

tú mismo

www.tu-mismo.net

VALENCIA
DIFUSIÓN
GRATUITA

Nº 51

junio
2011

CÍRCULOS
DE SONIDO

MACROBIÓTICA,
LA VÍA DEL INFINITO

PREPARACIÓN AL
POSPARTO

ARTE, CIENCIA Y ESPÍRITU

DESDE LANZAROTE LLEGA BIANCA ATWELL, ARTISTA QUE CONSTRUYE PUENTES CON LA CIENCIA Y LA ESPIRITUALIDAD. SUS PRESENTACIONES ATRAEN A UN PÚBLICO HETEROGÉNEO, QUE AGRADECE LA PROFUNDIDAD DE SU MENSAJE Y TAMBIÉN SU BUEN HUMOR. Y DICE SERIAMENTE "HUID DE LAS CIUDADES"



esencial

Centro de Salud y Herbodietética

CURSO DE COCINA MACROBIÓTICA
11 de junio, de 10 a 15 (comida incluida)
Precio: 45€ (10€ de reserva)
Imparte: MAVI MOLL

TALLER DE AUTOESTIMA Y EL NIÑO INTERIOR (LINEA L. RAY)
13 de junio, de 11 a 20 (pausa para comida)
Precio: 80€
Imparte: VICTORIA FLORES-GÓNGORA

TALLER DE COCINA NATURAL
Todos los viernes, de 11 a 13 (gratuito)
Imparte: MAVI MOLL

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

**CHARLA "LOS BENEFICIOS DEL ALOE VERA
PARA NUESTRA SALUD", CON DEGUSTACIÓN DE
ZUMOS NATURALES DE ALOE VERA**
Presentado por Simela Chalkidou, experta en aloe vera
y consultora de alimentación natural. Entrada gratuita.
Para que todos puedan asistir se realizará el 6 de junio,
por la mañana, de 11 a 13, y por la tarde, de 19.30 a 21.30.
Por motivos de aforo confirmar asistencia

**CLASES SEMANALES
DE YOGA, PILATES
Y BIODANZA**
Primera clase gratis.
Matrícula gratis
INFÓRMATE EN TIENDA

**ALQUILER DE SALA
PARA ACTIVIDADES
ALTERNATIVAS**

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

ESTUDIO COMPUTERIZADO DE SU COLUMNA

**EVALUACIÓN
QUIROPRACTICA
GRATUITA**

**CENTRO QUIROPRACTICO
ROCAFORT**

**Plaza Mayor, 8 bajo
46111 ROCAFORT
Tel. 961 31 05 22**

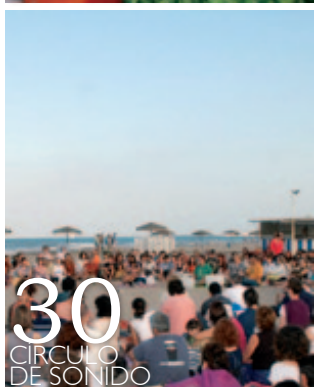
**CENTRO QUIROPRACTICO
LLIRIA**

**Plaza del 9 de Octubre, 1
46160 LLIRIA
Tel. 962 79 24 49**

**PIDA CITA AHORA MISMO,
PODRÍA CAMBIAR SU VIDA!**

Sumario

junio 2011
51



bienestar

- 06 ALIADOS PARA TIEMPOS DE CAMBIO.
08 ESENCIAS FLORALES ÁUREAS.
10 ESENCIAS DE NUEVA GENERACIÓN.
12 MEJOR PREPARACIÓN AL POSPARTO.

entrevista

- 14 COCTEL PERFECTO.

con-ciencia

- 20 PELIGROS DEL MERCURIO.

la otra realidad

- 22 CUÉNTAME UN CUENTO.

soma

- 24 CUERPO Y EMOCIONES, A NUESTROS PIES.

acontecimientos

- 27 FERIA ESOTÉRICA Y ALTERNATIVA.

tiempo libre 26. agenda 28. el escaparate 29.

tú mismo Staff

Editor
Aurelio Álvarez Cortez

Arte y maquetación
Noé Álvarez Lier

Colaboradores
Patricia Abarca, Pablo Arturi, Amelia Izquierdo, Ana Pérez,
Rosario Samper, Sonia Alonso, Martín Ribes, Joaquín Juliá,
Jean Luc Griesbach, Diana Kesselman, Yanardana Das

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.

IMÁGENES DE VIDA

Creatividad consciente

Patricia Abarca

Matrona. Doctora
en Bellas Artes.

Experiencia en creatividad
y desarrollo personal



qué significa ser creativo? ¿Somos creativos por naturaleza? ¿Se puede desarrollar la creatividad? En repetidas ocasiones escuchamos estas preguntas y muchas personas piensan que no son creativos porque no tienen aptitudes para dibujar o escribir un poema, confundiendo el arte con la creatividad; si bien estos conceptos pueden darse juntos, no siempre se corresponden.

Es evidente que ninguna asignatura del sistema de educación en el que hemos sido formados se ha planteado como objetivo potenciar la creatividad de los alumnos, tampoco el desarrollo de la inteligencia emocional o de técnicas de relajación que permitan al niño o al joven, centrarse en sí mismo y tomar

conciencia de sus emociones. Se enseña artes plásticas, música, letras, cultura cívica, gimnasia o deportes, y generalmente aprendemos practicando y repitiendo técnicas, memorizando o intelectualizando, pero todo como un proceso exterior a nosotros sin conectarlo a la propia interioridad. Sin aprender a indagar en el potencial emocional que poseemos, lo ocultamos bajo capas de condicionamientos y erróneas estructuras, transcurriendo a veces toda una vida sin jamás haber desarrollado estas importantes capacidades de nuestra existencia.

La creatividad es, como expone de manera simplificada el educador británico Ken Robinson¹, “poner a trabajar la imaginación”. El desarrollo de nuestra imaginación es algo que nos distingue de las demás especies vivientes del

planeta; gracias a ella podemos indagar en el pasado, proyectar el futuro, recrear el presente y ponernos en el lugar del otro. Gracias a la creatividad el ser humano ha elegido construir el mundo en el que vivimos, ya que la puesta en práctica del proceso creativo y el uso de la imaginación, especialmente cuando se realiza de forma consciente, implica tomar decisiones: elegir hacer algo y no otra cosa. Si esto lo llevamos al plano personal, ocurre exactamente lo mismo: se elige —condicionadamente o no— “ser” alguien y no otro, vivir amoldado a una determinada forma de vida y no a otra. Por lo tanto, tal como explica Ken Robinson, la creatividad constituye la fuente de nuestros problemas, pero del mismo modo es “la herramienta que poseemos para solucionarlos”.

Sin duda que muchas personas refu-

tarán que no han elegido estar donde están, tampoco han escogido la familia en la que nacieron, la zona geográfica en donde viven, las condiciones socioeconómicas de su entorno, etcétera. Parece que los condicionamientos de la vida no nos dejan opción, pero lo que realmente ocurre es que no se nos ha capacitado para mirar desde otras perspectivas, "desde otro cristal", las circunstancias limitantes del entorno; desplegamos nuestra vida hacia el exterior sin indagar en el potencial y el conocimiento interior, no exprimimos el ingenio imaginativo ni exploramos la creatividad de una manera consciente y, por lo tanto, tampoco desarrollamos las facultades necesarias para decidir de acuerdo con las necesidades reales. Finalmente nos amoldamos para dejar que el sistema, "la vida" o los demás decidan por nosotros.

Los estudios realizados por la neurofisiología han confirmado que la creatividad es una capacidad humana que se puede aprender y desarrollar de la misma forma que aprendemos a leer, también subrayan que cuando el proceso creativo es desplegado de manera consciente, se transforma en una búsqueda que posibilita explorar el mundo a la vez que indagar en nosotros, nos permite estar atentos a lo que va manifestándose, ayuda a conectar con la intuición y los sentimientos, permitiéndonos descubrir el sentido de inspiración y sabiduría innata que poseemos.

Desde esta perspectiva, la creatividad se puede definir como una actitud activa de conocimiento y de juego, vinculada con lo que cada uno es y cómo nos relacionamos con el entorno, y nos ayuda a comprender que el movimiento y el cambio son una ley de la vida. Al ponerla en práctica dejamos que se manifieste nuestro potencial, nos damos cuenta de que podemos superar la trivialidad, explorando más allá de nuestros hábitos. Pero quizás lo más importante es que aprendemos a soltar las ataduras que nos hemos

—o nos han— impuesto, desarrollando habilidades que nos permiten afrontar estas limitaciones, así como re-dirigir o suprimir sus efectos.

Cuando ponemos en marcha el despliegue de nuestra capacidad creativa, se nos abre el camino a la libre expresión, al lenguaje verbal y no verbal; por eso lo mejor es trabajar utilizando diferentes técnicas expresivas como el dibujo, la pintura, la escultura, el movimiento, el sonido de la voz, la poesía, la escritura, la fotografía, etcétera. Explorando y experimentando, se suele descubrir inusitadas facetas que se han ocultado o reprimido desde la infancia, mejora la autoestima y aprendemos a confiar en las propias elecciones; algunas personas incluso descubren habilidades que creían no poseer o que nunca antes se habían permitido expresar. No es necesario tener conocimiento técnico-artístico, basta sólo atreverse y experimentar ya que lo realmente importante es cómo se vive la experiencia

y lo que pasa en el mundo interior de cada persona mientras desarrolla su proceso creativo.

