

tú mismo

A close-up portrait of a middle-aged man with grey hair, smiling warmly at the camera. He is wearing a dark suit jacket over a white shirt. The background is plain white.

www.tu-mismo.net

VALENCIA

DIFUSIÓN
GRATUITA

Nº 48
marzo
2011

**HABLANDO CON
EL CUERPO**

**NACER A
SÍ MISMO**

**ENCUENTRO
YOGA VALENCIA**

VIAJE AL MUNDO INTERIOR

NO HAY QUE SER ESCLAVOS POR ALGO QUE SE LLAMA CRISIS, AFIRMA ENRIQUE SIMÓ, DIRECTOR DE BRAHMA KUMARIS DE MADRID. DEBEMOS MANTENER UN EQUILIBRIO PROFESIONAL Y PERSONAL, CREAR UNA CONCIENCIA SALUDABLE



esencial

Centro de Salud y Herbodietética

CONFERENCIA "EL ARTE DE VIVIR"

4 de marzo, a las 20

Imparte: VERÓNICA GUERRERO

TALLER DE COCINA NATURAL GRATUITO

Todos los viernes, de 11 a 13

Imparte: MAVI MOLL

CONFERENCIA GRATUITA "ELIMINE SUS DOLORS DE FORMA DEFINITIVA"

25 de marzo, a las 20

Imparte: SALVADOR MARTÍNEZ

CURSO COCINA MACROBIOTICA

26 de marzo, de 10 a 15

Presio: 40€ (10€ de reserva)

Imparte: MAVI MOLL

CLASES SEMANALES DE YOGA, PILATES Y BIODANZA

Matrícula gratis

INFÓRMATE EN TIENDA

TAMBIÉN PUEDES TOMAR SESIONES DE
REIKI, SANACIÓN POR ARQUETIPOS,
QUIROMASAJE, REFLEXOLOGÍA...

ALQUILER DE SALA
PARA ACTIVIDADES

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



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



EVALUACIÓN
QUIROPRACTICA
GRATUITA

PÓNGASE EN MANOS EXPERTAS

CENTRO QUIROPRACTICO 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

Sumario

marzo 2011
48



12
CONCIENCIA
TRASCENDENTE



18
COMIDA
CON VIDA



29
ENCUENTRO
YOGA VALENCIA

bienestar

- 04 HABLANDO CON EL CUERPO.
06 RESPUESTAS EN MOVIMIENTO.
08 FUNDAMENTOS DE LA NUEVA MEDICINA.
10 VIBRACIONES DE SALUD.

entrevista

- 14 LA PIEDRA ANGULAR.

redes

- 20 FRECUENCIAS EQUILIBRANTES.
22 NACER A SÍ MISMO.

soma

- 24 GENERA SALUD CON TUS MANOS.

la otra realidad

- 26 EL VIAJE DEL HÉROE.

tiempo libre 28. agenda 28. el escaparate 30.

tú mismo
Staff

Editor
Aurelio Álvarez Cortez

Arte y maquetación
Noé Álvarez Lier

Colaboradores
Carla Iglesias, M^a Teresa Vidal, Ana Pérez, Martín Ribes,
Amelia Izquierdo, Gema Ballester, Lurdes Reina, M^a France
Boin, G. T S., Fran Hernández, E. S. N. Rasayan, Toni Bustos

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 Gràfiques

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

HABLANDO CON EL CUERPO

*Una técnica
psico-corporal
y de recuperación
física innovadora*

Marie-France Boin

Centro de Terapias Naturales



el cuerpo lo contiene todo: nuestros pensamientos, creencias y emociones, entre otros elementos. Es decir que nuestras creencias, por ejemplo, influyen nuestra manera de ser y de comportarnos en la vida, de relacionarnos con la gente, de reaccionar a ciertas circunstancias.

Estas maneras de comportarnos las hemos adquirido o copiado de los adultos que nos rodeaban en la niñez, o son el resultado de algún traumatismo del pasado. Y pasaron a ser NOSOTROS, o sea, ellas nos definen.

La gente de nuestro entorno nos reconoce mucho a través de nuestros comportamientos, nuestras reacciones usuales. A eso lo llamamos

patrones crónicos. Nuestras dolencias, o aun nuestras enfermedades, son el resultado de estos patrones crónicos.

Nuestros síntomas y dolencias son la forma que tiene el cuerpo de expresarse.

Al trabajar físicamente estos sitios del cuerpo, podemos descubrir cómo relajar, respirar, abrir literalmente el cuerpo, para que la energía fluya de nuevo y permitir así otros modos de ser, más libertad física y emocional.

Como terapeuta uso varios tipos de tacto para literalmente hablar con el cuerpo de mi paciente. Al mismo tiempo, enseño cómo retomar conciencia del cuerpo a nivel físico, pero también cómo permitir emociones, sentimientos que usualmente la persona reprime y encierra

en sus tensiones.

Así, poco a poco, el paciente vuelve a ser maestro de su cuerpo, de su vida, retoma más libertad, más posibilidades de ser, mayor fluidez y flexibilidad, energía y alegría.

Cualidades perdidas, como estar tranquilo, sentir alegría, satisfacción... son experiencias muy físicas que pueden ser transmitidas a través del tacto.

Experimentando tales cualidades varias veces sobre la camilla, el paciente puede después volver a ellas mucho más fácilmente en su vida diaria.

Esta terapias es una "aventura conjunta", es decir que el paciente no está tan paciente, porque su atención y participación son necesarias. Aprende, a lo largo de las sesiones, cómo puede ser responsa-

ble de su bienestar y dejar de ser víctima de sus síntomas.

En resumen, esta terapia puede ser utilizada para resolver dificultades de vida, como acabo de describir.

El paciente puede recurrir a esta terapia para resolver dificultades de comportamiento o situaciones recurrentes que le molestan en su vida y le privan de sus plenas facultades. Por ejemplo, ansiedad, irritabilidad exagerada, dificultades de relacionarse, timidez, tartamudeo, falta de energía, inquietud, frustración, malestar, etcétera.

Esta terapia es también muy efectiva para tratar síntomas físicos únicamente. En este caso no vamos a ir a la parte emocional o los traumas del pasado. Pero la persona aprenderá cómo gestionar sus molestias para que no sigan en su vida. Podrá incluso recuperarse mucho más rápida y completamente después de un accidente o una cirugía.

Así, pueden ser tratados el insomnio, dolores de espalda, trastornos digestivos, migrañas y jaquecas, estreñimiento, problemas de fertilidad, problemas femeninos, problemas de circulación (piernas cansadas), recuperación después de una cirugía o un accidente (incluye trabajo de las cicatrices), como también hacer la preparación a una cirugía para enfrentarla en las mejores condiciones posibles y de este modo recuperarse mucho más rápidamente, etcétera.

Origen

Esta terapia está inspirada en la bioenergía (análisis bioenergético), que desarrolló Alexander Lowen, alumno de Wilhelm Reich, quien colaboró con Sigmund Freud en la Universidad de Viena.

Uno de los conceptos básicos del trabajo de Lowen es: "Lo vivido de una persona está en su cuerpo, pero la historia consciente de su vida está en sus palabras" (extraído de "La Bioenergía". Fuente: Wikipedia).

Las maneras de acudir al cuerpo con el tacto están inspiradas también en el shiatsu y en el tuina, también en la reflexología, la presoterapia y el drenaje linfático, entre otras técnicas.

A través de cursos y talleres mi propósito es enseñar herramientas sencillas y potentes, para quienes quieran obtener mayor autonomía en sus vidas. TM

www.valenciaterapias.com
www.mfboin.com

CENTRO DE TERAPIAS N A T U R A L E S

PRÓXIMAS ACTIVIDADES

TALLER "GESTIONAR TU PROPIO ESTRÉS".
Práctica intensa de ejercicios de atención al cuerpo,
y cómo identificar situaciones que generan estrés
en tu vida.
Sábado 26 de marzo, de 11 a 18 hs.

CURSO "BASTA CON MIS DOLORES DE ESPALDA".
Identificar cómo creamos nuestros dolores, para
disminuirlos o eliminarlos, alcanzar paz y tranquilidad,
tener mayores posibilidades de movimientos y
elasticidad, lograr mayor libertad en la vida, subir
tu autoestima son algunas de las metas del curso.
5 martes, de 19 a 20.30 hs. Inicio el 5 de marzo.

C/ del Muro de Santa Ana 3, puerta 4 - 46003 Valencia
información: 692 22 13 06
www.valenciaterapias.com

Fortalece tus defensas naturalmente



Echinacea: 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).

Swissnahrin  Calidad Suiza en productos naturales

INFORMACIÓN Y PEDIDOS
consultora Miriam Lier
635 856 228

¿Quieres distribuir nuestros productos?
Solicita información sin compromiso

RESPUESTAS EN MOVIMIENTO

Aprende a usar tu péndulo personal

Carla Iglesias
Aqua Aura



Desde la antigüedad el hombre ha utilizado el péndulo para diversos fines como la búsqueda de agua y metales. A través de siglos surgieron expertos en este arte del medir, lo que dio origen a la radiestesia, nombre de la “ciencia de la medición a través del péndulo”. Hoy en día, los péndulos se utilizan cada vez más en terapias alternativas como instrumentos de medición. En el mercado los podemos encontrar en diversas formas y hechos de materiales como el cuarzo, el más frecuente, como el cuarzo rosa, transparente y amatista.

