

tú mismo



www.tu-mismo.es

VALENCIA DIFUSIÓN
GRATUITA

Nº 62
junio
2012

LA PINTURA
MEDITATIVA

PIEDRA DE
LOS CAMBIOS

AFIRMACIONES Y
VISUALIZACIONES

LA MAGIA INTERIOR

CASI 40 AÑOS DE PUBLICACIONES REFERIDAS AL PODER DE LA MENTE Y OTROS TEMAS LO CONSAGRAN COMO UNO DE SUS PRINCIPALES DIFUSORES. LAURO TREVISAN REGRESA A ESPAÑA PARA PRESENTAR NUEVOS LIBROS Y EXPLICA LA FUERZA INMANENTE DE LAS PALABRAS



esencial

Centro de Salud y Herbodietética

TALLER DE CONSTELACIONES FAMILIARES

2 de JUNIO, de 9.30 a 14.

Precio: 18€

Imparte: DULCE HARI (psicóloga y psicoterapeuta).

TALLER "CÓMO CONTROLAR TU ANSIEDAD"

9 de JUNIO.

Precio: 40€

Imparte: VICTORIA FLORES-GÓNGORA.

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

CONFERENCIA SOBRE LAS PROPIEDADES

DEL AGUA DE MAR (LAB. QUINTON)

13 de JUNIO, a las 19.30.

Entrada gratuita. Por motivos de aforo
confirmar asistencia.

CURSO DE REIKI 1er NIVEL

16 y 17 de JUNIO.

Precio: 120€

Imparte: ANTA GONZÁLEZ LÓPEZ.

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

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

SIMPOSIO

Terapias Integrales

VALENCIA MMXII

20 y 21
de octubre

Complejo Deportivo
Cultural La Petxina

organiza
avaltéf
Asociación Valenciana de Terapeutas Florales

patrocina
tú mismo

Sumario

junio 2012
62



04
LA PINTURA
MEDITATIVA



20
AFIRMACIONES
Y VISUALIZACIONES



26
EL ARTE
DE BENDECIR

bienestar

- 06 PIEDRA DE LOS CAMBIOS.
08 SER DOULA, UN CAMINO LENTO.
10 CONCIENCIA DEL CUERPO.
12 UNA ODONTOLOGÍA DIFERENTE.
14 ENFRENTANDO LOS MIEDOS.

entrevista

- 16 PODEROSA PALABRA.

redes

- 22 PUENTE DE CONEXIÓN.

la otra realidad

- 24 EL PERDÓN.

acontecimientos

- 27 FERIA ESOTÉRICA, ESPIRITUAL Y ALTERNATIVA.

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, Miriam Lier,
Amamadoula, Mabel Katz, Mar Tarazona Beltrán,
Amelia Izquierdo, Gema Ballester, Martín Ribes

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

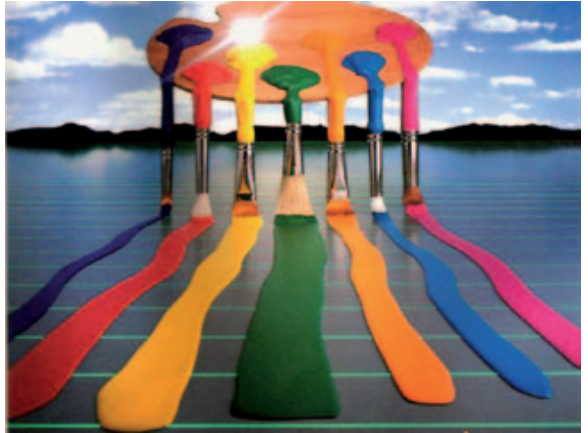
Departamento Comercial
Contacto: 963 366 228, 652 803 027, info@tu-mismo.es

Impresión
Set i Set Gràfiques

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

LA PINTURA MEDITATIVA

*Para un “estar mejor”
y “un ser más”*



Patricia Abarca

Matrona. Doctora
en Bellas Artes

a simple vista parece que todos percibimos de igual forma los objetos y los estímulos externos que nos rodean, pero no es así, cada persona percibe y expresa de manera particular, sobre todo cuando lo hace en términos no verbales, ya que en estos procesos cognitivos, además de la fisiología y la genética, entra en juego el bagaje de la propia historia que guardamos en el subconsciente y que nos singulariza a cada uno. Por esta razón, cuando un grupo de personas pinta una obra en torno a un determinado tema, la obra final de cada uno difiere en los colores utilizados, en el tipo de pincelada, en los trazos y en el dibujo, aunque todos hayan pintado el mismo modelo, al mismo tiempo y en el mismo lugar.

Cuando trabajamos con la pintura, nuestra interioridad queda plasmada simbólicamente en aquello que estamos pintando y esta expresión concretizada e impresa en la materia pictórica, al ser observada por nosotros, como espectadores de nuestra obra, se transforma en un estímulo para la inspiración y la continuación del

proceso creativo; al orientar el trabajo pictórico hacia un proceso de crecimiento o ampliación de la conciencia, cada pintura que vamos pintando se transforma en un peldaño que guía y estimula tanto el proceso de exploración personal como el desarrollo creativo en sí; es algo que surge entre lo intuitivo y lo cognitivo, sin necesidad de tener que explicarlo con palabras o en términos racionales.

Seguramente en esto se fundamenta el arteterapeuta J.P. Klein cuando dice que “todo acto creativo, conlleva un flujo de energía, hacia un ‘estar mejor’ y ‘un ser más’”; refiriéndose a ese flujo de energía que se aparca en el subconsciente y que, sin embargo, refleja la propia naturaleza interior de cada uno. La pintura es capaz de traspasar la barrera que pone el yo racional, permitiendo que este flujo del inconsciente aflore en lo que estamos pintando, pudiendo transformarse, si la orientamos hacia ello, en una forma de autoexploración y desarrollo personal.

Existen diferentes métodos que ayudan a que el acto de pintar se transforme en un proceso meditativo y

de ampliación de la conciencia: la pintura zen, por ejemplo, alterna diversas metodologías, la meditación y el trabajo pictórico; la técnica del sumi-e, originaria de los Samuráis, se fundamenta en el trabajo de la respiración y la repetición de gesto; la pintura de mandalas, como sabemos nos ayuda a proyectar sobre el dibujo los significados y las simbologías de cada uno, entre muchas otras técnicas, combinaciones y variaciones que se pueden ir realizando según el proceso que cada persona necesite desarrollar.

