

tú mismo

www.tu-mismo.net

VALENCIA

DIFUSIÓN
GRATUITA

Nº 44
noviembre
2010

**YOGA PARA
LA ESCOLIOSIS**

**UN AÑO DE
SÍNTESIS Y
SIMPLICIDAD**

**AMOR A LA
MADRE TIERRA**

ESENCIAS PARA EL ESPÍRITU

NEIDE MARGONARI DIO UN VUELCO IMPORTANTE EN SU VIDA DE ARTISTA PLÁSTICA CONSAGRADA, ADEMÁS DE UNA CARRERA EXITOSA EN EL MUNDO DE LA ARQUITECTURA Y EL DISEÑO. TANTO CAMBIÓ QUE ACTUALMENTE SUS FLORES DE SAINT GERMAIN HAN GANADO PRESTIGIO INTERNACIONAL

CURSO 2º NIVEL DE REIKI
8 y 7 de noviembre
Precio: 240€
Imparte: **ANTAR GONZÁLEZ LÓPEZ**

CURSO DE EDUCACIÓN VISUAL
13 de noviembre, de 10 a 20 (con pausa para comer)
Precio: 80€
Imparte: **VICTORIA FLORES GÓNGORA**

CURSO 1º NIVEL DE REIKI
20 y 21 de noviembre
Precio: 120€
Imparte: **ANTAR GONZÁLEZ LÓPEZ**

CURSO DE COCINA MACROBIÓTICA
27 de noviembre, de 10 a 14
Precio: 35€
Imparte: **MAVI MOLL**
Por motivos de aforo, rogamos confirmen asistencia

ACTIVIDADES MENSUALES
DE YOGA, PILATES
Y DANCIA
Primer clase de prueba gratuita
INFORMATE EN TIENDA

TAMBIÉN PUEDES TOMAR SESIONES DE
REIKI, REFLEXOLOGÍA PODAL,
SANACIÓN POR ARQUETIPOS,
TÉCNICAS DE ARJUN (TACTO CONSCIENTE)

ALQUILER DE SALA
PARA ACTIVIDADES

Calle Calabazas, 21. Valencia Tel. 963 940 741
www.esencial.biz - info@esencial.biz

MABEL KATZ vuelve a España en noviembre

DOS seminarios en TRES ciudades

MADRID: 13 y 14 de noviembre
GRANADA: 20 y 21 de noviembre
BARCELONA: 27 y 28 de noviembre



HO' OPONOPONO

Es un método antiguo, de los Kaunas Havaianas (Guardianes de los Secretos), de sanación puesto al día para el mundo de hoy, que nos enseña a dejar partir los bloqueos y problemas que causan desequilibrio en nosotros mismos.

Mabel Katz, única persona autorizada para transmitir Ho'oponopono en castellano

FRECUENCIA ZERO™

Los Seminarios Frecuencia Zero™ te enseñan los caminos más fáciles y efectivos para:

- Descubrir quién realmente eres.
- Ser uno con el Universo y la bondad del Universo.
- Soltar y dejar que aquella parte tuya que sabe lo que es perfecto y conoce soluciones tus problemas, sin ningún esfuerzo.
- Encontrar tu propósito y la manera para tenerlo.
- Permanecer abierto y flexible para recibir las soluciones ideales a través de la inspiración.
- Tomar aquellos programas negativos que afectan tus planes, objetivos, decisiones y resultados.
- Desahucio de las creencias que bloquean tu felicidad.
- Llegar a TU Frecuencia Zero™

PLAZAS
LIMITADAS

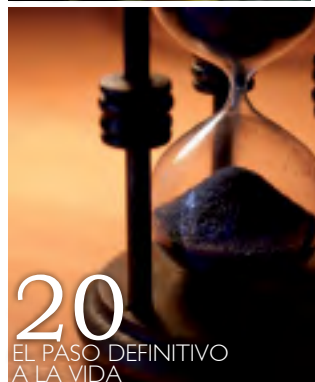
CONTACTO y RESERVAS: 652 801 123 - julianrrodriguez77@yahoo.es

Sumario

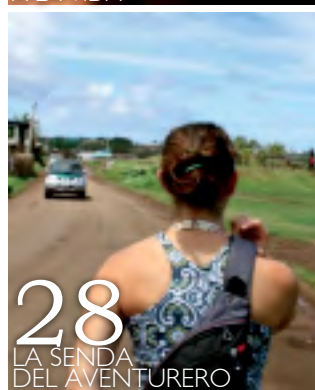
noviembre 2010
44



14
UN GRAN
ENCUENTRO



20
EL PASO DEFINITIVO
A LA VIDA



28
LA SENDA
DEL AVENTURERO

bienestar

- 04 MEDITACIÓN Y NO DUALIDAD.
06 ARTERAPIA, DESPERTANDO LA CONCIENCIA.
08 EL EFECTO AROMA DE MAR.
10 EL SABER DEL DOCTOR BACH.
12 YOGA PARA LA ESCOLIOSIS.

entrevista

- 16 OTRO PASO EN LAS ESENCIAS.

natura

- 22 AMOR A LA MADRE TIERRA.

con-ciencia

- 24 UN AÑO DE SÍNTESIS Y SIMPLICIDAD.

soma

- 26 MASAJE BALINÉS.

tiempo libre 30. agenda 30. el escaparate 31.

tú mismo Staff

Edita
Aurelio Álvarez Cortez

Arte y maquetación
Noé Álvarez Lier

Colaboradores
Sesha, Carmen Haut, Mª Teresa Vidal, Siri Tapa,
Demetrio José Moragues Morcillo, Helena Sáez,
Sergio Losada, Ana Pérez, Pilar Ivorra,
Ángel Martínez Sorli

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

Redes sociales
Gadiel 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.

MEDITACIÓN Y NO-DUALIDAD

La práctica meditativa y el análisis propuesto por Sankaracharya han ilustrado un cambio profundo del paradigma mental



Sesha

Desde siempre, el análisis de la mente y sus funciones han apasionado a todo tipo de investigadores. Se ha planteado que conocer la mente es finalmente conocernos. Innumerables pensadores de todas las tradiciones culturales han aportado en dicha investigación. Las conclusiones de tantas ideas expuestas en ocasiones han sido contradictorias, lo que ha llevado a crear modelos conceptuales complementarios y en ocasiones divergentes.

Oriente lleva más de cinco mil años participando y aportando en el análisis de la mente. A través de los siglos han nacido en su seno diver-

sos pensadores que estimularon con sus ideas el nacimiento de escuelas que llevan el sello inconfundible de sus propuestas. Así, por el año 788 D.C. nació en Naladi, India, el precursor de un sistema de pensamiento que originaría un profundo cambio en el pensamiento hindú, nos referimos evidentemente a Sri Sankaracharya.

La práctica meditativa y el análisis de la mente propuesto por Sankaracharya ilustraron de manera brillante un cambio profundo del paradigma mental. Hasta aquella época se planteaban interpretaciones de los Upanishads donde se insinuaban modalidades de percepción diferentes a la de la dualidad objeto-sujeto. Pero la sistematización final

que advierte el nacimiento de la no-dualidad da cabida a una reinterpretación de la cognición y, por supuesto, de la reestructuración de la naturaleza esencial de la mente y sus funciones.

Antes de Sankaracharya el modelo cognitivo se asimilaba en parte al actual occidental. La exclusiva existencia de objetos independientes del sujeto que los conoce, advertía un camino ya abierto por Aristóteles hace más de dos milenios. El realismo aristotélico, que es el modelo sobre el cual se plantea nuestra ciencia actual, afirma que el mundo es real e independiente de quien lo conoce. La multiplicidad de objetos y sujetos conforman un extenso universo dual. En dicho modelo dual la

cognición se atribuye al ente superior cuya capacidad mental es consciente: el ser humano.

La nueva y contundente aportación de Sankaracharya fue promover una nueva forma de cognición diferente a la tradicional de objeto y sujeto diferenciados, introduciendo la asombrosa apreciación de la no-dualidad. Dicha apreciación no-dual modificaba el panorama mental, ofreciendo nuevas alternativas conscientes y por ende la aparición de originales interpretaciones mentales de la realidad. Estas interpretaciones dieron nacimiento a los nuevos y diversos estados de conciencia, susceptibles de aparecer a través de prácticas especializadas como la meditación.

En resumen, el planteamiento de la no-dualidad establece que la interpretación mental y dual del mundo no es ni la única ni la más válida de las posibles de realizar, y que cuando se advierte dualidad mental, la validez de realidad que se obtiene mediante dicho ejercicio cognitivo es erróneo. A su vez, afirma Sankaracharya, cualquier apreciación cognitiva que se establece desde el nuevo marco de referencia no-dual es con certeza real. Así, la no-dualidad pasa a ser un entorno de percepción donde objeto y sujeto gozan de simultaneidad en la percepción, donde no es posible excluir al objeto como ente activo de la cognición, sino que ambos, objeto y sujeto, en inmediatez temporal, son los entes activos de la cognición.

Para poder situarse en el marco

no-dual es necesario encontrar una plataforma cognitiva que a la vez sirva de base consciente tanto a sujeto como a objeto. Dicha actividad que cumple con estas condiciones fue hallada en el ámbito de la atención. La atención puede servir no solamente para conocer objetos internos o externos, sino también para posarse cognitivamente en sí misma. Iluminar la actividad "atentiva" con la propia atención convierte la experiencia en simultaneidad objeto-sujeto. La atención es la única propiedad que puede atenderse a sí misma. La concienzuda y difícil práctica meditativa se convirtió en el arte de depositar la atención sobre la atención misma. Así, entonces, la atención es simultáneamente sujeto y objeto de cognición.

