

tú mismo

VALENCIA DIFUSIÓN
GRATUITA

Nº 61
mayo
2012

www.tu-mismo.es

ARTE Y
TERAPIA

FESTIVA, UNA
GRAN FIESTA

LOS DESEOS
DEL ALMA

SABIDURÍA ALQUÍMICA

EXPERTO EN AROMATERAPIA Y REIKI EGIPCIOS, GAMAL ABD EL SAMI ZAKI ES UNO DE LOS GUARDIANES DE LA TRADICIÓN ORAL QUE PROCEDE DE TIEMPOS FARAÓNICOS. EN MAYO VENDRÁ A VALENCIA PARA TRANSMITIR SU APRECIADO CONOCIMIENTO



esencial

Centro de Salud y Herbolietética

TALLER DE COCINA SANA Y NATURAL

"Cómo depurar nuestro hígado, basado en la medicina y cocina oriental".

12 de MAYO, de 10 a 15.30 (comida incluida).

Precio: 40€

Imparte: MAVI MOLL,

naturópata y especialista en macrobiótica.

Todos los viernes, de 11 a 13

TALLER DE COCINA SANA Y NATURAL.

CON ENTREGA DE RECETA Y DEGUSTACIÓN

DE LO COCINADO

APORTACION: 5€

ESENCIAL también
tiene tienda on line.
Entra a través de
nuestra web
www.esencial.biz
y nos podrás encontrar
en FACEBOOK
como dieteticaesencial

ACTIVIDADES SEMANALES:
YOGA, PILATES, BIODANZA..
SIN NECESIDAD DE MATRÍCULA

Alquilamos sala para
que puedas realizar
tus talleres, charlas
o conferencias.
INFÓRMATE en TIENDA

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

"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

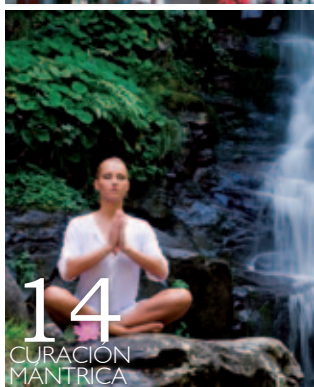
AFRIC ART

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



bienestar

- 04 ARTE Y TERAPIA.
06 ESFERAS DE CRISTAL.
10 SERENIDAD.
12 FLORES Y ALERGIAS.



entrevista

- 16 AROMAS DE EGIPTO.

redes

- 20 DESEOS DEL ALMA.

la otra realidad

- 22 REGISTROS AKÁSHICOS.



astrología

- 24 EL SIGNO DE LA MADUREZ.

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, Carmen Andrés, José López,
James Allen, Miriam Lier, Isis Muñoz, Fernando Martínez,
Julio Pascual, Mercè Gaspar, Luisa Blanca

En Internet - www.tu-mismo.es
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.es

Impresión
Set i Set Gràfiques

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

ARTE Y TERAPIA

*La creación
como proceso
de transformación*



Patricia Abarca

Matrona. Doctora
en Bellas Artes

el desarrollo de la creación artística como terapia y herramienta para el crecimiento personal es algo que se ha investigado recién a partir del siglo XX. Esto ha coincidido con una renovación de los conceptos de "arte" y "terapia": por una parte, el arte ha ampliado su horizonte más allá del tradicional significado, como habilidad, talento, o recreación de la belleza; y por otra, el sentido de la palabra terapia hoy se entiende más bien, en términos holísticos, como un determinado refuerzo de un aspecto de la persona, necesario para su bienestar integral y no obligadamente unido a la noción de psiquiatría o de enfermedad.

Una de las definiciones más aceptadas para explicar el fenómeno involucrado en el campo terapéutico del arte es la del terapeuta J. P. Klein, quien describe la creación como un proceso de transformación. Sabemos que el arte se configura mediante una transformación que hace el artista con -y de- la materia, según su mirada y su sentir. El poder observar la rea-

lidad con otra mirada y transformarla es muy importante; es una facultad propia de todo ser humano, no sólo de los artistas, constituyendo la base de la creatividad. De este modo, la creación artística aplicada al desarrollo personal también nos da la posibilidad de observarnos a nosotros mismos desde una óptica diferente, nos permite explorar con una nueva mirada -a través de las imágenes que vamos creando- la propia experiencia vital, pudiendo incluso transformarla.

Cuando somos niños, no tenemos inhibiciones a la hora de expresar y crear, ya que la mirada infantil es por naturaleza intuitiva, exploradora e innovadora -a menos que su expresión esté inhibida por unos padres o un entorno excesivamente dominantes-; cuando adultos, en cambio, nuestro ser racional nos coarta la creatividad, tememos no estar a la altura de los demás o sentimos miedo al ridículo; por otra parte, tendemos a darle más importancia al producto final que al proceso involucrado en ello, olvidándonos del sentido lúdico y liberador que implica hacer algo por el simple hecho de experimentar, sentir y crear, más

que por su resultado.

Sin embargo -y tal como lo reitero incansablemente en mis artículos-, nunca es tarde para retomar y sacar fuera este potencial humano que poseemos. El arte estimula nuestro lado derecho del cerebro y nos ayuda a entablar conexiones con la psique, permitiéndonos expresar aquello que no podemos o no sabemos comunicar con palabras; por eso, cuando lo desarrollamos con un sentido terapéutico, no se pone el énfasis en los aspectos estéticos o en el dominio de los medios artísticos ya que no se trata de crear obras de arte, sino más bien de sentir, experimentar y expresar. Aún así, a través de este camino algunas personas descubren una capacidad artística hasta entonces coartada u oculta. Sea como sea, una actividad creativa con fines terapéuticos o de refuerzo puede ayudarnos, entre otras cosas, a:

- Expresar conflictos interpersonales como la culpa, el resentimiento, el miedo, el dolor, o bien, representar momentos traumáticos, de peligro o angustia, permitiendo que afloren las emociones contenidas, lo que ayuda a comprender y transformar el mecanismo involucrado en ello.

- Exteriorizar simbólicamente episodios inconclusos de la vida, dialogar con las imágenes que surgen, construir un desenlace distinto -si se quiere-, y aliviar el malestar asociado al recuerdo de dicha situación.

- Manifestar metafóricamente ilusiones o deseos no aprobados o prohibidos, pero que forman parte de nuestra interioridad.

- Profundizar en el conocimiento de uno mismo, recursos, posibilidades y aptitudes; también, expresar simbólicamente lo que menos gusta de sí mismo, obteniendo una visión realista de cómo nos enfrentamos ante la vida.

- Dialogar con nuestros sueños y

nuestros planes, lo que nos gustaría llegar a ser y hacer.

- Reforzar la valoración personal y obtener una mayor confianza en sí mismo.

- Descubrir y desarrollar el talento artístico.

Los resultados dependerán, como en todo programa, de cuánto se involucre la persona y de la honestidad con que viva su propio proceso, y por supuesto, también, de la capacidad del guía que orienta la actividad. En realidad lo que ocurre en nuestro interior es algo muy similar al desarrollo de una obra plástica, tal como expuso en uno de sus escritos Antoni Tapies, reconocido artista, fallecido hace poco, y quien desplegó gran parte de su obra centrándose en un personal análisis de la condición humana. Tapies nos dice:

La obra se va gestando lentamente en el interior del artista. Se crea como un hábito de pen-

sar y reaccionar en imágenes que después, casi inconscientemente, vamos decantando y seleccionando... Como en todas las cosas de la vida, hay un diálogo entre el autor y la materia de su obra. Al comienzo la meta no es siempre clara, "se hace camino al andar".

Del mismo modo, en la aplicación terapéutica del arte, el proceso transformador de nuestra humanidad se va desplegando lentamente y de manera no siempre consciente, a través de ese íntimo -a veces reflexivo y a veces intuitivo- diálogo que aflora entre las imágenes y nosotros. Como vemos y como dice el refrán, vivir también es un arte; un arte que no depende exclusivamente de lo externo, en gran medida proviene de esa propia mirada transformadora que nace de nuestro interior, y del camino que desarrollamos con ella. 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>

ESFERAS DE CRISTAL

De gran belleza, son una herramienta muy útil para combatir el estrés



Carla Iglesias
Aqua Aura

a menudo los amantes de los minerales nos acercamos a una tienda buscando esferas transparentes y preguntándonos para qué sirven esas pequeñas bolas de luz. Diversos cuentos antiguos nos describen esferas de cristal utilizadas para adivinar el futuro.

