

tú mismo

www.tu-mismo.net

VALENCIA
DIFUSIÓN
GRATUITA
Nº 53
septiembre
2011

AROMATERAPIA
CIENTÍFICA

CAMINO
AL DESPERTAR

LA EXPERIENCIA
DEL FLUIR

PURA CONCIENCIA

ES ALLÍ DONDE REINA LA “SENCILLA ARMONÍA”, DICE FRANK WINSLOW. EL CREADOR DE LA “CURACIÓN CUÁNTICA” EXPLICA CÓMO CONCIBIÓ ESTE MÉTODO, ANTES DE PRESENTARLO POR PRIMERA VEZ EN ESPAÑA, EL MES PRÓXIMO



esencial

Centro de Salud y Herbodietética

CURSO DE 1er. NIVEL DE REIKI

24 y 25 de septiembre

Precio: 120€

Imparte: ANTAR GONZÁLEZ LÓPEZ

TALLER GRATUITO DE COCINA SANA Y NATURAL

Todos los viernes del mes, de 11 a 13

Imparte: MAVI MOLL

**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 REALIZAR ACTIVIDADES
DE CRECIMIENTO PERSONAL

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

1º DIA MUNDIAL DEL REIKI

靈氣



HOTEL RENASA

Av Cataluña, 5 VALENCIA



INICIACIONES GRATUITAS

TALLERES, CONFERENCIAS

17- SEPTIEMBRE - 2011 DE 11H A 19,30

Sumario

septiembre 2011
53



08

UN CAMINO
DE DAR Y RECIBIR

bienestar

- 04 EL SER Y EL INFINITO.
06 OCTAEDROS LUMINISCENTES.
10 POR UNA MAYOR CALIDAD DE VIDA.
12 TODO ES INTELIGENCIA.

entrevista

- 16 CURACIÓN CUÁNTICA.

con-ciencia

- 20 LA EXPERIENCIA DEL FLUIR.

la otra realidad

- 24 CAMINO AL DESPERTAR.
26 CÓMO SUPERAR EL SUFRIMIENTO.

acontecimientos

- 29 SIMPOSIO DE TERAPIAS INTEGRALES.

tiempo libre 28. agenda 29. el escaparate 30.



14

AROMATERAPIA
CIENTIFICA



22

GEOMETRÍA
SAGRADA

tú mismo
Staff

Editor
Aurelio Álvarez Cortez

Arte y maquetación
Noé Álvarez Lier

Colaboradores
Patricia Abarca, Carla Iglesias, Concha Villarroya Villanueva,
Sonia Díaz, Ana Roselló Olivares, Miguel Ballesteros,
Adolfo R. Ordóñez, M^a Pilar Ivorra, Bodhi Path Valencia

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

Redes sociales: facebook.com/RevistaTuMismo
twitter.com/RevistaTuMismo
Gadiel Álvarez Lier

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

Impresión
Set i Set Gráficas

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

EL SER Y EL INFINITO

Mándalas, formas de la estructura básica de la creación universal

Patricia Abarca
Matrona. Doctora
en Bellas Artes



La elaboración meditativa de mándalas es un arte milenario que conlleva un proceso de introspección, autoco-nocimiento y creatividad, siendo conocido su uso en las escuelas tibetanas como apoyo a la meditación para llegar a niveles mentales más elevados. Sin embargo, el término mándala es originario del sánscrito hindú, traducido literalmente significa “círculo”, generalizándose su uso en diversas culturas para denominar aquellos diagramas geométricos de carácter circular realizados con pinturas u otros materiales, comúnmente con intención espiritual, para representar de forma simbólica el macrocosmos y el microcosmos.

En la figura de un mándala las formas geométricas tienden a organizarse en diferentes niveles visuales; tradicionalmente las más habituales suelen ser el círculo, el triángulo, el cuadrado y el rectángulo, sobre los cuales si se quiere se

puede dibujar —según la complejidad y el sentido simbólico que quiera dársele— formas de animales, del ser humano, la naturaleza o dioses. Los dibujos siempre se distribuyen de forma concéntrica o equidistante a un centro, evocando de este modo el sentido cíclico del eterno retorno y transmutación de la energía universal o de los ciclos de la naturaleza, así como la idea de perfección y comunión, rueda o totalidad.

Por otra parte, al observar con atención nuestro entorno, descubrimos que este esquema concéntrico con un núcleo en el centro es una estructura básica de la creación universal, presente en las formas que dibujan la vida en el planeta y en el universo; es un patrón que se repite en cada célula del tejido vivo —entre ellas, en el óvulo fecundado que da origen a una nueva vida—, en la cristalización del agua que forma el hielo, en la figura que forman los pétalos de una flor abierta, en los anillos del tronco de un árbol, así como en la figura que esbo-

za la unidad más básica de la energía y la materia: el átomo. También se revela esta forma en el espacio que circunda el tránsito de la Luna alrededor de la Tierra, del mismo modo podríamos decir que nuestro Sistema Solar recrea un gran mándala, al igual que la Vía Láctea.

De manera que la figura del mándala es mucho más que un simple dibujo geométrico, es un diagrama cuya forma está presente en el inconsciente colectivo del ser humano, recordándonos nuestra relación con el infinito, a la vez que la estructura de nuestra interioridad en términos de materia y energía. Tal vez por eso es una forma representada universalmente, encontrándola recreada en la arquitectura así como en objetos artístico o religiosos de prácticamente todas las culturas que han poblado el planeta: en la cultura hindú, el Tibet, en los indios navajos del norte de América, en los mayas y aztecas, en los celtas, en Japón y en China, en los aborígenes australianos, en la cultura griega, en la

árabe, en la religión musulmana, en el arte cristiano, etcétera.

Por esta razón, la creación de mandalas se ha utilizado como herramienta de enseñanza espiritual, con el objeto de procurar un espacio de energía y un estado psicoemocional propicio para la meditación y la iniciación. Según el psicólogo y escritor británico David Fontana, tanto la representación geométrica en diferentes niveles como el simbolismo implícito en los mandalas, otorgan una vía que posibilita el acceso progresivo a niveles más profundos del inconsciente, favoreciendo la experiencia mística del conocimiento y de comunión con el universo. Por lo tanto, su representación simbólica de totalidad involucra también la totalidad del individuo como ser humano, en el aspecto físico, mental, emocional y espiritual; la totalidad del ser, consciente, subconsciente e inconsciente. De este modo, utilizado como una guía meditativa para el conocimiento de uno mismo, el mandala funciona como un diagrama de la realidad interior que orienta y secunda el desarrollo de la psique. De hecho, el reconocido psiquiatra Carl Jung, refiriéndose a su propio proceso de autoconocimiento, escribió: "Dibujaba cada mañana en un cuaderno un pequeño motivo circular, un mandala, que parecía corresponder a mi situación interna en ese momento... Fue poco a poco que descubrí qué es en realidad un mandala: es el Self o sí mismo, la totalidad de la personalidad, que si todo anda bien es armoniosa" (1).

La creación de un mandala por lo tanto, además de aportarnos el necesario espacio meditativo y de sabiduría implícito en la propia labor creativa, una vez finalizado nos refleja simbólicamente una proyección de nuestro estado interior; no como un espejo que proyecta nuestra faceta exterior, sino más bien como el conocimiento que descubrimos en el iris de una pupila, de una mirada que desvela la propia interioridad. Posteriormente, al contemplarlo una y otra vez, vamos descubriendo nuevas significaciones y nuevos simbolismos que van enriqueciendo el proceso de autoconocimiento, sorpreendiéndonos por el con-

tenido y la belleza que estos diagramas nos permiten plasmar y, al mismo tiempo, extraer.

Si no nos atrevemos a crear un mandala, podemos comenzar simplemente observando de forma meditativa algo ya creado, centrando la mente en como nuestro interior se conecta con las formas y los colores. La visualización debe ser organizada y rítmica, sin prisa, siguiendo el orden de un puntero de reloj, desde adentro hacia afuera, o bien, si se prefiere, comenzando por la periferia hasta llegar al núcleo; para no cansar la vista es importante que el impreso sea de un tamaño más bien grande. A continuación se puede cerrar los ojos y recrear, mentalmente, paso a paso todo el recorrido. También podemos pintar, rellenando intuitivamente de colores las formas ya dibujadas en un mandala, a la vez que respiramos relajadamente en un proceso de meditación activa. Los colores que elijamos reflejarán el estado de ánimo de ese momento, y la dirección en la que pintemos nos revelará algunos

aspectos internos, como por ejemplo: si intuitivamente pintamos desde el centro hacia afuera, significa que hay un deseo de exteriorizar las emociones, en cambio si lo hacemos en sentido contrario, se refleja una búsqueda de nuestro propio centro y de autoconocimiento.

En resumen, el mandala puede ser trabajado por cualquier persona, desde un niño hasta un anciano, transformándose en una poderosa herramienta de concentración y relajación, que además contribuye a reintegrar de forma armónica esa disociación del "yo" a la que hace referencia Jung en sus escritos, provocada por el tipo de vida a la que nos conduce esta ajetreada sociedad en la que vivimos. ¡Os invito a introducirlos en el misterio de los mandalas! Disfrutarán con su belleza y descubrirán una cautivadora vía de reencuentro con vuestra interioridad. TM

(1) Jung, Carl G.: "Arquetipos e inconsciente colectivo", Paidós, 1991.

