

tú mismo

www.tu-mismo.es

VALENCIA DIFUSIÓN
GRATUITA

Nº 60
abril
2012

TERAPIA
REGENERATIVA

QUINTA EDICIÓN
DE FESTIVA

EL PLANETA
FELICIDAD

TIEMPO DE MILAGROS

ES LA TRADUCTORA AL CASTELLANO DEL LIBRO “UN CURSO DE MILAGROS”. CON TRES DÉCADAS DE INTENSA LABOR DE ENSEÑANZA Y DIFUSIÓN, ROSA MARÍA WYNN NOS CUENTA SU PENSAMIENTO Y EXPERIENCIAS ANTES DE SU GIRA QUE COMIENZA EN VALENCIA



esencial

Centro de Salud y Herbolietética

1er. NIVEL DE REIKI.

21 y 22 de MARZO.

Precio: 120€ (se entrega diploma)

Imparte: ANTAR GONZÁLEZ LÓPEZ

TALLER DE COCINA SANA Y DEPURATIVA

"PARA LA MUJER".

28 de ABRIL, de 10 a 15.30.

Precio: 40€ (10€ de reserva)

Imparte: MAVI MOLL

Ahora tenemos tienda on line,
para que te sea más cómodo
adquirir tus productos
sin moverte de casa.
Visítanos en nuestra web:
www.esencial.biz

Alquiler de sala para actividades,
charlas, conferencias, cursos y talleres
INFORMATE en TIENDA o en FACEBOOK

Todos los viernes

TALLER DE COCINA SANA Y NATURAL.

CON ENTREGA DE RECETA Y DEGUSTACIÓN

DE LO COCINADO

APORTACION: 5€

a cargo de MAVI MOLL.

ACTIVIDADES SEMANALES:

YOGA, PILATES, BIODANZA,

MEDITACIÓN... SIN NECESIDAD

DE MATRÍCULA.

LA PRIMERA CLASE GRATUITA,

EXCEPTO EN LA MEDITACIÓN

Calle Calabazas, 21, Valencia Tel. 963 940 741
www.esencial.biz - info@esencial.biz - en Facebook [dieteticaesencial](https://www.facebook.com/dieteticaesencial)

ZERO FREQUENCY®

Basado en Ho'ponopono

Mabel Katz nos ofrece una inspiración que dura toda la vida

Katz es la autoridad mundial en Zero Frecuency



Mabel Katz, única persona autorizada para transmitir Ho'oponopono en castellano

Imagina...

- Creas un ambiente de trabajo armonioso.
- Lideras desde la inspiración y todo se acomoda sin esfuerzo alguno.
- Atraes aquello que es correcto y perfecto en el momento indicado.
 - Alientas la confianza y la creatividad de los que te rodean.
 - Obtienes claridad y propósito en los negocios.
- Observas que el éxito y la productividad simplemente suceden.

Barcelona, domingo 27 de Mayo

También seminario de Ho'ponopono
el sábado 26 de Mayo

Contacto y reservas: 652 80 30 27

Para más información sobre Mabel y su método visita
www.zero-frecuency.com/spanish



04
LOS
CINCUENTA



22
UN GRAN
CAMBIO



26
QUINTA EDICIÓN
DE FESTIVA

bienestar

- 06 PIEDRA DE LUNA.
08 TERAPIA REGENERATIVA.
10 ALQUIMIA DE LA TRANSFORMACIÓN.
12 ESENCIAS PARA LOS CAMBIOS.
14 TERAPIA DE BIOMAGNETISMO.

entrevista

- 16 EL ABECÉ DEL AMOR.

redes

- 20 EL PLANETA FELICIDAD.

la otra realidad

- 24 LOS DOS MUNDOS

tiempo libre 28. agenda 30. el escaparate 31.

tú mismo Staff

Editor
Aurelio Álvarez Cortez

Arte y maquetación
Noé Álvarez Lier

Colaboradores
Patricia Abarca, Carla Iglesias, Dulce Hari, Siri Simó,
José López, Mercedes García, Miriam Lier,
Julio Pascual, Mercè Gaspar, Ana Pérez

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

Redes sociales: [facebook.com/RevistaTuMismo](https://www.facebook.com/RevistaTuMismo)
twitter.com/RevistaTuMismo

Gadiel Álvarez Lier

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

Impresión
Set i Set Gràfiques

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

LOS CINCUENTA

¿Crisis o sabiduría?

Patricia Abarca

Matrona. Doctora
en Bellas Artes



hay una etapa de transición clave en la vida tanto de los hombres como de las mujeres, marcado -en términos biológicos- por la disminución de la función reproductora. En las mujeres esto se produce de manera radical, con una bajada drástica de los estrógenos, el cese definitivo de la función ovárica y consecuentemente de la menstruación -lo que se conoce como menopausia-, y suele ocurrir entre los 45 y los 52 años. En los hombres, en cambio, el proceso es gradual; también sobreviene una bajada notoria de la producción de testosterona, pero no con la interrupción definitiva de la capacidad reproductiva. La percepción de los primeros síntomas puede ocurrir a partir de los 50 años y, aunque no es el término más correcto, suele llamarse andropausia.

Sin embargo, estas hormonas también intervienen en el metabolismo general del organismo, incluida la función cerebral: no olvidemos que somos "un todo" en funcionamiento; por esta razón los cambios experimentados abarcan tanto los aspectos físicos como los psicológicos y emocionales. En los hombres se ha

visto que -además de la genética-, el estrés, la actitud y un estilo de vida inadecuado, así como algunos problemas de salud y la excesiva medicación, son factores que pueden incrementar los síntomas e incluso adelantar el inicio de los cambios. En las mujeres, su comienzo está más bien marcado por factores genéticos, pero la intensificación de los síntomas depende tanto del estrés, la actitud y el estilo de vida como de la propia fisiología reproductiva de cada mujer.

De manera que en este periodo de transición, además de los cambios que el organismo realiza para compensar el descenso hormonal, afloran una serie de conflictos emocionales -conscientes e inconscientes- relacionados con el cuestionamiento de los logros obtenidos, lo vivido o no vivido, lo que se ha dejado de hacer, la disminución de la sexualidad y por tanto de la feminidad o masculinidad, así como del rumbo que tomará la vida en el futuro. Pero la mayoría de las personas vive este periodo condicionada social y culturalmente por los prejuicios, la vergüenza y el desconocimiento, ocultando -especialmente los hombres- esa sensación de crisis psicoemocional que se tiende a experimentar.

La mujer que ha formado una familia se suele cuestionar el rol que ha ejercido como madre y como esposa, también le preocupa el desmedro que socialmente puede conllevar la ausencia de fertilidad, las modificaciones del cuerpo y las alteraciones de la sexualidad; por lo tanto su crisis será más profunda si ha centrado su valor a lo largo de los años, en entregarse exclusivamente a ser madre y esposa, ya que seguramente se habrá acostumbrado a vivir desconectada de sí misma, dejando de lado sus necesidades más profundas.

El hombre tenderá a cuestionar el éxito económico, la relevancia laboral y los logros materiales alcanzados, temiendo especialmente a la disminución de la sexualidad, puesto que culturalmente ésta se considera sinónimo de masculinidad. A muchos hombres les cuesta aceptar este proceso y al no comunicarlo ni procesarlo emocionalmente, ya sea con su pareja o con un profesional, lo más probable es que entre en conflicto consigo mismo, alterando su conducta sexual y su actitud.

Por otra parte, si durante su vida también ha centrado la valía personal exclusivamente en el logro laboral y económico, negándose otros valores trascendentes y sus reales necesidades como persona, seguramente al jubilarse estos conflictos se agravaran aún más, llevándolo incluso a la depresión.

En esta etapa -como decía Freud- es fundamental mantener viva la ilusión y la capacidad de amar; hay muchas maneras de disfrutar la sexualidad cuando el amor y la confianza en sí mismos y en el otro permiten vivirla con total libertad y naturalidad. Parece increíble, pero a partir de la menopausia hay muchas parejas que asumen una forma de vida y una expresión de su sexualidad según los modelos que la cultura le impone, anulando

totalmente sus verdaderos deseos y sus necesidades más profundas.

De igual modo, es justamente en este periodo de cuestionamiento y de cambio cuando hombres y mujeres pueden darse la posibilidad de conectar consigo mismos y explorar sus necesidades reales; no vale de nada vivir desde la culpa, desde el sentimiento de lo que no se hizo o no se pudo hacer, o desde la sumisión a un rol que la sociedad y la familia imponen. Se pueden transformar los vínculos afectivos y reforzar las propias capacidades humanas en cualquier etapa de la vida, sólo se necesita querer hacerlo; y es en esta coyuntura cuando se puede reorganizar el presente, para dejar aflorar la sabiduría alcanzada, preparándose para recibir los años venideros con renovadas ilusiones.

Asistir a un taller de acompañamiento y desarrollo personal puede ayudar a tomar conciencia de

nuestras verdaderas capacidades; a veces es necesario buscar ayuda, permitiéndose reconocer y liberar, tanto el orgullo como los miedos o, el desconcierto; y del mismo modo, los sentimientos de pérdida o desvalorización, para así dejar aflorar la verdadera riqueza que poseemos como personas. También es importante conocer los cuidados necesarios para compensar los cambios que sufre el organismo y vivir esta etapa de la mejor manera, dándose la posibilidad de vivir el presente con conocimiento, proyectándose a la vida sabiamente, según la propia individualidad: los valores, talentos y capacidades que cada uno posee, y no según lo que los demás esperan que asumamos. Sólo así podemos llegar a experimentar esa libertad interior que nos permite llenar de sueños e ilusiones nuestra vida. TM

<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>

PIEDRA DE LUNA

*El equilibrio
de la energía
femenina*



Carla Iglesias
Aqua Aura

Una mujer es creativa, activa, dulce, rápida, lista, intuitiva, maravillosamente rara... y destructiva si no es comprendida. La energía femenina, unida directamente con la proveniente de la Luna, atraviesa muchas veces por ciclos de equilibrio y desequilibrio, momentos especiales en la vida de cualquier ser humano, hombre o mujer, puesto que la energía femenina nos llena de vibraciones creativas; es la responsable de nuestra intuición, la que tiene la capacidad de crear vida o simplemente ideas nuevas.

