancia de tener una mente lo más sana y relajada posible, cosa que logra la técnica del Quiromasaje y en muchas ocasiones aquello que estamos a punto de somatizar no llega a aparecer. Por eso es tan importante cuidar nuestro cuerpo, no sólo cuando ya han aparecido las dolencias, sino previniéndolas antes de que aparezcan.

No se nos ha educado en el tema de cuidar nuestro cuerpo, la falta de información hace que estemos más

pendientes de nuestro aspecto exterior, olvidando la importancia de nuestro interior, ya que si nos cuidamos adecuadamente, liberándolo de tensiones, contracturas, cefaleas, piernas cansadas etcétera, al estar bien interiormente, reflejaremos en nuestro exterior un aspecto sano, saludable y agradable.

Otros efectos y beneficios del Quiromasaje son:

- El estrés y las tensiones se aplacan.
- Libera la tensión superficial de la piel.
- Estimula el sistema nervioso.
- Disminuye el cansancio físico y mental.
- Aumenta la velocidad y fuerza del aporte sanguíneo, forzando el arrastre de células muertas y productos de desecho.
- Inhibe las tensiones y favorece la contractilidad muscular.
- Ayuda a estimular, alimentar y reforzar los músculos.
- Resulta sedante y muy relajante.

Tu bienestar es lo más importante, aprende a cuidarte. **TM**

Más información en
www.altbenestar.com



*Escuela de Formación Profesional
en Quiromasaje y Terapias Naturales*

**CURSOS INTENSIVOS
de JULIO**
Reserva tu plaza **YA!!!**

**BOLSA DE
TRABAJO**

**FACILIDADES
DE PAGO**

CONSULTAS:
Psicoterapia y
Homeoterapia.
TRATAMIENTOS

PROFESIONES CON DEMANDA Y FUTURO
¡NUNCA TE FALTARÁ EL TRABAJO!
DIRECTO, FACIL Y AGIL

Consigue tu Diploma en: Quiromasaje Profesional, Masaje Deportivo, Acupuntura, Drenaje Linfático, Reflexología, R.M.A., Shiatsu, Masaje Metamórfico, Reiki, Flores de Bach, Masaje Ayurveda, Aromaterapia Egipcia, Cristaloterapia, Crecimiento Personal, otros...

Llama ahora al 96 394 06 86

C/ Roger de Lauria 3 - 1ª Valencia 46002

A 3 minutos de Renfe, frente Ayto.

www.altbenestar.com

info@altbenestar.com

YOGA PARA NUESTROS ÓRGANOS

Siri Tapa

Formadora de profesores
de Kundalini Yoga

*h*ace algunos años me quedé con una premisa que escuché en una clase de kinesiología y que pude comprobar con acierto a través de también otras terapias, como la gestalt, y con mi amada práctica de yoga: *"El cuerpo no tiene la capacidad de mentir"*. Me parecía obvio, claro, no lo había ni pensado, pero después resultó de una total y brillante importancia. Nuestro cuerpo, en su totalidad, dice la verdad de quienes somos, lo que sentimos, lo que pensamos, y a través de su cualidad de ser siempre recto en la verdad puedes descubrir aquello de lo que te escondes, pero que se te está revelando como prioritario en tu avanzar en la vida. Algunas veces tenemos síntomas, enfermedades o variaciones de carácter, entre otras cosas, y en lugar de activar nuestra escucha intentamos sencillamente acallarlos o buscar una solución momentánea sin cualidad de enseñarnos nada. Esto supone no hacer caso al cuerpo cuando te pide ayuda y te pide un cambio, hacerte sordo a su pequeña llamada significa que cada vez va a utilizar "medios de comunicación" más alarmantes para que escuches esa Verdad que te quiere contar. Lo que él busca es al mismo tiempo tu medio de acción: prestar atención.

Para no entrar en temas más amplios y alargar esta exposición, entendamos el cuerpo como vehículo de nosotros mismos, de todo lo que somos y, por lo tanto, comunicador de quiénes somos y que es siempre afectado por todo lo que somos y por cada parte en la cual pudieras dividirlo en cualquiera de tus parámetros de estudio. Es fantástico lo que supone empezar esta relación nueva a partir de este entendimiento. Todos tenemos un cuerpo que nos está sirviendo para decirnos si en "Lo total" hay armonía o si hay algo que revisar y reequilibrar. El yoga como terapia, y en realidad como práctica natural, supone una delicada escucha de tu cuerpo que te relaciona con tu propia intimidad integral.

Me gustaría inspirarte a trabajar con más conciencia sobre tu cuerpo y sus órganos, sobre todo lo que te ocurra en él y lo que supone, tanto en un estado de salud (preventivamente) como

en un estado donde se manifiesta para pedirte un cambio o reequilibrio (enfermedad), haciéndote presente un mensaje que es muy particular y diferente según la zona afectada.

Sí lo primero que hay que entender es que el cuerpo no miente y que a través de él nuestro ser integral se manifiesta, lo segundo sería aceptar que hay un mensaje que es imperativo, expresa una orden, ruego o deseo desde tu ser (como uno, integral, total). Esto supone ver que nuestra visión de la enfermedad o el síntoma debe cambiar de "enemigo" a "mensajero", entendiendo que el conocimiento que ha de llegarte viene de ti mismo. No eres tú y una dolencia a la que señalar o culpar y a la que hacer protagonista de tu vida. En este segundo paso ya has de estar dispuesto a ver tus errores, tus peleas internas, confrontar tus dificultades y ser capaz de mirar tus pautas repetitivas y que impiden aflorar otras partes de ti que han sido negadas. Supone, escuchar el mensaje.

Ante cualquier alarma nosotros decidimos cómo actuamos, apagarla rápidamente o dejarla sonando son la misma cosa y equivalen a salir corriendo de un incendio en el que tú eres lo incendiado, vamos... que no va a terminar muy bien. La otra opción es colaborar en nuestro proceso de autocuración. Nuestra actitud en la vida, y hablo de la acción o de la inacción por igual, tiene consecuencias tanto en nuestro mundo exterior como en el interior. Cada asana, kriya, mudra, pranayama, etcétera, tiene unos efectos que podemos trabajar no sólo a un nivel físico, sino también a un nivel de postura interna que se proyecta hacia aquello a lo que sirve.

Aunque recibamos nuestro mensaje hay que ver qué hacemos con él. Saber que poseemos algún patrón que nos daña no supone dejar de padecerlo. Lo que sí nos ofrece ya es una oportunidad de cuestionarnos nuestra vida, nuestra gestión, nuestras creencias... Pero una vez en este espacio, hay que hilar fino. Desde el yoga puedes acceder a ese "estar atento" que, manteniéndolo de manera continuada, irá disolviendo lo que sobra y recolocándote en tu centro vital.