<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>

OCTAEDROS LUMINISCENTES

*Propiedades de la fluorita.
Breve ejercicio para
sentirse en plenitud*

Carla Iglesias
Aqua Aura



La fluorita es una piedra conocida por sus diversos colores, entre morados, verdes, amarillos, también transparentes, con una dureza 4 en la escala de Mohs (esta serie califica los minerales por números, del 1 al 10, para establecer la dureza de una piedra), dato que indica que se trata de un mineral “blando”, es decir, fácil de romper o resquebrajarse. De modo que la mayoría de estas piedras hace que su energía también sea “maleable”, y esto significa que, siguiendo la tradición de los siete chakras, no tengamos en el cuerpo un único chakra adecuado para su colocación.

En este sentido, y por ser muy conocidas las propiedades de la fluorita, se la relaciona con el sexto chakra, por su aporte con la capacidad de concentración para el estudio, la ayuda a la hora de practicar una meditación, para la apertura del tercer ojo o sencillamente para “callar” la mente.

Dentro de la enorme variedad de formas existentes en el sistema cúbico de cristalización de la fluorita, debemos prestar especial atención a las que se solidifican en forma de octaedro. Esta figura geométrica se compone de dos triángulos que en armonía han

crecido juntos, combinando así todas las propiedades de esta piedra, y unen esa especial estructura para ayudar a equilibrar nuestros cuerpos: físico, mental, emocional y espiritual.

Ahora te propongo un fácil y breve ejercicio que parte de la idea de que antes de equilibrar las energías, hay que moverlas.

Primero buscaremos una música que sea de nuestro agrado, pero que invite al movimiento, con tambores: samba, salsa, bangra, etcétera. La música tiene que incitarnos a bailar, a agitar los brazos y así mover toda la energía del cuerpo con alegría. Después de dos o tres minutos haciendo estos agradables movimientos, vivaces y dinámicos, nos sentaremos con las piernas cruzadas (postura del loto) y cogeremos dos octaedros de fluorita, uno en cada mano. Después de dos o tres respiraciones profundas, con un sencillo movimiento del tronco “dibujaremos” el símbolo del infinito (∞), varias veces, de una forma sutil, percibiendo los cambios energéticos en nuestro cuerpo.

La práctica total de estos movimientos no debe pasar los cinco minutos. Para terminar nos tumbaremos en el suelo. Abriendo los ojos, dejaremos los brazos

tendidos a lo largo del cuerpo para gozar así de una agradable sensación de bienestar. ¡Que lo disfrutes! TM

Aqua Aura está en Facebook

TIENDA
TODO NATURAL
www.tiendatodonatural.com

 *European School of Craniosacral Therapy®*

Terapia Craneosacral - Biodinámica

- * Nuevo curso profesional de dos años en Jávea
- * 20 seminarios (sábado y domingo) inicio: sábado el 22 de octubre 2011
- * Basados en las enseñanzas de Sutherland y el modelo biodinámico de Sills
- * La formación incluye: las tres mareas, nacimiento y órganos y vísceras
- * En un lugar tranquilo en plena naturaleza
- * La ESCT ha impartido cursos de TCS en España desde 1995
- * Diploma reconocido por la Asociación Española de TCS

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

Robert Harris 96 579 4343 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

BÚSCANOS EN FACEBOOK

**GUILLÉN DE CASTRO, 17—
ESQUINA JESÚS (FRENTE A HACIENDA)**

Tel. 963 524 854

UN CAMINO DE DAR Y RECIBIR

Qué significa ser una doula

Concha Villarroya Villanueva
Amamadoula



antaño, desde niñas, se veían a mujeres parir y criar a sus hijas, a sus hijos. Eran actos simples con los que estábamos familiarizadas, actos cotidianos como amamantar, cambiar pañales y sostener a los bebés en brazos. Hoy muchas mujeres llegan a ser madres sin haber tenido ningún contacto anterior con bebés.

Una doula es una mujer preparada en la ayuda al nacimiento que actúa como soporte, proporciona información y apoyo emocional y físico a las mujeres embarazadas, antes, durante y después del parto. Las doulas acompañan a mujeres que dan a luz en sus casas, en hospitales, en casas de partos...

Una mirada amorosa, un "te escucho", un saber estar, una mano cálida... ahí entramos las doulas. Ser doula implica esta capacidad para acompañar a la mujer y a su pareja en este recorrido hacia la maternidad-paternidad.

La primera misión de una doula es informar a las mujeres embarazadas y a sus familias de la experiencia positiva de la maternidad y del parto. El cuidado de una doula se basa en saber que el apoyo emocional y la confianza durante el proceso de parto facilitan todas y cada una de las fases de la maternidad. Lo importante de una doula, además de tener una formación cualificada, es su manera de ser, de acompañar, de empatizar...

Cuando la madre no se conecta con su instinto, con su naturaleza... pueden surgir situaciones que la llevarán a momentos de nerviosismo, de desconexión con su bebé e

incluso a desequilibrios emocionales.

Los comentarios de los familiares, de los amigos, una lactancia que no se termina de instaurar, un agotamiento físico debido a falta de descanso, unas hormonas revueltas... el teléfono sonando, el bebé llorando... la moral por los suelos.

Y entonces se plantea si ha de coger al bebé cuando llora, ponérselo a la teta cuando quiere, tenerlo al brazo, dormir con él... se cuestiona si esto es lo normal... porque alguien le dice que no lo haga.

Parte de nuestro trabajo es devolverle a la mujer la confianza en su cuerpo, confiar en que es capaz de dar a luz por sí misma, que su bebé sabe lo que tiene que hacer para nacer, que su cuerpo está preparado y sus emociones también.

Esa seguridad hace que en el posparto también se sientan más serenas, que los bebés estén más tranquilos.

Algunas mujeres llegan asustadas porque son conscientes de la información que les falta sobre lo que supone ser madre, de la información errónea que tienen.

Ahora, en todo el mundo se identifica con el nombre doula a la mujer con conocimientos del trabajo de parto y del nacimiento que acompaña a la mujer que va a parir. Puede tener formación sobre masaje, reflexología, reiki, otras terapias... Ofrece información, consejo y soporte, pero no está cualificada para desarrollar tareas clínicas.

Ser doula es un camino de dar y recibir, de apertura a la Vida, de crecimiento personal, de afianzamiento de sentimientos profundos arraigados en el alma. **TM**



FORMACION DE DOULAS “DIEZ LUNAS”

Para el acompañamiento consciente de la mujer embarazada
hacia su nuevo camino de maternidad en todas y cada una de sus fases.
Para tu propia vivencia personal, para la reconstrucción de tu propia biografía humana

Seminarios: octubre de 2011 a junio de 2012

Avance de temario

- **El vínculo respetuoso durante el acompañamiento** - Regina Bordera, Doula, Coach. Rebeca Torres, Socióloga, coach.
- **La Doula. Ambiente oxiótico** - Erika Irusta Rodríguez, Doula, Pedagoga. Gemma Guillaumon Amores, Doula.
- **Presentación de la educación prenatal: qué es, de dónde viene, dónde estamos** - Pilar Vizcaino, Psicóloga.
- **Embarazo y parto respetado** - Enrique Lebrero, Ginecólogo, Obstetra.
- **El parto, trabajo de comadrona. Tándem comadrona-doula** - Inma Marcos, Comadrona, IBCLC. Asesora de lactancia, parto en casa.
- **Maternidad y paternidad: desarrollo de la salud y del vínculo. Claves preventivas** - Yolanda González, Psicóloga, Formadora en Promoción de la salud y Prevención infantil.
- **Experimentando el suelo pélvico** - Carmela Escriche, Profesora de yoga para embarazadas.
- **Aterrizando en la vida: nacer y vivir** - Mónica Delgado, Pediatra, Neonatóloga.
- **Amamantar: nutriendo desde el interior** - Laura Villanueva, Asesora de lactancia, presidenta de Sina.
- **La muerte y el proceso de morir** - Cristina Villarroja, Diplomada en enfermería, Naturópata.
- **Construyendo mi historia personal** - Rafaela Faus, Terapeuta, Terapeuta sistémica familiar.

Plazas limitadas. Información y reservas: 627 666 261/ 96 118 05 50

doulas.diezlunas@gmail.com

<http://www.monsavalencia.org>

Avda. santa María del Puig, 13 Picanya (a 10 min de Valencia, a 5 min Metro Picanya)

POR UNA MAYOR CALIDAD DE VIDA

Crecimiento en la demanda de terapias manuales



Cada vez son más las personas que utilizan terapias manuales, toman conciencia de los beneficios que aportan, y así contrarrestan las tensiones diarias o el estrés continuado, porque sabido es que, si no las atajamos a tiempo, acaban somatizándose en el cuerpo en forma de contracturas, fibrosis, e incluso enfermedades, primero leves y luego más graves.

Lo ideal sería acudir con regularidad a este tipo de terapias como una forma de vida, para cuidar y mantener una buena salud, ya que debido a las exigencias de la sociedad actual solemos llevar un ritmo de vida bastante ajetreado. Dado su gran índice de efectividad, cada día tienen mayor demanda de un público más y más exigente.

Debido a todo ello y a que cada vez nos interesamos más por nuestra salud y la de los nuestros, se está detectando un creciente interés por este tipo de terapias y tratamientos, tanto para ser recibidos, o como apren-

dizaje para una formación profesional, como Quiromasaje, Reflexología, Drenaje Linfático, Shiatsu, etcétera.

