

tú mismo

A close-up portrait of a middle-aged man with short dark hair, looking directly at the camera with a slight smile. He is wearing a dark blue shirt with a white and light blue intricate paisley pattern. The background is dark and out of focus.

www.tu-mismo.net

VALENCIA

DIFUSIÓN
GRATUITA

Nº 49
abril
2011

**DESPERTANDO
AL GIGANTE
DORMIDO**

**LOS ESPACIOS
SAGRADOS**

**FESTIVA EN
EL EXPO HOTEL
DE NUEVO CENTRO**

LICENCIA PARA VIVIR

VAMOS CON EL FRENO DE MANO SIN DARNOS CUENTA, PERO NO AL MANDO DE UN COCHE, SINO EN NUESTRA VIDA. ASÍ LO ADVIERTE FADY BUJANA, COACH FORMADO EN EL MUNDO EMPRESARIAL, QUIEN ADEMÁS PROPONE LA COMPASIÓN COMO HERRAMIENTA PARA EL TRATAMIENTO DEL MIEDO



esencial

Centro de Salud y Herbodietética

CONFERENCIA GRATUITA "CUIDADO E HIGIENE MENTAL"

8 de abril, a las 19

Imparte: INSTITUTO GNÓSTICO DE CIENCIAS UNIVERSALES

CURSO DE REIKI 2º NIVEL

9 y 10 de abril

Precio: 240€

Imparte: ANTAR GONZÁLEZ LÓPEZ

CURSO DE REEDUCACIÓN VISUAL

16 y 17 de abril

Precio: 150€

Imparte: VICTORIA FLORES-GÓNGORA

CLASES SEMANALES

DE YOGA, PILATES

Y BIODANZA

Primera clase gratis.

Matrícula gratis

INFÓRMATE EN TIENDA

TAMBIÉN PUEDES TOMAR SESIONES DE

REIKI, SANACIÓN POR ARQUETIPOS,

QUIROMASAJE, TERAPIA DE SONIDO...

ALQUILER DE SALA

PARA ACTIVIDADES

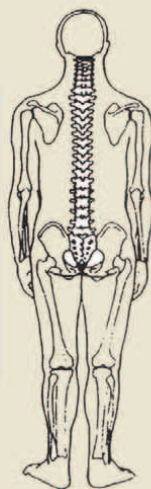
Calle Calabazas, 21. Valencia Tel. 963 940 741

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



PÓNGASE EN MANOS EXPERTAS

CENTRO QUIROPRÁCTICO DE ROCAFORT

ESTUDIO COMPUTERIZADO DE SU COLUMNA

EVALUACIÓN
QUIROPRÁCTICA
GRATUITA

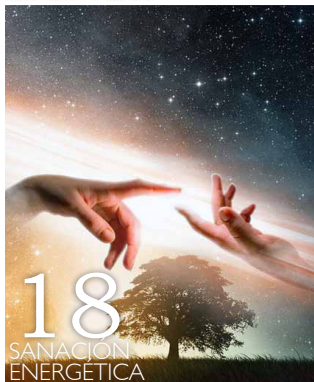
Lo esperamos en
Plaza San Sebastián, 8 bajo
46111 ROCAFORT

PIDA CITA AHORA MISMO,
PODRÍA CAMBIAR SU VIDA!

LLAME AL
TEL. 961 31 05 22



06
PROGRAMACIÓN
DE CUARZOS



18
SANACIÓN
ENERGÉTICA



29
CAMBIO DE LUGAR
PARA FESTIVA

bienestar

- 04 CREER ES CREAR AL MISMO TIEMPO.
08 FEMINEIDAD Y MASCULINIDAD.
10 MEDICINA PARA CUERPO Y ALMA.
12 LOS ESPACIOS SAGRADOS.

entrevista

- 14 CREAR SENTIDO.

astrología

- 20 ARIES, TENDENCIA POSITIVA.

con-ciencia

- 22 UNA BUENA FORMA DE APRENDER.

soma

- 24 BENEFICIOS DE LA ACUPUNTURA.

la otra realidad

- 26 DESPERTANDO AL GIGANTE DORMIDO.

tiempo libre 28. agenda 28. el escaparate 30.

tú mismo Staff

Editor
Aurelio Álvarez Cortez

Arte y maquetación
Noé Álvarez Lier

Colaboradores
Santiago Pando, Carla Iglesias, Amelia Izquierdo,
Sura Lillo, Dulce Hari, Sirio Simó, Fernando Martínez,
Pablo Fernández, Ana Pérez, Martín Ribes, E. S. N. Rasayan,

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.

CREER ES CREAR AL MISMO TIEMPO

La fe es el poder creador. La clave de la enseñanza de los mayas



Santiago Pando

Creer es crear al mismo tiempo. Esa es la clave de la enseñanza Maya que he recibido durante varios años. Y es también lo primero que tendrían que habernos enseñado en el jardín de infancia: te conviertes en lo que tú crees que eres. Nosotros creamos la realidad con nuestros pensamientos, según el sistema de creencias que tenemos incorporado.

Los pensamientos son frecuencias vibratorias que se empatan con realidades de la misma resonancia magnética.

Si creo que Dios me va a castigar,

mi vida será muy atormentada. Si soy ateo, seré una persona escéptica.

Si creo que Dios es amor, mi existencia será luminosa. Si creo en el diablo, es muy probable que conozca el infierno en vida.

Si no creo en la espiritualidad, seré alguien demasiado materialista. Si creo en milagros, mi camino será mágico.

Si creo que los otros son culpables, viviré siendo víctima recurrente. Si creo en las conspiraciones, andaré paranoico hasta el último de mis días.

Si creo que las cosas no tienen remedio, mis males seguirán acu-

mulándose.

Si creo que no, difícilmente se me dará el sí.

Si creo en lo que dicen los noticieros de la tele, me será cada vez más complicado ser optimista con respecto al futuro.

Si creo que los políticos me van a salvar de mis desgracias, sufriré decepciones de tanto en tanto.

Si creo en el Jesús crucificado, no resucitaré a mi Cristo interno.

Si creo en la razón, creeré que el corazón es cosa de locos.

Si creo en el amor, no me ganará el miedo la partida de ajedrez.

Si creo en la vida eterna, la muerte no llenará de temor mi cotidiana-

nidad. Lo que crees, creas como realidad.

Nos dijeron: ver para creer. Y la verdad es al revés: es creer para ver. La creación antecede a la creencia. El Espíritu es el creador de la materia.

En realidad no somos víctimas de las circunstancias, sino los que las hemos provocado. Somos responsables de nuestra propia creación.

Tomar conciencia es entender que el ahora es el momento de la creación. El pasado es una carga negativa si el futuro nos da miedo.

No estamos aquí por lo que viene adelante, estamos aquí por lo que ya dejamos atrás.

Crear es caminar hacia adelante, crear el siguiente escalón sobre el vacío. Es crear de la nada otra realidad. Ser creadores es la misión de nuestra naturaleza humana.

Crear es visualizar el futuro desde el presente. Crear la realidad con la que deseas convivir, ya no enfren-tarte. Si crees que el mundo puede cambiar con tus pensamientos, lo estás cambiando.

La fe es el poder creador. La fe es conciencia y creación. Van de la mano, como el amor y la vida, como la pareja y los niños, como el poeta y la musa, como la palabra y la acción, como la portería y el gol.

La vida es como un ajedrez con miles de millones de piezas en movimiento, todas a la vez. Si no crees, eres un peón sacrificable. Si crees,

eres el rey creador de su propio reino.

El dilema fundamental del juego no es decidir entre blancas o negras, sino entre iluminación o igno-

rancia. Crees o no crees.

Crear en ti es volver a ser niño jugando al recreo con Dios. La vida es el juego de crear y crear al mismo tiempo. TM



**SABIDURÍA
ATLANTE
TERAPIAS NATURALES**

amparo.sancho@hotmail.com

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

tlf. 650 98 21 40



Gobinde
Escuela de Vida Yóguica

**Formaciones de Profesores
de Kundalini Yoga
y Yoga Anatómico**

**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

Vive la primavera naturalmente



Bitter de Alcachofa: facilita la digestión, depura el hígado y reduce la celulitis.
Affiline: disminuye el apetito y estimula el metabolismo.
Minci B: elimina toxinas, favoreciendo la pérdida de peso, y mejora la circulación sanguínea.

Swissnahrin  **Calidad Suiza en productos naturales**

INFORMACIÓN Y PEDIDOS
consultora Miriam Lier
635 856 228

¿Quieres distribuir nuestros productos?
Solicita información sin compromiso



PROGRAMACIÓN DE CUARZOS

Cómo grabar información utilizando piedras y flores de Bach

Carla Iglesias
Aqua Aura



La enfermedad no es una crueldad ni un castigo, sino sólo y únicamente un aviso: es un instrumento del que se sirve nuestra propia alma para mostrarnos nuestros errores, prevenirnos de otros e impedirnos cometer más daños, para devolvernos al camino de la verdad y de la luz, del que nunca deberíamos habernos apartado.

Edward Bach

La gemoterapia es tan amplia como poco conocida. Uno de sus aspectos más curioso es lo adaptable que resulta ser con cualquier otro tipo de terapia. Al respecto, conocemos las mezclas entre gemoterapia y cromoterapia, utilizando la transparencia de los cuarzos y potenciándolos en la luz de un determinado color. En varias escuelas de Reiki se utilizan puntas de cuarzo para amplificar la energía y sus símbolos.

En Feng Shui se usan también para equilibrar y armonizar una casa, colocando cuarzos en distintos puntos. Pero todas estas combinaciones se basan en que los cuarzos admiten perfectamente información añadida. Sobre todo los cuarzos transparentes, que son como papeles en blanco esperando

que nosotros “grabemos” información en ellos.

Existen muchas formas de programar los cuarzos, unas más efectivas y duraderas que otras. La información de la programación es válida para cualquier persona que tenga un firme propósito, disciplina y sepa cumplir y respetar el “código de los cuarzos”: *trabajar con transparencia* (por y para la Luz).

El propósito de cada programación es absolutamente responsabilidad del que lo hace y siempre debemos tener en cuenta que cuando se pide algo con el corazón el Universo escucha. Dicho esto y dejando a cada uno que se guíe con su propio maestro interior, seguiremos los pasos que a continuación detallamos:

Primeramente, utilizaremos una maravillosa herramienta

descubierta por Edward Bach, dentro de sus 38 remedios florales, el llamado Rescue Remedy o Rescate. Esta mezcla de Star of Bethlehem, Rock Rose, Impatiens, Cherry Plum y Clematis se encuentra fácilmente ya preparada en tiendas especializadas.