Cuando estás en meditación presta atención no sólo al objeto de tu atención sino al hecho de que estas prestando

atención, esto hará darte cuenta de lo que está permaneciendo inmutable y de aquello que tiene capacidad de cambio.

Aquello que te lastima tanto a un nivel emocional como las pautas de pensamiento que crean ese malestar tienen también una conexión con tu cuerpo, y tomando una buena conciencia sobre él puedes encontrar esa conexión y empezar a liberar a través de ese espacio físico (más fácil de reconocer que otros de nuestros aspectos) y a través de la verdad que tiene que contarte.

A partir de ese momento podrás hacer una llamada a la valentía que supone asumir tu propia Verdad. Si en una postura, como por ejemplo la pinza, sientes el masaje abdominal y le prestas esa atención amorosa manteniendo una actitud de no aferramiento, si observas cómo los riñones y rodillas te muestran que si te relajas siendo tú mismo, avanzarás sin miedo y con mayor capacidad de elección; si observas la articulación de la cadera y reconoces su flexibilidad, su capacidad de conciliación, de trabajar en equipo, y si al respirar observas que siempre obtienes espacio tanto dentro como fuera y que existe una relación constante interior exterior... observarás que entonces la oportunidad se convierte en flujo, que el vacío se transforma en el maestro de tu escucha y que la lucha cesa para dar paso al entendimiento amoroso de tu propios pasos.

Te invito a que en tu práctica de yoga incluyas tus órganos y tus sistemas, tus dolores, enfermedades, síntomas... o tus patrones mentales/emocionales como fuente de riqueza para ese arte que es amarte a ti mismo, y que aceptes este tierra mágica de tu cuerpo como templo de verdades profundas a las que puedes asomarte y que, quién sabe, adonde tú mismo puedas llevarte. La Paz puede llegar a todas nuestras relaciones desde quienes somos en verdad. TM

info@gobinde.com

Nueva Formación de Yoga Anatómico

Para practicantes y profesores
de cualquier tipo de yoga

Aprende con nosotros que repercusiones
tienen las Ásanas, las series de yoga
y de las Kriyas sobre el cuerpo.

Un estudio en profundidad del Yoga
y sus vinculaciones anatómicas.

Que tipo de yoga va bien para
cada persona y patología.

Cuál es acertado y
cual es perjudicial.

En esta formación podrás
aclarar tus dudas sobre
las acciones físicas y orgánicas
del yoga, como repercute este
en nuestra anatomía.

Desde la conexión de
los músculos con
los órganos a la anatomía y
el yoga aplicado a personas
mayores, niños y embarazadas.

Eso te permitirá sentir y conocer
mejor tu cuerpo y como funciona,
aportando de esta forma una nueva
y maravillosa herramienta para
tus clases y tu práctica diaria.



Gobinde
Yoga Valencia

Pintor Salvador Abril, 31 VALENCIA

96 325 06 79 - 637702152 www.gobinde.com

HISTORIAS, HIPNÓT

En los años 70 del siglo pasado creó una revolucionaria disciplina comunicacional que se proyecta al presente con renovadas fuerzas. Conserva su fuerte carácter y sigue hablando a nuestras mentes con mensajes creativos. Richard Bandler estuvo en Barcelona para dictar un seminario y de él extractamos los mejores momentos

La hipnosis es una forma en que los mecanismos inconscientes actúan sin el bloqueo del consciente. El cerebro puede hacer cosas que nosotros no podemos hacer. Por eso la hipnosis permite que nuestro cerebro realice lo que él sí puede hacer. Con esta premisa vertebral, Richard Bandler, uno de los creadores de la Programación Neurolingüística (PNL), se presentó nuevamente en Barcelona, en el marco del seminario organizado por Talent Institut y NLP Life Training.

Ante un numeroso público, muy heterogéneo (estudiantes de PNL, profesionales, empresarios, y seguidores provenientes de distintos países, algunos tan lejanos como Australia), Bandler habló de "Cómo transformar mentes con historias hipnóticas".

A través de su discurso colmado de referencias metafóricas y no tanto, y haciendo gala de un humor propio que le caracteriza en sus presentaciones, se esforzó en desmitificar el uso de la hipnosis, citando que, a pesar de que en diversos países está restringida, sin embargo se la utiliza masivamente.

En medio de continuas bromas –herramienta eficaz para relajar al público y así conseguir que la información llegue al inconsciente, como él mismo lo explica– afirmó que "todos los que les dicen que 'esto es mejor para vosotros', están haciendo hipnosis", en las áreas sociales, políticas, educativas, religiosas, etcétera.

En uno de los momentos iniciales de su exposición, Bandler comentó sus primeras incursiones en la psicoterapia de la mano de la célebre terapeuta familiar

Virginia Satir y Milton Erickson, médico pionero en cambiar las técnicas de hipnosis aplicadas a la psicoterapia. De Satir rescató la evaluación de la estructura de las oraciones verbales, no el contenido, mientras que de Erickson, la misma hipnosis.

Y en uno de los primeros ejercicios, expuso el método de hipnosis que él utiliza y cómo localizar una huella de memoria negativa para poder modificarla, quitándole su energía.

Cómo aprendemos bien a hacer las cosas mal

Para ello invitó a subir al estrado a una persona del auditorio para trabajar sobre una serie de pensamientos negativos recurrentes.

La asistente mencionó algunos pensamientos que le pasaban automáticamente por su mente, a lo que Bandler respondió: "No creo que sea 'algo' que te pasa sino que es una actividad que tú haces". A continuación le preguntó cuantos minutos al día estaba su mente en esos pensamientos, para luego demostrarle cuántas horas o días al año usaba su cerebro para producir esas "películas negativas". Le señaló cómo su cerebro "había aprendido 'bien' a hacer las cosas 'mal' y entonces pidió que le explicara la dificultad que tenía a consecuencia de esos pensamientos y le detallara cómo lo hacía. "¿Qué tienes que pensar para hacer las sensaciones que no quieres? Sonidos, sensaciones, imágenes... ¿Dónde localizas las imágenes y qué tamaño tie-

ICAS

Pablo Arturi

nen?... ¿Dónde empieza tu estrategia para llegar a ese estado?... ¿Cómo voy a saber yo que lo estoy haciendo tan bien como tú?...". Bandler recordó que cuanto más sepamos "cómo" alguien piensa negativamente, se deprime, tiene fobia, etcétera, mejor podremos conectar con dicho estado en esa persona.