En cualquier caso, lo importante es que el péndulo tenga peso, que esté sujeto por una cadena o hilo y que, sobre todo, seamos conscientes de que “el péndulo lo movemos nosotros”.

Si adquirimos un péndulo de piedra, es aconsejable dejarlo toda la noche en sal seca (nunca en agua) para limpiarlo energéticamente. Luego buscaremos una pequeña caja o bolsa de tela oscura para guardarlo. El péndulo sólo debe ser sacado en el momento de que lo vayamos a utilizar, exclusivamente de uso personal, y guardarlo después de ser manejado.

Existen muchas formas de aprender a usar un péndu-

lo. Primeramente, hay que identificar el “sí” y el “no” que indique en cada consulta (cada péndulo posee un código diferente). Jamás podemos afirmar que el movimiento circular o en línea recta tiene un significado concreto. Hay que preguntar, descubrir y confirmar cada movimiento.

Ejercicio práctico

Sentado en una postura cómoda, sujeta el péndulo por su cadena con la mano derecha, dejando debajo la palma de la mano izquierda hacia arriba. Pregunta tu nombre y apellidos incluidos, y espera el resultado. Una vez que el movimiento sea definido, claro, apunta la respuesta. Ya está establecido cómo contestará “sí”. El siguiente paso es observar su movimiento cuando vuelvas a preguntar pero inventando otro nombre y apellidos. Normalmente el movimiento será distinto, así identificarás la respuesta “no”.

Los movimientos más frecuentes son círculos en el sentido de las agujas del reloj o en contra, en línea recta (adelante-atrás, izquierda-derecha).

El manejo del péndulo necesita práctica y lo más fácil es comprobar los movimientos con preguntas que sepas

las respuestas. Es importante que al formular la pregunta ésta sea clara, directa y respondida con un sí o un no. Por ejemplo, "¿vivo en tal calle?", "¿tengo X años?".

Otro modo de medir con péndulo es establecer un soporte con las palabras "sí" y "no", por ejemplo en un folio de papel, doblándolo por la mitad, en una cara escribir "sí" y en la otra "no", y preguntar con el péndulo situado en el centro de la hoja.

Muchas personas utilizan el péndulo para testear los chakras en el cuerpo, observando la intensidad del movimiento a unos 20 centímetros del cuerpo. Si hacemos la prueba, veremos que cada vez las oscilaciones se armonizan entre sí. Cuanto más pasamos el péndulo por los chakras, más igualada la fuerza del movimiento, y poco a poco irán coincidiendo las formas según se equilibren los chakras. TM

MÉTODO HAUT CLASES DE KÁBALA

CURSO DE
SUPERACIÓN
PERSONAL
PARA NIÑOS

11 marzo, a las 18.
Centro Advaya,
C/ Carcagente 32,
zona Patraix
Valencia.
Interesados llamar
para reserva de
plaza



CARMEN HAUT
18 AÑOS DE
INVESTIGACIÓN

INFORMACIÓN 670 20 59 85

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

FUNDAMENTOS DE LA NUEVA MEDICINA

El renacer de la conciencia

Amelia Izquierdo Acamer
Filósofa, psicóloga clínica

Gema Ballester Palanca
Médica estomatóloga



La vida es una sola y consciente totalidad que está en constante y creativa comunicación con cada una de sus partes. La vida sabe lo que hace y nos lo comunica. La vida nos habla en susurros y si no la escuchamos nos habla más alto; si aún no podemos o sabemos entender o no queremos escuchar, nos sigue hablando más y más alto... hasta que nos da un grito. Ese grito es el dolor, la enfermedad o el accidente.

Eric Rolf

hace unos 25 años saltó a la palestra el esbozo de una nueva medicina que provocó cierta incomodidad dentro de la comunidad médico-científica. Un médico alemán, el Dr. Hammer, planteó los fundamentos de esta medicina en base a ciertas evidencias encontradas en los escáneres cerebrales de sus pacientes oncológicos y de su propia experiencia vital. Tanto su esposa como él mismo desarrollaron un cáncer tras la muerte accidental y violenta de su hijo, ella no sobrevivió. Es posible que su pacto de fidelidad con la vida le hiciera

profundizar en el estudio de la enfermedad y su relación con las experiencias vitales o conflictos biológicos (como él les llamaba).

Lo que en principio le parecía un "defecto técnico" en las fotografías de los escáneres cerebrales resultó ser la huella de un impacto sobre una zona cerebral determinada por un conflicto en la vida de los pacientes y el punto donde se ubicaba esta huella, representaba la conexión con el órgano afectado por el cáncer. Realizó un estudio donde definía la relación de enfermedades con los órganos afectados y el conflicto biológico que les correlacionaba.

El alcance de esta investigación

venía a demostrar que un cáncer u otra enfermedad podría "curarse" atendiendo a la resolución del conflicto que la ocasionara y prescribirse en el preciso momento en que ésta se resolviera. La evidencia de tantas enfermedades crónicas revelaba lógicamente que éstas, en su gran mayoría, no eran resueltas. Esto planteó un gran dilema y una fuerte controversia en torno a delimitar cuál es el objeto a curar, quién es el agente que lo cura, qué recurso y método se establece en la curación.

Por aquella época y en la misma línea, también los estudios de Ruddiger Dalke y col. mostraban el "camino de la enfermedad",

haciendo referencia a una energía bloqueada por experiencias vitales. Alertaban sobre los peligros en la práctica de confundir los síntomas con la enfermedad y de atacar masivamente a éstos como método prioritario de curar, ya que los problemas vitales que generan estas actitudes inadecuadas se manifiestan a través de estos síntomas. Llevar a cabo tratamientos masivos sobre ellos, sean del tipo que sean, conductuales, físicos, mentales o emocionales, nos impide descubrir el significado de la enfermedad, ya que ésta sobrevive desplazándose de un lugar a otro, avisando simbólicamente sobre el motivo vital de su existencia.

Evidentemente los métodos de trabajo que emergen desde esta visión holística de la enfermedad no casan con la mayoría de métodos ortodoxos al uso y la reacción del sistema no se dejó esperar. El Dr Hammer fue "excomulgado" de la comunidad médica por subvertir sus métodos, como lo fue en su día Galileo Galilei, cuando demostró la veracidad de la teoría de Copérnico y que este último no se atrevió a manifestar por temor a las consecuencias. Copérnico y Galileo desvelaron un principio aristotélico equivocado: "que en

el sistema solar no era la Tierra sino el Sol el que ocupaba el centro". Con tan sólo cambiar una pieza de sitio, la estructura jerárquica de todo el sistema de creencias filosóficas, sociales, políticas, religiosas, científicas y económicas se desmontaba, ya que éstas se encontraban perfectamente fundamentadas sobre un principio erróneo.

Valga esta analogía para representar ese *centro* del universo micro cósmico que se materializa en el ser humano, con toda su complejidad, y del que emerge el sol de su conciencia, con esa resonancia presente, constante, creativa e impermanente del macrocosmos que le sustenta.

La nueva medicina en ciernes está ya fundamentada empíricamente y también busca su experimentación científica. Necesita confianza, apoyo y reconocimiento propio. También necesita algunos cambios de premisas: una de ellas, contar con ese centro consciente, ese sol de luz y de fuerza que emerge de la capacidad innata del ser humano, y la otra, aceptar que es únicamente este ser el que puede acceder a su "gran cura", siendo nosotros, médicos o terapeutas, meros instrumentos. Esta curación pasa indefectible-

mente por la luz de su conciencia, llegando ésta a manifestarse a través de un cambio en las actitudes y una puesta a punto de sus aptitudes. *Todo* está presente, tan sólo necesitamos encontrar, ubicar y ajustar de acuerdo a nuestro paradójico e "inconsciente" plan de existencia.

"Cúrese usted mismo", como decía Eduard Bach, o "usted puede sanar su vida", como dice Louise Hay, son otros tantos referentes de este poder de sanación que todos tenemos y que en muchas ocasiones, por miedo o por dependencia, depositamos en manos de los otros.

La revolución "hammeriana" es a la copernicana lo que la nueva medicina representa ante este cambio de creencias, como aquel que tuvo lugar dentro del sistema renacentista. Un giro de paradigma, gradual y sistémico que no debe mirarse como una amenaza, sino como una esperanza de vida. Hoy en día disponemos de muchas medicinas, todas las herramientas son válidas siempre y cuando se mantenga un criterio fundamental: mantener despierta la conciencia. TM

www.zentrame.es
www.mujerdespierta.es



Psicomedicina
 para sanar,
 prevenir, fortalecer
 y perfeccionar la salud

Periodista Azzati 3b C/ Alicante Privada 6-2-3
 Tel. 962 691 324 Tel. 961 187 814
 PUERTO DE SAGUNTO

Gema Ballester.
 Médica estomatóloga.
 Odontología Holística

Amelia Izquierdo.
 Psicóloga Clínica

www.zentrame.es

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

Distribuye: **Azabache**
 piedras y minerales
 962 679 506 - info@azabachepm.com

VIBRACIONES DE SALUD

Múltiples usos de la Radiestesia

M^a Teresa Vidal

Directora de la Escuela
de Salud Alt Benestar



Todo es energía y emite una vibración, y por tanto es susceptible de ser percibida y medida gracias a las facultades de percepción, sensibilidad e interpretación que de una forma innata poseemos los humanos. Nuestro organismo es un receptor que capta las radiaciones emitidas por otros cuerpos y por las diversas formas de energía.