La conformidad, la apatía, la inseguridad o el excesivo control anulan nuestra creatividad, sin embargo apenas nos abrimos a ella, descubrimos un espacio donde la imaginación se fusiona con la realidad, filtrada por la visión de nuestro mundo interior, transformándose en un proceso de aprendizaje social y emocional. Si no podemos cambiar el entorno en el que vivimos, podemos cuando menos enriquecer nuestra forma de interactuar con él. La creatividad no es un elemento adicional en nuestra vida, ¡es lo que da propósito a la vida humana! TM

(1) Ken Robinsón. Experto en educación y creatividad. "Creatividad e innovación", "Cambiando los paradigmas" y la entrevista de Eduard Punset "Los secretos de la creatividad" en <http://procreatevida.wordpress.com>



pro CreArte vida

Talleres y cursos de formación:

- Fluyendo, más allá de los 40
- Re-Create
- Crea Vida
- Dibujo y Pintura creativa

Patricia Abarca
620865224
procreatevida@gmail.com
<http://procreatevida.wordpress.com>

ALIADOS PARA TIEMPOS DE CAMBIO

Cristales que con su energía sutil nos pueden ayudar a sobrellevar momentos difíciles

Pablo Arturi



estamos viviendo momentos de inmensos cambios a nivel global, que nos afectan de una u otra forma a nivel particular. Muchos percibimos estos movimientos planetarios, sociales y particulares de distinta forma. A ciertas personas les afecta a nivel físico, a otras a nivel emocional o mental, y algunas en los tres niveles simultáneamente.

Simplificando, podemos decir que está surgiendo cansancio excesivo a nivel físico, inestabilidad a nivel emocional e incertidumbre a nivel mental. Para poder enfrentar estos síntomas contamos con las gemas, ya que tienen una energía afín con nuestros cuerpos (físico, mental, emocional, espiritual). Su energía sutil pero potente nos puede ayudar a sobrellevar más fácilmente esta etapa de cambios.

Por lo fáciles de encontrar y su precio económico sugiero las siguientes gemas: amatista, pirita, cuarzo rosa y turmalina negra. La amatista es una piedra esencial para tener cerca de nosotros. Su energía ayuda a calmar la mente, permitiéndonos conectar con nuestra sabiduría y contactar con nuestros guías. Limpia patrones mentales, transmuta energías densas. Es la piedra ideal para llevarnos a nuestro espacio interior en momentos de meditación. Podemos ponerla debajo de la almohada para guiarnos en los sueños y descansar mejor, o lle-

varla encima para cuando estemos estresados, cogerla y respirar su paz. Su energía nos ayudará a pensar más calmadamente.

La siguiente gema es la pirita. Algunos la llaman “falso oro” por su color. Es una piedra que nos aporta la fuerza de su elemento fuego a nivel físico, a la vez que fortalece y clarifica la mente con su rayo dorado. Ideal para el agotamiento. Llevarla encima es como llevar una batería de reserva, que se recarga cada vez que la dejamos al sol. La cogemos y sentimos cómo su poder nos llena de vitalidad, dándonos fuerza para enfrentar nuestros miedos y ponernos en acción.

El cuarzo rosa es una piedra esencial en nuestro entorno y en cualquier trabajo terapéutico. Su energía femenina vinculada con el elemento agua resulta ideal para sanar y calmar nuestras emociones. Es un cristal suave pero potente a la hora de sanar heridas emocionales, disipar miedos y abrir nuestro corazón. Es una piedra maestra para conectar con el niño interior y recuperar el sentimiento de hogar en nuestro corazón. La llamo “la piedra del perdón” ya que abre nuestro canal de amor incondicional, liberando y dejando partir todo lo que no es afín con su frecuencia (rabia, rencor, miedo, etcétera). Nos comunica esa sensación interna de seguridad y aceptación: “todo está bien, relájate”.

La turmalina negra es la famosa piedra para las

"energías negativas". Su fuerza electromagnética nos conecta con el elemento tierra. Ideal para lugares de trabajo con personas o situaciones negativas. También calma ansiedad, estrés y limpia nuestros pensamientos negativos. Su buena conductividad arrastra y remueve toda energía negativa estancada. Ideal para llevarla en-

cima o tenerla en nuestro lugar de trabajo.

Finalmente, debemos tener en cuenta que las gemas son elementos vivos aunque no las percibamos así, razón por la cual evolucionan con nosotros a medida que las usamos cada vez más. TM

www.concienciacrystalina.com

 *European School of Craniosacral Therapy®*

Terapia Craneosacral - Biodinámica

 Curso profesional de dos años en Jávea (Alicante)

20 seminarios (sábado y domingo) inicio: sábado el 22 de octubre 2011

 Basados en las enseñanzas del Sutherland y el modelo biodinámico de Franklyn Sills.

 La formación incluye el trabajo con las tres mareas.

 En un lugar tranquilo en plena naturaleza.

 Diploma reconocido por la Asociación Española de Terapia Craneosacral.

 La ESCT ha impartido cursos de Terapia Craneosacral en España desde 1995.

Para ver fechas, precios e inscripción ver: www.craneosacral.com

Robert Harris 96 579 43 43 · email: robert@craneosacral.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**

ESENCIAS FLORALES ÁUREAS

Al encuentro de la curación

Amelia Izquierdo

Psicóloga clínica,
Psicoterapeuta
Floral Integral



“La cura no es la remisión del síntoma, sino la recuperación progresiva del conocimiento de sí mismo”.

Heidegger

La vida está compuesta de una esencia y de una existencia. La esencia nos conecta con nuestros estados anímicos y la existencia con nuestra vida externa, con la manifestada en nuestros estados personales.

En Occidente tendemos a confundir ambos términos, confundimos el ser por el estar y además creamos categorías existenciales, por esta razón nos encontramos con más expresiones del tipo “soy débil” que del “me siento débil”, venga por caso. Es una tendencia generalizada el embrollar lo que hacemos con lo que somos, así como mezclar el ser con el estar.

El ser humano dispone de un campo electromagnético, un sistema energético de ondas y frecuencias que a través de cada órgano del cuerpo emiten

una frecuencia determinada. La fuerza electromagnética está conectada a nuestro psiquismo y a través de él se soporta toda la biología del sistema.

Los psicólogos que aplicamos la terapia floral acostumbramos a diagnosticar estados a través de la investigación emocional y mental, prescribimos por tanto esencias florales en función de estos estados. Los remedios florales son sustancias con unos códigos energéticos determinados que interactúan con el campo electromagnético del ser humano, sellando las distintas interferencias y cortes de dicho campo. El resultado visible es que se modifican las emociones, las creencias, incluso las conductas, de una manera natural y sutil. Lo que quiero expresar es que la emoción es un vehículo de diagnóstico energético, al mismo tiempo

que es el objeto final del cambio, pero la esencia floral es pura vibración, su objeto es sellar, reparar el campo energético y el resultado observable es una mejoría significativa de los estados disfuncionales.

Algunos investigadores hablan del ADN basura como la marca, identidad o plantilla energética que cada cual integra de más en su sistema; por esto, una de nuestras tareas importantes es averiguar cómo lo adquirimos y, mucho mejor, qué hacer para librarnos de él. Trabajo arduo y que conlleva una implicación personal fuera de lo habitual.

El primer inconveniente para despertar de nuestro letargo viene de la mano del miedo, el miedo al qué dirán, al rechazo, al cambio, a la incertidumbre, al vacío, a la carencia, al desprestigio, al riesgo... El miedo es la

llave para el control de la humanidad, allá donde hay miedo no hay libertad, el status quo se mantiene. El miedo nos aparta de nuestra esencia, porque en nombre de este miedo un@ acaba haciendo o pasando por lo que el sistema le impone, incluso a costa de una enfermedad. Por y a través del miedo un@ puede hacer o deshacer, pero jamás consigue realizarse.

Bach decía que la persona produce conflictos entre su esencia y su existencia como consecuencia del alejamiento entre el alma y la personalidad. La enfermedad viene de la mano de esa distancia y su resolución depende de la capacidad del ser para recobrar la memoria de sí mismo; lo que significa que estar enfermos es una posibilidad de encontrarnos con nuestra auténtica esencia, de aprender a vivir y, cómo no, a morir.

Existe una programación social variable con los tiempos que va creando imágenes de apreciación y prestigio social, esta programación al fin y a la postre aparta al ser de su *centro*. Esto significa que en esta lucha por ser *normal* (sujeto a normas y a convencionalismos) prescindimos paulatinamente de nuestro auténtico potencial y nos confundimos en la marejada de expectativas y modelos externos que desde antes del nacimiento nos conducen a emular. No es extraño que ese potencial reprimido se queje a través de la enfermedad y que ésta llegue a ser el camino que nos muestre dónde nos perdimos.

Como diría nuestro maestro Pedro Clemente (creador del sistema de esencias Áureas), en nuestra memoria celular se inscribe un pensamiento que no es nuestro, un programa

que invade nuestro propio plan vital, nuestro genuino pero en estos momentos desorganizado plan; "la memoria celular nos piensa", la matrix se convierte en un dominio de nuestro "mí mismo" por la muy elaborada propuesta de la "normalidad".

Las enfermedades autoinmunes vendrían a ser una prueba de la programación celular que dificulta el crecimiento del *sí mismo*. Estas nos advierten que hay algo en nosotros que no logramos "reconocer" como propio, siendo de inmediato atacado por nuestro sistema defensivo. El resultado sobre nuestro organismo es el típico de la lucha infructuosa por exterminar una parte fundamental de nuestro sistema.

Los recursos médicos sintomáticos no curan, tan sólo palian los efectos devastadores de un organismo que actúa en su contra, con un gasto energético tan grande que va provocando

la degeneración paulatina del mismo.