María Teresa Vidal, directora de Alt Benestar, quien ha focalizado su trabajo en la faceta psicosomática del ser humano, explica al respecto que "dentro de las terapias manuales hay un amplio abanico de ofertas y todas ellas tienen como principal objetivo mejorar y equilibrar nuestro sistema nervioso autónomo, sistema inmunitario, emociones, y también aumentar el rendimiento físico, psicológico, intelectual, mejorando la calidad de vida, entre otros saludables efectos".

En efecto, y según la experiencia obtenida en los últimos años en su centro, donde se atiende cualquier pregunta de formación o terapia, las terapias manuales constituyen una profesión digna, que paulatinamente se va generalizando y alcanza los niveles de otros países europeos en los que tienen un mayor arraigo entre la población. **TM**

www.altbenestar.com

MATRÍCULA ABIERTA

¡¡Reserva tu plaza YA!!

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, Radiestesias, 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

TODO ES INTELIGENCIA

La expansión de la conciencia es el gran objetivo, dice D. Chopra

Sonia Díaz



en una época en que se vive en medio de desafíos e incertidumbres con guerras, peligros nucleares e inseguridad, es posible, desde lo individual, construir la paz y proyectarla a todo nuestro entorno". Esta expresión pertenece a Deepak Chopra, médico y escritor nacido en India y actualmente creador y presidente de la Fundación Chopra y fundador y copresidente del Centro Chopra de California, Estados Unidos.

En una de sus recientes conferencias por el mundo, Chopra dijo que "la expansión de la conciencia es el gran objetivo, pero no tiene sentido insistir en ella mientras el cuerpo y la mente no estén preparados". En tal sentido, Chopra destacó como el medio para aquietar la mente el yoga del Ser, el yoga de las emociones, el yoga del conocimiento, el yoga de la acción.

Con cuatro letras fáciles de recordar presentó una técnica efectiva para reducir el estrés, a la que denominó SODA ("S" del inglés stop, parar; "O", observe, observar; "D", detach, desapegar, y "A", action, acción). Ante una situación amenazante, parar, no reaccionar, luego observar en nuestro cuerpo, con nuestras emociones, qué nos ocurre, para posteriormente despegarnos y tomar distancia de las situaciones, las personas o todo aquello que nos afecte negativamente,

y por último, actuar en un estado de conciencia más elevada.

Chopra, al plantear que "todo está ordenado porque todo es inteligencia", expresó que "los alimentos y las plantas son inteligencia. Lo que cogemos para nutrirnos, lo convertimos en nuestra propia inteligencia. Cuando conocemos la forma de traer de nuevo al orden la inteligencia, no hace falta saber nada más. La enfermedad es inteligencia interrumpida, pero podemos hacer que vuelva al orden".

Asimismo, recordó que vivimos en "discontinuidad", a pesar de que lo percibamos como una "continuidad". Todo funciona en un "on" y un "off". En el primero están las vibraciones, la energía y la información. En el segundo, la nada, la creación, la intuición. "El off es necesario para que exista el on", advirtió.

En otro momento de su disertación, Chopra tras preguntar "¿qué otra cosa es un pensamiento, sino un impulso de energía e información?", señaló que "nuestro cuerpo no es independiente del cuerpo del Universo, porque a nivel de la mecánica cuántica no existen fronteras bien definidas. Somos como una onda, una ola, una fluctuación, una circunvolución, un remolino, una perturbación localizada en un campo cuántico más grande. Ese campo cuántico más grande —el Universo— es nuestro cuerpo ampliado". TM



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

AROMATERAPIA CIENTÍFICA

*Uso de aceites esenciales
con fines terapéuticos,
según la escuela
francesa*

Ana Roselló Olivares

Formadora en Aromaterapia
Científica y Flores de Bach



Vivimos en la Era de la Comunicación y nos encontramos rodeados de información a través de los diferentes medios de comunicación, artículos en periódicos, revistas, internet, bibliografía, etcétera. Lamentablemente, muchas de los conceptos e indicaciones que provienen de dichas fuentes con respecto a la Aromaterapia resultan ser un poco confusos, imprecisos, e incluso en ocasiones sin fundamento. Por lo tanto, para los amantes de los aromas y los aceites esenciales surge la necesidad de aclarar conceptos y establecer unos principios básicos a partir de los cuales podemos descubrir y adentrarnos en este mundo apasionante y embriagador.

Aquí en España, normalmente, hemos adquirido el hábito de relacionar la Aromaterapia sencillamente con el mundo de los aromas, los masajes y el bienestar. Sin embargo, la Aromaterapia según la Escuela Francesa es el uso de los aceites esenciales con fines terapéuticos, definidos éstos de acuerdo a criterios de calidad rigurosos. "La Aromaterapia Científica" está basada en datos científicos sólidos, confirmados tanto por el laboratorio como por la clínica, y su uso se apoya en la relación estructura/actividad, es decir, en la relación existente entre los compuestos químicos de los aceites esencia-

les y sus actividades terapéuticas.

En Aromaterapia Científica se usan los aceites esenciales por diferentes vías de administración, vía tópica, vía respiratoria e incluso por vía oral, para tratar o prevenir una enfermedad y sus síntomas, o bien para completar un tratamiento terapéutico. Por lo tanto, los únicos aceites esenciales aceptados y usados son aquellos bioquímicamente definidos y quimiotipados (qt).

El concepto de quimiotipo fue introducido por Pierre Franchomme en 1975. Los aceites esenciales están compuestos de una estructura química muy compleja, por lo que el quimiotipo va a designar la molécula con mayor presencia en éste y va a permitir definirlo terapéuticamente de forma clara y segura.

Por ejemplo, cuando vamos a comprar un aceite esencial de tomillo, en la mayoría de los casos no se nos informa del tomillo que estamos adquiriendo, ya que podemos encontrarnos un tomillo (*thymus vulgaris*) qt timol, qt cineol, qt geraniol, qt linalol, etcétera. El tomillo qt timol es un potente antiinfeccioso de amplio espectro, pero es cáustico para la piel y potencialmente tóxico para el hígado en dosis elevadas y prolongadas; en cambio, el tomillo qt tujanol es útil en procesos infecciosos respiratorios, no es dermocráustico y es un gran regenerador de las células hepáticas; por último

el tomillo qt linalol es interesante para tratar patologías gastrointestinales y urinarias, y su uso es muy seguro.

Es importante, por lo tanto, tener la información necesaria y exacta para hacer un buen uso de los aceites esenciales y poder discernir a la hora de comprarlos. Tampoco debemos obviar que algunos de sus compuestos bioquímicos no son inocuos y existen restricciones para los bebés, los niños, las mujeres embarazadas o las personas alérgicas. La mayoría de los aceites esenciales que encontramos en el mercado son frecuentemente extractos aromáticos de calidad mediocre, incompletos, adulterados, reconstituidos, etcétera, por consecuencia impropios para el uso medicinal (tanto a nivel físico, emocional o psíquico).

Asimismo, me gustaría mencionar una cita del Dr. Penoel (médico aromaterapeuta): "Los aceites esenciales son vida que vienen a socorrer la vida". Y esta es la diferencia entre tomar un medicamento sintético, es decir "muerto", creado por el hombre en un laboratorio y tomar un aceite esencial lleno de vida creado en el mejor laboratorio que pueda existir en la tierra, la naturaleza.

Puntos importantes a tener en cuenta

- Los aceites esenciales son productos 100% naturales y puros, siempre y cuando se adquieran los

aceites esenciales quimiotipados y de alta calidad.

- Los efectos han sido probados científicamente (resistencia a las bacterias, rapidez de acción, ausencia de efectos secundarios, acción directa contra los virus, la protección de la flora intestinal y la regulación del sistema inmunitario, entre otros).

- Nos ofrecen un sinfín de posibilidades de uso y aplicaciones tópicas: son regeneradores celulares, nutren los tejidos, son grandes antioxidantes y en combinación con el masaje activan la circulación,

nos ayudan a limpiar el organismo de toxinas...

- Son reequilibrantes del terreno y son eubióticos (favorecen la vida).

- Su uso consciente resulta económico.

Las investigaciones y las observaciones clínicas llevadas a cabo hasta hoy a través del mundo han consagrado la extraordinaria eficacia de la Aromaterapia. La Aromaterapia Científica pone a nuestra disposición un tesoro insospechado. ¡Descúbrelo! TM

INMÀ CASANOVA
Herboristeria y dietética
EXPERTOS EN AROMATERAPIA CIENTÍFICA Y FLORES DE BACH
PRESENTA SUS
"CURSOS EN AROMATERAPIA CIENTÍFICA SEGÚN LA ESCUELA FRANCESA"
Descubre el maravilloso mundo de la **Aromaterapia**, entendida como el uso de los **Aceites Esenciales** con fines terapéuticos
Cursos dirigidos tanto a los profesionales de salud, bienestar y belleza como para aquellos que deseen aprender a cuidar su salud de una forma **natural y consciente**.
C/Filiberto Rodrigo 19, Bajo comercial 10 (CATARROJA)
Tel: 96 312 63 51
www.inmacasanova.com

Formación de Rebirthing
Duración: 10 meses.
De septiembre 2011 a junio 2012 - un taller por mes
Imparte **MARÍA JOSÉ BORRÁS**
(25 años de experiencia como terapeuta)

Información:
Mª CARMEN GONZÁLEZ:
606 318 830
mariaacgon@ono.com
MANUELA BLÁZQUEZ:
619 332 625
manuetierra@hotmail.com

CURACIÓN CUÁNTICA

Luego de un largo camino que comenzó en su interés por la física teórica, el estadounidense Frank Kinslow llegó a concebir y estructurar un proceso que actúa a través de lo que denomina Conciencia Pura. Antes de su visita a España, nos explica la historia y los alcances de su trabajo

-En primer lugar, doctor Kinslow, le agradecería una breve definición de lo que usted llama La Curación Cuántica.

