

tú mismo

www.tu-mismo.net

VALENCIA

DIFUSIÓN
GRATUITA

Nº 47
febrero
2011

**EL REGRESO A LOS
SÍMBOLOS**

**ALQUIMIA DE LA
TRANSFORMACIÓN**

**MENTE CREATIVA
Vs. MENTE REACTIVA**

CUARENTA AÑOS DE YOGA

RAMIRO CALLE, TODA UNA VIDA DEDICADA A LA PRÁCTICA Y DIFUSIÓN DE ESTA DISCIPLINA QUE SE HA CONSOLIDADO EN OCCIDENTE. REPASA SU EJEMPLAR EXPERIENCIA, COMO ANTICIPO DE SU PARTICIPACIÓN EN EL ENCUENTRO DE YOGA EN VALENCIA QUE SE HARÁ ESTE MES



OSTEOPATÍA VISCERAL

Comienzo: 15 y 16 de enero
Profesora: Dra. Paloma Cavanillas



PUNTOS GATILLO

Comienzo: 19 de enero
Profesores: Dr. José Luis Portillo,
Tratamiento no invasivo, D. Vicente
Laparra, Tratamiento invasivo.



SHIATSU

Comienzo: 22 y 23 de enero
Profesores: D. Shigeru Onoda, D. Julio
Ortiz, Dr. Marcos, D. Eduardo Pérez,
Dra. Laura.



FLORES DE BACH

Comienzo: 27 de enero
Profesores: Dña. Mª José Valcárcel,
D. José Esparza.



MASAJE TAILANDÉS

Comienzo: 28 de enero
Profesora: Dña. Nuria Gadea.



BALNEOTERAPIA

Comienzo: 29 y 30 de enero
Profesores: D. Santiago González,
Dña. Amparo Bellés



DRENAJE LINFÁTICO

Comienzo: 29 y 30 de enero
Profesora: Dra. Concha M. Jabaloyes



QUIROMASAJE (nuevos grupos)

Comienzo: martes 1 de febrero
Profesora: D. Vicente Laparra,
Dña. Concha M. Jabaloyes



DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO ORIENTAL

Comienzo: Jueves 3 de febrero 19-21 horas
Profesor: Vicente Laparra



AROMATERAPIA

Comienzo: 12 y 13 de febrero
Profesora: Dña. Isabel Candela



AURICULOTERAPIA

Comienzo: 26 y 27 de febrero
Profesor: D. Julio Ortiz



ESCUELASINTAGMA
C/Padre Rico, 8, 10, 11, 46008 VALENCIA - Tel. 963859444
correo@escuelasintagma.com - www.escuelasintagma.com

ENT: + 2 minutos desde "Jaca Mar" (2, 3, 22, 66, 67, 68, 69, 70)

ENTRA: + 2 minutos desde "Regio General"

ENTRA: + 2 minutos desde "Regio General"

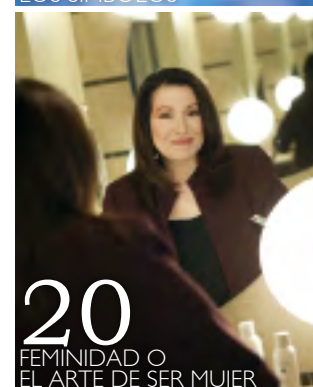


Sumario

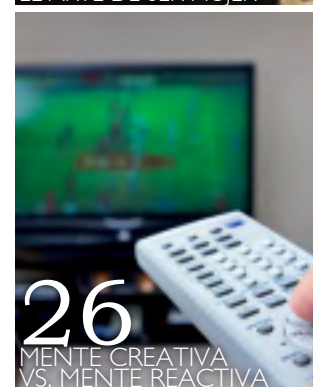
febrero 2011
47



06
EL REGRESO A
LOS SÍMBOLOS



20
FEMINIDAD O
EL ARTE DE SER MUJER



26
MENTE CREATIVA
VS. MENTE REACTIVA

bienestar

- 04 LA SALUD DE LOS HUESOS.
- 08 FIN DE UNA LARGA ETAPA PREMATRIMONIAL.
- 10 LA ALQUIMIA DE LA TRANSFORMACIÓN.
- 12 SANACIÓN YÓGUICA.

entrevista

- 14 URGE CAMBIAR LA MENTE.

acontecimientos

- 17 EL YOGA SE DA CITA EN VALENCIA.
- 18 DESCUBRIENDO AL BACH ESENCIAL.

con-ciencia

- 22 UN ADOLESCENTE AFORTUNADO.

soma

- 24 DEDOS QUE CURAN Y ALIVIAN.

tiempo libre 28. agenda 28. el escaparate 30.

tú mismo Staff

Editor
Aurelio Álvarez Cortez

Arte y maquetación
Noé Álvarez Lier

Colaboradores
Teresa Márquez, Siri Tapa, Carla Iglesias, Carmen Haut,
Ana Pérez, Martín Ribes, Amelia Izquierdo, Gema Ballester,
Dulce Hari, Mª Pilar Ivorra, Bela del Olmo, José L. García

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

Impresión
Set i Set Gráficos

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

LA SALUD DE LOS HUESOS

La columna contiene una energía creadora, divina, que es la que genera la vida verdadera

Teresa Márquez Sanmartín
Profesora de Eutoyoga



En un artículo anterior vimos que los huesos son fuente de energía y de sostén para todos nuestros cuerpos.

Hay 206 huesos en nuestro esqueleto, largos, planos, cortos, anchos, depende de la tarea que deba cumplir cada uno. En algunos de ellos se forman las células de la sangre.

También se agrupan y forman tres estructuras, armazones que dan forma a tres cajas que contienen órganos: la caja craneana, la torácica y la pelviana. Estas tres cajas se separan y se unen entre sí por el cuello y la cintura, las zonas de mayor movilidad de la columna.

La columna, maravillosa obra divina que, como las columnas del templo, nos sostiene y eleva, es lo

que nos hace diferentes del resto de los animales, dejamos de arrastrarnos por la tierra para erguirnos en una búsqueda espiritual. La columna es una estructura especial alrededor de la cual se articula y organizan todo el cuerpo, la mente y el Espíritu.

Este desafío a la ley de gravedad, que nos trae muchos trastornos físicos y funcionales, viene compensado con el alineamiento de nuestra columna energética. Los orientales saben que la columna no es sólo hueso, nervio, cartílago, médula, sino que también contiene una energía creadora, divina, que es la que genera la vida verdadera, aquella que nos hace ser superiores, que nos hace trascender y manifestarnos plenamente.

Esta energía, que todos poseemos

y que descuidamos a veces por falta de conocimiento, se bloquea o fluye según sea nuestra actitud frente a la vida y estos bloqueos afectan a nuestros aspectos psicológicos, emocionales y también físicos. Esto nos indica que la salud de nuestros huesos no depende únicamente del calcio, la alimentación, el ejercicio, sino también de la cantidad y calidad de la energía que tenemos. Es importante incorporar otras técnicas, un tratamiento más sutil, como la meditación, la toma de conciencia, la respiración. Esto ayuda a generar más energía y a desbloquear aquellos puntos de tensión que no dan paso a la corriente energética ni sanguínea.

La Medicina Tradicional China considera que los huesos están regidos por el elemento agua y

el órgano relacionado con el Chi (energía) del agua es el riñón, por lo tanto esta energía (Chi) influye en la salud de los huesos. La estación del agua es el invierno y el clima peligroso, el frío.

“El frío cala los huesos”, reza el dicho popular. O sea que el frío no sólo afecta al aparato urinario, sino que puede alcanzar a los huesos, provocando patologías óseas, en especial artrosis.

Existen varios frentes que posibilitan el abordaje para mejorar las patologías óseas, como Eutoyoga, técnica singular que recoge elementos del Yoga y la Eutonía, una experiencia corporal sin esfuerzos articulares ni musculares, que entre otros beneficios regula el tono de los músculos esqueléticos para mejor sostén óseo.

Sabemos que la respiración es la actividad inconsciente que nos aporta mayor caudal de energía, cuando tomamos conciencia de esta actividad podemos dirigir por medio de la intención esa energía a las zonas o partes de cuerpo que queremos potenciar. Los taoístas enseñan un ejercicio llamado “Respiración de los huesos” muy sencillo de hacer y que oxigena y revitaliza los huesos.

Es un ejercicio de visualización y conciencia que lleva a una relajación profunda, eliminando tensiones absolutamente innecesarias.

Ejercicio

Tumbado de espalda en una superficie plana, piernas ligeramente separadas y brazos extendidos cerca del cuerpo y las palmas hacia arriba. Suelte el cuerpo en el suelo o en la cama, mantenga los ojos cerrados y observe la respiración. Cuando inspire, visualice o imagine que el aire fresco y limpio, la energía y la vitalidad, entran por su nariz y se extienden por todo el cuerpo. Cuando expire, imagine o visualice que el aire sale cargado de toxinas y abandona su cuerpo.

No subestime su imaginación, todo lo que imagina o visualiza en algún plano se concreta.

Continúe y al inspirar, imagine que el aire entra por los dedos de los pies y sube a lo largo de los huesos de la pierna hasta el pecho.