Lo que se busca es potenciar el lado derecho del cerebro y acceder a las zonas más profundas de la psiquis para lograr que aflore aquello que guardamos en el inconsciente; pero también que la persona se libere del miedo a crear y de algunos conceptos aprendidos culturalmente que suelen condicionar el proceso creativo, como, por ejemplo, la creencia de que el resultado final debe ser "estético" o "bello".

En la pintura meditativa es más importante la vivencia experiencial del proceso pictórico que el resultado estético de lo pintado; lo estético pasa a un segundo plano, pudiendo por supuesto estar presente, siempre y cuando aflore de manera libre y natural. Si nos entregamos de lleno y confiadamente a la vivencia de la experiencia, luego seremos más conscientes y tendremos más claridad al momento de contemplar, analizar y reincorporar en nosotros, desde una perspectiva diferente, aquello que hemos pintado. Es decir, se trata de que la propia persona se constituya en la protagonista de su despliegue pictórico y no la obra, como ocurre en la pintura artística, para así desarrollar una cuidadosa introspección que permita descubrir nuestra esencialidad más profunda como Ser creado y creador.

Debemos entregarnos a este proceso libre de juicios y prejui-

cios, pero con una actitud activa, prestando atención a lo que se va sintiendo y reflexionando sobre lo que aflora en cada trabajo; esto permitirá liberar totalmente la capacidad creativa y traspasar los bloqueos emocionales que de manera inconsciente tendemos a proteger.

Se sabe que el simple hecho de pintar produce un efecto terapéutico, contribuyendo a la relajación, la concentración, la motricidad fina y mejorando el estado anímico de las personas, utilizándose por esta razón como complemento de otras terapias en enfermos hospitalizados. La pintura meditativa va aún más allá, busca involucrar de manera integral todos los aspectos del ser humano; por ejemplo, cuando una persona estresada pinta con la técnica del sumi-e, además de lo recién mencionado, la técnica de repetición del gesto pictórico que acompaña a la respiración, ayuda a que el aparato respiratorio libere la

tensión acumulada por la ansiedad, potenciando una respiración más consciente y armónica, sumando también el proceso de exploración interior que conlleva el trabajo de meditación y reflexión, lo que puede conducir a un replanteamiento de la conducta en relación a lo que le está ocasionando el estrés.

Por esto, la pintura meditativa está recomendada como terapia en aquellas personas o niños con dificultades de adaptación, baja autoestima, trastornos alimentarios, adicciones, etcétera. Sin embargo, debemos tener claro que es un recurso que puede desarrollar cualquier persona sana que quiera, por ejemplo, reforzar los sentidos y significados de su vida, potenciando de este modo, tanto su creatividad como su bienestar físico, psicoemocional y espiritual, de una forma integral. 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 LOS CAMBIOS

*El sutil potencial
de la crisoprasa
en los procesos
de transformación*



Carla Iglesias
Aqua Aura

La crisoprasa es uno de los minerales con más nombres conocidos. Igualmente llamada crisoprasio o crisopasa, esta clase de calcedonia está ganando especial interés en las personas con inquietudes de “transformación”. Piedra autóctona de países tan distintos como Brasil, Australia e India, muchas veces vendida como jade imperial, la crisoprasa llama la atención por su verde tan vivo y brillante.

Siguiendo el poder curativo relacionado con la cromoterapia, tendemos a vincular la crisoprasa con la energía curativa procedente del corazón, como casi todas

las piedras verdes.

Realmente su propiedad está más oculta a los sentimientos humanos. Todos tenemos en nuestro interior la semilla de la transformación cuando nos damos cuenta de que algo necesita un gran cambio. Los cambios pueden ser mentales o viscerales. Podemos pensar en cambiar o simplemente actuamos de forma diferente y luego entendemos el porqué de ese cambio.

Este impulso, muchas veces relacionado con rabia contenida, nos sorprende. De repente nos damos cuenta de que explotamos con una situación, pero esta “rabia bien enfocada” puede llevar-

nos a la transformación. Este paralelo con la mariposa nos hace actuar desde dentro. La crisoprasa nos hará entender y sentir que la rabia necesita ser transformada en otro sentimiento.

Esta gran propiedad de la crisoprasa hace que la relacionemos con la depuración del hígado, con la levedad necesaria para llegar sanos y limpios a la estación veraniega, donde a través del calor “sudamos” nuestras tristezas y angustias acumuladas durante el invierno, liberando toxinas físicas y sutiles.

El mensaje de la crisoprasa es que podamos transformar la hiel en miel y así hacer más llevaderos

nuestros disgustos.

Está muy recomendada para todos aquellos que en esta época del año siguen alguna limpieza hepática y también para quienes en algún momento han dicho o pensado "tengo que canalizar esta rabia".

La vibración más sutil de la crisis nos dice "conoce lo que te desequilibra" y en lugar de guardar ese sentimiento en un cuarto oscuro (el hígado), "transforma esa energía y sácala". Esta piedra nos impulsa hacia la creatividad, a lanzarnos a cumplir ese deseo que en algún momento nuestra lógica ha frenado.

Respetemos ese pequeño instante de recogimiento para coger fuerzas y, cuando estemos preparados, que nuestro vuelo sea alto y que ningún viento nos desvíe de nuestra ruta. 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
tel: 656950199

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

Flores de Bach

MIRIAM LIER
terapeuta floral

Consultas
con
cita previa

TEL. 635 856 228
miriamlier@gmail.com

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



SER DOULA, UN CAMINO LENTO

La compañía ideal para la mujer embarazada y en el parto

Amamadoula



desde el año pasado cuando presenté la anterior Formación de Doulas hasta hoy, cada vez son más las personas que saben qué es una Doula. Afortunadamente, a través de los medios de comunicación se nos está conociendo, han sido varias las compañeras que han salido para comentar acerca de esta maravillosa ocupación.

Durante este tiempo mi empeño ha sido el darlos a conocer. Así, y a título personal, he estado acudiendo a centros de salud, a grupos de lactancia, a guarderías, a herbolarios... realizando un taller-presentación y comentando con las mujeres cuántas dudas surgen acerca del acompañamiento y las posibilidades reales que existen de que éste sea llevado a cabo.

En bastantes casos, y tras terminar el coloquio, alguna madre comenta: "¡Ojalá lo hubiera sabido antes!". Y es que mi interés en que las mujeres que van a ser madres conozcan la fi-

gura de la Doula va mucho más allá de cualquier interés mundano. Porque estoy convencida de que una mujer informada y acompañada es una mujer más segura y más confiada, aspectos importantes durante el embarazo y que contribuyen para tener un buen parto.