Son piezas únicas y especiales con un mundo en su interior a través de cristalizaciones de otros minerales o simplemente imitaciones de un vulgar vidrio que no sirven para nada (atención: si se observan burbujas de aire en su interior es señal de que se trata

de vidrio y no cuarzo).

Simbología

La esfera en sí como forma geométrica tiene numerosos significados. Uno de los principales hace referencia a la cabeza, de ahí su utilización como herramienta para el arte adivinatorio. Se creía que mediante este símbolo el adivino podría adentrarse más fácilmente en los pensamientos del consultante.

Cuando las esferas son de cuarzo lógicamente su efecto vibracional de aumentar la energía hace que la fuerza en sí de una forma geométrica como el círculo

transforme la fuerza del mineral en una energía equilibrada, armónica y dulce.

Muchas veces, al tocar una esfera de cuarzo, las personas se acostumbran a esta energía y no pueden dejar de tenerla entre las manos.

Vistas como esferas de luz, cuanto más transparentes sean mucho mejor resultarán para usarlas como herramienta de terapia.

Lo ideal es buscar una esfera de cuarzo transparente que se adapte bien a nuestras manos. También podremos “jugar” con dos, como si fuesen bolas chinas que se envuelven una con otra,

pero (y esto es muy importante) sin chocarse.

El efecto vibracional es evidente, el silicio del cuarzo nos aporta más energía de la que tenemos, pero a nivel mecánico igualmente nos puede ayudar. Por ejemplo, una persona muy nerviosa puede sentirse más relajada al tocar su esfera de cuarzo.

Asimismo, un terapeuta floral puede programar con Flores de Bach una esfera a modo de "piedra de la suerte" para un niño con problemas (véase mi artículo publicado en el número 49 de TÚ MISMO).

Jugando con las manos moveremos los músculos, huesos y tendones de las manos, lo que ayudará mucho a aquellas personas aquejadas de artrosis. Otro beneficio de las esferas de cuarzo es "distraer" la atención a las personas que se muerden las uñas o se hacen daño en la piel

debido a los nervios acumulados por el estrés. Es decir, podemos tener nuestra esfera siempre con nosotros, como una herramienta de apoyo contra el estrés.

Como todas las piedras, lo ideal es dejar nuestra esfera en sal seca toda una noche y, siempre que podamos, lavarla con agua limpia.

Existen colgantes en plata muy bonitos y prácticos para guardarlas. Los podremos utilizar de

adorno o de llavero y luego, si lo necesitamos, sacamos la esfera y "jugamos" con ella.

Las esferas de cuarzo mueven mucho la energía y siempre nos hacen recordar algo lúdico, como las canicas de los niños.

Invito a todos a hacer la prueba con las esferas de cuarzo y disfrutar de algo bello y útil contra el tan temido estrés. 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



FENG SHUI PARA LOS NEGOCIOS

Conocer y aplicar sus principios favorece el logro de los objetivos que se fijan cuando empieza una empresa. Primera parte



Carmen Andrés y José López
Consultores de Feng Shui

el Feng Shui es el arte que estudia las energías presentes en un espacio y cómo éstas afectan al individuo, favorable o no. Aplicando su teoría y conceptos fundamentales organiza el espacio, logrando el correcto fluir de las energías en el mismo y, en consecuencia, armonía en la vida del ser humano.

Una aplicación importante del Feng Shui es en los negocios.

Cuando emprendemos la aventura de montar nuestra propia empresa o cuando mantenemos la empresa que tenemos, lo hacemos con el objetivo de que tenga éxito, recuperar lo invertido, que aumenten nuestras ganancias y que podamos tener estabilidad

económica... Para ello, seleccionamos el lugar cuidadosamente, invertimos mucho dinero en el mobiliario y la decoración, empleamos gente cualificada y, sin embargo, no pensamos que si la calidad de la energía que fluye en el espacio físico donde va a estar el negocio no es la adecuada, traerá consecuencias que nos impedirán lograr nuestras metas y objetivos.

Hoy en día cada vez más empresarios y directivos de empresas consultan con un experto en Feng Shui cuando van a emprender un negocio. Quien esté en contacto con empresas con sede en Hong Kong sabrá que allí no se abre una oficina o local sin la realización previa de un estudio de Feng Shui. Incluso los edificios se diseñan teniendo en cuenta el Feng Shui.

Aplicar las teorías y las técnicas del Feng Shui a una empresa o local comercial ayudará a crear un ambiente de trabajo adecuado, aumentará la productividad de los que allí desempeñen su labor, creando una energía positiva y bienestar, que se traducirá en éxito y prosperidad del negocio.

El alcance del Feng Shui es completo pues abarca todos los ámbitos: el espacio físico en la arquitectura, la decoración de interiores, la salud y también el equilibrio mental de los individuos. Promover un Chi positivo en estas áreas puede tener un fuerte impacto en la prosperidad y ayudar a lograr los objetivos expuestos anteriormente.

Un experto en Feng Shui analiza a fondo numerosos factores, para lue-

go aplicar sus teorías y conceptos, cuidando que la calidad del Chi que se mueve dentro del espacio sea la adecuada.

Un factor determinante en el análisis es conocer la historia del lugar. Los edificios son afectados por la influencia de sus ocupantes y por las actividades que tienen lugar dentro de ellos.

El entorno inmediato a nuestro negocio es otro factor en relación a la calidad de la energía. Las características de las calles cercanas, su disposición respecto a nuestro local, el tránsito y la fluidez del mismo, la forma de nuestra edificación y las edificaciones vecinas, su altura, material del que están hechas, colores y ubicación dentro del entorno que nos rodea. Elementos como árboles, postes de luz, teléfonos, antenas, plazas, rotondas, parques cercanos, fábricas, cementerios, clínicas, hospitales etcétera, afectan la calidad de energética del lugar, y pueden transformar el Chi en una energía no adecuada para el tipo de actividad que allí vamos a desarrollar.

A través del Feng Shui podemos también seleccionar nuestra oficina o local comercial dentro de una misma edificación. Existen zonas más propicias que otras donde hay mayores expectativas de que el negocio marche mejor. La calidad del Chi no es la

misma si nuestro negocio está al final de un pasillo, cerca de la escalera, en las esquinas de la edificación, en el centro, en los pisos bajos o superiores.

La entrada principal juega un papel muy importante. Una entrada no adecuada afecta la energía que ingresa y en la que va a estar presente en el lugar. La puerta principal es lo primero que ve el público, su proporción, material, colores y también su orientación son elementos importantes a analizar. Si la actividad que vamos a realizar en el negocio tiene característica del tipo Fuego, por ejemplo, se vería apoyada si la puerta principal está al Sur.

El diseño de la recepción y su ubicación son fundamentales. Pueden amplificar los beneficios de una energía adecuada. Un recibidor amplio y luminoso es muy beneficioso, un recibidor pequeño y oscuro, por ejemplo, no lo es.

La forma del local en sí, estructuras de la misma como ubicación de columnas y vigas, lugar y tipos de escaleras, ascensores, la colocación y tipos de puertas y ventanas, etcétera, son elementos importantes de estudio porque de éstos dependen que la energía que se mueve en el interior tenga la calidad necesaria para que haya equilibrio y armonía en el ambiente, y en consecuencia, éxito, abundancia y prosperidad para la empresa.

En el diseño del ambiente interior tendremos que tener en cuenta factores como la forma y materiales del mobiliario, de los objetos decorativos, los colores, la ubicación, forma y material de las puertas y ventanas, los colores, texturas y la forma de los tabiques o separadores de espacios.

La iluminación es otro elemento fundamental que afecta a la calidad de la energía. La iluminación bien lograda logrará que el Chi fluya de forma adecuada. Se puede utilizar iluminación para suavizar aristas angulosas, para potenciar la energía de un lugar, iluminar rincones oscuros, completar áreas faltantes o darle más luminosidad a un lugar muy Yin. Una iluminación bien lograda traerá una cantidad de energía Yang y aumentará la prosperidad del lugar.

En definitiva, la intervención del Feng Shui es primordial y esencial, ya que planificando el espacio se reduce al mínimo los efectos negativos de algunas áreas y realiza la productividad de otras.