Utilizando la cuenta regresiva y el énfasis en las entonaciones y la cadencia de la voz, fue llevando a la asistente al estado hipnótico que buscaba. Al lograrlo, la tocó suavemente en el brazo para hacer un "anclaje" (asociación de un estímulo corporal con un estado psico-emocional). Le pidió que visualizara en una pantalla dichos pensamientos, y jugara con esa pantalla encogiéndola, borrándola hasta que sintiera que se habían debilitado o desaparecido. Luego le pidió que pensara en algo placentero para que la mente usara ese tiempo libre de pensamientos negativos en algo positivo, que encontrara nuevas maneras de ser feliz. "Se debe llenar con buenos pensamientos, sentimientos placenteros, de lo contrario la mente buscará otra cosa en qué ocuparse", explicó Bandler.

Por último, trajo a la asistente al estado de vigilia y le preguntó cómo se sentía y cómo estaban ahora dichos pensamientos, ya que siempre se debe testear el resultado.

Con este ejercicio, quedó claro que el objetivo es que nuestro cerebro haga lo que queremos, no lo que no queremos. O citando palabras de Satir, "si tienes elecciones, elegirás lo mejor".



Bandler revela que estamos inmersos en un mundo plagado de mensajes hipnóticos.

Quién es

Richard Bandler, doctor en psicología, matemático e informático estadounidense, es cocreador de la Programación Neurolingüística (PNL) junto a John Grinder, cuyas herramientas se aplican en áreas tan diversas como la salud, empresas, educación o deportes.

Su primer aporte teórico de importancia se plasma en el libro "La estructura de la Magia I", y consiste en la descripción de un modelo estructural del lenguaje a partir del cual Bandler y Grinder desarrollan un "meta-modelo" de comunicación.

Bandler modeló a personalidades y personajes de diversos campos, ajenos a la terapia y la psicología, como también a diversos chamanes mejicanos y yogis en la India.

Sus teorías y técnicas del Repatternig neurohipnótico, así como del Design Human Engineering tienen su origen en los conocimientos y pruebas realizados en estas experiencias. En 1978, Bandler fundó la Society of NLP, consistente en un instituto de formación, sociedad profesional y editorial propio.

En abril pasado estuvo en Barcelona, invitado por Talent Institut y NLP Life Training.

Los interesados en la formación en PNL pueden contactar a través de www.talentinstitut.com, teléfono 937 343 628.

Y como el cerebro no borra los recuerdos, la cuestión está en elegir cuáles queremos activar. Tenemos miles de recuerdos en nuestra mente para usar. La diferencia radica entre ser un actor pasivo ante el cerebro o ser su director. De ahí que resulta importante ser preciso en definir lo que queremos. Es útil imaginarnos el futuro como un camino con bifurcación: la situación actual repetida automáticamente, por un lado, y una nueva vida con pensamientos positivos por el otro.

Esta metáfora, que Bandler llama "puerta O" sirve para que reconozcamos que podemos elegir. Si podemos crear alucinaciones, también podemos creer que las borramos. Eso sí, una advertencia para tener en cuenta: el cerebro nos premia con la serotonina (neurotransmisor que tiene efectos antidepresivos, entre otros) cuando hacemos las cosas bien, pero son importantes los premios por éxito, no por repetición.

Creencias, emociones, felicidad

Si hubiera que reducir el pensamiento de Bandler en pocas palabras, en su comprensión de la realidad todo gira en torno de un estado mental y el sistema de creencias. Duro a la hora de contrastar las evoluciones de otros campos que tratan la psique humana, el padre de la PNL advirtió que la imaginación y las creencias controlan la vida, para agregar: "La gente cambia cuando se harta del problema".

Al referirse a una de las críticas que recibe en cuanto a que descarta el trabajo sobre las emociones, expuso que su trabajo sobre la huella de memoria implica el trabajo sobre la emoción vinculada a ella. Obviamente su enfoque es bastante conductista, tanto en la técnica como en el encuadre.

Para Bandler no importa el trauma ni el contenido, sino el uso que el cerebro hace al repetir ese recuerdo. Mediante diversas anécdotas criticó la receta de psicofármacos para anestesiarse al paciente como también las catarsis ya que para él "basta con haber vivido las cosas una vez". Y como añadido, otra idea que especifica claramente: la forma en que miramos el pasado hace que seamos como somos; si miramos recuerdos felices crearemos un futuro feliz.

Conviene considerar que Bandler define a la PNL como una serie de herramientas para explorar las cosas que funcionan.

Tras aseverar que nos han enseñado que cambiar es algo, costoso, difícil y doloroso, con horas y horas de psicoterapia, sugirió que nos planteáramos el cambio como algo fácil y divertido. A modo de ejemplo propuso un ejercicio para enviar recuerdos molestos al pasado

lejano. Dijo que "así como el ordenador tiene una pelería de reciclaje a la que en un segundo enviamos lo que no sirve, de la misma forma podemos hacerlo con los recuerdos que no nos sirven". Trabajando con lo que la PNL llama "la línea del tiempo", pidió que buscáramos espacialmente dónde situábamos el pasado muy lejano en nosotros, luego que enviáramos allí los recuerdos que no necesitamos actualmente. Sin entretenernos en recordarlos, evaluarlos, simplemente despacharlos al pasado remoto, uno a uno, rápidamente, para no darle tiempo a la mente para que interfiriera en el proceso.

Desde México

Durante los tres días del seminario hubo otras prácticas por parte de los asistentes.

Gabriel Guerrero, estrecho colaborador de Bandler en el mundo hispano, participó desde México ya que no pudo llegar debido a la nube emitida por el volcán islandés. Su presentación vía Internet también estuvo matizada con "historias hipnóticas", que utilizó para explicar, entre otras cosas, cómo hipnotizar mientras comunicamos ideas empleando la expresión gestual juntamente con la sintaxis del discurso. Al citar algunas voces críticas a esas historias que las tildan de "intrascendentes", aclaró que la idea es que la mente se entretenga y divierta con dichas historias mientras el comunicador hace la programación inconsciente con un objetivo determinado.

Una de las historias contadas por Guerrero fue la que utilizó para conquistar a su actual esposa. Recreando una típica situación de flirteo, remarcó el uso de verbos en tiempo pasado y gestos hacia el lado izquierdo de su cuerpo (donde se sitúa el tiempo pasado a nivel corporal) para hablar del prometido que tenía su mujer en aquel momento, y empezó a construir un "futuro juntos" usando verbos en tiempo futuro y gestos hacia el lado derecho de su cuerpo (donde se sitúa el tiempo futuro a nivel corporal). Simbólicamente le transmitió: "Si no estás segura de él, estuvo bien el pasado pero el futuro es conmigo".

Gabriel destacó que no es importante si las historias son ciento por ciento reales, como tampoco su contenido, sino su estructura.