-El Quantum Entrainment® (La Curación Cuántica) es un proceso de curación muy rápido que todo el mundo es capaz de realizar. Si te has roto una pierna o has tenido un colapso cardíaco tienes que descansar para curarte. Si quieres una curación física, emocional o espiritual, necesitas un descanso profundo. Cuánto más profundo sea el descanso, más profunda será la curación. La Conciencia Pura es el descanso más profundo que puedes conseguir. He descubierto un proceso que ofrece instantáneamente este profundo descanso y la rápida curación de la mente, el cuerpo y el espíritu. Actúa en segundos.

-¿Cómo ha llegado usted a concebir este proceso?

-Tres circunstancias que se dieron en mi vida fueron las que, en conjunto, me llevaron a descubrir los principios del Quantum Entrainment. Desde la adolescencia me interesó mucho la física teórica. A los 20 años me quedé fascinado por la filosofía oriental y practiqué durante años sus técnicas de meditación. En varias ocasiones pasé meses en los Alpes, en meditación, contemplando las fuerzas de la naturaleza. En la treintena me hice qui-

ropráctico profundo y obtuve mucha experiencia clínica con cientos de técnicas curativas. Luego, al principio de mis 60 años, en medio de una profunda crisis personal, me llegó como un relámpago la intuición de que sencillamente, y a través de la Conciencia Pura, todo ser humano puede vivir libre de dolor y de sufrimiento.

-¿Hay alguna diferencia entre lo que usted denomina Conciencia Pura y lo que otros llaman conciencia plena o indivisible, contrapuesta a la conciencia fragmentada?

-No puedo hablar de lo que otros han dicho acerca de la conciencia plena o de la conciencia indivisible. No sé cómo esos términos han sido definidos, pero sí puedo darte una clara definición de la Conciencia Pura: es aquella que nunca cambia, que no tiene principio ni fin, es la conciencia de la Nada, el estado de no-pensamiento, el Vacío. Uno no es consciente de la Conciencia Pura mientras está sucediendo. Va más allá de la energía y la forma. Cada cosa creada es la ilusión inmóvil y no-existente de la Conciencia Pura. Yo utilizo el término conciencia común para indicar lo opuesto a la Conciencia Pura. La conciencia común está subordinada al miedo y a los prejuicios del ego y es generalmente destructiva, aún cuando la intención sea positiva. La conciencia co-

ICA



“Salirse del ego es un proceso natural que todo el mundo puede realizar”, afirma Kinslow.

Aurelio Álvarez Cortez

mún es la que utiliza normalmente la mayoría de las personas en el mundo. El QE® es un sencillo pero poderoso proceso, de efectividad inmediata, que te lleva en segundos desde la conciencia común a la Conciencia Pura.

-Algunos dicen que su trabajo es una síntesis perfecta de lo que han dicho Eckhart Tolle y los Hicks. Su opinión, por favor.

-No soy experto en Abraham-Hicks o Eckart Tolle y por ello no me considero cualificado para comentar su trabajo y sus experiencias. He leído a Eckart Tolle y siento que hay mucha coincidencia en nuestras filosofías. Lo que sí he podido realizar es tomar la abstracta filosofía de la conciencia universal y llevarla a algo práctico. Si la conciencia universal está todo el tiempo en todas partes, cada uno de nosotros, de manera natural y fácil, debería ser capaz de aplicarla en su propio beneficio. Esto es lo que nos ofrece y nos permite hacer el QE®. Simplemente tuve la suerte de ver el mecanismo que subyace a la filosofía.

-Volviendo a la Conciencia Pura, ¿hay que darse cuenta de que podemos acceder a ella, fácilmente, porque está aquí mismo e ignoramos que es así de sencillo?

-La Conciencia Pura está presente siempre y en todas

Quién es

Médico quiropráctico y especialista en enseñanza a sordomudos, Frank Kinslow ha sido profesor de anatomía y fisiología en la Universidad Keiser (Florida, Estados Unidos) y actualmente enseña medicina alternativa en la Universidad Everglades. Aparece con frecuencia en numerosos programas de radio y televisión e imparte conferencias en Estados Unidos y Europa. Es el creador del proceso Quantum Entrainment (QE®). Kinslow vive en Sarasota, Florida, y dedica su tiempo a escribir y difundir el método del Quantum Entrainment. “La curación cuántica” y “El secreto de la vida cuántica” son dos de sus libros editados por Sirio en España.

Kinslow estará en Barcelona del 7 al 9 de octubre próximo, realizando seminario y talleres, invitado por Lighthouse.

Más información, www.lighthouse.com y en www.quantumentrainment.com

partes, por ello está disponible para todos nosotros en cualquier momento. Pero nuestras mentes ven a la Conciencia Pura como algo sin importancia, por lo tanto no tienen ningún interés en ella. Lo genial de la técnica del QE® es su capacidad de mantener el interés de la mente en el nivel de la Conciencia Pura. Para ello presentamos a la mente las *eumociones*. La *eumoción* es una percepción de la totalidad, del primer brillo de la Conciencia en nuestras mentes. Es el estado natural del ser humano que vive en paz y armonía. Ser consciente de la *eumoción* es lo que convierte al QE® en un proceso de curación tan poderoso.

-¿El hecho de que pensemos o creamos que esta práctica es para curar no antepone el ego a un nivel de conciencia superior?

-Esta es una muy buena pregunta, que además nos lleva al corazón de la filosofía del QE®. Tenemos infinitas lecciones y aprendizajes a lo largo de nuestras vidas, y aunque tuviéramos millones de vidas no llegaríamos a comprender todo el aprendizaje. Son las lecciones del ego. Pero existe una única lección que trasciende a todas las demás, y es la de trascender al propio ego. A pesar de todo lo que nos han enseñado para poder trascender al ego, resulta ser que, estando en la Conciencia Pura, trascender al ego se convierte ya no sólo en algo sencillo, si no en algo muy fácilmente alcanzable. En lugar de ir de una lección del ego a otra, y luego a otra, sencillamente con el QE® nos salimos del ego para ver el mundo como un observador compasivo pero no involucrado. Esto es lo que llamamos conciencia QE® y es el resultado espontáneo de tomar conciencia de las *eumociones*.

Para este proceso no se necesita fe ni creencia alguna. No requiere de una gran determinación o de

una voluntad extraordinaria. Salirse del ego es un proceso natural que todo el mundo puede realizar una vez que sabe cómo hacerlo. Y esto sucede con un simple cambio de conciencia. Cuando practicamos la Curación Cuántica QE® esto ocurre en segundos.

-¿Puede suceder que a pesar de emplear la Curación Cuántica no haya cura?

-Aun cuando se producen grandes curaciones al practicar el Quantum Entrainment®, ésta no es una técnica de sanación. QE® es un proceso que abre nuestra conciencia cotidiana o común hacia la ilimitada alegría que trae la Conciencia Pura y el reflejo de su *eumoción* en nuestras mentes. La Conciencia del QE® está libre de discordia. Es la máxima conciencia de paz y armonía. Cuando somos conscientes de la perfecta armonía, esto se refleja en nuestro cuerpo y en nuestra mente. La gran curación aparece sin ningún esfuerzo por nuestra parte. No nos implicamos en el proceso, sólo permanecemos atentos en cómo la sabiduría interna de cada uno cura dolores y enfermedades externos. Entonces puedes ver que el Observador está más allá de toda desarmonía y disonancia. Cada cosa creada tiene una existencia limitada. El Observador, que es consciente de las *eumociones*, no tiene principio o fin y no le afectan la enfermedad ni el deterioro del cuerpo.

-¿Es un trabajo presencial o también se puede hacer a distancia?

-QE® es un proceso que lleva a nuestra mente de la limitada conciencia común hacia la ilimitada Conciencia Pura. Llegados a este punto nos convertimos en Observadores. Pero, ¿qué es lo que observamos? Nos convertimos en observadores de los mecanismos de la creación. Entonces, no obtenemos la Conciencia Pura sino que somos

la misma Conciencia Pura. Recordemos que ella está en todas partes y todo el tiempo. Siempre está presente. Esto significa que nuestra naturaleza básica y fundamental es también ilimitada.

Quizá esto sea algo que a nuestra mente le cueste un poco comprender, pero haré todo lo posible para responder a esta pregunta. Dado que tu naturaleza fundamental es Conciencia Pura, y estás en todas partes durante todo el tiempo, entonces no puede haber distancia entre la manifestación de Conciencia Pura que tú reconoces en ti y la manifestación de conciencia pura que reconoces en otra persona. Si simplemente ves a la otra persona diferente a ti, entonces ves a esa persona como algo más allá de ti, algo que tú no eres. Pero al ser el observador en la Conciencia Pura, entonces sabes que esa otra persona y tú sois meramente una ilusión. O, si se quiere ver así, sois versiones o variaciones de la misma indiferenciada Conciencia Pura.