El mundo visto bajo esta nueva plataforma no-dual de cognición adquiere atributos inimaginables. Los objetos y el sujeto que conforman el universo siguen existiendo, pero quien conoce no distingue entre quién es el conocedor y quién lo conocido. El marco témporo-espacial colapsa, dando paso a una nueva reinterpretación del tiempo y el espacio, y en concordancia con ello emerge la simultaneidad y ubicuidad de las experiencias no-duales. Además, como conclusión evidente a este reto cognitivo, cesa en la mente el sentido "yoico" sin que sus demás funciones desaparezcan. En general se plantea un caleidoscopio de nuevas experiencias asociadas a un universo donde desaparecen las fronteras entre objeto y sujeto, pero

no desaparecen ni objetos ni sujeto.

El mecanismo más práctico para inducir a que la atención se pose en sí misma es plantear una reacción continua y atenta al acontecer presencial. Cuando la atención exclusivamente ilumina el acontecer de lo que "está sucediendo" en forma de presente, la mente reacciona otorgando cognición constante sin que se introduzcan elementos de juicio más allá de los necesarios. Así, entonces, la fantasía desbordante asociada a cualquier evento presencial se limita. No se piensa en cosas que no merezcan una atención propia al presente. La mente permanece reaccionando atenta y exclusivamente al presente, tal como si fuésemos conduciendo a alta velocidad y sin tiempo para desatender la carretera.

Una continua reacción interna o externa respecto a experiencias que hagan parte del presente lleva al cambio de paradigma en la cognición, obligando al reacomodamiento de la dualidad sujeto y objeto independientes, para introducir la aparición de la experiencia no-dual. Por ello, la necesidad de una constante atención basada en la carencia total de esfuerzo mental por realizarla, se erige como pilar fundamental de la práctica meditativa.

La inmensidad de las exposiciones de Sankaracharya tiene que ver con la nueva visión de la realidad que ofrecen, y con la aparición de los diversos estados de conciencia que se advierten entre el paso de la cognición dual a la no-dual. TM

www.vedantaadvaita.com

Recibe el otoño con salud

Echinaceae: aumenta las defensas naturalmente, ideal para evitar contagios.

Narosan: sirope multivitáminico en sus variedades Arándanos, Naranja, Red Berry y Tropic.

Jerebe de Pino: combate y reduce los síntomas y consecuencias de la gripe y resfriados (tos, estornudos, garganta irritada, bajas defensas).

Swissmahrin Calidad Suiza en productos naturales

INFORMACIÓN Y PEDIDOS
consultora Miriam Ller
635 366 228

¿Quieres distribuir nuestros productos?
 Solicita información sin compromiso

ARTERAPIA, DESPERTANDO LA CONCIENCIA

“Todos los días uno tiene que abandonar su pasado o aceptarlo, y entonces, si no puede aceptarlo, se hace escultor”

Louise Bourgeois



Helena Sáez

Arterapeuta gestáltica
Prof. invitada por el Centro Tierra

La Arterapia, tal y como la recibí de manos de Ramón Ballester, es un sistema de trabajo personal y transpersonal en grupo, o individualmente, que permite una transformación a cualquier persona que desee evolucionar en su propio autoconocimiento.

Desde este enfoque la intención no es la reparación de averías o “handicaps”, ni el alivio de síntomas, sino aprender a atender al dolor y el miedo, para escuchar lo que la infelicidad demanda o la intuición señala, propiciando los cambios de actitud y de actuación necesarios.

Concebida de esta forma la Arterapia se orienta al desarrollo de la conciencia tanto para personas con dificultades como para buscadores que quieren obtener más claridad en su trabajo interior. (*)

Para que dichos cambios de actitud sean posibles, nosotros utilizamos la arterapia con enfoque gestáltico y la atención al proceso creativo.

La Gestalt valora ante todo la experiencia como una forma real de acercarse a los problemas, de entrar en la vivencia personal y conocer las implicaciones del lugar en el que nos colocamos en nuestra vida, para ocuparlo plenamente o cambiarlo.

El proceso creativo nos permite conectar con nuestro lenguaje más íntimo, nos afina la escucha interna y nos pone en contacto con el otro desde un lugar nuevo, don-

de el cuerpo, el movimiento y el ser tienen más presencia que la palabra.

Esto nos da creatividad para deshacer automatismos cotidianos, ampliando nuestra mirada, desenfocando primeros planos y redefiniendo información que permanecía en el fondo a la espera de ser rescatada.

En Arterapia trabajamos más con la actitud que con la técnica, más con el movimiento que con el material, aunque ambos, técnica y material, son canales que nos facilitan el trabajo consciente con el cuerpo, escuchando su voz, dejando descansar el pensamiento, dando expresión a la emoción, a las imágenes, los sueños... soltando, confiando, dejándose acompañar.

Recomendaría la Arterapia a estudiantes y profesionales tanto de la psicoterapia y la relación de ayuda como de la docencia en sus diferentes ámbitos. A personas en proceso de crecimiento personal y búsqueda y a cualquiera que quiera profundizar en el proceso creativo cotidiano de forma consciente.

La Arterapia me permitió encontrarme, atenderme por dentro, vaciar, vaciar, vaciar hasta que llegó el silencio. Años después empezó la reconstrucción, esta vez llena de silencios, pausas, vacíos y espacios blancos. TM

(*) Ramón Ballester, director de la
Escuela de Arterapia del Mediterráneo, EAM



centro holístico

tierra

Un espacio donde vivimos experiencias para el Crecimiento y Evolución Personal.
Para gente comprometida consigo misma, su entorno y su momento actual

ACTIVIDADES SEMANALES

- ✳ Método Pilates
Entrenamiento específico para el embarazo y post-parto.
- ✳ Meditaciones activas
- ✳ Danzas
- ✳ Yoga hatha
- ✳ Cánticos Armónicos y Técnicas Vocales

CONSULTAR PRÓXIMAS FECHAS



CURSOS Y TALLERES

- ✳ Arterapia
- ✳ Constelaciones Familiares
- ✳ Curso de Milagros
- ✳ Curso de Masaje Ayurveda
- ✳ Curso de Masaje Sensitivo Energético y Tantra
- ✳ Cantos Armónicos y Técnicas Vocales

CONSULTAR PRÓXIMAS FECHAS

CONSULTAS

- ✳ Arterapia
Sesiones individuales.
- ✳ Masajes
Quiromasaje.
Masaje sensitivo gestáltico®.
Shiatsu.
Masaje Ayurveda.
Masaje Metamórfico.
- ✳ Astrología Maya
- ✳ Flores de Bach
- ✳ Reiki
- ✳ Feng-Shui

Somos la tierra
que te ayuda
a crecer...



C/ Maestro Clavé, 3. 2º - 3ª

46001 Valencia

Telf. 963 527 220

móvil 619 332 625

manuetierra@hotmail.com

EL EFECTO AROMA DE MAR

Estimulante, tónico, energizante, es el centro de investigaciones en torno al olfato

Sergio Losada



La diferencia de la vista y el oído, en los que la energía vibrante de la luz y del sonido excitan la retina y el tímpano, respectivamente, en el caso del olfato es la sustancia que provoca el olor la que penetra en el cuerpo a través del órgano sensorial. Las mismas moléculas que producen el olor al contacto con las células sensibles de la nariz son las que ingresan a los bronquios junto con el aire. Lo que se huele se incorpora física y químicamente, a diferencia de lo que se ve y se oye. Por eso es que podemos llegar a intoxicarnos con un olor, recuerdan investigadores especializados en neurofarmacología.

El tema es dilucidar en qué con-

siste el efecto terapéutico que se atribuye al contacto con el mar y, más particularmente, al contacto con el olor. Pero el efecto tónico, estimulante y energizante del aroma del mar no tendría que ver con esa característica del sentido del olfato de incorporar aquello que produce el estímulo, sino con la de ser el sentido que más impacta en los recuerdos y en lo emocional. Remonta a una cuestión ancestral, culturalmente adquirida y transmitida por la humanidad de generación en generación, explican los científicos. En efecto, no existe efecto farmacológico comprobado de las sustancias que intervienen en el olor a mar, pero sin embargo algo de eso es cierto, si bien no se debe a las características inherentes de ese olor en cuestión.

El científico británico Andrew Johnson y su equipo de la Universidad de East Anglia aislaron hace tres años una bacteria en el lodo de las salinas de Stiffkey. Según publicaron en la revista Science, estas bacterias cuentan con un gen que las hace responsables de la emisión y la producción del dimetil sulfuro, un gas fuertemente oloroso que, en las concentraciones en que se encuentra habitualmente en las orillas marinas, produce el aroma característico del mar. En realidad el dimetil sulfuro como causa del olor del mar estaba identificado desde hace tiempo, pero no el fenómeno natural por el cual se produce y abunda en las costas y en las profundidades.

Existen olores, agradables y benéficos o intolerables según su

concentración, de acuerdo a los estudios realizados, y sería similar al que se observa en el almizcle (musk), sustancia tomada de las glándulas sexuales de un tipo de ciervo. En su concentración natural, el almizcle es insoportable para el hombre, pero en dosis infinitesimales es el componente esencial de algunos de los perfumes más cotizados internacionalmente en el mundo del glamour.