Pero he de decir que todavía nos queda mucho por hacer, ya que Ser Doula no está considerada una profesión ni tiene un reconocimiento "oficial", lo cual es una verdadera lástima. Muchas madres saben que la Doula en el momento del parto les aporta una confianza que ningún otro personal sanitario les puede dar. Porque saben que es la persona con la que han compartido tiempo de escucha y la que, con una mirada silenciosa, sabe cuáles son sus sentimientos, sus temores, sus deseos...

Hace poco contactó conmigo una madre de otra nacionalidad. Vivía en nuestra Comunidad y estaba buscando una Doula que la acompañara durante el parto de su primer hijo, ade-

más del padre de la criatura. Por sus palabras deduje la poca información que tenía respecto a lo que aquí marcan las normas en los hospitales... y tras una larga conversación acepté con gran pesar que, en el proceso del parto en un hospital concertado, estaría sin la Doula que tanto había deseado, sin esa compañía de la que las amigas en su país de origen le habían recomendado porque allí es una persona reconocida y habitual en los partos hospitalarios... y me dolió en el alma. Pero las cosas están así.

Cada vez somos más Doulas, cada vez son más las mujeres que acuden a formarse para tal función. Mi deseo es que, en un tiempo no muy lejano, cada madre pueda elegir dónde y con quien quiere recibir a sus hijos cuando lleguen a la vida. Que la figura de la Doula sea considerada la compañía ideal como soporte emocional para una mujer en un trance único y precioso, en un momento muy especial de su vida, en un momento tan trascendental como es parir a un hijo. **TM**



FORMACION DE DOULAS “DIEZ LUNAS”

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

Seminarios: octubre de 2012 a junio de 2013

Avance de temario

- **La comunicación respetuosa durante el acompañamiento** - Regina Bordera, Doula, Coach y Renacedora.
- **Ser Doula. Acompañando en la maternidad** - Susana Ramírez, Psicóloga. Doula, Educadora de Masaje Infantil.
- **Presentación de la educación prenatal: qué es, de dónde viene, dónde estamos** - Pilar Vizcaino, Psicóloga, Presidenta de la ANEP (Asociación Nacional Educación Prenatal).
- **Embarazo y parto respetado** - Enrique Lebrero, Ginecólogo, Parto natural Clínica Acuario.
- **La maternidad y sus despertares: conócete como madre** - Ruth Jiménez, Psicóloga, Doula, Consultora Certificada en lactancia materna IBCLC.
- **Amamantar: nutriendo desde el interior** - Laura Villanueva, Consultora Certificada de lactancia materna IBCLC, presidenta de Sina.
- **El parto, trabajo de comadrona. Tandem comadrona-doula** - Inma Marcos, Comadrona parto en casa, Consultora Certificada de lactancia materna IBCLC.
- **Aterrizando en la vida: nacer y vivir** - Mónica Delgado, Peditra, Neonatóloga.
- **La muerte y el proceso de morir** - Cristina Villarroya, Naturópata, Terapeuta Floral, Diplomada en Enfermería, Formada en Relación de Ayuda y Liberación Holística del estrés (Kinesiología).
- **Maternidad y paternidad: desarrollo de la salud y del vínculo. Claves preventivas** - Yolanda González, Psicóloga especialista en clínica de adultos. Formadora en Promoción de la salud y Prevención infantil. Presidenta de APIR, Autora: "Amar sin miedo a malcriar".

Final de formación: Celebrando la Vida. Puesta en común. Entrega de Certificados.
Andrés Quesada, Profesor de yoga, de relajación y de meditación.
Reflexología podal. Masaje ayurveda.

Plazas limitadas. Información y reservas: 627 666 261

CONCIENCIA DEL CUERPO

*El camino hacia
la sabiduría y
la realización
personal*



Todos los humanos tenemos dos inteligencias: la conciencia del cuerpo y la mente. La mente, o inteligencia intelectual, es la que tiene más valor en la cultura occidental, en cambio la conciencia del cuerpo, o inteligencia corporal, es mucho más sutil y poderosa. Dando prioridad al cuerpo a nuestras vidas no solo nos haría más sanos, sino que también sería el camino hacia la sabiduría y la realización personal.

La conciencia del cuerpo es la inteligencia natural e innata del cuerpo que trabaja a través del cerebro, el sistema nervioso, glándulas, células y sistema inmunitario. Su función principal es garantizar la seguridad del individuo y conseguir su máxima salud y felicidad, manteniendo el equilibrio.

Hay una gran variedad de maneras como el cuerpo lo consigue:

- Renovación de las células.

- Conversión de la comida en energía.
- Oxigenación del sistema.
- Reparación de los daños de huesos, piel y órganos.
- Armonización de las diferentes funciones del organismo.
- Protección contra las infecciones.
- Uso de las emociones para guiar a la persona hacia la acción.
- Síntomas de algún tipo para informar a la persona que está en peligro.

En cada caso el cuerpo siempre busca nuestra supervivencia, pero en los dos últimos casos lo hace de manera diferente. Utiliza las emociones, y como último recurso los síntomas, para comunicarse con nosotros y para hacernos saber que la situación donde nos encontramos puede acabar haciéndonos sufrir o herimos de alguna manera. El objetivo de la conciencia del cuerpo es, por lo tanto, recopilar información de las

experiencias que vivimos para luego enviar señales en forma de emociones para hacernos saber qué hacer al respecto.

Para comunicarse con nosotros el cuerpo utiliza cambios neuroquímicos en el organismo que experimentamos en forma de tensión muscular, palpitations, mariposas en el estómago, sequedad de boca, piel de gallina... sensaciones de todo tipo que a veces las identificamos como emociones (miedo, ira, pena, alegría, aburrimiento...) o que a veces son tan sutiles que no podemos identificar. Toda emoción tiene una finalidad: el enfado nos dice que hagamos valer nuestras opiniones o derechos; el miedo, que pidamos ayuda, que lo superemos poco a poco y/o que hagamos lo posible para sentirnos seguros; la pena, que dejemos que las lágrimas caigan y que pidamos soporte de los que nos rodean, y el placer, que lo compartamos y que hagamos más de lo que gozamos. TM

PROFESIONES CON DEMANDA Y FUTURO ¡NUNCA TE FALTARÁ EL TRABAJO! DIRECTO, FÁCIL Y ÁGIL



FACILIDADES
DE PAGO

BOLSA DE
TRABAJO

CONSULTAS:
Psicoterapia y
Homoterapia.
TRATAMIENTOS

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 Y RESERVA TU PLAZA !!