El hombre se dio cuenta de que las radiaciones son emitidas, no sólo por el agua y los metales, sino por cualquier forma de vida, sea animal, vegetal o mineral, y vio que esta "resonancia" entre una materia orgánica o inorgánica y la mente del hombre tenía validez y podía ser percibida y medida, es decir, todas las formas de energía podían ser percibidas mediante la Radiestesia.

Para hacer uso de esta percepción se utilizan instrumentos radiestésicos como las varillas y los péndulos en sus diversos materiales (cristal, magnéticos, madera...).

Son múltiples los usos de la Radiestesia. El radiestesta puede percibir las longitudes de onda o radiaciones naturales para encontrar la presencia de eso que

está buscando:

- diagnosticar enfermedades,
- obtener medidas exactas,
- encontrar agua,
- encontrar minerales,
- inventariar recursos naturales,
- predecir estados actuales o futuros de la materia viva,
- encontrar objetos perdidos,
- ubicar puntos de radiación de energía,
- encontrar personas, etcétera.

En nuestra cultura actual, la gran mayoría no considera que la intuición, la imaginación, la subjetividad y el sexto sentido sean opciones válidas para obtener conocimientos y por lo tanto se reprimen desde la infancia, pero todos tenemos un sexto sentido y una capacidad potencial para tener sensaciones extrasensoriales, aunque gran parte de la población nunca llega a desarrollarlas más allá de lo que considera "casualidades". ¡Anímate a despertar tus capacidades, ayudado por la Radiestesia, y descubre su potencial! 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

CONCIENCIA TRASCENDENTE

Provoca cambios en el mundo por el simple hecho de producirlos en sí misma, sin necesidad de acciones externas

**Escuela Internacional
de Sanadores
de Sat Nam Rasayan**



existen muchas definiciones de conciencia. La Escuela de Sat Nam Rasayan (SNR) ofrece una, en apariencia muy simple: *la conciencia es la capacidad de atención a lo que se experimenta*. Como dirían los taoístas, la conciencia es la ventana.

En SNR reducimos el concepto de conciencia. Sólo podemos conocer y entender el universo a través de la experiencia, por eso, a nuestra capacidad de mantenernos atentos a ella le llamamos conciencia y decimos que, cuantos más procesos de experimentación seamos capaces de reconocer, más amplia será nuestra conciencia.

En el primer nivel de SNR, el curador trabajará con un aspecto restringido de su experiencia: sus sensaciones. Entonces, el concepto de conciencia se estrechará más aún: "la conciencia es la capacidad de percibir lo que se siente". Todo el universo puede ma-

nifestarse en el curador en forma de sensaciones: el conocimiento se puede experimentar como una sensación, aunque no establecemos que ésa sea la única forma posible. El sanador puede conocer, de una forma que va más allá de lo racional, lo que le sucede a una persona a través de sus sensaciones. En SNR no se pretende definir lo que es real, únicamente interesa aquello que se experimenta. De esta forma lo importante no es saber-definir lo que se siente, sino permitir la experiencia de las sensaciones y permitir que las resistencias o bloqueos puedan modificarse de tal manera que aquello que le sucede a la persona pueda transformarse.

En este arte tradicional de sanación el único elemento curativo es la conciencia. El curador-meditador entra en relación con el sujeto a sanar (persona, cosa, objeto, etcétera) y lo cura por el mero hecho de producir una alteración o un cambio en su propia experiencia. Esto significa que la conciencia del curador

se ha vuelto trascendente y sucede porque ha entrado en contacto con el Espacio Sagrado, donde se genera el poder de la curación.

En su acepción más simple trascender es "ir más allá", traspasar los límites aparentes de un estado. La conciencia trascendente es aquella que produce cambios en el mundo por el simple hecho de producirlos en sí misma, sin necesidad de acciones externas. Unos ejemplos de esto sería la curación a distancia, una relación, o incluso sanar una reunión de trabajo o una casa, ya que la conciencia humana tiene la capacidad de trascendencia.

Explicamos la trascendencia según el siguiente patrón: los cambios que el curador produce en su propia conciencia modifican la relación con el sujeto y esto modifica la enfermedad o desajuste. A quien pregunta por qué no decimos que los cambios en la conciencia del curador modifican la enfermedad, le respondemos que lo que experimenta el principiante es un cambio en su relación con el enfermo; posteriormente constatará si el enfermo se ha curado. El curador evolucionado, sin embargo, se funde con el Espacio Sagrado y tiene una experiencia directa de curación.

Si quieres pedir una cita o te interesa el próximo curso, que se inicia el 5 de marzo, contacta con la escuela. Esperamos que entendáis que en un artículo no podemos estar definiendo todo a lo que aquí nos referimos, así, términos como sujeto, resistencias, enfermedad, curación o espacio sagrado dan pie a artículos propios. TM

www.gobinde.com

SABIDURÍA
 **ATLANTE**
TERAPIAS NATURALES

AROLO TIFAR
SANACIÓN ESPIRITUAL ACTIVA
CIRUGÍA ENERGÉTICA
REIKI
MEDICINA CHAKRAL
CARTAS OH

amparo.sancho@hotmail.com

tif. 650 98 21 40

¡¡COMENZAMOS EN MARZO!!

FORMACIÓN
SANACIÓN
ENERGÉTICA
MULTIDISCIPLINAR

REIKI CHI KUNG KINESIOLOGÍA GEMOTERAPIA

C/ Quart 101 Valencia 676758709 www.centrouranium.com

CENTRO

URANIUM

Formación de
Sat Nam Rasayan
SANACIÓN A TRAVÉS DE LA MEDITACIÓN

Gobinde  **Yoga Valencia**

Inicio el
5 de Marzo



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

LA PIEDRA ANGUL

Conciencia espiritual, dice Enrique Simó, es el punto principal sobre el que se monta la arquitectura humana. El responsable de Brahma Kumaris en Madrid explica que para ello es especialmente útil la práctica de la meditación, y que también se llega a través de preguntas que conducen hacia el mundo interior

-¿Cómo cambia mi mundo si yo cambio mi conciencia, Enrique?

-Se trata de ser conscientes del recurso tan poderoso que tenemos, nuestra mente. Ella genera pensamientos, sentimientos, es capaz de ir al pasado y traer recuerdos, ir al futuro y traer visiones. Sin embargo, es uno de los recursos menos utilizados correctamente. Como lo recibimos gratuitamente, de regalo, tampoco sabemos utilizarlo porque no se nos ha enseñado en la escuela, en la universidad o en ningún otro sitio, funciona solo. Y lo que está ocurriendo ahora es que ese funcionamiento automático resulta ser bastante perjudicial. El efecto de los pensamientos negativos lleva a las personas hacia la depresión, la tristeza, el sufrimiento o incluso la confusión.

Entonces, cuando comenzamos a descubrir este recurso y nos damos cuenta de que es algo que podemos utilizar, nuestra vida empieza a cambiar. La base de la conciencia son nuestros pensamientos. Ellos van conformando una estructura mental que con el tiempo crea lo que denominamos conciencia. Y empezamos a actuar, hablar, pensar, a observar el mundo según esa estructura. Por ejemplo, hoy en día muchas personas han creado la conciencia de ser víctimas. No utilizan esta palabra, no dicen que lo son, pero todos sus pensamientos y modo de entender la

vida están basados en que el culpable de lo que les pasa siempre está fuera: "las circunstancias son muy difíciles", "no hay trabajo", "mi jefe es así", "mi familia me enseñó de esta manera...", etcétera. Por lo tanto acaban siendo víctimas de las circunstancias, creen que nada puede cambiar si no cambia lo de afuera.

-El elevado número de "víctimas" favorece la aparición de "salvadores".

-De hecho es lo que está pasando. Veamos, en los medios de comunicación aparece la imagen de la crisis. Es verdad que hay una situación complicada, pero podemos hacer mucho más de lo que pensamos. Frases muy típicas que se escuchan como "qué suerte que tengamos un trabajo; mejor es que no nos quejemos", ¿qué quieren decir?: ¿que ahora tienes que aceptar cualquier condición en el trabajo, la reducción de tu sueldo, aumento de horas? ¿Ahora todo está permitido porque estamos en crisis? Tampoco es así. No se trata de volver a ser esclavos por algo que se llama crisis. Debemos mantener un equilibrio profesional y personal.

-Se crea así un círculo vicioso. Entonces, ¿cómo hacer un círculo virtuoso, lograr un verdadero cambio?