El promover un buen Chi en la entrada principal, en la zona de venta, salas de reuniones, oficinas y otras dependencias, tiene un fuerte impacto en la toma de decisiones y negociaciones importantes, aumentando la satisfacción de los empleados y el aumento del volumen de ventas. TM



LA CONEXION CON TU SER
EL EQUILIBRIO FISICO,
EMOCIONAL, MENTAL Y ESPIRITUAL.
LO QUE CREES, CREAS



JOSÉ LÓPEZ
96 384 04 21 - 620 290 268
www.sintergia.com
jfl@sintergia@yahoo.com



REGALOS
TES Y ACCESORIOS
MODA Y COMPLEMENTOS
AROMATERAPIA
VELAS E INCIENSOS
HERRAMIENTAS DE FENG SHUI
CRISTALOTERAPIA



SPACE FENG SHUI
C/ Doctor Sanchis Sivera 15
46008 Valencia
Metro Angel Guimora
Tel. 96 384 04 21

SERENIDAD

James Allen



La tranquilidad de la mente es una de las bellas joyas de la sabiduría, es el resultado de un esfuerzo largo y paciente en el dominio de sí mismo. Su presencia es indicadora de una experiencia madura, y de un conocimiento más que ordinario de las leyes y el funcionamiento del pensamiento.

Un hombre alcanza la tranquilidad en la medida en que se entiende a sí mismo como un ser que evoluciona del pensamiento. Para tal conocimiento necesita entender a los otros como el resultado del pensamiento, y mientras desarrolla el entendimiento, y ve con mayor claridad las relaciones internas de las cosas por la acción de causa y efecto, cesa su agitación, su enfado, su preocupación y su congoja, y permanece en equilibrio, inalterable, sereno.

El hombre calmado, habiendo aprendido cómo gobernarse, sabe cómo adaptarse a otros; y éstos, a su vez, reverencian su fortaleza espiritual, y sienten que pueden aprender de él, y confiar. Cuanto más tranquilo sea un hombre, mayor es su éxito, su influencia, su poder para el bien. Aún el mercader ordinario encontrará que la prosperidad de sus negocios crece

mientras desarrolla un mayor dominio de sí mismo y ecuanimidad, pues la gente siempre ha de preferir hacer tratos con un hombre cuya conducta sea firmemente estable.

El hombre fuerte y calmado es siempre amado y reverenciado. Es como un árbol que brinda sombra a una tierra sedienta, o una roca en la que resguardarse de una tormenta. ¿Quién no ama un corazón tranquilo, una vida dulcemente templada y balanceada? No importa si llueve o hay sol, o qué cambios ocurran en el poseedor de estas bendiciones, pues serán siempre dulces, serenos y calmados. Aquel equilibrio de carácter que nosotros llamamos serenidad es la lección final de la cultura; es el florecimiento de la vida, el fruto del alma. Es precioso como la sabiduría, ha de ser más deseado que el oro; sí, más que el fino oro. Cuán insignificante se ve quien sólo busca el dinero en comparación con una vida serena, una vida que mora en el océano de la Verdad, por debajo de las olas, fuera del alcance de las tempestades, ¡en Eterna Calma!

Cuánta gente conocemos que envenena sus vidas, arruina todo lo que es dulce y bello con un temperamento

explosivo, destruye el equilibrio de su carácter, ¡y hace mala sangre! Es una cuestión si la gran mayoría de gente no arruina sus vidas, y estropea su felicidad por falta de dominio de sí misma. Cuán poca gente conocemos en la vida con un carácter balanceado, que tiene ese exquisito equilibrio que es característico de un carácter refinado.

Sí, la humanidad emerge con pasión descontrolada, es turbulenta con amargura ingobernada, está casi arruinada por la ansiedad y la duda. Sólo el hombre sabio, sólo aquel cuyos pensamientos están controlados y purificados, hace que los vientos y las tormentas del alma le obedezcan.

Alma sacudida por la tempestad, donde quieran que estén, mantén tu mano firme sobre el timón de tus pensamientos. En la barca de tu alma se reclina el Maestro al mando; sólo está dormido; despiértalo. El control de ti mismo es poder; el pensamiento correcto es maestría, la calma es poder, di dentro en tu corazón "la Paz sea contigo". TM

James Allen (1864 - 1912), filósofo y escritor, una fuente de inspiración a los autores de motivación y autoayuda.



Alt Benestar

Escuela de Formación Profesional
en Quiromasaje y Terapias Naturales

¡¡Viaja con nosotros a EGIPTO!!

VIVE 9 DÍAS de ENSUEÑO

Participa del
SOLSTICIO de VERANO
en Tierra de Faraones

**BOLSA DE
TRABAJO**

**FACILIDADES
DE PAGO**

**CONSULTAS:
Psicoterapia y
Homeoterapia.
TRATAMIENTOS**

DEL 15 AL 23 DE JUNIO

¡¡LLAMA Y RESERVA TU PLAZA!!

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.

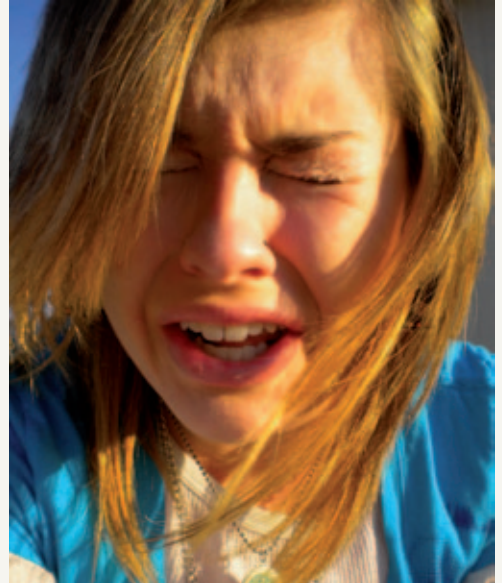
www.altbenestar.com

info@altbenestar.com

FLORES Y ALERGIAS

*Remedios florales para
el tratamiento de problemas
físicos estacionales*

Miriam Lier
Terapeuta Floral



durante los meses de primavera notamos cómo reaccionamos de manera inusual a los cambios climáticos. En la mayoría de las personas el paso de una estación a otra pasa inadvertido, pero hay quienes sufren alergias de todo tipo. Estornudos, picor en la piel, conjuntivitis alérgicas, un sinfín de dolencias se manifiesta a nivel físico.

Es bueno preguntarnos qué ocurre, qué es lo que no podemos tolerar y por qué razón lo estamos expresando como una dolencia, un malestar a nivel corporal. En resumen, aquello que no resolvemos

con palabras, lo somatizamos.

La mayoría de las veces no somos conscientes de este estado de desarmonía, pareciera que en el cuerpo está todo relativamente bien.

Entonces, ¿qué nos indica ese escozor que no nos deja estar tranquilos? No podemos ocultar aquello que sale a la luz, que se expresa a través de la piel, de los ojos u otro órgano de nuestro cuerpo.

Estamos hasta las narices y estornudamos, vamos hasta el tope, llenos, a punto de reventar, y decimos que nos sentimos hinchados.

La piel es uno de los órganos de nuestro cuerpo que más sufre: dermatitis de contacto, urticaria, son

algunas de las patologías más comunes en esta época.

Por lo tanto, en primer lugar debemos consultar al médico y efectuar un tratamiento guiado por un profesional, y conjuntamente los remedios florales nos permitirán trabajar ese aspecto oculto de la enfermedad, la raíz del malestar.

Bach decía que cuando la personalidad y el alma están en desarmonía, surge la manifestación física del problema, no podemos esconderlo más. Según el temperamento del paciente, será la forma de expresarse u otra.

Cuando encontramos eccemas estacionales, Walnut, Beech, Vervain, Agrimony o Crab Apple son algunos de los remedios recomendables, siempre teniendo en cuenta la personalidad de la persona que acude a la consulta. TM



avaltéf
Asociación Valenciana de Terapeutas Florales

**CURSO DE PSICOLOGIA
Y FLORES DE BACH**

Dictado por **Miriam Ller**
terapeuta floral y psicopsicóloga

Inicio **18 de MAYO**

Informes
Centro de Salud y Herbolodietética Esencial
calle Calabazas 21, teléfono 963 940 741

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

CURACIÓN MÁNTRICA

De las antiguas tradiciones médicas y espirituales tibetanas



Isis Muñoz

Coordinadora de la Academia de Medicina Tibetana en España

el Mantra es una forma de curación que se remonta a la antigüedad. Los mantras aquí descritos surgen de las antiguas tradiciones médicas y espirituales tibetanas y podemos encontrar sus orígenes en el Tíbet primitivo, Mongolia e India. Los conocimientos más antiguos los posee la tradición Bonpo en Tíbet. Bonpo literalmente significa "el que canta". También hay Mantras curativos que tienen su origen en la religión budista e hindú.