Las 33 Esencias Florales Áureas están elaboradas en base a la búsqueda de esa gran cura, son y representan la transmutación alquímica de la realización personal, aquella de la que Bach hablaba como el requisito esencial de la sanación. No existe manera de sanarse si uno no se reconoce a sí mismo como lo que *real-mente* es, aunque para llegar a esta realidad debemos descartar los programas que interfieren en nuestro programa original ya que no podemos oírlos entre tantas interferencias. No existe otra manera, y este es el objetivo del Sistema Áureo: darnos cuenta de esa matriz interferente y trasgeneracional que nos confunde entre lo que somos y lo que hacemos, entre lo que nos cuentan que hagamos y lo que genuina y original-mente venimos a realizar. TM

www.zentrame.es



SABIDURÍA ATLANTE
TERAPIAS NATURALES

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

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



Chi kung
El arte de la fuerza interna

Centro Totart.
 C/ Palleter 81 Valencia

valenciachikung.blogspot.com
 robertorodrigomasia@gmail.com
 telf: 656950199



Zentrame
 Psicología y Medicina Integral

- Psicoterapia
- Odontología Holística
- Medicinas de la Tierra
- Talleres
- Círculos

Periodista Azzati 5-3b C/ Alicante Privada 6-2-3
 629 693 865
PUERTO DE SAGUNTO

GEMA BALLESTER.
 Médica estomatóloga

AMELIA IZQUIERDO.
 Psicóloga Clínica

www.zentrame.es
www.mujerdespierta.es

ESENCIAS DE NUEVA GENERACIÓN

Recuperando la armonía

Rosario Samper

Psicoterapeuta, terapeuta floral,
profesora de la Escuela
Alt Benestar



*d*ado que los auténticos remedios para la salud se encuentran en la Naturaleza pura, fue sólo cuestión de tiempo el que, después de la irrupción pionera del doctor Edward Bach, se descubrieran y elaborasen en todo el mundo nuevas esencias.

Gracias a sus elevadas vibraciones las flores, los árboles silvestres, los hongos y algunas gemas tienen la capacidad de trasladar su energía pura a las vibraciones de las personas.

Así pues nuestras estructuras energéticas deterioradas recuperan la armonía y vuelven a vibrar correctamente sobre el plano físico, mental y emocional.

Componen estas esencias de Nueva Generación:

- Esencias de Rosas.
- Esencias de Hongos.
- Esencias de Orquídeas.
- Esencias de Gemas.
- Esencias Chamánicas.
- Esencias Silvestres Europeas.
- Esencias Silvestres Africanas.

- Esencias Florales de California.
- Esencias Florales Australianas.

Qué podemos tratar con ellas

Entre otras aplicaciones, estas esencias se utilizan para tratar temas referentes a la autoestima, ansiedad, depresión, miedos, fobias, estrés, hiperactividad, traumas infantiles y de adultos. También en casos de adicciones, alergia, impotencia sexual, frigidez, desórdenes sexuales, enuresis, menopausia, dolores articulares, contracturas, fatiga física y mental, hipertensión arterial y ocular. Además se indican para tratar el desequilibrio con la imagen materna o paterna, apatía, falta de observación y memoria, soledad, desapego y carencia afectiva. Igualmente se hacen fórmulas magistrales de las esencias útiles para tratamientos específicos, como consecuencia de lo observado en consulta por el terapeuta. TM

Más información en www.altbenestar.com

Aprovecha nuestros
DESCUENTOS
por traer a un amigo

BOLSA DE
TRABAJO

FACILIDADES
DE PAGO

CONSULTAS:
Psicoterapia y
Homeoterapia.
TRATAMIENTOS

!! INFÓRMATE !!

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

Consigue tu Diploma en: Quiromasaje Profesional, Masaje Deportivo,
Técnicas Avanzadas, Drenaje Linfático, Reflexología, R.M.A., Shiatsu,
Acupuntura, Tuina, Masaje Metamórfico, Reiki, Flores de Bach,
Cristaloterapia, Aromaterapia Egipcia, Psicología Transpersonal,
Kábalah, Feng Shui, Quantum SCIO, 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

MEJOR PREPARACIÓN AL POSPARTO

*Tras el nacimiento
el nuevo ser
necesita que todo
esté dispuesto*

Sonia Alonso
Directora Formación Doulas
Valencia. Renacedora,
terapeuta y doula



Llega ese momento tan deseado, soñado, esperado. Y casi nada es como pensabas... Todos tenemos una idea preconcebida de cómo queremos vivir nuestra maternidad - paternidad, pero con frecuencia olvidamos que a quien atañe realmente esta experiencia es a ese bebé que llega y que, por tanto, toda las circunstancias van a ser creadas para que pueda tener su propia vivencia.

Cuando un nuevo ser llega a este mundo necesita que todo esté dispuesto, y no me refiero a canastillas, fulares, peluches, ni pañales.

Hablo de lo realmente importante: la relación con el entorno, la relación entre sus padres, con la familia.

Y es por ello que ya en el emba-

razo sucede una serie de cambios con los que no contábamos. Todo se prepara: se termina esa relación insana con quien creías tu amiga más íntima, mágicamente te echan de ese trabajo en el que ya no aguantabas más, o trasladan a tu pareja a otro lugar.

Sin que aparentemente lo busques, surgen conversaciones con tus padres que nunca antes habían sucedido, descubres esos "secretos de familia" nunca sacados a la luz.

Sientes un deseo irrefrenable de cambio. Lo que antes servía ya no es posible mantenerlo.

Y, aunque hayáis respondido a esta llamada y preparado "el nido" para acoger a vuestro bebé, tras el nacimiento aún continúan habiendo reajustes, pruebas, para asegurarse de que todo está como debe estar.

Pero, si por el contrario, habéis desoído la llamada de este gran maestro que está llegando, tras el nacimiento, en ese momento crítico (recuerda que proviene de la palabra *crisis*, es decir *cambio*) ya no puedes escapar y todo sucede abruptamente, dejándote al desnudo con tu realidad.

Cansados, felices, desconcertados, aún recién llegados del "planeta Parto", tienes que poner límites, explicar, protegerte, enfadarte, llorar, huir. Porque nadie alrededor parece comprender por qué has cambiado, por qué actúas así, pues "ellos sólo quieren ayudar y estar con el bebé"...

En ese momento en que sobran las palabras y esta diada mamá-bebé, esta nueva familia que acaba de nacer, sólo necesita intimidad, sosiego, respeto, silencio y la

única ayuda que necesita es tener una buena cantidad de comida casera en la nevera, es entonces necesario que familia y amigos se mantengan en un segundo plano, realizando esa ayuda callada, discreta y permitiendo que el vínculo se cree en paz y armonía.

Acudimos a clases de preparación al parto cuando tenemos todo lo que necesitamos saber en nuestro interior, en nuestra memoria celular.

¡Ninguna mujer necesita aprender a parir! Y sin embargo se nos olvida pedir lo que necesitamos verdaderamente, no hablamos de lo que queremos con nuestras familias y amigos. Sólo nos traicionamos una vez más por agradar a los demás.

Pero ese ser que nos bendice con su presencia viene a mostrarnos que ya podemos ser libres y honestos con nosotros mismos, que

podemos crear la realidad que queremos, aunque no sea lo que esperan los demás.

Por eso os animo a reflexionar y a que creéis las circunstancias que os apetece a vosotros sin pensar en lo que el entorno espera.

Anticiparse, activar la red, crear el entorno adecuado es la clave para disfrutar esta etapa fuera del tiempo y el espacio en el que sólo existen el amor, el éxtasis, la plenitud...

Prepárate para abrir la puerta al caos, al descontrol, ámallo, fluye, vive sólo el instante presente, embriágate del perfume del amor auténtico, saboréalo todo, las risas y los llantos, porque seguramente sea el momento más verdadero de tu vida. El único en el que todo es como verdaderamente es. Y este bebé ha venido a recordártelo. TM

www.doulasvalencia.com

FORMACIÓN PROFESIONAL
FORMACIÓN DE TERAPEUTAS HOLÍSTICOS
CUERPO - MENTE Y AMBIENTE
 Inscripciones Abiertas



Información Teléfonos:
 96 267 2998 - 655975075
www.irenacer.com
 Puerto de Sagunto
 Valencia - España



FORMACIÓN DOULAS

NACER Y RENACER VALENCIA 2011-2012

ACOMPANIAMIENTO CONSCIENTE PARA UNA NUEVA VIDA

*Acompañar a un bebé que llega,
 a una mujer que se convierte en Madre,
 a un hombre que se convierte en Padre,
 a la Familia que nace...
 Es el privilegio mayor que alguien
 puede tener: ser testigos de la magia
 de la vida con toda su intensidad.
 Ese momento donde las máscaras caen,
 los corazones se abren, las consciencias
 se elevan para que todo sea como debe ser.*



Esta Formación es una oportunidad para conocerte más, sanar tus heridas y Crecer para acompañar a otros en su viaje hacia la Maternidad...

Imparten: terapeutas, Doulas, Matronas, Médicos, Obstetras...

Seminarios Septiembre 2011 / Junio 2012

- Nacer y Renacer: Vida intrauterina: El viaje del ser.
- Pelvis y Periné femenino & Despertar la diosa: Encuentro con tu Sexualidad.
- Embarazo y parto en la Especie Humana.
- Parto en casa. Primeros cuidados Diada Bebé-Mamá.
- Parto Hospitalario. Embarazo: La Semilla del Amor.
- Nutrición en Embarazo y Lactancia. Alimentación Infantil & Nace una familia: Cuidado y Protección de la Tríada.
- Doula: El arte de acompañar.
- Dar de ma-amar: Lactancia Materna. El bebe en el 1er.año de vida.
- Maternar, Criar, Acompañar. Respetar procesos de vida.
- Nacimiento y muerte: Acompañar el Duelo.

ABIERTO PLAZO DE INSCRIPCIÓN.
 BENEFÍCIATE DE LA PROMOCIÓN
 MATRICULÁNDOTE ANTES
 DEL 30 DE JUNIO

INFORMACIÓN Y RESERVAS
 650 944 208/ 678 508 701
naceryrenacer@hotmail.com
www.doulasvalencia.com

COCTEL PERFECTO

Vive en una reserva natural, en Lanzarote. Desde allí Bianca Atwell lanza su mensaje de reconectar con la Tierra, utilizando recursos multimediales. El humor también le sirve para transmitir lo que el mundo científico descubre, aunando arte, ciencia y espíritu

-¿Cómo llegas a este momento, creando un puente entre arte, ciencia y conciencia?