-Al no ser conscientes de los pensamientos que estamos creando durante el día, se van construyendo diversos ti-

AR

Aurelio Álvarez Cortez

pos de conciencia que suelen ser negativos, estableciendo un círculo vicioso. Además del de víctima, puede ser también el del crítico, el de quien juzga, es decir, diferentes tipos de conciencia limitada, siempre viendo al mundo desde afuera. No me miro a mí mismo, no me conecto con lo que sucede en mi interior. El cambio vendría por ese tránsito desde la conciencia de lo exterior hacia la conciencia de lo interior: ¿qué pasa en mi interior, cómo estoy, cómo me siento, qué estoy pensando? El primer paso sería ver cuántos pensamientos inútiles tengo, la forma en que juzgo a los demás. Sentir que estoy lleno de estrés, físicamente cansado... Este tipo de conciencia que parece muy básico, muy nuevo para muchísima gente, ya produciría un pequeño cambio. A partir de ahí introducimos la meditación, la espiritualidad, que significa ya no sólo darme cuenta de qué pasa en mi mundo interior, sino un proceso de entender qué tipo de pensamientos generan más energía, creadores de una conciencia más saludable.

-¿Este primer paso de darse cuenta se puede hacer solo o conviene buscar ayuda?

-Ojalá se pudiera hacer solo, que teóricamente sería posible, pero en mi trabajo como coach con directivos observo que algunos de ellos son inconscientes del estrés que están sobrellevando y sus causas. Desde fuera es tan



entrevista

“La gente no se permite ser feliz porque depende de su grado de conciencia”, afirma Enrique.

Quién es

Formador y consultor en el área de desarrollo personal y organizativo, Enrique Simó Kadletz es el director de Brahma Kumaris en Madrid. Desde hace 24 años imparte cursos, seminarios y conferencias en toda España, como también en Chile, Argentina, Uruguay, Bolivia y Perú. Ha dado charlas en Europa e India, difundiendo la cultura de la paz como método para que nuestra sociedad mejore. Como formador en recursos humanos ha trabajado en diversas instituciones oficiales y privadas. Dedicó parte de su tiempo a colaborar y coordinar proyectos por la paz, entre ellos Cooperación Global por un Mundo Mejor, Cultura de la Paz, Despertar la Dignidad Humana, de organizaciones como Unicef, Unesco y otras ONG's. Es autor del libro “Un regalo de paz: pensamientos para un mundo mejor”, traducido a varios idiomas, y ha editado el CD de reflexiones “Momentos de paz”. Más info en www.bkwsu.org/spain

evidente, pero para ellos no. De repente se enferman, sienten un gran cansancio, con síntomas preocupantes. El médico no detecta nada, les dice que tienen un tremendo estrés y que necesitan descanso. "Pero qué voy a hacer en casa tantos días", plantean. Igualmente, el médico les prohíbe cualquier actividad porque de lo contrario se verían en peores situaciones. Incluso, con tantas evidencias sobre el origen de ese malestar, muestran una negación. Yo pongo siempre el ejemplo del coche: tiene desgaste con el paso del tiempo, hay que llevarlo a revisiones periódicas, pero a nuestro vehículo, físico y mental, no le prestamos atención, sobre todo cuando el tema se relaciona con el trabajo.

-Aparte de casos de estrés, ¿qué es lo que detectas en tu trabajo de coach?

-Descubro tristeza, sufrimiento interno y cansancio.

-Buda decía que el dolor es inevitable pero el sufrimiento es optativo. ¿Nos "gusta" sufrir?

-El sufrimiento es una opción cuando tenemos conciencia, pero cuando no, se convierte en una obligación. De ahí la importancia de despertar la conciencia, una nueva conciencia. Hay quienes dicen "cómo no voy a sufrir si me ha dejado", "cómo no voy a sufrir si he perdido el trabajo"... Yo digo: disfruta este día, que lo tienes libre, y luego busca otras oportunidades. La gente no se permite ser feliz porque depende de su grado de conciencia. Si no somos conscientes de nuestro mundo interior y de otra realidad, la vida es muy dura porque el mundo exterior no da respuestas.

-El año pasado fuimos testigos de protagonizado por un grupo de mineros en Chile, y es inevitable preguntarse si hacen falta otros casos parecidos para darnos cuenta de lo que somos capaces.

-Es muy curioso que cuando suce-

de algo dramático respondemos de un modo interesante: el ser humano tiene una gran capacidad de ayuda, de misericordia, de amor, de empeño, dedicación. Pero esta capacidad se encuentra tan apagada en la sociedad que hemos construido, que lo único que hacemos es mostrar todo lo contrario: competición, robos, engaños, y nos damos miedo. No confiamos en nadie. Llega un momento en que la única solución parece es que ocurran situaciones dramáticas, incluso a gran escala, para que la gente saque lo mejor de sí.

-Casos como los sucedidos durante el Holocausto demuestran que el ser humano no es maligno por necesidad o genética.

-Es el principio por el que también trabajamos nosotros. Claro que hay que tener un poco de fe porque ves todo lo que pasa y dices "no me lo creo". Vale. Pero si profundizas un poco más y trabajas más contigo mismo descubres que el ser humano es bueno por naturaleza.

-¿Lo que pasa en el mundo es un indicativo de una crisis de valores, más que de economía?

-Sí, y diría crisis de espiritualidad, lo que sucede es que hay que entender esta palabra. Para mí espiritualidad es el enfoque hacia dentro. La conciencia de quién eres, de cómo estás, es decir, en vez de buscar tanta información ahí fuera, hacerlo dentro. Ya lo decían los griegos hace dos mil años: concéte a ti mismo y conocerás el universo.

-Científicos destacados han afirmado que a través del estudio del universo han llegado a vislumbrar una conciencia superior.

-Poco a poco la ciencia va conectando más con la espiritualidad y el mundo no tangible. De todos modos, tenemos la oportunidad de no esperar a que la ciencia lo demuestre, de ser felices mucho antes que ella lo diga. Convendría tener un poco más de madurez. Además de la opción de

cambiar de conciencia a través de un hecho dramático, como lo veíamos antes, inclusive a nivel personal y no social, está otra chance, la de tener inquietud interior, de indagar y crear una nueva conciencia para cambiar la percepción del mundo, del trabajo, la familia, las relaciones, la salud, el cuerpo. Es sorprendente y a la vez más fácil de lo que parece. Intentar cambiar lo de afuera es imposible, pero trabajar contigo tiene una repercusión inmediata.

-¿Cuál es tu piedra angular?

-Para mí es la conciencia espiritual. Tener el enfoque hacia dentro y sentir que no soy la forma, la imagen o el personaje que expreso y muevo durante todo el día sino el ser consciente, el alma que está dando vida al personaje, al cuerpo... En el momento de ser consciente de quién soy también me convierto en el creador del personaje, en el que mueve este cuerpo, en el que es consciente de sus pensamientos. Soy un ser consciente, espiritual, con muchas posibilidades, esto es lo más bonito, y descubres la belleza que hay en tu interior y las experiencias que puedes tener. Cuando aprendo a crear pensamientos basados en la conciencia espiritual puedo experimentar paz, amor, silencio interior, y empezar a verme a mí mismo, la vida y las relaciones de otra manera. Tan sólo necesito practicar, poner atención diaria a mis pensamientos y su repercusión en mis acciones. Esta es la base de la meditación.

-Esta piedra angular la tienen todos.

-Exacto, cuando tú la descubres, empiezas a ver que el otro también la tiene. Dormida, oculta o tapada, pero la tiene. De tanto en tanto, es capaz de despertarse y el otro puede verla.

-¿Qué truco utilizas para descubrirla?

-Si la persona tiene voluntad y quiere, le enseño a meditar, a parar un poco, a reflexionar, a crear pensa-

mientos positivos. Pero si no hay esa posibilidad y sólo se trata de un corto intercambio, a veces las preguntas hacen reflexionar: "en esta situación, ¿qué puedes hacer tú para mejorarla?", "¿qué posibilidades existen para que tú influyas en esta circunstancia?", y de repente eso hace ir hacia dentro. También, en ocasiones cuando alguien se queja mucho, pregunto "¿qué estás aprendiendo de esta situación?", que provoca una desconexión con aquello que se cree culpable de lo que le pasa, o digo "¿qué beneficio encuentras en esta situación aunque sea negativa?", ¿qué puedes contribuir en esta situación?". Aunque no llegues a un plano espiritual, las preguntas te llevan al mundo interior porque tienes que buscar dentro la respuesta.

-Tú dices que necesitamos ser empresarios de nuestra propia empresa.

-Sí, de nuestro mundo. Chequea tu empresa: cómo está tu salud, tu

mente, tus emociones, tus relaciones, y ahora cómo puedes invertir para generar más eso. Un empresario contribuye, se arriesga, hay conciencia de multiplicar lo que está haciendo a nivel físico. Piensa en cómo generar pensamientos positivos para sentirte más feliz. Aprende a invertir en tu interior.

-El universo, si no das nada sin esperar nada, puede creer que eres avaro, y no mereces nada.

-En los cursos pregunto cuánto tiempo dedicáis un día normal a contribuir con algo humanitario. Sin esperar nada. Y no hablamos de responsabilidades familiares o sociales, porque eso lo tenéis que hacer y no hay mérito en ello. Si no contribuimos, la energía no se mueve. Haz algo distinto, algo que contribuya a que el mundo sea un mejor lugar para todos y no sólo lo que te corresponde.

-Descubres que haciendo a otro fe-

liz, tú también lo eres.