**Cursos INTENSIVOS de
JULIO: ¡¡¡ INFORMATE !!!**

**Viaja con nosotros a EGIPTO
VIVE 9 DÍAS de ENSUEÑO
Participa del
SOLSTICIO de VERANO
en Tierra de Faraones
DEL 15 AL 23 DE JUNIO**

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

UNA ODONTOLOGÍA DIFERENTE

Odontología Neurofocal (I)

Dra. Mar Tarazona Beltrán

Colegiada Nº 1.794

La Odontología Neurofocal es uno de los pilares fundamentales de la Terapia Neural y de la medicina integrativa, que defiende que gran parte de las enfermedades tienen como factor desencadenante los llamados *campos de interferencia* (cualquier elemento que altere el flujo normal de la información en el organismo) que de manera importante se presentan en los dientes y en toda la boca, ocasionando impulsos irritativos en el sistema nervioso y produciendo así enfermedades en cualquier parte del cuerpo.

Muelas y dientes son estructuras vivas que participan activamente en la dinámica de la persona.

En general pueden resultar interferentes:

Cicatrices de exodoncias; una pieza desvitalizada; el compromiso de la pulpa dentaria; un granuloma; los procesos osteíticos residuales; los quistes; los odontomas; los procesos inflamatorios o infecciosos (periodontopatías, bolsas gingivales); piezas en posición anómala, retenidas, semirretenidas, desplazadas o inclinadas; los terceros molares sanos sin espacio propio o en contacto con el canal mandibular; las piezas embrionarias; los restos radiculares; las piezas utilizadas como pilares de puentes; los metales (implantes, pernos, amalgamas, ganchos, prótesis); endodoncias con sobreobtusión del material de relleno que irritan el hueso subyacente; la ortodoncia

en adultos y los trastornos oclusivos.

Además de realizar el tratamiento específico de cada problema se inyecta un anestésico local, procaína al 0,5%, que produce un estímulo nervioso, eliminando las memoria irritativas y los síntomas y devolviendo el estado de salud.

Así es que con mucha frecuencia la corrección de problemas dentales resuelve enfermedades rebeldes a todo tipo de tratamiento.

Por tanto en todo examen general de un paciente que presente una enfermedad durante mucho tiempo se deben examinar todas sus cicatrices, fracturas, lesiones, operaciones quirúrgicas y enfermedades que ha sufrido a lo largo de su vida. Debe realizarse una radiografía panorámica de los dientes y examinar la boca con el fin de detectar cualquier anomalía o problema que pudiera ser la causa de las molestias del paciente. También debemos conocer el estado psicológico del paciente, comprendiendo sus pensamientos, deseos frustrados, sufrimientos...

Como cualquier tratamiento odontológico, cada caso se analiza de manera personalizada, realizando tratamientos que buscan no sólo la salud dental sino la salud integral de los pacientes. Utilizamos materiales que disminuyan los riesgos de aparición de enfermedades. Se evitan los metales utilizando en su lugar resinas o porcelanas. TM



*Recupera tu equilibrio,
recupera tu sonrisa.*



**Expertos en técnicas de
odontología biológica:**

- Rehabilitación neuro-oclusal
- Odontología neurofocal
- Terapia neural
- Osteopatía craneal

Otros tratamientos:

- Odontología preventiva y general
- Cirugía bucal
- Implantes
- Periodoncia
- Estética dental
- Endodoncia
- Odontopediatría

MAR TARAZONA
CLÍNICA DENTAL



Tel. 96 344 76 01
C/ Cotanda, 2 - 1º - 46002 - Valencia
clinica@clinicadentalmartarazona.com

www.clinicadentalmartarazona.com

MAR TARAZONA
CLÍNICA DENTAL



Entregando este cupón, 35% de descuento en Odontología
Biológica y 10% de descuento para otros tratamientos.



ENFRENTANDO LOS MIEDOS

En situaciones de crisis no nos queda otra salida si queremos salir victoriosos y fortalecidos



Miriam Lier
Terapeuta floral

en tiempos de confusión y cambios nos sentimos abandonados y dejados de la mano de Dios. Cuando se nos consulta por sentir angustia, miedos o cualquier trastorno de su vida anímica, tenemos la obligación, como terapeutas florales, de instar al paciente a indagar dentro de sí mismo, ir hacia un lugar sereno y en armonía para encontrar la paz interior y resolver el conflicto. Sin embargo, al penetrar en su intimidad, habitualmente lo que encuentra de inmediato es la presencia de una pug-

na anímica que desgarrar, asusta y que lleva a buscar maneras poco saludables para así escapar del problema. Parece más fácil tapar los síntomas que enfrentarlos.

No obstante, este buceo en las profundidades arroja claridad sobre los aspectos de la persona a los cuales antes ella no prestaba atención o negaba: adicciones, falsos "yo", compulsiones, corazas, codicias... Para poder cruzar "la noche oscura del alma" es necesario enfrentarnos a nuestros propios miedos.

Esta experiencia suele ser incómoda y uno se ve tentado a abandonar el itinerario existencial que se está siguiendo. Por esta razón Edward Bach, creador de la terapia floral, propone en sus escritos recurrir a la determinación y a la valentía de conocernos a nosotros mismos y ser fieles a nuestros sueños y deseos.

Un remedio floral es siempre una llave para abrir la puerta de entrada a estas experiencias de crecimiento personal que traerán consigo la tan ansiada paz y bienestar.

Cada quien tiene su manera de encarar la crisis de conciencia, pero de todos esta crucial experiencia demanda ejercitar la paciencia y la perseverancia. Vivir la experiencia es una purgación amorosa que libera a la personalidad de los sufrimientos y renueva el contacto de la persona con su alma.

Pasar por un proceso de dolor es muchas veces necesario para romper ataduras reales o imaginarias, pero no nos queda otra salida si queremos salir victoriosos y

fortalecidos.

El propósito final de estos momentos oscuros en nuestra vida no es más que el aprendizaje que tenemos que hacer para que la personalidad se ajuste a la voluntad del alma, que a la luz de nuestra propia ignorancia parezcan castigos o maldiciones.

El doctor Edward Bach propone una manera particular a la hora de afrontar los problemas y las fuerzas que atacan al cuerpo y al alma. No dice que haya que evitar lo trágico y doloroso de la vida, sino por el contrario, invita a plantarle cara de un modo honesto y pleno. Ver cara a cara a nuestra sombra nos permitirá sanar de manera real y definitiva. Como lo expresa Eduardo Grecco, "la labor del terapeuta floral no consiste en curar neurosis o enfermedades físicas, sino en acompañar llamados, pruebas y revelaciones espirituales, ayudar a que las personas purguen y dejen atrás todo aquello que las aparta de la luz y del destino de sus almas".