-Es el reflejo de un proceso interior. Cuando era una niña, a mi padre le encantaba la ciencia y me llevaba a la Asociación Amigos de la Astronomía, en Palermo (Buenos Aires), para mirar las estrellas con los telescopios. También yo disfrutaba con el juego de física y química, que venía en una caja... pero nunca he estudiado ciencia. Sin embargo, en mi búsqueda personal del autoconocimiento ella siempre ha estado presente. La ciencia dice "esto es así hasta que se demuestre lo contrario", dejando la puerta abierta para seguir investigando, una y otra vez, empujando hacia adelante en la búsqueda; en cambio, la religión dice "esto es así, y punto". Por lo tanto yo descarté la pesquisa del conocimiento a través de las religiones porque éstas me limitaban, mientras que la ciencia estimula mi espíritu de aventura. Por otro lado, soy hija de artista, mi madre era cantante de ópera, y el arte ha sido parte absolutamente natural en mi vida. Es lógico que cualquier actividad la haga de forma artística.

-¿Y la conciencia?

-Yo he perdido la conciencia (risas). En un momento

de mi vida me fui "pa' otro lao", entonces tuve que hacer todo un trabajo interno para regresar y por ahí entré en el mundo de la conciencia. Cuando tenía trece, catorce años, viví un tiempo en la calle hasta que me rescató la Policía Nacional, en Río de Janeiro. Mi madre había caído poco antes en una grave depresión y mi casa se había convertido en un infierno. Por eso me escapé, empecé a viajar y terminé en Brasil. Había tocado fondo. Hoy veo aquellas experiencias como muy buenas, a pesar de que no se las deseo a nadie. El hambre me enseñó qué es vivir el presente, a colocarme en el ahora, me mostró el instinto animal que nos mueve. El hambre anula la educación, la moral, y se activa el cazador que hay dentro de nosotros. Con tal de comer, eres capaz de robar y hasta de matar. Lo que está activado es nuestro cerebro primitivo. Una de las cosas aprendidas por aquel tiempo es la diferencia entre estar en el presente, centrado y alerta, y estar como autómatas en el pasado o el futuro, pero no aquí.

-¿Qué te abrió camino hacia la salida de esa difícil situación?

-El amor. Yo no sabía qué era el amor porque en la niñez no tuve muchas oportunidades de recibirlo. En

TO



“La gente tiene que salir de las ciudades”, afirma Bianca, convencida de la urgencia por el contacto directo con la naturaleza.

Aurelio Álvarez Cortez

la calle se vive mucha violencia y miedo, lo contrario del amor. Pero luego tuve la posibilidad de que el amor me tocara, mejor dicho, despertase porque todos lo llevamos dentro, y eso me fue sanando. Empecé a quererme, a pesar de todo. Actualmente, a través del arte y la ciencia, cuento mi experiencia por la vida, y a algunos les resuena como campanas, creando una especie de oscilador armónico entre la gente y yo, y entre ellos mismos, moviendo una energía que me ha llegado y que transmito a través de los eventos en los que participo.

-Vives en Lanzarote, y adviertes de las diferencias entre el ambiente natural y el urbano.

-Totalmente. La gente tiene que salir de las ciudades, y lo digo de una forma muy fundamentada, no sólo por mi experiencia. Al estar en contacto directo con la naturaleza, ya que vivo en una reserva natural al lado del mar, mi ser está más equilibrado, más tranquilo y feliz. Cuando viajo por trabajo observo la desconexión con la energía. En las ciudades existen demasiados estímulos que quitan la atención de uno mismo, con lo cual se dispersa nuestra energía, porque adonde va nuestra atención, va nuestra energía. En la naturaleza nos car-

Quién es

Bianca Atwell se presenta como artista multimedial, dedicada a la divulgación de la ciencia a través del arte. Esta argentina (nacida en Olivos, provincia de Buenos Aires), dice de sí misma que es música, comunicadora visual y conferenciante. Viaja para dar conferencias multimediales en universidades y centros culturales sobre temas que tratan sobre física cuántica, biología, tecnología, astronomía, entre otros. Entrevista a los científicos del nuevo paradigma y colabora con varios medios escribiendo artículos. Recientemente ha publicado un libro llamado “Noosfera. La mente del planeta Tierra”. En sus presentaciones, donde tampoco falta el humor, ofrece mensajes de unidad, en ayudar a liberarse del control social, de la manipulación y apoyar la conexión del ser humano con la naturaleza a través del amor hacia la Madre Tierra. Su página web es <http://biancaatwell.com>

gamos de energía y se debe a que la Tierra dentro de su constitución física, geológica, tiene una cavidad de resonancia donde las partículas vibran entre 7,8 y 45 ciclos por segundo, llamada resonancia Schumann. Los humanos vivimos dentro de esta cavidad y nuestra glándula pineal armoniza con las frecuencias que envía la Tierra a toda la biomasa (seres vivos) para sincronizarnos con su ritmo, porque ella a su vez está bailando el ritmo cósmico. Nuestro planeta está sometido a la dinámica del Sistema Solar, influido en particular por la actividad del Sol. De modo que esa cavidad de resonancia regula nuestros ciclos circadianos, periodos de sueño y vigilia, los ritmos vitales, a través de la glándula pineal.

En las áreas rurales, el campo, no hay insomnio, todo el mundo duerme bien, tampoco se producen casos de depresión. En cambio, en las ciudades, con las emisiones electromagnéticas originadas por nosotros, alteramos las frecuencias de la Tierra y los ritmos circadianos. En las ciudades vamos fuera de ritmo. El cemento, las microondas, alteran las frecuencias naturales.

-Define tu trabajo.

-Soy una artista que divulgo ciencia a través de la música, vídeos, animaciones en 3D, explicando fenómenos naturales que influyen en la salud. Mi trabajo sirve para que descubrimientos científicos importantes lleguen a la gente y sean entendidos. ¿Por qué? Algunos hombres de ciencia tienen dificultades al transmitir qué están haciendo, sus descubrimientos, y muchos de esos conocimientos tienen una aplicación práctica en la vida cotidiana. Entonces intento rescatar esas herramientas, sobre todo me especializo en encontrar formas de ser feliz. Y es que me he dado cuen-

ta de que a nivel biológico, cuando estamos felices, curamos. Es decir, la clave está en ser felices, y a pesar de que vivamos cosas terribles podemos lograr la felicidad, constante, en la tranquilidad, regulada por la naturaleza.

-Hay quienes afirman que la ciencia se ha convertido en algo así como una nueva religión, animada por científicos ortodoxos creídos del poder del conocimiento uniforme.

-A pesar de que algunos por su ego intenten convertir la ciencia en una religión, la ciencia jamás dice que tiene la verdad. El 90 por ciento de lo que hacemos en el día está controlado por una conciencia a la que no tenemos acceso comúnmente: el latido del corazón, la respiración, la creación de proteínas, incluso nuestras decisiones están supeditadas al estado del sol, al clima... La conciencia puede intervenir, como un piloto que coge el mando del cuerpo, y no es algo mágico sino otro nivel de percepción de la realidad.

Recordemos que la ciencia se basa en hipótesis, no en conclusiones. No hay nada seguro, sólo teorías. Así nos induce a intentar la experiencia. Masaru Emoto experimentó con moléculas de agua y se dio cuenta de que el pensamiento influye en la estructura de esas moléculas, de modo que provocó que otros comprobaran si es cierto o no.

-Algo que no ha ocurrido todavía, pero de lo que mucho se habla, es que pasará en 2012. ¿Qué piensas que sucederá?

-Primero pensé "qué película lanzará Hollywood sobre este tema" porque es una tentación para hacer negocios o también para generar una idea que cambie la conducta humana. Luego, hablando con mayas quiché, como Alejandro Oxlaj,

me dijeron que ellos saben que habrá un cambio de ciclo, pero su calendario no tiene ninguna relación con el nuestro e ignoran si aquello coincide realmente con el 2012. Por último, es cierto que 2012 coincide con un ciclo solar importante y otro cósmico. El agujero negro de nuestra Vía Láctea expulsa periódicamente energía en forma de rayos equis y gamma, y materia prima de formación de estrellas, astros, asteroides, nuevos. La última explosión se ha producido hace 26 mil años, cuya materia nos está llegando ahora, con lo cual este parto galáctico ha producido cambios en el sistema solar. Todos los planetas han sufrido transformaciones a nivel atmosférico, y la Tierra está adaptándose a su medio ambiente.

-Tu consejo es "huyan de las ciudades y vayan a la naturaleza".

-Sí, váyanse ya, si pueden... El plasma que llega del Sol, esa energía, interactúa con los campos electromagnéticos terrestres y puede bloquear todos los sistemas de comunicación, los satélites. Los aviones no podrían volar, los barcos navegar, no funcionarían los móviles, no tendríamos Internet, tampoco habría electricidad. Es decir que lo primero que colapsaría con un fenómeno solar importante serían las ciudades. Un caos. Nadie puede asegurar qué ocurrirá con el Sol durante este máximo de actividad, es impredecible. Sin embargo, podemos decir que será un fenómeno muy potente y coincide justo con el 2012.

-En tus presentaciones despiertas conciencias...

-No lo creo así. A mí me gustaría quedarme en casa; a pesar de que parezco muy sociable, soy muy solitaria. Pero hay algo que me lleva, me empuja y me mete en unos líos... (risas). Y cuando estoy "en

el baile", mejor "bailemos". No hay nada que pueda hacer para impedir que esto suceda. En cada persona veo un dios, en el sentido de que lo tiene todo. Tiene todo el poder. Es increíble el poder que posee el ser humano, lo mismo que los animales, las plantas..., somos diseñados para crear, tal y como lo prueban los últimos descubrimientos de la etología (estudia el comportamiento animal). La neurofisiología vegetal ha visto cómo los vegetales tienen sistema nervioso, piensan, manipulan al medio ambiente ¡y a los humanos nos usan! Todos los seres hemos sido dotados de un poder maravilloso, incluso aquella persona que esté en una situación tremenda. En quien vaga por la calle veo el potencial que tiene para ser feliz, lo miro con esperanza. Veo momentos, como los del átomo, que está en onda o en partícula, y las personas son como átomos, digo "bueno, ya se

pondrán en onda".