-Exacto, y no estamos hablando de comprar cosas, sino de tener gestos, dedicar tiempo, escuchar a una persona, compartir conocimiento espiritual, momentos que hacen que la vida sea distinta. Pero parece que no hay tiempo porque estamos enfocados en hacer cosas que produzcan para acumular. Lo que se trata es de dar, no acumular. La conciencia actual es "si doy, pierdo tiempo". Pero es que si das, luego las cosas funcionan mejor, no tienes que esforzarte tanto. Quienes quieren controlar y hacer todo pensando que los demás no saben hacer, trabajan muchísimo. Cuando confías y apoyas, las cosas ocurren, llegas siempre a tiempo, aparecen las personas, el engranaje encaja con tu agenda y no luchas contra la vida. A veces te sorprende de las cosas bonitas que la vida te trae. Si la vida no tiene sorpresas, un poco de magia... es aburridísima. TM

centro de terapias cuida^T

SANERGÍA

CONEXIÓN SANERGÉTICA

SINTONIZACIÓN

Con la Sanergía abrimos puertas al discernimiento.

Con la Sanergía sanamos el cuerpo, recuperamos la salud.

Con la Sanergía cerramos las fugas de energía, recuperamos el equilibrio, tanto físico, emocional, como mental.

Con la Sanergía mejoramos nuestra actitud y nuestra percepción de las cosas.

Con la Sanergía liberamos los bloqueos que no nos permiten evolucionar.

Con la Sanergía ganamos bienestar.

Con la Sanergía accedemos a un nuevo estado más consciente, más positivo y optimista.

La Sanergía es un instrumento eficaz para todo aquel que quiera experimentar un cambio en su vida, no importa el grado de salud o enfermedad que tenga.

SANERGISTA YANNINA PLACERES ACOSTA



VALENCIA Y ALMARDA (SAGUNTO)

Tel. 661 785 770

www.cuidaterapia.com



info@cuidaterapia.com

COMIDA CON VIDA

*“Raw Food”,
una forma de
alimentación
consciente,
ecológica y
sostenible,
que aporta
salud, vitalidad
y energía*



**Asociación
Gen T Sana**

Un delicioso mundo por descubrir. Así se podría resumir lo que es “raw food” o “living food”. Pero mejor digámoslo en castellano: comer crudo, crudivorismo, crudiveganismo, o también como se la conoce en España, comida con vida, alimentación viva o cocina sin fogones. ¿Zanahorias y lechuga? ¡No! Esta forma de alimentarse ofrece un universo de ricos sabores y texturas.

Veamos. Los expertos en nutrición coinciden en afirmar que para que un alimento conserve sus propiedades nutricionales debe ser fresco, abundante

en enzimas, vitaminas, antioxidantes y minerales orgánicos. De modo que a la comida con vida se la prepara a través de procesos naturales que impulsan, incrementan y resguardan la fuerza vital de los alimentos.

El propósito de la alimentación crudivegana es ofrecerle al cuerpo lo que en verdad necesita para preservar un cuerpo sano, el cual pueda realizar todas sus funciones correctamente. ¿Cómo? Pues a través de un equilibrio perfecto de agua, nutrientes y fibra que brindan energía y fuerza vital.

Un alimento puede decirse que es crudo cuando no puede ser calentado a mayor temperatura que los

alimentos reciben del sol (40°C - 50°C) en razón de que si se traspasa este límite térmico los alimentos comienzan a perder sus propiedades nutricionales. Como resultado, quien así procese sus alimentos obtiene más energía, vitalidad, equilibrio mental y más arraigo con la naturaleza, por lo cual podemos afirmar que, sin duda, este tipo de alimentación favorece a la ecología planetaria y resulta eficazmente sostenible.

Entre los beneficios contrastados del crudivorismo cabe mencionar la prevención de enfermedades, incluso su cura (hepatitis, fatiga crónica y anemia, casos de cáncer y reversión de diabetes, tal y como se ha producido en un centro especializado, en Estados Unidos, en apenas 30 días).

Una dieta famosa que promueve y practica la comida con vida es la del Instituto Hipócrates de West Palm Beach, Florida (EE.UU.), fundado en los años 50 por la doctora Anne Wigmore.

Los alimentos que destaca en su ámbito nutricional están rebosantes de enzimas, el germinado de trigo (contiene 103 vitaminas y minerales, por lo cual se lo considera el alimento milagroso, restaurador de

la salud), otros germinados (en los que se concentran vitaminas, minerales, enzimas y aminoácidos en una forma digestible ya que están "vivos" cuando se los consume, aportando más energía en el cuerpo y mente), vegetales, frutas y bayas, y zumos alcalinos vitales, saludables y desintoxicantes.

Como resalta Beverley Pugh, "necesitamos más que nunca volver a la forma natural de alimentarnos, eliminar toda la química de nuestros alimentos, y decir no a la manipulación genética, pesticidas, insecticidas, envasados, congelados y microondas".

A través de sus cursos y consultas privadas, Pugh —que estará en Valencia este fin de mes— ayuda a las personas a ser más conscientes de este tipo de alimentación, cómo hacer una transición de una forma gradual y, cómo no, poder tener una huerta verde, de germinados, en casa en el mínimo de espacio, poniendo "vida" en nuestra vida, reduciendo la cesta de la compra a la mitad.

En estos momentos es cada vez más importante decidirse a ser autosuficientes. TM

Más info en www.gentsana.scoom.com

RAW FOOD COMIDA CON VIDA

Una transición a la comida con vida
de una forma fácil y armoniosa

Valencia 27 marzo 2011



La importancia de los
germinados en el siglo XXI

Preparación de la comida con
vida.

Taller de green smoothies
batidos verdes

Conferencia sobre la
espiritualidad y el RAW FOOD

ORGANIZA

Asociación Gen T Sana,
Lugar Colonia de la Bon Vent 183,
Montserrat, Valencia

gen-t-sana@gen-t-sana.com

www.gentsana.scoom.com

Tel. 677 519 547 - 629 867 785

Dietética Navarro, viernes 25 a las 17.30
Entrada gratuita. Se ruega puntualidad.



beverley pugh
pure passion
for life

tel +34 629 86 77 85
www.purepassionforlife.com

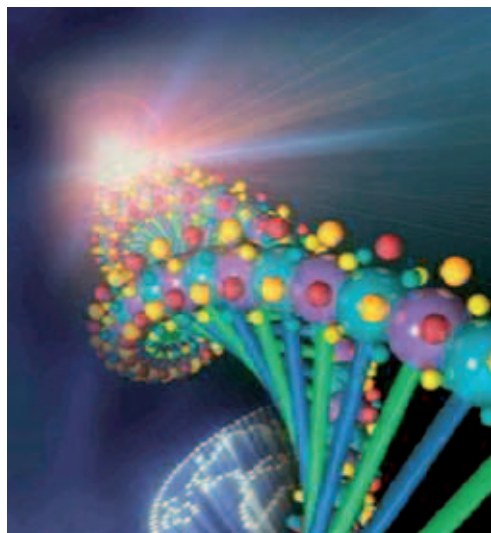
Beverley Pugh. Educadora de salud
Hippocrates (Florida) y coach de
alimento vivo. Certificada por Alisa
Cohen como chef de alimentos
vivos y instructora. Certificada por
el Instituto de la Luz (California)
como chef y instructora cruda.
Maestra de reiki, renacedora y
reflexóloga. Facilitadora de PSCHY-K



FRECUENCIAS EQUILIBRANTES

*Sistema SCIO/Q.
Biorresonancia*

Fran Hernández
Técnico en
biorresonancia



La terapia de biorresonancia se basa en el principio de captar, modificar y emitir las frecuencias electromagnéticas del cuerpo. Es un medio de gran alcance y grandes resultados clínicos. Permite equilibrar, ajustar y mejorar la calidad de vida, a "personas-jes" que están sufriendo patologías crónicas o crónico-degenerativas y que están sobrecargadas por medicamentos.

El sistema QXCI es la tecnología más avanzada de este siglo, ya que puede valorar en una misma sesión la reactividad del paciente, sus reservas energéticas, su sistema inmunitario, hormonal, funcional, y así permitir valorar las causas de la patología.

QXCI detecta anomalías energéticas y automáticamente provee al organismo de paquetes informativos de biofotones, mediante un circuito de biofeedback. Y así ayuda al organismo curarse a sí mismo, a identificar, deshacerse y eliminar tóxicos ambientales (monóxido de carbono, gases radones, campos electromagnéticos interferentes (televisión, móvil, portátil), rayos X, metales pesados, vacunas, etcétera.

Propiedades

Según sabemos, existe una interacción vibracional entre todos los (s)eres vivos, por lo tanto estamos expuestos a compartir los que nos rodea, aunque nos neguemos o/y no sepamos interpretarlo. Con esto dicho (ex)entendido lo compartimos todo.

Los biofotones (vida luz), que emite el sistema quantum, equivale a paquetes informativos que dinamizan y activan a los neurotransmisores "cerebro" y a las células, afectando a los neuropéptidos = "emociones"; y así sucesivamente al sistema neurohormonal, sistema nervioso central, sistema nervioso neurovegetativo, tejidos, sistemas orgánicos, órganos... A esto lo llamamos homeostasia = regulador de la salud holística = "toda".