Lo que parece quedar claro es que el valor hedónico del olor, su potencial como causante de placer o displacer, depende del contexto. Es ésta, según los investigadores, la base del efecto "normalizador del estado anímico" del contacto con el mar. Transmite esa cuestión de volver al centro, pero es una cuestión cultural. Si se le dice eso a una persona que tiene fobia al mar, no le va a producir ese efecto", aclaran los expertos.

De todas maneras, lo adquirido culturalmente queda en nuestra progenie, y después de que una tercera o cuarta generación está en contacto con los mismos estímulos, que quedan fijados en la memoria de la especie. De modo que la clave del efecto terapéutico del olor marino debe rastrearse en las características del sentido del olfato, que actualmente están siendo estudiadas por empresas para desarrollar el sensory branding, es decir, el desarrollo de todas las posibilidades de los sentidos, el olfato entre ellos, como forma de comunicación de las marcas con sus clientes. El olfato es un sentido sintético, no analítico, ya que apunta a una zona de la memoria donde los recuerdos y sensaciones aparecen concentrados, y no despierta un pensamiento en particular sino una síntesis de remembranzas y experiencias. Hay olores cálidos

y fríos, y aunque la actividad del olfato involucra principalmente al hemisferio derecho, es un sentido que evoca matices de espesura y persistencia, más que una imagen tridimensional. TM

Fe de erratas

En el número anterior, en la página 8, bajo el título de "Procesos energéticos del cuerpo", con la firma de la AMAB (Asociació Mediterrània D' Anàlisi Bioenergètica) de Valencia, acompañaba dicho título el siguiente texto: "Contribuciones del Análisis Bioenergético, vía terapéutica creada por Alexander Lowen". Lo correcto es el concepto de vía psicoterapéutica en razón de que se trata de psicoterapia y no terapia.

AQUAURA

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




EL SABER DEL DOCTOR BACH

*Su terapia floral
hace posible
la recuperación
del equilibrio
mental y emocional*

María Teresa Vidal
Directora de la
Escuela Alt Benestar



El doctor Edward Bach fue un médico que a principios del siglo pasado se mostró insatisfecho ante el sistema médico establecido. Estaba convencido de que las personas tienen responsabilidad ante la aparición y desarrollo de sus enfermedades. Como investigador en el campo de la Homeopatía se dio cuenta de que determinadas personalidades y emociones se asociaban a la aparición de trastornos.

Por su trabajo, descubrió que determinadas flores silvestres, de arbustos y árboles, ayudan a tratar eficazmente estos desarreglos anímicos o defectos de la personalidad que impiden la autorrealización.

En una etapa posterior de su vida, en la que se retiró a la naturaleza e investigó con flores, ahonda más profundamente en la comprensión de la naturaleza humana, concluyendo que toda enfermedad es el resultado de una desarmonía entre el cuerpo y el alma, entre el yo espiritual y el yo terrenal. Es decir, que ciertas emociones de la personalidad (miedo, ira, odio, inseguridad, etcétera) impiden que las motivaciones más profundas (lo que más se anhela hacer en la vida) de cada ser humano se expresen, desencadenando la enfermedad.

A diferencia de otros remedios conseguidos del reino vegetal, las esencias florales no contienen en su composición ningún elemento químico, y por tanto carecen de toxicidad, haciéndolas accesibles a personas de cualquier edad y situación, incluyendo a bebés y mujeres embarazadas. Su acción se debe a la energía vital concentrada que conservan, específica de cada esencia y que se corresponde con el estado mental o emocional que se presenta en desequilibrio en el momento de la consulta.

El llamado "patrón energético vital" de cada flor hace posible la recuperación del equilibrio de la emoción o estado mental trastornado, de una forma similar a como se lleva a cabo la afinación de un instrumento musical. Al provocarse ese reequilibrio, acaba la manifestación displacentera y el síntoma físico asociado con ella.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) en 1973 reconoció la efectividad de la terapia floral del Dr. Bach, recomendando su uso. Y hoy en día en diferentes escuelas formamos a terapeutas en esta técnica, las Flores de Bach, ayudando a difundir sus beneficios comprobados. TM

Más información en www.altbenestar.com

MATRÍCULA ABIERTA
¡Reserva tu plaza YA!!

Alt Benestar
Escuela de Formación Profesional
en Quiromasaje y Terapias Naturales

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, Técnicas Avanzadas, Masaje Deportivo, Acupuntura, Drenaje Linfático, Reflexología, R.M.A., Shiatsu, Tuina, Masaje Metamórfico, Reiki, Flores de Bach, Cristaloterapia, Aromaterapia Egipcia, 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 LA ESCOLIOSIS

Todos los tipos de ejercicios están recomendados ya que las flexiones y extensiones estiran los músculos y ligamentos que soportan las vértebras



Siri Tapa

Formadora de profesores
Gobinde

Las escoliosis son desviaciones laterales de las vértebras de la columna. A nivel dorsal suelen ir acompañadas de un aumento de la cifosis dorsal (chepa). Las hay de origen genético, más graves porque suelen implicar un desplazamiento de órganos. Y otra de las causas más comunes es el mantenimiento de malas posturas durante años.

El yoga consigue evitar el incremento de la angulación y suele hacer desaparecer completamente el dolor que originan. Esto ocurre porque aumenta el tono muscular de la musculatura de la espalda, tanto de los grandes músculos como de la pequeña muscu-

latura paravertebral responsables del mantenimiento de la estática de la columna.

Todos los tipos de asanas (ejercicios) están recomendados ya que las flexiones y las extensiones estiran los músculos y los ligamentos que soportan las vértebras. Por otro lado, las flexiones laterales compensarán las angulaciones patológicas de las vértebras y las posturas de torsión estimulan la musculatura paravertebral. Normalmente se consiguen mayores resultados combinando todos los tipos de asanas en cada sesión de yoga.

Lo que es importante en la práctica es sostener durante más tiempo las posturas que nos ayudan a tra-

bajar directamente sobre nuestra escoliosis, aunque siempre se trabajan ambas partes. Por ejemplo, en Chakravakasana (postura de gato-vaca), que es ideal para flexibilizar la columna, podemos hacer levantamiento alterno de miembros, pero manteniendo más la extensión del miembro inferior derecho para una escoliosis lumbar izquierda, o el miembro superior derecho para una escoliosis dorsal izquierda.

Otro ejemplo sería la flexión lateral y mantendríamos más tiempo la inclinación hacia la derecha si la escoliosis dorsal es hacia la derecha, ésta es la más típica ya que los diestros solemos tener más escoliosis postural hacia la derecha, por apoyarnos sobre el brazo izquierdo desde pequeños y dejar nuestra mano más útil libre, además de que todos somos más propensos ya de por sí por la colocación a la izquierda del corazón.

Normalmente cuando existe escoliosis dorsal se compensa con otra lumbar hacia el sentido contrario para poder mantener la verticalidad del conjunto de la columna. Y esto se podría trabajar con el mismo ejemplo anterior en Chakravakasana, realizando un movimiento combinado de extensión del miembro inferior derecho y elevación del miembro superior izquierdo (escoliosis dorsal derecha y lumbar izquierda), y luego un movimiento de extensión del miembro inferior izquierdo y elevación del miembro superior derecho (escoliosis dorsal izquierda y lumbar derecha).

Otros trabajos serían el fortalecimiento del abdomen o del psoas...

Lo genial es que el yoga te lo va a brindar todo en cada clase y, además de poder olvidarte de molestias de espalda, te ofrecerá algunas buenas sorpresas que harán que el esfuerzo se convierta en una gozosa y divertida vivencia.

Consulta con tu profesor o ven a vernos. Pide cita si te interesa practicar con nosotros o nuestras formaciones, te atenderemos personalmente. 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

Pinel Salvador Abril 31 VALENCIA
96 325 06 79 - 637702152 www.gobinde.com

UN GRAN ENCUENTRO

Satisfacción por el brillo alcanzado en el Simposio Internacional de Alta Capacitación Bach por Bach



Los integrantes del Grupo Synthesis en el comienzo de sus exposiciones.

dos jornadas intensas vivieron los asistentes al Simposio Internacional de Alta Capacitación Bach por Bach, que se realizó en el hotel Solvasa, en Valencia, el 23 y 24 del mes pasado, con la destacada presencia del Grupo Synthesis, integrado por Luis Jiménez, Lluís Juan Bautista y Eduardo Grecco.

El evento, organizado por TÚ MISMO, comenzó con las palabras de bienvenida, en primer término, de Rafi Tur, presidenta de la Asociación Española de Terapias Naturales y No Convencionales (APTNC -Cofenat), y Marina Pérez Nadal, responsable de Formación Técnica, del Programa Internacional de Educación Bach España de Laboratorios Diafarm, em-

presa patrocinadora del simposio.

Seguidamente, abrió la serie de exposiciones el panel conformado por los tres miembros de Synthesis, que anticiparon a modo de introducción, lo que a posteriori desarrollaría cada uno de ellos.

Lluís Juan Bautista fue el primero, en tal sentido, que reseñó la figura de Mary Tabor, en calidad de "colaboradora desconocida del equipo del doctor Bach y continuadora de la parte de su obra menos considerada".