Otro de los ejercicios que Guerrero propuso al auditorio fue la conexión con las habilidades y la creencia firme en ellas, ya que "creer en ellas nos impulsa a aprender". Muchas personas tienen habilidades, pero no se toman el tiempo para desarrollarlas o reconocerlas, concluyó. **TM**



Gobinde

Escuela de Vida Yógica



Formaciones de

Profesores de Kundalini Yoga
y
Sat Nam Rasayan, Meditación
para la sanación

Clases semanales de YOGA de 6:30 a 22 h.
¡Prueba una semana!



Pintor Salvador Abril, 31 96 325 06 79 - 637 702 152
VALENCIA (Ruzafa) www.gobinde.com - info@gobinde.com



Arabesque

escuela de danza árabe y orientales

VALENCIA

Situada en Valencia capital con más de 200m2 dedicados a la danza.
Con un equipo formado por grandes maestros.
Sala Bollywood, Club Arabesque (sala chill) y sala de Danza Oriental.



Primera escuela en Valencia en impartir cursos de formación profesional
en danza bollywood.

Abrimos en verano para ofrecerte una buena formación durante todo el
año. Un amplio abanico de horarios y disciplinas en las que podrás elegir:

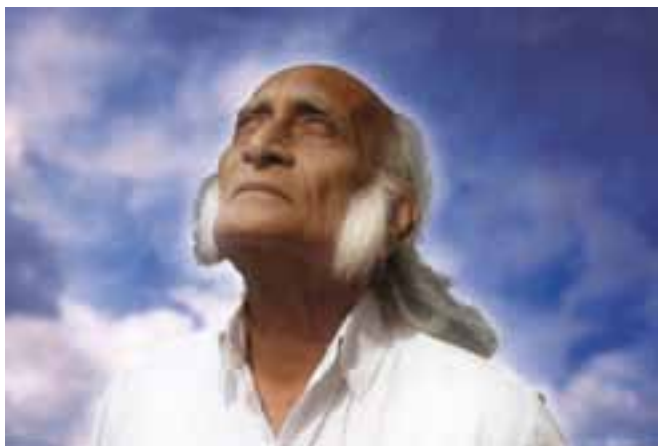
Flamenco Oriental
Om Kolthoum
Bollywood

Abanico de seda
Percusión
Oriental-Africano

Tribal Fusion
Saidi
entre muchas otras.

EL HOMBRE DEL SOL

*Hira Ratan Manek
vuelve a Valencia
con el Sun Gazing*



en septiembre de este año cumple 73 años este indio que se graduó como ingeniero mecánico en su juventud, pero que desde 1995 se alimenta de la energía solar, el agua y, de vez en cuando, se anima con té u otras infusiones. Nada más. En los últimos tiempos Hira Ratan Manek viene a España periódicamente, aunque viaja por todo el planeta, difundiendo su técnica, conocida como Sun Gazing. En junio está en Valencia, invitado por la Asociación Gen -T- Sana, por lo cual recordamos sus palabras y enseñanzas.

Como él mismo explica, se trata de “una técnica milenaria, que se aplicaba en la antigüedad en todo el mundo, incluida Europa”. En particular, Bulgaria y Grecia son dos países donde su práctica ha estado vigente hasta hace poco tiempo, e

inclusive lo aplican algunos médicos.

Según testifica, el Sol tiene poder y el hombre puede alinearse con él y conseguir su libertad. “Yo realicé una investigación –dice– que empezó en 1962 y duró muchos años. Madre, la compañera de Sri Aurobindo, me enseñó la práctica de mirar al Sol. Investigué varias culturas y descubrí que el auténtico Surya Namaskar (el conocido Saludo al Sol del yoga) consiste en realidad en mirar al Sol”.

Además estudió experiencias egipcias relacionadas con Ra, dios solar de Heliópolis; tradiciones de Méjico, Perú y Bolivia; contactó con nativos americanos, y los ritos búlgaros y griegos, entre otras vivencias. Finalmente creó su propio protocolo, que le insumió tres años de experimentación. “Cuando empecé padecía depresiones a causa de mis negocios –recuerda, por sus ante-

riores ocupaciones–. Tenía problemas para dormir, y también con la comida. Pero a medida que practicaba, el sentimiento de hambre iba desapareciendo. El protocolo de mirar al Sol durante nueve meses con una progresión de diez segundos lo establecí como una forma segura que cualquier persona puede aplicar, con el fin de llegar al máximo beneficio en su relación con el Sol”.

De modo que el Sun Gazing se viene propagando por todo el mundo. No hay gurús, y todo el mundo puede hacerlo independientemente. Sin embargo, crecen los grupos autónomos que se reúnen para ejercitar y difundir el mensaje.

Ratan Manek advierte que si bien en nuestra cultura se nos ha enseñado a prevenimos del Sol, “en realidad toda nuestra vida depende del Sol, empezando por que nutre a los vegetales, que están al inicio de la cadena alimenticia. Él es nuestro

gran benefactor; equilibra la naturaleza y la ecología”.

Al estar siempre ahí, afirma, nos ofrece gratuitamente vida y salud. “Nadie le podrá cobrar impuesto por estar mirando al Sol –comenta con ironía-. Como los vegetales, todos podemos incorporar directamente la energía del Sol, sin necesidad de hacerse dependientes de algún gurú o maestro. Tendremos salud física y perfecta estabilidad mental por nosotros mismos”, y advierte: “Quien depende de los jefes religiosos se vuelve débil. Con el Sun Gazing recuperamos la independencia perdida”.

Un fundamento sencillo pone encima de la mesa a fin de entender mejor su método: “La fotosíntesis no es un privilegio del reino vegetal. La luz solar penetra en la tierra, la cual hace su propia fotosíntesis. Con el Sun Gazing concebimos nuestra propia fotosíntesis. Toma-

mos los fotones del Sol, los cuales componen una energía muy poderosa, un néctar que no está polarizado en positivo-negativo”.

Seguro al resaltar que “el Sol tiene alma, y si lo miramos con respeto y con intención vamos a sintonizar con él”, no obstante recomienda hacerse una revisión ocular antes de empezar cualquier práctica, particularmente si se adolece de algún problema de visión.

“Conviene repetir la revisión dos o tres meses después”, aconseja, anticipando que “si usa gafas, seguramente tendrá que cambiar los cristales pues estará viendo mejor”. Y todo ello porque con el Sun Gazing el ojo se nutre de vitamina A, elemento vital para dicho órgano. Como un láser utilizado en oftalmología que corrige los problemas de visión, el Sun Gazing provoca un tratamiento de “láser natural”. Sin embargo, difícilmente nuestra

visión mejorará si nos pasamos horas delante del ordenador o del televisor.