Son fáciles de utilizar, profundamente efectivos, y

accesibles de forma inmediata para todo el mundo, sin importar la edad, sexo, etnia o creencia espiritual.

Es una curación a través del sonido, así como a través de las formas, los colores y los olores, de un modo muy sutil. Es un modo único de curación energética en la tradición tibetana que utilizan los chamanes, yoguis, monjes y médicos desde hace siglos. Es también por lo tanto, un método perfecto de autocuración.

La Medicina Tradicional Tibetana dice que el universo y nosotros mismos estamos creados por los

constituyentes o potencias universales, conocidos como los Cinco Elementos. En su aspecto burdo forman la base de nuestro cuerpo físico. En su forma sutil, son el aspecto energético de la mente, de las emociones y la espiritualidad de una persona.

La Curación Mántrica se concentra especialmente en la energía del sonido como medio de curación, utilizando antiguos y secretos Mantras; algunos de ellos han encapsulado la esencia de sonidos naturales y otros, más a menudo, utilizan palabras antiguas del sánscrito y del tibetano.

Qué es un Mantra

El Mantra es la energía pura esencial del sonido. El sonido, en su manifestación más pura y esencial, tiene una potencialidad infinita, por lo que recitar Mantras es una forma de conectar y trabajar con energías muy específicas y sutiles.

Mantra es una palabra sánscrita, que viene de la antigua India. Literalmente quiere decir "salvar a la mente del sufrimiento y de la enfermedad". El término tibetano para Mantra es Ngak (Tib. sNgags), y al practicante de esta forma de curación se le llama Ngakpa.

A menudo, cuando la gente oye la palabra Mantra, piensa en la religión budista o hinduista, y la asocia a una forma de rezo. En general, eso es porque estas religiones utilizan la energía de los

mantras para un fin espiritual. Éstos tienen otras aplicaciones menos conocidas como es la Curación Mántrica. Existe una gran cantidad de Mantras para curar una gran variedad de problemas mentales y físicos.

Cómo funciona

Los efectos curativos de los Mantras se pueden explicar a través de la filosofía de la Interdependencia: todo está interrelacionado y nada puede existir por sí sólo.

En la Medicina Tradicional Tibetana la finalidad de la curación no es sólo una parte del cuerpo, como sucede en la medicina occidental. Cada órgano, o parte específica del cuerpo, está conectado con otros muchos puntos diferentes y relacionados entre sí, por lo que la Medicina Tibetana se centra en el área problemática, en los puntos relacionados y en la vinculación entre cada uno de estos puntos.

Para que la enfermedad esté presente ha de existir un trastorno sutil y energético que es la causa del problema. La Curación Mántrica utiliza la energía del sonido para curar los trastornos energéticos, tratando la raíz de la causa de la enfermedad y los factores relacionados entre sí, en vez de tratar solamente los síntomas. TM

amtt.es@gmail.com

CURACIÓN MÁNTRICA
MANTRA HEALING NIVEL 1
Profesor: Emilio Gallotta, de la Academia Internacional de Medicina Tradicional Tibetana

DEL 8 AL 10 DE JUNIO, de 10 a 13 hs y de 14.30 a 17.30 hs. Precio: 185 €

Lugar: CASA SORIG - Calle Salamanca 28, p. 11 A

Informes: 655 30 38 89 - amtt.es@gmail.com



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).

INFORMACIÓN Y PEDIDOS
635 856 228

¿Quieres distribuir nuestros productos?
Solicita información sin compromiso

Swissmahrin  Calidad Suiza en productos naturales

AROMAS DE EGIP

Vive a metros de las pirámides que son ícono del país africano. Gamal Abd El Sami Zaki habla de su tierra como santa y desde allí despliega su trabajo con la aromaterapia y el reiki egipcios, enmarcado en su función de guardián de la tradición oral. Este mes estará en Valencia y nos anticipa qué viene a ofrecer

-Tu hogar está en el corazón de la cultura tradicional de Egipto. ¿Qué representa para ti, Gamal?

-Para mí significa vida, ver todos los días a las pirámides me recuerda cómo y por qué Egipto es tierra santa, que el mundo y la cultura de la humanidad han empezado aquí.

-¿Quién fue la persona que te inculcó ideas, valores, lo más importante que hoy brindas a través de tu trabajo?

-La gran maestra fue mi madre. Ella me explicó que "la vida es para ser vivida, no para entenderla". Que para ello hay que ponerse en el lugar de los otros, que todos somos iguales. Por eso es tan importante compartir la vida con aquellos con quienes te cruzas en tu vida para aprender algo de cada uno y, también, enseñar algo a cada uno.

-¿Tu madre te dio una pista especial para que te interesaras por la aromaterapia?

-Sí. Como las plantas son parte de nuestra naturaleza y los seres humanos lo son de la naturaleza, cuando una persona es activa espiritualmente sabe comunicarse con la naturaleza y usar sus secretos,

que pueden curar a mucha gente y muchas almas.

-Tengo entendido que también un tío tuyo ha influido en tu formación...

-Mi tío me enseñó que la vida empezó en Egipto y que todo el mundo inició su historia aquí. Egipto es la tierra santa. Veamos la religión cristiana. El símbolo que la identifica, la cruz, aquí es conocida como *La Llave de la Vida* desde hace cinco mil años, tres mil antes de que surgiera el cristianismo. La estrella que representa al judaísmo, en el antiguo Egipto ya se la conocía hace siete mil años, antes de Moisés. Los Diez Mandamientos es el Decálogo de Akenaton, un faraón que reinó mil setecientos años antes de Moisés. Es decir, las religiones, las energías limpias, buenas, tienen su raíz en Egipto.

-Y tú afirmas que la humanidad, en vidas pasadas, también ha pasado por Egipto.

-Es verdad. Tenemos una vida principal, la del presente, del mismo modo que hemos estado en otras vidas. Cuando alguien muere, el alma sigue existiendo, va a otra dimensión hasta que se le permite volver nuevamente a la Tierra, con una misión, para

TO

Aurelio Álvarez Cortez

hacer un trabajo para la humanidad. Hay quienes regresan para solucionar un sufrimiento, enmendar un error, en una vida anterior. Otros retornan para ayudar a los demás, para dar amor, son los elegidos. Ellos no eligen adónde van, por cuánto tiempo o cómo.

-¿Aconsejarías que al menos una vez viajáramos a Egipto para saber algo de esto que nos estás contando?

-Lo tienen que hacer. No se necesita estar preparado, sólo tocar la tierra, estar. Un lugar de Egipto tocará tu corazón y abrirá una ventana que te hará tener visiones. Tendrás una experiencia. Yo aconsejo leer el libro titulado "Omm Seti", escrito por Dorothy Louis Eady, una señora inglesa que vivió en Egipto hace cincuenta años. De niña tuvo un accidente, bajando las escaleras de su casa. Se la creía muerta y despertó, y escuchó hablar de Egipto. Pasados los años, ya estando en el sur de Egipto, dijo a unos arqueólogos que estaban trabajando en un templo, que allí estaban las estatuas de su hijo Seti, un faraón famoso. Al principio pensaron que estaba loca, pero después



"Tenemos muchos regalos, cada día que el sol sale es nuevo, debemos disfrutar de ello", recuerda Gamal.

Quién es

Maestro de Aromaterapia Egipcia, Reiki Egipcio y guardián de la tradición oral egipcia, Gamal Abd El Sami Zaki es un experto de las artes de sanación antiguas y sanador. Quinta generación de una casta de perfumistas que conservan esos secretos tradicionales y heredados de épocas de los faraones, este referente internacional hoy en día está en contacto con aquel antiquísimo conocimiento.

Nació y vive en proximidades de las pirámides de Giza. Colabora con orfanatos de Giza-El Cairo, principal motivo de su venida a Valencia del 21 al 24 de mayo, para impartir conferencias, cursos-taller participativos y consultas personales, en colaboración con la doctora Adoración Ferreres y la Escuela Alt Benestar.