A su turno, Luis Jiménez abordó el tema vinculado a "La dimensión alquímica de la obra de Bach y la aplicación de la filosofía hermética con remedios florales".

Por último, en la segunda jornada, Eduardo Grecco habló de "La dimensión gnóstica de Bach", como

también del arte terapéutico y prescriptivo floral.

En el cierre, y en emotiva ceremonia, con la luz de la vela que presidió la gran reunión en todo momento a modo de antorcha que ilumina el camino de quienes se reconocen en un ciclo de desarrollo de conciencia, cada participante recibió el certificado acreditativo de su participación de manos de los integrantes de Synthesis.

El editor de TÚ MISMO, Aurelio Álvarez Cortez, agradeció una vez más el apoyo de todos quienes hicieron posible este encuentro trascendente en el campo de la terapia floral en Valencia, a su equipo de colaboradores, y auguró que el éxito obtenido en la realización del simposio tendrá en el futuro una próxima y renovada edición. TM



Eduardo Grecco, Lluís Juan Bautista, Luis Jiménez y Rafi Tur, en torno a la vitrina donde se expusieron libros, documentos y set de flores que forman parte de la historia de Edward Bach.



Los participantes pudieron visitar mesas con material presentado por Laboratorios Diafarm, Cofenat y Matilda -tienda especializada en esencias florales-, así como libros de los miembros de Synthesis.



Gobinde

Escuela de Vida Yóguica

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

OTRO PASO EN LAS ESENCIAS

Cómo se desarrollaron las Flores de Saint Germain. Nos lo cuenta su creadora, la brasileña Neide Margonari, que estuvo en Valencia. Del arte y el diseño al mundo de la espiritualidad, con unos cambios que hicieron posible un trabajo que continúa en el presente y se proyecta al futuro



“La sanación física es consecuencia de la armonización de nuestro campo interior”, afirma Neide.

Aurelio Álvarez Cortez

-Empecemos por el origen de estas flores. ¿Cómo las concibió, Neide?

-Antes de las flores, yo ejercía como diseñadora y arquitecta, con trabajos editados en periódicos especializados en Brasil. Como artista plástica recibí el primer premio de la Academia Internacional de Arte Moderno de Roma, el Trofeo Internazionale “Medusa Aurea”, cuando la crítica percibió la existencia de la metafísica en mis obras, exactamente en el campo en que actúo ahora, en el campo sutil. En 1990 hubo grandes cambios en mi vida. Todo comenzó cuando tomé el primer floral en mi vida, Impatiens, del doctor Edward Bach. Recuerdo que aquella noche tuve un sueño en el que me veía trabajando con las flores, como sintonizadora y manipulando esencias florales, en un laboratorio. Muy animada, me encontraba delante de un gran tubo de ensayo en el que se leía el nombre “Clematis”.

-Concretamente, ¿qué significó para usted ese cambio?

-Los libros “El puente a la libertad” y, principalmente, “El libro de oro” de Saint Germain fueron, y aún son, mi guía. Para llegar a las flores tuve la necesidad de hacer una purificación de los cuerpos sutiles. La sanación en el físico es solamente la consecuencia

de la armonización de nuestro campo interior. Cuando sanamos estos campos suprafísicos, de la rabia, el odio, los resentimientos, etcétera, el cuerpo físico también es curado. Con mucha disciplina, en aquel tiempo empecé a practicar tres meditaciones diarias. Cambió mi alimentación y hasta hoy no como pescado, ni pollo ni carne. Después de dos años y medio así, empecé a sintonizar las flores naturalmente.

-¿Con qué esencia inició su trabajo?

-La primera esencia floral fue Unitatum, fundamental para mi trabajo. Tuvo que pasar algún tiempo hasta que supe por qué empecé con ella, indicada para las personas que han sufrido rechazo: yo fui la cuarta hija de un matrimonio que esperaba un hijo varón..., y quiero dejar claro que tuve una muy buena madre. Bien, a partir de esa esencia luego vinieron las demás, siempre a través de una sintonización entre los devas (ángeles) de las flores y yo.

-Suponemos que cada flor tendrá una historia detrás, seguramente...

-Estas esencias tienen una historia muy distinta de las que han tenido otras. Por ejemplo, como las plantas experimentan períodos distintos en el año, me vino por intuición que las especies llamadas Varus y Piper estaban ya florecidas en Ubatuba, una ciudad

del litoral norte de San Pablo (Brasil), donde tengo una casa de veraneo, junto a la Mata Atlántica. Y hacia allá fui. Para la gente que no conoce, digamos que Varus es excelente para problemas de columna y Piper, para personas rígidas que sufren de hernia de disco. Por aquella época estaba cayendo una lluvia intensa, condición excelente para el desarrollo de las plantas. Muy bien, yo estaba subiendo un morro (sierra) para buscarlas, cuando veo unas flores blancas en un árbol. En ese instante sentí como un llamado para trabajar con ellas, pero no las cogí y las dejé, sin hacer nada más que observarlas. Pero más adelante, vi la misma planta de flores blancas y pensé que las recogería el fin de semana siguiente.

Luego me dirigí a visitar a mi hermana a su casa y me comentó que algo extraño había acontecido esa mañana. Había escuchado un sonido atronador frente a su casa, por lo cual salió apresurada para ver qué había ocurrido, pero no encontró nada. De inmediato oyó otro ruido similar en su jardín, entonces descubrió una planta con flores blancas que nunca había visto en tal sitio. Eran las mismas que yo había hallado en el morro.

-¿Y entonces?

-Después de dos días, cuando ya había sintonizado

Quién es

Neide Margonari nació en Brasil, actuó activamente en el área de arquitectura y diseño con trabajos editados en revistas especializadas. Es reconocida también en el área de artes plásticas como pintora y escultora, desarrollando un lenguaje artístico de contenido metafísico. Expuso sus obras de arte en su país y otros, como Portugal, Italia, Mónaco, Japón, China, Suecia y Hungría, recibiendo varios premios internacionales.

Agosto de 1990 marca el inicio de profundas transformaciones en su vida. Después de haber pasado por experiencias de orden espiritual, y en el inicio de la búsqueda de respuestas a lo que estaba sucediendo, hizo contacto con la terapia floral, donde se descubrió investigadora-sintonizadora de esencias florales. Inspirada en la obra del doctor Edward Bach, dedica su vida al desarrollo de las Flores de Saint Germain. Recientemente ha estado en Valencia, invitada por la terapeuta Raquel Cabo, en el marco del Congreso de Terapias Manuales de la Escuela Quirosoma, que dirige Toni Bustos.

con esa flor y estaba haciendo la matriz de la esencia, mi hermana me preguntó: "¿Sabes qué día es hoy?". Respondí: "Sí, el Día del Trabajo..." (sonríe). Entonces, como me respeta mucho, me dijo: "¿No te acuerdas que hoy se conmemora la ascensión del maestro Saint Germain?". Y así llamé a esta esencia, indicada para casos de depresión.

-¿Cuáles son las virtudes de estas esencias que ha creado?

-Las Flores de Saint Germain actúan en el campo de la conciencia. Este sistema, que es el único que trabaja con las energías de los doce rayos divinos, mientras que el resto lo hace con la personalidad, opera en el campo de la espiritualidad, que no tiene nada que ver con religión. La humanidad se desvinculó de la espiritualidad cuando se hundió en la materia; la conciencia también cayó. Estos florales se ocupan de elevar la conciencia para que podamos volver a la casa paterna celestial. Así como Jung hizo hincapié en el inconsciente, ahora damos un paso más, en el autoconocimiento, elevando el conocimiento individual al espiritual superior.

-¿Podría explicar qué sienten las personas que las toman?

-Con estas flores no hay catarsis. Las personas que las toman, frecuentemente en un par de días ya se encuentran bien, pero tienen que ingerir todo el bote. Cada una de las flores (en total 84) trabaja una virtud específica. Por ejemplo, el floral Saint Germain, a través del rayo violeta, elimina lo que es oculto, pesado, difícil, lo imposible de ser realizado, no tiene barreras, recalifica, y con el rayo dorado trae el conocimiento que se precisa de la fe para pedir misericordia, como también el afecto para amarse a sí mismo.

-¿Se complementan con otros sistemas?

-Las Flores de Saint Germain no se pueden mezclar con otros sistemas. Si se necesita usar otro sistema, recomiendo terminar con éste y empezar con el de Saint Germain, alternadamente. Nunca hay que reunir dos sistemas florales en un bote único y los que utilizan este sistema floral no deben forzosamente cambiar su alimentación o practicar meditación. Yo sí, aún sigo con el mismo ritmo de vida desde el inicio de mi jornada junto con las flores.

-Precisamente, ¿cómo es un día de su vida?

-Vivo en mi casa, en la ciudad de San Bernardo del Campo, muy cerca de la ciudad de San Pablo. Al sur se encuentra la Mata Atlántica, muy cerca de las pla-

yas paulistas. Diariamente estudio inglés y tuve que suspender el aprendizaje del italiano, y es que cada quince días viajo para enseñar el sistema en otros estados de Brasil y en otros países también, como Italia y Bélgica, donde me requieren mucho últimamente. Tengo un laboratorio donde se producen las esencias florales y escribo los libros que voy publicando. Hay ya cuatro editados, tres en español, y hago revisiones y complementaciones de ellos que pronto saldrán al mercado, en las que presentaré cinco nuevas esencias. Mi hija Talita es una estrecha colaboradora, en particular con los cursos que doy.