Mientras expira, imagine que el aire desciende desde el pecho, a lo largo de la pierna, y sale por los dedos de los pies. Repita este movimiento tres veces por cada pierna. Imagine entonces que el aire sube por la mano y el brazo hasta el pecho y la cabeza. Al expirar, sienta que el aire vuelve a descender por el brazo y sale por los dedos de la mano. Repita también tres veces por cada brazo. Cuando haya dominado cada movimiento individual, podrá hacerlo juntamente con brazos y piernas.

Cuando decida finalizar, su cuerpo y su mente estarán totalmente descansados y sus huesos llenos de vitalidad. Para mayores resultados practique este ejercicio todos los días. TM

eutoyoga@hotmail.com

SABIDURÍA ATLANTE
TERRAPIAS NATURALES

ARCO TIAR
SANACIÓN ESPIRITUAL ACTIVA
CIRURGÍA ENERGÉTICA
REIKI
MEDICINA CHAKRAL
CARTAS OUI

ampero.sancho@hotmail.com tlf. 650 98 21 40

¡COMENZAMOS EN MARZO!

FORMACIÓN SANACIÓN ENERGÉTICA MULTIDISCIPLINAR

REIKI CHIKUNG KINESIOLOGÍA GEMOTERAPIA

C/ Quart 101 VALLMIG 676758709 www.centrosanacion.com

Fortalece tus defensas naturalmente

Echinacina: aumenta las defensas naturalmente, ideal para evitar contagios.
Narosan: sirope multivitamínico en sus variedades Arándanos, Naranja, Red Berry y Tropic.
Jarabe de Pino: combate y reduce los síntomas y consecuencias de la gripe y resfriados (tos, estornudos, garganta irritada, bajas defensas).

Swissnaturin Calidad Suiza en productos naturales

INFORMACIÓN Y PEDIDOS
consultora Miriam Lier
635 856 228

¿Quieres distribuir nuestros productos?
Solicita información sin compromiso.

EL REGRESO A LOS SÍMBOLOS

*Puentes entre
lo sagrado
y lo mundano,
que nos aportan
magia a la vida*

Carla Iglesias
Aqua Aura



Entre lo sagrado y lo mundano, el hombre siempre necesitó un puente, una conexión palpable y a la vez sencilla: el símbolo. A través de un símbolo, el hombre puede "decorar sus cuevas", homenajear a sus dioses, elevar su conciencia, o simplemente sentirse integrado en un clan.

Hoy en día, símbolos tan antiguos como el Om, la flor de la vida o la espiral siguen siendo objetos de culto en diferentes culturas y cada vez más buscamos talismanes y piezas que nos aporten un poco de magia en nuestra vida. Nos hemos vuelto a acercar a las hadas, símbolo de inocencia y pureza; a los dragones, representantes del fuego y la fuerza, etcétera.

Realmente ya no necesitamos grandes mezclas de símbolos como utilizaban los alquimistas. Hoy vamos a lo práctico. "¿Necesito un símbolo que me aporte equilibrio!...". La flor de la vida, por ejemplo, símbolo que muchos al estudiar geometría "jugando" con un par de compases, hemos dibujado por el simple pla-

cer de hacer algo simétrico, perfecto, equilibrado, no sabíamos que en esta sencilla flor de círculos estaban todas las formas geométricas inscritas, que detrás de un simple dibujo estaríamos poniendo en práctica la gran máxima griega "lo bello es lo perfecto". Dibujando algo perfecto, internamente mi ser reconoce el orden y la perfección que hay en el universo, atrayendo así toda esta energía a mi vida.

Rudolf Steiner, fundador de la antroposofía y sabio conocedor de las formas, utilizó esta práctica para ayudar a niños y mayores a equilibrar mente, cuerpo y espíritu con la sencilla norma de que las formas curvas y circulares elevan la mente y sutilizan el ser, y las formas rectas y cuadradas nos enraizan y centran en la tierra.

Lo importante no es encontrar el símbolo adecuado "con la cabeza", sino dar crédito a nuestro ser, y cuando sentimos esa fuerte atracción hacia un símbolo, dejarnos llevar y saber que a veces... no todo debe tener una explicación. TM

AQUA URA



ENCUENTRA TU SÍMBOLO EN
LA NUEVA COLECCIÓN
ANTICIPANDO LA PRIMAVERA

*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



esencial

Centro de Salud y Herbolietética

CONFERENCIA GRATUITA "DESCUBRE LAS
TERAPIAS DE SONIDO Y SUS APLICACIONES"
4 de febrero, a las 18.30
Importe: NIDUI VIVES

CURSO 1er. NIVEL DE REIKI
5 y 6 de febrero
Precio: 120€
Importe: ANITA GONZÁLEZ LÓPEZ

TALLER DE INICIO DE
COCINA MACROBIÓTICA
12 de febrero, de 10 a 14
Precio: 45€ (10€ reserva a cuenta)
Importe: MARA MOLL

ALQUILER DE SALA
PARA ACTIVIDADES

CHARLA GRATUITA "LAS VIDAS PASADAS
Y LAS VIVENCIAS DEL PRESENTE"
18 de febrero, a las 20.30
Importe: LUIS CANAL

TALLER "ALL LOVE"
(SANACIÓN A TRAVÉS DEL AMOR)
26 y 27 de febrero
Precio: 45€ (reserva 10€ diez días antes)
Importe: FÉLIX JURADO

CLASES MENSUALES
DE YOGA, PILATES
Y BIODANZA
Primera clase de prueba gratuita
INFÓRMATE EN TIENDA

TAMBIÉN PUEDES TOMAR SESIONES DE
REIKI, SANACIÓN POR ARQUETIPOS,
TERAPIA CON SONIDO, REFLEXOLOGÍA...

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

FIN DE UNA LARGA ETAPA PREMATRIMONIAL

Entre la medicina y la psicología

Amelia Izquierdo

Psicóloga clínica

Gema Ballester

Médica estomatóloga



La medicina del comportamiento fue oficialmente reconocida en 1977. Reconoce de forma explícita que la mente y el cuerpo se encuentran interconectados... La apreciación de estas interconexiones, así como su estudio científico son vitales para un entendimiento completo del ser humano. De esta manera se puede llegar a comprender que un campo interdisciplinario una a las ciencias del comportamiento con las de la biomedicina.

Jon Kabat-Zinn

Desde el plano religioso-social, allá por 1977, era habitual en nuestro país que los futuros contrayentes al matrimonio eclesiástico pasaran obligatoriamente por unos cursillos prematrimoniales donde parejas veteranas daban una serie de consejos para llevar esta gran aventura de vivir en dualidad. Algunos que por lo oficial y otros, por lo religiosamente casados, ya estamos en las largas listas de divorciados (pese a las buenas intenciones de la Iglesia).

En el mismo plano de cuestiones se encuentra la digestión del "reconocimiento" de que la mente y el cuerpo son una única entidad, ya que por más que nos empeñemos en reconocerlas, a efectos prácticos, aún continúan

disociadas en lo que respecta al paradigma de salud al uso.

La existencia de enfermedades crónicas como la diabetes, la hipertensión, el colesterol, enfermedades coronarias... cáncer, no hacen más que hacer visible esta dicotomía entre mente y cuerpo, y con ello la indefensión y la falta de recursos que desde este modelo de medicina se propone para el ser sufriente. Bajar las tasas de colesterol en un paciente que aprende a metabolizar su ira es una explicación que a muchos médicos aún les deja boquiabiertos.

Por otra parte, la influencia de nuestra cultura judeocristiana es visible cuando algunos "diagnósticos" médicos que no tienen causa orgánica infunden al enfermo un sentimiento de culpa y de vergüenza al achacarlos de "psicológicos" (no... "jesto es que

es psicológico"!...) ya que con esta causalidad pueden llegar a pensar de sí mismos que se "autogeneran" la enfermedad, respuesta que si bien en parte puede ser verdad, no ofrece la posibilidad de darles la opción de cómo salir de ella.

Algo no anda bien y si Matusalén levantara la cabeza, igual nos podría decir algo sobre las prácticas filosóficas y médicas que le llevaron no sólo a vivir más tiempo, sino a hacerlo plenamente. Este octocentenario personaje, inscrito posiblemente en nuestra memoria celular, admitiría con toda seguridad la existencia de muchos recursos, medicinas, prácticas o formas de vivir que arrojarían un hálito de esperanza a nuestras vidas. Desde esta óptica, podemos entender cómo proliferan tantas terapias alternativas que, como su nombre indican, alter-

nan en el vasto escenario curativo del ser enfermo que anda en busca de su sagrado (el poder de su sanación).

El peligro de muchas de estas prácticas puede ser el mismo que el de la medicina convencional y académica: creerse suficiente y única para "curar" a un ser enfermo que se convence a pies juntillas que éstas pueden ser la panacea para sus problemas de salud.

Necesitamos un nuevo paradigma de SALUD, un nuevo concepto de bienestar que contribuya a que este matrimonio entre la medicina y la psicología se establezca de hecho, con o sin reconocimiento oficial. Podríamos empezar por despejar dudas y miedos, naturales o aprendidos, dentro de un sistema de salud que impide o limita al ser humano a la elección de los recursos que el mismo dispone para mantenerse sano y que le genera dependencia y/o la adicción al opiatido.