Esta energía, igual que influye la Luna en las mareas, regula los fluidos del cuerpo. A través éstos, el cuerpo transmite toda su infor-

mación interna y la piedra de luna -también llamada adularia- regula esta energía tan compleja en nuestro organismo.

El efecto de la adularia en contacto con el cuerpo es inmediato, "las aguas vuelven a su cauce".

Por muchas culturas es conocida la propiedad de la piedra de luna, de ayudar a la mujer en su fertilidad a la hora de concebir un hijo.

Una meditación especial, proveniente de la Edad Media, consiste en observar el reflejo de la Luna en un recipiente con una piedra de luna dentro de un bol con agua; luego se bebe el agua.

La piedra de luna es especialmente indicada para los adolescentes, ya sean hombres o mujeres, para atender la gran revolución hormonal que tienen en

esa etapa de la vida, así como los fuertes impulsos sin control de la energía.

Colocada en el segundo chacra, tres dedos debajo del ombligo, la piedra lunar puede equilibrar la energía femenina de manera rápida.

También la podemos utilizar poniéndola en el "tercer ojo" (entrecejo) para despertar la intuición. Al ser un mineral de la familia de los feldespatos y cristalizar por capas, muchas veces vemos cambiar sus reflejos azules y amarillos.

En India se trabajan con las adularias de tres colores a la vez: la de color gris simboliza la luna nueva; la naranja, la luna creciente, y la blanca, la luna llena.

Combinada con la rodocrocita o con el cuarzo rosa, la piedra de

luna tiene un importante papel en el despertar de la autoestima.

En los momentos de tristeza, la piedra de luna ayuda con su energía al despertar de nuestra sensualidad. De este modo, esta energía se integra con nuestra fuerza interna activa como un fuerte empuje para seguir adelante y salir de esos periodos difíciles.

Meditación

La siguiente meditación para armonizar la energía femenina debe ser hecha en luna creciente:

- Preparamos tres piedras de luna del mismo tamaño, dejándolas toda la noche en sal seca.
- Las piedras son expuestas a la energía de la luna creciente durante diez minutos.
- Preparamos un ambiente agradable para realizar la medi-

tación, que tiene que durar quince minutos, donde haya luz tenue, un olor suave y relajante, y podamos tumbarnos cómodamente.

- Las piedras deben estar situadas una en la palma de cada mano, y la tercera en el entrecejo.
- Con esta disposición de las piedras formamos un triángulo con la punta hacia arriba, canalizando todas nuestras energías del segundo chakra. A través de las piedras y su energía sutil fe-

menina, conseguiremos equilibrar y armonizar la energía de la Luna con la nuestra.

Esta meditación se recomienda tanto para aquellos hombres que quieran despertar su energía femenina, como para las mujeres que tengan necesidad de descubrir todo el potencial femenino que llevan en su interior. TM

Aqua Aura está en Facebook



Chi kung
El arte de la fuerza interna

Centro Totart.
C/ Palleter 81 Valencia

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

AQUA AURA

*Importadores directos de minerales.
Diseñamos tus ideas con las piedras.*

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

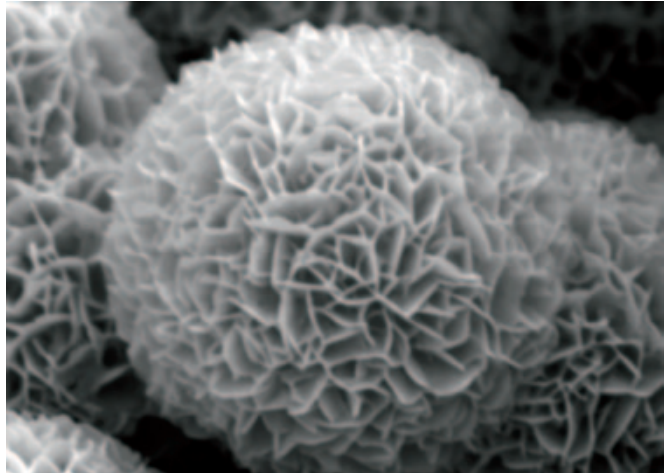
Ventas al por mayor Tel. 609 250 427

BÚSCANOS EN FACEBOOK



TERAPIA REGENERATIVA

También conocida como Método Transfigura, es efectiva en la liberación de energía almacenada en los huesos



José López
Teapeuta holístico

esta terapia poco difundida y con poca literatura sobre ella, aunque muy efectiva, se basa en la activación del cuerpo energético. Con un simple estímulo y su posterior conexión con algunas áreas del cuerpo, podemos liberar, dirigir y usar de nuevo la energía almacenada en los huesos.

El punto de partida es que la energía en nuestro cuerpo cuando no fluye libre se encierra en estructuras de cristal fino del hueso (la hidroxiapatita). Mediante la mani-

pulación fina y sutil con las manos en puntos específicos en el hueso, en los órganos y en los músculos, la energía es liberada, se activa de nuevo, distribuyéndose por el cuerpo, dándonos una sensación mental y física de mayor fortaleza y bienestar.

Todo ello se lo debemos a Lansloot Stanny, científico informático de profesión, que durante treinta años lleva dedicándose al trabajo en la terapia del cuerpo, incluyendo como profesor y terapeuta de shiatsu, terapia del color, interpretación de sueños, regresión, etcétera.

Durante una estancia en Suiza, tuvo una visión que cambiaría su vida. Vio a un monje haciendo ejercicios de Tai Chi, cuyos huesos estaban iluminados por pequeños puntos luminosos. A posteriori estudió por su cuenta principios básicos de anatomía y buscó la forma de activar la energía a través de los huesos.

La terapia, que ahora se ha difundido por muchos países, se inclina hacia las ideas orientales acerca de los bloqueos de energía y sus flujos a través del cuerpo. La idea es que la energía está en todas partes,

dentro y fuera. Sabiendo cómo funciona el sistema, se puede vibrar de manera adecuada en puntos concretos, liberando y reaprovechando esa energía estancada.

Con la terapia regenerativa se examinan todos los problemas causados por los bloqueos de energía. Desde el codo del tenista hasta un hombro roto, desde la osteoporosis hasta una tos persistente, desde la ansiedad y el estrés hasta la depresión.

Si alguien tiene un problema de caderas grave, se mira con qué órgano está conectado, por lo general el hígado y la vesícula biliar. Si la vesícula está sobrecargada, entonces quizás es porque no se articula lo suficiente para decir lo que se es; quién eres, si eres feliz, alegre y disfrutas de la vida.

No hay contraindicaciones, salvo para las personas que no quieren adaptarse o cambiar.

“Con (el método) Transfigura abrimos sólo la estructura de cristal, el cuerpo debe decidir dónde usar esa energía. Mi objetivo es encontrar cómo puedo mantener la electricidad corriendo por todo el cuerpo, pudiendo funcionar con su propia energía, por lo que nuestro sistema inmunológico está siempre dispues-

to a luchar”. Ese es el trabajo de Stanny Lansloot y Flori Fedec, su discípula aquí, en España.

En una primera fase se activa la estructura ósea para promover la armonía general en el cuerpo y la mente. Esto significa que el cuerpo experimenta un cambio: la regeneración en general y la transfiguración. Un mayor grado de flujo de energía en el cuerpo se ha establecido, resultando una sensación general de relajación profunda.

En una segunda fase la energía generada en los huesos va a conectar con la energía de los órganos, liberando energía emocional.

En una tercera fase se conecta con los meridianos, utilizando la aplicación de los cinco elementos, trabajando un nivel diferente del cuerpo, otra forma de armonía.

En una cuarta fase se trabaja los campos emocionales. Consiste en conectar la energía liberada de la estructura ósea con el meridiano

de vejiga, de ahí a la carga emocional en los órganos a trabajar. A través de esta conexión y el uso de afirmaciones positivas, tratamos la emoción para transformarla. El resultado es una relajación más profunda y la tensión que subyace en el sistema es puesta en libertad.

Dicha energía es la energía propia de mantenimiento de la Vida. Los últimos descubrimientos científicos confirman que los elementos almacenados en las articulaciones pueden regenerar nuestro cuerpo. Se puede recuperar el cuerpo a efectos de sanación. Su uso en la recuperación de la salud, liberación de bloqueos emocionales y equilibrio de los flujos de energía de los meridianos internos del cuerpo humano, ha sido reconocido por los diferentes terapeutas que lo han utilizado. Energía sutil que se libera internamente, fluyendo por nuestro interior y recuperando nuestro poder de salud interno. TM



 <p>LA CONEXION CON TU SER EL EQUILIBRIO FISICO, EMOCIONAL, MENTAL Y ESPIRITUAL</p> <p>LO QUE CREES, CREAS</p>  <p>JOSÉ LÓPEZ 96 384 04 21 - 620 290 268 www.sanergia.com jfosanergia@yahoo.com</p>	 <p>HERRAMIENTAS DE FENG SHUI</p> <p>REALIZAMOS ESTUDIOS DE FENG SHUI</p> <p>CENTRO DE TERAPIAS NATURALES</p> <p>SPACE FENG SHUI C/ Doctor Sanchis Sivera 15 46008 Valencia Metro Angel Guimera Tel. 96 384 04 21</p> 
--	--

ALQUIMIA DE LA TRANSFORMACIÓN

Masaje Metamórfico y sanación

Dulce Hari

Psicóloga transpersonal, profesora y terapeuta de Alt Benestar



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

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

Mediante estimulación de puntos reflejos, esta técnica logra liberar la información o proyecto original con el cual viniste a la vida. Al mismo tiempo, deshace resistencias, traumas y bloqueos heredados o vividos

desde tus orígenes hasta el momento actual. Te ayuda a liberar tu propia energía vital allí donde está estancada, donde reside el desequilibrio y la enfermedad, despertando tu propia capacidad de autosanación.