Para más información contactar con la mencionada escuela, calle Roger de Lauria, 3, 1º, Valencia, teléfonos 963 940 686 y 607 976 887, o través de la página www.altbenestar.com, info@altbenestar.com

de que ella insistiera mucho, descubrieron esas figuras, tal y como había expresado. Tú puedes estar conectado con esta tierra desde lejos, sentir algo con respecto a ella, pero cuando tocas esta tierra santa ves claramente cómo ha sido tu vínculo con ella, recibes un mensaje en forma de sensación o experiencia.

-¿Tu formación se debe al conocimiento de la tradición milenaria egipcia, o también has incluido información de la modernidad, de los avances científicos?

-En principio, me formé en la tradición, luego estudié los avances en el mundo de la aromaterapia, en la actualidad. En la aromaterapia se estudia la energía de las esencias y las personas, cuáles son las enfermedades, para saber qué esencia puede ayudar en su curación. Lo más importante es conocer el motivo del sufrimiento, del dolor de la persona, a qué se debe. El setenta por ciento de los terapeutas dejan de lado este último dato.

-¿Cuando hablas de sufrimiento te refieres también al dolor?

-Nuestro sistema energético está compuesto por siete centros de energía o chakras, hombres y mujeres tienen su aspecto femenino y masculino, yin y yang, y poseemos cuatro cuerpos: espiritual, mental, emocional y físico. Las enfermedades, dolores, bloqueos, estrés, ocurren en el cuerpo físico, pero sus causas muchas veces corresponden a otro nivel.

Cuando se repite una enfermedad, la conducta de la persona se vuelve contra sí, es masoquista. Hay personas "tontas" que no aprenden de sus experiencias pasadas.

-Puede ocurrir que no saben que están cometiendo una tontería...

-En verdad nadie es tonto. Cada uno sabe su verdad muy bien. Si haces siempre lo mismo el resultado lógicamente será el mismo, y si tú no sabes cambiar, otro en quien confíes podrá ayudarte.

-Precisamente la aromaterapia puede ser un recurso útil para colaborar en esos cambios. ¿Cuántas esencias utilizas en esta terapia?

-Son treinta y ocho en total, de ellas siete son las esencias sagradas que los antiguos egipcios usaban para curar el cuerpo y el alma. Tenemos ámbar rojo, musk o almizcle, jazmín, rosa, ámbar kashmir, sándalo y loto. Se deben emplear de forma individual para cada malestar. Del resto, algunas esencias cumplen un trabajo espiritual, mientras que muchas lo hacen a nivel físico.

-¿Cuáles son los efectos de las siete esencias sagradas, resumidamente?

-El ámbar rojo ayuda en el desbloqueo del chakra básico, en la base de la columna; activa el cuerpo físico, permite aceptar las experiencias negativas y liberarse. Para el segundo chakra tenemos el musk o almizcle, indicado para las personas con problemas sexuales, para comunicar y sanar el niño interior. Para desbloquear el plexo solar, el tercer chakra, los beneficios del jazmín consisten en regular el sistema digestivo en general, y nos hace bajar a tierra, entre otros efectos.

Hasta aquí tratamos el nivel físico. En el cuarto chakra, el cardíaco, tratamos el nivel emocional. En Europa se dice que para el estrés lo más adecuado es la esencia de lavanda, porque la lavanda es buena para el estrés mental. Sin embargo, olvidamos que la mayor parte de las personas que

sufren de estrés también padecen estrés emocional: quieren hacer cosas que no pueden, hacen cosas que no les gusta, dan lo que no tienen, no reciben las cosas que necesitan... Así se sufre emocionalmente, quedando reflejado en el cuerpo como dolor, a veces en forma de migraña, otras como dolores de espalda, insomnio o depresión. La mejor esencia para estos casos es la rosa, que también resulta excelente para el sistema nervioso.

Después subimos al nivel mental, al quinto chakra, en la garganta, que lo bloquean los miedos, la desconfianza, y para los cuales es recomendable el ámbar kashmir. Activa el nivel mental y hace posible entender mejor a los demás, evitando la mala comunicación. Más arriba está el chakra del tercer ojo, o el ojo del alma; para ver la verdad, comprender nuestros sueños y nuestras misiones se usa el sándalo, que además es muy eficaz para los dolores de huesos debido a reumatismo, artrosis, etcétera.

Finalmente, para activar el séptimo chakra o corona, en el último nivel, el espiritual, y comprender las vidas pasadas, se utiliza el loto. Muchos creen que el único loto es el que se encuentra en China o Japón, el blanco, pero resulta que no tiene olor; el único que sí lo posee es el loto azul y está en Egipto.

-¿Qué tipo de problema recurrente encuentras entre quienes te consultan en estos últimos tiempos?

-Yo puedo ver el aura de las personas, su verdad. Uso este don para guiar a las personas hacia esa verdad. Les enseño cuáles son las razones de sus dolores y dónde están realmente. A partir de

ese momento, indico las esencias que ayudan en cada caso. Puedo aconsejar además qué perfume va bien para esa persona. El setenta por ciento de quienes vienen a mí sufren emocionalmente, por problemas de amor en general, la mayoría por temas de pareja.

-Parece que a los seres humanos nos cuesta establecer relaciones positivas, estables, en ese sentido...

-Es verdad, vivimos en cajas. No queremos ver la verdad, no aprendemos de nuestras experiencias, a ser honestos con nosotros mismos.

-¿Qué nos traerás a Valencia como mensaje?

-Llevaré mi sabiduría y amor, para abrir una puerta a la gente y que así pueda disfrutar de la vida. Tengo la esperanza de poder quitar el sufrimiento de muchos,

hacerlos sentir vivos. A quienes no aprenden de sus experiencias, cómo dejar ir el pasado y salir de un círculo dañino, y vivir plenamente.

-Sé que no te gusta hablar del tema, pero tú cuidas y alimentas a niños huérfanos. ¿Podrías contarme algo sobre esta otra faceta tuya?

-Los niños me hacen sentir vivo, feliz. Tengo 45 años y ya he gozado de todo tipo de experiencias. Ellos son el futuro y tienen derecho a vivir, sin sentirse rechazados. Actualmente son 79 los que están a mi cargo. Y tienes razón, no me gusta hablar de este tema... Echo mucho de menos a mi niño interior, porque siento mucha responsabilidad ante tanta gente que viene a mí desde distintas partes del mundo.

Pero la vida es muy buena, y vi-

virlo es lo correcto. No vivamos en el pasado. Por eso el ser humano que está íntegro puede hacer un trabajo mayor que los ángeles. Los ángeles están limitados, los humanos no.

-¿Significa algo especial este año?

-Se produce el cambio energético en el mundo. Esa transformación es para que todos sepamos que somos iguales, con el mismo derecho, vivimos en el mismo planeta y respiramos el mismo aire. Lo más duro vendrá en los últimos cuatro meses del año para que la gente lo sienta más claramente.

-¿Y nos esperan mejores tiempos?

-Muy buenos, a nivel energético... A nivel físico hoy la gente tiene todo para ser feliz y no lo es. Sufre mucho, pero tiene que cambiar, no hay otro camino. TM

SABIDURIA ANTIGUA EGIPCIA

GAMAL ABD EL SAMI ZAKI, maestro de sanación por amor y guardián de la tradición oral egipcia. Gran conocedor de las artes de sanación antigua, viene a **Valencia** para compartir su sabiduría y apoyar a los orfanatos de Giza-El Cairo

21 DE MAYO, 19 HS. CONFERENCIA,

Tierra de Egipto: del saber del corazón al corazón del saber

CURSOS-TALLER PARTICIPATIVOS

22 DE MAYO, Sabiduría antigua egipcia: un legado al alcance de todos.

23 DE MAYO, Alquimia interior: un camino para corazones inteligentes.

y **CONSULTAS PERSONALES**, en colaboración con la Dra. Adoración Ferreres y la Escuela ALT BENESTAR.

PLAZAS LIMITADAS

Más información y reserva de plaza en talleres y consultas:
Escuela ALT BENESTAR, C/Roger de Lauria, 3 - 1º Valencia.
96 394 06 86 - 607 97 68 87.

www.altbenestar.com E-mail: **info@altbenestar.com**

GAMAL ABD EL SAMI ZAKI

DESEOS DEL ALMA

*Ha llegado
el momento de
soltar el control,
para que los deseos
de nuestra Alma
se manifiesten*



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

Para poder darnos cuenta de que "todo" en la vida es un Milagro, lo primero es abrir nuestra mente y nuestro corazón. Que el sol brille cada día, que aparezca la luna en el cielo, que podamos comernos un tomate, que nuestro corazón palpite sin que tengamos que hacer nada para ello, que respiremos de manera automática, que un ser nazca de las entrañas de un ser humano, que la naturaleza esté ahí dispuesta a darnos su conciencia y su despertar; todo esto ya es un Milagro.