-Hay una fórmula que últimamente suscita gran interés entre quienes adhieren a su sistema. ¿Cuál es?

-En muchos países, como Estados Unidos, México, Portugal, Chile, Argentina, Uruguay, también en España, pero principalmente en Brasil, están utilizando un floral llamado Leucantha. Reconstruye el arquetipo de la *Gran Madre Interna* y es para los que no hicieron la conexión energética madre-hijo. Cuando una mujer descubre que está embarazada puede pensar: "Ay, yo no quería este hijo ahora", y de inmediato cambiar de opinión: "Bueno, ahora yo lo quiero". Ese primer registro energético, de rechazo, determina si ese ser recién engendrado será feliz en la vida o si se desalinea. Y es que cuando se produce ese rechazo hay un corte del cordón (eslabón) energético entre la madre e su hijo. Resulta ser el primer registro energético que determina si la persona en el futuro se sentirá rechazada o no conseguirá descubrir su vocación, sus habilidades o talentos. Son niños que lloran mucho, individuos rebeldes e inseguros. También es muy bueno para los que no perdonan. Este floral trabaja además en los casos de agitación, depresión, tristeza, soledad...

-En estos tiempos de grandes transformaciones la depresión es un tema que requiere atención. ¿Qué aconseja para afrontarla?

-Tres esencias que se combinan muy bien. La primera, Saint Germain, que actúa en la depresión profunda, en personas que perdieron la fe y que se sienten envueltas en una oscuridad interna. Este floral trae la persona a la luz. La segunda, Geranio, que trae la persona al aquí y ahora, al presente. Y la tercera, Bom Día, para quienes tienen dificultad en salir de la cama por la mañana.

En casos de pánico, Allium, Incensum, Arnica Silvestre, Goiaba, Focum, Panicum, Goiaba, Pinheiro Libertação, Saint Germain, Myrtus. TM



CURSO DE FORMACIÓN de EDUCADORES DE MASAJE INFANTIL

12-13 y 19-20 de febrero de 2011 en Valencia

Curso dirigido a profesionales de la salud, de la educación, del masaje, servicios sociales, psicólogos y en general, a todas aquellas personas que estén relacionadas con el mundo de la infancia. Para todos ellos el masaje puede ser una valiosa herramienta de trabajo.

CERTIFICADO DE EDUCADOR DE MASAJE INFANTIL DE LA ASOCIACIÓN INTERNACIONAL DE MASAJE INFANTIL (IAIM)

Curso de 60 horas que comprende parte teórica y práctica. (32 horas presenciales) Único curso en Valencia en el año 2011

Formadora: Ana Fernández Formadora reconocida por la Asociación Internacional de Masaje Infantil (IAIM) y educadora de Masaje Infantil de AEMI	Organizador / persona de contacto: Pascale Delaunay Educadora de masaje infantil de AEMI pdelanay@masajeinfantil.es móvil: 629 435 811 tel: 961 322 536
--	---

Masaje Infantil, porque la piel es el primer lenguaje.

www.masajeinfantil.es

Asociación de Niños de la Luz. Reg.Nº. 1.123.446 Reg. Dist. Benicarló Social e 102524



EN NOVIEMBRE VUELVEN LOS JUEGOS TAQUION

Del 20 al 28 en Madrid

DINÁMICAS LÚDICAS DE CRECIMIENTO PERSONAL BASADAS EN PNL - PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA

LAS CLAVES Y SECRETOS PARA UN CAMBIO EFECTIVO

¿Caes siempre en los mismos errores? ¿Repites tus conductas aferrándote a ellas y no obtienes los resultados esperados? ¿Sientes que no avanzas con lo que hoy sabes?

Taquion propone aprender a hacer las cosas de otra manera, creando nuevas redes neuronales, con dinámicas de fácil aprendizaje, que nos proponen hacer modificaciones de conductas limitantes, incorporar nuevas competencias y enriquecer nuestros recursos personales.

ÁREAS DE APLICACIÓN DE LOS JUEGOS: Contextos terapéuticos. Salud. Coaching. Coaching con PNL. Ventas. Capacitación empresarial. Trabajo educativo y social. Nivel personal. Facilitando los juegos con grupos en seminarios y talleres.

Informes e Inscripción: **TAQUION ESPAÑA** ypqntaquion@gmail.com Tlf. 915 091 712

EL PASO DEFINITIVO A LA VIDA

Inmortalidad física. Parte I

Pilar Ivorra
Renacedora



Para hablar de inmortalidad, de lo primero que tenemos que hablar es de la muerte. Esta es la principal razón por la que hay tan poca gente que trabaje la inmortalidad, porque hablar de la muerte nos asusta. Sin embargo, paradójicamente, vivir y trabajar para la inmortalidad física nos aportaría precisamente todo aquello que necesitamos para dejar de temer a la muerte. Se nos inculca desde muy temprana edad que algún día vamos a morir, a envejecer, a degenerar física y/o psíquicamente. No es un futuro muy alentador.

Vivimos inmersos en pensamientos más o menos así: la muerte es inevitable, todo tiene remedio menos la muerte, es ley de vida, desde que nacemos caminamos hacia la muerte, algún día todos vamos a morir.

Pero... ¿y si hubiera otra posibilidad?

Imaginemos que el cuerpo humano tuviera la capacidad de regenerarse completamente (y así es) y, en vez de la degeneración celular pudiéramos creer en la regeneración celular.

Cómo sería vivir sin el riesgo de padecer cualquier enfermedad asociada a la edad, tanto física, movilidad limitada, artritis, descalcificación, pérdida de vista, oído, etcétera, como mental, demencia senil, alzheimer, parkinson... y muchas más que todos conocemos sobradamente.

Mucho más allá...

Hoy la ciencia ya ofrece algunas posibles soluciones al envejecimiento a través del estudio de los radicales libres, ciertas encimas, etcétera. Sin embargo, sólo se trataría de alargar la vida y el aspecto juvenil, no de

verdadera inmortalidad.

La inmortalidad física va mucho más allá. Se trata de gestionar la propia muerte, de decidir sobre ella, de vencerla. Vencer a la muerte no es un tema sólo de química o física. Es principalmente un tema de compromiso con la vida. Existen muchos inmortales en el mundo, ya la Biblia habla de algunos de ellos, como Matusalén, que vivió más de 900 años. Pamplinas, pensamos, pero hay mucho más.

Ficción y realidad

En India, por ejemplo, muchos maestros yoghis alcanzan la inmortalidad, el estado del Ser en el cual la propia persona decide cuándo y de qué manera quiere desencarnar, esa es la verdadera inmortalidad. Algunos lo hacen con más de 300 y 400 años, alcanzando la capacidad de materializar y desmaterializar su cuerpo físico donde y como quieren, la bilocación (estar en dos o más sitios a la vez), etcétera. Parece ciencia ficción, pero no olvidemos que la realidad siempre supera a la ficción.

Todos venimos con una misión que cumplir en esta encarnación, y un ser inmortal no abandona su envoltura física hasta que no ha cumplido su compromiso. Mantiene en forma su cuerpo físico mientras le es de utilidad y la abandona cuando así lo decide, en plenas facultades físicas y mentales.

El cambio de paradigma es posible. Muchos ya trabajamos nuestra inmortalidad física. Podemos conseguirlo a través de la respiración, de cambios en nuestros hábitos, de cambios en nuestro sistema de creencias es posible alcanzar un "estatus de inmortalidad", es decir, un cuerpo sano,

vital, joven, y una mente abierta, sana y feliz.

Os diré cómo empecé yo. Simplemente añadiendo un signo de interrogación a una verdad para mí indiscutible hasta entonces: ¿la muerte es inevitable?

¡Os animo a que tod@s hagáis el experimento! TM

Aprende Chi Kung
Lunes y miércoles: de 18.00 a 19.15
de 19.15 a 20.30
(dos grupos)
Info 656 950 199

BELA DEL OLMO PILAR IVORRA
Monográficos de fin de semana
Constelaciones Familiares
Formación de terapeutas
Trabajos de Consciencia
Grupos de Femenidad
Trabajos con la Voz
Terapia individual
Viajes sagrados
Acupuntura
Masaje Shiatsu
Sanación por Arquetipos
Canalizaciones a través del Tarot
Kundalini-Yoga y respiración consciente
Consulta de biorresonancia con Quantum SCIO
CENTRO MAGMA
C/ HONORATO JUAN, 18, 1ª
46007 VALENCIA
www.centromagma.es • pilarivorra@gmail.com
Tel. 622 270 210 - 963 812 208 extensión 1

Inciensos de la India, Velas
Minerales, Bisutería,
Decoración, Regalos,
Cuentos
Azabache
Distribuye:
piedras y minerales
962 679 506 - info@azabachepm.com
Aloe Vera, Rosa Mosqueta,
Feng Shui, Rosa de Jericó,
Antroposofía, Biorresonancia...

AMOR A LA MADRE TIERRA

natura

*Una historia
que conduce a
la citricultura
ecológica
y biodinámica*

**Demetrio José
Moragues Morcillo**
Naturópata,
agricultor ecológico
biodinámico



No hay nada mejor que nacer y crecer en el seno de una familia agricultora para aprender desde pequeño el amor y el respeto hacia la Madre Tierra, y cómo se puede vivir de ese trabajo dignamente.