Trabaja a través de los chakras o centros de energía vital relacionados con glándulas maestras que regulan el funcionamiento armónico de todo el cuerpo. De esta forma tomas conciencia de la dimensión profunda de la vida, bendiciendo todo lo heredado desde tus progenitores, porque incluso las limitaciones te sirven para crecer aún más, superarte y sanar a tus ancestros. Si quieres ser un puente de Luz entre el Cielo y la Tierra, si buscas transformación, crecimiento y ayudar a otras personas a encontrar claves para su sanación, emprendiendo el camino liberado y lleno de fuerza, aprende esta bella y profunda técnica de masaje. Disfruta y comparte el néctar de la transformación. Estás destinado a brillar, pues tu verdadera naturaleza es pura luz, belleza, amor y fusión. TM

Conoce y aprende esta técnica en el curso que se impartirá el 5 y 6 de mayo en la Escuela Alt Benestar.

Más información, teléfono 963 940 686, info@altbenestar.com - www.altbenestar.com

Comienzo **CURSOS**

ACUPUNTURA

21 DE ABRIL

SHIATSU

28 DE ABRIL

**LLAMA Y
¡RESERVA TU PLAZA!**

**BOLSA DE
TRABAJO**

**FACILIDADES
DE PAGO**

**CONSULTAS:
Psicoterapia y
Homeoterapia.
TRATAMIENTOS**

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

Consigue tu Diploma en: Quiromasaje Profesional, 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, Radiestesia, 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

ESENCIAS PARA LOS CAMBIOS

Las Flores de Bach actúan eficazmente en la mejora de nuestras emociones

Miriam Lier
Terapeuta Floral



La experiencia demuestra que nuestros pensamientos inciden de manera categórica en nuestro cuerpo-mente, generando diferentes reacciones bioquímicas, y mediante hormonas y neurotransmisores, podemos ver la modificación que una emoción negativa tiene en el campo electromagnético de nuestro corazón. Sentimientos como el miedo o frustración o el mismo estrés vuelven caótico el ritmo cardíaco, enviando señales al cerebro y generando reacciones adversas en todo el organismo.

El doctor Edward Bach, hace más de 70 años, aconsejaba a sus pacientes que debían ser conscientes de sus pensamientos, para no generar enfermedades y liberarse de emociones y sentimientos negativos, tomar la posición de testigos, observando sus emociones. Es decir, lo necesario que es meditar y aprender a elegir pensamientos que nos hagan sentir bien.

Seguro que habéis escuchado hablar de la inteligencia emocional. Pues bien, las personas crecemos y nos de-

sarrollamos a nivel físico y mental, pero resulta evidente que muchos de nosotros no logramos madurar a nivel emocional, frente a situaciones adversas reaccionamos como niños inmaduros y desorientados. Pedimos la opinión de los demás porque dudamos de tener la capacidad de decidir y por el miedo a equivocarnos. Esa actitud va minando nuestra autoestima y nos deja a merced de los manipuladores.

Tiene mucho que ver el tipo de personalidad en cuanto a la manera de afrontar algunas situaciones puntuales. Los padres demasiado protectores o las parejas en que un integrante tiene como característica ser dominante e intolerante, muchas veces impiden el desarrollo saludable de una personalidad débil o asustadiza. Alguien demasiado sumiso y dominado rara vez madura emocionalmente.

Debemos ser observadores justos y responsables de nuestra manera de reaccionar y de relacionarnos con los demás. Aprender a gestionar las situaciones de una manera más inteligente y menos visceral.

Si eres impaciente e intolerante te ayudará a mejorar tus relaciones una esencia floral como el Impatiens, mientras que si te observas miedoso e inseguro seguramente el Mimulus y el Larch podrán fortalecer tu autoestima y seguridad. Y si no eres

capaz de reconocer tu característica personal, un profesional de Terapia Floral podrá colaborar para que encuentres el remedio floral idóneo.

Como dijo el doctor Bach, "deberíamos esforzarnos en ser tan apacibles, tan calmados, tan pa-

cientemente serviciales como para movernos entre nuestros semejantes como un soplo de aire o un rayo de sol: siempre a punto de ayudarles cuando lo soliciten, pero nunca imponiéndoles nuestro propio punto de vista". TM



Manantial alegría
Centro de psicoterapia y terapias alternativas

Renacimiento, Constelaciones Familiares, EMF, Psicoterapia, Aroma y Gemoterapia, Shiatsu, Acupuntura, Yoga, Arquetipos, Quiromasaje...

www.manantialvalencia.org
manantialvalencia@gmail.com
Plaza Patraix, 4 -1º. 46018 Valencia

YOGA

Hata y Kundalini Yoga
Meditación y
Respiración Consciente
sin matrícula

1ª clase gratuita
mañanas y tardes

más información:
96 114 13 05

"Lo que llamamos enfermedad es la fase terminal de un desorden mucho más profundo. Es evidente que si queremos que un tratamiento sea totalmente eficaz, no podemos tratar únicamente los síntomas sin remontarnos a la causa fundamental de dicha enfermedad, a fin de eliminarla".

Edward Bach

EQUILIBRA tu MENTE, tus EMOCIONES,
RECUPERA el BIENESTAR FÍSICO
con...

Flores de Bach

MIRIAM LIER
terapeuta floral

Consultas
con
cita previa

AFRIC ART

C/ CABALLEROS, 11. VALENCIA
TLF. 963 926 081 - 635 856 228

TERAPIA DE BIOMAGNETISMO

Imanes, una gran ayuda para la salud

Profesora Mercedes García

Bióloga, psicobióloga
y terapeuta holística



Los imanes han sido utilizados para ayudar en la salud desde hace milenios en muchas culturas. Grandes filósofos, terapeutas y doctores –incluyendo a los fundadores de la Alopátia y la Homeopatía modernas– han analizado el origen, mostrado las bases y demostrado los beneficios de la imanoterapia monopolar y del electromagnetismo en la esfera de la salud humana, animal y vegetal. Una rica bibliografía e información disponible a través de Internet dan cuenta de los significativos alcances logrados hasta nuestros días, así como de su creciente aceptación, popularidad, dinámica y perspectivas.

Dentro del Biomagnetismo ha sido creada la técnica o terapia del Par Biomagnético por el médico mejicano Isaac Goiz y se ha revelado como un método de grandes posibilidades –especialmente cuando la causa es una infección por virus, bacterias, parásitos u hongos– y disfunciones.

El alcance en España de la terapia con el Biomagnetismo ha sido tan sorprendente, que actualmente muchos médicos y terapeutas lo han incorporado a

sus consultas con gran éxito en los pacientes.

El Biomagnetismo es una disciplina terapéutica y natural, que propone el diagnóstico y tratamiento de muchas alteraciones fisiológicas, buscando el equilibrio del nivel ácido-alcalino del paciente a través de la restauración del pH de los órganos.

Simplificando para el ciudadano común, en la práctica esta técnica demuestra que, aplicando imanes de una determinada fuerza y polaridad en puntos específicos del cuerpo, se consigue corregir el pH de las células, es decir, es posible restablecer el equilibrio ácido-alcalino del organismo y proceder a restaurar la salud mediante campos magnéticos de mediana intensidad generados por imanes naturales de 1.000 a 15.000 gauss de potencia, y ello consigue exterminar en un tiempo breve, virus, bacterias, hongos o parásitos, que son el resultado de gran parte de las patologías.

Cabe añadir que el pH de una persona sana es de 7.35 –es decir, ligeramente alcalino– (se considera neutro un pH de 7). Mediante un sencillo test kinesiológico y un imán de potencia suficiente se puede

conocer el estado de acidificación de cualquier zona del organismo. Cada punto-órgano-tejido donde se da una situación de acidez le corresponde de manera automática otro punto-órgano-tejido (siempre el mismo) con un desequilibrio similar en intensidad de alcalinidad. Siendo eso lo que le permitió con los años llegar a la constatación práctica de la existencia en el cuerpo de más de 250 pares biomagnéticos, que además se corresponden con patologías diferentes.

Asimismo descubrió que cada par se asocia a una patología y, a la vez, cada polo del par a determinados microorganismos. En el polo "positivo" de entorno ácido se acumulan los virus y los hongos, mientras en el polo negativo de entorno alcalino se encuentran las bacterias y parásitos. Y en cada patología están presentes siempre los mismos microorganismos patógenos, conformando el mismo par en cada ocasión. En otras palabras, cada enfermedad tiene su correspondiente par y sus correspondientes patógenos.

Una vez detectados los pares afectados, el último paso consis-

te en aplicar en los "polos" de cada par unos imanes de potencia superior a 1.000 gauss. Basta situar el polo positivo del imán en el polo positivo del par y el polo negativo en el par negativo. Ello crea una corriente magnética que empuja las cargas positivas contra las negativas hasta neutralizarse. Lo que igualmente neutralizaría el pH—el terreno— y acabaría con los microorganismos promotores de la correspondiente patología.

El Biomagnetismo es un sistema limpio, inocuo, preciso y eficaz. Es capaz de diagnosticar una alteración fisiológica incluso antes de que aparezcan los síntomas, siendo por lo tanto ante todo una terapia preventiva. Una vez aparecidos los síntomas, es también capaz de neutralizar la causa que los produce.

Prevención y tratamiento

Además de su capacidad preventiva, el biomagnetismo es de gran utilidad para mejorar muchos malestares y dolencias. He aquí una lista de alteraciones fisiológicas que han sido tratadas con gran

éxito: migrañas, cefaleas, vértigos, ciática, herpes, dermatitis atópica, osteoporosis, dolores óseos y musculares, dolores de espalda y lumbares, fibromialgia, artritis y artrosis, gota, colesterol, triglicéridos, anemia, tiroides, resfriado, gripe, asma, bronquitis, laringitis, gingivitis, halitosis, conjuntivitis, alteraciones gastrointestinales, hormonales, alergias, estrés, intolerancias alimenticias...

Hay actualmente en el mundo más de 5.000 médicos, biólogos y terapeutas que han trabajado exitosamente con varios millones de personas en todo el mundo. TM

Este mes y el próximo la autora estará en el Centro Indra (Chirivella), impartiendo un curso de Biomagnetismo y Bioenergética, y realizando tratamientos con esta terapia para aquellos que estén interesados. (Más información de esta técnica en la web de Discovey Salud, números 76, 112 y 118).

Mercedes García es directora del Instituto Psicobiológico y responsable de la Comisión de Biomagnetismo de APTN-COFENAT (Asociación de Profesionales de las Terapias Naturales).