Cuando se es consciente de la Conciencia Pura, el tiempo y el espacio se reconocen como ilusiones. Esto es justamente a lo que los ancianos maestros hindúes llamaban *maya*. La curación a distancia se da porque permanecemos bajo la ilimitada conciencia de la misma Conciencia Pura. La curación sólo parece tener lugar. Se trata de un espejismo de una mente sedienta para la Conciencia Pura. Ésta es el sanador, no la persona o la técnica. Ya te advertí que esto te haría abrir tu mente un poco.

Como he comentado antes, la Conciencia Pura está en todas partes, por eso la experiencia de sanación puede ser experimentada en todas partes. No tienes por qué enviar energía hacia otro lado. Cuando eres consciente de la Conciencia Pura, estás en todas partes.

-Si este método es bueno para el campo de la salud, ¿lo es también para otras áreas del ser humano? ¿Nada escapa a la influencia de la Conciencia Pura?

-QE afecta positivamente a todas y cada una de las áreas de tu vida y más allá de ellas.. Míralo de este modo: toda creación proviene de la Conciencia Pura. En física cuántica a esto se le llama orden implicado. En la tradición del Advaita Vedanta es referido como Brahman. Cuando somos conscientes de la Conciencia Pura nos conectamos a esta sencilla armonía. Cada pensamiento que pensamos y cada acto que realizamos mientras somos conscientes de la Conciencia Pura apoyan a la Vida. No puedes dañar a nadie.

Nuestros pensamientos y acciones no están limitados a nuestra mente, cuerpo y entorno inmediato. Cada pensamiento nuestro se expande, influyendo a toda la creación. Es muy importante que nuestros pensamientos sean armoniosos y saludables. Quienes experimentan el proceso del QE® tienen una mente clara, sus emociones son equilibradas, tienen mayor vitalidad y salud, sus relaciones sociales y personales mejoran, están más satisfechos con su trabajo, mejoran sus finanzas, también su digestión, duermen mejor... Podría extenderme mucho más, pero la respuesta más sencilla es que todas las áreas de nuestras vidas se ven renovadas al disfrutar de la experiencia La Curación Cuántica.

-¿Y la práctica colectiva potencia los efectos de la individual? Quizá así se obtenga un nivel de paz que, algún día, alcance a todo el planeta...

-Las ciudades y los países, las organizaciones políticas y las religiones, las universidades y las empresas están hechos de individuos. Son el reflejo del pensamiento colectivo

de las personas. En todos los niveles de la existencia humana colectiva hay conflicto. No importa cuán bien intencionada sea la motivación de salvar a las ballenas, o de realizar una buena renovación urbanística, e incluso de paz mundial, pues es seguro que encontrará oposición.

Los conflictos entre grupos de individuos son, simplemente, el reflejo del conflicto existente en el propio individuo. La no proclamación de la paz mundial podría asegurar la paz mundial. La paz mundial sólo se logrará cuando los individuos de ese mundo estén en paz consigo mismos. Los esfuerzos en favor

de la paz del mundo comienzan con esperanza y, finalmente, se disuelven en desilusión. No es que el problema de la paz en el mundo sea demasiado grande o complicado, sino que nuestros esfuerzos nos han llevado en dirección opuesta al éxito. La solución a la desarmonía del mundo es, no sólo posible, sino también muy sencilla, emocionante y divertida. Tenemos todo lo necesario para establecer la paz mundial ahora mismo, aquí, en todos y cada uno de nosotros; tenemos la inmediata y sencilla tecnología de la iluminación, tenemos La Curación Cuántica. TM

SABADO 24 SEPTIEMBRE 2011

CAMBIO DE ERA

Sitges
Barcelona
Hotel Melià



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



Información Barcelona:
93 451 59 82 / 647 446 507
armoniafestival@yahoo.com
www.armoniafestival.org

Organizan:
ASOCIACIÓN DE LAS ARTES
SINETRI I LA CULTURA

Información Sitges:
93 811 03 31 / 667 863 798
esther@co-creations.es
www.co-creations.es

LA EXPERIENCIA DEL FLUIR

El estudio donde empezó una idea ya muy extendida sobre la felicidad, el éxito y la creatividad

Miguel Ballesteros



Sólo el 30 por ciento de los entrevistados por el psicólogo Mihaly Csikszentmihalyi en los EE.UU., en un estudio que empezó promediando los años 50, afirma que su vida es muy feliz. “Y esto no ha cambiado nada mientras que los ingresos personales se han casi triplicado en este periodo, en una escala que se ha mantenido constante en relación con la inflación”, aseguró Csikszentmihalyi en su presentación realizada en uno de los eventos organizados por TED, organización sin ánimo de lucro dedicada a las “ideas que vale la pena difundir”. “Sin embargo -advirtió el psicólogo de origen húngaro, radicado en Estados Unidos-, se hallarán siempre esencialmente los mismos resultados, a saber que después de cierto punto el cual corresponde más o menos a unos pocos miles de dólares sobre el nivel mínimo de pobreza, *el incremento en el bienestar material parece no tener efecto en cuán felices son las personas*. De hecho, se encontrará que *la carencia de recursos básicos contribuye a la infelicidad, pero su acrecentamiento no aumenta la felicidad*”.

La investigación ha estado más focalizada en la vida diaria, en la experiencia normal cuando hombres y mujeres nos sentimos realmente felices.

“Hace 40 años -explicó el psicólogo- empecé a observar

a personas creativas, primeramente artistas y científicos, tratando de conocer qué los hacía a ellos sentir que valía la pena realizar cosas de las cuales no esperaban fama ni fortuna, pero que les daba significado y valor a sus vidas”.

Uno de los compositores musicales más exitosos en la Norteamérica de los años 70 describía así cómo se sentía al componer, cuando *todo iba bien*. “Es como un estado extático”, le comentó este famoso músico a Csikszentmihalyi. “Éxtasis, que en griego significa simplemente estar de pie al lado de algo, se convirtió esencialmente en una analogía de un estado mental, en el cual sientes que no estás haciendo tus rutinas ordinarias de la vida cotidiana, sino que es como entrar en una realidad alternativa. Esto es interesante”, dijo el psicólogo, quien sostuvo que “si piensas en ello, como cuando vemos las civilizaciones que estimamos cumbres en el desarrollo de la humanidad a través de la historia, como la china, la griega, la india, la maya, la egipcia, lo que sabemos acerca de ellas es realmente acerca de sus éxtasis, no de su vida diaria. Conocemos los templos que construyeron, donde la gente podía concurrir para experimentar una realidad diferente; también los circos, los teatros... En nuestro presente, este músico del que estábamos hablando no necesita ir a un lugar como esos. Sólo precisa un pedazo de papel donde pueda realizar unas pequeñas marcas, mientras imagina

sonidos que no han existido antes en esa combinación particular. Una vez que encuentra ese punto, de empezar a crear una nueva realidad, éste es un momento de éxtasis. Se sumerge en una realidad diferente y dice que esto es tan intenso como una experiencia que siente casi como si él mismo no existiera. Esto, que suena como una exageración romántica, tiene su explicación. Nuestro sistema nervioso es incapaz de procesar más de 110 bits de información por segundo, aproximadamente. Para escucharme y entender lo que estoy diciendo, vosotros necesitáis procesar alrededor de 60 bits por segundo. Por esta razón es imposible escuchar más de dos personas a la vez. Cuando alguien está realmente involucrado en este proceso completamente subyugante, de crear algo nuevo, como este compositor, no tiene suficiente atención para monitorear cómo siente su cuerpo. Ni siquiera puede sentir si está hambriento o cansado. Su cuerpo desvanece, también su identidad desaparece de su conciencia porque no tiene suficiente atención, al igual que nos pasaría a cualquiera de nosotros para hacer bien algo que requiere mucha concentración y al mismo tiempo sentir que existe. De modo que la existencia temporalmente queda suspendida”.

Este músico también contó a Csikszentmihalyi que su mano parece moverse por sí sola al estar en pleno proceso de creación. “Yo podría mirar mi mano durante dos semanas y no sentiría ninguna sorpresa o maravilla porque no puedo componer, no lo sé -ironizó el psicólogo-. Este proceso espontáneo que describe sólo le puede ocurrir a alguien que está muy entrenado y que ha desarrollado la técnica. Esto se ha convertido en un tipo de verdad obvia o trivial en el estudio de la creatividad: uno no puede crear algo sin menos de diez años de inmersión en el conocimiento técnico de un campo determinado. Sea matemática o música, toma tiempo ser capaz de cambiar algo hacia una manera mejor de lo que era antes, para crear”.

Cuando esto ocurre, el compositor percibe que la música simplemente fluye. Precisamente, y debido a que todos quienes pudo entrevistar Csikszentmihalyi han dicho que el proceso es como un fluir espontáneo, llamó a este tipo de experiencia “la experiencia del fluir”, que ocurre ade-

más en otros ámbitos. Un poeta lo describe de este modo: “Sucede un sentimiento espontáneo y de poco esfuerzo que logras cuando entras en este estado de éxtasis”. Esta persona lo cuenta como “abriendo una puerta que flota en el cielo”, descripción muy similar a la que dio Albert Einstein sobre cómo imaginó las fuerzas de la relatividad cuando estaba tratando de entender cómo aquéllas funcionan.