-Tú dices que una forma en que las personas "se ponen en onda" es la música.

-En el universo no hay otra cosa que energía, vibrando en diferentes frecuencias o velocidades. Un cristal es un pedacito de energía podría estar vibrando a 35 mil hercios por segundo, un pedazo de papel, a 40 mil hercios. Todo vibra, el sonido es vibración. Por otra parte, conocemos el yin y el yang, fuerzas que los científicos llaman entropía y neguentropía, respectivamente. Entropía es caos, destrucción, y neguentropía, armonía, creación. Parece que la vida tira para el lado de la armonía, y lo que destruye, hacia el caos; vivimos en el equilibrio de estas dos fuerzas. Los instrumentos y la voz humana son una herramienta que produce armonía y empuja a que todo lo vivo se desarrolle más y mejor. Por tanto, si hay una energía negativa, una

enfermedad, la música puede hacer que esas partículas que vibran caóticamente se ordenen, armonicen y surja la salud. Es así que se va constatando cómo las terapias a través de la música, con instrumentos musicales, sonidos, son muy efectivas.

-No toda la música.

-Hay música que es ruido. Un principio dice que si la música es armónica, es buena; si es inarmónica, intoxica. Y el volumen tiene mucho que ver. En volumen alto una música se vuelve tóxica.

-¿Tus próximos pasos?

-En septiembre volveré a Hellín, Albacete, para participar de unas jornadas que son mágicas, que se hacen desde el corazón, con capacidad para 350 personas. En mi página web hay información sobre este evento que empezaron el año pasado (en abril y septiembre) y continúan. Allí se viven situaciones muy bonitas de unidad y amor entre las personas. TM

centro de terapias cuidaT

SANERGÍA CONEXIÓN SANERGÉTICA SINTONIZACIÓN

VALENCIA Y ALMORZA (SAGUNTO)

SANERGISTA YANNINA PLACERES ACOSTA
www.cuidaterapia.com

Tel. 661 785 770
info@cuidaterapia.com

FORO ESPIRITUAL

30 de junio al 3 de julio, 2011

ESTELLA

"Allí donde se juntan los caminos..."

ECOLOGÍA Y ESPIRITUALIDAD

www.foroespiritual.org

648 438 698
info@foroespiritual.org

Organiza ALOÏA

MACROBIÓTICA, LA VÍA DEL INFINITO

*Al cocinar con conciencia
podemos establecernos
en nuestra paz interior*

Jean-Luc Griesbach



*m*acrobiótica es una palabra creada por George Ohsawa, quien trajo este conocimiento a Occidente en 1929. Viene del griego y significa la gran vida, la vida del infinito, en oposición a la vida limitada del mundo relativo. Ohsawa pensó que esta denominación sería más adaptada a nuestras mentes cartesianas y muy involucradas con el aspecto material de la existencia. Ido, la vía del infinito, es en realidad el verdadero nombre tradicional de la macrobiótica. Nos indica que es un Do, una vía iniciática de conocimiento, un arte marcial en el cual el dojo es la cocina. Pero sobre todo es un arte de vivir, un estado de conciencia que abarca tanto el

físico como lo metafísico. Esta ciencia, sabiduría y experiencia se ha transmitido desde más de seis mil años, de maestro a discípulo, “de corazón a corazón, de espíritu a espíritu”, y constituye el alma de esta disciplina.

Ohsawa la aparentaba a un budismo y, por lo tanto, su único objetivo es procurar al ser humano el Satori o Nirvana, el cesamiento de todo tipo de dolor y el alcance de la verdadera salud que es la libertad infinita, la justicia absoluta y el amor eterno. Ohsawa consideraba como un detalle el hecho de que con una alimentación adecuada, la macrobiótica puede curar todo tipo de trastorno físico, comparado con lo que nos puede ofrecer a nivel de la liberación y de la expansión de nuestra conciencia.

Por supuesto, lo ideal sería poder disfrutar de una

mente sana en un cuerpo sano. Para eso la teoría y la práctica tienen que estar en perfecta armonía, como las dos alas de un pájaro que permiten producir un vuelo agradable y seguro. La práctica sin la teoría es peligrosa y la práctica sin la teoría resulta inútil.

La fuerza de la macrobiótica reside en que es muy concreta, muy pragmática y con efectos muy rápidos, ya que trabajamos directamente sobre la sangre a través de la alimentación, lo que provoca una revolución e iluminación biológica y fisiológica, no limita-

da al ámbito mental, psicológico o emocional como en la mayoría de las disciplinas de autoconocimiento.

El primer paso es entender que nuestro estado tanto físico que mental depende esencialmente de la calidad de la sangre, que a su turno depende totalmente de lo que consumimos. Dime lo que comes y te diré quién eres...

Es algo que hemos perdido de vista totalmente ya que comemos cualquier cosa, en cualquier sitio y en cualquier momento. Basta mirar al estado del mundo para

ver el resultado... Es urgente entender que los alimentos son la base de nuestra existencia en este mundo y que influyen directamente no sólo en nuestro estado físico, sino también en nuestra mente, nuestra conciencia.

Al cocinar con conciencia, conocimiento y sabiduría podremos concretamente liberarnos de todo tipo de sufrimiento y esclavitud, y establecernos en nuestra propia paz interior, cumpliendo así el verdadero propósito de la macrobiótica. TM

www.yogavedantaom.com

**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

semana macrobiótica la paz en tu interior

Con Jean-Luc Griesbach

**DEL 18 AL 24 DE JULIO
EN SEGART (VALENCIA)**

**INFORMACIÓN:
961 18 20 27
661 24 28 70
630 60 77 25**

WWW.YOGAVEDANTAOM.COM

PELIGROS DEL MERCURIO

Un enemigo sutil y silencioso

Joaquín Juliá Salmerón

Psicólogo

Como profesional de la salud mental me maravillo ante esa máquina tan compleja y tan frágil llamada cuerpo que cumple su función día y noche. Su función es clara: sobrevivir y cada vez se lo ponemos más difícil. Sobrevivir es lo que ha venido haciendo en los últimos siglos desde que el ser humano empezó a poblar la tierra. Lo que sucede es que las circunstancias de vida entonces, como bien se pueden imaginar, eran muy diferentes a las actuales. Salvando las diferencias obvias, he de decir que nuestro sistema nervioso no está diseñado para soportar y mantener las actuales cargas de estrés que la mayoría llevamos hoy en día.

Nuestro complejo sistema nervioso, con toda su red de hormonas, aminoácidos, neurotransmisores y demás, no fue concebido para periodos extensos de estrés. Como especie hemos sido capaces de llegar a donde estamos gracias a un sistema muy eficiente en donde la ansiedad era una respuesta que nos permitía huir del depredador y enfrentarnos al guerrero tribal con los síntomas ya conocidos: tensión muscular, aumento del ritmo cardíaco, se agudiza la concentración en la tarea, etcétera. Esa respuesta, que entonces nos sirvió en aquel contexto, rara vez tiene esa función protectora en la actualidad.

Ya no tenemos que huir del tigre, ni agacharnos rápido para que no nos alcance el hacha con la que nos querían sesgar la vida. En nuestra sociedad nuestros enemigos no son tan visibles, de hecho están más cerca de lo que pensamos y pueden ser tan etéreos como las palabras que decimos. Uno de ellos es el grupo de ciertos metales pesados presentes en el ambiente y otros compuestos que nos dan con la sana y honesta intención de mejorar en alguna disfunción.

Recientemente he asistido al II Congreso Nacional de Mercuriados (www.mercuriados.org) en el Hospital General Universitario de Valencia con el título de "Mercurio y riesgos sanitarios".

Su intención era la de sensibilizar a la población de un grave problema sanitario, pero muy poco conocido y reco-

nocido, como es la presencia de mercurio y otros metales pesados presentes principalmente en las amalgamas de los empastes dentales. El gremio odontológico tiene uno de los primeros puestos en tasas de suicidio. Las autopsias revelaron que la silla turca, la base ósea donde se sienta la hipófisis, mostraba una saturación mercurial.

El mercurio es un enemigo sutil y silencioso, que se deja ver después de varios años y con consecuencias graves, aunque esto depende de la reacción de cada persona. Puede provocar desde problemas de infertilidad y espasmos musculares a depresión, irritabilidad y variabilidad del humor. No olvidemos que el mercurio es un tóxico y ya se ha prohibido en los empastes dentales en algunos países como Suecia, Noruega, Rusia y Japón. En España el debate apenas ha comenzado, pero con acciones así podemos empezar a reconocer la existencia de un problema y así diseñar un plan de acción. La inconsciencia suele llevar aparejada consecuencias desagradables. ¿Se ha preguntado por qué hay gasolina sin plomo?

Durante este congreso al que asistieron ponentes como médicos, odontólogos, un químico y los propios afectados, se pusieron de manifiesto ciertas conclusiones. He de decir que todavía hay discrepancia entre la comunidad científica para llegar a un consenso, pero sí hay evidencias cada vez más claras que apuntan a que los crecientes casos de TDAH (Trastorno de Déficit de Atención por Hiperactividad) y autismo están relacionados con unos niveles excesivos de mercurio, el cual se va acumulando en el cuerpo con el tiempo. Es importante también recordar que el mercurio también se encontraba en las vacunas que tanto bebés, niños y adultos recibíamos, desarrollando unos niveles muy por encima de lo que el cuerpo puede tolerar. Aunque en teoría desde el 2004 el mercurio en forma de timerosal se ha retirado de las vacunas, sería un acto sabio y prudente mirar antes la composición de la misma y decidir en base a la propia responsabilidad y libre albedrío de cada uno.