El matrimonio de la medicina con la psicología es necesario y factible desde la complementariedad, no desde la alternancia, la única alternancia la pone aquel que elige libremente y sin coacción su camino. Volver al "Origen" en sus distintos niveles del sueño o de la realidad, con ciencia o sin ella, pero con criterio. Una terapia por aquí, otra por allá, puede llegar a confundir. El propio devenir del ser humano es individual, trascendente y único. Los consejos y las recetas, aunque po-

derosos para el profesional, médico, psicólogo o terapeuta de la nueva era, son poco útiles para un novicio que se estrena en el maravilloso arte de ser "el" mismo para poder sanarse.

Desde la psicología podríamos empezar por comprender el comportamiento de las enfermedades y desde la medicina, entender el comportamiento de los seres que enferman. El lenguaje de la enfermedad es simbólico y nos dice mucho del ser que la padece. Un diagnóstico médico con exclusividad de lo anímico es como un dardo que apunta directamente a la integridad del ser. Es relativamente fácil entender que son varios los sistemas estructurales y funcionales del cuerpo humano que intervienen para mover un solo dedo (diagnóstico), más difícil es precisar el sistema que lo mueve en la dirección adecuada (pronóstico). La cosa se complica cuando se trata de determinar quién o que señala esa dirección (tratamiento).

Dejemos de diseccionar, analizar, dividir... volvamos al origen, a la auténtica matriz del mundo. Establezcamos un lenguaje común y, a falta de este, aprendamos a traducir la lengua desconocida de ese ser que busca su autorrealización y no lo consigue porque está enfermo de miedo y de incompreensión. Un lenguaje que nos permita comprender cómo cabalgan las enfermedades entre lo físico-quí-

mico y lo anímico. Recordemos que la Psicología es la ciencia del alma y que un alma necesita un cuerpo para evolucionar.

La elaboración del nuevo paradigma de salud empieza por reconocer nuestra interdependencia, nuestras formas de servir al prójimo empiezan por nuestra manera de servirnos. Todo ser humano dispone de recursos, no existen enfermedades sino seres enfermos. Enseñar a leer el significado de esas enfermedades es dotar al ser que enferma de su capacidad natural de regeneración y con ello de su libertad de elegir el recurso que necesita para mantenerse sano.

La enfermedad nos hace entrar en un espacio laberíntico privado de ensayo-error donde la medicina y la psicología deben ir de la mano, reconociéndose complementarias, abiertas y lo suficientemente interactivas como para dar seguridad y valor en los pasos que da este ser enfermo mientras busca la salida de este laberinto.

Formación, modestia y humildad son los ingredientes básicos para este matrimonio que sólo puede coexistir con la fuerza de una única intención: estar al servicio de la salud en todas sus facetas y un criterio básico: hacer el mayor bien con el mínimo daño posible. TM

www.zentrane.es
www.mujerdespierta.es



Terapias de última generación
Terapia con Geometrías de Obsidiana (método Ana Silvia Serrano)
Programa antiestrés con método de Atención Plena
Psicoterapia con EMDR

C/ Alicante Privada 6-2-3
Puerto de Sagunto (Valencia) Tel. 961 187 814

www.zentrane.es
www.mujerdespierta.es

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

Azabache
Distribuidor
962 679 506 - info@azabache.es

LA ALQUIMIA DE LA TRANSFORMACIÓN

*Masaje
Metamórfico
y sanación*

Dulce Hari

Psicóloga transpersonal,
profesora y terapeuta de
Alt Benestar



Vives una experiencia de crecimiento en la Tierra, tal vez en el transcurso de tu vida experimentes tensiones, dolor o enfermedad. Son sólo miedos, resistencias, porque quizá ignoras quién eres, tu verdad y tu potencial. Todo el poder te pertenece y la capacidad para crear tu realidad... pero si quieres encontrarte con quien verdaderamente eres y comenzar tu viaje libre, debes desprenderte de tu pasado, de miedos y limitaciones. Bendiciendo todo cuanto ha sucedido, ya que de toda experiencia vivida se aprende, y mirando al futuro con confianza, con energía renovada, pues todas las posibilidades del Universo están disponibles para ti.

El Masaje Metamórfico es una técnica de Reflexología sutil pero profunda. Trabajamos con los pies, las manos y la cabeza, estimulamos la liberación de la memoria relativa a tu existencia desde tus orígenes, esto es, desde tu concepción, gestación, nacimiento e incluso anterior al momento de ser concebido.

Mediante estimulación de puntos reflejos, esta técnica logra liberar la información o proyecto original

con el cual viniste a la vida. Al mismo tiempo, deshace resistencias, traumas y bloqueos heredados o vividos desde tus orígenes hasta el momento actual. Te ayuda a liberar tu propia energía vital allí donde está estancada, donde reside el desequilibrio y la enfermedad, despertando tu propia capacidad de autosanación.

Trabaja a través de los Chakras o centros de energía vital relacionados con glándulas maestras que regulan el funcionamiento armónico de todo el cuerpo. Y tomas conciencia de la dimensión profunda de la vida, bendiciendo todo lo heredado desde tus progenitores, porque incluso las limitaciones te sirven para crecer aún más, superarte y sanar a tus ancestros.

Si quieres ser un puente de Luz entre el Cielo y la Tierra, si buscas transformación, crecimiento y ayudar a otras personas a encontrar claves para su sanación, emprendiendo el camino liberados y llenos de fuerza, aprende esta bella y profunda técnica de masaje. Disfruta y comparte el néctar de la transformación. Estás destinado a brillar, pues tu verdadera naturaleza es pura Luz, Belleza, Amor y Fusión. 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

SANACIÓN YÓGUICA

Características de Sat Nam Rasayan, una técnica natural para estos tiempos

Siri Tapa
Gobinde



existe una leyenda acerca del nacimiento de Sat Nam Rasayan. Un santo, tras varias vidas de esfuerzo y desapego, llegó a la Liberación. Cuando sintió en su hombro el frío de la muerte, se acercó a las puertas del cielo y llamó.

En ese momento, un paria tirado en el suelo sacó una moneda del bolsillo, le tocó el pie y le dijo: "Hombre sabio, ¿me curas?". El santo quedó desconcertado. "¿Con lo que me ha costado llegar hasta aquí y ahora me surge este problema! Si curo, creo karma, si no curo, también. ¿Qué hago?". E inventó el Sat Nam Rasayan (SNR): permitió la experiencia que esta persona le producía y el paria sanó sin crear karma. Aquello fue posible gracias al Espacio Sagrado.

SNR significa "relajación profunda o curación a través del nombre". Se trata de una sanación espiritual que nada tiene que ver con la magia o los milagros, sino que se aprende a curar a través de la meditación. El terapeuta no se salta escalones, no sustituye el flujo de los sucesos. Medita y al hacerlo, utiliza un

aspecto de la mente meditativa, la conciencia, para diluir las resistencias o conflictos del paciente. El Maestro Guru Dev Singh explica que esta técnica es natural para estos tiempos y que no hace falta ser místicos para emplearla.

El poder de la curación proviene del Espacio Sagrado, no de la personalidad del curador ni de su espacio sensible. Lo único que el sanador hace es utilizar el lenguaje común a la vida: la neutralidad. El Espacio Sagrado es un estado de conciencia trascendente. Cuando el curador lo alcanza, su intención de sanar se cumple. Contaba Yogi Bhajan que su maestro, Sant Hazara Singh, dijo a sus alumnos que la finalidad de la existencia humana reside en reconocer la fusión del alma individual con el alma divina y que en esa experiencia nos percatamos de que todo es posible.

Un poder del SNR es la oración. No nos referimos a la oración convencional, en su aspecto de rezo o diálogo interior, sino a una "sui generis": gracias a su neutralidad, el curador establece contacto con esa experiencia de fusión, manteniendo su intención

de sanar, y esto es el equivalente a una petición. Entiéndase que el mundo de lo sutil y sensitivo es difícil explicarlo mediante el lenguaje y que Sat Nam Rasayan se aprende sobre todo de manera experiencial. Tras las primeras experiencias el lenguaje puede ponerse más fácilmente al servicio del entendimiento.

El aspecto devocional del SNR también excede todo convencionalismo. No se basa en la adoración, ni hay ritos, sino que consiste en ceder el control, nuestra interpretación de la realidad, lo cual supone el máximo nivel de desapego. Al renunciar a sus apreciaciones personales, el curador asume la realidad, cuya esencia experimenta como dimensión espiritual, inefable y gozosa, coincidente con descripciones místicas de todos los tiempos.

La compasión es otra de las características del SNR. Ese término tiene, en nuestra cultura, una connotación de condescendencia muy alejada de su verdadero sentido. Compasión significa "padecer con" y es consecuencia de la neutralidad: si no establezco diferencia entre yo y el otro, éste aparece ante mí como parte de mí mismo viviendo diferentes circunstancias. La compasión es manifestación del amor neutral, que no juzga, que no marca diferencias, que se expande por igual en todo el universo, que no reconoce superiores ni inferiores.

La única consideración ética que rige SNR es el servicio. El curador se vuelca en la sanación del paciente, sin esperar ninguna clase de ventaja personal. Si bien hay que distinguir entre intención autocurativa e intención de curar

a los demás, la verdad es que al realizar un acto de servicio el curador también se va liberando de sus conflictos, aunque esto no sea lo intencionado ni siempre sea inmediatamente perceptible.