Sanar es una cuestión compleja pero no imposible. A pesar del

padecimiento crónico, se debe encontrar la manera de salir de los hábitos repetitivos y perversos (manías, obsesiones, adicciones y la victimización). Para estos casos, Bach aportó siete remedios, conocidos como *Los Siete Ayudantes*: Heather, Gorse, Olive, Oak, Rock Water, Vine y Wild Oat.

A modo de ejemplo, y brevemente, podemos decir que las características de una personalidad Gorse se fundamenta en la creencia de una existencia, de un destino inexorable e imposible de cambiar. Esta idea lleva a la persona a la desesperanza y como consecuencia al abandono de toda lucha, porque ya "todo está escrito". De este modo enfrenta todos los aspectos de su vida, así lo hace frente a la enfermedad, a su economía, a sus relaciones afectivas.

La terapia floral ayuda al sufrente a ver que no siempre es así, que somos co-creadores de nuestras vidas, que podemos tener la oportunidad de salir de las crisis, fortalecidos, y hacer de ellas experiencias de aprendizaje. TM

 *European School of Craniosacral Therapy®*

Terapia Craneosacral - Biodinámica

- Nuevo curso profesional de dos años en Jávea
- 20 seminarios (sábado y domingo) inicio: 3 de noviembre de 2012
- Basados en las enseñanzas de Sutherland y el modelo biodinámico de Sills
- La formación incluye: nacimiento y órganos y visceras
 - La ESCT ha impartido cursos de TCS en España desde 1995
 - En un lugar tranquilo en plena naturaleza
 - Diploma reconocido por la Asociación Española de TCS

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

Robert Harris 96 597 4343 - email: robert@craneosacral.com

Cristina Groetsch Alfonso Tel: 696 301 001



PODEROS PALAB

Como referente en el campo de la autoayuda, Lauro Trevisan se ha afianzado desde hace décadas en la producción de libros que han sido hitos editoriales. Este célebre difusor de las bondades del potencial de la mente visitará España para presentar sus últimas novedades. Un adelanto en el siguiente diálogo

-¿Es la palabra un recurso esencial para el hombre, Lauro?

-Sin duda. Por palabra yo entiendo todas las diversidades del pensamiento: idea, imaginación, oración, contemplación, mentalización, meditación, deseo, sueño, creencia y demás variantes. El ser humano es el único, en este planeta, que tiene el poder de pensar. Como la acción humana es efecto del pensamiento, ese recurso es esencial en la vida. El pensamiento es el acto creador, de tal modo que nosotros somos lo que pensamos.

-¿Podemos lograr cualquier cosa sintonizando palabras y el corazón como fuente de intenciones?

-Palabra-corazón es pensamiento-sentimiento. Todo el pensamiento, energizado por el sentimiento, contiene la fuerza de la materialización. Cuando hay sentimiento –que es atributo del corazón– la palabra se torna poderosa, unívoca, determinante, capaz de mover cielos y tierra para tornarse realidad física. En este caso, es una palabra

creída, por lo tanto contiene el ingrediente de la fe. Y la Fe (con mayúscula) es infalible.

-¿Por qué la Fe es infalible? ¿Es una cuestión de lógica o de creencia? Porque en este caso, hay evidencias de que, aun creyendo, podemos obtener resultados "desilusionantes".

- La Fe es una ley universal y todas las leyes universales son infalibles y se autocumplen. En este caso, la ciencia y Jesús enseñan lo mismo. Tanto la ciencia del Poder de la Mente cuanto las enseñanzas de Jesús son claros y definitivos en decir que la Fe, siendo Fe, siempre produce el resultado que corresponde a la palabra.

-En estos momentos parece que el dinero se escapa de las manos porque muchos no tienen trabajo, y me refiero a este país concretamente. ¿Qué diría a alguien en esta situación?

-Ante todo, debo decir que la riqueza no es esencialmente resultado del trabajo, pues hay personas que no trabajan y son ricas, y hay personas que



“El pensamiento es el acto creador, de tal modo que nosotros somos lo que pensamos”, afirma Trevisan.

Aurelio Álvarez Cortez

trabajan y son pobres. No hay relación absoluta de causa y efecto. Muy bien, entonces vamos a lo que interesa para los que sufren con el desempleo. Una de las leyes que rigen el universo es la ley de que lo semejante atrae a lo semejante, o sea, los iguales se atraen. Todo lo que una persona desea ardientemente, existe, es de ella y está a su espera. Si alguien desea un determinado trabajo, éste existe en algún lugar para él. Es la Ley del Pedir y Recibiréis, porque todo aquel que pide, recibe —enseñada por el Maestro.

¿Cómo conseguir trabajo? Bien, 1) Reconocer que el trabajo es la participación del ser humano en la ópera de la construcción del mundo; la remuneración es apenas una posible consecuencia. Riqueza es estado mental, por lo tanto la persona va a mentalizar cuánto desea ganar. 2) Desear realmente trabajar. 3) Buscar el trabajo que le da placer, porque todo trabajo hecho con placer produce más y hace que el trabajador se especialice siempre

Quién es

Conferenciante, escritor, poeta y pensador, Lauro Trevisan es brasileño. Estudió filosofía, psicología, teología e historia. Es uno de los miembros más destacados dentro de los libros sobre el poder de la mente y la autoayuda.

Su primer libro "El poder infinito de tu mente" se publicó en 1980. Entre 1980 y 2008 publicó más de 50 títulos sobre una amplia variedad de temas. Ha dado conferencias por todo Brasil, algunos países de América latina, América del Norte y Europa.

Ha estudiado y profundizado en diversas técnicas sobre el desarrollo y control mental.

El 11 de este mes hará una presentación sobre su camino existencial y hablará sobre su última trilogía Creer es Crear, publicada por Obelisco. Será en Barcelona, en la Casa del Libro, Rambla Sant Josep, 88-94. Más información en www.laurotrevisan.com.br

más sobre su actividad. 4) Tener espíritu de participación, alegría en el trabajo, y capacidad de producción que rinda lucro. Ahora, mentalice que ya está actuando feliz en ese trabajo. Así funcionará la Ley de la Atracción.

-También la soledad es un sentimiento muy extendido en esta época de redes sociales. ¿Estamos viviendo tiempos paradójicos?