Info, www.institutopsicobiologico.com, institutopsicobiologico@gmail.com

FORMACIÓN en BIOMAGNETISMO y BIOENERGÉTICA

27-28-29 de abril
25-26-27 de mayo

Imparte Mercedes García, bióloga, psicobióloga, terapeuta coordinadora de la comisión de biomagnetismo de COFENAT

CENTRO INDRA | ASOCIACIÓN La Buena Vida

yoga (adultos, niños, embarazadas), reiki, masaje holístico, técnicas antiestrés, desarrollo personal, psicoterapia floral, bhanga Bollywood, risoterapia, funny yoga

C/ Luis Vives, 1 (junto al mercado) Chirivella - 686 334 288
indrakaur@hotmail.com www.institutopsicobiologico.com



EL ABECÉ DEL AM

Es la traductora del libro “Un Curso de Milagros” al castellano. Antes de su viaje para impartir una serie de seminarios en España, dialogamos con Rosa María Wynn para conocer sus experiencias y pensamientos

-En tiempos tan críticos, en un mundo que no es el que algunos hemos conocido al nacer, parece que sólo podemos esperar un milagro. ¿Qué es para ti un milagro?

-Un milagro es un suceso que viola completamente las leyes de la física, pero *Un Curso de Milagros* también dice que cuando una persona está dispuesta a querer ver algo con otros ojos, desde otro punto de vista, a cambiar de parecer con respecto a alguna cosa...eso también es un milagro. Pero esto tiene que nacer del aprendiz, del estudiante. Nadie, ni Dios Mismo puede hacernos cambiar de parecer. Algo en nosotros tiene que querer este cambio, y eso en sí ¡es un milagro!

-¿Qué papel juega la mente en este aspecto?

-No tenemos idea de lo poderosa que es nuestra mente, caso contrario estableceríamos una vigilancia absoluta de los pensamientos que anidamos en nuestra mente. Todo pensamiento en nuestra mente produce forma en algún nivel. Yo llevaba casi diez años estudiando el *Curso* antes de que me hiciera la pregunta que tú me haces, “qué es el milagro”. El *Curso* afirma que nosotros no podemos entender qué es. De hecho, llegar a concebir la realidad del milagro es el logro de aprendizaje más grande porque has concebido algo que no entiendes ni sabes lo que es, es real. Una vez que concibes la realidad de algo, queda instalado en tu mente para siempre. Es con tu mente con la que “opera” el Espíritu. De hecho, el que puedas pensar es lo que usa el Espíritu para guiarte a tu liberación.

-¿Cómo defines *Un Curso de Milagros*?

-A menudo digo que es el “ABC” del amor... pero se podría decir que es un sistema de pensamiento; una propuesta a una manera de pensar que va en contra del pensamiento vigente en la condición de separación en la que vivimos. El *Curso* insiste en que somos un solo Ser y el medio que ofrece como enseñanza central es el perdón. Paradójicamente, nos dice que nosotros no podemos perdonar y tú te quedas desorientado preguntándote “pero cómo es que no podemos perdonar”. La respuesta es que el perdón es una ilusión, pues realmente nadie nos ha hecho nada porque todo aquí es una ilusión. Pero aunque el perdón es una ilusión, es la única que no se opone a la verdad. El *Curso* te insta a querer ver las cosas con los ojos del Amor, pero tú tienes que dar tu consentimiento, pues esto no se te puede imponer. El *Curso* nos inspira a pensar desde el paradigma de que somos un solo Ser y, por ende, a actuar en congruencia con esa premisa.

-En España muchos se han quedado sin trabajo. ¿Qué dirías para explicar que el *Curso* es también una herramienta eficaz para superar este momento? ¿Cuál es la aplicación práctica en esta situación?

-Todo comienza en la mente. La gira que empiezo en Valencia se llama “La Eterna Esperanza”, bajo un eslogan que afirma que en tiempos inciertos es muy fácil perder las esperanzas, sin embargo, que *no hay nada que esté exento de la esperanza de cambio y mejora*. Cuando esta-



OR

Aurelio Álvarez Cortez

mos en una situación difícil, estamos convencidos de que esa situación es real e inalterable, por lo tanto, muy pocos están dispuestos a cambiar de parecer con respecto a la realidad y permanencia de ello, y así, son muy pocos los que estarían dispuestos a cambiar su mente al respecto. Pero sucede que, al encontrarnos seguros de que no hay solución, sostenemos esa realidad. La aplicación práctica del *Curso* debe comenzar entonces en la mente, y la única manera de hacer ese cambio es ser inspirado a querer ver esta situación con otros ojos. Y todos tenemos ese poder... aunque es cierto que lo que está pasando en todo el país, e incluso gran parte del mundo, nos afecta a todos, incluso a mí. No obstante, yo he asumido la postura de no dejar que nada ni nadie me quite la paz.

-Entonces, ¿qué hacemos?

-En mi libro digo que lo más importante es tomar una decisión. Sin embargo, para quien está hundido lo que le sucede es tan real que le resulta prácticamente imposible ver más allá. Todos padecemos "la misma enfermedad". Yo perdí mi casa, todo, por llevar *Un Curso de Milagros* a gran parte del mundo hispano hablante. Lloraba, pero una voz me decía que debía sostener la fe, en contra de lo que estaba viviendo en lo concreto, hasta que di el salto. Una persona que ahora mismo se encuentra en una circunstancia crítica es la que más necesita ponerse en una situación en la que pueda ser inspirada para darse cuenta de que puede ver su situación con otros ojos, de

Quién es

Rosa María Wynn es la traductora principal de "Un Curso de Milagros" al castellano. Previamente había estudiado muchos otros sistemas y recorrido varios senderos espirituales. Empezó a estudiar el *Curso* en 1979 y en 1983 comenzó su traducción. Habrían de pasar diez años antes de que el libro llegase a manos de sus destinatarios. Sus conferencias y seminarios se han hecho populares especialmente en España, Argentina, Venezuela y México, con miles de asistentes. Creó la Fundación Aurora Fellowship. Estará en Valencia el 28 y 29 de abril, y luego en Barcelona, Bilbao y Madrid. Más información en www.rosamariawynn.com

que hay algo más para ella. Insisto en lo mismo: todo comienza con una decisión, no hay nada más poderoso que una decisión. Cuando una persona es inspirada, retoma las riendas de su vida, reconoce el poder que está en ella sólo porque es hija de Eso que lo es Todo. A quien esté en una situación dura puedo decir todo esto con autoridad, porque lo he vivido en carne propia, y que, como muy bien nos dice el *Curso*, *no hay nada que esté exento de la esperanza de cambio y mejora*. Yo sé que los milagros existen,

que lo que está en nuestra mente lo sostenemos y que aquello de lo que estoy convencida, lo manifiesto. Por la física cuántica se sabe, a través de tantos experimentos, que lo que se halla en nuestra mente lo producimos. Todos hemos condenado, atacado, cedido ante la codicia, elegido por nuestros intereses. Somos responsables de lo que está ocurriendo.

-El título de "La Eterna Esperanza", ¿a qué se refiere?

-Lo más triste que le puede suceder a un ser humano es perder la esperanza, de lo que sea... Cuando uno tiene esperanza no hay nada que no pueda hacer. En la condición de desesperanzados estamos contribuyendo a mantener la misma condición que nos llevó a la desesperanza. Es un círculo vicioso.

-¿Cómo se crea un círculo virtuoso?

-En Argentina, una mujer muy acomodada, preciosa, con una familia bella, no tenía motivo para estar en la depresión en que se encontraba. Tomaba medicamentos y seguía tratamientos médicos sin resultados, cuando una amiga se le acercó con una cinta mía, del último seminario realizado en Buenos Aires, y le dijo que la escuchara. A los 15 minutos de estar oyendo, dijo "¡esto es!", e hizo un cambio radical. ¿Qué pasó? Esa cinta la inspiró.

Nuestro Ser, lo que somos, es puro espíritu. Luego inventamos un personaje a través del cual vivimos aquí. Nuestra mente no está en el cuerpo, no es algo sólido, aunque creemos que somos un cuerpo y que estamos en él. Sin embargo, solo somos espíritu, pero nos hemos identificado con el cuerpo, mas esto no borra ni elimina lo que somos. Esa mujer escuchó algo que despertó lo que ella es, que estaba ahí dormido. Lo único que puede ser inspirado es aquello que no es tu cerebro, sino tu mente, que no tiene límites, bordes. Tú y yo estamos hablando, ¿dónde estamos escuchando esta comunicación? No tiene nada que ver con el cuerpo, con los

oídos, sino que estamos conectando en ese plano donde todos somos uno. La inspiración sucede en la mente, en el espíritu.

Estamos en un enredo mental porque nos creemos separados de nuestra Fuente y, por ende, unos de otros. Queremos resolver los problemas que surgen a raíz de la separación, cuando no podemos solucionar nada a nivel de los efectos. Hay que sanar ese concepto de separación; incluso la idea que tenemos sobre el tiempo es una programación. Aquí hay mucho más de lo que imaginamos. Como decía Don Juan, esto es un misterio, queremos conocer las cosas trascendentales desde el paradigma de lo concreto y limitado, por eso nunca lo entenderemos, como tampoco comprenderemos el milagro.

-¿En qué circunstancias conociste a Carlos Castaneda?

-Vine a San Francisco, California, buscándolo, pues me atraía el personaje de Don Juan. Después de varios años, en los que me involucré en otras corrientes del desarrollo personal humano, y luego el *Curso*, me llegó una invitación para ver a Carlos Castaneda un día en que yo tenía una reunión con un grupo de "guerreros", gente con la que realizo este tipo de trabajo de sanar nuestra mente para no percibir el mundo que, creemos, existe. Y no asistí. Pero a los tres meses volvió y pude ir. Lo tuve al lado mío, lo vi; era delgado, bajito... No importa si fueron fantasías lo que contó sobre Don Juan, pero lo que escribí cambió mi vida. Siento que soy una guerrera, una aprendiz, en ese sentido, que encontró "su camino con corazón", el *Curso*. Un guerrero, un aprendiz, aspira a vivir siendo congruente con su declarada meta, tomar decisiones en función de ello, en mi caso es el logro de la paz, y esa congruencia lo lleva a ser un guerrero, un aprendiz, impecable.