Csikszentmihalyi expresó que también pudo entrevistar a gerentes generales nominados por sus pares como muy exitosos, éticos y socialmente responsables. Estas personas definieron al éxito como “algo que ayuda a otros y al mismo tiempo te hace feliz mientras trabajas en ello”. Anita Roddick, fundadora de Body Shop, la marca cosmética natural más famosa del mundo, dijo que “es una pasión que aparece desde que haces lo mejor, teniendo fluidez mientras trabajas”. El fundador de Sony, Masaru Ibuka, dio otra interesante definición de lo que pensaba cuando todavía no tenía dinero para desarrollar la empresa: “Sólo tenía una idea: establecer un trabajo donde los ingenieros pudieran sentir el disfrute de la innovación tecnológica, siendo conscientes de su misión con la sociedad y donde trabajaran con el corazón contento”. “Yo no podría mejorar este ejemplo de cómo la fluidez se desarrolla en el ambiente de trabajo”, confesó Csikszentmihalyi.

Para sus estudios este psicólogo entrevistó, junto a otros colegas en el mundo, aproximadamente ocho mil personas, desde monjes dominicos hasta escaladores del Himalaya, pasando por pastores navajos. “Todos ellos disfrutaban de su trabajo -destacó-. Y más allá de culturas, nivel educativo o lo que sea, descubrimos ciertas circunstancias cuando una persona está en fluidez: una vez que el foco de la experiencia aparece intenso, es seguido por una sensación de éxtasis, una sensación de claridad. Uno sabe exactamente qué es lo que quiere hacer en cada momento, tiene retroalimentación inmediata. Sabe lo que necesita hacer, que es posible realizarlo a pesar de las dificultades, y el sentido del tiempo desaparece. Nos olvidamos de nosotros mismos y sentimos que somos parte de algo grande. Cuando se presentan estas condiciones, lo que uno está haciendo se convierte en valioso en sí mismo”. TM

**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

GEOMETRÍA SAGRADA

*Lenguaje de
la Naturaleza*

Adolfo Ramón Ordóñez



Los orígenes de la Geometría (etimológicamente: "medición de tierra") están, sin duda, en la misma naturaleza. En efecto, cada patrón de formación o de crecimiento, ya sea del reino mineral, del vegetal, del animal o del humano, se halla estructurado geométricamente. Ya Pitágoras pretendía que "todo es número" (incluso las figuras geométricas); Platón decía: "Dios geometriza", y para Galileo Galilei la Matemática -en general- es el "lenguaje de la naturaleza".

Ya sean los copos de nieve, las diferentes estructuras de los cristales, los pétalos de las flores, la forma de las moléculas de ADN, la simetría bilateral y la proporción áurea del cuerpo humano, o los modernos rascacielos, todos son "himnos" a la Geometría. Incluso la moderna Cosmología nos lleva a considerar la *Geometría del Cosmos*.

Es innegable que uno de los orígenes del estudio de la Geometría fue la necesidad de planificar y ejecutar los ritos religiosos antiguos en relación a la agricultura, con la consecuente construcción de los templos equinocciales y solsticiales. Además, en las culturas antiguas predominaba la suposición de que al mirar las diversas formas de "la Creación", uno se hallaba en presencia de "códigos divinos", que eran símbolos de estructuras de índole espiritual.

Según el neoplatónico bizantino Proclo, el gran Euclides (Alejandría, alrededor del 300 a.C.) llamó a su obra cumbre de 13 libros (en la que sintetizaba prácticamente todo el saber matemático de la antigua Grecia) "Los Elementos", porque en su último teorema del Libro XIII probaba que sólo podía haber 5 "poliedros regulares". Eran los cinco sólidos platónicos, asociados a los 5 Elementos y a los 5 sentidos humanos. (¿No eligió ese título por considerarla una obra "introdutoria" y "elemental"?)

Ya en la Edad Media los diferentes "gremios" o guildas de constructores usaban un gran número de "Principios de la Geometría Sagrada" para la edificación de las grandes catedrales que todavía nos asombran por su belleza y esplendor.

Durante el Renacimiento también se siguió elaborando y enriqueciendo con el aporte de los grandes maestros, que como Leonardo da Vinci usaron las comprobadas cualidades estéticas de "la Divina Proporción" -como llamó Fray Luca Paccioli a la "proporción áurea", ya conocida con el nombre de "media y extrema razón" desde mucho tiempo antes- y que sigue enseñándose en las modernas escuelas de arte. Basta recordar al famoso "Hombre de Vitrubio", de 1492, donde Leonardo mostró cómo relacionar las proporciones del cuerpo humano con el "número de oro" mediante una ingeniosa utilización de un círculo

y un cuadrado cuidadosamente escogidos.

También se produjo la irrupción de la "perspectiva" en la pintura, que luego derivaría en lo que se conoce como "Geometría Proyectiva". En esta tarea debemos recordar a Filippo Brunelleschi, arquitecto y constructor del domo de la catedral de Florencia, y a Piero della Francesca, que supo aunar en sus obras su dotada "mano" de artista con sus conocimientos prácticos de Matemática. El "realismo" y la sensación de tridimensionalidad resultantes fueron, desde entonces, in crescendo.

Hemos de mencionar lo que conmovía a Kepler (autor de las tres famosas leyes del movimiento planetario) la proporción áurea y los cinco sólidos platónicos, que él relacionó con las órbitas de los planetas conocidos en su época (Mysterium Cosmographicum, 1596). Incluso el genial sir Isaac Newton dedicó muchos años de su vida al estudio de la "Geometría del Templo de Salomón", así como a tratar de hallar el "Saber" en códigos dentro de las Sagradas Escrituras.

Desde luego, hoy en día, con el auge de las ciencias y tecnologías, todo -no sólo la Geometría- se ha "desacralizado". La Geometría se considera el estudio "de toda posible forma de espacialidad", de cualquier número de dimensiones y con "espacios" de un número finito o infinito de puntos. Sin embargo, aún en el presente, hay gente -como por ejemplo, los continuadores y los admiradores de la profunda labor del doctor Carl Gustav Jung- quien sostuvo que cualquier expresión de la Vida, desde la que podemos observar con nuestros propios ojos, como en una selva o en un lago, o bien mediante el uso de microscopios (u otra tecnología), representa una manifestación de "arquetipos del inconsciente colectivo".

En todo caso, es válido decir que la diferencia existente entre considerar un conjunto de figuras más o menos

armónicas como mera "Geometría", o bien como "Geometría Sagrada" se halla en la actitud con la que "el observador" contempla y comprende tal conjunto. Son dos tipos de "apetitos" e intenciones-atenciones muy distintos los que entran en juego. Y también son muy diferentes los "procesos digestivos" que ambos tipos de "alimentación" requieren...

Siguiendo la definición de Dan Winter en su libro "Gran atractor de implosión Geometría Sagrada y emoción coherente", podemos considerar "Geometría Sagrada" como el estudio de las formas geométricas en sus relaciones metafóricas con la evolución humana, así como un estudio de cómo se reflejan (o qué efectos pueden inducir) algunas transiciones geométricas desde una forma hacia otra, en los fluidos cambios de los estados de conciencia de la mente, las emociones y el espíritu.

La llamada "Geometría Sagrada" se caracteriza por poseer:

- 1) una equilibrada cantidad de figuras recortadas con líneas rectas y curvas,
- 2) una equilibrada cantidad de figuras claras y oscuras,
- 3) uso tanto de patrones antiguos (como triángulos, círculos, etcétera) como modernos (como los fractales),
- 4) muy lenta (pirámides; catedrales) o muy rápida destrucción de esos patrones (por ejemplo, los mandalas de los tibetanos, que son destruidos ni bien se terminan de completar; los agroglifos se forman en minutos y duran unos pocos días),
- 5) utilización preferencial de recursos naturales y autóctonos,
- 6) presencia evidente de inteligencia y de un sentido estético de armonía-arte,
- 7) mínima (o nula) cualidad destructiva, y por el contrario, sus formas tienen un efecto conmovedoramente "pacificador" y relajante. TM

www.nexocielotierra.com.ar



MÉTODO HAUT
CLASES DE KÁBALA

CURSO DE SUPERACIÓN PERSONAL PARA NIÑOS
Comienzo
30 de septiembre,
un viernes al mes,
de 18 a 20 hs.

NUÉVDO CURSO LAS LEYES DE KYBALIÓN
23 de septiembre,
a las 17.30 hs.
Reserva anticipada

CARMEN HAUT
18 AÑOS DE INVESTIGACIÓN

INFORMACIÓN 670 20 59 85

CAMINO AL DESPERTAR

Cuatro etapas del Entrenamiento de la Mente

Bodhi Path Valencia



el entrenamiento de la mente, o *lodjong*, es una práctica completa que conviene a todo tipo de estudiantes. Contiene todo el camino y no depende del recorrido anterior de la persona que lo practica ni de la afiliación a una tradición. Su puesta en práctica con diligencia será suficiente para conducirte a lo largo de todo el camino hasta el despertar.

Los Siete Puntos del Entrenamiento de la Mente fueron concebidos en su origen por Chekawa Yeshe Dorje (1102-1176), con la intención de proporcionar a sus discípulos notas condensadas en forma de aforismos que les permitiesen recordar la esencia de sus más importantes instrucciones. Con el tiempo, distintos maestros han hecho sus propios comentarios sobre los siete puntos. Algunos se han recogido por escrito, y otros

se han transmitido oralmente.