-Una cosa es soledad, otra cosa es estar solo. Soledad es sentimiento de autodisgusto, de no-aceptación, de desánimo interior y esto puede ocurrir con una persona viviendo junto a la multitud. Por otro lado, un individuo solo puede sentirse feliz, pleno y autorrealizado. Claro, también puede sufrir de soledad. Depende de su estado anímico. Lo paradójico de los tiempos actuales es que nunca hubo tantos medios de comunicación, de diversión, de placeres, de facilidades de estar donde se quiera, y todavía nunca hubo tanta depresión en el mundo como ahora. Según un informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS), divulgado en julio de 2011, están creciendo los casos de ansiedad y depresión en todo el mundo.

-La parapsicología ha estado entre sus aprendizajes y enseñanzas. ¿Qué le atrae especialmente de ella?

-Estudié filosofía, teología, psicología, psicoanálisis y también hice cursos de parapsicología. Estas ciencias me condujeron a la investigación sobre las potencialidades del ser humano, es decir, sobre el poder de la mente. La parapsicología dice que todo lo que se crea en la mente consciente de forma unívoca el subconsciente realiza. De esta

verdad nacieron mis libros "El poder infinito de la mente" 1 y 2, "La llave del mayor poder del mundo", "Usted tiene poder para cualquier cosa", "Puede quien piensa que puede" y otros. Esta verdad equivale a lo que reveló Jesús: "Todo lo que se pide con fe, se alcanza". A partir de la enseñanza del Maestro, he escrito varios libros, como "La fe que mueve montañas", "El poder de la fe", "La fe todo puede... ¿Mito o verdad?", y otros. El tema sobre el poder inmanente en la criatura humana es lo que más me fascina. Estoy estudiando, escribiendo y hablando sobre eso desde 1975.

-Volvamos a la palabra. ¿Por qué razón especial usted pone énfasis en el poder de la oración?

-La oración es el eslabón de ligazón entre Dios y el hombre. Por la oración, la persona cree que está contactando con Dios, que para ella es padre, amor, bondad y corazón abierto para todo regalo. Así, su fe es inmensamente fuerte y eso es lo esencial para que todo se alcance. Todo lo que pidieréis en la oración, creyendo, lo alcanzaréis —esto aseguró Jesús.

-Como sociedad, ¿qué tan lejos o próximos estamos de vivir más integrados en cuerpo, mente y espíritu?

-La evolución será el camino de la integración. Recién ahora empezamos la escalada del segundo grado de la evolución. El primer grado es la evolución material y en este punto estamos progresando fantásticamente. Pero las grandes evoluciones humanas se darán a partir del segundo grado, que es la evolución mental y espiritual. Ahí se dará el descubrimiento del ser

humano en su plenitud. Es necesario reconocer que en lo que se refiere a los conocimientos de la criatura humana sobre sí misma estamos todavía muy atrasados. Necesitamos crecer mental y espiritualmente para que ocurra el sueño de una sociedad más justa, más amorosa, más solidaria, más abundante y más feliz.

-¿Hace falta una masa crítica para que se haga realidad ese sueño, u ocurrirá de otro modo?

-Hace falta un interés mayor entre los eruditos de hoy a lo que se refiere la comprensión de la verdadera dimensión humana. Esto no es tema que, en este momento, inspire a las universidades. El mundo de hoy aún está volcado hacia los temas materiales y económicos.

-En uno de sus libros habla de las profecías de Nostradamus. Estamos en un año por el que mucho se ha hablado a raíz de lo dicho por los mayas. ¿Se van a cumplir los pronósticos que surgen de aquellas previsiones?

-Sea por previsiones de videntes mayas, por Nostradamus, por las profecías de San Malaquías o por las meditaciones existenciales de los sabios de hoy, la verdad es que la humanidad sigue su camino rumbo a la construcción de un mundo mejor y más feliz. ¿Cuándo ocurrirá? Este es el quid de la cuestión.

Acabo de lanzar en Brasil un libro con el título "El último Papa". Tiene como punto de atracción la profecía de San Malaquías sobre los Papas. Es una análisis a través de los personajes de la Iglesia y de un Papa, Pedro II, de temas actuales, como celibato, retorno de los exsacerdotes, confesión, comunión, liturgia y principalmente el inicio de la era del

amor, anunciada por Jesús.

-¿Qué mensaje en particular trae para su presentación en España?

-Mi mensaje más especial es mi cariño para con este pueblo maravilloso, que admiro tanto. Este primer encuentro será muy gratificante para mí. TM



GUÍA ESPIRITUAL Y EMOCIONAL

www.caminodelafelicidad.es

669 76 13 29 (Victoria)

psicoesoterismo@hotmail.com



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.sanergia.com
jflosanergia@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 Guimera
Tel. 96 384 04 21

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.
(17 de junio, a las 10 hs.)

Chacroterapia

Feminidad

Nuestro Niño Interior



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, a las 10 HS.
taller gratuito de prosperidad
y a las 17 HS., taller de cuentos**

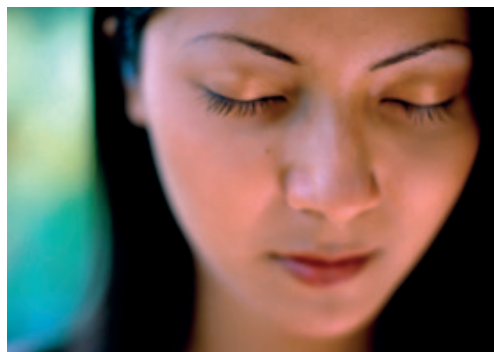
**22 DE JUNIO, a las 20.30 HS.
conferencia gratuita sobre cábala**

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

Carmen Haut
18 AÑOS DE INVESTIGACIÓN

AFIRMACIONES Y VISUALIZACIONES

Otra opción desde Ho'oponopono: dar permiso para recibir aquello que es correcto y perfecto



Mabel Katz

Tal como nos enseñan la Ley de Atracción y Ho'oponopono, somos 100% responsables de nuestra realidad. ¿De qué forma somos responsables? Somos responsables de los pensamientos que determinan nuestro destino. Nuestros pensamientos están muy controlados por nuestras memorias. ¿Sabías que el 90% de nuestras memorias viene de nuestros ancestros, y que las hemos estado acumulando durante una infinidad de vidas? Por lo tanto, aquello en lo que pensamos que basamos nuestras decisiones a veces no tiene nada que ver con los pensamientos del momento.

¿Y sabías que sólo eres consciente de 15 bits de información por segundo, cuando en realidad tienes 11.000.000 de bits de información por segundo que ni sabes que

existen y están tocando todo el tiempo? Estos bits son memorias pasadas que has estado almacenando, y son los que controlan tus decisiones, opiniones, juicios de valor, expectativas y temores. Todo esto impide que alcances tu verdadero potencial y tu paz interior.