-¿A qué se debe este objetivo tuyo?

-En la condición de separación en la que estamos rige el conflicto, pero

no nos damos cuenta. Si vemos una película, su guión debe tener un conflicto, caso contrario no hay película. No podemos recordar quién somos en el conflicto. Entonces, la paz es mi meta, y sé que finalmente todos querrán alcanzarla. La paz es dicha. El *Curso* habla de la impecabilidad refiriéndose al hecho de que quién somos no pudo jamás haber pecado, como se nos ha enseñado. Por ello el *Curso* es revolucionario en el sentido de que, aunque emplea un lenguaje estrictamente cristiano, es realmente física cuántica "con corazón", y aborda temas de carácter universal. Nos lleva a pensar, y por ende a actuar, desde la premisa de que somos amor y somos uno. El verdadero cambio se ve en los actos, no en lo que digamos. La primera decisión mía fue que iba a dejar de juzgar. Me di cuenta entonces de que mi mente era como una fotocopidora súper veloz, que no paraba de emitir juicios. Estamos juzgando y condenando todo el tiempo, y ese es el mundo que vemos, y luego creemos que no tenemos nada que ver con él. Pero todo ello se debe a la creencia en la separación.

Lo que es más, no nos damos cuenta de que lo que proyectamos es la idea de separación en sí, y aunque muchos creen haber entendido que todos somos Uno, cuando alguien les debe cien euros, se olvidan de esta idea. Tal como eres con otros es lo que denota lo que tú realmente crees acerca de ti. Mientras te creas un ser separado, tu comportamiento con otros será desde el egocentrismo; elegirás entre los intereses propios y los ajenos, y bajo esta premisa elegirás los tuyos. Ésta es la base de todos nuestros conflictos, personales, comunitarios, y entre países; todos peleando por sus supuestos intereses individuales. Sin embargo, realmente somos un Ser, y lo que te afecte a ti también me afectará. Requiere un milagro cambiar esta creencia de que estamos separados. Pero tenemos derecho y acceso a ese milagro.

-¿En tu libro "El Aprendiz Impecable" qué intentas comunicar al lector? ¿Es un manual para entender el Curso, un compendio de experiencias de tu trabajo...?

-Es todo eso. Cuando decidí escribir el libro, quería que fuese una guía, una explicación de lo que supone ser un aprendiz que aspira ser un aprendiz impecable. Ofrezco muchos ejemplos de la vida cotidiana, como en mis seminarios, porque lo que se vive aquí es lo que enseña. Lo escribí en tres semanas mas tardé tres meses en pulirlo. Quiero que sirva de inspiración porque no hay nada más que un maestro o un libro pueda dar. Es un libro que te recuerda que quien tú eres, sigue siendo tal como el Amor creó. Si somos eternos, como nos asegura el *Curso*, nada puede alterar o modificar lo que somos. Y nuestros atributos siguen activos y vivos en nosotros. El aprendiz impecable actúa con la intención de ser congruente con su meta. El propósito del libro es servir de inspiración. Es mi deseo que mucha gente se dé cuenta de su propia grandeza y que brille en lo alto para que otros vean su luz y la reconozcan como la suya propia, y a su vez también brillen. Se necesita un cierto número de nosotros que cambie de mente para percibir otra cosa en este mundo.

-¿El 2012 es clave en lo que tú estás diciendo? ¿Será crucial para alcanzar esa masa crítica que mencionas?

-Todo lo que pasa aquí se puede usar para los propósitos del Espíritu. Por lo tanto, empleo esta movida con el 2012 como una guerrera. Vamos a contar con que muchos de nosotros reconozcamos que hemos estado equivocados, superando la arrogancia personal, y nos demos cuenta de que esto sólo nos hace sentir infelices. Se necesita una masa crítica porque estamos en una condición de "más y menos", un cierto número de personas abiertas al milagro. Lo único que puede sanar nuestra mente, este virus como digo yo, que se adentró en nuestra mente, es el milagro.

-¿Qué nos encontraremos en tu seminario, en Valencia?

-Cada seminario que doy es único, es un espacio que se crea y que te permite examinar cosas que de otro modo tú no harías. Por ende, puedes tener momentos de "eureka" en que puedes ver algo. En un seminario que impartí en Valencia hace años asistió un hombre enviado por un psicólogo que nunca había estado en mis seminarios. El hombre tenía ganas de suicidarse, era ateo... ¡y en el seminario hablamos de Dios y del Espíritu! Yo también fui atea, no creía ni podía amar a un Dios que castigara

y nos enviara al infierno. El Dios que he llegado a amar es el Amor mismo. Lo que la gente puede esperar de mi seminario es salir de allí inspirada, para dar el paso siguiente, recobrar la esperanza porque, repito, perderla es lo más duro en la vida. Si tú te llenas de esperanzas se limpian las telarañas y empiezan los contactos que finalmente harán que te estén buscando para un trabajo. Los milagros empiezan a darse, pero es necesaria una mente despejada, que ha reconocido sus culpas, reconociendo lo que hemos hecho a otros. Tanto el libro como mis seminarios no son sustitutos de *Un Curso de Milagros*, por supuesto. El *Curso* dice de sí mismo que es uno entre muchos caminos, no el único, y esto fue una de las cosas que me enganchó. Personalmente, creo que es lo mejor que hay, por mi experiencia, pero el *Curso* no me apoya en eso.

Mi deseo es que la gente vea la vida con otros ojos, que pueda perdonarse por sus propios errores, perdonando a otros. Yo lo he hecho, obteniendo compasión por mí misma. Muchas personas me han comentado a lo largo de los años que para ellos el seminario fue un antes y un después en sus vidas. Obviamente, esto me hace muy feliz y me anima a seguir adelante. TM

ROSA MARIA WYNN

Traductora de *Un Curso de Milagros*

Seminario en Valencia el 28 y 29 de abril

LA ETERNA ESPERANZA

... no hay nada que esté exento de la esperanza de cambio y mejora...

Un Curso de Milagros

Información: 649196831

www.rosamariawynn.com*

*consulta seminarios en tu ciudad



EL PLANETA FELICIDAD

*Devolvamos a nuestra
amada Madre Tierra
el honor de ser
el Planeta Felicidad*

**Julio Pascual y
Mercè Gaspar**
Facilitadores de
"Cocinando Milagros"



Os gustaría vivir en el Planeta Felicidad? La mayoría de seres humanos, sin dudarlo, respondería que SÍ. Es hora de recordar que la Tierra, fue creada para ser un Paraíso. Es el momento de reconectarnos con nuestra Fuente Divina, con nuestro Ser Superior, con el Camino de nuestro Corazón; y con ello, conectarnos a la Fuente Creadora del Amor que está siempre ahí, en el Universo.

Todos deseamos una vida rebotante de Paz, Prosperidad, Salud y Amor; y todo ello está esperando a poder ser manifestado en nuestra vida cotidiana.

Hace mucho, mucho tiempo, nos separamos de la

Fuente Divina Universal, y por tanto de nuestra Fuente Divina, de nuestro Verdadero Ser.

A lo largo de todas estas experiencias de separación, hemos ido coleccionando dudas, miedos, confusión y entendimientos erróneos. Nos hemos sentido como niños perdidos, y para intentar salir de ese estado, hemos tomado el control, dándole el poder a la mente desconectada de nuestra Esencia. Esta es la mente que llamamos "mente egótica".

En este punto, el Paraíso Terrenal original, el Planeta Felicidad, se convirtió en el Planeta Sufrimiento, en el que ahora estamos viviendo.

La consecuencia de todo esto es que estamos expan-

diendo sufrimiento en todo lo que hacemos: en nuestras relaciones, en nuestra ocupación profesional, y hasta en nuestros ratos libres. Vivimos como si fuéramos adictos a él y creyendo que “esto no se puede cambiar”.

Cómo regresar al Paraíso Perdido

Traer el cielo a la tierra, es tarea de todos y cada uno de nosotros y para conseguirlo, lo primero es reconocer que todos somos Dioses y Diosas creadores/as de nuestra realidad y de nuestra vida, y que como tales, necesitamos despertar de la pesadilla del sufrimiento y atrevemos a soñar con la Felicidad.

Tenemos que empezar por creer que nuestro deseo de tener una vida llena de Paz, Prosperidad, Salud y Amor, es posible, y para poder enfocarnos en conseguirlo, necesitamos tener claridad de cuales son los deseos que realmente merecen la pena. A medida que vayamos consiguiendo tener más y más claridad, iremos descubriendo que nuestros verdaderos deseos, son aquellos que satisfacen a nuestro Ser Interior, a nuestra Alma.

El siguiente punto, es que no podremos crear una Vida acorde a nuestros verdaderos deseos, mientras no hagamos una limpieza “a fondo”, del lastre de creencias y memorias con las que cargamos. Algunas son conscientes, pero también las hay subconscientes. Algunas son personales y otras son colectivas. Algunas son muy comunes como: “la vida es difícil”, “siempre hay algo por lo que sufrir”, “todo no puede ser bueno”, “lo bueno se acaba pronto”, “no puedo ser feliz si mis padres están sufriendo”, etc. Lo que tienen en común es, que todas ellas, sobre

todo las subconscientes, son impedimentos que no nos permiten avanzar hacia una vida verdaderamente Feliz.

Entre las memorias y creencias que acarreamos y la falta de Fe y Confianza en nosotros mismos, la frecuencia vibratoria en la que se desarrolla nuestra vida, está en un nivel muy bajo. Desde este nivel, es prácticamente imposible atraer lo que realmente deseamos. El resultado es un pez que se muerde la cola y que nos hunde aún más en el pozo de una vida infeliz. Por tanto, es imprescindible subir nuestro nivel vibratorio para así, poder escapar de este círculo vicioso.

Hay algo más que no podemos olvidar. No podemos tener claridad, hacer verdadera limpieza del subconsciente ni elevar el nivel vibratorio, si no partimos de un estado de Paz y aceptación del momento presente, sea este el que sea. Solo con una actitud de Gratitud hacia todo lo que tenemos y recibimos lo conseguiremos. La Gratitud es la llave para atraer mayor abundancia, tanto interna como externa.