Ratan Manek indica que quienes padecen de algunos de los siguientes problemas deben realizar una práctica previa antes de mirar fijamente al sol. Es el caso de quienes sufren de hipertensión o diabetes con microhemorragias retinianas; enfermedades de los ojos con inflamación, hiperemia conjuntival (conjuntivitis, hemorragia subconjuntival o afecciones de la retina que puedan provocar sangrados fáciles); enfermedades generales que en su evolución presentan tendencia a producir fenómenos de trombosis y hemorragias al mismo tiempo (ciertos tipos de tumores, como las leucemias); enfermedades de la sangre como la hemofilia. TM

Más info de la visita de Hira Ratan Manek en <http://gentsana.scoom.com>

Hira Ratan Manek

nuevamente en VALENCIA

Domingo 6 de junio



LUGAR: Asociación Gen T Sana
en Montserrat
(consultar web)

DONATIVO: 20€

Programa de mañana:

a las 10.30 hs. Conferencia y consultas.
a las 14.00 hs. Paella vegetariana
(incluye bebida e
infusión digestiva)

Programa de tarde:

a las 17.30 hs. Conferencia y consultas.
a las 20.00 hs. Prácticas de “Sun Gazing”
degustación de dulces
biológicos e infusión

SE RUEGA
PUNTUALIDAD

RESERVAS E INFORMACIÓN
677 519 547
<http://gentsana.scoom.com>

ORGANIZA



Asociación para el fomento de
la Salud y el Bienestar

LA CADENA DE LA TRADICIÓN

La recomposición de patrones de conducta hará que la mente abra los archivos de lo genuino

Carmen Haut
Cabalista



La cadena de la tradición hay que reconstruirla porque está alterada, retorcida, y los procesos se han invertido. La energía del Colgado (el invertido) es la causa de estas alteraciones, y como lo que sucede fuera sucede dentro, lo mismo pasa en nuestras familias y está ocurriendo en nuestro genoma. Pero, ¿cómo acontece esta distorsión?

Lo tradicional es en los hogares motivo de continuar o de modificar, según sean las costumbres (mejores o peores). Y como el ser humano tiende a corregir, ha intentado poner "un orden mejor" a aquello que le ha parecido distorsionado; pero en el intento ha confundido "fluidos y cables", las leyes genuinas que se han perdido en el tiempo para la buena conducta (o ese hilo conductor de las corrientes y fluidos).

Es importante acabar con esta confusión para que nuestro cuerpo y nuestras vidas vuelvan a ser armónicos. La recomposición de patrones de conductas hará que la mente abra los archivos de lo genuino, a pesar de que éstos conlleven a encontrarse, durante el proceso, recuerdos desagradables y algunos errores cometidos por todos y cada uno de nosotros en ese intento de mejorar.

La importancia de enlazar de nuevo con conductas éticas es algo que nos concierna a todos, puesto que no sucede un beneficio colectivo si no logramos que en nuestro entorno más pequeño estos eslabones personales se vinculen de la manera adecuada.

¿Cómo hacerlo? Es de suma importancia recuperar "valores familiares" que han dejado de existir en el comportamiento del individuo; soltó la tradición (dice la Cábala

que cuando la sueltas, esta cadena te golpea con el propio cabo que dejaste libre, siendo el otro sujeto por La Gran Corriente).

Al hacerlo, la ha "contrahecho", contra-decir es contra-hacer, ya que el "Verbo crea", y contra-hacer es hacer lo contrario. De esta manera hemos ido rompiendo lo sagrado, y lo que nos queda es, en el otro lado de la balanza, adulteración. Alteraciones de conductas más "modernas" que dejan bien claro el error al que nos han llevado personal y socialmente. Una sociedad enferma de ira, falta de respeto, incomunicación, miedos y desconfianza.

Aquellos valores que se heredaban de generación en generación eran el "Legado de su escudo familiar", una cadena que reforzaba sus hebras con cada nacimiento de un miembro más.

Es importante deshacerse de las actuaciones que impiden que se manifieste lo mejor que tenemos. Esa genética que conserva los dones de una persona elegante en su saber estar, su forma de vivir y de actuar consigo mismo y con el prójimo. Esas vidas ejemplares que van llevando al individuo a sentirse pleno y dichoso con lo que vive.

La cosecha hay que desgranarla, separar el trigo de la paja (la virtud, del defecto). La conservación de los buenos valores es la herencia, pero ésta viene envuelta en una cáscara que puede ser muy útil si la sabemos aprovechar. Estas cáscaras son los fallos de nuestros ancestros a la hora de transmitirnos la enseñanza, o mostrarnos lo esencial, que intentamos eludir disfrazándolos de modernidad, pero grabados también en nuestro código genético.

Hemos de buscarle una utilidad para nuestro tiempo

actual. Es la protección de dicho don, expuesto a los cambios ambientales y actuales; deberíamos utilizar esta coraza para la adaptación de los tiempos modernos.

Pero hemos tirado el grano y nos hemos quedado con la paja, y sin esencia; somos todo "apariencias" en una sociedad consumista donde nada nos sacia a largo plazo, y todo esto porque nos sentimos vacíos, sin raíces, sin nido ni nada a lo que pertenecer. Sin sustancia. Sin arraigo al pasado, como abandonados en un mundo cruel lleno de opciones, aunque sin referencias ni señales ancestrales que puedan ayudarnos como guías en nuestro futuro.

Preguntemos a nuestros padres y abuelos cuáles eran los dones de nuestros ancestros, y recuperemos ese regalo agradeciendo sus esfuerzos de una forma sencilla: actuando como ellos en una vida moderna, y no miremos sus "cáscaras" si no es para hacer una crítica constructiva.

Entendiendo y haciendo esto, órganos y fluidos de nuestro cuerpo se corregirán. Expulsaremos de nuestras vidas los desechos de errores familiares anteriores, restableciendo el orden, y nuestro cuerpo físico actuará de acuerdo con su naturaleza: la salud.

Los cimientos en que se sostiene una persona ya indican el tipo de vida que desarrollará, pero los valores están cambiando y la renovación continua a la que estamos sometidos ha arrasado el trigo, la materia prima que almacenábamos ha perdido valor y con ello hemos destruido los pilares del templo de nuestra sociedad.

Los cuatro pilares sociales

Hemos rechazado la educación por la forma básica de impartirla, la ética por las doctrinas sectarias y manipuladoras, la política por la dureza en su forma de gobernar y la medicina por la manera antihigiénica de aplicarla y su falta de información. He aquí los cuatro pilares que sujetan una sociedad.

La enseñanza: falta tiempo de práctica: los ejercicios. Se ha perdido la costumbre de experimentar mientras se aprende y desde esa carencia el alumno copia conceptos en los exámenes. Demasiada materia que recordar para ser aceptado en la sociedad con un título que lo selecciona para un sector concreto, pero inútil ante una vida llena de otros obstáculos cotidianos.