Hemos hablado pues de la neutralidad, del poder de la oración, de la devoción, de la compasión y del servicio, que son cualidades arquetípicas del Sat Nam Rasayan y de su linaje y que se irán asentando en tu vida en la medida que lo practiques, de tal manera que todo sea posible.

El 6 de febrero tendremos la

suerte de que Ambrosio Espinosa visite Gobinde para iniciar una nueva formación. Él es osteópata además de médico, formador de profesores de yoga y que no sólo forma en Sat Nam Rasayan sino que ha escrito el libro de la formación que se estudia a nivel internacional. TM

Puedes asistir al primer taller de SNR sin compromiso de continuidad, pero reserva tu plaza.

Gobinde también estará en el Encuentro Yoga Valencia 2011.

www.gobinde.com

URGE CAMBIAR LA MENTE

Este año cumple cuarenta años con el Yoga. Pionero de una disciplina que lo ha llevado a ser constructor de puentes entre Oriente y Occidente, Ramiro Calle vendrá a Valencia este mes para compartir su enseñanza y recordar la pureza de su noble práctica. Como anticipo, el siguiente diálogo con el maestro



“Por fortuna, el verdadero yoga se ha perpetuado tal cual es desde tiempos inmemoriales”, afirma Ramiro.

Aurelio Álvarez Cortez

-Cuarenta años de experiencia en el yoga, viajes, libros, clases, conferencias... ¿Qué balance haces, Ramiro, de todo lo vivido hasta ahora?

-Han sido muchos años empeñado en la difusión del verdadero yoga. No ha sido fácil, porque cada día se trivializa más la práctica o aparecen todo tipo de pseudoyogas que confunden al aspirante. Hay que velar por la genuina enseñanza.

-¿Cómo eran tus alumnos en aquellos años 70, cuando empezaste, y cómo ves a quienes se acercan ahora para aprender en tus clases?

-Iban más por la vertiente espiritual y de realización de sí que por la de terapia o mejoramiento psicosomático. Estaban muy interesados y hacían lo que fuere por conseguir buenos libros. Era mucha menor la gente interesada, pero más interesada si cabe que ahora.

-Dicen que el papel de regalo a veces hace más interesante al regalo en sí mismo. ¿El Yoga ha cambiado en su presentación, no digo la esencia, o sigue siendo el mismo, desafiando las modas?

-El yoga no es un culto al cuerpo ni persigue sólo

salud y longevidad, ni es contorsionismo que desarrolla la estampa narcisista del “campeón” ni una actividad deportiva.

Por fortuna el verdadero yoga se ha perpetuado tal cual es desde tiempos inmemoriales, pero la mayoría de la gente, incluidos los instructores y profesores, no tienen ni idea del gran alcance del yoga, que es interminable en su exploración: tal variado y rico es en sus métodos y enseñanzas.

-¿Qué opinas sobre las intenciones de regular la práctica y enseñanza del yoga, dando lugar a organismos o espacios de control “oficial”, como en Estados Unidos, donde incluso se registran nombres y marcas?

-Yo siempre digo que Dios nos salve de los que nos quieren salvar. Que empiecen por regular su ente y sus conductas, que comiencen por poner término a su ego desmesurado y enfermizo, que aprendan a controlarse a sí mismos antes de querer controlar y manipular. Todo lo institucionalizado y oficial me causa espanto, por lo que tiene de putrescible y por que se quieren imponer criterios de miras estrechas.

A ver si regulan y oficializan a Ramana Maharshi, Ramakrishna o Vivekananda. Si hasta San Juan de la Cruz fue marginado, vejado, amordazado.

-Iniciamos un año especial ya que, según algunos, el próximo será, si no apocalíptico, de grandes cambios, sin retorno en todos los niveles. ¿Habría que meditar más para vivir sin tanta expectativa, falsa o no?

-Llevo oyendo eso desde que era un niño. Hay que meditar siempre, en los tiempos fáciles y en los difíciles; la meditación no es un abrigo que te pones y te quitas según la temporada.

-Después de haber vivido años de abundancia, ahora toca los de “vacas flacas”. ¿Este cambio de ciclo obliga a poner en foco esos valores olvidados en épocas de consumismo?

-El voraz consumismo es un truco, un fraude, una desviación y una total alienación. Si el reformador no reforma su mente, ¿qué va a reformar? Si el revolucionario no revoluciona su mente, ¿qué va a revolucionar?

Ciegos conduciendo a otros ciegos y todos alienan-

Quién es

Ramiro Calle está considerado como el más destacado escritor orientalista de España y uno de los más importantes de Europa. Autor de numerosas obras, ha estudiado en profundidad los efectos terapéuticos de las psicologías orientales y de los aportes de la meditación al psicoanálisis, la psicoterapia y la neurociencia.

Fue el primero en promover investigaciones médicas sobre el Yoga en España, en colaboración con destacados médicos y especialistas. Sin descanso y durante 40 años ha explorado, tanto en India como aquí, los alcances del yoga, recuperando y aplicando los métodos de sosiego y equilibrio, así como sintetizando los conocimientos de las psicologías de Oriente y Occidente. Dirige desde 1971 el Centro de Yoga “Shadak”, el mayor de nuestro país, donde ha enseñado, y enseña, de forma directa yoga, relajación y técnicas de meditación.

do el impulso de borreguito y la conciencia dormida.

-Preguntaba lo anterior en razón de que parece que muchos añoran con volver a la bonanza, pero sin haber aprendido una oportuna lección... Cambiar algunas cosas para que, finalmente, no cambie nada, al menos interiormente.

-Lo que urge es cambiar la mente, y si no, no hay cambio posible. Si en la mente siguen prevaleciendo la ofuscación, la avaricia y el odio, no se podrá transformar nada en sus raíces y todo seguirá del mismo modo.

Como dice Sri Anirvan, hemos construido una sociedad de "eriales y estercoleros".

-Dime una fórmula para lograr ser humilde, en momentos en que lo importante es ser el número uno (en deporte, en prestigio so-

cial, empresas, profesión...).

-Mejor que no tengan que pasar por estar días y días al borde de la muerte, como explico en mi libro "En el límite", debido a haber cogido una listeria en Sri Lanka. Pero la enfermedad nos hace humildes y hace ver que lo que importa es lo que realmente importa. El ego tiene hipnotizada a la gente y ni siquiera piensan en lo que llamaba Buda los tres mensajes, o sea la enfermedad, la vejez y la muerte. Pero les llegará.

-¿Tú crees que sabemos diferenciar, mayoritariamente, el amor del sexo?

-Una cosa es la atracción y otra el amor; una la sexualidad y otra el amor con sexualidad. Lo explico todo ello muy definidamente en mi libro "El arte de la pareja".

Muchas veces creemos amar, pero lo que amamos es el placer

que la otra persona nos reporta y no a la persona misma.

El verdadero amor es incondicional, no está basado en exigencias, imposiciones, expectativas o afán de poseer y dominar. Es una asignatura pendiente para la mayoría de las personas. Es la senda del amor consciente o amor con sabiduría, sin ego.

-Una clave para muchos devotos del yoga es que su práctica estuviera en los planes educativos convencionales, por innumerables motivos. ¿Crees que sería una aportación efectiva para lograr cambios a nivel social?

-Sería una aportación muy positiva y también que los padres comenzaran a enseñar, adaptándolo, yoga a los niños. No olvidemos que el yoga es una actitud vital, una técnica de vida, un modo de ser y serse. TM

EL YOGA SE DA CITA EN VALENCIA

*Ramiro Calle,
la Fundación
Vicente Ferrer
y un atractivo
programa
de actividades*



Este mes TÚ MISMO te invita a participar del Encuentro Yoga Valencia 2011, que realizaremos con la colaboración de las escuelas Dharma Ananda y Gobinde los días 19 y 20 en el hotel Solvasa, Valencia, ubicado en avenida del Puerto 129. La entrada será libre y contaremos con la presencia de quien este año cumple 40 años de actividad en este campo del desarrollo personal, Ramiro Calle. Con él lo celebraremos en el marco de una programación que anuncia el siguiente cronograma.

El sábado 19, comenzará la serie de actividades a las 9 con una meditación y a las 10, habrá una práctica. Una hora más tarde, Hari Dev, directora de Happy Yoga de Barcelona, disertará sobre "El amor en los tiempos del cólera, yoguis en acción". Previo a la hora de comida, con un menú de paella vegetal y bebida a 8 euros, habrá una sesión de cantos con mudras. Se reanudará a las 16, con la conferencia de Tao Prajñananda titulada "El Yoga, ahora en el 2012", para dar paso a otra hora de práctica. A las 18, recibiremos a Ramiro Calle que abordará como tema central "Yoga y control mental". En la finalización de esta primera jornada, desde las 20, el grupo Guru Bandanaa actuará, presentando su último disco.

El día 20, de 10 a 20, Ramiro Calle y Víctor Martínez Flores (Senge Dorje) conducirán un intensivo que incluye técnicas físicas del Yoga, Pranayama: aprender

a respirar, aprender a vivir, Yoga y meditación (teoría y práctica). Este taller es la única actividad de pago (40 euros) del Encuentro de Yoga, y se requiere una reserva anticipada a los teléfonos que aparecen más abajo.