La sanación del sufrimiento y el regreso al Paraíso, si bien es un camino de aprendizaje, no tiene por qué ser arduo y difícil. Si nos reconectamos con nuestra verdadera Esencia y confiamos en las leyes Universales, solo tenemos que preguntarnos, cual es el regalo o la bendición que esa dificultad o experiencia negativa nos trae. De esta manera, podremos verlo como una oportunidad de crecimiento y sanación, lo que permitirá que aceptemos los retos de la vida y que aprendamos grandes lecciones con más dulzura y suavidad.

En definitiva, si despertamos y abrazamos que somos una vibración que viene de nuestro corazón

y nuestra alma, que desde ese estado vibratorio estamos “Siendo” Dioses y Diosas y a la vez “Creando” nuestra realidad, todos nuestros verdaderos deseos y anhelos se manifestarán como verdaderos “Milagros”.

La consecuencia será que podremos volver a vivir en el Paraíso Perdido, y podremos llamar a nuestra amada madre Tierra, el Planeta Felicidad. Maravilloso ¿no?

Trabajemos con Devoción, Rendición, Alegría, Gratitud, Entusiasmo, Coraje, Fe, Constancia y Confianza, y vivamos este viaje mundano, disfrutando y sintiendo cómo los “Milagros” suceden continuamente.

Descubre tus maravillosos poderes que producen milagros. ¡Que así sea! TM

www.cocinandomilagros.com

COCINANDO MILAGROS

Un taller práctico para vivir una vida Llena de Milagros

★ 7 Pasos
★ 7 Secretos

en VALENCIA

28 y 29 de Abril 2012

✿

MÁS INFO

cocinandomilagros.com

UN GRAN CAMBIO

*La humanidad
hacia la creación
de un nuevo mundo*

Sirio Simó

Astrólogo y Terapeuta Holístico
del Centro Uranium



Como bien saben, según la extraordinaria cultura maya y su afamado calendario (absolutamente avanzados astronómica y astrológicamente), penetramos hoy día en la época del fin del paradigma conocido. Resulta obvio que experimentamos una grave crisis económica, social y política. El sistema capitalista, la codicia y la falta de profundos valores parecen al fin evidenciar su inviabilidad. Economistas, sociólogos, psicólogos, políticos, intelectuales, maestros místicos y el pueblo en general intuimos que estamos al borde de un gran cambio.

¿Debemos contemplarlo desde el pánico o desde la esperanza? ¿Se trata de un cambio para mejor o para esclavizarnos aún más?

Estamos ante un proceso que tiene su propia energía cósmica (llámese era acuariana), que proviene de un cierto karma como especie, como planeta y como momento cósmico. Pero, ¿qué pueden revelarnos de utilidad las disciplinas esotéricas más paradigmáticas de la humanidad? A saber, astrología, tarot y numerología. Son muchas las disciplinas, datos y vetustas profecías (por ejemplo, tablillas sumerias) que señalan el 2012 como el principio de un gran cambio. Analicemos, pues, de modo conciso y con mirada esotérica, el proceso que comienza a atravesar la conciencia humana y su mundo.

Por numerología y tarot

2012 = 2+0+1+2 = suman 5. El cinco es el número del cambio y la incertidumbre. Presagia dificultades cuya resolución exige un nuevo enfoque, las viejas dinámicas ya no funcionan. Ciertamente, las estructuras de poder vigentes evidencian hoy su incapacidad de crear un mundo mínimamente justo y satisfactorio. Como arcano mayor del Tarot, estamos ante el Sumo Sacerdote: ello nos indica la necesidad de sintonizarnos con un nuevo orden y valores, que nos reconcilien con nuestra naturaleza espiritual. ¡Es tiempo de evaluar las instituciones!: política, iglesia y banca. Por otra parte, el reseñado año acaba en 12: experimentamos pues el arquetipo de El Colgado. Por el momento somos incapaces de solucionar la actual crisis. Estamos en tiempo de reflexión y parálisis. ¿Qué debemos soltar para poder seguir avanzando? ¿Qué valores deberán morir dejando espacio al renacimiento? ¿Avaricia, corrupción, indolencia? En el próximo año, el 13, estaremos preparados para atravesar el arquetipo de La Muerte, la dolorosa apertura a transformar nuestro modo de vida, soltar al fin nuestros apegos, vicios y egos. Se trata de un proceso de purificación, las pautas sociales, políticas y económicas que vienen funcionando en la historia humana deben morir para permitir nacer a algo más armónico. La visión de un espíritu más equilibrado, con más

moderación y tolerancia, comenzará a vibrar en el 2014 bajo el arquetipo de La Templanza. Ahí la vida nos pondrá comprender una manera más profunda de cooperar y perdonar. En el 2015, gravísimos casos de corrupción e inmorales abusos de poder saldrán a la luz. El gran engaño del sistema de poder será revelado bajo el arquetipo de El Diabolo. Ya en 2016, bajo la devastadora vibración de La Torre, comenzará a caer el sistema y muchos de los poderosos del mundo. El karma dará una durísima y ejemplar lección a la codicia humana y sus representantes más destacados. En 2017, tras el castigo a los injustos y bajo el arquetipo de La estrella, llegarán a la Tierra nuevamente brisas de esperanza y fe. Los indignados comenzarán a contemplar la luz. Comenzaremos a crear un sistema más justo, social, político y económico.

A través de la astrología

El Calendario Maya demarca la etapa Baktun, que va desde 1618 a 2012. Durante este plazo se han descubierto Urano (1781), Neptuno (1846), Plutón (1930) y Quirón (1977). La puesta en escena de estos planetas exteriores marca con total certeza, la llegada del inicio del gran cambio tan anhelado y esperado por la humanidad. Estos astros son los grandes agentes de transformación evolutiva y guían la pequeña conciencia hacia su apertura cósmica y multidimensional (más allá de miedos y obsesiones, resintonizando el amor y la creatividad). De hecho, obsérvese que nuestros amigos entran en sus signos (hogar de su plenitud) justo hacia el final del Calendario Maya.

Principales influencias cósmicas

Urano en Aries (2011/18): enorme individualidad e impulso. Rotundo sentido de justicia que no dudará en

enfrentar a las poderosas estructuras abusivas. La verdad renace y despierta el espíritu de la lucha, sacándonos de la energía de la pasiva resignación. Esto se ha materializado bajo en nombre de indignados. Son tiempos de rebeldía. Tiempo de superar la indolencia y abrir nuevos caminos. A continuación Urano recicla la energía de Tauro (2019/25) y resultará prioritario resolver la contaminación y el abuso indiscriminado de los recursos. Bajo esta influencia alcanzaremos una profunda reforma del sistema económico global. También se reformará la agricultura a fin de ser sostenible y saludable para Gea.

Neptuno en Piscis (2012/25): la televisión y el cine se consolidan con mayor capacidad de plasmar la fantasía, los sueños e ideales de la humanidad. Ejercicios espirituales de renacimiento y chamanismo moderno se activan. Prácticas para recordar vidas pasadas y lecciones kármicas de nuestro árbol genealógico, se ponen de moda. Habrá quienes se identifiquen con procesos mesiánicos. Renace la virtud de la compasión, que nos protegerá de la gravísima lacra que implica el egoísmo. Se percibe en el ambiente la necesidad de un profundo mensaje espiritual. El contacto

con alienígenas parece multiplicarse. Cada vez surgirán más sanadores y canalizadores, para ayudar a paliar el inmenso dolor que se apodera de tantísima gente deprimida y angustiada de vacío existencial.

Plutón en capricornio: (2009/23): surge un nuevo sistema sociopolítico que ha de enmendar la obvia corrupción de las estructuras de poder. Aquí el cosmos busca que la conciencia humana madure su sentido de la responsabilidad y aprenda a hacer un uso íntegro del poder, para bien de la mayoría. Se trata de "construir" con cimientos sostenibles y coherentes. La crisis política evidenciada durante esta época hallará su resolución óptima durante la estancia de Plutón en Piscis (2043/66).

En resumen, las influencias arquetípicas y cósmicas que nos acompañan, auguran un profundo cambio en la conciencia y el mundo. Cuanto más conscientes seamos y más focalizada tengamos nuestra intención de crear un mundo más equilibrado en nuestros adentros y justo en nuestro compartir externo, menos doloroso resultará este gran parto. ¡Comprometámonos con las virtudes y gocemos la sublime música de la existencia! TM

FORMACIÓN DE KINESIOLOGÍA
EL TOQUE PARA LA SALUD - 14 y 15 de abril
 El test muscular nos enseña a dialogar con el cuerpo para equilibrar su energía
 Imparte: Olga Lavo Mares www.olgalava.com

CURSO DE ASTROLOGÍA
 5 y 6 de mayo - Precio: 100 €. Anticipado 85 €
 Aprende la ciencia de los astros que revelan naturaleza y destino
 Charlas informativas: 27 abril y 4 mayo, 20:30 hs. GRATIS
 Imparte: Sirio Simó Galitayud

CURSO DE TAROT
 26 y 27 mayo - Precio: 100 €. Anticipado 85 €
 Aprende a develar el misterioso poder predictivo de las láminas del Tarot
 Charla informativa: 18 mayo, 20:30 hs. GRATIS
 Imparte: Sirio Simó Galitayud

CENTRO URANIUM
 C/ Quart, 101 bajo - Valencia 676 758 709 - 679 320 928
www.centrouranium.com uranium.sirio@gmail.com

LOS DOS MUNDOS

*El ámbito de los dioses...
una dimensión olvidada*

Ana Pérez

Terapeuta Gestalt,
coach transpersonal y periodista



estoy tumbada con los ojos cerrados, me concentro en mi respiración y voy relajando cada uno de mis músculos. Poco a poco empiezo a entrar en alfa mientras centro mi atención en mi entrecejo e inicio mi descenso por las escaleras: 10, 9, 8, 7, 6... Cada vez estoy más relajada y me adentro más y más en mi mente profunda... 5, 4, 3, 2, 1. Estoy ante la puerta mágica y cuando la cruce estaré en el mundo no ordinario, donde voy a obtener respuestas y sanación. Miro la puerta y hay una enorme serpiente custodiándola. Le pregunto por qué está ahí y me dice que para probar mi valor. "Si quieres cruzar, tendrás que cogerme. Si soy sólo una ilusión me desvaneceré, pero si soy real te morderé".