La religión: se dejó de lado formar a los seres en contacto con la naturaleza para que descubrieran un Creador más real y comprender el mundo de la convivencia de los seres vivos, ecosistemas interrelacionados en mutuo respeto de convivencia. Valores éticos y afectivos sin escritos que hagan temer a un Dios castigador, desarrollando así "siervos de la obediencia".

La política: se olvida la crítica constructiva mientras en los debates se "maldice" la actitud errada del que actúa, sin pensar en aportar las buenas ideas que en conjunto podrían

proporcionar una mejora colectiva. Este es el sentido de la balanza; una medida exacta y opuesta para generar puntos de vista que ayuden a una mejora. Limitaciones y permisiones van creando un equilibrio evolutivo cuando vemos que las pérdidas nos llevan a algo más compensatorio. Esto mantiene las mentes sosegadas y "el guerrero en retirada".

La medicina: el remedio reconducirá de nuevo al equilibrio a un cuerpo alterado "por dentro y por fuera". Se necesitan mejores mezclas con materias primas (re-medios) y un estudio más completo que aconseje cambios en el estilo de vida del paciente y un recordatorio sobre la conducta que ha dejado de ser saludable. Ningún remedio natural ni químico funciona si no lo acompaña con la encomienda, y sin embargo, todas las dolencias podían curarse cuando el médico que enseñaba a sanar era llamado "El Maestro" porque su forma de hacerlo funcionaba, aunque aún lo seguimos llamando "milagros". TM

MÉTODO HAUT
CLASES DE KÁBALA

COMIENZO CURSO
DE KÁBALA
13 DE JUNIO 2010
Interpretación del
Árbol de la Vida,
en Centro Advaya,
C/ Carcagente 32
zona Patraix
Valencia

CURSO DE LAS
LEYES DEL
KIBALIÓN.
"LA VOZ DE
HERMES"
11 de junio

GARMEN HAUT
18 AÑOS DE
INVESTIGACIÓN

INFORMACIÓN 670 20 59 85

ESENCIA DE LA FORMA, HOLOSÍNTESIS

Manuel J. Muñoz Ramos

Ingeniero Industrial, MBA (ESADE)

Naturópata, Kinesiólogo

Escuela Quirosoma

*h*olosíntesis es un tipo de medicina vibracional que utiliza la imagen esencial de elementos de la naturaleza, componentes bioquímicos, principios activos de fitoterapia y farmacología, que, potenciada por la luz, tiene un efecto de biorresonancia sobre la memoria celular cutánea, que activa un patrón de equilibrio y de sanación de estructuras.

Como la Medicina Tradicional China y la Acupuntura, la Holosíntesis pone en marcha un sistema potencial y regenerador que ya existe en todas las células, especialmente en el sistema nervioso, que actúa como un “todo” de unión entre lo físico y lo psicoenergético, y genera una respuesta celular para encontrar patrones de estabilidad y reequilibrio bioenergético. Otras culturas también hacen referencia a la capacidad de autosanación del cuerpo, los hindúes con el prana y sus canales, la Cábala, los egipcios, la medicina Ayurvédica, la tibetana, que enlaza con “el Tao de la física” del famoso autor Fritjof Capra y de otras teorías que nos llevan a la morfogenética de Rupert Sheldrake.

Trabajando sobre la piel, la Holosíntesis establece una conexión entre el microcosmos celular y el macrocosmos corporal, y con el entorno psicosocial. La cromoterapia utiliza la capacidad de penetración de la luz en función de su color, y de generar en la célula efecto de frío-calor o sequedad-humedad, teniendo su efecto correspondiente en el ectodermo, mesodermo o endodermo, y en consecuencia en los distintos órganos y partes del cuerpo. Por otra parte, la luz se comporta como un medio de transporte de energía, lo demuestra el efecto fotoeléctrico o efecto Compton, y como transporte de información.

La geometría sagrada, estudiada por el prestigioso autor Drunvalo Melchizedek y presente en textos, arquitectura y arte ancestral, es manifestación matemática del desarrollo de estructuras de la naturaleza. La luz como amplificador y como medio de transporte de energía e información es lo que aprovecha la Holosíntesis para transmitir el mensaje, de diseño matemático, que induce los

cambios que llevan al equilibrio, la sanación y el bienestar, utilizando un código de color, luz y forma.

La Holosíntesis utiliza la luz y su naturaleza cuántica, en vez de la química, para conseguir que la fábrica de “biofármacos” que posee el organismo humano, en forma de hormonas, enzimas, neurotransmisores, proteínas... se active, y reestablezca los procesos y el aprovechamiento, con la consecuente identificación de los nutrientes para recuperar el equilibrio, la salud y el bienestar.

La Holosíntesis intenta despertar un sistema de medicina vibracional cuántica que ya existe en la naturaleza y que tiene como principal objetivo integrar las partes para armonizar el todo, y que puede ser utilizada como un código de barras o tarjeta magnética que libere la molécula de ADN y permita su libre manifestación.

Dentro del código genético o ADN, de todas las células, existe un componente de estructura, información y energético, que es altamente sensible al contacto con el ambiente, tanto físico, social como energético. Este código precisa de reordenamiento constante, es decir de una reestructuración y regeneración permanente.

La Holosíntesis, reestructurando información y modulando centros energéticos, trabaja sobre las partículas más pequeñas de la física cuántica, e incide sobre lo más evidente, la histología de todo ser viviente, la célula.

Con campos electromagnéticos con frecuencias en el espectro visual, luz y color, podemos activar la capacidad natural regeneradora del organismo, la “vix medicatrix naturae” de una forma ordenada, estructurada, basándonos en la información bioenergética que hay en su ADN o en su memoria celular. El objetivo final es aprovechar la maravillosa e infinita capacidad de sanación del Universo, desde la célula, al individuo y desde la sociedad, al planeta. La Holosíntesis pretende ser uno de los eslabones iniciales para poner orden en todos los niveles y dimensiones de la naturaleza como fuente de progreso e inicio del cambio de paradigma. TM

www.holosintesis.com
www.escuelaquirosoma.com

**HORARIOS
ENTRE SEMANA
Y FIN DE SEMANA.**

**PREGUNTAR
FECHA Y PRECIOS
EN SECRETARIA
DE LA ESCUELA**

**Para nosotros
"TU" Eres lo
más importante:
Te formamos,
te preparamos y
te asesoramos a
nivel laboral
gratuitamente.
Bolsa de trabajo
activa.
Más de 30
empresas
colaboran con
nosotros.**

**Empieza o
completa tu
formación
con la amplia
variedad de
cursos que
te ofrecemos.**

**Disponemos de
metodologías
innovadoras y
exclusivas
impartidas por sus
propios creadores
(únicas a nivel
de Valencia y
nacional).**



Quirosoma
escuela de quiromasaje y terapias alternativas

Cursos 2010



**Interesantes descuentos
presentando este anuncio**

- **Quiromasaje Profesional.**
- **Reflexología Podal y Facial. Katapateo (masaje con los pies).**
- **Drenaje Linfático. Vendaje neuromuscular.**
- **Técnicas Wellness. Lifting Japonés.**
- **Especial anticelulítico. Geotermal. Ayurveda (formación completa).**
- **Osteopatía Profesional (estructural, visceral y craneal).**
- **Shiatsu. Auriculoterapia. Moxibustión y Ventosas. Manopuntura.**
- **Medicina Tradicional China. Acupuntura. Masaje Chino (Tuina).**
- **Naturopatía, técnicas energéticas y crecimiento personal.**

Trabaja ya (te regalamos la camilla)

valorada en catálogo en 47€



Consúltanos por
esta y otras
promociones que
te ofrecemos.