Ese mismo día, de 9 a 13, Adelina Gamallo Amat (Chiky) ofrecerá su Taller de Sat Nam Rasayan, y a su término, Emilio Alonso Ebri, experto formador de hostelería, presentará Cocina Vegetariana en Directo. Luego, a las 16, Siri Tapa, Emilia Nacher, Tara Ruz y Adelina G. Amat (Chiky) animarán una mesa redonda, anticipando la última conferencia, a las 18, que dará Teresa Márquez Sanmartín, sobre "Eutoyoga". Por último, Tara Ruz coordinará una práctica y en el acto de cierre Bhanga Hariippa brindará un espectáculo como el broche final a esta reunión.

Destaca asimismo en este evento la participación de la Fundación Vicente Ferrer con muestras de su trabajo solidario y benéfico en India.

Quienes vayan a realizar prácticas y meditación en los horarios antes citados deben llevar esterillas o elementos que consideren convenientes.

En ambas jornadas se habilitará un espacio destinado a expositores de servicios vinculados al Yoga. Las reservas con la organización se tramitan mediante los teléfonos 963 366 228 y 652 803 027, donde también se reciben consultas del público en general y las inscripciones al taller de Ramiro Calle. TM

FORMACIONES DE PROFESORES DE KUNDALINI YOGA Y YOGA ANATÓMICO

Gobinde Escuela de Vida Yóguica

CLASES SEMANALES DE YOGA DE 6:30 A 22 H. ¡PRUEBA UNA SEMANA!

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

DESCUBRIENDO AL BACH ESENCIAL

Comenzó el curso del Método Luis Jiménez. En febrero sigue abierta la participación a esta vía de profundo conocimiento



La idea surgió en el Simposio de Alta Capacitación Bach por Bach, a fines de octubre del año pasado, como una continuación de lo presentado en dicha reunión por Luis Jiménez. Un grupo de asistentes propuso realizar un curso con los contenidos del método creado por este experto malagueño, que ya tiene puntos de estudio de su Escuela Andalusí de Terapiafloral Evolutiva en otras ciudades de España, como también en México, Chile, Italia y Portugal.

Es así que el mes pasado comenzaron en Valencia las actividades de esta escuela con el dictado del primer curso anual, que se extenderá hasta noviembre del corriente año.

En compañía de Rafi Tur, coordinadora de la escuela, y Maribel Águila, profesora, Jiménez hizo la introducción de su línea formativa, que entronca la

filosofía de la terapia floral que propusiera el doctor Edward Bach, su creador, con la tradición espagírica, en especial la ciencia kémica de Al-Andalus.

En palabras de Jiménez, "el equilibrio entre ciencia y arte, técnica e intuición, conocimiento y sabiduría, garantiza el desarrollo armónico de los talentos de aquellos que quieren servir a la humanidad a través del arte mayéutico".

Durante este primer fin de semana de entrenamiento, la calidad informativa del método destacó el valor de un arte pensado para la preparación de una sólida formación profesional.

Por la estructura y dinámica del contenido del curso previsto para este año, todavía los interesados en este campo de la terapia pueden formar parte del grupo. Para ello el contacto se hace mediante los teléfonos 963 366 228 y 652 803 027. TM



NO TIENE POR QUÉ SOPORTAR MÁS...

Falta de energía / Fatiga, Pinzamientos
Dolores de Cabeza / Migrañas, Disminución de movilidad en el cuello, Traumatismo cervical
Vértigo, 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, Ciática, Dolor en la pierna, Problemas de rodillas, Dolor articular, Adormecimiento u hormigueo en muslos, piernas o pies, Estrés

PÓNGASE EN MANOS EXPERTAS

CENTRO QUIROPRÁCTICO DE ROCAFORT

ESTUDIO COMPUTERIZADO DE SU COLUMNA

Lo esperamos en
Plaza San Sebastián, 8 bajo
46111 ROCAFORT

PIDA CITA AHORA MISMO,
PODRÍA CAMBIAR SU VIDA!
LLAME AL
TEL. 961 31 05 22



EVALUACIÓN QUIROPRÁCTICA GRATUITA

YOGA

HACIA LA CONCIENCIA DEL MOMENTO PRESENTE

MARCEL PIERLET ॐ (GURUBIR SINGH)

PROFESOR:
HATHA YOGA
FILOSOFÍA VEDANTA
KUNJALINI YOGA
MEDITACIÓN
HUMANISMO SANADOR

CENTROS DONDE IMPARTE CLASES, TALLERES Y CHARLAS
• NOVAREA:
C/ CHIVA Nº 44
TEL: 963 825 438 - VALENCIA
• ADVAYA:
C/ CARCAGENTE Nº 32
TEL: 963 423 802 - VALENCIA

ENCUENTROS EN JARDÍN DE MAR - GILET

MÁS INFORMACIÓN
678 172 829 - GURUBIRSINGH@HOTMAIL.COM

FEMINIDAD O EL ARTE DE SER MUJER

Recuperar el poder que hemos cedido

**María Pilar Ivorra
Bela del Olmo Castro**
Terapeutas



dónde nos perdimos las mujeres? ¿En "un mundo de hombres"? ¿Nos hemos masculinizado, perdido y enredado en las formas y las actitudes? ¿Cómo ha influido esto en los hombres?

Por un lado, a los hombres se les educa reprimiendo sus emociones, y por otro, se les exige ser sensibles y demostrarlo. Y lo que es más importante: ¿qué hacemos ahora para volver a conectarnos con nuestra feminidad perdida?

Reconquistar los atributos de la feminidad, tanto para nosotras como para ellos, es una tarea que toda mujer debe plantearse con cierta urgencia y que, con una buena guía, es una labor fácil, bonita y "disfrutable".

Recobrar la inocencia y la dulzura de lo femenino, la ternura, la capacidad de entrega, la fluidez, el poder de la creatividad, la comunicación sincera y tierna; sustituir la crítica y la competencia entre nosotras por el compartir y el apoyo mutuo, resca-

tar en definitiva la esencia y el valor de lo femenino verdadero.

Volver a sentir, a sentirnos y volver la mirada hacia adentro viendo lo que realmente somos.

No los prototipos publicitarios que nos dictan cómo debemos ser como hombres y mujeres, sino redescubrir lo que verdaderamente somos, seres que sienten, que se asustan, que tienen la capacidad de sufrir y de ser felices, de amar y de sentir placer, dolor, angustia, alegría... cada cual a su manera especial y única.

Conectarnos con nuestros gustos, nuestros temores, nuestras capacidades, nuestro poder personal, nuestras limitaciones. Reconocerlo todo, abrazar la totalidad de lo que cada uno es y vivir, trabajar, relacionarnos, amar, comunicarnos, con todo ello, plenamente.

Revindicar las diferencias como enriquecedoras y salir de un alineamiento que quiere imponernos cómo debemos vivir, vestir o lo delgad@s que tenemos que estar y lo que nos tiene que gustar o no

gustar, incluso lo que "debemos sentir" en cada circunstancia y cómo comportarnos.

¡Atreverse a SER, a mostrar lo que realmente llevamos dentro, tan parecido a lo que todos los demás llevan dentro y la vez tan diferente, tan único y luminoso!

Las mujeres podemos recuperar nuestros ritmos naturales. No se trata de desdeñar los avances científicos con respecto de cuestiones como el embarazo, la maternidad o el simple hecho de menstruar cada mes, sino de recuperar el poder que hemos cedido, muchas veces, en empeñarnos en que "somos iguales".

Tenemos derecho a sentirnos frágiles y nerviosas unos días cada mes, así como ellos tienen derecho a encerrarse en sí mismos para resolver un problema. Y debemos aprender a ser capaces de respetarnos y no tirarnos a la cara frases hirientes en momentos de enfado: "Estás insoportable, seguro que tienes la regla", "Es que tú nunca me cuentas nada". Basta.

Reconocer que, en algunas cosas, somos diferentes, aprender a gestionar las diferencias, a enriquecerse de ellas y a complementarse. Acercar posiciones, primero a nuestra propia esencia y luego a la esencia complementaria.

Ser quienes realmente somos, ¡mujeres! Recuperar la conexión con nuestra verdadera esencia femenina, deshacernos de sentimientos negativos. Sin miedo. Sin culpa. Sin dudar que en cada una de nosotras hay... ¡una mujer inocente y libre! TM

Bela del Olmo Castro es autora del libro "Yo soy una mujer inocente y libre", que se presenta el día 5 de este mes, a las 19, en Bibliocafé, Amadeo de Saboya, 17, Valencia



UN ADOLESCENTE AFORTUNADO

Carmen Haut
Cabalista

rase una vez... un tiempo en que los humanos no tenían ilusiones por vivir. Las ciudades se habían convertido en lugares hostiles. Los objetivos de la vida estaban enfocados a conseguir recursos para cubrir los gastos de una sociedad enfocada al consumismo. Los gobernantes de las ciudades habían llegado a manipular a los ciudadanos a través de invitarles a creer que cualquier ciudadano podría llegar muy alto subiendo puestos de un estatus social que sólo estaba reservado para unos pocos, debido al cargo laboral que ocupaban. El ciudadano, como un inocente niño, había picado el anzuelo y, recordando las miserias que habían sufrido sus antepasados, creyó que sería más respetado si llevaba una vida sin carencias.