Las implicaciones que esto tiene a nivel psicológico son enormes pues algunas situaciones de depresión, ansiedad, autismo, hiperactividad, tan frecuentes hoy en día, pueden

verse más fácilmente desarrolladas por una intoxicación de mercurio y otros metales pesados como plomo.

Otra excelente ponencia por parte de un odontólogo enfatizaba la importancia de no llevar ningún tipo de metal en la boca pues éstos crean un campo electromagnético que interfiere con el normal funcionamiento de la hipófisis, encargada de la secreción de hormonas relacionadas con la tiroides, la función reproductora y muchas otras.

Si cree que puede tener intoxicación por mercurio u otros metales pesados, puede hacerse un análisis de sangre para ver sus niveles incluso aunque no tenga síntomas actualmente. A esto debemos añadir que el mercurio es solamente uno de los metales pesados a los que estamos expuestos. Lo importante es saber que las consecuencias negativas hacia nuestra salud pueden venir de la suma de todos los tóxicos acumulados en nuestro organismo. TM

MÉTODO HAUT

CLASES DE KÁBALA



CURSO DE INTERPRETACIÓN DE SUEÑOS

**11 de junio y 16 de julio,
de 17 a 21 hs.**

(50 € la clase)

CENTRO ADVAYA,
C/ Carcagente 32,
zona Patraix
VALENCIA

Carmen Haut
18 AÑOS DE
INVESTIGACIÓN

INFORMACIÓN 670 20 59 85



FRAN HERNÁNDEZ

Naturópata
Osteópata
Iridólogo
Geobiólogo
Técnico en Biorresonancia

Más información en:
Centro Manantial Alegría
96 114 1305
Afric Art
629 609 275



manantial alegría
terapias alternativas

RENACER EN VACACIONES, una semana de crecimiento y naturaleza
Llámanos y te informaremos, te sorprenderá!

CONSTELACIONES FAMILIARES, EMF BALANCING TECHNIQUE,
REBIRTHING, PSICOTERAPIA, YOGA, ETC.

Plaza Patraix, 4, Valencia / Tels.: 96 114 1305 - 622 270 210

CUÉNTAME UN CUENTO

Nuevas historias por otras caducas, que hasta ahora nos han limitado

Ana Pérez

Terapeuta Gestalt, coach
y periodista

Martín Ribes

Terapeuta transpersonal y
chamánico



Cuéntame un cuento y verás qué contenido... me voy a la cama y tengo lindos sueños...", decía el estribillo de una canción de Celtas Cortos, un grupo español que surgió en los 90 y que apostó por una fusión entre música tradicional celta y rock'n'roll. De este maridaje nacieron algunos sugerentes temas, llenos de fuerza y vivacidad y con letras punzantes. "La letra con sangre entra", dice un castizo refrán, y aterrador, sin duda, aunque dudo que sea cierto. De lo que no tengo ni el menor asomo de duda es que la letra en la sangre entra. Todo lo que nos cuentan -y nos contamos-, desde nuestra más tierna infancia hasta la más pellejuda adultez, y más, va calando en nosotros hasta quedar grabado en tinta indeleble en cada una de nuestras células y que legaremos a nuestros descendientes. Si es bueno, para bien; si es malo, para mal.

Desde siempre a los niños les ha gustado que les cuenten cuentos a

la hora de irse a la cama, para dormirse acompañados y tener dulces sueños. Los adultos, niños hinchados por la edad, parece que se han olvidado del buen hábito de contarse bellos cuentos e historias felices. Sucede con frecuencia que la gente se desconecta de su alma, de sí misma, para enterrarse profundamente en su oscura historia; una historia prestada, fruto de un patrocinio más benigno o más negativo según la calidad de conciencia de los cuidadores, que ni siquiera les pertenece a ellos mismos. Tu historia es un cuento que te narras sobre ti mismo y tu realidad, a partir de retales que los que te rodeaban mientras crecías, te contaron, comprado sin negociar y que ha pasado a constituir el traje que ahora te viste y que confundes con tu YO. Además esta historia es la peli "El día de la marmota". Una vez que las conexiones neuronales de nuestro cerebro se han establecido, se repite como un disco rayado. Pero la historia que te cuentas no vive en tu alma, sólo en tu mente. Meterte dentro de ti te

dará el visado pues el que no entra en sí mismo, se sale de sí. Como en Barrio Sésamo: dentro-fuera. Sin embargo, entre "meterte en ti" y "enterrarte en tu historia" existe algo más que una sutil diferencia. Estando sujetos a una percepción limitada de quiénes somos, la tarea consiste en reemplazar las historias caducas, en derribar los obstáculos que hacen que nos parezca bien vivir limitados. Cada gesto que acorte la separación y nos acerque a la unidad hace pared.

El término evolución tiene su raíz en el verbo latino volere, que significa voluntad. El acto de crecer, de madurar y de superarse está íntimamente ligado a un acto permanente de voluntad. "Esfuézate por alcanzar la visión más elevada", dice Jesús. El Reino de Dios es un estado interior. En vez de señalar hacia cualquier punto exterior, Jesús señala hacia adentro, donde se crea la realidad y, por tanto, donde puede llevarse a cabo. Todo se construye a partir de la conciencia. El mundo consiste en ideas proyectadas en

una pantalla, y la conciencia es la luz continua que emana del proyector. El mundo físico procede de la mente de Dios, y cuando nos acercamos a él, toda la creación forma parte de nosotros. Literalmente la gloria divina nos reviste. Sin fe, esta gloria permanece oculta a la vista. Creemos que el mundo está separado de nosotros y que generalmente se muestra esquivo a nuestras necesidades y anhelos. Así pues, tenemos que encontrar ese lugar dentro de nosotros donde nada es imposible. La fe por sí sola ya implica todo el camino espiritual que debemos recorrer para llegar hasta donde está Jesús, el estado de conciencia crística. "Lo que es imposible para los hombres, es posible para Dios" (Lucas 18,27).

La manera de obtener los dones de la Providencia, pro-videncia, apuntan a pasar más tiempo visualizando lo que deseamos y menos observando lo que es. Cuando practicas tu historia más positiva y agradable, tu aventura-experiencia de la vida, acaba siendo la vibración que domina en ti. Se trata de desactivar la observación y empezar a visualizar más, a la vez que nos contamos una historia diferente, una historia nueva sobre lo que nos gustaría que fuera, en vez del relato fidedigno al estilo de un documental con rigor periodístico. De esta forma comenzamos a desviar nuestra atención, nuestra energía creadora, de lo que hay y nuestro punto de atracción también comenzará a cambiar hacia lo que queremos. Y para ello es clave la libertad: liberarnos del trabajo duro, de las preocupaciones y del

sufrimiento. De las malas vibraciones. Al hacerlo comprobamos que la naturaleza lo suministra todo. Al tener conciencia, recibimos nuestro sustento mediante la mente

La mayor parte de la gente alberga actitudes negativas acerca de sí misma, del dinero, la salud o las relaciones. También piensan más en lo que les está sucediendo que en lo que preferirían que les sucediera; es el embrujo cautivador de la "realidad" que nos seduce a seguir contemplándola, la vieja historia, y a convertirnos en estatuas de sal. Gobernar la propia mente y dirigir la atención deliberadamente es una tarea que requiere disciplina y determinación. No hay una forma correcta o incorrecta de contar tu nueva historia. Puede ser sobre tus experiencias del pasado, del presente o del futuro. Contar muchas historias cortas agradables a lo largo del día cambiará tu punto de atracción. Reinvéntate. El único criterio que importa es que seas consciente de tu intención de contar una versión mejorada. Como otros, dijo Caderón de la Barca que la vida es sueño, así que para tener felices sueños, dormidos o despiertos, vamos a tener que re-visor y elegir mejor las historias que nos contamos y que, en definitiva, están determinando la vida

que vivimos, el sueño que soñamos. "El ser humano elige su destino. Y su destino es elegir", Hadrat Ali.

Ser el cuento o el cuentacuentos. TM

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

SABADO 24 SEPTIEMBRE 2011

CAMBIO DE ERA

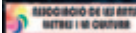
Sitges
 Barcineta + Hotel Mollà

Desde las 9 de la mañana a las 22 horas
 Actuaciones en directo y presencia




Información:
 934 516 882 / 647 446 507
armoniafestival@yahoo.com
www.armoniafestival.org

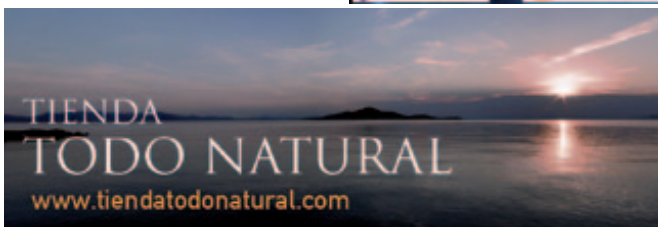
Organizan:




TIENDA

TODO NATURAL

www.tiendatodonatural.com




Martín Ribes Rosner
Terapeuta Chamánico
y Transpersonal

- Sesiones individuales
- Circuitos chamánicos
- Talleres de formación

C/ Alicante (privada) 6, 2º, 3, Puerto Sagunto

C/ Marqués de Zenete 10, 2º, 3, Valencia

T: 615 856 360 <http://chamanismopractico.blogspot.com>

Terapia Gestalt y Coaching

ANA PÉREZ DOMÍNGUEZ

C/ Alicante (privada) 6, 3

Puerto Sagunto

C/ San José de la Montaña, 3

Valencia

T: (34) 651 488 530

<http://gestaltcreativisualization.blogspot.com>



CUERPO Y EMOCIONES, A NUESTROS PIES

Una aproximación a la reflexología podal

Diana Leonor Kesselman
Reflexóloga



es una técnica tan ancestral que varios pueblos en la antigüedad expresaron conocimiento de ella; y tan actual que, cada día más, reconocemos el valioso aporte que nos brinda en bienestar, autoconocimiento y en la posibilidad de integrar al ser en su totalidad, físico, mental, emocional y espiritual. De este modo puede expresar su núcleo esencial, tomar contacto con su sí mismo y desplegar su ser genuino

Recuerdo con mucha ternura a mi primer paciente, un señor de 76 años, que llegó a la consulta porque tuvo conocimiento de que existía esta técnica y sintió que le podía hacer muy bien recibirla. Habían ya transcurrido varias sesiones cuando me preguntó: "¿Puede ser que la reflexología me haga más bueno?". Ante mi pregunta de por qué sentía eso, me respondió: "Porque antes, cuando un empleado mío me decía algo, yo reaccionaba mal, enojándome y gritando, y ahora me doy cuenta de que, ante la misma situación, pienso la respuesta y puedo ponerme en su lugar, comprendiéndolo".