El segundo paso es escoger adecuadamente la piedra. En el caso de una programación genérica (por ejemplo, para que haya una buena comunicación en la familia), elegiremos una hermosa punta, esfera o pirámide de cuarzo, de un peso superior a 300 gramos. Los cuarzos alcanzan un gran campo energético, pero si están colocados en una casa deben tener un peso mínimo.

El siguiente paso consiste en dejar la piedra toda la noche en sal seca y a la mañana siguiente dejarla dos horas a la luz del sol. Para que la información se grave adecuadamente necesitamos un puente entre las gotas de las flores de Bach y el cuarzo. Normalmente se emplea un producto natural y alquímico fabricado por las abejas y cargado

de geometría sagrada: la miel.

Echamos unas gotas de miel y tres gotas del remedio floral sobre el cuarzo, y lo envolvemos en una tela limpia, cerrándola. Luego hacemos una clara visualización de nuestra petición ya conseguida. Lo más importante es hacerlo con convicción y un mínimo de tres veces, hasta que la imagen no nos cueste trabajo alguno de establecer. "Todo es posible, sólo la mente nos pone barreras".

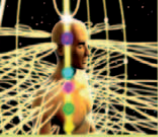
Dejamos el cuarzo tapado al menos 24 horas, luego lo descubrimos, lo lavamos y ya está listo para cumplir su programación, si es la voluntad del Universo.

Esta información se halla grabada en

la estructura del cuarzo y no podrá ser cambiada. Un cuarzo sólo puede ser programado una vez y para un solo propósito. Una vez que la programación se cumple, puede ser devuelto a la naturaleza. La única forma de deshacer una programación es rompiendo el cuarzo.

También podemos programar cuarzos para colgar y sin una programación concreta, simplemente dejando actuar las propiedades beneficiarias de las flores de Bach.

Un terapeuta floral puede utilizar sus conocimientos y programar los cuarzos con la mezcla que crea conveniente para su paciente, pero sin emplear más de tres flores a la vez. TM



EMF BALANCING TECHNIQUE®

Técnica de Equilibrio del Campo Electromagnético Humano

!!! APRENDE A GESTIONAR TU ENERGÍA !!!

Tus pensamientos, palabras, emociones y acciones determinan los resultados que logras en tu vida.

Aprende cómo organizar tu energía personal a través de la Técnica EMF.

Para recibir las Fases contactar con: Consuelo Santos Oliver

Móvil 677 34 21 94 Blog: <http://emfconsuelosantos.blogspot.com>



AQUA URA



*Somos importadores directos de minerales.
Diseñamos tus ideas con las piedras.*

*Ventas al por mayor
Tel. 609 250 427*

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

FEMINEIDAD Y MASCULINIDAD

El mito del amor eterno



Amelia Izquierdo
Psicóloga clínica,
Máster en sexualidad

Sura Lillo
Terapeuta holística en
geometrías de obsidiana

Desde un tiempo remoto, el amor empuja a los seres humanos unos hacia otros, es congénito en la naturaleza humana y busca restaurar nuestra primitiva naturaleza, tratando de unir dos seres distintos en uno solo, tratando por tanto, de sanar y de recuperar nuestra naturaleza primordial.

Julius Evola

Platón definió en el mito del Amor eterno la existencia de una raza primordial, ya extinguida, de seres que llevaban ambos principios, el masculino y el femenino. Los miembros de aquella raza andrógina eran extraordinarios por fuerza y atrevimiento, sus corazones alimentaron propósitos soberbios, hasta tal punto que los dioses se vieron atentados en su poder y determinaron paralizar sus propósitos, partiéndolos en dos, apareciendo seres de distinto sexo. En estos seres perdura el recuerdo de su estado anterior y el deseo de reconstituir esa unidad primordial.

Conocer el mito del ser andrógino es comprender el sentido de la com-

pletud que se da cuando se unen dos seres que se aman en un anhelo anímico que es inexpressable y en cambio perfectamente entendido. La mujer y el hombre han venido a encontrarse, cada uno de ellos cumpliendo una función, la mujer, como “ánima” viene como madre y representante de la madre tierra. El hombre, con su “ánimus” desarrolla su espíritu aventurero y como el Quijote, anhela a su Dulcinea por esas tierras manchegas en su búsqueda del Toboso.

No sabemos exactamente en qué momento se originó la historia reflejada en el mito de Platón, pero con toda probabilidad pudo estar muy cerca de los 5.000 años anteriores al día de hoy, momento de corte y de inicio del movimiento patriarcal que toma su poder

devaluando esa energía anímica, impregnada tanto en hombres como en mujeres, menospreciando, mutilando, violando y humillando a la mujer, cargando en nuestro inconsciente colectivo una memoria de dolor que es reflejado en las mujeres con resentimiento hacia los hombres y en el hombre le ha otorgado un falso poder “fálico”, castrándole a él también de la posibilidad de expresión de su parte femenina, de sus sentimientos.

Esta memoria de dolor está inscrita en nuestras células y como tal es apartada, no nombrada, institucionalizada con formas o maneras de actuar y de proceder (sistema de creencias) que, aunque en apariencia son “deseables”, a nivel de inconsciencia grupal (arquetipos) no hacen más que reme-

morar esa historia de dolor y confirmar el corte, la separación y a la postre la infelicidad.

La irrupción de esta energía masculina en desequilibrio ha reprimido en la mujer su expectación femenina positiva, depositando en su sombra el arquetipo de la "madre siniestra" que se manifiesta controlando a los demás a través del juicio, la culpa y la condena. Concebir a un ser bajo la inconsciencia de este sistema de creencias en el que además se añade el tabú de una sexualidad considerada pecaminosa y sucia es procrear criaturas que van a perpetuar este sistema con estas formas de pensamiento.

La mujer, para desmenuzarse y atreverse a ser ella misma, ha de enfrentarse a estos arquetipos patriarcales que porta en su psique. Así debe recorrer el camino de sanación de las heridas de su "niña"; de la condenas a su sexualidad representada por el arquetipo de la "puta"; de la sumisión ante el poder del hombre que emana de la sombra de la "esclava"; de mostrar la bondad más abnegada representada por el arquetipo de la "monja" y de la autoexigencia, y manipulación de otros en base a una moralidad patriarcal de la "madre siniestra".

El hombre ha de transitar por la memoria de dominación, abuso y violencia perpetrada a la mujer y de su vergüenza por el daño infligido, ser

capaz de liberar y de sanar desde su consciencia una serie de arquetipos como el del "amo", en base que él se "cree" dueño de la prole y de la herencia; "el macho", que ostenta el poder de la mujer; de su "niño herido", ya que él también ha sido sesgado de sus sentimientos; "el loco", que como el Quijote que va cabalgando sobre nobles y cultos ideales que se entretienen con las mentiras impuestas de un sistema que lucha a fuego por mantenerse, y por supuesto, también "la madre siniestra", porque, al igual que las mujeres, ha absorbido desde el útero de su madre una "falsa moral" del bien y del mal, del juicio crítico y de la condena.

La mujer y el hombre se mueven por estos arquetipos que este sistema de creencias del patriarcado le ha instaurado, de forma inconsciente, por eso tendemos a repetir automáticamente las pautas relacionales basadas en una lucha de poder. Matrimonios enfermos, divorcios, violencia doméstica, guerras, son manifestaciones sistémicas de un aprendizaje grabado "en sangre" y transmitido a través de nuestros úteros, la manifestación sistémica de la cara más sombría y más oscura de un amor que tanto hombres como mujeres andamos buscando y que nos cuesta tanto encontrar.

Es muy importante que como hombres y mujeres despertemos. El mito del amor eterno es la expresión me-

tafísica de la sexualidad en hombres y mujeres. Es la confirmación de la complementariedad de la feminidad y de la masculinidad. Es la denuncia tácita del camino de sufrimiento y de enfermedad que corremos los seres humanos en esta búsqueda infructuosa de nuestra naturaleza esencial. El lenguaje simbólico del mito es el mismo que crea los sueños, como el sueño de amor de Don Quijote, pero él no conoce este lenguaje porque está inmerso en su poderoso mundo de creencias, un mundo que es elegante-mente confundido en el campo de batalla que es la vida, preso de sus luchas internas y externas, aunque sólo sean con molinos de viento.

Osiris, el huevo de obsidiana, es la geometría que puede ayudarnos a hombres y mujeres a trascender nuestra naturaleza disociada, llevándonos a la integración del ánimos (masculino) y del ánima (femenino) que hay en cada uno de nosotros. El huevo es un símbolo de origen, de la creación, del fuego y de la libido, es un signo de cohabitación constante de ambas energías y nos otorga la posibilidad de comprender nuestra naturaleza andrógina primordial y de transgredir ciertos axiomas algebraicos que en el Amor no son ciertos, como el de que la suma de 1+1 deja de ser dos para ser Uno. TM

www.mujerdespierta.es



Medicina - Psicología integral

28 de abril, a las 19.30 horas,
conferencia "Osiris: el huevo de Obsidiana.
Sanando nuestra naturaleza primordial",
a cargo de Sura Lillo

C/ Alicante Privada 6-2-3
Tel. 961 187 814
PUERTO DE SAGUNTO

Confirmar asistencia
www.zentrame.es
www.mujerdespierta.es

**Incensos 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

MEDICINA PARA CUERPO Y ALMA

*Flores de Bach,
los remedios
personalizados para
hacer frente a desafíos*

Dulce Hari

Psicóloga transpersonal,
profesora y terapeuta
de Alt Benestar



Cada vez en Occidente nos vamos acercando más a la visión de las medicinas orientales milenarias. Estamos comenzando a comprender que la enfermedad del cuerpo físico o los desequilibrios emocionales y mentales no pueden tratarse de manera aislada. Para acceder a las claves de la sanación es necesario llevar a cabo un tratamiento de manera holística, en su totalidad.

Desde la perspectiva del doctor Edward Bach (el descubridor del método que lleva su nombre), la enfermedad o desequilibrio es un desajuste primeramente con nuestra verdad interior, nacemos con un potencial, con una singularidad única e irreplicable para llevar a cabo una tarea que sólo puede realizar uno mismo. Es nuestra Alma o energía que viene a desarrollar un propósito.