Pero vivimos tan atrapados en nuestra vida, tan sumergidos en nuestros problemas cotidianos, con tanto sufrimiento interno y externo, que nos resulta

prácticamente imposible quitarnos el velo de nuestros ojos y de nuestro corazón, para poder ver, sentir y vivir la vida, como una sucesión de Milagros.

Milagro, según la RAE: *Hecho no explicable por las leyes naturales y que se atribuye a intervención sobrenatural. Suceso o cosa rara, extraordinaria y maravillosa.*

Si recordáramos cómo es fluir con la vida, inocentes como niños, asombrados y maravillados de lo bello que es vivir, agradecidos porque la vida es un regalo, una oportunidad para sanar y evolucionar aprendiendo aquello que nuestra Alma anhela aprender, entonces podríamos darnos cuenta de que "todo" en nuestra vida es un Milagro; tanto las experiencias que no nos gustan mucho, como las que nos gustan más.

Necesitamos recuperar esa inocencia. Para ello, debemos "resucitar" de nuestro interior la Alegría por estar aquí y por estar viviendo esta experiencia.

Es hora de *resucitar* los regalos que cada uno de nosotros lleva en su interior, porque ellos nos proveerán una vida llena de *Milagros, Prosperidad, Paz, Amor, Salud, Alegría, Dolor, Entusiasmo, Sorpresa...* y todo ello es lo que nos hace humanos.

Nuestra Alma está deseando la Resurrección de nuestra verdadera Vida, pero es necesario que hagamos nuestra parte. Nosotros lo tenemos que permitir.

Permítete *soñar*, soñar como un/a niño/a. El sueño es el inicio, es el fuego que nos lleva a desear que una vida próspera y feliz, una vida llena de Milagros y Felicidad sea posible.

Permítete *despertar* y darte cuenta de tus creencias erróneas sobre ti mismo, sobre los demás, sobre el sentido de la Vida, etcétera. Darte cuenta de todo aquello que, desde tu propio interior, te puede estar impidiendo que tus sueños se realicen.

Permítete *agradecer* todo aquello que tuviste, todo lo que tienes y todo lo que recibirás.

Permítete *limpiar* y *sanar* tu subconsciente de todas esas memorias y creencias, que están obstaculizando tu felicidad.

Permítete *emocionarte* y vibrar con la Vida y con el hecho de estar vivo.

Permítete *actuar* para hacer aquello que te lleve al camino de tu corazón, donde te encontrarás con la Felicidad.

Permítete *soltar* y permítete *permitir* que todo en tu vida, suceda como tenga que suceder, para que

tu Alma cumpla el propósito con el que vino.

Ya no hay tiempo que perder, el momento es **Ahora**. El tiempo es la esencia, no lo esencial, y con él, y con tu constancia y devoción, podrás alcanzar esa Vida de plenitud que tu Ser, tu Alma, anhela.

Esa vida de Felicidad que anhelas está dentro de ti. Si queremos cambiar "el panorama" en el que estamos viviendo ahora, esta crisis que todos estamos experimentando, el camino empieza por mirar hacia dentro. Mirar adentro de verdad, y *resucitar* todo aquello que está "muerto" en nuestro interior, impidiendo que una vida feliz y milagrosa sea posible.

Atrévete a hacer algo por ti y como consecuencia por la Humanidad y por todo el Planeta. Cree que un mundo nuevo es posible, suéñalo, deséalo y reconstruyámoslo todo, pero desde un verdadero trabajo hacia dentro.

Es momento de mirar hacia dentro como probablemente nunca lo has hecho. Tienes que despertar y *resucitar* los dones divinos que hay en tu interior, para que se puedan reflejar en el exterior

Muchos de nosotros llevamos mucho tiempo trabajando en el desarrollo espiritual. Es el momento, de agilizar este proceso, de atrevernos a dar un salto hacia adelante y manifestar todo este desarrollo, en una verdadera y auténtica Libertad Espiritual.

Nuestros Maestros y Guías están

ahí para ayudarnos, solo tenemos que darles permiso para que su energía nos llene y nos apoye en nuestra verdadera Resurrección.

Para conseguirlo, ha llegado el momento, de **soltar el control**, pero soltar de verdad, rendirnos de verdad, y permitir que "todo" suceda de la manera más correcta para los deseos de nuestra Alma.

Solo así podremos transformar el sufrimiento y convertir nuestro desarrollo espiritual, en un proceso lleno de alegría y felicidad.

¿Te atreves?™

www.cocinandomilagros.com

COCINANDO MILAGROS

Un taller práctico para vivir una vida llena de Milagros

★ 7 Pasos
★ 7 Secretos

en
VALENCIA
26 Y 27
de **MAYO**
2012

MÁS INFO
cocinandomilagros.com

TIENDA
TODO NATURAL
www.tiendatodonatural.com

REGISTROS AKÁSHICOS

La apertura de nuestro archivo del alma nos conduce al conocimiento pasado y presente, y nuestras potencialidades



Luisa Blanca

Maestra Certificada de
Registros Akáshicos por ARCI

el término akáshico proviene del sánscrito akasha (sustancia energética de la que emana toda la vida), que significa éter. En el término físico se le considera una sustancia que por el momento se muestra intangible e imperceptible visualmente, pero a la que se le atribuye una composición de gran fuerza y presencia absoluta, una vibración entre la materia física y la energía pura.

Los antiguos cinco elementos de la fuerza de la naturaleza formaban las expresiones del Todo:

- Fuego: con sus características enfocadas hacia el espíritu.
- Agua: como la emocionalidad del alma.
- Aire: manifestación del universo mental.
- Tierra: símbolo de la tierra y de la materia.

Elas podían llegar a manifestarse en diferentes estructuras, desde la más sutil hasta la más densa.

Y el quinto elemento (también llamado como quintaesencia) se le atribuyó al éter, situándolo en un grado superior a los anteriores por ser el encargado de impregnar a los elementales y a los vacíos entre las partículas subatómicas con sus propiedades conjuntas, es decir que facilitaba la cómplice unión de todo lo manifestado. Les da la vida y los armoniza en cualquiera de sus posibilidades de combinación.

Este campo unificado de conciencia cósmica registra cada pensamiento, palabra, emoción y acción generado por el alma independiente. Y el proceso de apertura de nuestro Registro Akáshico nos lleva a concentrarnos con nuestro conocimiento pasado y presente, experiencias y expresiones del viaje álmico desde el inicio hasta el momento presente, como

también el fluir cíclicamente conociendo las potencialidades futuras.

Habitualmente la respuesta recibida por el/la consultante va enfocada a realizar un proceso en el momento actual, en el ahora, que es cuando existe la posibilidad de hacer estos giros desde la propia conciencia, indagando aquellas otras conductas subyacentes que pueden llevar al origen de la situación concreta para realizar un proceso personal de trabajo con toda la información obtenida.

Todas las experiencias son esenciales para el desarrollo del universo, por ello no se pierden en la memoria, ni en el tiempo, ni en el espacio; están a nuestra disposición para continuar evolucionando individualmente y como el Ser que todos Somos.

La apertura se realiza con una oración sagrada que contiene una vibración energética con la cual se adquiere un estado expandido de la conciencia, alineándose la energía de la persona con la brillante vibración superior de los registros, sintiéndose uno con la Fuente y con el Todo. A partir de ello se puede conocer el origen de bloqueos, corazas caracteriales, miedos, creencias limitantes, elecciones, vínculos, rigidez de la estructura mental, relaciones personales disfuncionales reiterativas, traumas, somatizaciones diversas, etcétera, dirigiéndose hacia la esencia del Ser (el "conócete a ti mismo").

En el Nivel 1 se entregan los contenidos y el diploma correspondiente. Se realiza el trabajo vivencial necesario para aprender a abrir los propios Registros Akáshicos. Adicionalmente, y tal vez la parte más relevante del proceso, se entregan herramientas para trabajar los patrones de interferencia que impiden o dificultan una fluida conexión con esta vibración.