Cuando afirmamos y visualizamos, ¡estamos manipulando los 15 bits de información de los que somos conscientes! ¡Esos 15 bits creen saber qué es correcto y perfecto! En Ho'oponopono aprendemos a soltar y dar permiso a Dios. La limpieza de Ho'oponopono nos abre a la bondad del universo de Dios y trabaja con los 11.000.000 de bits de los que no somos conscientes. Cuando soltamos y se lo entregamos a Él, ¡Él puede transmitir por nosotros y nosotros no necesitamos siquiera saber cómo funciona!

Esto es lo que Joe Vitale descu-

bró cuando halló Ho'oponopono y es el motivo por el que dijo "Ho'oponopono está más allá de El Secreto". Las afirmaciones sólo le dicen a Dios qué hacer por nosotros, como si supiéramos mejor que Dios qué es correcto y perfecto para nosotros. Con Ho'oponopono y la limpieza, estás dando permiso a Dios, quien sabe mejor, para que te traiga aquello que es correcto y perfecto.

Entonces, permíteme preguntarte lo siguiente: ¿queremos afirmarle a Dios que sabemos más que Él, o preferimos soltar y darle permiso para que nos traiga aquello que es correcto y perfecto?

Incluso una enfermedad puede ser una bendición encubierta. Muchas veces un dolor puede ser una forma de soltar memorias, ¡ya que nuestro cuerpo es *todo* memorias! Amo el dolor y la enfermedad. Les digo te amo como una forma de

soltar y permitir a Dios realizar la curación. No lo hago para que el dolor o la enfermedad desaparezcan. Lo hago para poder estar en paz incluso cuando estoy enferma.

Verás, Dios puede hacer algo diferente cada vez que sueltas y dices "gracias" y "te amo", porque Dios sabe qué es correcto y perfecto para ti en ese momento. Sólo necesitas decirlo. Eso es todo. ¡Necesitas dar permiso en lugar de pensar que tú podrías solucionarlo!

Lo mismo aplica a las visualizaciones. Es Dios quien está creando cuando usas cualquiera de las herramientas de Ho'oponopono. Si puedes ver el trabajo de Dios, si puedes ver la transmutación de Dios, bien por ti. Pero no eres tú quien lo está haciendo. Tu trabajo sólo es decirlo, y luego permitir a Dios ser el que crea. Dios es quien

traerá aquello que es correcto y perfecto, y Él no necesita que le des indicaciones sobre qué colores utilizar, cómo hacerlo, o cuáles deberían ser los resultados.

Una vez más, las afirmaciones y las visualizaciones son una forma arrogante de pensar con nuestros 15 bits de información, y luego creer que sabemos más que Dios, y que por lo tanto Él necesita que le demos indicaciones.

El reverendo Michael Beckwith dice que las afirmaciones son como cosas de jardín de infantes. Despertamos, jugamos con ellas y nos damos cuenta de que somos poderosos. Ahora nos graduamos y podemos ser nosotros mismos. Ese es nuestro trabajo, ser. Cuando eres, estás en el *fluir*, das permiso al Universo para guiarte, protegerte, y colocarte en el lugar correcto

en el momento correcto. ¿Te suena familiar?


Como siempre digo, debes hacer aquello que funcione para ti. No tengo duda de que las afirmaciones y las visualizaciones pueden funcionar. Somos así de poderosos. Creamos con nuestros pensamientos. Sin embargo, ¿no es mucho mejor repetir "gracias" o "te amo", soltar y dar permiso a Dios, que nos creó y nos conoce mejor que nadie?

Bien, hace varios años que practico soltar y dar permiso, y puedo asegurarte que hoy tengo mucho más de lo que podría haber pedido. Ni en mis sueños podría haber imaginado la vida que vivo hoy.

¿Quieres liberarte? ¡Entonces da permiso a Dios que sabe más!

<http://mabelkatz.com/spanish>

Disfruta el verano saludablemente



Bitter de Alcachofa: facilita la digestión, depura el hígado y reduce la celulitis.

Affiline: disminuye el apetito y estimula el metabolismo.


Minci A: absorbe las grasas para ser eliminadas y evita la flacidez.

Minci B: elimina toxinas, favoreciendo la pérdida de peso, y mejora la circulación sanguínea.

¿Quieres distribuir nuestros productos?
Solicita información sin compromiso

Swissnahrin
Calidad Suiza
en productos naturales

INFORMACIÓN Y PEDIDOS
685 856 228



Manantial alegría
Centro de psicoterapia y terapias alternativas

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

Viajes, CDs y Libros

"Yo soy una mujer inocente y libre"

"El Nuevo Renacimiento de Babaji"



RENACER EN VACACIONES
Del 3 al 10 de Agosto,
macizo del Peñagolosa

más información:
96 114 13 05
manantialvalencia.org
manantialvalencia@gmail.com
Plaza Patraix, 4 -1º
46018 Valencia

PUENTE DE CONEXIÓN

La Odontología en el Camino de las Flores

Amelia Izquierdo Acamer
Psicología Clínica
Gema Ballester Palanca
Medicina Odontológica



*f*ue una sincronicidad que Gema y yo nos conociéramos en un camino especial, el camino del campo estrellado, más conocido como Camino de Santiago. Aún estábamos lejos de comprender el significado de lo que vivimos durante trece días a lo largo y ancho de un transitar de trescientos kilómetros bañados de sudores, sonrisas y lágrimas.

El calor penetrante del agosto lo paliábamos levantándonos en la más completa oscuridad de la noche. Esto significaba vivir en plenitud los ritmos naturales de la vida. Ante la magnitud de los anocheceres y de los amaneceres, la luz y la oscuridad jugaron ante nuestros pies cansados y nuestros ojos casi dormidos, un baile en continua polaridad.

Nuestras mochilas cargadas hasta los topes nos hacían comprender el peso de nuestras almas, aliviadas por el apoyo y la comunión de nuestras penas y sofocos bajo ese tórrido sol del verano, en el que solo nos mantenía un impulso: llegar a nuestro destino, el Portal de la Gloria, la puerta de la catedral de Santiago. Llegadas a este punto, una se pregunta qué puede albergar de "gloria" un lugar donde reposan los restos de un apóstol que precisamente no tuvo éxito en su propio peregrinar y que fue tras su muerte cuando su sepulcro fue convertido en un camino póstumo, y con ello, uno de los senderos más transitados por toda clase de peregrinos.