En el transcurso de la vida, y debido a condicionamientos familiares y sociales (miedos, inseguridades, creencias, etcétera), ese potencial interior queda bloqueado. Es entonces cuando aparecen los desequilibrios mentales o emocionales (depresión, nerviosismo, etcétera), ya que nuestra vida comienza a carecer de sentido y profundidad. Existe una glándula en el cuerpo, llamada pituitaria, encargada de la regulación de todo el sistema glandular y, al mismo tiempo, de traducir nuestras emociones en sustancias químicas que pasan a la sangre. Si durante mucho tiempo nuestras

emociones o química interna están alteradas acaba afectándose el cuerpo físico, desencadenando la enfermedad.

Al mismo tiempo, nuestra tarea en la vida es crecer, hacernos más fuertes que todo condicionamiento externo, permitir que brille nuestra verdad interior. Por ello, a cada persona le es asignada una tarea y unos retos que le va a plantear abiertamente la vida, para fortalecerse en su dimensión interior. La metodología de las flores del Dr. Bach incluye un remedio tipo personalizado para hacer frente a estos desafíos y facilita el descubrimiento de la tarea destinada para cada uno.

Las flores de Bach son medicina para el cuerpo, la mente, las emociones y el Alma. Es un método reconocido y aconsejado por la Organización Mundial de la Salud. Las flores, por ser seres sutiles, tienen la capacidad de afinarnos cual notas musicales con nuestra melodía interior y reproducirla en nuestras propias vidas. Nos ayudan a darnos cuenta y a hacer pequeños cambios (que, por supuesto, requieren de un compromiso personal de crecimiento) y nos llevan a recuperar el camino de la salud integral. Se trata de un método de sanación holística, de singular belleza, indicado para todos, sin efectos secundarios y realmente efectivo. Un complemento ideal para médicos, psicólogos y terapeutas en el ámbito de la salud. 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

LOS ESPACIOS SAGRADOS

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

en el artículo anterior os contábamos que la conciencia trascendente es aquella que origina cambios en el mundo por el simple hecho de producirlos en sí misma, sin necesidad de acciones externas. Existe una dimensión espiritual, la misma en todas las tradiciones. Cuando la conciencia humana conecta con ella, puede adquirir una trascendencia ilimitada. Ese trascender de la conciencia es el objetivo de los sanadores espirituales.

El Espíritu es algo que no puede ser comprendido racionalmente. Algunos han tratado de definirlo sin éxito. Otros hablan de Él mediante versos y parábolas. No podemos abarcarlo pero sí experimentarlo y de este modo es como lo conocemos.

La experiencia espiritual es muy intensa e imposible de sistematizar. Yogi Ramacharaka la describe como un sentimiento de totalidad, la sensación de abarcar todas las cosas. Se produce un sentimiento de no diferencia con todo ser, sin importar cuán grande o pequeño sea. La persona se llena de un amor que todo lo abarca, desapareciendo la necesidad de juzgar y condenar. Se experimenta una alegría indescriptible. El temor se disipa y una sensación de seguridad y confianza lo invade todo. El sentido del tiempo desaparece y surge la certeza de "haber sido y ser" para siempre.

Cuando la experiencia espiritual se desvanece, suele aparecer nostalgia, pero el recuerdo de algo exquisito permanecerá grabado en la memoria, aportando paz y la certeza de no estar solos.

Los que han experimentado el Espíritu, aunque sea fugazmente, lo reconocen en relatos y poemas de místicos e iluminados, pues la experiencia es, en esencia, la misma, sin importar que hayan pasado cientos o miles de años.

Esta experiencia imprime su marca para siempre. El Espíritu se convierte en refugio, en fuente de energía renovadora

en el vivir cotidiano. La persona sabe íntimamente que posee algo maravilloso y, con ese punto de referencia, logrará superar crisis y dudas.

Aunque la experiencia espiritual se pierda, puede retornar. La persona añora aquella sensación de unidad e introduce cambios en su vida (actuar con discernimiento, ocuparse de los demás...) o realiza prácticas diversas (rezar o meditar, leer a los místicos, seguir las enseñanzas de un maestro...) que predisponen a la conexión con el Espíritu y, aunque en esencia, la experiencia espiritual sea la misma, cada uno tiene su propio camino. Llamamos "Espacio Sagrado" al peculiar modo en que se manifiesta el Espíritu en la persona que practica Sat Nam Rasayan. Se podría decir que es un poder espiritual, una baraka.

Cada tradición tiene su propio equivalente al Espacio Sagrado, aunque en todas el estado de trascendencia y unificación es el mismo. Cristo, por ejemplo, accedió a su Espacio Sagrado por la Vía del Corazón y los cristianos siguen siempre ese camino. Para ellos, la experiencia del Espíritu tiene una forma amorosa característica. Los budistas siguen la Vía del Buda, los indios americanos la del Guerrero, los musulmanes la de Mahoma, etcétera. Cada senda es diferente de las demás y se experimenta de modo distinto.

Cuando se medita, pueden producirse experiencias espirituales de todo tipo: de amor de Cristo, de unificación y desapego del Cuerpo Búdico, de Espacio Sagrado del Sat Nam Rasayan..., pero, al no reconocerlas, pasamos de largo. Ha sido necesario que santos como Cristo, Buda o Guru Ram Das definieran estos estados para que el ser humano pudiera reconocerlos.

Neutralidad

El Espacio Sagrado del Sat Nam Rasayan se caracteriza por su neutralidad. Definimos neutralidad en el contexto de una relación: cuando no propongo nada al objeto con

el que me relaciono, se establece un contacto neutral. Entonces el objeto se integra en mi conciencia sin sensación de diferencia, sin prejuicios. Si la persona es capaz de mantenerse estable en esta posición de neutralidad, su experiencia se torna ilimitada, rica en matices, totalmente novedosa. Su estado de conciencia se altera y entra en relación con lo sagrado.

Evidentemente, la neutralidad no es una cualidad exclusiva del Sat Nam Rasayan. Aparece en muchas otras tradiciones, como en los budistas, en algunas ramas sufís o en ciertos grupos cristianos. Si bien la esencia de toda experiencia espiritual es la misma, la forma de vivir la neutralidad en las diversas tradiciones es distinta. ¿Por qué sucede esto? Porque el linaje que hay detrás es diferente.

Un linaje es el conjunto de seres maestros, discípulos, practicantes que han manifestado y transmitido cierto conocimiento desde su inicio hasta la actualidad, a través de los tiempos. Más que un grupo meramente humano, es el conocimiento expresado a través de ellos. Si Cristo, Buda o los Gurús definieron un espacio espiritual concreto el linaje lo sostiene —en diverso grado— en sus componentes. Muchos son los santos que conocieron el Sat Nam Rasayan desde tiempos pretéritos. La Escuela fundada por Guru Dev Singh tiene como referencia a Guru Ram Das, santo del siglo XVI que fue la manifestación arquetípica de las cualidades de neutralidad y servicio.

El linaje del Sat Nam rasayan se caracteriza por no estar ligado a ningún ritual o creencia específica. No tiene forma, por lo que permite o incluye todas las formas. Está abierto a cualquier creencia. Incluso a personas que no se afirman espirituales. Ha llegado a nosotros a través de la tradición Sikh, pero eso no implica que se haya origi-

nado aquí ni que haya que convertirse a esta religión para practicarlo. Subrayemos que un precepto sikh es el respeto hacia otros modos de pensar, la ausencia de proselitismo y la voluntad de compartir todos los conocimientos.

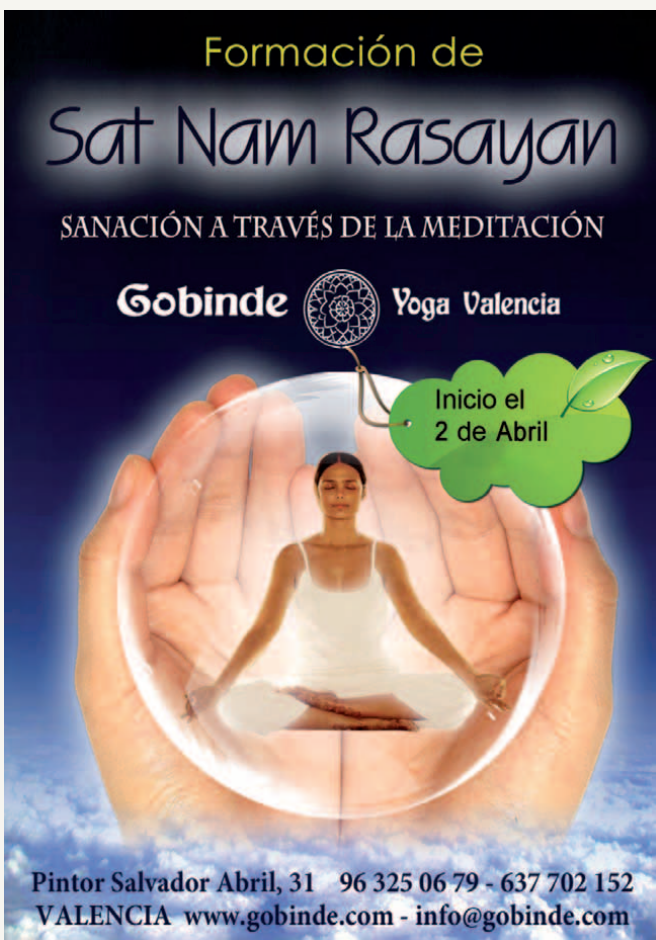
Independientemente de sus creencias religiosas, cuando el sanador “abre el espacio” para curar, se encuentra con una dimensión espiritual que se sostiene sin conceptos. Esta visión se asemeja a la propuesta budista:

“Para aprender algo —dice uno de sus textos—, en lugar de hacerlo a partir de libros o modelos, lo que importa

es tener experiencias de primera mano. Buda, revolucionario del pensamiento, decidió no aceptar nada que no hubiera descubierto por sí mismo. Negó incluso la existencia de Dios basada en la fe. Sin discutir teorías teológicas, iba directo al corazón del asunto, es decir, al modo de conocer la verdad”.