Demostrado lo dicho, sería normal pensar que acudir a una o varias sesiones del Sistema Quantum sería suficiente para reequilibrar todos los campos interferentes. ¡Pues así es! Sin embargo, no siempre se obtiene el resultado deseado = deseo. Ya que los campos interferentes (miedos, preocupaciones, ira, cólera, envidias, et-

cétera) se siguen practicando y con ello interfiriendo en la homeostasia.

Esta interferencia se soluciona mediante la posibilidad de dinamizar un frasco de cristal expuesto en la bandeja metálica del quantum, haciendo una memoria del programa y mezclándolo con un elixir (flores de Bach, homeopatía, ayurveda, californiana, Narayana, etcétera).

La biorresonancia está muy indicada para la desintoxicación después de medicamentos agresivos, así como para paliar los efectos secundarios de la quimioterapia y la radioterapia en pacientes oncológicos. Infecciones crónicas por virus, hepatitis, herpes, alergias alimentarias, reumatismos y problemas focales, artrosis, enfermedades de la piel, micosis, eczemas, dermatitis atópica, trastornos de la memoria, trastornos del comportamiento, depresión, ansiedad, insomnio, estrés, obesidad.

Es ideal también para los niños, resulta indoloro y cómodo para ellos, consiguiendo en pediatría resultados muy notables, incluso en niños muy medicados con antibióticos y cuyo sistema inmunológico es deficitario.

SCIO/Q es una excelente herramienta de test y terapia sin necesidad de:

- un análisis de sangre,
- un electrocardiograma,
- un análisis de orina,
- un análisis de hormonas,
- un test de alergias,
- un balance Iríco,
- un escáner,
- una radiografía. TM



TIENDA
TODO NATURAL
www.tiendatodonatural.com



Chi kung
El arte de la fuerza interna
Centro Totart,
C/ Palleteer 81 Valencia
valenciachikung.blogspot.com
robertorodrigomasia@gmail.com
tel: 656950199



PILAR IVORRA BELA DEL OLMO
*manantial
alegría*
Renacimiento
Terapia individual
Formación de terapeutas
EMF Balancing Technique
Acupuntura
Sanación por Arquetipos
Consulta de Biorresonancia
con Quantum SCIO
C/ HONORATO JUAN, 16, 8 - 46007 VALENCIA
manantialvalencia@gmail.com
Tel. 622 270 210 - 961 141 305



FRAN HERNÁNDEZ
Naturópata
Osteópata
Iridólogo
Geobiólogo
Técnico en Biorresonancia
Más información en:
Centro Manantial Alegria
96 114 1305
Afric Art
629 609 275

NACER A SÍ MISMO

*Todos poseemos
el potencial para
convertirnos
en maestros
de nuestra vida*



Lurdes Reina

Terapeuta
psicocorporal

*h*emos nacido en un tiempo determinado, algunos incluso pueden recordar sus nacimientos, algunas técnicas facilitan este proceso. Y después, ¿qué?

Después es necesario volverse a reinventar, darse nacimiento a sí mismo, alejados de los condicionamientos de nuestros primeros años de vida. De forma CASI inevitable llega un momento en la vida de una persona que no puede más, un acontecimiento viene a despertarnos, ya sea un accidente, la muerte de un ser querido, una enfermedad grave, una quiebra económica, etc. ¿Qué es lo

que vamos a hacer con este acontecimiento que la vida nos presenta? Es una prueba, una iniciación. ¿Vamos a dejarnos iniciar por la vida? ¿O vamos a encerrarnos más en nosotros mismos, adoptando un personaje de víctima? Es una elección y somos libres, libres de aceptar la iniciación a la vida y al amor, y libres de interpretar o seguir interpretando el personaje víctima. Todos poseemos en nuestro interior el potencial para convertirnos en maestros de nuestra vida. Para despertar este potencial hace falta nacer a uno mismo.

Nacer a sí mismo es nacer a los tres planos que nos habitan: el cuerpo físico, el corazón y el Alma.

Nacer al cuerpo físico es nacer a

la tierra, es entrar a la escucha de nuestras necesidades más profundas y fundamentales, es el lugar donde se expresa nuestro inconsciente. En nuestro cuerpo está inscrita nuestra historia, no la historia que nos han contado, no la historia que nos hemos construido para "sobrevivir", sino nuestra verdadera y profunda naturaleza. A menudo nuestra naturaleza profunda se halla rodeada de corazas que no nos permiten actuar, sentir ni pensar libremente. Hemos aprendido a callarnos para no molestar a los demás, hemos aprendido a disfrazar nuestras necesidades en pos de complacer a los demás, hemos aprendido a hacer lo que se esperaba de nosotros. El diálogo con

nuestro cuerpo físico a través de los movimientos psicocorporales nos lleva de forma ecológica a flexibilizar y liberar las corazas que hemos instalado en nosotros como medida de supervivencia. Nuestro cuerpo físico es el templo de nuestra alma, si está libre nuestra alma puede reposar en él, puede expresarse en nuestra fisicalidad. Nacer al cuerpo es nacer a nuestra encarnación, nacer a la tierra que nos sostiene.

Nacer al corazón es nacer al Amor. ¿Cuál es nuestra relación con el Amor? ¿Es un amor condicionado? ¿"Te quiero sí...."? ¿Cuál es la historia de nuestro condicionamiento en el amor? Podemos contemplar cuáles son los esquemas que hemos ido repitiendo a lo largo de nuestra vida con respecto a nuestras relaciones, ya sean de parejas, de amigos, etc. Contemplar si estas relaciones nacían de un corazón herido o un corazón libre. Quizás nos demos

cuenta de que hemos amado bajo el condicionamiento de la carencia, del vacío. Tras esta exploración profunda, la autenticidad nos llama, somos llamados a una profunda fidelidad con nosotros mismos, y libremente podemos decidir abrir el corazón. Asumir, aceptar y acoger las heridas relacionadas con el Amor, sanarlas y abrirnos hacia el amor sin condiciones, el amor que reposa en el interior de nosotros mismos, alojado en la profundidad de nuestro cuerpo físico, templo de nuestra alma. El amor tiene un recipiente sano, nuestro cuerpo, donde asentarse y desde ahí compartirlo con los demás.

Nacer al Alma es nacer a nuestra propia Esencia. Hemos nacido al cuerpo, el recipiente que sostiene el amor que nos habita y que emana de nosotros mismos, hemos nacido al amor, acogiendo y sanando las heridas de la que era portador. En un entorno así nuestra alma tiene

el escenario perfecto para realizarse, para desplegar sus alas y llevar a cabo su misión aquí en la fisicalidad de la tierra. Nacer al Alma es establecer una relación íntima con nuestra verdadera naturaleza. Se establece un diálogo profundo entre nuestra personalidad y nuestra alma. Este nacimiento llama a una gran flexibilidad de nuestra personalidad, nuestro ego. Se establece un diálogo entre nuestro maestro interno y nuestro discípulo interno, este diálogo abre la puerta a lo transpersonal en nosotros mismos, nos dirigimos a la unificación profunda. Nacer al alma es mantenernos a la escucha de los mensajes que ella nos envía, a fin de poderlos utilizar para la creación y el objetivo de nuestra encarnación. Nacer al Alma es nacer a nuestra espiritualidad. TM

www.nacerasimismo.blogspot.com
lurdesreina@yahoo.com



EVENTOS GRATUITOS MARZO

Viernes 4: PROYECCIÓN GREAT FREEDOM

Viernes 11: PROYECCIÓN "¿Y TU QUÉ SABES T?"
 Con la presencia de Ameer Vidroh, doctor en física.
 Podremos formular todo tipo de preguntas sobre física cuántica.

Viernes 18: CLASE DE PRUEBA DE BIODANZA.

Domingo 20: RED DE AFECTIVIDAD.

Viernes 25: "CELEBRANDO LAS ENSEÑANZAS DEL MAESTRO OSHO". Diálogo y Meditación.



C/ Luis Santángel 29 B
 (junto Peris y Valero)
 46005 Valencia
 T. 96 381 73 36

96 381 73 36

www.espaillum.com
espaillum@gmail.com

CURSOS DE FIN DE SEMANA

MARZO

27. CONSTELACIONES FAMILIARES.
 "Aprendiendo a Vivir en amor"
 Con Anand Shukla y Adriana Morant.

MAYO

6, 7 y 8. CODEPENDENCIA E INTEGRACION DEL NIÑO INTERIOR.
 Dinámicas de relación en pareja.
 "Disolver patrones dolorosos para crecer y amar"
 con Ketan Raventos.

21 y 22. CURSO DE FORMACION DE MASAJE AYURVEDICO KOSUM MODAK.
 Con Matuk Guayuba.

27. AUM MEDITATION OSHO..
 Con Xavier Domenech.

28 y 29. TANTRA.
 "Explorando la intimidad Sagrada"
 con Xavier Domenech

SEPTIEMBRE

16, 17 y 18. CURSO PARA TERAPEUTAS.
 "La terapia y nuestro propio proceso"
 Con Rakasa Lucero.