Leer los Registros Akáshicos no es privilegio de algunos, todos tenemos esa capacidad. Desarrollar ese potencial implica un profundo y sistemático trabajo interno y de crecimiento personal.

Te invitamos a recorrer juntos este camino, siguiendo la guía de ARCI, una escuela internacional con formaciones permanentes en Europa, América Latina y Estados Unidos, la cual instruye, certifica y asiste el crecimiento de las personas mientras aprenden a abrir la certeza consciente de su unidad con la Fuente a través de los Registros Akáshicos. Provee un ambiente neutral, nutricional, donde uno puede aprender métodos prácticos para vivir una vida equilibrada, disminuyendo la brecha entre el mundo espiritual y el físico. Al tender estos puentes, la persona alcanza una mayor asociación con el Espíritu al obtener comprensión acerca de la responsabilidad y el compromiso personal.

Si bien el concepto es milenario y se accede a los registros por diversas vías, Akashic Record Consultants International (ARCI) es la escuela contemporánea original de la técnica, con sede en North Charleston, certificación internacional y formaciones permanentes en Estados Unidos, Europa y América latina.

Desde nuestra escuela se realiza un profundo y sistemático trabajo interno, pues si bien todos tenemos la capacidad de acceder fácilmente a los Registros, es nuestra propia sombra, nuestro Ego, el que interviene, haciendo "ruido" e interfiriendo con el flujo de la información. Es por ello que la gran tarea de la formación que realiza ARCI es confrontar a cada alumno o lector con sus propios patrones de interferencia para así poder llevarlos hacia la conciencia y con ello hacer más limpio el "canal".

En ARCI no existen las maestrías de un día, pero sí formaciones muy elaboradas, serias y profundas que te guiarán por la senda del crecimiento personal y la evolución interna, desde la cual conseguirás lecturas más fluidas.

"Sólo aquellos que se arriesgan a ir muy lejos podrán saber qué tan lejos se puede llegar". TM

<http://lalechuzadehecate.blogspot.com>
Telf. 649 745 352

CURSO DE REGISTROS AKASHICOS	CENTRO ARMONIA
	pilates, yoga, reiki, masajes, flores de bach, lectura de registros akashicos, meditación, talleres...
NIVEL 1 19-20 de mayo	C/ Duque de Gaeta, 31, bajo- Valencia
Charla gratuita, viernes 18 de mayo a las 19 horas	Tel: 96 344 32 82
Imparte: LUISA BLANCA, Escritora, Maestra Certificada de Registros Akashicos por la escuela ARCI, Master Teacher en Magnifield Healing, Numerología...	pilatesarmonia@gmail.com
	http://lalechuzadehecate.blogspot.com

EL SIGNO DE LA MADUREZ

*Reflexionar, cuidar la familia, ser práctico...
Tauro persevera en los objetivos que se propone*

Fernando Martínez

Tauro reflexiona antes de actuar; las decisiones rápidas, tal vez precipitadas, no son de su estilo. El nacido bajo este signo sabe que en la naturaleza todo reclama su tiempo para madurar. Y por eso, él también se toma el tiempo necesario para madurar sus ideas y sus representaciones; pero cuando decide ponerse en marcha, su perseverancia y su obstinación le permiten alcanzar siempre lo que se ha propuesto.

Signo de fuertes vinculaciones telúricas, a Tauro le importa sobre todo preservar la vida familiar. Es capaz de cualquier sacrificio por su familia y sus hijos.

Los cambios y las innovaciones encuentran en Tauro un observador escéptico. Más que otra cosa, le preocupa la seguridad material. Exprime cada moneda y por eso muchos le juzgan tacaño, cuando no avaricioso. Lo cual es injusto, porque Tauro se comporta generalmente muy generoso con los amigos y sería capaz de quitarse la camisa si ve que otro la



necesita, pero sólo si la precisa de veras.

Los taurinos no persiguen la notoriedad ni el relumbrón del escenario; prefieren actuar entre bambalinas, en un segundo plano, escogiendo cuidadosamente sus posiciones. En esto reside su verdadero talento; tras haber meditado a fondo los problemas, suelen dar siempre con la solución más práctica. Por lo general son hábiles en los oficios y aficiones manuales.

Sus grandes fajadores encajan bien y pegan duro, pero si alguna vez se exceden y ven que han herido demasiado a la persona criticada, su buen corazón les induce a perdonar con facilidad.

Piedras que ayudan a los Tauro

La ágata favorece la tendencia reflexiva y práctica de Tauro; la protección de este talismán le ayudará a realizar serenamente sus concepciones y a saber

administrar mejor sus recursos.

La crisocola le abre los ojos a las bellezas de la naturaleza y le permite comprender la unidad de lo celeste con lo terrestre. De esta manera pone en marcha vibraciones favorables que enriquecen y hacen más feliz su existencia, atenuando la influencia negativa de los bloqueos y las tensiones.

El diamante desarrolla sus facultades intuitivas y le permite abarcar ideales superiores, más allá del mero bienestar personal. Su luz clara y sus frecuencias altas van a hacer posible la identificación de la parte más noble de su yo.

La malaquita le permite asumir mejor los cambios y las novedades, demostrándole que el cosmos se halla en perpetua evolución y que también a ser humano, como parte de ese cosmos, necesariamente cambia y evoluciona. Ello le sirve para comprender y aceptar mejor los ciclos eternos.

El cuarzo rosa propicia la atención al cuerpo y por consiguiente hace que el taurino se trate a sí mismo con un poco más de consideración, de manera que cuando el estrés profesional o la preocu-

paciones personales le agobian, sepa buscar el reposo y la relajación. Con lo cual se despeja la mente y pueden acometerse las necesarias reflexiones que los problemas exigen.

La esmeralda con su color verde confiere algo de agilidad y espíritu juvenil al temperamento a veces excesivamente reflexivo de los taurinos. Potencia su intuición en infunde agilidad a sus procesos mentales, con lo cual rinde mejor sus frutos la concentración característica del signo.

La obsidiana, con su clásico color negro brillante, le comunica la

sensación de tener los pies firmemente asentados en el suelo, y así le ayuda a tolerar mejor los altibajos y los cambios de la vida. Además sus vibraciones transmiten la noción de la unidad entre luz y materia, y potencian la confianza en uno mismo.

El cuarzo citrino, con su irradiación cálida y suave, le comunica al taurino las sensaciones de seguridad y de protección que tanto necesita. Por otra parte, y como Tauro es buen comedor, el cuarzo citrino colabora a la eliminación de los tóxicos y a la depuración de la piel. TM



**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



Centro de Cáblala

Cursos
Cáblala "MÉTODO HAUT",
interpretación del Árbol de la Vida
Las leyes del Kibaliún, "la voz de Hermes"
Interpretación de sueños. "Atravesando
la puerta de la fantasía (13 de mayo)"
Chacroterapia
Feminidad
Nuestro Niño Interior
CURSOS CONTINUOS DE KÁBALA

Carmen Haut
18 AÑOS DE INVESTIGACIÓN

talleres
La comunicación
El Niño Interior
Los chacras
El cuento de tu vida
(empieza en junio)
La terapia del dibujo
Técnica metamórfica

10 DE JUNIO, TALLER GRATUITO
DE PROSPERIDAD

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

UNA GRAN FIESTA

Por quinto año, Festiva alcanza el éxito esperado gracias a la participación de expositores, disertantes y el mismo público que acompaña fielmente este evento anual



Objetivo cumplido. Un año más, FestiVa fue una gran celebración posible a los actores de siempre: expositores, conferencistas y público asistente. A ellos el agradecimiento de TÚ MISMO, que en esta oportunidad tuvo a su cargo la organización integral de este magnífico evento.

Desde estas páginas queremos agradecer a los disertantes: José Luis García, Richard Millo, Omrael Norbert

Muigg, Miriam Lier, Carmen Haut, Gabriel Silva, Javier Iriondo, M^a Victoria Argote, Joaquín de Saint-Aymour, Julio Pascual Miró, Gema Ballester, Amelia Izquierdo, Martín Ribes, José M^a Doria, Emilio Alonso, Ian Trickett, Rosa Gómez Casañ, M^a Isabel Miñana, Patricia Abarca, Jacob Helps, María Moreno, Vanessa Aguilar, Alicia Adan, Verónica Guerrero y la participación de Sat Atma Kaur y el grupo de la Asociación de Danzas de la India.