Esta conversación con mi paciente y en mis comienzos como terapeuta me pareció un verdadero regalo captar la magnitud de esta técnica, a nivel físico y sutil.

Todo el ser reflejado en sus pies, su historia, sus potencialidades, sus dolores, sus miedos, su pasado, su presente y la posibilidad de cambiar el futuro, cambiando el presente.

Es una técnica sencilla, sólo se necesita como instrumento las manos del terapeuta y todo su amor como intención, ya que el conocimiento se acrecienta con la práctica y atención en la acción.

Al observar un par de pies vemos el área de los dedos, que refleja la cabeza y el cuello, los cinco sentidos, el aspecto mental, cómo piensa, imagina y reflexiona el paciente. Tam-

bién vemos la memoria, el razonamiento, la comunicación, la creatividad vinculada al pensamiento y, entre otras cosas, su conexión con el infinito. Es desde este lugar que conocemos cosas sin saber cómo las descubrimos.

Áreas y sus correspondencias

El área del metatarso refleja el pecho, la espalda, los brazos. Es la zona muscular por excelencia, con el corazón como representante. Contiene la fuerza subyacente a la acción. Es sede del amor, expresa el carisma, la fuerza que irradiamos y la capacidad de dar a través de las manos.

El área del arco corresponde a la zona del abdomen, el sistema digestivo y urinario, y a los líquidos de todo el cuerpo. Representa el mundo emocional de una persona, el miedo, la culpa, la ira, las frustraciones, la ansiedad, la violencia. También es en esta zona que observamos la capacidad de intuición emocional, sentimos cosas sin saber cómo. En esta región se registran nuestras pautas emocionales elementales, las que nuestra psique consciente no puede ver (inconsciente emocional)

El área del talón representa la zona de la pelvis, los órganos y partes que allí se alojan. Esta zona contiene el instinto de crear vida nueva, está relacionada con la supervivencia y energía interna que posee la persona para afrontar la vida, la estabilidad y la capacidad de autosostén.

Esta terapia, como otras, permite obtener una visión global de la persona a través de una de sus partes, y luego del diagnóstico, activar a través del estímulo puntual, los poderes curativos del cuerpo para lograr la homeostasis, posibilitando un verdadero camino de evolución ya que propicia el despliegue de la conciencia. TM

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

**APROVECHA
NUESTRAS
OFERTAS**

Si traes a un amigo
y se matricula en
Quiro I, Reflex.
Podal + DLM
o Shiatsu en mayo,
recibirás un curso
de técnicas de
relajación y tu amigo
un 5% de descuento
en su matrícula.

Matricúlate en
Quiro I o Quiro II
a través de nuestro
Facebook y
obtendrás curso
gratuito de
Masaje Hawaiano
y Bambuterapia.

**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

TIEMPO LIBRE



Ciencia y espiritualidad **Amit y Maggie Goswami** **Kairós**

En este libro, que supone un cambio de paradigma, los Goswami muestran no sólo que las paradojas de la física cuántica pueden resolverse tomando como base un universo espiritual, sino también las paradojas de la vida, la mente y la salud. Una exploración científica de la espiritualidad impresionante.



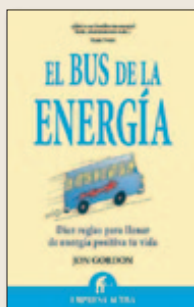
Es hora de vivir **Andreas Moritz** **Obelisco**

Un análisis de la profunda necesidad interior del hombre de sabiduría espiritual y una ayuda para desarrollar una nueva sensación de vivir, basada en el amor, el poder y la compasión. Cómo podemos emplear sus asombrosos poderes en nuestro beneficio y de la humanidad, y empezar a vivir a partir de hoy.



Cómo decidimos **Jonah Lehrer** **Paidós**

Con los datos que provienen de los avances de la neurociencia y de la economía conductual que, durante las dos últimas décadas, han revolucionado nuestra comprensión del proceso de toma de decisiones, se ofrece a los lectores la información necesaria para tomar las decisiones más inteligentes.



El bus de la energía **Jon Gordon** **Urano**

Diez reglas para llenar de energía positiva tu vida. Un viaje para mantener una actitud positiva que permita conseguir los objetivos que uno se propone, y para enfrentarse a la adversidad, consiguiendo sacar lo mejor de uno mismo con la máxima energía. Lectura motivadora que permitirá recargar las pilas.

ASTROLOGIA

Presente y futuro en la actualidad española y mundial
Predicciones individuales para los asistentes

Charla a cargo de
HUGO BONITO
astrólogo, creador de la
Técnica de FECHAS GEMELAS

ENTRADA GRATUITA

6 DE JUNIO, 19 hs.,
en **ASTROCUANTICA**
Plaza de la Santa Cruz, 9
(cerca de TORRES DE SERANOS)

FERIA ESOTÉRICA Y ALTERNATIVA

Decimocuarta edición en el Centro Comercial Nuevo Centro. Una cita imperdible a partir del 11 de este mes



El centro comercial Nuevo Centro acogerá, desde el sábado 11 de este mes hasta el día 25, la 14ª edición de la Feria Esotérica y Alternativa. Un evento que se ha convertido en punto de encuentro para todas aquellas personas interesadas en lo referente al mundo esotérico y espiritual.

De entrada libre, la feria contará con una gran variedad de stands donde se podrán adquirir todo tipo de productos esotéricos, alternativos y disfrutar de distintas terapias como reiki, shiatsu y gemoterapia.

También habrá consultas de tarot evolutivo, quiromancia, astrología, estudios sobre los chakras,

fotografía del estado del aura, medición del campo energético. Cada año la organización presenta alguna novedad que avala la trayectoria pionera y el atractivo de esta feria, que por otra parte destaca por las fechas mágicas en que se realiza, coincidiendo con el solsticio de verano y la mágica noche de San Juan.

El horario en que estará habilitada será el mismo que el centro comercial y los domingos permanecerá cerrado.

Sobre las charlas, talleres y conferencias gratuitas los interesados encontrarán más información en Internet, en la página web www.maykaybindi.com, o mediante el teléfono 963 462 117. TM

Bindi

Avda. Pío XII, Nº 2 - Local 179 B
46009 Valencia.
Tel. 963 470 858

Pedidos on line
www.maykaybindi.com

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

BAZAR ESOTERICO MAYKA

C. Prof. Beltrán Bágüena, Nº 5 - Local 3
Tel. 963 462 117 · 46009 Valencia.
E-mail: bazmayka@telefonos.es

TUS DOS TIENDAS ESOTÉRICAS EN EL NUEVO CENTRO

agenda

agenda@tu-mismo.net

CÍRCULO DE SONIDO.

En la playa de La Patacona (Aldaia), el día 19 de este mes, a partir de las 20, se realizará un círculo de sonido, de participación abierta y libre a todos los interesados. Esta actividad está a cargo de Yanardana Das, director del Centro de Cuencoterapia (Valencia). Además, el 16 de julio, a la misma hora y el sitio mencionado, se recreará el Laberinto de Fuego y Armonía, también de acceso gratuito.

SAT NAM RASAYAN Y SADHANA EN GOBINDE

En Gobinde, calle Pintor Salvador Abril, 31, el viernes 3, a las 11.30, recibe Sat Nam Rasayan gratuitamente. Relájate, medita, sana. Resto de viernes del mes, meditación en el mismo horario. Además, el domingo 19, de 6.30 a 8.30, sadhana gratuita con música en directo. Información a través de los teléfonos 963 250 679 y 637 702 152.

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 8, "Vivir de dentro a fuera"; el 15, "Dimensiones de la comunicación"; el 22, "Equilibrio entre la humildad y el autorrespeto"; y el 29, "De la preocupación a la sabiduría". Además, el 24, a las 19, Francisco Ramírez, coordinadora de B.K. en Las Palmas de Gran Canaria, disertará sobre "Cuidando la mente y el corazón". Informes de estas y otras actividades a través del teléfono 963 51 81 81.

CHARLA SOBRE ASTROLOGÍA.

El lunes 6 del corriente mes, a las 19, dará una charla sobre astrología el experto argentino Hugo Bonito, quien actualmente realiza una serie de presentaciones en España. La reunión, de carácter gratuito, se realizará en Astrocuántica (Templo de Júpiter), plaza de la Santa Cruz 9 (cerca de las Torres de Serranos). Durante el encuentro, Bonito abordará temas de actualidad y hará predicciones individuales a los participantes. Los interesados también pueden consultar al teléfono 669 847 284.

SESIONES DE MEDITACIÓN.

Los jueves 2, 9, 16, 23 y 30, a las 10.30, tendrán lugar unas sesiones de meditación guiada, a cargo de Ana Luisa López Pérez, en el Centro de Psicología Integral para Todos, C/ Salamanca 66, bajo, con libre acceso.

eI

TERAPIAS NATURALES.