GENERA SALUD CON TUS MANOS

*Un conocimiento
preciso del cuerpo
humano para evitar
los dolores que nos
alejan de la felicidad*



Toni Bustos

Director de la
Escuela Quirosoma

Todos hemos tenido sobrecargas musculares molestas, irritantes y difíciles de sobrellevar, que afectan a nuestro estado de ánimo, nos vuelven personas amargadas, irascibles y continuamente enojadas. Esos dolores musculares alteran nuestra paz y tranquilidad, destruyen nuestro equilibrio interno y afectan tristemente a nuestra relación con las personas que nos rodean.

Los masajes nos vuelven a convertir en aquel bebé risueño que fuimos antaño, liberado de los traumas emocionales que somatizamos en forma de contracturas musculares (los célebres “puntos gatillo”), que nos han ido causando las frustraciones, temores y amarguras que depara nuestro caminar por la vida.

Desde hace tiempo se ha demostrado que el masaje favorece y adelanta la recuperación muscular tras el esfuerzo físico, ya que elimina las toxinas y el endurecimiento muscular que nos provoca el ejercicio o las rutinas cotidianas.

El masaje ayuda a relajarse, a disminuir la ansiedad, a bajar la presión sanguínea, a eliminar toxinas, a recuperar flexibilidad, a adelantar la recuperación muscular.

Esto viene a cuento de que un sabio de nuestro tiempo me espetó esta frase cuando le hablé de los masajistas: “No se me ocurre mejor forma de ganarse la vida que aliviando el dolor de los demás”. No en vano, todo lo que sea combatir la tensión y la ansiedad; todo lo que aporte salud corporal, genera cuantiosos dividendos y una altísima cotización en el bienestar y la calidad de vida de las personas.

Una de las actividades con la que más se disfruta y se di-

funde el masaje son las prácticas que se realizan en las carreras populares, clubs y acontecimientos deportivos, donde se acude con camillas y se dan masajes gratuitos a los deportistas. Los propios quiromasajistas confirman que “trabajar con los músculos fibrosos de los atletas, contracturados o agarrotados tras las carreras, supone un reto estimulante y motivador”.

Todos estos corredores entienden que recibir masajes periódicamente es beneficioso para sus cuerpos. Pero también lo es para cualquier persona, aunque no practique ningún deporte. De hecho, al manipular los músculos se favorece el riego sanguíneo y se recupera la flexibilidad, que se ve castigada por las duras exigencias de la vida diaria. Después de tanta actividad los músculos están contraídos, acortados y el masaje les vuelve a dar oxigenación, elasticidad y regeneración celular.

La tensión, repetición y fatiga continuada de los músculos causa gradualmente una acumulación de ácido láctico y gas anhídrido carbónico, lo que desemboca en un endurecimiento de las fibras musculares que pierden el poder de contracción.

A eso se dedican los cursos de Quiromasaje de la Escuela Quirosoma, a formar con seriedad y rigor a quiromasajistas, reflexólogos, osteópatas (personas de un amplísimo espectro social, desde estudiantes, amas de casa, hasta ejecutivos, profesionales), adquiriendo una gran soltura para aliviar y prevenir los dolores que nos alejan de la felicidad. TM

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).



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. Acropuntura. 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

EL VIAJE DEL HÉROE

“Las aventuras del chamán en el otro mundo, las pruebas a que es sometido durante sus descensos extáticos a los infiernos y en sus ascensiones celestes recuerdan las aventuras de los personajes de los cuentos populares y de los héroes que pueblan la literatura épica. Es muy probable que muchos «temas», motivos, personajes, imágenes y estereotipos de la literatura épica sean, en última instancia, de origen extático, en el sentido de que se tomaron en préstamo de los chamanes cuando éstos narraban sus viajes y aventuras en los mundos sobrehumanos”.

Mircea Eliade en “Historia de las creencias y las ideas religiosas”

Ana Pérez

Terapeuta Gestalt, coach
y periodista

Martín Ribes

Terapeuta transpersonal y
chamánico

manejar el proceso de crecimiento personal y de cambio

vital puede asimilarse a lo que Joseph Campbell denominara “El viaje del héroe” (The Power of the Myth, 1988). Campbell indagó sobre las conexiones entre los mitos y los relatos de cambio que trascienden las fronteras culturales. Analizó relatos de héroes, tanto históricos como míticos, en todas las eras, culturas, religiones y de ambos sexos.

También descubrió que algunos temas se repiten en numerosas culturas, lo que indicaría una estructura subyacente que conecta a toda la humanidad, el viaje del hombre a través de la forma, el tiempo y el espacio, y que refleja el camino que seguimos desde que nacemos hasta que morimos, con independencia de nuestras circunstancias personales, pequeñas o grandes diferencias en el decorado y atrezzo pero al final es la misma obra la que se representa: Gnosei te auton, el hombre en busca de sí mismo. Así como nacemos y morimos de la misma forma, y nuestra sangre es igual de roja en to-

dos pues estamos hechos a una misma imagen y semejanza de, la memoria colectiva de nuestra especie custodia también otros patrones profundos.

Campbell describió estas coincidencias de nuestro recorrido vital como las etapas del “Viaje del Héroe”, una secuencia de acontecimientos que pueden ser compartidos en los mitos épicos y las historias de todas las culturas. Su concepto de viaje del héroe proporciona un valioso mapa de ruta para que coaches y terapeutas eficaces podamos ayudar a nuestros clientes a tratar con los desafíos del cambio, particularmente del cambio al nivel de la identidad. Según Campbell, las etapas del viaje del héroe son:

- Escuchar un llamamiento, vocación, relacionado con nuestra identidad, con nuestro propósito vital o con nuestra misión. Podemos elegir entre aceptarlo o tratar de ignorarlo. Es cuando recibimos la invitación a la fiesta...

- Aceptar el llamamiento nos conduce a enfrentarnos con una frontera o un umbral en nuestras capacidades o en nuestro mapa del mundo. Tratar de ignorar el llamamiento suele conducir a la formación o exacerbación de problemas o síntomas en nuestra vida.

Hablamos de tratar de ignorar que no conseguir. Eso sí, lo podemos reprimir y encerrar en los sótanos del inconsciente para que desde la sombra nos pase la factura en forma de enfermedad, desazón constante o la lenta agonía de una vida absolutamente anodina y tediosa, o cualquier otra regalito por el estilo: no podemos escaparnos de nosotros mismos. Véase la peli “El Maquinista”.

- Cruzar el umbral nos propulsa hacia algún “territorio” de vida nueva, situado fuera de nuestra área de seguridad actual hacia un nuevo territorio que nos mueve a crecer y evolucionar, y que nos obliga a buscar alguna clase de apoyo o guía. Salir de nuestra zona de seguridad, zona de confort o zona vainilla, dejar de ver los toros desde la barrera y bajar a la plaza a torear. El bebé está cómodo, seguro y calentito en la barriga de mamá, al igual que el polluelo lo está dentro del huevo pero, y puede que muy a su pesar, la fuerza de la vida lo impulsará y expulsará hacia fuera, hacia el mundo, lo desconocido. Y si no es capaz de montarse en el río imperioso y seguir este impulso, morirá. No existe la posibilidad de la vuelta atrás al útero o al cascarón, ni

tampoco la de detenerse y quedarse donde uno está. Es la paradoja el cambio constante. Como decía el gran maestro del violonchelo Pau Casals, hay que aprender a que descansen unos dedos mientras los otros tocan pero sin detenerse.

- Encontrar un guardián, mentor o terapeuta es algo que suele suceder de forma natural una vez que hemos tenido el valor de cruzar el umbral. Como se dice: "Cuando el alumno está dispuesto, aparece el maestro". Puesto que el territorio más allá del umbral es nuevo para nosotros, no podemos saber de antemano qué clase de guardianes necesitaremos con el paso del tiempo, ni quiénes serán.

- Enfrentarse a un reto, o "demonio", es también una consecuencia natural de haber cruzado el umbral. Los "demonios" no son necesariamente buenos o malos, son simplemente formas de "energía" o "poder" con las que necesitamos aprender a luchar o a las que debemos aceptar. A menudo no son más que simples reflejos de nuestros propios miedos y sombras internos. Frecuentemente, el demonio es una expresión de alguna clase de mensaje de patrocinio negativo, ya sea de uno mismo en respuesta a un reto externo, o de otra persona importante para nosotros.

- Transformar el demonio, la alquimia de la liberación, en recurso o en consejo se consigue normalmente por uno de estos dos caminos: desarrollando alguna habilidad especial o descubriendo algún recurso o alguna herramienta especial. Ambos verbos, desarrollar y descubrir, hacen referencia po-

tenciales ocultos que existen pero que no se han realizado o materializado (realizar de res, cosa).

- Completar la tarea para la que hemos sido llamados y encontrar el modo de satisfacer ese llamamiento, se consigue en última instancia creando un nuevo mapa del mundo que incorpore el crecimiento y los descubrimientos que el viaje ha comportado.

- Encontrar el camino de regreso a casa como una persona transformada, y compartir con otros el conocimiento y la experiencia obtenidos como resultado del viaje.