Así empieza una historia, la mía, en la ribera del Júcar. Mi padre me decía el nombre por el cual se conocen a las hierbas que brotan espontáneamente en ese suelo, y también contaba algún eventual uso, según las antiguas creencias de la gente hortelana.

Tanta información despertó el

interés por el conocimiento más profundo de aquellos vegetales, de modo tal que sumada una lógica curiosidad, y pasados algunos años, todo ello derivó en la decisión de formarme como naturópata.

Alimentación

Conocer las plantas medicinales y sus usos a través de esta profesión que acaba por ser parte fundamental de la propia vida, conduce inevitablemente hacia la alimentación: en mi opinión, el pilar principal para gozar de una buena salud.

Vendrían luego los estudios de

formación como oligoterapeuta, de asesor en nutrición deportiva y un diploma universitario en alimentación natural y complementos herbodietéticos.

Sin olvidar de donde vengo, el pensamiento se debate un poco entre mi manera de entender la vida y mi manera de cultivar la tierra, así que decido inscribirme en el Consejo Regulador de la Agricultura Ecológica (CRAE) y empezar con el cultivo ecológico de campos de naranjas.

No pasaría mucho tiempo para descubrir la biodinámica, un modo de cultivar que va más allá de lo ecológico, una agricultura consciente que intenta devol-

ver a la tierra su memoria fértil, además de sanarla, y que nos conecta con el entorno, lo sutil y pequeño, pero no por ello menos importante.

Diálogo sin palabras

A veces es difícil de entender y sólo me dejo llevar por las sensaciones que percibo cuando trabajo en el campo... Todo fluye como un diálogo sin palabras.

Es muy bello poder escuchar a la Madre Tierra; si estás atento la naturaleza te enseña lo que le está yendo bien o mal con tus in-

tervenciones.

Respetar estos biorritmos y llegar a comprenderlos es un trabajo de años que se ve recompensado con las cosechas ya que los alimentos cultivados de este modo, además de aportar nutrientes que son necesarios para el cuerpo, dan vitalidad y energía.

Esto no se mide en UI (unidades internacionales) o gramos, esto se nota con alimentos vivos que nuestro cuerpo identifica como verdaderos y los acepta. Además de transportar esas vitaminas, minerales, antioxidantes, etcétera, transmite la vitalidad conse-

guida del equilibrio entre lo etérico y terrenal, llevándonos salud a cada rincón de nuestro ser.

En esta andadura seguiré aprendiendo de la naturaleza que me rodea y de los compañeros que comparten conmigo sus experiencias en el campo, para ofrecer un alimento sano y con un aporte de nutrientes de calidad.

De este modo cierra un ciclo que lleva mucho tiempo rondando en mi cabeza y que forma parte de una historia que he querido brevemente compartir con vosotros. ¡Salud a todos! TM

La millor TARONJA ECOLÓGICA I BIODINÀMICA certificada
directament del llaurador al consumidor

De l'horta a la teua porta en 24 hores

CAIXA DE 15 KG A 99 €

Telefon de comandes:
Demetrio 685 104 822 - M^a José 685 047 101

ENCUENTROS DE CRECIMIENTO PERSONAL

VIAJANDO HACIA LA CONCIENCIA DEL MOMENTO PRESENTE

MARCEL PIERLET (GURUBIR SINGH)

T
E
M
A
R
I
O

4, 11 Y 18 DE NOVIEMBRE DE 2011
MÓDULO II: LA MADRE TIERRA.
• APROXIMACIÓN A BODHIDHAMA.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO FÍSICO.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO SUBTIL.
• APROXIMACIÓN A LA VIDA DEL HOMBRE.
• APROXIMACIÓN AL MUNDO.
• CON LA CONCIENCIA.

3, 4 Y 5 DE DICIEMBRE DE 2011
MÓDULO II: APROXIMACIÓN AL CUERPO.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO FÍSICO.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO SUBTIL.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO ETÉRICO.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO CAUSAL.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO ACÁSMICO.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO DE LA VIDA.

14, 15 Y 16 DE FEBRERO DE 2011
MÓDULO II: APROXIMACIÓN AL CUERPO.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO FÍSICO.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO SUBTIL.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO ETÉRICO.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO CAUSAL.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO ACÁSMICO.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO DE LA VIDA.

4, 11 Y 18 DE FEBRERO DE 2011
MÓDULO II: LA MADRE TIERRA.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO FÍSICO.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO SUBTIL.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO ETÉRICO.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO CAUSAL.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO ACÁSMICO.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO DE LA VIDA.

4, 11 Y 18 DE MARZO DE 2011
MÓDULO II: LA MADRE TIERRA.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO FÍSICO.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO SUBTIL.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO ETÉRICO.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO CAUSAL.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO ACÁSMICO.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO DE LA VIDA.

11, 18 Y 25 DE ABRIL DE 2011
MÓDULO II: APROXIMACIÓN AL CUERPO.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO FÍSICO.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO SUBTIL.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO ETÉRICO.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO CAUSAL.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO ACÁSMICO.
• APROXIMACIÓN AL CUERPO DE LA VIDA.

LUGAR: JARDÍN DE MAR • GILET

INFORMACIÓN Y RESERVAS,
678 172 829 - GURUBIR.SINGH@HOTMAIL.COM

UN AÑO DE SÍNTESIS Y SIMPLICIDAD

con-ciencia

El 2010,
 $2 + 0 + 1 + 0 = 3$

Carmen Haut
Cabalista

El 3 es un número que indica síntesis, sencillez y lógica. Integración, calidad de vida e ideas constructivas. Este es acompañado por los otros dos números de su familia en el Árbol de la Vida, como ya vimos en la entrega cuarta de estos artículos. Son el 12 y el 21.

El 12 está marcando el paro mundial al que nos enfrentamos, y el 21 son los problemas de territorio que están sufriendo las naciones.

Estos tres números están vibrando mundialmente para todos y este artículo está enfocado a aportar un poco de luz con el fin de que todos entendamos el sentido de los hechos que están sucediendo a lo largo del año.

El 3 **La Emperatriz**, representa la integridad, hermandad y unificación, que es la llamada interna que todos tenemos hacia nuestros semejantes, pero lo que acontece en el año que presenciarnos es el resultado de un enfoque muy distinto a lo que se entiende por esto; se ha producido un colapso de culturas, ideas y mezclas en todos los sectores, difícil ya de separar.

Esto afecta a cosas cotidianas como la alimentación, la educación, la identidad, etcétera. Las culturas se mezclan en un mundo donde todo es permitido, sin importar la destrucción de "la materia prima".

La esencia de las raíces se desvanece entre excesos de creatividad. Creamos mucho y malo. Comemos productos adulterados, los profesores tienen dificultad para impartir la materia que tenían programada para un año escolar debido a la entrada masiva de alumnos con un nivel de estudios diferente al que corresponde en cada país y cultura. Los productos de importación se mueven de una manera colosal, las producciones se desarrollan de forma desmedida en un intento de recolectar unos beneficios particulares pero nada humanos. La capacidad que el ser humano tiene para crear sin descanso se salta las leyes naturales; hasta la tierra fértil necesita un año de reposo cada siete, para remineralizarse de nuevo. Tanto producto a la venta satura la mente

de las personas y sus hogares. Nuestras casas están llenas de cables, aparatos, utensilios inútiles que estorban nuestro espacio, al igual que una saturación de ideas estorba para tener claridad mental y poder ser uno mismo. Hemos confundido vivir con gastar, sentir con expresar, amor con tolerar. Hemos mezclado tantas cosas que se ha perdido el verdadero enfoque de los conceptos y las ideas.

El 3 está mostrando su cara más hostil, llevando a muchos hacia una locura colectiva, sin capacidad para pensar con claridad entre tanto ruido de fondo. El parloteo mental es generado por un intento de querer comprender la diversidad de conceptos que hoy se exponen a nivel mundial; es parecido, comparándolo a pequeña escala, a la cantidad de asignaturas que un niño debe estudiar, añadiéndole además la educación familiar, cooperación en el hogar, su tiempo de ocio, relaciones, cuidado de la salud, alimentación, etcétera. La mente se colapsa y entra en rebeldía, que es lo que está sucediendo hoy en día con nuestros adolescentes.

¿Qué hacer? Tener una mente clara, sencilla, para poder salir de todo este laberinto donde miles de puertas se abren al paso, invitándonos a desorientarnos de nuestra verdadera intención. ¿Cómo cerrar todas las ventanas de archivos que hemos abierto en nuestra mente dejándonos llevar por una curiosidad desmedida tal como hacemos a través de Internet? Debemos preguntarnos: ¿Qué es para mí una vida plena, sencilla, qué es lo que verdaderamente necesito para ser feliz? ¿Qué es para mí esencial?

La síntesis da rapidez, enfoque, ligereza, e impide la dispersión. Grábate en tu cabeza pocas cosas y buenas y seguro que triunfas. La síntesis requiere calidad, tener calidad de ideas es esencial. Una mente sencilla es poderosa, es como un perfume concentrado que con pocas gotas basta para llenar tu vida de placer, y recordártelo permanentemente.