Sabiduría Atlante.

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

MIGUEL LÓPEZ DELGADO.

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

INTERPRETACIÓN DE SUEÑOS.

Curso a cargo de Carmen Haut.
11 de junio y 16 de julio,
de 17 a 21, en Centro Advaya,
calle Carcagente 32 (Patraix).
Interesados llamar al
670 20 59 85.

APRENDE CHI KUNG.

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

escaparatate

CURSO "EL ARTE DE RESPIRAR".

Fundación Internacional "El Arte de Vivir". Seminario sobre técnicas respiratorias y meditación. Elimina el estrés, la ansiedad y la depresión; fortalece el sistema inmunológico; limpia las toxinas del cuerpo; incrementa la energía física y el entusiasmo; ayuda a entender el funcionamiento de la mente. Conferencia abierta al público: viernes 3 de junio, a las 20, Centro Vitalia - Juan Llorens, 27. Curso: del 17 al 21 de junio, Vida Sana - Maluquer, 6. Info: 655 813 262, 96 332 57 92, veronika@elartedevivir.es www.elartedevivir.es.

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, incienso, libros... Dtos. especiales para terapeutas. C/Periodista Llorente, 14. Tlf. 647 791 497.

SEMANA MACROBIÓTICA

La paz en tu interior, con Jean Luc Griesbach. Del 18 al 24 de julio, en Segart (Valencia). Información: 961 18 20 27, 661 24 28 70, 630 60 77 25, www.yogavedanta.com

GOBINDE.

Día 5, a las 10, Formación 1.er Nivel de Sat Nam Rasayan, sanación a través de la meditación. Día 6, 2º Nivel de S. N. R. Días 1, 8 y 15, de 9.30 a 13.30, Formación de Profesores de Kundalini Yoga. Días 11 y 12, Formación Prof. de Kundalini Yoga, desde las 6.30 con sadhana grat. Día 10, Master Class de Kundalini Yoga con Hargobind. Días 18 y 19, taller de Yoga Anatómico, precio por taller: 130€, (desc. a profesores). Día 24, a las 20.30, danza hindú con Sat Atma Singh, precio 10€. Días 25 y 26, Taller de Bhangra con Sat Atma Singh, precio 70€ socios Gobinde 60€. Info, 963 250 679 y 637 702 152.

CENTRO PAU.

Terapias Holísticas: tratamientos naturales, Flores de Bach, Masajes, taichi-chikun, tensesidad. C/ San José de la Vega, 6-1º-1ª, Valencia, tel. 615 543 180, 963 679 452. centropau@yahoo.es

INTENSIVOS EN JULIO.

Matrícula abierta en Alt Benestar para los siguientes cursos: Del 1 al 29, Quiromasaje Profesional, del 1 al 29 de julio. Día 9, Drenaje Linfático, 3 f./s. Reflexología Podal, 3 f./s. Día 2, Iniciación al Shiatsu, 5 sábados. Días 2 y 3, 3er. Nivel de Reiki, 1 f./s. Días 13 y 14, 1er. Nivel Reiki, mañanas o tardes.

ALT BENESTAR INICIA CURSOS.

Día 2 de mayo, Quiromasaje Profesional (martes y jueves), Iniciación al Masaje (martes y jueves). Día 6, Esencias Nueva Generación. Días 7 y 8, Aromaterapia Egipcia, 7 Esencias Chakras Físicos (tardes). Día 9, Quirom. Prof. (martes y jueves), Inic. al Mas. (martes y jueves). Día 11, Maestría de Reiki (f./s.). Día 18, Aromat. Egip. (1 día). Día 25, Fl. de Bach (2 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 Lauria, 3, 1ª, Tel. 963 940 686.

SEMINARIO SISTEMA ISHA.

Impartido por Maestro de la Fundación Isha. Presentación de la película "¿Por qué caminar si puedes volar?", 22 junio, 19 horas, Salas Crea, calle Pizarro, 12-3º-8ª, Valencia. Inscripciones: 677 783 704, 609 904 091.

TERAPIA CRANEOSACRAL BIODINÁMICA.

Curso profesional de 2 años en Jávea (Alicante). 20 seminarios a partir del 22 de octubre próximo. Diploma reconocido por la Asociación Española de Terapia Craneosacral. Informes a través del teléfono 965 794 343, e-mail robert@craneosacral.com

CÍRCULO DE SONIDO

acontecimientos

*Una oportunidad
única de vivir y
transformar
el planeta*



Yanardana Das

Master Sound Healing
Traditional Reiki Master

el Círculo de Sonido es una oportunidad única de vivir y transformar el mundo. Desde la antigüedad se ha empleado el sonido sagrado como herramienta de crecimiento y sanación. Es en estos momentos de unidad planetaria que nos reunimos en fechas especiales en más de cien lugares en el mundo con la misma intención de amor, paz y armonía.

La unión de los instrumentos sagrados de los cuencos de cuarzo, gongs, didgeridoo, flautas, cantos, etcétera, junto a la geometría sa-

grada de los círculos y los laberintos, conforman una vibración especial y una combinación única de frecuencias.

Círculos de Sonido se han establecido en España, Argentina, México, Perú, Rusia, Inglaterra, Egipto, Francia, Estados Unidos..., en total más de treinta y cinco países. El Círculo de Sonido invita a todas las personas a escuchar y recibir las frecuencias benéficas producidas por los instrumentos sagrados.

En España, y concretamente en Valencia, promovemos y facilitamos los encuentros de sonido

desde el Centro de Cuencoterapia. Desde hace varios años reunimos a cientos de personas en la playa de la Patacona en la misma intención y armonía.

Este verano tenemos tres citas: la primera, el 19 de junio, en un Círculo de Sonido; la segunda el 16 de julio, cuando recrearemos el Laberinto de Fuego y Armonía y, por último, el 20 de agosto realizaremos un Círculo de Gongs (Gong Bath). Los tres eventos son gratuitos, abiertos y participativos. A partir de las 20 horas, os esperamos TM

Más información en
www.circulodesonido.com


rincón
del
tibet

La mayor selección de
Cuencos Tibetanos Antiguos de España
www.rincondeltibet.com

C/Consular del Mar nº5 - pta1 - 46005 - Valencia

Especialistas en instrumentos para Terapia de Sonido
GONGS - DIAPASONES - CUENCOS DE CUARZO
ARMONIZADORES - PRACTITIONER CRYSTAL BOWL



Formación Profesional
de CUENCOTERAPIA

proximos cursos:
11 12 de Junio Niveles III y IV
9 y 10 de Julio Niveles I y II

Meditación GONG BATH
10 de Junio a las 20:30 hs.

Círculo de Sonido
19 de Junio
Playa de la Patacona
(Alboraya)



PEPE LANAU

www.cuencoterapia.es

Consular del Mar nº5 - pta 2 - 46005 - Valencia



móvil: 615067318

Taller de Numerología Tántrica

UN CAMINO DE
AUTOCONOCIMIENTO



DÍAS 9 Y 10 DE JULIO
DE 9 A 18:00 HRS.

¿Qué es la numerología tántrica?

La Numerología Tántrica es una ciencia sagrada milenaria, originaria, de la India, basada en el estudio de nuestra fecha de nacimiento completa. Considerando al Ser Humano como una totalidad, describe sus diez cuerpos espirituales, a través de los cuales se manifiestan las tendencias de la personalidad y sus motivaciones más profundas. Los números de nuestra fórmula revelan estos rasgos fundamentales, nuestra potencialidad, los aspectos que debemos trabajar a lo largo de toda la vida, así como los dones y talentos que pueden ayudarnos en esta trayectoria.

El acercamiento a nuestra Numerología nos abre un camino de autoconocimiento para conectarnos con nuestra esencia y crear relaciones más armónicas con nuestro entorno, tanto en lo laboral como en lo personal. Es una herramienta práctica y sencilla, que junto con Kundalini Yoga y la Meditación, te ayudará a superar los desafíos que posees en tu fórmula y aclarar tu misión de realización espiritual.

El Taller

Este taller nos proporciona los conocimientos necesarios para el estudio de nuestra fórmula, tanto en sus Cinco aspectos o factores básicos: Alma, Karma, Regalo Divino, Destino y Vida; como en otros aspectos más avanzados: Desafío, Proyección, Corazón, Número Transformador, etc. Así mismo, nos aporta la experiencia práctica de Kriyas (series de ejercicios) y Meditaciones con las que podrás trabajar tus números.

Lo imparte

Dharma Kaur Khalsa, de nacionalidad chilena y alemana, nació en Chile en 1961. Es abogada e instructora certificada de Kundalini Yoga por KRI-USA desde 1997. Hasta el año 2004 vivió y se formó bajo la tutela personal de Yogi Bhajan, quien antes de morir le encargó enseñar y representarlo en toda América Latina. Actualmente, Dharma vive en Ecuador y desde allí se desplaza por todo el continente impartiendo talleres y compartiendo las enseñanzas de Yogi Bhajan.

Cuándo

Fecha: Sábado 9 y Domingo 10 de Julio
Horario: de 9 a 18 hrs.

Lugar: Gobinde c/Pintor Salvador Abril, 31 bajo drcha. Precio: 90€ General y 75€ profesores de Yoga.

Inscripción: reserva tu plaza pagando 30 € en Gobinde o ingresándolos en la cuenta n°:

2100 1468 23 0200087557 (detalla Nombre, Apellidos y "Taller de Numerología")



Gobinde
Yoga Valencia

Contacto y Reservas

Gobinde: 96 325 06 79 - 637 702 152

Horario de Atención: Lunes, Miércoles y Viernes de 14 a 21 hrs. Martes y Jueves de 9:30 a 14:30 y de 17:30 a 21 hrs.

Además del taller, Dharma ofrecerá consultas individuales de Numerología Tántrica.