Los Siete Puntos pueden dividirse en cuatro etapas:

1) Los preliminares consisten en adquirir una comprensión de los fundamentos de las enseñanzas de Buda y el desarrollo de una mente estable a través de la práctica de la meditación de la calma mental (*shamatha*), requisito para aprender a adiestrar la mente.

2) Cultivar la meditación de la visión superior (*vipashyana*) nos lleva a la comprensión de la vacuidad y de la naturaleza nonata de la mente.

3) La meditación de dar y tomar (*tonglen*), o práctica principal, posee el poder de transformar el afeccionamiento al yo en altruismo.

4) La comprensión de las causas y condiciones requeridas para desarrollar este dar y tomar.

Precisamente, sobre este texto fundamental se refiere Shamar Rinpoche en su libro "El camino

al despertar", quien ofrecerá una conferencia pública el 16 de este mes, a las 19.30, en el Ayre Hotel Astoria Palace, plaza Rodrigo Botet, 5, de Valencia. Además, y como actividad inaugural de las instalaciones del Centro Bodhi Path Valencia, este maestro tibetano del linaje kagyupa explicará cómo el citado libro es una guía para vivir una vida plena, como también un manual extenso de técnicas de meditación.

Dedicado desde hace más de treinta años a la difusión de estas enseñanzas, Shamar Rinpoche ha sido uno de los principales discípulos de Su Santidad el XVI Karmapa. Hace diez años comenzó a poner en funcionamiento en Asia, Norteamérica y Europa los centros Bodhi Path, centros rimé (no sectarios) en los cuales se practica principalmente el *lodjong* o Entrenamiento de la Mente en Siete Puntos. TM

www.bodhipath-valencia.com



VALENCIA
BODHI PATH
CENTROS BUDISTAS

SHAMAR RINPOCHE

EN VALENCIA

16 - 18 SEPTIEMBRE 2011

El Entrenamiento de la Mente a través de la Meditación

Conferencia pública

VIERNES, 16 DE SEPTIEMBRE A LAS 19.30H

Ayre Hotel Astoria Palace

Plz. Rodrigo Botet, 5 - VALENCIA

ENTRADA LIBRE

Curso

SÁBADO, 17 DE SEPTIEMBRE

10.30h: Enseñanzas de Shamar Rinpoche

16h: Meditación guiada y Yoga

20h: Cocktail de Inauguración (Puertas abiertas)

DOMINGO, 18 DE SEPTIEMBRE

8h: Meditación guiada

10.30h: Enseñanzas de Shamar Rinpoche

PARTICIPACIÓN: 65€ (precio reducido 50€)

LUGAR: BODHI PATH - Salud Integral

Urbanización Sierra Perenchiza.

C/ Entrepinos 5. 46370 Chiva (24km Valencia)

Aforo limitado. Confirmar asistencia.

El curso será impartido en inglés

y traducido al español, francés y alemán.



SHAMAR RINPOCHE (el XIV Shamarpa) es un erudito y maestro tibetano altamente cualificado. En 1980 comenzó a viajar en Asia y occidente para enseñar la filosofía y la meditación budistas. En 1996, fundó la organización Bodhi Path que reúne centros en el mundo entero.

Tenemos el privilegio de contar con la presencia de Shamar Rinpoche para la ceremonia de apertura del primer centro Bodhi Path en España, ubicado en Chiva (Valencia).

Este centro contará con una doble actividad:

Bodhi Path - Centro Budista: ofrecerá el programa de estudios y meditación desarrollado por Shamar Rinpoche en los centros budistas Bodhi Path de todo el mundo y cuya actividad es sin ánimo de lucro.

Bodhi Path - Salud Integral: se organizarán distintas terapias, talleres y cursos relacionados con la salud cuya actividad será llevada a cabo por profesionales. Asimismo funcionará como casa de reposo y lugar de retiro.

CÓMO SUPERAR EL SUFRIMIENTO

*Un camino viable
de atrevimiento,
valentía y compromiso*

María Pilar Ivorra

Terapeuta
Manantial Alegría



Resulta como poco curioso ver que en un mundo en el que el dolor es lo suficientemente importante como para construir "unidades del dolor", en un intento fallido por paliarlo, y el sufrimiento es motivo de escritura de cientos de libros enfocados a dejemos de hacerlo, seguimos empeñados en invertir energía en la pretensión de su total desvanecimiento.

El dolor es inevitable y el sufrimiento, autocastigo.

No podemos evitar que algunas de las cosas que vivimos durante nuestra existencia nos duelan. Las pérdidas duelen, algunos cambios duelen, algunas situaciones son dolorosas y no podemos escapar de eso, aquí el escapismo, la evasión, no es posible.

Existe, sin embargo, la manera de vivir el dolor, se puede aprender a afrontarlo y superarlo, no es bueno quedarse "enganchado" a él más del tiempo necesario.

El tiempo y el esfuerzo que dediquemos a confron-

tarlo, sentirlo y dejarlo pasar serán lo más importante. Podemos aprender a vivir las situaciones dolorosas, podemos evitar el sufrimiento. Sufrir o no hacerlo es una decisión, y cuando decidimos dejar de sufrir, nos hacemos un gran favor a nosotros mismos y a la humanidad.

No sólo las situaciones dolorosas nos hacen sufrir, también nuestro empeño en seguir modelos de vida, por lo demás ya caducos, de una sociedad neurótica que nosotros mismos hemos creado y que consideramos "normal" debido a que tenemos introyectado todo el paradigma que la sostiene.

Liberarnos de todo lo integrado y que no es más que la esclavitud de un ego, por otro lado bien alimentado, de la neurosis, la soledad, la frustración y la enfermedad, es no sólo posible sino un deber.

Cuando nos hacemos conscientes de que la mayor parte de nuestro sufrimiento es autoimpuesto y asumimos la responsabilidad del mismo, es cuando por fin somos capaces de evitarlo.

Vivimos una vida neurótica, entre la cordura y la locura, y desde aquí podemos decidir. ¿Seguimos con la rutina y la mediocridad o nos lanzamos a buscar la absoluta libertad del Ser? ¿Seguimos en el ego o damos paso al Ser? ¿Seguimos en el miedo o nos abrimos al Amor?

Esta es la propuesta de Renacimiento, lanzarse con valentía al vacío, un vacío fértil desde el cual reconstruirse. Vaciar de todo lo aprendido, eligiendo entre todo ello lo que nos aporta vitalidad y bienestar, y soltando lo que nos oprime y limita. Transmutar lo que

no nos apoya y empezar de nuevo a experimentarnos, a aprender otra forma de vivir más plena y feliz.

No más tecnología. Intentando ser independientes de los demás, sólo hemos conseguido crear más dependencia de la tecnología. ¿Alguien se acuerda cuando salir de viaje sin móvil tenía el sabor de la aventura, cuando jugar era compartir correrías con los amigos y no sentarse juntos frente a la Wii?

No más tecnología, verdadera libertad. La del autoconocimiento. La de saber quiénes somos y cómo

funcionamos, cómo reaccionamos, desde dónde.

Cómo funciona nuestra mente, nuestro cuerpo y nuestras emociones. Un camino viable de atrevimiento, valentía y compromiso.

Bajo las premisas de Sri Babaji, avatar que apadrina el movimiento del Renacimiento desde sus orígenes, que son **verdad, simplicidad y amor**, recorrer un camino interior hacia nuestro centro, hacia la única verdad, nuestro Ser. Para ser la mejor expresión de nosotros mismos que podemos llegar a ser. Y desde allí aprender a irradiar nuestra **luz**. TM

TALLERES DE ALKYMIA GLOBAL

Instructora Psic. Lita Donoso Ocampo (Chile) 8 y 9 de Octubre - Valencia

Taller 1, sábado 8 de octubre, de 14 a 20 hs.
Taller 2, domingo 9 de octubre, de 9 a 13 hs.
Taller 3, domingo 9 de octubre, de 15 a 19 hs.

Tres talleres, 280€ (antes del 20 de septiembre 240€)
Más información sobre Alkymia Global:
www.alkymiaglobal.com

ORGANIZA CENTRO DE TERAPIAS NATURALES ER BAO
Informes e inscripción: info@centroerbao.com Teléfono 963 827 366



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

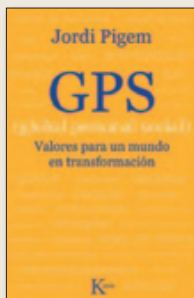
terapias alternativas

PROGRAMA DE FORMACIÓN, CRECIMIENTO PERSONAL Y ESPIRITUALIDAD
para personas que deseen hacer un proceso profundo de auto-conocimiento,
pudiendo profesionalizarse después si lo desean

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

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

TIEMPO LIBRE

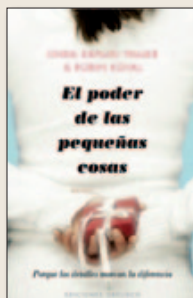


GPS (global personal social)

Jordi Pigem

Kairós

El autor de "Buena crisis" muestra por qué es necesario un cambio de mentalidad y de valores, analiza el consumismo y el materialismo como claves de la insostenibilidad, e identifica los valores para avanzar hacia un nuevo horizonte de plenitud personal y equilibrio planetario.



El poder de las pequeñas cosas

L. Thaler y R. Koval

Obelisco

El verdadero secreto para abrirse camino en la vida y en el desempeño profesional consiste en redirigir la atención a los pequeños detalles que, si se descuidan, pueden, por ejemplo, sabotear una campaña de publicidad multimillonaria o socavar tus relaciones más importantes.