El curador experimenta el Espacio Sagrado de una manera indescriptible pero concreta; tiene para él un “sabor especial”, un “aroma característico”. No sabe dónde se ubica, pero lo experimenta dentro de sí, integrado en su conciencia. **TM**

www.gobinde.com



Formación de
Sat Nam Rasayan
SANACIÓN A TRAVÉS DE LA MEDITACIÓN

Gobinde  **Yoga Valencia**

Inicio el
2 de Abril

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

CREAR SENTI

Gran parte del poder personal se encuentra en el modo de enfocar la vida, dice Fady Bujana, coach que, después de ser arquitecto y ejecutivo de empresas multinacionales, se ha dedicado a compartir un conocimiento profundo. Y una clave que señala es nuestro lenguaje

-¿En qué te has inspirado para escribir “Licencia para vivir”, Fady?

- El libro es una especie de paraguas que pongo encima de las experiencias de mi vida y de muchos aprendizajes, a través de las carreras que he tenido. Yo nací en el Líbano, estudié arquitectura, vine a España, hice un master en dirección de empresas, fui directivo, luego empresario y llegué al mundo del coaching. Todo ello, más numerosos cursos y estudios, culminó en “Licencia para vivir”. Este libro lo escribí para mi propio aprendizaje. Recuerdo un viejo profesor de inglés que tuve en mi juventud, que en el primer día de clase nos explicó que si queríamos aprender algo había que enseñarlo.

-Y tú te has convertido en un artesano de la vida.

-Un artesano y un teórico a la vez porque las dos cosas han ido de la mano. Una fórmula que me gusta utilizar es información más experiencia es igual a conocimiento. La información es algo que puedes encontrar en todas las librerías y bibliotecas. Ahora mismo estamos inundados de información con Internet. Es decir, ya no va de un libro, sino que pulsas una tecla y tienes un tsunami de información encima. Pero si esta infor-

mación no está experimentada, sentida en el cuerpo, calcada en tu vida con emociones, no se transforma en conocimiento. Seguirá siendo información, algo que vive en el éter y que no tiene nada que ver contigo.

-¿Tienes esa sensación de que, luego de mucho tiempo, ha llegado el momento de la acción? Lo digo porque a nivel histórico, y muy cercano geográficamente, una cultura, pueblos, se levantan y parecen despertar.

-Si hablamos de cambio, la acción es lo máximo de la vida. Ahora nos sorprendemos de los cambios, de repente, como si fueran una cosa inaudita, cuando es lo más normal del mundo. A nivel evolutivo la vida es cambio, sin cambio no hay evolución y sin evolución no hay vida. Por lo tanto, a nivel de cambios, creo que termina un ciclo y el cambio hace un efecto como si fuera una mancha de aceite: si tienes tres personas en una población de mil que comienzan a tomar conciencia de ciertas cosas, y esas tres despiertan a otras tres, y así sucesivamente, el fenómeno se acelera en forma increíble. Y es esto lo que percibimos: la aceleración, más que el cambio en sí mismo. Existe una aceleración de tendencias y corrientes a través de la cual está llegando más información a las personas, lo que no

DO



“El miedo tiene el mismo ADN que el amor y su tratamiento en profundidad es la compasión”, asegura Fady.

Aurelio Álvarez Cortez

quiere decir que esa información se transforme ya en conocimiento y sabiduría. Porque para que haya esa transformación tienes que sentir y actuar. La fórmula es pensar + actuar = ser. En pensar incluyo el pensar mental y el pensar emocional, y en actuar, el actuar material y el actuar vibracional. Y digo ser, no tener, porque parto de la base de que para tener algo debes ser el tipo de persona que pueda manifestar este algo y luego poseerlo.

-En esa vía de pensar, sentir y actuar a menudo hay bloqueos, a los que tú propones quitar. ¿Cómo lo haces?

-Como coach he encontrado muchos casos que he querido reunir para tratarlos en un taller que hago semanalmente en empresas y con público en general, que se llama “Quita el freno de mano a tu vida” (www.quitaelfreno.com). La mayoría de quienes están muy bloqueados sienten que van con el freno de mano puesto en sus vidas. Veamos, existen tres posibles “frenos de mano”. Las personas sólo se pueden encontrar atascadas por uno a la vez, pero la gente siente que hay muchos atascos en sus vidas. Imagina que tienes un coche de carrera en tu garaje, que no funciona. Lla-

Quién es

Nacido en Beirut en 1962, Fady Bujana vive en España desde 1989 y habla con fluidez cuatro idiomas.

Obtuvo el título de arquitecto y fue ejecutivo en empresas españolas, alemanas y holandesas, llegando a dirigir la división mediterránea en una firma multinacional. Formado como coach, también es especialista en Strategic Intervention, entrenado por Anthony Robbins (una de las 50 autoridades mundiales sobre liderazgo y empresa) y Cloe Madanes (una de las terapeutas de mayor renombre en el mundo), ambos de EE.UU.

Además se desempeña en el departamento de salidas profesionales del IESE.

Bujana encuentra su propia inspiración investigando los grandes temas de la espiritualidad y las leyes cuánticas que gobiernan la existencia humana.

Ha escrito el “Licencia para vivir” (RBA).

Más información en www.fadybujana.com

mas a un mecánico para que lo revise y te dice que debe reparar tres cosas: el sistema de encendido, la caja de cambios y los frenos, con un coste de 1.500 euros. Tú no los tienes y el coche se queda parado. ¿Pero estás paralizado por las tres averías a la vez? Evidentemente no, porque podrías empezar por solucionar el problema del encendido para que el coche arranque, por sólo 500 euros. Luego evitarías los chirridos de la caja de cambios, y finalmente, para salir a la carretera, compondrías los frenos. Quiero decir, acumulamos los problemas y vemos las cosas como inamovibles, cuando no lo son.

- Entiendo que tú hablas también sobre el proceso de la manifestación de realidades en función de nuestros estados interiores. ¿Cómo se produce?

-A través de tus sentidos llegan numerosos impulsos al cerebro. Según los neurólogos, una de las funciones principales de la mente es filtrar y coger únicamente lo que es interesante para ti en este momento. Un ejemplo: cuando vas a comprar un coche determinado, empiezas a ver ese modelo por todos lados, o una mujer se embaraza y descubre a otras mujeres que también están embarazadas. Esto quiere decir que nuestra realidad interior nada tiene que ver con la verdad sino que es una representación "filtrada", de acuerdo con las creencias que se tengan. Luego, a esta representación de la situación cada persona le da un determinado sentido y se producen estados (emociones) diferentes, que a su vez causan comportamientos y resultados. La acumulación de estos resultados se denomina destino.

-¿A qué nivel te relacionas con quien llega a una consulta de

coaching: sus creencias, su cuerpo, su mente?

-Cualquier emoción que reproducimos nosotros se basa en tres cosas: en lo que estamos enfocando en este momento, en la historia que nos estamos contando y en la fisiología que estamos adoptando. Basta mirar a una persona deprimida para ver cómo se expresa fisiológicamente. Se han hecho estudios para saber si la gente se ríe porque está feliz o está feliz porque se ríe, si se enamora porque mira fijamente a otra persona o si mirando fijamente se enamora (atracción). Todas son puertas de entrada hacia donde podemos trabajar con las personas.

-El miedo es un autorregulador del comportamiento, y eso está muy estudiado también. Lo vemos en acción ahora mismo, con tantos cambios.

-Para mí, el miedo tiene el mismo ADN que el amor, porque ¿quiénes tienen miedo de verdad sino aquellos que aman? Esto es muy importante reconocerlo porque ahora parece que hemos satanizado al miedo como si fuera algo realmente malo. ¿Pero qué pasaría si no tuviéramos miedo en absoluto? Sería peligroso hasta cruzar la calle.

-Pero hablamos de miedos y miedos. Unos son aquellos referidos al instinto de supervivencia y otros que heredamos con la cultura, en casa, la escuela, socialmente.

-He acuñado un acrónimo sobre la palabra m-i-e-d-o: "manipulado por ideas y expectativas dudosas y obsesivas" para recordar que eso es el miedo. El antídoto del miedo no es el valor. Si el miedo tiene el mismo ADN que el amor, su tratamiento local podría ser el valor, pero su tratamiento en profundidad es la compasión. Es un modo

diferente de enfocar el miedo. Ya no lo miramos como algo a combatir. A nivel de síntomas, el miedo tiene los mismos que la excitación: temblor corporal, en los labios, las manos, todo el cuerpo vibra de una cierta forma. Si tratamos el miedo desde el punto de vista compasivo, podemos transformarlo suavemente. Un ejemplo: tienes miedo de cambiar de trabajo, ¿lo tienes realmente o es una etiqueta que le pones a la excitación que te provoca el cambiar de trabajo? Si observas esta emoción a nivel de tu cuerpo, verás que sólo has cambiado una etiqueta.

-¿Es el comienzo del empoderamiento, el desarrollo de la confianza en las propias capacidades?

-Absolutamente. Es una gran parte del poder personal, el saber controlar estas sensaciones de miedo, entenderlas en profundidad, y no sólo el miedo sino las emociones y el modo de enfocar la vida. El poder personal es una vibración, una energía, la energía que ponemos en el mundo para conseguir algo en esta vida. Nuestras emociones son la calidad de esta energía.

-¿Cuáles son las claves para dar sentido a la vida?

-La primera es el lenguaje. Cómo expresas y describes las cosas. Una de mis máximas que trato en mis cursos dice que la calidad de tu vida depende de la calidad de tus preguntas. Si ante una situación te preguntas "¿por qué me ha tocado a mí?", a partir de allí, según tus creencias, valores y referencias, produces unas emociones, decisiones, actos y resultados determinados que te posicionan como víctima de la situación. O bien, si te preguntas "¿qué parte de esto puedo controlar y qué puedo hacer?", cambian completamente el

enfoque y el sentido que le das a la situación, experimentas otro tipo de emociones en tu cuerpo, y tus decisiones y actos alcanzan otros resultados.

Aquí he descrito todo el circuito: empezamos por las palabras, que crean un cierto enfoque, que filtras a través de lo que yo denomino Máquina de Crear Sentido © (creencias, valores, referencias, etcétera), produces una emoción con la que tomas una decisión y actúas. Tu comportamiento origina resultados y éstos acaban siendo tu destino y tu vida.

-Sé que hay una palabra que borrarías del vocabulario de los espáñoles: curro. ¿Por qué?