Infórmate

**C/. Troya, 1-1 - 46007 VALENCIA · Tel.: 96 394 16 44
e-mail: info@escuelaquirosoma.com · www.escuelaquirosoma.com**

EL YOGA, CAMINO DE LIBERACIÓN

Hacia la unidad de conciencia

Sirio Simó Calatayud

Director del
Centro Uranium



La razón de que la práctica del yoga se esté extendiendo en Occidente es su poderoso efecto de liberación. Lo maravilloso es que libera la rigidez del cuerpo, tornándolo tonificado y flexible, a la par que disuelve los bloqueos emocionales, permitiendo que afloren con mayor claridad en la conciencia, encauzando el proceso de trascender el sufrimiento. Y, por supuesto, la práctica cotidiana te guiará directamente hacia tu ser espiritual: ¡te hará consciente de tu fuerza, tu belleza y tu propósito!

A veces el hombre moderno presume de que ha avanzado en todo respecto al pasado. Es obvio que hoy contamos con una tecnología que en muchos aspectos hace la vida más cómoda y distraída. Tenemos complejas máquinas al servicio

de la medicina y también disfrutamos del cine en 3D. Sin embargo, el camino espiritual ha quedado oscurecido por los valores capitalistas de nuestra sociedad posmoderna. Si lo más importante es ganar dinero, rara vez se vivirá una existencia inspirada por la búsqueda de sentido, creatividad y propósito.

El yoga es holístico porque lo que en verdad ajusta es el nivel energético, que está totalmente intrincado en el nivel corporal, emoción, mental y espiritual.

Hay costumbre de clasificar en exceso, de modo que pueden definirse numerosos tipos de yoga, según hagan más hincapié en el aspecto físico, devocional, estático, dinámico, se usen mudras, mantras, etcétera. En verdad, el yoga es una misma herramienta, una técnica que conduce hacia la unidad de la conciencia.

No obstante, en el Centro Uranium trabajamos con Kundalini e Integral. En la práctica unimos las asanas (posturas estáticas de estiramiento) con posturas dinámicas que coordinan respiración y movimiento. Son muy importantes las diferentes técnicas de respiración (pranayamas) y el canto de mantras (sonidos capaces de liberar los distintos matices del ser interior).

La práctica de yoga constituye una experiencia muy vivificante, estimulante y hermosa. Lleva al practicante a vastos y desconocidos paisajes internos. Su ejercicio muestra la profunda conexión que existe entre el universo interno y el externo.

El yoga es el camino de la liberación de la luz y la sombra, del amor y del dolor, del descubrir y el transformar.

En una frase, "practicar yoga es hacerse consciente de lo que uno es en realidad y cuán poderoso y hermoso es nuestro Ser Interno".

Gracias a los lectores de esta maravillosa revista. Ciertamente, ser uno mismo es lo más importante. TM



CENTRO URANIUM
Ven a disfrutar: Yoga, Reiki, Astrología...
Estupendos talleres de crecimiento

C/ Quart, 101 bajo - Valencia
Tlf. 963 617 602 - 676 758 709

www.centrouranium.com
uranium.sirio@gmail.com

www.centrouranium.com

L'hortet

productes ecològics



ENCARGA TU CESTA
DE FRUTAS Y
VERDURAS
SEMANAL

Venta a granel de cereales, legumbres,
frutos secos, té

Pastelería casera y orgánica

SÁBADO 12 DE JUNIO

Sabiduría, inteligencia y vitalidad
para la Tierra y el ser humano
con los preparados biodinámicos
Charla a cargo de Hans Günter Kern

DOMINGO 13 DE JUNIO

Taller "El arte de la agricultura universal".
Imparte Hans Günter Kern

CLASES DE YOGA

Consulta nuestro amplio horario

C/Cádiz 38, Russafa · Tfn: 963 126 372 · www.lhortet.es

TIEMPO LIBRE



Nacer conectado, vivir consciente

**R. de Tienda y
R. de Lafrégyre
Obelisco**

Cómo acoger a los niños con el compromiso de acompañarlos hacia su madurez, sin traumas y con entrega. La actitud en el embarazo, parto y crianza es crucial para el buen desarrollo neurológico del bebé y su futura personalidad.



Cómplices Miriam Subirana Integral

Con la situación actual de desencuentro entre hombres y mujeres como tema de investigación, la autora comparte su búsqueda del sentido que subyace a lo que está ocurriendo para poder aprender entre todos a encontrar el camino hacia nuevos horizontes repletos de esperanza.

AGENDA

agenda@tu-mismo.net

CONFERENCIAS ESPECIALES EN B. K.

En calle Isabel la Católica 19, Brahma Kumaris realizará una conferencia especial este mes. El viernes 11, a las 19.30, "Vivir en plenitud y superar los miedos", a cargo de Francisco Ramírez, coordinador de Brahma Kumaris en Las Palmas de Gran Canaria. Y los miércoles de junio, otras reuniones sobre "Fluir con la vida: abrir la mente, abrir el corazón", "Crea el destino que quieres", "Amor y desapego: desarrollar una personalidad neutral", y "Transformar al ser experimentado a Dios". Informes, teléfono 963 51 81 81.

EN LA SAVINA ECOTENDA.

El sábado 12, de 10.30 a 12.30, con entrada libre y previa inscripción, se impartirá en La Savina Ecotenda, calle Amadeo de Saboya, 7, el curso de cocina "Aprende a cocinar con algas", con recetas frescas, sanas y deliciosas para el verano. Además se harán test de incompatibilidad de alimentos, acupuntura y consulta de dietista. Las plazas son limitadas. Para mayor información llamar al teléfono 960 911 754.

CHARLAS PRESENTACIONES EN ALT BENESTAR.

Viernes 11, a las 18, charla presentación del curso de Cristaloterapia, y el sábado 19, a las 19, charla presentación del curso Kábalah - Árbol de la Vida. En **calle Roger de Lauría, 3, 1º**, teléfono 963 940 686.