Crejó que ascender de nivel consistía en vivir una vida ostentosa. Los manipuladores sociales se habían encargado de hacerles creer a todos que tener calidad de vida, consistía en llenar sus casas de muebles y aparatos que podrían hacer que sus vidas fueran más fáciles, con un solo objetivo: enredarlos en una gran tela de araña donde una vez atrapados en los sutiles juegos de los gobernantes, ponerlos a sus servicios personales.

Bajo la influencia de los medios de comunicación, el pueblo aprendería una "realidad" que haría olvidar al ciudadano los verdaderos valores de la vida, para introducirse en un mundo de fantasía y distorsión de la realidad. Inventaron estilos de vida donde las personas se desviarían del disfrute verdadero, como el descanso al sol después de la jornada mañanera, una comida al aire libre, o un descanso mental al llegar al hogar.

Sobre todo se encargaron de que las mentes no tuviesen descanso, pues esto suponía que las personas se conectarán con la realidad y desarrollaran formas de escapar a la trampa. Esto no interesaba, pues dejaban de producir productos inútiles y dejaban también de comprarlos, cosa que disolvía la matriz de la red creada para que este sector no molestara, mientras ellos hacían y deshacían a su antojo, ejerciendo el poder sobre los seres más desfavorecidos.

Pero he aquí que Manuel, mientras envolvía un regalo de los que había comprado para regalar en navidad, se preguntó qué sentido tenía otra fiesta igual. Aburrido y triste, le pegó una patada a la caja y mientras ésta volaba por los

aires anunciando su triste final, el chico se rizó un mechón de su cabello preguntándose qué era un verdadero regalo. ¿Se regala aquello que hace falta, lo que se merece, o lo que deseas? De cualquier modo, ninguna de las cosas que tenía sobre la mesa hacían feliz a nadie, sólo cubrían, tapaban lo que verdaderamente deseamos. ¿O quizás la propia red social se había esforzado en que el ser humano olvidara por completo su sentir? Ser feliz no se conseguía con forzar a las personas a consumir en determinadas fechas, ni tener casas ostentosas, ni actividades que anularan el tiempo de ocio. La contemplación de las maravillas naturales, las cosas pequeñas, las habilidades naturales de las personas para hacer cosas con sus propias manos, la capacidad de hacerse autosuficiente entre las dificultades de la vida, generaban estímulo. El muchacho se preguntó lo que de verdad le gustaría tener en ese año nuevo y sólo le afloró un sentir: "tiempo para vivir".

Eso no se encontraba en ningún escaparate, nadie podía venderle el tiempo que había perdido disperso entre la gran trampa, ¿cómo salir de ella sin ser abucheado y criticado! ¿Cómo encontraría su regalo de reyes?

Vivir no es sólo respirar, ni trabajar, ni subsistir entre las dificultades, ¡vivir es sentir! Sentir la salud de un cuerpo joven, reír con los compañeros, cantar la canción que te gusta, comer en compañía, disfrutar del sol, del paseo o del mar. Vivir consiste en agradecer cada día a todas las personas que han hecho que nuestras vidas sean más fáciles y placenteras, a las que nos conectan con los sentidos y nos mejoran la estancia por el planeta.

La gran trampa era hacer pensar a los seres que debían ser alguien importante, y que esta importancia la daba hacer algo que invitara a los demás a admirarlos e idealizarlos. Nada más lejos de la realidad, vivir es hacer aquello que está de acuerdo con tu sentir. Después la obra queda suspendida en el aire por los siglos de los siglos, y sólo aquellos que "viven" saben disfrutarla y agradecerla, por eso los grandes maestros son más famosos después de morir. Se convierten en inmortales.

Manuel se dijo a sí mismo que él quería vivir, sentir, emplear su tiempo en hacer lo que quisiera. Eso le haría feliz, pero cómo salir de la red social, él aún estaba a tiempo, no se había entrampado en una hipoteca, no tenía hijos (atra-

pados también en la red). Cómo luchar con una sociedad que exige "un nivel" determinado para poder "vivir" en el futuro, al estilo de la red.

La única manera de escapar era volver al pasado, donde se aprendía a hacer pan, labrar la tierra y construir cabañas como refugio del frío y los peligros del ambiente. Cómo aprovechar los recursos naturales sin dañar la fuente, respetando la materia prima. La Madre, la verdadera matriz volvería a acogerle para darle su regalo: "sentirse vivo".

Decidió que su regalo sería ir a vivir al pueblo, y labrar la tierra de su abuelo, le haría compañía y sentiría cada día el sol en su piel como hacía mucho tiempo no lo sentía. Estudiaría su carrera en las tranquilas tardes, sin prisa. Se abriría paso entre las cosas sin sentido, sin ilusión y escribiría cuentos que despertaran los verdaderos sentidos, para que las personas vivieran sus vidas. El derecho a vivir sin ser manipulados por nadie. ¡Vivir es sentir, y sentir es hacer uso de los sentidos y ese regalo no se paga con nada!

Ya no quería ser "inteligente" porque esto suponía ponerte al servicio de... Volver a entrar en la red. Prefería ser un chico de pueblo de pocos estudios pero de grandes metas: ¡la suya! Ser feliz con cosas pequeñas que para él serían las más grandes. Escribiría sus pensamientos sobre la vida, mientras la sentía. Con ello despertaría a los seres adormecidos y les haría el regalo de devolverles sus vidas. Por eso se decidió a escribir una carta a los "reyes magos":

"Estimados reyes magos, este año no deseo daros trabajo, no deseo sus regalos que tanto me han 'entretenido' en otros tiempos. Ya no deseo perderlo con juguetes infantiles. Ya me he despertado de este sueño y me he dado cuenta de que los reyes no existen. Será que me he hecho mayor, y he perdido la ilusión, "la maya". ¡Me hace tanta ilusión recuperar la ilusión! Despertar de esta sociedad surrealista es el mejor regalo de todo mi tiempo de vida. Gracias, pero creo que ustedes merecen un descanso, o mejor aún, un

final de contrato. ¡El mejor regalo que pueden darnos es que dejen de actuar. Que sus enanos (falsificadores de vidas y pertenecientes a la misma empresa de su socio Papa Noel, dejen de crear cosas inútiles para adultos con el fin de 'distraernos'. Este es mi único deseo.

"Por otro lado, me he dado cuenta de que estar en paro es un regalo maravilloso. Es la mejor manera de salir de la red, si no tenemos suficiente dinero, no lo gastaremos en consumir lo que otros quieren, sino en producir lo que verdaderamente necesitamos. Quiere decir que si no nos contratan es porque ya no les "servimos" y eso es bueno. Ya no hacemos lo que quieren. Ya no producimos para vender y comprar, romper y de nuevo vender y comprar. ¡Que se rompa la red! Esta 'ilusión', distorsión de la realidad que nos ha hecho a todos tan frágiles, tan sin sentidos.

"Quiero recuperar el placer de vivir, de hacer las cosas con mis propias manos, y utilizar los adelantos científicos y tecnológicos, siempre y cuando me

demuestren que lo son. Quiero decir si están creados para mi servicio y no al revés. Quiero recuperar la autosuficiencia que me hace sentir libre de manipulaciones, de idealismos y mentiras. No quiero ocupar todo mi tiempo de vida sin recrearme en el poder de mis manos y de mi mente para crear lo que verdaderamente puedo ofrecer y, así, dar un buen servicio. Deseo ser útil a los más cercanos, porque sé que en otras partes del mundo hay otras personas como yo que desarrollan sus habilidades para compartir en equipo, haciendo un trueque maravilloso. No quiero crear una multinacional y si lo hago, tendré mucho para dar, porque realmente ¡necesito tan poco...! Que sería feliz con eliminar el sufrimiento que ha traído tanta mentira. Les saluda atentamente un chico de ciudad".

Después la echó al buzón, y arrancó con su monopatín en busca de rampas y obstáculos más pequeños que superar, era fácil y divertido remontarlos si uno se concentraba en sus cinco sentidos... TM

MÉTODO HAUT

CLASES DE KÁBALA

CURSO DE SUPERACIÓN PERSONAL PARA NIÑOS
17 febrero, a las 18.
Centro Advaya,
C/ Carcagente 32,
zona Patraix
Valencia.
Plazas limitadas



CARMEN HAUT
18 AÑOS DE INVESTIGACIÓN

INFORMACIÓN 670 20 59 85

DEDOS QUE CURAN Y ALIVIAN

Cien años de historia avalan al Shiatsu. Su reconocimiento en Japón

José Luis García

Profesor de Shiatsu de la Escuela Quirosoma



Beneficios

- Flexibiliza la piel.
- Mejora el sistema circulatorio.
- Flexibiliza el sistema muscular.
- Ayuda a la recuperación del equilibrio del sistema esquelético.
- Facilita las funciones del sistema digestivo.
- Mejora el control del sistema endocrino.
- Regula las funciones neuronales.

Después de una sesión de Shiatsu en la que los músculos han sido presionados por las manos, los estiramientos son un complemento ideal. Uno de los puntos fundamentales del Shiatsu es que siempre se trata todo el cuerpo.