-Detesto esta palabra, es degradante para quien la utiliza. Un trabajador no debe ser considerado ni mucho menos considerarse a sí mismo un currante. Tu trabajo es

la canción de tu alma, la expresión de tu energía en el mundo, de tu propia existencia, y la calidad de la energía que aportas al mundo. Una persona que piensa en el trabajo de esta forma tiene automáticamente una misión y piensa desde la contribución a los demás, es alguien que está aportando algo, independientemente de que cobre un sueldo o sea un empresario.

-Barrendero, panadero o profesional.

-¿Hay un trabajo más importante que el de un basurero? Quien se ocupa de este trabajo y piensa que contribuye al bienestar de los demás es probablemente mil veces más importante que aquel que "va a un curro", sea cual sea, cirujano, funcionario, abogado, todo depende del grado de conciencia acerca de lo que está haciendo. Muchas veces la felicidad emana desde

aquí. Porque lo que cambia es la etiqueta, el sentido de lo que le estamos dando a la situación que se vive. Puedes decidir que tienes un curro, y por lo tanto eres un currante, un don nadie, o tienes una misión y por lo tanto eres un dios. Lo único que cambia es tu enfoque, tu percepción, de cómo ves las cosas. Parece sencillo, pero no es fácil hacerlo.

-¿Qué te queda en el tintero, después de tanto aprendizaje y experiencias?

-Seguir creciendo y continuar encontrando, con mi *máquina de crear sentido* ©, los sentidos correctos, aquellos que me hacen sentir bien, que acrecentan mi nivel de energía y de vibraciones; obtener una vibración de calidad superior con la que contribuir positivamente a la vida de los demás. Estoy en el camino, como todos. 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

SANACIÓN ENERGÉTICA

SEM, método multidisciplinar cuyo principal factor se centra en el Reiki Unitario



Sirio Simó Calatayud

Maestro Reiki, profesor
de Yoga, terapeuta

Tras toda una vida dedicada a la sanación y a sumergirme en multitud de técnicas de crecimiento personal, al fin me decidí a estructurar todo el conocimiento y la experiencia adquirida a lo largo de los años de consulta en terapia energética. Esto ha constituido un reto considerable, ya que al principio no resultó fácil estructurar una síntesis eficaz de las herramientas más útiles de todas las disciplinas que yo y los otros expertos del equipo hemos integrado. Sin embargo, con gran pasión y esfuerzo, al fin construimos la formación del Método SEM (Sanación Energética Multidisciplinar), que ahora presentamos a aquellos comprometidos con su salud emocional y física, a expensas de engullir fármacos.

En línea con los tiempos actuales, este método multidisciplinar, como hemos dicho, aglutina a cinco instructores, expertos en diversas disciplinas relativas a la sanación energética. Entre estas disciplinas troncales cabe destacar Reiki Unitario, Sonoterapia, Chikung Terapéutico, Kinesiología, Yoga, Tantra y Meditación, EFT, Gemoterapia y Sanación Proyectiva.

Nuestro enfoque está estructurado en torno a una síntesis de conocimientos de la medicina china, japonesa y del sistema hindú de chakras. De este modo permite diagnosticar qué meridianos, órganos, chakras y emociones necesitan ser energéticamente reequilibrados. A tal efecto, enseña un poderoso conjunto de técnicas brindadas desde los citados

sistemas de conocimiento.

Toda enfermedad puede entenderse, desde la visión holista, como un desajuste energético. Cuando un órgano no recibe energía equilibrada, acaba fallando. En el SEM aprendemos de modo teórico, y sobre todo práctico, a reequilibrar la energía, devolviendo la salud psicofísica.

Así, por ejemplo, la tristeza reiterada acaba bloqueando el meridiano de pulmón. Ante este desajuste, lo indicado es meditar mientras se canta el sonido curativo que equilibra pulmones (a modo de mantra chino, emulando el sonido de una olla a presión). También se puede practicar el estiramiento corporal de Chikung Terapéutico correspondiente a este meridiano (y a otros dos vinculados: hígado e intestino grueso). Y entre las herramientas de Yoga contamos con sencillos ejercicios de pranayama, como respirar sólo por la fosa derecha durante al menos 15 minutos para activar el hemisferio cerebral izquierdo (que gobierna la actitud masculina: vitalidad, concreción y asertividad). Si, por el contrario, el problema a tratar es el estrés basta respirar por la fosa izquierda, ya que así activamos el hemisferio derecho (vertiente femenina), que suaviza la mente, relaja y abre las emociones, acallando el pensamiento caótico y acelerado.

Estas y otras muchas técnicas permiten equilibrar el cuerpo, la mente, las emociones y la energía, de un modo efectivo y sencillo, previniendo sin efectos secundarios la aparición de enfermedades.

Este método apuesta inequívocamente por el Reiki Unitario como sistema principal de canalización energética. Este Reiki se caracteriza por el uso sanador del sonido, sus 25 símbolos de sanación se dibujan y se cantan, ofreciendo poderosos chorros de prana o chi matizados para el receptor. En otras palabras, enseñamos a cantar con la intención del amor, símbolos capaces de intensificar el poder de la luz a fin de crecer espiritualmente en multitud de aspectos. Por ejemplo, con el símbolo Mukti podremos ayudar de un modo eficaz a liberar el aura del receptor del apego sentimental que tan a menudo nos ata a una relación del pasado.

Este enfoque constituye primeramente un compromiso con la propia evolución. Para ayudar a otros resulta imprescindible experimentar una profunda purificación del propio interior. Y para aprender y practicar no resulta necesario tener conocimientos previos. Sólo una clara predisposición al servicio, la sanación y el deseo de soltar las viejas pautas de ira, tristeza y victimismo.

Sanar es una cuestión de escuchar el cuerpo con verdadero amor y neutralidad. En este estado de conexión la mirada puede despertar la presencia consciente del que la recibe, sacándole de la neurosis de vivir en el pasado o el futuro. Por ello, trabajamos con poderosos ejercicios de meditación simultáneos a la mirada profunda y penetrante, no exenta de amor transpersonal.

En conclusión, estamos en tiempos de sanación, de soltar el miedo celular y trasmutarlo en amor. Cada día surgen más herramientas de equilibrio energético y es hora de sintetizar lo valioso y obviar lo secundario de cada técnica. De este modo, la humanidad avanzará con paso firme y vuelo creativo en su escurridiza evolución.

Amig@, ¿a qué esperas para renacer? Únete al viaje del sanador, hoy es posible elevarse a la vibración del perdón, el amor y la libertad interior. Si nos comprometemos con ser gente sana y equilibrada, algún día la gran familia humana convivirá en una sociedad más justa y armoniosa. Este es el reto de la humanidad, este es nuestro reto. TM

Esta formación se realiza únicamente en el Centro Uranium de Valencia. Concluido el curso, se obtiene el título de "Maestro de Reiki Unitario" y "Sanador Energético Multidisciplinar".

www.centrouranium.com

CONSULTAR FECHAS

**FORMACIÓN
SANACIÓN
ENERGÉTICA
MULTIDISCIPLINAR**

REIKI CHIKUNG KINESIOLOGÍA GEMOTERAPIA

C/ Quart 101 Valencia ☎ 676758709 www.centrouranium.com



Sondra Ray, Mark Sullivan

El Nuevo Seminario

de

Relaciones con Amor

Valencia, 27, 28 y 29 de Mayo 2011



Liberation Breathing®

Intensivo de Respiración en aguas termales

del 1 al 5 de junio 2011



Nos ofrecen en este taller un profundo trabajo con la respiración en aguas termales donde:

- Exploraremos los diferentes tipos de nacimiento y como estos afectan las relaciones.
- Desarrollaremos diferentes herramientas para cambiar nuestros patrones negativos.
- Entraremos muy profundamente en el estudio y la aplicación del Curso de Milagros.
- Exploraremos la sabiduría de Baba Ji y fortaleceremos la conexión con la Madre Divina.

El Liberation Breathing®, provee una profunda sanación en todos los niveles de tu existencia. Ayuda a eliminar el estrés, mejora tu salud, y a tener una conexión mucho mas profunda con tu realidad espiritual.

Transforma tus relaciones, limpia el pasado y supera los obstáculos que has creado en tu vida.

Este seminario está dirigido a personas que tengan experiencia previa en Rebirthing. Renacedores profesionales y/o alumnos en escuelas de formación

Información:

Centro Holístico Tierra
manuetierra@hotmail.com
C/ Maestro Clave 3º pta 3.
tel: 619 332 625

María José Borrás
luz5mjb@gmail.com
tel: 685 384 224

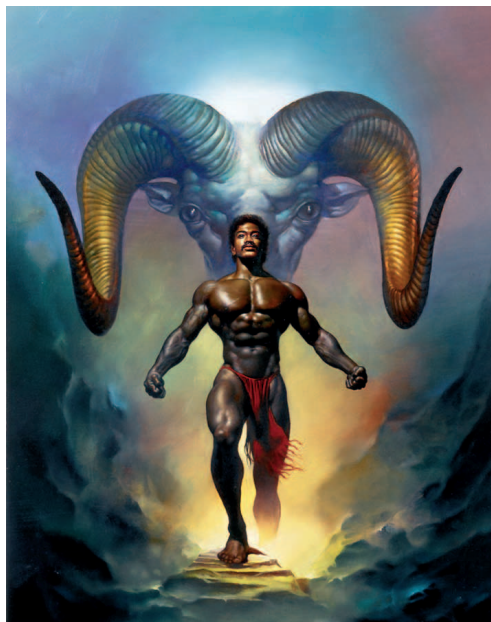
Mauricio Lozada
malozu0830@hotmail.com
tel: 663 645 065



ARIES, TENDENCIA POSITIVA

Quiere ser siempre el primero y el mejor... y muchas veces lo consigue

Fernando Martínez



el ariano es de un temperamento voluntarioso, de tendencia positiva. Y así es su vida. Persigue sus objetivos con insistencia y va apartando todos los obstáculos que encuentra en su camino. Si tropieza, se rehace en seguida. Nunca pierde de vista sus propósitos, ni en la vida privada ni en la profesional.

El nacido en Aries aplica su energía a las metas realistas y realizables, y muchas veces manifiesta en ello notable inventiva. Suele conservar sus ímpetus hasta la vejez, y así no es extraño que comience una nueva vida a la edad en que otros se jubilan, siempre y cuando valga la pena para él.