Siento un miedo profundo, pero aguanto la respiración, cuento hasta tres y ¡pum! Alargo la mano y la serpiente se ha esfumado y ahora luce en mi muñeca en forma de brazaletes una suerte de amuleto que me ayudará el resto del viaje. Cruzo la puerta y camino por un hermoso bosque hasta que llego a la entrada de una gruta. Entro y hay un oso durmiendo. Me tumbo a su lado, estoy muy cansada (en la realidad ordinaria tengo gripe y fiebre). No me puedo dormir porque mi mente no para de darles vueltas a todas las cosas y obligaciones que tengo que atender. Abro la cremallera que el oso tiene en la tripa y me meto dentro de su cuerpo. Aquí se está bien y calentito. Luego subo hasta el cerebro del oso y escucho sus pensamientos: "Estás cansada porque

ya no respetáis los ritmos naturales de las estaciones ni que hay un momento para cada cosa".

Abandono la caverna del oso y continúo hasta una hermosa cascada. Siento que mi cuerpo arrastra un cansancio de mil años, de mil años, de mil años... Me meto en el agua y comienzo a limpiarme, y de mi cuerpo salen una especie de círculos. Son rostros, como caretas, que se los va llevando la corriente y reconozco que son todas mis vidas pasadas y que el cansancio que me lastra viene por tanto vivido. A continuación se presenta ante mí una gran figura, de unos tres metros de altura, por lo menos, que tiene cabeza de toro y unos largos cuernos. Va vestido con una especie de túnica blanca ceñida en la cintura con un cíngulo dorado. Es imponente. Me dice que se llama Baal y me dirige estas palabras: "Has tenido que pasar por muchas y duras pruebas para llegar hasta aquí. Aún te queda una última y más importante: la ascensión". Me lanza el reto, pero decido seguirle.

Entramos en un templo y vamos hasta un altar, como los que hay en las iglesias católicas. Yo estoy con un grupo de gente y somos los que van a iniciar. Uno a uno van pasando por delante del altar y Baal con una gran espada y de un golpe seco les corta la cabeza que cae en un cesto. Es mi turno, me arrodillo, Baal me golpea con la espada en un hombro y luego en el otro, cierro los ojos y aguanto la respiración... Acto seguido empiezo a ascender, siento una libertad y una ligereza indescriptibles, como una pompa de jabón. A regañadientes regreso a mi cuerpo y abro los ojos.

Las culturas de todas las épocas han manifestado un hondo interés por los estados no-ordinarios de conciencia, han desarrollado métodos eficaces para inducirlos, como la danza, la percusión, la meditación, los cánticos, la respiración, el dolor físico, la ingesta de distintos brebajes -bebidas espirituosas o plantas enteógenas, que etimológicamente significa sacar al dios que llevas en tu interior- y han relatado las diferentes etapas del viaje espiritual.

La espiritualidad es una parte innata en los seres humanos, tan natural como la física, la mental y la emocional y, por tanto, debe ser respetada la expresión de este impulso místico y creativo para gozar de una vida sana y completa. Durante mucho tiempo y para diversas culturas el despertar espiritual se ha considerado como una parte consustancial de la vida y sólo en la sociedad actual ha comenzado a verse como algo extraño e incluso patológico, como también son considerados como algo enfermizo la muerte o el mismo nacimiento. Utilizo la palabra espiritualidad en el sentido de numinoso, término que Jung empleaba para describir una experiencia que se vive como sagrada, divina o fuera de lo común, y que es de carácter estrictamente íntimo y personal. Este encuentro del individuo con su propia divinidad no precisa de intermediarios ni de rituales colectivos o formales, mientras que la religión, que sí que es una actividad grupal y media-

tizada por un sacerdote, no tiene porqué propiciar necesariamente el propio descubrimiento.

Tampoco la ciencia actual convencional parece muy compatible con la espiritualidad pues el método científico sólo parece apoyarse en lo que puede pesarse, medirse y tocarse. Así, cualquier concepto que huele a místico queda condenado al rincón de la superstición, la magia o una escasa educación. Y en caso de que se dé en personas inteligentes a éstas se les tildará de inmaduras emocionales, por lo menos. Tristemente las experiencias personales de las realidades espirituales suelen ser interpretadas como psicóticas y síntomas de enfermedad mental. Dado que ni la religión formal ni la ciencia dejan espacio para estas experiencias, no es de extrañar que Jesús escogiera como sus discípulos a simples pescadores.

El término moderno para la ex-

periencia directa de las realidades espirituales es transpersonal, que significa trascender el modo habitual de percibir o interpretar el mundo desde una posición de individuo separado o cuerpo-ego. Para las personas que sí hemos tenido encuentros personales con las realidades espirituales la existencia de lo divino es un hecho basado en la experiencia y la percepción directa y representa un gran paso en el camino de lo que Jung llamaba individuación, la expresión más plena de nuestro más hondo potencial. Como dijo el gran Joseph Campbell en su muy influyente obra "El héroe de las mil caras", Los dos mundos, el divino y el humano... son en realidad uno. El ámbito de los dioses es una dimensión olvidada del mundo que conocemos. TM

<http://gestaltcreativisualization.blogspot.com>

**Chamanismo y
Terapia Transpersonal**
MARTÍN RIBES
615 856 360
chamanismopractico.blogspot.com

**Gestalt y
Coaching Creativo**
ANA PÉREZ
651 488 530
gestaltcreativisualization.com

C/ Alicante privada, 6 PUERTO DE SAGUNTO
C/ Río Nervión, 19 VALENCIA

Fortalece tus defensas naturalmente

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

Swissnahrin Calidad Suiza en productos naturales

INFORMACIÓN Y PEDIDOS
635 856 228

¿Quieres distribuir nuestros productos?
Solicita información sin compromiso

QUINTA EDICIÓN DE FESTIVA

*El sábado 21
y el domingo 22
de este mes
volvemos
a encontrarnos
en el gran evento
de TÚ MISMO*



El 21 y 22 del corriente mes retorna FestiVa, Caminos de Crecimiento, en su quinta edición. Esta vez la sede es el Hotel Senator Parque Central, en la plaza Manuel Sanchis Guarner, junto a la monumental fuente popularmente conocida como "La Pantera Rosa". En esta oportunidad, el ingreso será gratuito para todo el público que se dé cita en esta celebración, donde se encontrarán quienes están intrínsecamente vinculados con un profundo cambio, en proyección hacia una mejora en la calidad de vida, tal y como hemos dicho desde un comienzo.

Ambas jornadas tendrán el horario de 10 a 21, y el programa previsto incluye la participación de disertantes, autores de grandes éxitos editoriales, expertos en diversas disciplinas, que ofrecerán talleres y otras actividades relativas al campo del desarrollo personal.

Al cierre de este número de TÚ MISMO, el programa anuncia para la mañana del sábado, y desde las 10, "La práctica del shiatsu respecto al Sistema Nervioso", a cargo de José Luis García, profesor de la Escuela Quirosoma; taller de Sat Atma Kaur, de bhangra-bollywood, y "La cocina de Emilio", show gastronómico en vivo de Emilio Alonso Ebri. En horas de la tarde, "El cambio del

tiempo 2012. El mensaje de amor de los mayas para el cambio del tiempo", presentación del sacerdote maya Omrael Norbert Muigg; "Cocinando milagros, 7 pasos y 7 secretos para vivir una vida llena de milagros", conferencia de Julio Pascual Miró; luego, Carmen Haut dialogará con el público sobre "El Árbol de la Vida, tus proyectos y el 2012". Más tarde, M^a Victoria Argote (Cristales Litios) brindará una charla sobre "La Ascensión de la Tierra y los Cristales Luminosos", explicando el ascenso de la Tierra y los cristales luminosos de la nueva generación. "Sincronicidad: el Efecto Mariposa en acción" será el tema que abordará el afamado escritor Joaquín de Saint-Aymour, quien presentará su nuevo libro editado por Obelisco. El final del primer día será con el "Concierto de mantras", de Sat Atma Kaur, acompañada por Bhajatjod Singh, Azad Kaur y Esther Arguiles, interpretando su nuevo cedé "Adays".

El domingo, en horas de la mañana, "Chamanismo Urbano, Práctico y Contemporáneo" a cargo de Martín Ribes (terapeuta chamánico y transpersonal); "Harwitum. El camino del Norte al Sur", por M^a Victoria Argote (Harwitum - Valencia), y antes del descanso para la comida, "La salida está dentro", conferencia de José María Doria, fundador y director de la Escuela de

Terapia Transpersonal. A partir de las 15, "Renacimiento (rebirthing), una nueva visión", por Pilar Ivorra (Centro Manantial Alegría). Seguidamente, "Respirando vida", que impartirá Verónica Guerrero, de El Arte de Vivir. A continuación, "Imagin-arte", actividad coordinada por

Patricia Abarca (Pro Create Vida). "La vibración sanadora del canto de Armónicos" será el taller de Jacob Helps, y más tarde, el cierre lo hará ADIVA (Asociación de Danzas de la India) con el espectáculo "Puro estilo Bollywood", con el que disfrutaremos de la alegría y el colorido de

esta manifestación artística y cultural del país asiático.