El Shiatsu también tiene un importante papel en el reequilibrio del cuerpo, corrigiendo las alteraciones producidas por las repeticiones diarias de ciertos movimientos o ejercicios. TM

Más info en www.escuelaquirosoma.com

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

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

**Aprovecha
nuestra
oferta
trimestral,
Apúntate
durante
los meses de
enero, febrero
y marzo
y entra en
el sorteo de
hasta 1.500€
en formación
gratuita.
Infórmate.**

**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).

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

Quirosoma
escuela de quiromasaje y terapias alternativas

**Matrícula abierta
Cursos 2011**



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.**

MENTE CREATIVA VS. MENTE REACTIVA

Haz de mí, oh Señor, instrumento de tu paz.
Que donde haya odio, lleve yo amor;
a donde haya ofensa, lleve yo perdón;
a donde haya duda, lleve yo fe;
a donde haya desesperación,
lleve yo esperanza;
a donde haya oscuridad, lleve yo luz;
a donde haya tristeza, lleve yo alegría;
Oh, Señor, que no busque yo tanto
ser consolado, como consolar;
ser comprendido, como comprender;
ser amado, como amar yo mismo.
Porque es dando como se recibe,
y perdonando como somos perdonados.



San Francisco de Asís

Ana Pérez
Terapeuta Gestalt, coach
y periodista

Martín Ribes
Terapeuta transpersonal y
chamánico

La mente tiene dos aspectos; por un lado está la mente absoluta y, por otro, la mente relativa. Con el término mente absoluta se hace referencia a lo que se suele llamar el despertar a la realidad o iluminación, trascender la creencia y el miedo a las limitaciones de lo físico, el principal objetivo de la mayoría de tradiciones religiosas, la física cuántica y algunas terapias de última generación como la psicoterapia transpersonal y el coaching que trabaja a nivel de identidad. La mente absoluta o conciencia de Unidad es, pues, la consecución de esa conciencia trascendental en la

que desaparece la dualidad mental, el concepto de separación que es origen y causa del sufrimiento humano. El término mente relativa señala la conciencia individualizada que funciona dentro del esquema polar sujeto-objeto. Esta mente o conciencia relativa también opera de dos formas: reactiva y creativamente. Este doble funcionamiento de la mente relativa es de importancia capital, no sólo en los sistemas espirituales sino también en la vida práctica cotidiana, y hasta en el devenir de la condición humana. La transición de reactiva a creativa marca el principio de la libertad. Es la conversión en el sentido más ge-

nuino de la palabra.

La mente reactiva representa nuestra mente habitual, la mente que la mayoría de personas utiliza más a menudo en su día a día, aunque más bien, es la mente que las usa a ellas. Las personas que funcionan en este nivel de conciencia nacen, viven y mueren siendo esclavos, y aunque aparentemente son libres y están fuera de la cárcel, en realidad son presos de una jaula mucho más sutil y, por tanto, más difícil de trascender: están condenados a repetir las mismas respuestas ante las mismas situaciones. El karma. La mente reactiva, como su nombre indica, es una mente que re-acciona en vez de

actuar motu proprio y requiere de un estímulo externo para funcionar. Este estímulo suele llegar a través de los cinco sentidos, o desde el almacén de memoria en el que hemos ido archivando recuerdos y experiencias del pasado. Por ejemplo, estamos sentados cómodamente en casa viendo la tele y aparece un anuncio de una bebida: colores alegres, sonidos sugerentes, la juventud y atractivo de las personas que aparecen en el spot nos cautiva... y nos levantamos hasta la nevera para proveernos de una cola. Cuando hacemos lo que ese anuncio nos demanda, cuando nos quedamos con una disposición inconsciente de hacer lo que nos dice, no estamos actuando, sino que hemos sido activados. Hemos re-accionado. Ha sonado la campana y hemos babeado. La mente reactiva es, entonces, una mente condicionada. Da igual que se trate de la campana que hizo sonar Pavlov, del anuncio de turno, del jefe que nos hace la vida imposible, nuestros continuados fracasos sentimentales, la incapacidad manifiesta para llevarte bien con tu madre o el terror irracional a las arañas. La mente está condicionada por el objeto en el sentido de ser, no simplemente dependiente de él, sino determinada por él. La mente reactiva no es libre, es puramente mecánica.

Nuestras ideas casi nunca son nuestras, no las hemos concebido nosotros sino que la mayoría nos han entrado a través de fuentes externas: instituciones educativas, medios de comunicación y conver-

saciones más o menos formales, y las hemos aceptado, les hemos abierto la puerta a nuestras vidas de manera incauta, pasiva y sin reflexión. El pensamiento original es extremadamente raro, original no en el sentido de diferente sino el que se ha generado desde nuestro interior. Además de ser condicionada y mecánica, la mente reactiva es repetitiva. Reacciona ante los mismos estímulos de la misma manera, con el mismo chip, y sigue repitiendo la misma operación sin parar. Así la vida humana, mejor sería calificarla de robótica, se convierte en rutinaria y llena de hábito fijos. Somos animales de costumbres y cuando nos hacemos mayores, sobre todo, desarrollamos resistencia pasiva al cambio y preferimos transitar los antiguos caminos en lugar de buscar una nueva una trayectoria. Un bebé hace varios miles de movimientos en una hora, a los diez años los reduce a trescientos movimientos de media, y a los treinta años, a unos cien. Al crecer nos limitamos dentro de una caja. Todos los aspectos de nuestra vida, lo que comemos, nuestras costumbres sexuales, el lugar que escogemos para ir de vacaciones, nuestras prácticas espirituales, todo, si no tenemos cuidado, se puede convertir en parte del patrón, en parte de la maquinaria de la existencia. Más que nada, quizás, la mente reactiva es la mente inconsciente: todo lo que hace lo hace sin tener verdadero conocimiento de lo que está haciendo. La mente reactiva está durmiendo. Los que están dominados por la mente

reactiva duermen mientras transcurre su vida; más que vida, mera existencia: dormidos comen, beben, hablan, trabajan, juegan, hacen el amor y la guerra...

Las características de la mente creativa son diametralmente opuestas a las de la mente reactiva. La mente creativa no re-acciona pues no está condicionada por un estímulo respuesta sino que responde, actúa de modo independiente y espontáneo eligiendo siempre la respuesta más adecuada a la situación. Por eso es una mente optimista (del latín optimus: lo mejor) pues sabe que su lugar de control, su capacidad creativa reside en el interior y este lugar es invulnerable para las circunstancias externas. Es como un barco que navega por encima del agua y flota porque no permite que el agua penetre en su interior. Cuando se trascienden estas circunstancias, la personalidad exterior o realidad acaba rindiendo homenaje y se somete a la verdadera Voluntad, la voluntad interior o yo superior. La creatividad consiste en construir algo nuevo y no sólo reflejar algo que ya existe, por eso la mente creativa es capaz de amar cuando no hay motivos, de ser feliz en medio de la desgracia, de ver soluciones donde sólo hay problemas, y crecer como un loto hermoso encima del lodo. TM

<http://gestaltcreativisualization.blogspot.com>
<http://chamanismopractico.blogspot.com>

	Martín Ribes Rosner Terapeuta Chamánico y Transpersonal - Sesiones individuales - Circuitos chamánicos - Talleres de formación C/ Alicante (privada) 6, 2º, 3, Puerto Sagunto C/ Marqués de Zenete 10, 2º, 3, Valencia T: 615 856 360 http://chamanismopractico.blogspot.com	Terapia Gestalt y Coaching ANA PÉREZ DOMÍNGUEZ C/Alicante (privada) 6, 2º, 3 Puerto Sagunto C/ San José de la Montaña, 3 Valencia T: (34) 651 488 530 http://gestaltcreativisualization.blogspot.com
--	---	---



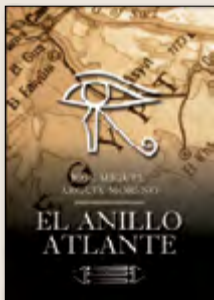
DANIEL HILLIS

El Código de la Luz

El primer lenguaje de la luz

CRÉDITO EDITORIAL

De éste código dependen todas las cosas que nos suceden. La luz conoce el lenguaje del alma que regula la evolución de la persona. He aquí las claves para acceder al lenguaje de la luz mediante la comprensión de un punto de vista único: el del Sol, con el objetivo de que podamos brillar como él.



Un libro a través del cual se descubre toda la magia y fascinación que ha llevado consigo este anillo, marcado por la maldición de Tutankamon, una maldición o virus del que se salvó Howard Carter, su descubridor, gracias a este anillo al que le llamaba "Poderoso talismán de la defensa".



Una obra científica que intenta abrir una puerta a una nueva forma de educación, aportando a padres y profesores una información que invita a jugar, para que los niños aprendan los verdaderos valores de la vida, desvelándoles cómo deben actuar ante situaciones nuevas y desconocidas.

agenda@tu-mismo.net

Los días 4 y 18, a las 11.30, se realizará meditación - práctica Sat Nam Rasayan, y el resto de viernes del mes meditación, gratuitamente. Además, todos los miércoles, de 6.30 a 8.30, sadhana gratuita. Y un domingo, en este mismo horario, sadhana con música en directo. Estas actividades organizadas por Gobinde, calle Pintor Salvador Abril, 31.

En calle Troya I, 1, sede de la Escuela Quirosoma, se anuncian las charlas y conferencias gratuitas que a continuación se detallan, de acceso libre. El día 4, a las 18.30, "Radiestesia" y a las 20, "Medicina Tradicional China". El 11, de 18 a 20, "Aromaterapia"; el 18 de 18 a 19, "Medicina Germánica" y a las 19, "Técnicas Americanas".