Como sujeto regido por la voluntad, el ariano se siente desgraciado cuando no tiene las riendas en las manos. Por eso le resulta difícil entregarse; para él la entrega es sinónimo de pasividad y debilidad. Cuando descubre en sí mismo un punto débil, re-

acciona con impaciencia y arbitrariedad, tratando de disimular ese descontento que siente consigo. Pero no hay que tomárselo a mal, pues tampoco los arianos son rencorosos. Tienen otras cualidades buenas, como son la perseverancia, la generosidad, el sentido de la justicia y la franqueza. En esto último exageran a veces: lo que para ellos puede ser motivo de broma, otros lo juzgan una impertinencia enorme. Pero el ariano no tiene inconveniente en pedir perdón cuando nota que se ha excedido.

Piedras "arianas"

El granate, con su ardor rojo, reafirma la confianza en sí mismo del ariano y le ayuda en sus intenciones positivas. Es una piedra importante porque concentra sus facultades y compensa su tendencia a la dispersión.

La hematites le ayuda a depurar y renovar sus

fuerzas físicas. En lo psíquico actúa como soporte de su paciencia y tolerancia, sin debilitar su vigor e impulsividad; le refrena cuando pica demasiado alto y le ayuda a entrar de nuevo en sintonía con la realidad. Y cuando sobrevienen los tiempos difíciles, la hematites le devuelve el valor y la confianza en sí mismo que necesita para rehacerse, teniendo en cuenta que el obstinado ariano no se rinde nunca.

El rubí le socorre cuando faltan las ideas porque favorece la intuición y la creatividad.

La cornalina restablece su vinculación con la tierra y le ayuda a no olvidar lo presente y lo contingente, en medio de tantos planes y ambiciones. Como también sabe disfrutar de la vida, la cornalina le ayuda a tomarse de vez en cuando los indispensables descansos, a hacer un alto en el camino de sus afanes.

La amatista puede ser un buen complemento para su personalidad, enseñándole a entregarse y mostrándole el camino de los propios valores espirituales. Con la fuerza de voluntad que le caracteriza y con la energía violeta de la amatista, el ariano podrá realizar los objetivos que merece por su ímpetu vital y su capacidad para la acción.

El diamante con su luz pura y radiante le incita a buscar la plenitud más alta. Al mismo tiempo, esa luz clara le sirve para ver sus propias debilidades, y eso le permite combatirlas conscientemente. Sea porque haya elegido un estilo de vida equivocado o porque si impaciencia le haya jugado una mala pasada, el ariano sabrá rectificar en función de esos objetivos que nunca pierde de vista. TM



Chi kung

El arte de la fuerza interna

Centro Totart.
C/ Palleteer 81 Valencia

valenciachikung.blogspot.com
robertorodrigomasia@gmail.com
telf: 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

UNA BUENA FORMA DE APRENDER

El Método Haut aplicado en la enseñanza

Pablo Fernández



el Árbol de la Vida de la Kábala ha sido la herramienta con la que he podido hacer un psicoanálisis a las personas que han venido a mi consulta y en los cursos, luego de un largo recorrido por diversas disciplinas, incluida la psicoterapia". Carmen Haut comienza así la presentación de su último trabajo, "Haut - Nuevo método de enseñanza aplicada", en un diálogo cálido, ameno, sorprendente.

Su conocimiento sobre Kábala se produjo hace ya casi dos décadas, cuando cayó en sus manos un libro, "por cierto, bastante malo", dice, pero con un contenido que resultó ser como un mensaje para ella, "hasta tal punto que las letras que ponía como ejemplo eran mis iniciales", recuerda con una sonrisa.

Al poco tiempo conoció a Jaime Villarrubia, afamado experto en Kábala. "En una conferencia levantó mi árbol —cuenta Carmen— y dijo cuatro cosas que me impactaron. Pensé <esto tiene que ser para mí, yo quiero esto>. Aprendí a levantar la estructura del Árbol de la Vida personal a través de cálculos por fecha de nacimiento, nombres y apellidos completos. Jaime aclaró que este mapa no era el territorio. Sin embargo empecé a ver órganos y enfermedades en esa estructura, porque videncia, eso sí, tengo desde pequeña. Y se lo comenté a Jaime, quien me invitó a que investigara por mí misma".

Avanzó en sus estudios de tal modo que, tras años de atender consultas que superaron sus posibilidades, tuvo que dejar por saturación. En ese tiempo pasaron personas con enfermedades de todo tipo, incluidas las más graves. "En la Kábala me dediqué a investigar específicamente la interpretación del

Árbol de la Vida —comenta Carmen—, porque yo quería que fuera útil, práctica, que llegara a todo tipo de gente".

Además, como su intención era dar un enfoque más científico, más que místico, y contaba cerca suyo con profesionales (médicos, enfermeras, abogados, educadores), logró construir un cuerpo de conocimiento e información muy enriquecido. "Las enfermeras han sido muy buenas amigas, me han pasado mucha información, con lo cual he podido contrastar enfermedades en el Árbol de la Vida con extrema exactitud, sorprendente además", expresa agradecida, para agregar que "más sorprendente es que en la estructura se puede ver hasta la forma de vestir, de pensar, de cómo decorar la casa de quien consulta, etcétera".

Según explica Carmen, "el alma trae una misión, y para esa misión se puede ver en la estructura del Árbol de la Vida cómo piensas, cómo sientes y cómo actúas".

Después de muchos años recibiendo la petición de que escribiera un libro que detallara de forma sencilla (como a ella le gusta hacer) cómo se trabaja el Árbol de la Vida, llegó el momento de satisfacer tal demanda. Tenía dos elementos que la ayudarían con el propósito: por un lado, disponer de un grupo grande de su alumnado que eran profesores, como ya vimos, y por otro, los hijos de clientes que por su cuenta coloreaban cartas del tarot (en blanco y negro) que Carmen utilizaba para resolver temas que aparecían en consulta. "Una profesora de Cartagena le pidió a sus alumnos, niños, que pintaran cartas del Tarot, pero presentándolas con palabras adaptadas a su comprensión. El caso es que recopiló todos los dibujos y me los dio. Es impresionante ver, por ejemplo, cómo los niños ven la muerte... Así se pueden descubrir los conflictos que ellos

tienen y me decidí a hacer un libro para niños, para ayudarlos a superar problemas físicos, mentales, emocionales, espirituales”, dice Carmen.

En la obra, que finalmente se plasma en dos partes bajo el nombre de “Haut - Nuevo método de enseñanza aplicada”, aparecen los cuatro elementos de la naturaleza relacionados con los cuatro niveles de conciencia que reconoce la Kábala. Su autora explica que “les pido a los niños que pinten los cuatro elementos porque cada uno de ellos se relaciona con los arcanos del cuerpo. Los aspectos mentales se relacionan con el aire, los emocionales con el agua, los físicos con la tierra y los espirituales con el fuego. Ningún detalle que aparece en el libro es casual, está todo en el marco de los senderos de la Kábala”.

Si bien su trabajo tiene un enfoque hacia la pedagogía, “también se vincula estrechamente con la psicología”, insiste Carmen, para advertir que “primero pasa por la lectura de padres y docentes, para luego tratarlo con los niños”. Aun así y de hecho, “los primeros en querer este libro son mis alumnos adultos —dice—, y es que aquellos problemas que pensamos que han surgido en el presente se originan en nuestra etapa infantil”.

En el Árbol de la Vida también se observa la genética, “por eso puedo hablar con algunas personas de vidas pasadas y con otras de genética”, prosigue la investigadora, quien pasa a fundamentar por qué, pintando, se desbloquean los problemas. “En el momento en que dejamos la infancia, la parte gen-unina (el origen) se pierde y nos programan el hemisferio izquierdo, solamente, que es calculador y pensante. El otro hemisferio capta todo por imágenes, y es precisamente la imagen quien resuelve. Por esta razón un concepto no comprendido se puede imaginar, y la mente asocia rápidamente”.

Como es sabido, el 50% de la información no se puede pensar o calcular, sino que se tiene que ver (como onda de forma, término muy utilizado en teoría cuántica). Por eso los chamanes usan el dibujo, que es una onda de

forma, como también los gestos con las manos, que “dibujan” nuestro pensamiento. Y como del pasado conservamos más imágenes que conceptos, dibujando desbloqueamos.

Dibujo, un poco de lectura, color (cromoterapia), y finalmente, quíerese o no, conectamos con nuestra niñez (presente o pasada). “El tiempo que emplea el niño o adulto en colorear, en rellenar los espacios, la mente lo utiliza como puerta para entrar y recuperar datos. El subconsciente, pillado de improviso, cuenta cosas olvidadas mediante el dibujo y el color”. El dibujo encierra tantísima información que la persona ignora conscientemente, pero su subconsciente no. “Kábala significa sabiduría secreta, la tenemos todos, como sea que la llamemos”, comenta Carmen.

Junto con los libros se presentan unas cartas, coloreadas con tonalidades tipo Alpino, donde aparecen sencillos dibujos que conectan, también, con la niñez.

En resumen, a través de esta obra que surge de la Kábala se tratan cuatro pilares básicos: la educación, la salud,

la ética (o espiritualidad), y el cambio social.

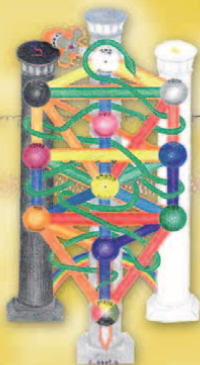
En el Árbol de la Vida, expresa más adelante Carmen, “podemos descubrir todo lo relacionado con los aspectos físicos, las emociones, la espiritualidad, como también la alimentación, la vestimenta, los animales de compañía, gustos y tendencias, la vida familiar, cómo te llevas con tu pareja, con tus hijos...”. Y nos deja más datos observados desde la misma plataforma de estudio, pero concernientes al año en curso, que ha comenzado con muchas noticias que han impactado por las grandes transformaciones que se avencinan como consecuencia: “Este año es cuatro (de la suma de 2011). La naturaleza nos pone de nuevo en nuestro lugar. Todo es cíclico. Lo único estable en la vida es el cambio”, concluye. TM

Carmen Haut disertará sobre “Caminando por los senderos del Árbol de la Vida”, el domingo 17 de abril, a las 17, en FestiVa, Expo Hotel

MÉTODO HAUT CLASES DE KÁBALA

**CONFERENCIA
GRATUITA**

**8 de abril, a las 18,
Centro Advaya,
C/ Carcagente 32,
zona Patraix
Valencia.**



**PRÓXIMO
CURSO
DE KÁBALA**

**13 de mayo,
a las 17.
Interesados llamar
para reserva de
plaza**

**CARMEN HAUT
18 AÑOS DE
INVESTIGACIÓN**

INFORMACIÓN 670 20 59 85

BENEFICIOS DE LA ACUPUNTURA

Algunas enfermedades que trata con efectividad esta rama de la Medicina Tradicional China



Luis Lucas

Profesor de MTC,
Escuela Quirosoma

La Medicina Tradicional China no se evoca sólo a la corrección sintomática, o al tratamiento de diversos padecimientos atribuidos generalmente a la alteración de un órgano en particular, ni a atacar directamente la supuesta causa única que originó la enfermedad; el tratamiento se dirige al enfermo, al restablecimiento del equilibrio perdido debido a la disfunción de los diversos sistemas que conforman al organismo en forma integral. Aún más, es posible, en ausencia de síntomas, conocer el estado de los diversos sistemas y establecer un tratamiento oportuno y prevención.