NEIDE MARGIONARI EN VALENCIA.

La creadora de las Flores de Saint Germain, Neide Margionari, ofrecerá una conferencia gratuita el 28 de septiembre próximo, de 19 a 21, en el hotel Hesperia, en Valencia. Confirmar asistencia a través del móvil 606106 876. Organiza Raquel Cabo.

QUIROSOMA ANUNCIA CONFERENCIAS.

En la Escuela Quirosoma C/ Troya 1, 1, se darán las siguientes conferencias: día 4, a las 18, Quinton, y el día 25, a las 18, "Demostración de técnicas manuales".

El

AFRIC ART.

El Anillo Atlante y la Cámara Kirlian, Arquetipos, meditación y mantras, eliminación de toxinas mediante ionización podal, previa cita. Análisis Energético del Campo Áurico, Arquetipos, Flores de Bach, Reflexología Podal y Masaje Linfático y Masaje Indio de Cabeza. C/ Caballeros, 11, Valencia. 963 926 081, www.africartespai.com

ZENTRAME.

Medicina y psicología integral. Medicina Tradicional China. Psicoterapia, Gestalt, Análisis transaccional, EMDR. Terapias energéticas. En abril: jueves de relajación dirigida con armónicos y canto. cuencos de cuarzo y sonidos, constelaciones familiares. Taller visualización creativa, Taller chamanismo nativo americano. www.zentrame.es/blog/?p=115. Calle Alicante privada 6-3, Puerto de Sagunto, Tlf. 961 187 814.

CAMPING DE MAESTRÍA PERSONAL.

Del 13 al 22 de agosto en el Parque Nacional de Urbasa-Andía, Navarra. Un recorrido por el conocimiento de la constitución del ser humano, su lugar y propósito en el cosmos. Los poderes que hemos de manifestar están presentes en la vida interior y el propósito es descubrir tales potencias escondidas y aprender el mejor modo de emplearlas. Una oportunidad de aproximarnos a la Maestría Personal. Más info en www.Humanamente.es

Escaparate

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. Tlf. 647 791 497.

CURSOS DE MAYO EN QUIROSOMA.

Quiromasaje I intensivo (mañana y tarde), del 7 jun. al 1 de julio; Reflexología Podal, del 7 al 28; Especial estiramientos, días 16, 21, 23, 28; Cyriax y técnica (R.P.R.), días 7, 9 y 14; Puntos gatillo y técnicas de fascias, días 8, 10 y 15; Fitoterapia y técnicas neurotérmicas, días 28, 29 y 30; Vendaje Neuromuscular, días 19 y 20; Geotermal con piedras calientes y frías, días 14, 21 y 28, y 19 y 20; Ayurveda II, días 19 y 20; Shiatsu (mañanas), 4; masaje tailandés (de mañanas o tardes), del 9 de junio al 7 de julio; Técnica metamórfica, días 26 y 27. C/ Troya 1, 1, Tlf. 963 941 644.

SE TRASPASA OBLIVIVUM

Centro de relajación, flotación antiestrés y terapias naturales en el corazón de Valencia. Tel. 963 926 159. Pregunta por Lenny.

ACTIVIDADES EN ALT BENESTAR.

Día 1, primer nivel de Reiki (tres tardes); día 5, 2º nivel de Reiki (fin de semana); día 10 ó 15, Quiromasaje profesional (mañanas o tardes); día 12, 2ª Fase Magnified Healing (1 día); Masaje Metamórfico (un fin de semana).

Reserva plaza para cursos intensivos de julio, con una clase gratis de prueba: día 1, Quiromasaje profesional, Iniciación al masaje; día 10, Drenaje linfático, Reflexología Podal y Manual, Iniciación al Shiatsu. Info, calle Roger de Lauría, 3, 1º, teléfono 963 940 686, info@altbenestar.com.

¿QUIERES SANAR TU VIDA?

Terapia de Relajación profunda y Visualizaciones curativas. Encuentra tu camino, halla paz y recupera la salud física, mental, emocional y espiritual que mereces. No te limites, todo es curable, incluso el cáncer. Si quieres puedes, atrévete a cambiar. 1ª visita diagnóstico iris y chakras gratis y sin compromiso. Gabinete Más Salud, 656 639 885.

ALQUILER DE CONSULTA.

Se alquila consulta muy céntrica a compartir, para terapeuta o cursos, económico. Información: 606 128 108.

XOCOLATE.

Máxima calidad en productos artesanales. Mercado Central, puestos 103 y 104, del móvil 605 807 682.

GOBINDE.

Sábado 5, de 9 a 13 y de 16 a 18, y domingo 6, de 9 a 14, taller de yoga para embarazo y posparto, con Agochar Kaur; día 11, a las 20.30, clase meditación Man to Man; día 12 y 13, taller de clown con Luka Soriano; día 18, a las 19, Master Class de kundalini yoga con Hargobind Singh; días 19 y 20, formación de profesores en kundalini yoga, con sadhana gratuita a las 6.30; del 24 al 27, retiro de yoga en la naturaleza (Alicante) con Siri Tapa. Además, Espacio Shuina (meditación), los martes, de 21 a 22, y viernes, de 11.30 a 12.30. Y el primer viernes de cada mes, estudiantes de Sat Nam Rasayan hará práctica gratuita a los asistentes. Info, 963 250 679.

DHARMA ANANDA.

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

TANGOTERAPIA.

Algo más que aprender a bailar. Clases impartidas por Isabel Gómez. Restablece la conexión contigo mismo, establece conexión con el otro y crea un espacio a compartir: la música. Información sobre clases, días, horarios y lugar, teléfono 678 654 497, o a través de sintesisch@yahoo.es.

Simposio Internacional de Alta Capacitación **Bach por Bach**

Valencia, 23 y 24 de octubre | 2010

Disertantes **LLUÍS JUAN BAUTISTA**
LUIS JIMÉNEZ
EDUARDO H. GRECCO

Ternario

- Edward Bach en Marlow Bucks
- Amor y experiencia
- Lo que Mary Tabor aprendió de Edward Bach
- Vivir el Aquí-Ahora
- Ser fiel a uno mismo
- Escuchar la voz del alma
- La historia de dos herejías bachianas: gnosticismo y la alquimia
- La sabiduría del alma
- El viaje del alma
- Los dos procesos del trabajo del alma en la escuela de la tierra
- Bach prescriptivo

SE DARÁN CERTIFICADOS DE ASISTENCIA

Informes e inscripción
963 366 228 - 635 856 228
info@tu-mismo.net

ORGANIZA

TÚ MISMO EVENTOS

PATROCINA



COLABORAN



SINTAGMA