El 12 **El Colgado**, se encuentra suspendido de actos, e incluso lleva sus manos atadas como recordatorio de "no hacer", no seguir produciendo es inteligente en este año. Las cosechas se echan a perder, es un tiempo de "barbecho";

necesitamos recogernos, descansar y recuperar fuerzas y la individualidad de nuestros pensamientos para volver a ser nosotros mismos. ¿Pero qué es ser nosotros mismos? SER, actuar de acuerdo a tu sentir sin importar lo que piensa el colectivo. Ningún pensamiento puede perjudicar a nadie si la persona a recuperado la conciencia de quien es, la conexión con su Ser, con su esencia. El Ser de cada uno siempre actúa hacia un beneficio colectivo.

El paro global indica una paralización mundial. Mientras la Tierra se mueve, debemos pararnos, dejar de hacer lo que estamos haciendo para hacer algo más provechoso para la humanidad. Toda la gente que ha suspendido su trabajo, ya sea de manera voluntaria o impuesta, sirve para hacer algo mejor y ha llegado la hora. Sacar recursos para vivir es mucho más sencillo, ser autosuficiente e independiente requiere hacer lo que te dicta tu ser. Así... nunca te faltará, nunca te sobrará, el sobrante se regala o se desperdicia.

Se han inventado oficios que son innecesarios para vivir y sin embargo se están olvidando otros que siempre dieron dinero e independencia. La independencia ayuda a conservar las cosas más nobles; si no eres autosuficiente puedes ser manipulado.

"No hacer" ayuda a pensar de una manera diferente, se observan otros puntos de vista desde la quietud, y se deja actuar a las corrientes divinas cuando todo va mal. Ellas corrigen. "El paro" es un buen amigo, se necesitan descansos mentales para cambiar la dirección de las cosas cuando "no tienen sentido", cuando no se siente lo que se hace, o el sacrificio no tiene recompensa. ¿Qué cosecha dará lo que estamos sembrando?

¿Qué hacer? Para, no hagas por hacer y regálale un año sabático, "de barbecho", para disfrutar de los detalles pequeños. Invierte el proceso, y piensa que estás de vacaciones recuperando las fuerzas y tus sentidos para hacer lo que toca, corrige la si-

tuación para que realmente disfrutes. Lo que te gusta, debes concretarlo y definirlo con claridad antes de ponerte en marcha de nuevo, de lo contrario volverás a las andadas. Cuestionate si lo que haces, lo realizas desde la paz y el disfrute o desde la presión o el autocastigo.

El 21 **El Mundo**, representa el territorio, no ha dejado de estremecerse desde primeros de año, la Tierra se mueve y nos obliga a valorar la importancia de sentirnos ubicados donde quiera que estemos. Hagamos una buena siembra, la labor que desempeñamos es importante para nuestro sistema. La realización del ser humano es dar lo mejor de sí, su esencia. Su semilla ha de dar un hermoso árbol que dé frutos para todos. En este año muchas personas han perdido sus casas, negocios, seres queridos, entre catástrofes naturales, pero ellos ya han comprendido que la vida es quietud y disfrute, paz en el alma. Vivir aquí

y ahora. Estas carencias nos enseñan a vivir de una manera sencilla, fácil, y a valorar más lo que se tiene y lo que se hace. Se desarrolla una creatividad más beneficiosa, más genuina y en sincronía con el ser y se tiene más tiempo de ocio.

¿Qué hacer? Deshazte de cosas superfluas o ataduras que no necesitas, aunque tengas poca materia, ten poco y bueno. Utensilios creados con materia prima. Utiliza tus pocos recursos en cosas de valor ecológico y la Madre te lo agradecerá. Aprovecha tus vacíos y carencias para llenarlos de cosa y vivencias nobles. Descubre tu don y aprende a intercambiarlo por lo que te falta. Vive agradecido por lo que tienes y por lo que no, y verás llegar tiempos mejores donde comprenderás tu espera. TM

Estos artículos pertenecen (reservados sus derechos de autor) al desarrollo del curso "Interpretación del Árbol de la Vida" de su autora, Carmen Haut

MÉTODO HAUT CLASES DE KÁBALA

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

CURSO DE
INTERPRETACIÓN
DE SUEÑOS
12 de noviembre,
a las 17.

CARMEN HAUT
18 AÑOS DE
INVESTIGACIÓN

INFORMACIÓN 670 20 59 85

MASAJE BALINÉS

*Totalmente
sensitivo,
su riqueza es
incalculable a
nivel preventivo,
curativo y
rejuvenecedor*

Ángel Martínez Sorlí
Profesora de la
Escuela Quirosoma



aire, tierra, fuego, agua y éter son los 5 elementos establecidos en el cuerpo humano por cuya descompensación se origina el malestar o la enfermedad. Si dibujamos los puntos por los cuales podemos regular los canales de energía vemos cómo coinciden con puntos establecidos en disciplinas provenientes de otras culturas, como la Medicina Tradicional China.

Más de mil quinientas islas forman Indonesia, donde antiguamente en Java (capital) estaba la realeza y se utilizaba el masaje con fines estéticos, no como en la isla vecina, Bali, donde los curanderos y chamanes lo aplicaban en gentes pertenecientes a la clase baja que no se podían permitir un médico, con fines preventivos y curativos.

Bali significa "isla de los dioses", donde la belleza es una forma de adorar a los dioses. El masaje balinés se

creó en este país cuya historia es la de un sitio donde se cruzan rutas entre China, India, Tailandia, etcétera, y su riqueza a nivel preventivo, curativo y rejuvenecedor es incalculable. Masaje totalmente sensitivo en el cual se mezclan los cinco sentidos, tiene además sus contraindicaciones y precauciones mínimas a tener en cuenta, y en él se utilizan la frotación, percusión, estimamiento, amasamiento, tracción y presión de puntos.

Un masaje dura más o menos una hora. Nada más entrar en el espacio en el que se relajará, el cliente percibe que ya está lograda parte del trabajo, en un ambiente donde se respira paz, armonía, y en el que debe haber algún objeto natural, como la madera o el bambú, como también fuego, y si es posible agua y un poco de incienso.

¡Que lo disfruten! TM

www.escuelaquirosoma.com

soma

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).

- 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 474€



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

LA SENDA DEL AVENTURERO

Chamanismo urbano y creación consciente

Ana Pérez

Psicoterapeuta
gestalt, coach
y periodista



La mayor parte de las personas tiene un concepto equivocado de la hipnosis debido al modo en el que la han presentado en la televisión, las películas y los espectáculos teatrales. Estar hipnotizado no es estar dormido. La conciencia sabe siempre lo que uno experimenta mientras está hipnotizado pues, pese a nuestro profundo estado subconsciente, la mente es capaz de criticar, comentar y censurar, teniendo siempre control sobre lo que decimos en estado hipnótico.

El chamanismo es un sistema ancestral de conexión con los distintos planos de la realidad en busca de información, poder y conocimiento, utilizado desde siempre

para la sanación del ser. No se limita a un lugar en particular, a un estilo de vestimenta o al ambiente cultural, sino que es una manera de pensar y actuar que desafía fronteras y limitaciones.

El chamanismo moderno, o chamanismo urbano, utiliza la misma sabiduría, las mismas técnicas que los chamanes de la antigüedad y tiene sus mismas pretensiones pues las necesidades humanas de salud, prosperidad y bienestar son las mismas hoy. Lo que difiere es el contexto del hombre actual, que ya no busca dónde está la caza sino manejarse en el complejo y tecnológico mundo que le toca vivir y comprender cómo relacionarse con él mismo y con sus semejantes.

En todas las tradiciones chamáni-

cas del mundo hay dos vías principales hacia el poder interior.

En primer lugar, la más ampliamente conocida y practicada es la Senda del Guerrero. Este punto de vista, que es el más común en los tiempos actuales y no sólo entre chamanes, sostiene que el mundo es un lugar peligroso en el que hay que luchar contra los enemigos para sobrevivir y hacer uso de la fuerza: hay peligro de muerte y enfermedad, fracaso y rechazo, tiranía y aniquilación. El Chamán Guerrero construye su mundo sobre este punto de vista. Esta vía es la seguida por la mayoría de chamanes indios americanos, por ejemplo, y es un buen modo porque su intento es bueno. Este ideal del Guerrero se basa en el poder de la

fuerza. La visión del mundo como un lugar peligroso es la imperante en la sociedad hoy en día.

Por otro lado, tenemos la visión del Aventurero que, aunque entiende que existen peligros, no considera el mundo un lugar peligroso; más bien, al contrario, considera el mundo un sitio excitante y lleno de oportunidades para hacer lo que uno quiera, y pone el énfasis en la búsqueda de aventura, el desarrollo de la autoconciencia, una autodisciplina orientada a metas y el cultivo del amor, la amistad y la unidad. La principal premisa del Aventurero es que nosotros somos los creadores de nuestro propio mundo y tanto los peligros como los placeres y el resto de experiencias son autogenerados. El Aventurero entiende la vida como una aventura y persigue, no mediante

la fuerza, sino por el poder creativo de la mente, cambiar la propia experiencia y ayudar a otros a hacer lo mismo.

No hay un camino mejor que otro pues ambos tienen la sanación como su propósito social y los dos pueden conducir a estados de elevado desarrollo personal. Pero son caminos diferentes y las diferencias tienen efectos profundos sociales y personales.