Si bien el viaje del héroe es claramente una metáfora, resume buena parte de la realidad a la que nos enfrentamos como seres humanos en nuestra búsqueda de un camino hacia la tierra prometida, hacia un éxito futuro, hacia la felicidad y en nuestro debate con las incertidumbres propias del cambio, de la crisis, de la crisálida que está en transformación y cree acertadamente que es el fin del mundo. Y en realidad lo es; es el fin del mundo que hasta ahora ha conocido, una patética sombra en comparación con la gloria que está por venir. Tantos lágrimas, tanto miedo, tanto sufrimiento por algo que es inevitable: ser mejores de lo que éramos antes. TM

<http://gestaltcreativisualization.blogspot.com>

<http://chamanismopractico.blogspot.com>

[blogspot.com](http://chamanismopractico.blogspot.com)

	Martín Ribes Rosner Terapeuta Chamánico y Transpersonal -Sesiones individuales -Círculos chamánicos -Talleres de formación C/ Alicante (privada) 8, 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 
--	--	--

FORMACIONES DE Profesores de Kundalini Yoga. Profesores de Yoga Anatómico. Profesores de Yoga para embarazo. Meditación de Sat Nam Rasayan, para la sanación. * opción fin de semana o entre semana Infórmate de nuestras masajes y terapias.	 <i>Five ligero, vive Yoga</i> Gobinde Yoga Valencia Pintor Salvador Abril. 31 RUZAFA (VALENCIA) 96 325 06 79 - 637 702 142 www.gobinde.com info@gobinde.com
--	---

TIEMPO LIBRE



Con los ojos bien abiertos **Mariana Caplan** **Kairós**

La senda espiritual es como cualquier camino: hay baches y desvíos. Para andarla con seguridad se necesita una cualidad muy poco enseñada pero que resulta crítica: discernimiento. Caplan nos enseña a desarrollar el criterio necesario para llevar una vida espiritual con inteligencia y claridad.



Espera un milagro cada día **Marianne Williamson** **Sabai (DVD)**

La autora de "Volver al amor" y otros libros basados en los principios de "Un curso de milagros" ofrece cinco principios básicos para encontrar nuestras raíces sagradas en un mundo ordinario y a menudo hostil. Aprende a convertir un día cualquiera en un momento de paz, prosperidad, amor.



La terapia Gerson **Ch. Gerson, Morton Walker** **Obelisco**

Los autores presentan una de las primeras terapias alternativas contra el cáncer, que ha tratado con éxito a miles de pacientes a lo largo de más de 60 años, demostrando que no existen las enfermedades «incurables». Datos extraordinarios sobre los poderosos efectos curativos de las frutas.

agenda

agenda@tu-mismo.net

SAT NAM RASAYAN Y SADHANA EN GOBINDE

El día 4, 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 el domingo 13, en este mismo horario, sadhana con música en directo. Estas actividades organizadas por Gobinde, calle Pintor Salvador Abril, 31.

RUEDA DE SANACIÓN EN CENTRO NOVA TERRA.

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

CHARLAS EN QUIROSOMA.

En calle Troya 1, 1, sede de la Escuela Quirosoma, se anuncian las charlas y conferencias gratuitas que a continuación se detallan, de acceso libre. El día 3, a las 20, "Iridiología". Día 4, a las 18, "Aromaterapia para terapeutas"; a las 20, "Medicina Tradicional China". Día 11, a las 18, "Introducción a la bioenergética"; a las 19, "Quiromasaje". Día 25, a las 18, "Nueva Medicina Germánica". Quirosoma participará de Biocultura (del 4 al 6 de este mes), en el stand 207, y en su web se brinda información sobre los eventos que allí realizará.

CONFERENCIAS EN BRAHMA KUMARIS.

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, "¿Podemos vivir felices en tiempos de crisis?"; el 16, "Métodos para tratar el estrés y la negatividad"; el 23, "Reflexiones sobre la libertad y la responsabilidad"; y el 30 "Experimentar con el yoga". Informes de estas y otras actividades a través del teléfono 963 51 81 81.

ENCUENTRO YOGA VALENCIA

Imágenes de un fin de semana a puro yoga. La presencia de Ramiro Calle fue el eje de la gran reunión organizada por TÚ MISMO



Momento de una de las prácticas intensas realizadas en el Encuentro.



Charla de Emilia Nacher, Ángela Pardo, Adelina Gamallo, Siri Tapa y Tara Ruz.



Ramiro Calle junto a Víctor Martínez, durante su conferencia.



Un numeroso público escuchó atentamente las palabras de Ramiro Calle.

TÚ MISMO agradece a las escuelas participantes, expositores y público en general el gran apoyo dado a este Encuentro, que seguramente repetirá su edición muy pronto.

el escapar

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, Masaje Linfático y Masaje Indio de Cabeza, consultas de Quantum SCIO. C/ Caballeros, 11, Valencia. 963 926 081, www.africartespai.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.

TALLER DE EUTOYOGA.

Técnica que combina Yoga y Eutonía, sin esfuerzos articulares ni musculares, para todas las edades, aún con dificultades en la movilidad. Sábado 5, de 10 a 14 y de 16 a 18. Centro Armonía, C/ Duque de Gaeta, 31 bajo
Informes e inscripción: 96 344 32 82, 680 311 188.
Coordina Teresa Márquez Sanmartín.
Web: www.eutoyoga.com
Email: eutoyoga@hotmail.com

CURSO "EL ARTE DE VIVIR".

Seminario de técnicas respiratorias. Conocimiento práctico y técnicas para despertar sus más profundos potenciales y traer plenitud a la vida. Del 10 al 14 de marzo (Centro YAM). Información: Verónica, teléfono 655 813 262, veronika@elartedevivir.es www.elartedevivir.es

MARZO EN QUIROSOMA.

Quirom. Prof., m. y tardes, inicia día 22, f/s, día 26, nocturno, día 21. Quirom. II, día 2, 24 y 26. Vend. Funcional, m. días 4,11 y 25, f/s. 26 y 27. Reflex. podal m. o tardes, día 21. Aromat. para terapeutas f/s, días 26 y 27. Mas. Americano m. y t., día 7. Mas. Californiano + Mas. Calif. + piedras cal., días 12 y 13. Table Tai f/s días 7,14, 21 y 28. Mas. balinés, día 5 y 6. Acropunt. días 26 y 27. Auriculoter. m. 9, 23 y 30, f/s 12 y 13. Shiatsu, m. o t. día 11. Iridiología I, días 26 y 27. Terap. de polaridad I, días 26 y 27. Infórmate sobre nuestro sorteo de un curso valorado en 1.500€. 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 GOBINDE.

Marzo: días 5 y 6, inicio de la nueva Formación de Sat Nam Rasayan. Días 2, 9 y 23, Formación de Profesores de Kundalini Yoga con sadhana gratuita, a las 6.30. Días 12 y 13, Taller de Yoga Anatómico (este mes, sistemas circulatorio y nervioso), 130 € (descuento a profesores). Día 25, a las 19, Master Class de kundalini yoga con Hargobind Singh. Días 26 y 27, Formación de Profesores de Kundalini Yoga, con sadhana gratuita, a las 6.30. Info, 963 250 679 y 637 702 152.

ACTIVIDADES EN ALT BENESTAR.

Días 8 / 22 de marzo, Quiromasaje Profesional (m/t), Iniciación al Masaje (m/t). Día 5, Quiromasaje Profesional (sáb.), Iniciación al Masaje (sáb.). Día 7, Masaje Metamórfico (tardes), Nivel I de Reiki (3 tardes). Día 23, Técnica Manual Superior con Técnicas Avanzadas (miércoles tardes). Del 24 al 28, consultas de Quantum SCIO (solicitar cita previa). 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, 1ª, Tel. 963 940 686.

ate

MANANTIAL ALEGRÍA.

Renacimiento, EMF Balancing Technique, formación de terapeutas, terapia individual, Acupuntura, Sanación por Arquetipos, consulta de Biorresonancia con Quantum SCIO.

C/ Honorato Juan, 16, 8 - Valencia,
Tel. 622 270 210 - 961 141 305,
manantialalegria@gmail.com

APRENDE CHI KUNG.

El arte de la fuerza interna.
Centro Totart, C/ Palleteer 81.
valenciachikung.blogspot.com
robertorodrigomasa@gmail.com
Tel. 656 950 199.

TERAPIAS NATURALES.

Sabiduría Atlante.
Arolo Tifar, Sanación Espiritual Activa, Reiki, Medicina Chakral, Cartas Oh, Tel. 650 982 140.
amparo.sancho@hotmail.com

CURSO PARA NIÑOS.

De superación personal.
A cargo de Carmen Haut.
11 de marzo, a las 18, en
el Centro Advaya,
calle Carcagente 32.
Interesados llamar para reserva
de plaza al teléfono 670 20 59 85.

MIGUEL LÓPEZ DELGADO.

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

YOGA

HACIA LA CONCIENCIA DEL MOMENTO PRESENTE

MARCEL PIERLET



(GURUBIR SINGH)

PROFESOR:

HATHA YOGA

FILOSOFÍA VEDANTA

KUNGALINI 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



Festiva

CAMINOS DE CUMPLIMIENTO

- Stand
- Conferencias
- Presentaciones
- Meditaciones
- Conciertos
- Danza

Organizan:

tú mismo y

paralelamente

16 y 17 de abril
Hotel Solvsa Valencia
Avenida del Puerto, 129

Más información por los teléfonos:
963 366 228 - 652 803 027
www.festiva.org.es