En general, siempre se ofrece un beneficio, la magnitud dependerá de muchos factores como son la edad del paciente, lo grave o profundo de la alteración, la cronicidad, la condición de salud previa, etcétera.

Así, con la Acupuntura, rama de la MTC, habrá algunos padecimientos que se curen, otros que mejoren, otros que detengan su desarrollo, otros que nunca se manifiesten, pero casi siempre existirá un beneficio y comúnmente siempre se mejorará la calidad de vida, en muy pocos casos hay empeoramiento clínico, pero estas molestias son pasajeras y de ninguna manera peligrosas.

Tanto en la Medicina Occidental como en la Medicina Tradicional China se dice que no hay enfermedades, hay enfermos, pero en un afán de estandarizar los síntomas que padecemos los hombres se han tenido que "inventar las enfermedades". Siguiendo entonces esta línea con la cual están familiarizados la mayoría de los pacientes y para darles una idea a los alcances de la Acupuntura, a continuación

citamos algunas de las enfermedades donde ésta ha demostrado tener efecto terapéutico favorable:

- Insomnio.
- Ciertos tipos de dolores de cabeza (incluyendo migraña).
- Embolia, trombosis, hemorragia, isquemia cerebral.
- Manejo de ciertas manifestaciones de neurosis de ansiedad y depresiva.
- Ciertos tipos de conjuntivitis.
- Rinitis vasomotora y/o alérgica.
- Gingivitis.
- Dolores cervicales.
- Fibromialgia.
- Faringitis aguda o crónica, amigdalitis aguda o crónica.
- Laringitis aguda y crónica.
- Asma bronquial (bronquitis asmática).
- Bronquitis crónica, enfisema pulmonar, etcétera.
- Algunos tipos de cardiopatías.
- Manejo del dolor que se puede presentar en el cáncer o posterior al uso de quimio o radioterapia.
- Apoyo en el manejo de dependencias a drogas, alcohol y tabaco.

Muchas de estas patologías se deben manejar en forma conjunta con otros profesionales médicos. El profesional que se dedica a la acupuntura está entrenado para referenciar a los enfermos, ubicar a los profesionales sobre lo que pretende obtener con el tratamiento médico acupuntural y qué espera que hagan los otros profesionales médicos. 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
ésta 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

DESPERTANDO AL GIGANTE DORMIDO

Coaching para el desarrollo del verdadero potencial

Ana Pérez

Terapeuta Gestalt, coach
y periodista

Martín Ribes

Terapeuta transpersonal y
chamánico

estamos viviendo un momento de gran incertidumbre en lo económico, lo social y lo personal. Un cambio de trabajo, un divorcio, adelantos tecnológicos, una enfermedad... Nuestro mundo no cesa de cambiar a un ritmo vertiginoso y necesitamos aprender constantemente y transformarnos para poder adaptarnos a él. Pero nos asustan los cambios. El temor a lo desconocido, fruto del desconocimiento de quiénes somos, hace que nos paralicemos y que sólo cambiemos cuando nos damos cuenta de las consecuencias de no hacerlo. La aventura hoy en día ya no consiste en irse a explorar territorios lejanos y desconocidos allende los mares, sino en afrontar los retos del día a día, atrevernos a descubrirnos a nosotros mismos y desarrollar nuestro auténtico potencial.

Al detenernos para analizar nuestra situación personal podemos atemorizarnos y contagiarnos de lo que se respira en el ambiente o, por el contrario, podemos conectar con ese gran poder que todos y cada uno de nosotros poseemos y que tan sólo unos pocos saben utilizar. El proceso de transformación interior se produce en el ser humano cuando logra al enfrentarse a sus miedos y descubre en su interior todo un arsenal de recursos, fortalezas y posibilidades ignotas hasta en-

tonces. Y es ahí precisamente donde reside la clave para encontrar soluciones a nuestras dificultades y poder transformar nuestras vidas. Despertar al gigante dormido en nuestro interior depende únicamente de nosotros.

Para obtener resultados diferentes es preciso antes ser una persona distinta y hacer las cosas de otra manera. Cualquier ámbito de nuestra vida mejora sólo en la medida en que nosotros mejoramos, pero no antes. Este es un orden sagrado: primero nosotros y luego todo lo demás. El Coaching trata sobre ese cambio personal y sobre hacer cosas diferentes. Muy a menudo las personas desean que sus circunstancias mejoren sin mejorar antes su mentalidad. "Somos lo que pensamos", dijo Buda. Somos nuestras creencias y no podemos forzar las circunstancias externas para convertirlas en lo que no somos, como la sombra tiene la misma forma y no puede ser diferente del objeto que la proyecta. Paradójicamente, las personas que más necesitan cambiar son las más renuentes al cambio, siendo el muro de su propia rigidez lo que las mantiene alejadas de sus sueños. El quid de la cuestión es averiguar si nuestras creencias coinciden con nuestros deseos y, en caso de no ser así, darnos cuenta de cuál de los dos, deseo o creencia, estamos sacrificando.

Nuestros problemas no están en el

mundo sino en las percepciones del observador. El pecado, como la inocencia, está en los ojos del que mira. Nuestros esquemas mentales, de los cuales no somos conscientes, afectan tan profundamente a nuestra percepción de la realidad que urge revisar algunos de ellos pues el mapa mental, aquellas ideas, conceptos y creencias que nos fueron útiles en el pasado, puede que haberse vuelto obsoleto para llevarnos hacia la meta que pretendemos. Además está la falta de destreza en la gestión de nuestras emociones, que es una de las principales causas por las que enfermamos.

Las soluciones definitivas a los problemas requieren desaprender y desaprender todo aquello que ha demostrado no funcionar hasta ahora. Cada vida es un reflejo de las decisiones, hábitos, elecciones, creencias y comportamientos que nos han conducido hasta el momento presente. Y mientras uno siga creyendo que sus problemas no tienen nada que ver con su mentalidad y comportamiento, habrá sufrimiento pues no se podrá acceder a la raíz del mal. Es extremadamente grave que casi todo lo que una persona promedio sabe se base en opiniones ajenas que ha ido acopiando a lo largo de su vida y que estas opiniones vayan a determinar el grado de felicidad que experimentará. Pero no todo está perdido; nosotros somos mucho más que lo que nos dice nuestro pa-

sado que somos. El pasado es una fuente de información y de experiencias pero no un oráculo que establece nuestro futuro. Entre lo que estuvo en el pasado y lo que está en el porvenir median nuestra libertad y nuestra capacidad de elegir, si así lo decidimos.

El Coaching es un proceso que ayuda a las personas a desarrollar su verdadero potencial y a introducir cambios positivos en sus vidas, proporcionando apoyo a una variedad de niveles: comportamiento, capacidades, creencias, valores e incluso identidad. Las metodologías del Coaching están más orientadas a los objetivos que a los problemas. Tienden a estar altamente centradas en la solución, promoviendo el desarrollo de nuevas estrategias de pensamiento y acción, en lugar de tratar de resolver problemas o conflictos del pasado. El Coaching establece una colaboración estrecha y efectiva con tu coach o consejero personal, y se fundamenta en preguntas retadoras y en un diálogo profundo, encaminado a darte apoyo y alentarte para que consigas todo aquello que te propongas. Te ayuda a ser consciente de tu realidad, a hacerte responsable de tu vida, a sentirti libre y adquirir poder. Libertad, responsabilidad y poder van de la mano. El objetivo del Coaching es integrar este proceso de desarrollo personal en la vida de las personas para que descubran el guía que llevan dentro, sean capaces de decidir por ellas mismas y vivir su vida ideal.

El Coaching es una apuesta fuerte no apta para pusilánimes; la cuestión en juego: la felicidad. La gente viene en busca de Coaching porque quieren ser felices. Quieren una vida satisfactoria, llena de buenas experiencias,

amor y respeto, buenas relaciones, un trabajo con el que disfrutar y sentirse orgullosos, en el que puedan desarrollar su talento y con el que puedan ganar dinero, saborear los placeres de la vida al máximo, ver que sus sueños se hacen realidad y sentir que están viviendo conforme a sus valores más profundos. Una vida que valga la pena vivir, plena y hermosa. Una vida con significado.

Todo el mundo quiere ser feliz, y la mayoría siente que tiene derecho a ser feliz, pero casi nadie sabe cómo serlo. La felicidad proviene de nuestro interior; no depende de lo que tienes, sino de lo que eres y de lo que experimentas. Ser, hacer, tener. El éxito es una clase de programación mental y el fracaso es otra clase de programación mental. En ambos casos, todo se reduce a la clase de software o programación instalada en el cerebro. La diferencia entre las personas que tienen éxito y las que no, radica en que las primeras aplican fórmulas útiles y

las segundas, fórmulas inútiles para conseguir lo que quieren.