Estas y otras sorpresas más integrarán la nueva cita de lo que se va convirtiendo ya en un clásico del mundo del crecimiento personal. Entonces, y como desde la primera vez, ¡bienvenidos todos a FestiVa! TM



Centro de Cábala
"URIEL"

Cursos
Cábala "MÉTODO HAUT", interpretación del Árbol de la Vida
Las leyes del Kibalión, "la voz de Hermes"
Interpretación de sueños. "Atravesando la puerta de la fantasía"
Superación personal y autoestima para niños
Chacroterapia
Feminidad
Nuestro Niño Interior

talleres
La comunicación
El Niño Interior
Los chacras
El cuento de tu vida
La terapia del dibujo
Técnica metamórfica

11 MARZO, A LAS 10, COMIENZA CURSO DE KÁBALA

C/ AZAGADOR DE LAS MONJAS, 7
Zona PATRAIX 46018 Valencia
Tel.: 670 20 59 85

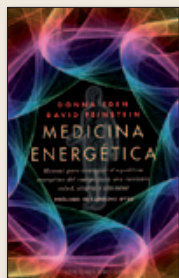
Carmen Haut
18 AÑOS DE INVESTIGACIÓN

tú mismo
tiene
nueva
dirección
en Internet



www.tu-mismo.es
y el e-mail también: **info@tu-mismo.es**

TIEMPO LIBRE



Medicina energética **D. Feinstein, D. Eden** **Obelisco**

Las investigaciones contenidas en este libro se basan en el trabajo con miles de pacientes y estudiantes a lo largo de las últimas décadas. Se trata de una guía práctica que explica numerosos ejercicios a seguir, paso a paso, con el fin de conseguir un cuerpo más sano, una mente más lúcida y un espíritu más feliz.



El tiempo de Buda **Lama Surya Das** **Edaf**

El budismo es un profundo estudio sobre el tiempo y sobre cómo gestionarlo, porque cuanto mejor manejes tu mente y tu espíritu, menos control tendrá el tiempo sobre ti. Cada momento puede ser vivido en plenitud y contiene infinitas posibilidades y oportunidades para comenzar de nuevo.



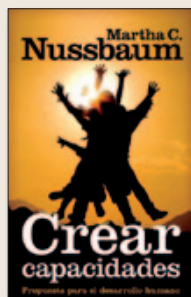
Transformar la ira en calma interior **Mike George** **Oniro**

Todos conocemos la ira y sabemos cómo destruye nuestra paz interior. El autor nos revela la profunda "perspectiva espiritual" de la ira como una "emoción incendiaria" y nos ofrece el mejor remedio para eliminarla. Todos somos capaces de emprender el viaje de la destructora ira al perdón.



Zen 305 **Ferrán Martínez** **Urano**

Un mito del deporte español que ha triunfado como asesor financiero, consultor, conferenciante y coach de kaizén presenta un libro de coaching cotidiano para hacer frente a los pequeños grandes problemas del día a día. Martínez, entre otras actividades, asesora en temas financieros a deportistas y artistas.



Crear capacidades **Martha C. Nussbaum** **Paidós**

En esta era nuestra de desigualdad injustificable, Nussbaum nos muestra cómo podemos capacitar a personas de cualquier lugar y país (prestando atención a los relatos de los individuos y comprendiendo la repercusión cotidiana de las políticas implementadas) para que lleven unas vidas plenas y creativas.



Tu OM diario **Madisyn Taylor** **Gaia**

Una aproximación universal a la vida holística para la mente, el cuerpo y el espíritu, que sirve de ayuda a quien desee practicar un estilo de vida más consciente. De delicada y reafirmante sabiduría, pretende conseguir que cada día te resulte más feliz, menos estresante y más satisfactorio.



Si quieres anunciar tu tienda, servicios, profesión, lo que desees...
te lo ponemos fácil.

En un espacio de dimensiones adecuadas,
justas y precisas para darte a conocer, anuncia
tus datos para que sean conocidos por el gran
público que mensualmente lee **tú mismo**.

Para que tengas una idea exacta, observa el siguiente ejemplo:

ROSARIO ONOFRE
terapeuta  holística
Tel. 618 375 951 - ronofre@yahoo.es

El precio es promocional, 22 euros, y lo que queremos es ayudar
a difundir la amplia oferta, como una útil y práctica guía para nuestros lectores.

Comunícate con nuestros teléfonos 963 366 228 - 652 803 027
o a través del correo electrónico info@tu-mismo.es

agenda

info@tu-mismo.es

el

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. El día 4, "Estrategias para superar el estrés"; el 11, "Hazte amigo de tu mente"; el 18, "El coraje de ser uno mismo", y el 25, "Serenidad y paz mental". Además, el sábado 7, de 10 a 12, "Meditación en movimiento. Una forma alegre y creativa de meditar". Informes de estas y otras actividades a través del teléfono 963 51 81 81.

CHARLA EN ALT BENESTAR.

Alt Benestar anuncia actividades de carácter gratuito en su sede de calle Roger de Lauria, 3, 1ª. Miércoles 11, a las 19, conferencia "Terapia Craneosacral Biodinámica". Viernes 27, charla "Aprende a ganar dinero". Y todos los martes, a las 21, meditación zen. Más detalles se ofrecen a través del teléfono 963 940 686, y en la web www.altbenestar.com

CHARLAS DE ASTROLOGÍA Y TAROT EN URANIUM.

El Centro Uranium, calle Quart 101, bajo izquierda, realizará, siempre en el horario de las 20.30, las siguientes charlas a cargo de Sirio Simó, director de dicho centro, con ingreso gratuito. El 27 de este mes, sobre astrología; el 4 de mayo, nuevamente sobre astrología, y el 18 de mayo, sobre tarot. Más información de estas y otras actividades se ofrece a través del teléfono 676 758 709, o en www.centrouranium.com.

MEDITACIÓN.

Todos los martes del corriente mes, de 19.30 a 21, el psicólogo y profesor de Yoga Manuel Palomar, fundador del Centro Aurobindo, conducirá una meditación en el Centro de Psicología Integral para Todos, calle Salamanca 66, bajo. Entrada libre.

AFRIC ART.

Cursos en abril: días 14 y 15, Pensamiento consciente, José M. Arguix; días 21 y 22, Geometría sagrada, José M. Arguix; días 28 y 29, Feng Shui, Moisés Salvador; viernes, "Construir el bienestar", Ramón Matallín.

Terapias: Análisis Energético del Campo Áurico Kirlian GDV®, Eliminación de toxinas mediante Ionización Podal, Iridiología, Magnetoterapia, Masaje Linfático, Masaje Indio de Cabeza, Osteopatía, Reflexología Podal, Flores de Bach, Quantum SCIO.

C/ Caballeros, 11, Valencia.

www.africartespai.com,

teléfono 963 926 081.

ROSA MARÍA WYNN EN VALENCIA.

La traductora al español del libro "Un curso de milagros", Rosa María Wynn, impartirá en Valencia el 28 y 29 de este mes un seminario en el comienzo de su gira por España "La Eterna Esperanza". Información a través del teléfono 649 196 831.

También visitará Barcelona, el 5 y 6 de mayo; Bilbao, el 19 de mayo, y Madrid, el 26 y 27 de mayo.

Sobre las actividades en estas ciudades se recaban datos en la página www.rosamariawynn.com

escaparate

KRYSTALLOS MINERALES.

Venta mayor y detall. Minerales. Cristales para Feng Shui (30% plomo). Joyería con minerales, plata y perlas naturales, hacemos diseños exclusivos a su gusto. Libros, Hadas, Inciensos.... Dtos. especiales para terapeutas. Hacemos talleres de Introducción al Mundo Mineral y Chakras, información en la tienda. C/ Periodista Llorente, 14 (detrás Escuela Oficial Idiomas) 96 347 38 16 / 647 791 497.

INICIO CURSOS EN ALT BENESTAR.

Quiromasaje Profesional: días 3 y 17, 14 y 18. Iniciación al Masaje: días 3 y 17, 14 y 18. Digitopuntura y puntos gatillo: día 11. Taller Psico-Aromaterapia Egiptia: 2º Chakra: Poder de las relaciones con la esencia sagrada de musk: día 13. Reiki (1er. nivel): días 13 y 14. Taller de Cantos Armónicos: día 15. Técnicas de Protección Energética: días 18 y 19 (mañana o tarde) ó 21 (1 día). Acupuntura: día 21. Shiatsu: día 28. Iniciación al Shiatsu: día 28. Taller Aprende a Ganar Dinero: día 28 (por la tarde). Masaje Metamórfico: días 5 y 6 de mayo. Prueba una clase gratis. Consultas Quantum Scio, Psicoterapia y Homeoterapia. Previa cita. C/ Roger de Lauría, 3, 1ª, Tel. 963 940 686.

PRO CREA TE 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, procreatevida@gmail.com, <http://procreatevida.wordpress.com>

TALLER VIVENCIAL EN LA NATURALEZA.

La directora de Alt Benestar, Mª. Teresa Vidal, y la Dra. Adoración ofrecen un taller vivencial en plena naturaleza, días 20, 21 y 22 en la Asociación Sirio (Caudiel). Informes, C/ Roger de Lauría, 3, 1ª, Tel. 963 940 686.

SANERGIA EN VALENCIA.

Equilibrio físico, emocional, mental y espiritual. La conexión con tu ser. José López, sanergista. Tel. 963 840 421 y 620 290 268, jflosanergia@yahoo.com

XOCOLATE.

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

CENTRO DE CÁBALA URIEL.

Cursos: Cábalas "Método Haut" (inicio día 18), Las Leyes del Kibalió, Interpretación de sueños, Superación personal y autoestima para niños, Chacrotterapia, Feminidad, Nuestro niño interior. Talleres: La comunicación, chacras, el Niño interior, El Cuento de tu vida, La terapia del dibujo, Técnica Metamórfica. Dirige Carmen Haut, calle Azagador de las Monjas 7 (Patriaix), teléfono 670 205 985.

SEMINARIOS DE MABEL KATZ.

El 26 y 27 de mayo próximo estará en Barcelona para los seminarios "Hoo'ponopono. El Secreto más allá de El Secreto" (donde aún El Camino Más Fácil al éxito, la prosperidad y las relaciones armoniosas) y "Zero Frequency[®]" para obtener claridad y propósito en los negocios, y observar que el éxito y la productividad simplemente suceden. Informes, www.puentesdeluz.es, 652 80 30 27.

APRENDE CHI KUNG.

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



Festiva

CAMINOS DE CRECIMIENTO

5ª EDICIÓN



entrada
gratuita

- Stands
- Conferencias
- Presentaciones
- Meditaciones
- Conciertos
- Danza

21 y 22 de ABRIL

hotel senador parque central
plaza manuel sanchís guarner 1

Organiza
tú mismo

Informes: 963 366 228 - 652 803 027
info@tu-mismo.es