El punto de vista del Aventurero representa un cambio de paradigma difícil de p-r-o-p-o-n-e-r en una sociedad orientada a la competitividad, requiere un mayor esfuerzo inicial, ponerse manos a la obra es empezar a buscar otros materiales que escasamente hemos empleado hasta el momento, pero es enormemente gratificante ya que cuando entendemos la forma y el proceso

de realizar nuestra propia aventura vital cargados de nuestros recién descubiertos recursos mentales, podemos llegar a comprender la forma y la medida en que creamos nuestro propio bien y nuestro propio mal. La realidad empieza a cambiar desde el mismo momento en que cambia nuestra visión de ella y nos empezamos a dar cuenta de que ahí "fuera" no existe nada "malo", sólo pensamientos dañinos que pueden ser transformados mediante creencias correctas. Aquí arranca el principio de la aventura, esa aventura que nos lleva a fomentar nuestra fuerza personal, esa que ya no se ocupa de luchar contra la adversidad sino que recrea en su propia mente los recursos necesarios para cambiarla. TM

www.zentrame.es



TALLER
La Senda del Aventurero:
 chamanismo urbano y creación consciente

13 y 14 de Noviembre 2010
ZENTRAME Psicología y Medicina Integral
 Puerto de Sagunto
 Información: www.zentrame.es
 Contacto: 615 856 360

Aprende a manejar el poder que crea mundos y que está en tu interior



HUMANOS LEVANTAROS
LA REVOLUCIÓN PACÍFICA

UN EVENTO QUE PASARÁ A LA HISTORIA
 8 horas con **DAVID ICKE**
 El trabajo empieza AHORA

DAVID ICKE
 Barcelona 6 Nov. 2010

INFORMACIÓN: www.lighthouse.bcn.com

TIEMPO LIBRE



Terapia de sonido (libro y DVD)

Rosa Puerto

El Mundo de las Terapias

Una introducción a diferentes aplicaciones de la terapia de sonido, con un enfoque sencillo y práctico para comprender la naturaleza del sonido y sus atributos sanadores. Además, en el DVD encontrarás cómo se utiliza la voz y los diferentes instrumentos.



Krishnamurti esencial Krishnamurti

Kairós

El recordado maestro nos invita a observar con claridad y discernimiento —es decir, sin los condicionamientos de la mente y del lenguaje— lo que sucede en nuestras acciones, anhelos y relaciones. Así, podemos comprender que la libertad, el amor, la belleza y la bondad son una sola cosa.

agenda

agenda@tu-mismo.net

CONFERENCIAS EN BRAHMA KUMARIS.
En su sede de calle Isabel la Católica 19, Brahma Kumaris ofrecerá las siguientes conferencias este mes. El día 3, a las 19.30, "Descubrir y transformar las diferentes caras del ego"; el 10, "La felicidad de un corazón limpio y verdadero"; el 17, "Despertar y mantener el poder del alma"; y el 24, "Adaptar la espiritualidad a la vida cotidiana". Informes, teléfono 963 51 81 81.

JORNADA DE PUERTAS ABIERTAS DE QUIROSOMA.
Quirosoma invita a la jornada de puertas abiertas de lifting facial (tratamientos de 15 minutos por persona), el 8 y 15 de noviembre, de 10 a 14. Se ruega confirmar asistencia al teléfono 963 941 644.

CHARLA EN GOBINDE.

El 26 de este mes, a las 20.30, Carles Company ofrecerá una charla gratuita de filosofía sobre el tema "La no-dualidad" en Gobinde, Calle Pintor Salvador Abril, 31.

el escaparate

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

APRENDE CHI KUNG.

Prueba una clase sin compromiso. Lunes y miércoles, de 18 a 19.15 y de 19.15 a 20.30 (dos grupos).
Info 656 950 199.

ZENTRAME

Medicina y Psicología Integral. Noviembre: Fertilidad consciente. Ayudándote a crear. Risoterapia. La senda del aventurero: chamanismo urbano y creación consciente. Programa antiestrés con práctica de la atención plena/ meditación/ hata yoga. Cinexpansión.
www.zentrame.es
Calle Alicante privada 6-3
Puerto de Sagunto,
Tlf. 961 187 814.

XOCOLATE.

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

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.

NOVIEMBRE EN QUIROSOMA.

Quiromasaje I, comienzo día 15. Vendaje funcional, días 6 y 7. Drenaje linfático, comienzo el 8. Reflex. podal, comienzo día 3; fin de semana, día 20. Katapateo, día 27 introductorio. Masaje geotermal, el 8, 15 y 22, ó 13 y 14. Lifting japones, 21 y 22. Mje. balnés, 13 y 14. Mje. anticelul., 16, 18 y 23, y 20 y 21. Mje. table thai, 27 y 28. Mje. americano, 20 y 21. Terapia cráneo-sacral biodinámica, comienzo 27. Mje. tailandés, 27. Shiatsu, comienzo día 6. Manopuntura coreana, 20 y 21. MTC I, comienzo día 8. MTC II, comienzo el 29. Gemoterapia, 28. Reiki I, 27. Flores de Saint Germain I, 13 y 14. Kinesología, 20 y 27. Flores de Bach I, 13, 14, 20 y 21.
C/ Troya 1, 1, Tlf. 963 941 644.

MIGUEL LÓPEZ DELGADO.

Naturópata. Acupuntura. Quiropraxia.
Tlf. 963 67 60 96, 610 29 30 91.

ACTIVIDADES EN ALT BENESTAR.

Día 2, 3º Reiki (1 fin de semana); día 5, Quiromasaje Profesional (mañanas o tardes), y 1º Reiki (3 tardes); día 13, Aromaterapia Egipcia (3 tardes); día 16, Aromaterapia Egipcia (1 fin de semana) y Cristaloterapia (1 sábado al mes); día 19, Shiatsu (tardes); día 20, Shiatsu (mañanas); día 23, Shiatsu (1 sábado al mes), Reflexología Podal (1 fin de semana al mes) y Drenaje Linfático (1 fin de semana al mes). Gratis una clase del curso que más te interese. Enseñanza de excelencia. ¡Fórmate y trabaja ya! Llámanos o ven a calle Roger de Lauría, 3, 1ª, teléfono 963 940 686.

ACTIVIDADES EN GOBINDE.

Noviembre: Miércoles 3, 10 y 17, de 9.30 a 13.30, formación de profesores en Kundalini Yoga, con sadhana gratuita a las 6.30. Viernes 5, a las 11.30, meditación-práctica Sat Nam Rasayan. A las 20.15, clase meditación Man to Man, Mantoman ky (búscanos en Facebook). Domingo 7, a las 10, Formación Sat Nam Rayasan, sanación a través de la meditación. Viernes 19, a las 19, Master Class con Hargobind Singh. Días 20 y 21, formación de profesores en Kundalini Yoga, con sadhana gratuita a las 6.30. Días 27 y 28, formación de Yoga Anatómico, con Sadhana gratuita a las 6.30. Info, 963 250 679 y 637 702 152.

CENTRO HOLÍSTICO TIERRA.

Pilates, Yoga hatha, Arterapia, Cánticos armónicos y técnicas vocales. Masaje (quiromasaje, masaje sensitivo gestáltico, ayurvédico y shiatsu). Flores de Bach. Feng-shui. Astrología Maya. Cursos, talleres y consultas. Alquiler de sala.
C/ Maestro Clavé, 3, 2º - 3ª, Valencia.
Telf. 963 527 220 - 619 332 625.
manuetierra@hotmail.com

GESTALT EN MOVIMIENTO.

Ritmo. Danza. Viejos patrones cayendo. Y sus máscaras. Entonces exploras. Navegas. Te diviertes. Sorpresa. Grupo. Inocencia. Asombro. Libertad. La vida transformándose en ti. Thaykhuma. Centro de Psicología. Información: 658 465 645. Lunes, de 7.30 a 9. Ven a probar el 8 de noviembre. Taller "Emociones en danza". Un trabajo impresionante a través de la danza y el teatro terapéutico para identificar y gestionar mejor tus emociones. 28 noviembre, plazas limitadas.

ARTETERAPIA.

La audacia de transformarte. Espacio creativo que ofrece la posibilidad de descubrir el poder curativo del arte a través del teatro, danza, pintura... inspiración para focalizarte en lo que necesitas. Infórmate en: 638 856 174 y 658 465 645.

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

Recepción hasta el día
20 del mes anterior

Teralter

Somos una empresa con más de diez años de experiencia dedicada a los profesionales de las terapias alternativas como OSTEOPATÍA, NATUROPATÍA, MTC, QUIROMASAJE y técnicas afines.

Nuestro objetivo es ayudar a todos aquellos profesionales de las terapias naturales que, una vez terminada su formación académica, ven imposibilitada su inserción laboral por falta de recursos.

Por ello nuestra empresa pone a disposición del profesional las herramientas necesarias para poder comenzar su andadura laboral desde el primer día con un mínimo esfuerzo económico, ejerciendo su actividad profesional desde su propia localidad, u otros centros asociados.

Y también estamos a disposición de todos aquellos profesionales que, por razones personales o laborales, tienen que compartir su dedicación en las terapias naturales con otras actividades, ya que en TERALTER ofrecemos el poder estar con nosotros en horarios personalizados a las necesidades del propio terapeuta.

CONTACTA CON NOSOTROS
TEL. 961 705 996 - MÓVIL 630 791 375
46418 FORTALENY - VALENCIA
TERALTER@HOTMAIL.COM - WWW.TERALTER.ES