Cambiar, crecer, mejorar. El Coaching es una forma de pensamiento que alienta al cambio positivo, al bien común, a poder llegar a ser lo que uno está llamado a ser y nos ofrece el apoyo necesario para afrontar los desafíos que se plantean en nuestras vidas, proporcionándonos alegría, ilusión, tranquilidad y confianza. Tener valor frente al cambio personal, a sabiendas de que es el único camino -sin retorno, por cierto- que todos estamos llamados a recorrer si queremos llegar a realizar nuestro verdadero Ser. La clave está en amar y disfrutar el proceso. Si las metas son importantes, el camino aún lo es más. El gran regalo de la vida es en quién te conviertes mientras persigues tus metas. TM

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



tantien
 Escuela de Taichi y Chikung
 Director: Félix Castellanos

Chikung · Yoga · Pilates · Conciencia Corporal · Arte y Cultura China
 Actividades para la Salud y el Bienestar

C/ Beniopa, 1 - Valencia
 960 651 220
info@escuelatantien.com
www.escuelatantien.com



Martín Ribes Rosner
Terapeuta Chamánico y Transpersonal

- Sesiones individuales
- Círculos 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, 3

Puerto Sagunto

C/ San José de la Montaña, 3

Valencia

T: (34) 651 488 530

<http://gestaltcreativisualization.blogspot.com>



TIEMPO LIBRE



Sonríe al miedo **Chögyam Trungpa** **Kairós**

El autor trata de ayudarnos a transformar nuestra vida y nuestras percepciones, de manera que podamos vencer el miedo y no sólo suprimirlo durante un tiempo. Para llegar verdaderamente a no tener miedo, nos dice, debemos dejar de escaparle y empezar a trabar amistad con él.



El último viaje **Gregg Braden, Neale** **Donald Walsch, Brian Weiss** **Sabai (DVD)**

Documental en busca de una nueva visión sobre la relación entre la vida y la muerte. Al estudiar la muerte aprendemos a no temerla ya que si permitimos que afloren emociones como el miedo o la ansiedad, nos mantendremos irremediabilmente atados al tiempo.



Mindsight **Daniel J. Siegel** **Paidós**

Un texto pionero sobre el poder curativo del Mindsight, capacidad innata, base de la inteligencia emocional y social. El Mindsight permite efectuar cambios positivos en nuestro cerebro y en nuestra vida. Podemos poner fin a estas dinámicas que nos amargan y vivir de manera más plena y sosegada.

agenda

agenda@tu-mismo.net

SADHANA CON MÚSICA EN DIRECTO EN GOBINDE.

En Gobinde, calle Pintor Salvador Abril, 31, el domingo 17, de 6.30 a 8.30, sadhana gratuita con música en directo.

TALLER DE FLORES DE BACH EN ALT BENESTAR.

El miércoles 6, a las 19, se ofrecerá en Alt Benestar, calle Roger de Lauria, 3, 1ª, un taller práctico-vivencial para descubrir el método de sanación por las Flores de Bach y conocerte más a ti mismo. Recibirás de regalo un remedio personalizado para tu salud y para ayudarte a afrontar los desafíos de tu vida.

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. Día 1, a las 17, "Masaja Hawaiano + Balinés", y a las 19, "Flores de Saint Germain". Día 8, a las 18, "Reflexología podal". Día 15, de 17 a 19, Laboratorios Dismar (Dolor osteomuscular, artritis, artrosis y contracturas), y a las 19, "Quiromasaje". Quirosoma participará el 16 y 17 de abril en FestiVa, en el Expo Hotel (Nuevo Centro). Infórmate de sus actividades.

REBIRTHING Y RUEDA DE SANACIÓN EN NOVA TERRA.

En Centro Nova Terra, calle Sueca 45 bajo, se realiza todos los martes, de 20 a 22, Rebirthing con Vincent Roselló; los miércoles, de 18 a 20, rueda de sanación a través de la técnica metamórfica (sólo para practicantes). El viernes 8, a las 19, charla informativa sobre la terapia Regenera, con Salvador Martínez, y a las 20, otra sobre el tema "Patologías y medicina oriental", a cargo de Gabriel Rivas. Estas actividades son gratuitas.

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 6, "Vivir una vida de calidad"; el 13, "Apreciación y gratitud"; el 20, "La magia del silencio"; y el 27 "Crea el destino que quieres". Además, el día 15, a las 19, en el Instituto Luis Vives (enfrente de Renfe), Yoguesh Sharda, coordinador de B.K. en Turquía, disertará sobre "Conciencia y valores para salir de la crisis". Informes de estas y otras actividades a través del teléfono 963 51 81 81.

CAMBIO DE LUGAR PARA FESTIVA

Expo Hotel, en Nuevo Centro, el nuevo escenario donde abrirá sus puertas la cuarta edición de nuestro encuentro anual, el 16 y 17 de este mes



Conferencias y otras actividades integran un atractivo programa que se realizará el tercer fin de semana de abril.

El 16 y 17 de este mes nuevamente abrirá sus puertas **Festiva - Caminos de Crecimiento**, en su cuarta edición, oportunidad que traslada su escenario al **Expo Hotel**, avenida Pío XII, 4, en Nuevo Centro.

Como cada año, a partir de las 10 y hasta las 21, en cada jornada se sucederán actividades especialmente programadas para disfrutar de todas las disciplinas cuyo objetivo final es el bienestar y desarrollo personal. Entre ellas, cabe resaltar la presencia de M^a Àngels Mestre, arquitecta que a través de

una intensa búsqueda logró superar una fibromialgia y que sirvió de fundamento para una tarea de difusión sobre otra forma de enfrentar las enfermedades en general. Disertará sobre el tema "De la enfermedad a la salud", el 17, a las 18. Otro de los invitados es Grian, que el 16 dará una charla titulada "Creativos culturales y Guerreros del Arco Iris" y en la jornada siguiente conducirá el taller "¿Qué puedo hacer yo? Respuestas personales ante la crisis y la globalización económica". Tam-

bién conducirá una meditación y posterior conferencia sobre "El camino del mago blanco" Francisco Redondo Segura "Mithila", el 17, a partir de las 11. Y el programa incluye más actividades: charlas, presentaciones, conciertos, cine, danza, stands. Se puede consultar todo ello a través de la web oficial de Festiva, www.festiva.org.es. Y este año nos acompaña la Fundación Vicente Ferrer. La entrada será, como siempre, cinco euros por jornada. Organizan **Humanamente** y revista **TÚ MISMO**.™

el escapar

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.

TERAPIAS NATURALES.

Sabiduría Atlante.

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

MIGUEL LÓPEZ DELGADO.

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

APRENDE CHI KUNG.

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

SANERGÍA.

Centro de Terapias Cuida T.
Sanergía, Conexión Sanergética, Sintonización.
Sanergista Yannina Placeres Acosta.
Valencia y Almarda (Sagunto).
Información, Tel. 661 785 770,
info@cuidaterapia.com,
www.cuidaterapia.com

ANANDA KHANDA.

Orientación vital a través de las ciencias sagradas. Tarot evolutivo. Armonización vibracional holística. Talleres y conciertos-meditación. Arte con alma.
Cita previa: 686 468 354.
English spoken: 610 831 818.
<http://anandakhandaevolucion-yconsciencia.blogspot.com/>
<http://arteconalma.blogspot.com>

ABRIL EN QUIROSOMA.

Quirom. Prof., m. y tardes, inicia día 27, f/s. Vend. Neuromuscular, 9 y 10. Vend. Funcional, m. días 4, 11 y 18. Dren. Linf. 5, Reflex. podal m. día 5. NMA, 1, 8, 15, 29. Mas. c/estiram., 18 y 20. Mas. On Site, 9 y 10. Aromat. p/ terapeutas f/s, días 16 y 17. Mas. geotermal c/ piedras c. y frías, 11, 18 y 25. Esp. Anticel., días 1, 8, 15 y 29. Ter. Sac. Craneal (5 meses), día 2. Shiatsu, noct., 11. Moxib. y vent., 13 y 20. Mas. Tuina, 9 y 10. Auriculoter., 2 y 3. Reiki III, 9 y 10. Flor. St. Germain, 2 y 3. Téc. Metamórf., 3. Iridiol. Mód. II, 9 y 10. Ter. de Polaridad, I, 30 y 1 abril. Ter. del Sonido II, 2 y 3. Trabaja ya, 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.

GOBINDE.

29, 30 de abril y 1º de mayo: Gran Retiro de Kundalini Yoga y Tantra Blanco (200 personas).
Nuevo horario: Yin Yoga todos los viernes, de 13 a 14. Clase suelta 11€. Días 30 de marzo, 6 y 13 de abril, Formación de Profesores de Kundalini Yoga con sadhana gratuita, a las 6.30.
Día 8 de marzo, a las 19, Master Class de kundalini yoga con Hargobind Singh.
Días 16 y 17 de abril, Taller de Yoga Anatómico (este mes, sistemas circulatorio), 130€ (descuento a profesores).
Cerrado, 22 y 25 de abril (festivo).
Info, 963 250 679 y 637 702 152.

ALT BENESTAR.

Días 2 de abril, Quiromasaje Profesional (sáb.), Iniciación al Masaje (sáb.). Masaje Metamórfico (f/s). Día 4, Radiestesia: Péndulos y Varillas (2 tardes). Día 5, Quiromasaje Profesional (m. o t.), Iniciación al Masaje (m. o t.). Día 13, curso Flores de Bach (6 tardes). Día 19, Quiromasaje Profesional (m. o t.), Iniciación al Masaje (m. o t.). Día 30, Masaje Metamórfico, (f/s.). 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

ACTIVIDADES EN NOVA TERRA.

Clases semanales: martes, grupo de Const. Familiares, de 18 a 21. Cursos de masaje infantil, de 18 a 19.15. Visualiz. creativa, jueves, 20 a 21.30. Yoga Kundalini, miérc. y viernes, de 9.30 a 10.45. Yoga Iyengar, martes y jueves, 9 a 10.30 y de 18.30 a 20. Recapitulación Tolteca, viernes alt., de 18 a 21. Seminarios abril: el 2 y 3, Téc. metamórfica Nivel III, con M^a C. Boira. El 9, Const. Fam. y Danza libre para liberación de hábitos. El 16, Neochamanismo urbano, de 10 a 19. Mayo: 7 y 8, Patologías y medicina oriental, 14, Recap. tolteca guiada con música en vivo. C/ Sueca, 45 bajo. Telf. 666 452 904 y 963 810 226, centronovaterra@yahoo.es, centronovaterra.blogspot.com

AFRIC ART.

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

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



Festival CAMINOS DE CUMIENTO

Stand
Conferencias
Presentaciones
Meditaciones
Conciertos
Danza

Organizan:

tú mismo y

turnanamente

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

16 y 17 de abril
Expo Hotel Valencia
Avenida Pío XII, 4