El 9 de este mes, a las 19, en la sala Àmbit Cultural del Corte Inglés de calle Colón Nº 27, se presentará el último libro de Emilio Fiol (Miyó). "El sol que mora en las tinieblas", en acto a cargo del periodista Ginés Llorca (delegado de Antena 3) y con la participación del cónsul de México en Valencia, Vicente Sos Castell. En la oportunidad, Miyó ofrecerá una conferencia sobre "Horizonte 2013. Cambios en el ADN, cuerpo luminoso, Nova Terra, Sistema Solar, la nueva Huma-unidad".

En Centro Nova Terra, calle Sueca 45 bajo, se realizarán los
miércoles, gratuitas, Rueda de Sanación a través del Reiki, a las
18 (Dar y recibir) Rueda de Sanación a través de la Técnica Meta-
mórfica, a las 19 (Dar y recibir), y meditación, a las 20.

CONFERENCIA Y PRESENTACIONES EN ALT BENESTAR.
Lunes 7, a las 20, charla conferencia gratuita "El futuro de la humanidad según la perspectiva cátera". El 9, a las 20h, charla - conferencia sobre Radiestesia (varillas y péndulo), y el 23, a las 19h, taller vivencial de Masaje Metamórfico. Todas actividades en Alt Benestar, calle Roger de Lauria, 3, 1ª.

En su sede de calle Isabel la Católica 19, Brahma Kumaris ofrecerá las siguientes conferencias este mes, siempre en el horario de las 19.30. El día 9, "El arte de discernir y decidir"; el 16, "Introversión y silencio para conocer al ser"; y el 23, "Superar los miedos y las dependencias". Informes de estas y otras actividades a través del teléfono 963 51 81 81.

¿QUIERES SER TERAPEUTA FLORAL?

Obtendrás conocimientos específicos para conseguir el manejo profesional de las esencias.

Practicarás la preparación de aplicaciones locales de las flores (cremas, aceites, lociones, cataplasmas, etc.) basadas en los Patrones Transpersonales del Dr. Ricardo Orozco.

Aprenderás los fundamentos de la Comunicación No Verbal y adquirirás la práctica necesaria para realizar la ficha del paciente, toma de contacto y entrevistas posteriores, facilitando la manera de extraer la información importante.

CON OPCIÓN A CERTIFICADO DE EXTENSIÓN UNIVERSITARIA (consultar)

27 AÑOS FORMANDO TERAPEUTAS NATURALES

IMPARTIDO POR

Dña. M^a José y D. José
Farmacéuticos

INVERSIÓN y FORMA DE PAGO
Excepcionales

Todos los jueves tarde : de 16 a 20 h.
Comienzo : 27 de Enero de 2011
Finaliza : 16 de Junio de 2011.

Apuntes Inéditos



SINTAGMA
ESCUELA DE TERAPIAS NATURALES

C/ Padre Rico, 8, 10, y 11, bajos. 46008 Valencia, Tel. 96 3 85 96 44 - 96 326 00 43
com@colegioscalatrini.es - www.colegioscalatrini.es

el escaparate

AFRIC ART.

El Anillo Atlante y la Cámara Kirlan, 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

MIGUEL LÓPEZ DELGADO.

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

EMILIO FIEL-MIYO EN VALENCIA.

Conferencia gratuita, miércoles 9 de febrero, a las 19 hs., en El Corte Inglés de la Calle Colón 27: "Horizonte 2013". Sesiones terapéuticas individuales el 10 y 11 de febrero en el Centro Nova Terra. Seminario de la Escuela Chrisgaia del 11 al 13 de febrero: "Rehaciendo nuestra vida alrededor del Eje central: Cómo reciclar la energía de nuestras emociones negativas; El uso de los sentidos sutiles en la realidad cotidiana; El Silencio; La Ensoñación; la Intuición; el Decreto y el Amor incondicional". En el Centro Nova Terra, calle Sueca 45 bajo. Teléf. 666.45.29.04 y 963.810.226 www.centronovatterra.com.

KRYSTALLOS - MINERALES.

Venta mayor y detall. Minerales de colección y para decoración. Cristales (30% plomo) para Feng Shui. Bisutería con perlas cultivadas, plata y minerales. Diseñamos a su gusto. Elixires de flores de Bach y gemas. Hadas, inciensos, libros...
Dtos. especiales para terapeutas.
C/Periodista Llorente, 14.
Tlf. 647 791 497.

FEBRERO EN QUIROSOMA.

Quirom. Prof., m. y tardes, inicia día 14. Vend. Neurom., día 11, y Mas. neurom. f/s, día 12. Reflex. podal f/s, día 5. Mas. On Site, día 26. D. linfático, m. y t., día 2. Aromat. I para terapeutas f/s, día 19. Ayurveda IV (embarazadas y bebés) día 13. Mas. Americano m. y t., día 7. Mas. Hawaiano + cañas de bambú f/s, día 5. Mas. Calif. + piedras cali. M. y t., día 11. Table Tai f/s día 12. Mox. y ventosas m. y t., día 9. Mox. ventosas f/s día 5. Tuina (mod. I) f/s día 12. Radieseia para terap. f/s día 5. Curso de la voz día 5. Ter. de Polaridad día 12. Fl. de St. Germain mod. 1 nivel II día 26. N. Med. Ger. día 27. Trabaja, te regalamos la camilla.
C/ Troya 1, 1, Tlf. 963 941 644.

XOCOLATE.

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

ACTIVIDADES EN ALT BENESTAR.

Días 1 u 8, Quiromasaje Profesional (m/t), Iniciación al Masaje (m/t). Día 5, Quiromasaje Profesional (sáb.), Iniciación al Masaje (sáb.) y Reflexología Podal (3f/s, 1 al mes). Día 6, Radiestesia, Alimentación Macrobiótica. Día 10, Radiestesia (2 tardes). Día 12, 2º y 3er. Nivel de Reiki. Día 13, Radiestesia. Día 17, Radiestesia (2 t.). Día 26, Quiromasaje Profesional (sáb.) e Iniciación al Masaje (sáb.). Prueba una clase del curso que más te interese gratuitamente. Enseñanza de excelencia. ¡Fórmate y trabaja ya! Consulta promoción de packs.
Llámanos o ven a C/ Roger de Lauría, 3, 1º, Tel. 963 940 686.

ACTIVIDADES EN GOBINDE.

Febrero: Días 5 y 6, inicio de la nueva Formación de Sat Nam Rasayan. Días 9, 16 y 23, Formación de Prof. de Kundalini Yoga. Día 12, master dance de Bhagra con Sat Atma, aporte 10 €, y sábado y domingo intensivo de Bhangra. Día 18, a las 19, master class de kundalini yoga con Hari Dev Kaur, directora de la Esc. Happy Yoga (Barcelona). Días 19 y 20, Formación de Prof. de Kundalini Yoga, con sadhana gratuita, a las 6.30. Días 26 y 27, Taller de Yoga Anatómico (este mes, sistema respiratorio), 130 €. Día 27, de 6.30 a 8.30, sadhana gratuita con música en directo. Info, 963 250 679 y 637 702 152.

CENTRO NOVA TERRA.

Grupo de trabajo con Constelaciones Familiares los martes, de 19 a 21. Recapitulación Tolteca viernes alternos. Visualización Creativa, Conjugación holística, Masaje Infantil, Yoga (Iyengar, hatha, kundalini y dinámico). Emilio Fiel: sesiones terapéuticas, de 10 y 11 de febrero y seminario, del 11 al 13. Constelaciones Familiares sábado 5 de febrero. Técnica Metamórfica II, el 19 y 20 de febrero con Mª Carmen Boira. Las Patologías y la Medicina Oriental, el 19 y 20 de febrero. Calle Sueca, 45 bajo. Teléf. 666 45 29 39 y 963 810 226 www.centronovatterra.com

TALLER TANTRA.

La Experiencia Tântrica. Taller de Iniciación al NeoTantra y a la Sanación Sexual. 26-27 de febrero, de 10 a 20 h. 120 euros. En Espai Monsá (www.monsavalencia.org). 961 180 550, 607 376 461. Imparte: Vidroh (www.amorzen.org)

TALLER REIKI.

I Nivel Reiki Usui-Tibetano. Sanación con Energía Universal Reiki. 5-6 de marzo, de 10 a 20 h. 120 euros. En Espai Monsá (www.monsavalencia.org). 961 180 550, 607 376 461. Imparte: Vidroh (www.amorzen.org)

Festiva
CAMINOS DE CRECIMIENTO

**Stands · Conferencias
Presentaciones · Conciertos
Meditaciones · Danza**

2011
16 y 17 de abril

Hotel Solvasa Valencia
Avenida del Puerto, 129

Organizan:

tú mismo 

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

Recepción hasta el día
20 del mes anterior

encuentro yoga

VALENCIA 2011

19 y 20 de febrero
hotel solvasa valencia
av. del puerto 129

conferencias
meditaciones
música

invitado especial
RAMIRO CALLE

taller intensivo con
reserva anticipada
963 366 228 - 652 803 027

entrada
libre

ORGANIZA

tú mismo EVENTOS