Cuando la comida es más que comida

Geneen Roth

Urano

Un camino espiritual para perder peso y recuperar la autoestima. Comemos como vivimos: nuestra relación con la comida es el reflejo exacto de convicciones muy arraigadas sobre nosotros mismos. Conoce los recursos necesarios para cambiar la relación con la comida y con uno mismo.

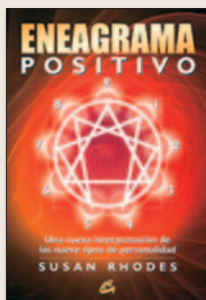


Doce pasos hacia una vida compasiva

Karen Armstrong

Paidós

En esta obra Armstrong abandona los debates sobre las doctrinas y la historia y nos ofrece un libro práctico y apasionado cuyo objetivo es ayudarnos a hacer del mundo un lugar más compasivo, explicándonos el benéfico papel de la compasión en la sociedad actual.

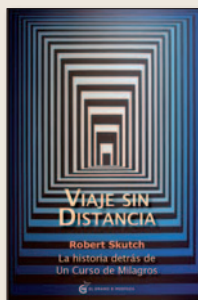


Eneagrama Positivo

Susan Rhodes

Gaia Ediciones

Rhodes aporta su visión y percepciones al estudio y aplicación de este fascinante medio de desarrollo interior, y al hacerlo señala las limitaciones que conlleva considerar que la personalidad humana es negativa e inamovible. Por eso ha desarrollado un modelo en el cual el «proceso» vence al «estancamiento».



Viaje sin distancia

Robert Skutch

El Grano de Mostaza

Cómo vio la luz Un Curso de Milatros, ese valiosísimo material de autoestudio considerado la «Biblia del Tercer Milenio» con más de dos millones de ejemplares vendidos. El cofundador y director de la Foundation for Inner Peace, que publica el curso, desvela el escenario donde se produjeron los acontecimientos.

SIMPOSIO DE TERAPIAS INTEGRALES

*En noviembre,
un gran evento
que patrocina
TÚ MISMO*



el 12 y 13 de noviembre próximo tendrá lugar el Simposio de Terapias Integrales que patrocina TÚ MISMO y organiza la Asociación Valenciana de Terapeutas Florales (Avaltef). Este evento se desarrollará en la sala de conferencias del Complejo Deportivo Cultural La Petxina, ubicado en Paseo de la Petxina 42. Con la participación de destacados profesionales y expertos en diversas disciplinas que integran cuerpo, mente y espíritu en el tratamiento de la salud en sus diferentes facetas, durante estas jornadas se presentará un programa de conferencias que significará una puesta al día de sumo interés.

Entre dichos especialistas se encuentran Francisco

Martínez Soriano, catedrático de Anatomía de la Facultad de Medicina (Valencia); José Esparza, farmacéutico y presidente de Avaltef; María José Valcárcel, naturópata e integrante de la directiva de Avaltef; Tao Prajñananda, director de la Asociación Internacional de Psicología y Psicoterapia Transpersonal; John Curtin, director de la Fundación Sauce (Madrid); Fran Hernández, naturópata, osteópata y técnico en biorresonancia; Carmen Haut, experta en kábala y salud, entre otros. A la finalización de este simposio se entregarán certificados de asistencia.

El mes próximo ofreceremos el programa completo de esta gran reunión del mundo de las terapias integrales. **TM**

agenda

agenda@tu-mismo.net

CONFERENCIAS EN BRAHMA KUMARIS.

En su sede de calle Isabel la Católica 19, Brahma Kumaris ofrecerá las siguientes conferencias este mes, siempre en el horario de las 19.30. El día 7, "Sonríe a la vida y la vida te sonreirá"; el 14, "Controlar los pensamientos y las emociones"; el 21, "¿Cuál es mi contribución a la paz del mundo?"; y el 28, "Saber perdonar y olvidar". Además, el 9, a las 19, en el salón de actos del Instituto Luís Vives, C/ San Pablo, 4 (delante de la Renfe), Mara Gomes, coordinadora de Brahma Kumaris en Portugal, dará una conferencia especial titulada "Liderar tu propia vida". Informes de estas y otras actividades a través del teléfono 963 51 81 81.

CHARLAS Y MEDITACIÓN EN ALT BENESTAR.

Alt Benestar anuncia diversas actividades de carácter gratuito en su sede de Roger de Lauria, 3, 1ª. El día 16, a las 18, conferencia "Atracción: el juego de tu vida"; el día 22, a las 19.30, conferencia "Esencias de nueva generación"; el día 22, a las 20, taller práctico sobre Shitsui, y el 30, a las 19, conferencia "Kabalah: Árbol de la Vida". Asimismo, todos los martes, a las 21, se realiza una meditación transpersonal.

el escaparate

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.

DHARMA ANANDA.

Escuela de Yoga Integral
Clases y Profesorado.
Teléfono 617 42 18 32.
www.yogavalencia.com

APRENDE CHI KUNG.

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

MANANTIAL ALEGRÍA.

Programa de Formación,
Crecimiento Personal y
Espiritualidad. Terapias
alternativas. Constelaciones
familiares, Rebirthing, EMF
Balancing Technique, psicoterapia,
yoga...
Plaza Patraix, 4.
Tel. 961 141 305, 622 270 210.

FRAN HERNÁNDEZ.

Naturópata, osteópata,
iridólogo, geobiólogo, técnico
en biorresonancia.
Tel. 629 609 275.

INICIAN CURSOS EN ALT BENESTAR.

Quiromasaje Profesional e Iniciación al Masaje: días 8 (martes y jueves); 10 (sábados); 13 (martes y jueves) y 24 (sábados). Día 17, taller Atracción - El Juego de tu Vida. Curso Flores de Bach (2 f/s). Día 19, Reflexología Podal (m. o t.). Día 24, taller Canaliza tus Guías. Día 29, Esencias de Nueva Generación. Día 30, Seminario El Mensaje de los Sueños. Del 22 al 24, consultas de Quantum SCIO (solicitar cita). Matrícula abierta. Prueba una clase del curso que más te interese gratuitamente. Enseñanza de excelencia. Fórmate y trabaja ya. Consulta nuestros descuentos por traer a un amigo. Llámanos o ven a C/ Roger de Lauría, 3, 1º. Tel. 963 940 686.

CONFERENCIA MAGISTRAL.

José Luis Parise, investigador, escritor y psicoanalista argentino, ofrecerá la conferencia magistral "En qué consiste vivir la Nueva Era y cómo lograrlo" el 25 de septiembre, de 10.30 a 19, en el hotel Barceló Sants, Barcelona, y el 1 y 2 de octubre, el seminario "Los 11 once pasos del método de la magia".
Info, Elena Trabal, teléfono 627 418 636,
speakers@lighthouse.com

MIGUEL LÓPEZ DELGADO.

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

PRO CREARTE VIDA.

Talleres y cursos de formación
Fluyendo, más allá de los 40,
Re-Create, Crea Vida, Dibujo y
pintura creativa.
A cargo de Patricia Abarca,
doctora en Bellas Artes, amplia
experiencia en creatividad y
desarrollo personal.
Teléfono 620 865 224,
procreartevida@gmail.com,
<http://procreartevida.wordpress.com>

CENTRO CULTURAL SAINT GERMAIN.

Las Enseñanzas de los Maestros
Ascendidos a través de Elizabeth
Clare Prophet. El 2 de octubre,
de 10.30 a 13.30, tendrá lugar la
conferencia "Transforma tu vida,
únete con la luz interna".
La entrada es gratuita.
¡Ven a conocernos!
Calle San Vicente Mártir,
220 bajo derecha, Valencia.
Tlf. 961 132 395, 609 370 576.

AFRIC ART.

Análisis energético del Campo
Áurico (Kirlian GDV®),
Aromaterapia Egipcia, Arquetipos,
eliminación de toxinas mediante
ionización podal, Flores de Bach,
Iridiología, Masaje Craneosacral,
Masaje Indio de Cabeza, Masaje
Linfático, Neuropatía, Osteopatía,
Reflexología y Terapia con
Quantum SCIO.
C/Caballeros, 11, Valencia. 96 392
60 81. www.africartespai.com

CURSOS
2011-2012

SINTAGMA
TERAPIAS NATURALES



QUIROMASAJE



ACUPUNTURA



IRIDOLOGÍA

NATUROPATÍA



SHIATSU



OSTEOPATÍA



HERBODIETÉTICA

ESCUELASINTAGMA

C/ Padre Rico, 8. VALENCIA - Tel. 963859444 - 963260043
correo@escuelasintagma.com - www.escuelasintagma.com

EMT : a 2 minutos parada "Jesús María" (2, 3, 22, 60, 61, 62, 63, 80)

Metro : a 2 minutos parada "Ángel Guimerá"

MetroBus : a 2 minutos parada "Ángel Guimerá"



C.E.M.E.T.C.



REAL CENTRO
UNIVERSITARIO

SC
UNIVERSIDADE
DE SANTIAGO
DE COMPOSTELA

Escuela
María Cristina



SIMPOSIO Terapias Integrales

VALENCIA MMXI

12 y 13
de noviembre

Sede
Complejo Deportivo
Cultural La Petxina

patrocina
tú mismo

Informes
963 366 228 - 652 803 027

organiza
avatef
Asociación Valenciana de Terapeutas Florales