También a los expositores: Swiss Nahrin, Litos, Brahma



Kumaris, Martín Ribes, Zentrume, Asociación El Abrazo del Oso, Escuela Quirosoma, Cocinando Milagros, Auralia, Aqua Aura, Emilio Alonso, Conciencia Holística, Piramicasa, Centro Quiropráctico Rocafor, Vitaline, Centro Ayurvédico Sathari, Centro Delcel, Manantial Alegría, Psicología Integral para Todos, Rosa Gómez Casañ, Joyas Mágicas y Vitaline. Nos reencontramos en FestiVa, sexta edición. Hasta entonces. TM



ReSonArte
Armonía gracias al Sonido

Contacto: 619230285
www.resonarte.jimdo.com

tú mismo
tiene
nueva
dirección
en Internet



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

TIEMPO LIBRE



El Efecto Mariposa en acción **Joaquín de Saint-Aymour Obelisco**

La física cuántica demuestra que con un pequeño impulso en el momento apropiado podemos transformar nuestra vida y cambiarlo todo. Este libro ha sido publicado como un oráculo activo, "que no pretende vaticinar nada, sino modificar el destino de las personas que lo consulten".



El tiempo fractal **Gregg Braden Sirio**

A través de un formato narrativo científico divulgativo de fácil lectura y con ejemplos de la vida real, el autor explica que si somos capaces de interpretar el tiempo con una nueva perspectiva podremos ver qué nos depara el futuro y evitar los errores del pasado. Una puerta de nuevas oportunidades.



Cocinando milagros **Julio Pascual Mercé Gaspar** **cocinandomilagros.com**

"La receta" para crear una vida llena de milagros, en la que la paz, la prosperidad, la salud y el amor imperen en cada experiencia. Es la propuesta de este libro, simple, práctico y divertido. Su misión es transmitir las cualidades del Sexto Rayo: la Llama de la Resurrección.



Meditación para principiantes **Jack Kornfield Kairós**

La meditación vipassana es un método de larga tradición que posibilita sossegar el espíritu y aclarar la mente para lograr una comprensión más profunda. Un método gradual y directo para integrar la meditación en nuestra vida cotidiana. Se incluye un CD con seis meditaciones guiadas.



El atleta espiritual **Quidel Maihue Divalentis**

Cómo abordar y despertar responsablemente todo el potencial interno de manera que permita vivir una relación más bella y feliz entre los seres humanos. Una respuesta necesaria para el hacer cotidiano y trascendente ante las acciones de su contraparte, el obeso espiritual, que ha llegado a límites insostenibles.



Voces de la mística II **Javier Melloni Ribas Herder**

Una nueva antología de textos místicos con la intención de hacer llegar a un público más amplio aquello que conocen los especialistas, de manera que más personas tengan acceso a testimonios de que existe un modo más hondo y más pleno de percibir la realidad y de estar en el mundo.



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 9, "Transformar el ego y las emociones"; el 16, "Aprender y fortalecerse con la experiencia"; el 23, "Vivir con calidad, vivir de dentro a fuera". Informes de estas y otras actividades a través del teléfono 963 51 81 81.

CHARLA ABIERTA SOBRE EGIPTO.

El día 21, a las 19, el maestro Gamal Abd El Sami Zaki disertará sobre "Egipto: del saber del corazón al corazón del saber" (en castellano). La reunión se hará en Alt Benestar. C/ Roger de Lauría, 3, 1ª, donde se brinda mayor información, como también a través del teléfono 963 940 686.

CÍRCULO DE SONIDO.

Solsticio de Verano 2012. El 24 de junio, a las 20.30, en la playa de la Patacona. Vuestros instrumentos serán bienvenidos. Actividad gratuita y participativa. Organiza AEC, Asociación Española de Cuencoterapia.

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.

RINCON DEL TIBET.

Días 5 y 6, Cuencoterapia Niveles III y IV avalados por Yanardana Das, de AEC. Días 12 y 13, Curso Técnica Metamórfica, por Regina Agut. Día 19, Taller de Nidra Yoga, por F. Redondo. Día 26, de 10 a 14, Curso Diapasones Terapéuticos, Nivel Básico (Sonopuntura) por Yanardana Das, y de 16 a 20, Diapasones terapéuticos, Nivel Medio, por Y. Das. Terapias: Terapia de sonido, Cuencoterapia, Método DEEP, Auriculopuntura, Técnica Metamórfica, Reflexología, Reiki, Psicoterapia, Coaching, regresiones, Quiromasaje, Drenaje Linfático y Dietética. C/Consular del Mar, 5, pta. 2, teléfono 692 061 040.
www.centrodeltibet.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, y 12 y 16. Iniciación al Masaje: días 3 y 17, y 12 y 26. Shiatsu: día 5. Iniciación al Shiatsu: día 5. Masaje Metamórfico: días 5 y 6. Iniciación a Terapia Craneo-Sacral Biodinámica: días 5 y 6. Psico-Aromaterapia Egipcia - Esencias Físicas: 7, 8 ó 12. Taller "Aprende a interpretar tus sueños": día 9. Taller Psico-Aromaterapia Egipcia, tercer chakra: poder personal con la esencia sagrada de jazmin: día 11. Reflexología Podal: días 12 y 13. Piedras calientes y pindas: día 19. Informes, C/ Roger de Lauría, 3, 1ª, Tel. 963 940 686.

ROSA MARÍA WYNN EN ESPAÑA.

La traductora al español del libro "Un curso de milagros", Rosa María Wynn, impartirá el seminario "La Eterna Esperanza" en Barcelona, el 5 y 6 de mayo; Bilbao, el 19 de mayo, y Madrid, el 26 y 27 de mayo. Info: www.rosamariawynn.com.

MANOS REIKI.

Clases de Yoga, Danza Oriental, Pilates... Día 5 de mayo, taller de Aromaterapia Egipcia; día 18, Deeksha, entrada libre; días 12 y 13, Toque para la Salud IV; día 25, charla "Los cuadros del amor", entrada libre; día 26, Taller del Amor. C/ San Vicente 78, 3ª, pta 3, teléfono 686 292 315. Mas info, consulta nuestro calendario en nuestra web www.manosreiki.net

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>

CENTRO DE CÁBALA URIEL.

Cursos: Cábala "Método Haut" (inicio día 18), Las Leyes del Kibalión, Interpretación de sueños, Superación personal y autoestima para niños, Chacroterapia, 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 estará en Barcelona para los seminarios "Hoo'ponopono. El Secreto más allá de El Secreto" (donde aúna 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.

SANERGI A 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

APRENDE CHI KUNG.

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

TALLERES DE GAMAL.

Día 22: "La sabiduría antigua egipcia: un legado al alcance de todos". Día 23: "Alquimia interior: un camino para corazones inteligentes". Días 21, 22 y 23: consultas personales (en castellano). Informes, Alt Benestar, C/ Roger de Lauría, 3, 1ª, Tel. 963 940 686.

6 de Mayo



2º CONGRESO Aromaterapia

Lugar:

GRAN HOTEL CENTRAL BARCELONA
Via Laietana 30, Barcelona.



10:00 - 10:45

REFLEXOLOGÍA Y
AROMATERAPIA.

Melanie Clark

11:00 - 12:15

SIETE ACEITES ESENCIALES
IMPRESINDIBLES, EL BOTIQUÍN
EN CASA.

Dominique Baudoux

13:00 - 13:45

LA AROMATERAPIA Y LOS
NIÑOS: COMPLEMENTO
IMPRESINDIBLE.

Bea Lavado

16:00 - 16:45

LA MADRE NATURALEZA
AL SERVICIO DEL ANIMAL
DOMESTICADO.

Jeanette Cock

17:15 - 18:00

COCINA AROMÁTICA.

Ana Belen Fraile

18:30 - 19:15

LA PSICO-AROMATERAPIA
Y LA SANACION ESPIRITUAL
CON ACEITES ESENCIALES.

Enrique Sanz

19:15

CLAUSURA DEL 2º CONGRESO
INTERNACIONAL DE
AROMATERAPIA Y ENTREGA
DE DIPLOMAS.

Precio del Congreso: 100€

Inscripciones: ARKÉ

C/ València, 445 08013 - Barcelona | tel. 932 656 559

ORGANIZA: ARKÉ & MELANIE CLARK CENTER

www.arkebcn.com
www.melanieclark.es