Es posible que algunos de nosotros podamos entender el sentido que puede tener la muerte tras la

vida, ya que, tras sus designios celestes, nos brinda la oportunidad de un aprendizaje aunque sea con un simple aprobado. La cuestión es que allí acabaremos, hagamos o no hagamos el Camino de Santiago, satisfechos del esfuerzo realizado, de la disciplina más somera, de la felicidad más trabajada.

Pues bien, ese lugar donde reposa el cuerpo de Jacob con su sobresaliente estelar, nos brindó la gran oportunidad de encontrar **una flor (la flor de Santiago)**, representante de la estrella, uniendo a dos disciplinas que desde las bases de sus propias estructuras académicas y sus desarrollos científicos estaban volcadas a una especie de ostracismo: la Medicina Odontológica y la Psicología.

La dualidad sigue estando presente en nuestro contexto cultural y social, y aunque parezca mentira, aún son muchos los que se preguntan qué pintamos estos dos representantes trabajando en conjunción. Esto es algo así como observar cómo se puede quedar un paciente con la "boca abierta" cuando se le pregunta a quién o qué mordería en lugar de desgastar su esmalte dental rechinando mientras duerme... Tal vez muchos se pregunten y qué tendrá que ver.

La terapia floral nos brindó el puente de conexión, ya que la Medicina y la Psicología compartieron en su caminar más ancestral la misma raíz en el arte de acompañar al ser humano en el restablecimiento de su salud: la ecología, rama de la biología que se encarga de estudiar a los seres en interacción con su ambiente. Esto nos lleva a comprender

el significado de lo ecológico, a conocer la variedad de sistemas relacionales que existen en el ser humano y a descolgarnos de la simple presunción de que un diente, por ejemplo, es solo un diente, venga por caso.

Formar parte de un sistema implica una correlación y una integración entre todas las partes de ese sistema y a su vez, una interacción con otros sistemas, viendo al "Todo" como mucho más que la suma de sus partes.

Edward Bach nos proporcionó un método de terapia de polaridad con las flores, representantes de la vibración, de la armonía y de los ritmos patentes en la naturaleza en su continuo relacional con los seres que la habitan. No me imagino mejor sistema que éste para beneficiarnos de una odontología ecológica.

Las flores nos otorgan con su nobleza y pureza los recursos necesarios para devolver al organismo su equilibrio. Contienen un código energético que es captado del Cosmos, este código se manifiesta en un patrón transpersonal

que es capaz de actuar a todos los niveles del ser humano: emocional, mental, físico y espiritual.

Esto quiere decir que un absceso de pus en un diente que ha enfermado, o una mal posición dental, tienen una razón ecológica de ser y que el ser humano puede descifrarlo y solucionarlo si es atendido desde su integridad y con la conciencia de su personalidad.

La flor es el regalo más puro y sencillo de la naturaleza, precede al fruto. Representa el origen; capta y traduce los códigos celestes, encajando a la perfección en todas y cada una de las estructuras y sistemas humanos. Un dolor rabioso es reimpreso con el amor del Acebo, un absceso de pus, es invitado a salir con el código de amabilidad del Espinifex, una herida que sangra, suturada por la paz de la Estrella de Belén.

Y por citar una de las peores pesadillas, como es la caída de los dientes, advertir la necesidad del Álamo Temblon, que despide a los presagios con dosis agradecidas de fe. TM

PSICOLÓGICA

Psicología Clínica
Odontología Energética
Medicina Natural

 Zenframe
Amelia Izquierdo

 dentameg
Gema Ballester

C/ Periodista Azzati 5-3B. Puerto de Sagunto. 962691324-961187814
www.zenframe.es

EL PERDÓN

*Bálsamo
curalotodo*

Martín Ribes

Terapeuta Chamánico
y Transpersonal
Formador en Chamanismo
Práctico



Recientemente uno de mis clientes, Miguel, en una sesión chamánica recibió una visión en la que se fundía con su Animal de Poder, en este caso un Pelicano. Tras experimentar su belleza, pureza y esplendor, el ave y el hombre fundidos echaron a volar en busca de aquellos peces que servirían de alimento a sus polluelos. La escena cambió súbitamente: se vio tendido en el suelo con el corazón al descubierto y dos Orcos aprisionaban su corazón, agarrándolo entre sus manazas. Se desdobló y observó esta imagen desde el exterior sintiendo que se hundía en el mar con un profundo desasosiego, preguntándose “¿por qué yo?, ¿qué he hecho para merecer esto?”.

El tambor dejó de sonar, volvimos a la realidad ordinaria y compartimos nuestra visión para dotar de una mayor profundidad a las enseñanzas recogidas desde el plano sutil.

Tras varias preguntas de poder, Miguel descubrió que había en su corazón un fuerte resentimiento hacia sus padres pues sentía que no le habían brindado el amor y el afecto que se merecía. Miguel no podía, ni quería, perdonarlos y les atribuía su propia incapacidad de dar o recibir abrazos de sus hijos abiertamente. Al rencor que habitaba en su corazón le acompañaba una ausencia de amor propio con la consecuente búsqueda de afecto “ahí fuera”, a fuerza de sacrificio extremo y ausencia de asertividad.

¿Cómo perdonar? No es una cuestión de simple-

mente decirlo de boca para afuera, hay que sentirlo. Y, ¿cómo sentirlo? Queriendo. Y, ¿cómo querer? Accediendo a lo transpersonal y pidiendo al Universo que se te conceda la capacidad de perdonar que aún no tienes. A partir de aquí todo se pondrá en marcha para que así suceda. En un viaje chamánico puedes poner la intención de conectar con tu animal de poder y tus maestros guía para que te otorguen la gracia de perdonar. Quizás entonces, por ejemplo, tu viaje empiece con la visión de los Orcos con el corazón entre sus manos, se manifieste algún Arcángel o el mismo Cristo, que con un simple toque transforme a los "malos" en sendas palomas que emprenden el vuelo. Puede que la visión continúe con la aparición de tus padres, éstos se conviertan en los niños que fueron y sientas que ellos, al igual que tú, tuvieron sus sueños y anhelos de infancia, miedos, desilusiones, rupturas, un difícil porvenir... En definitiva, experiencias que les llevaron a olvidarse de quiénes eran, como te ha pasado a ti, y que les limitó su capacidad de mostrar afecto. Ahora, al mirar a los ojos de esos niños, quizás te inunde una profunda comprensión y compasión que abra de par en par tu entendimiento y tu corazón...

Es a partir de entonces cuando *realmente* hemos experimentado la compasión y el consecuente perdón en el plano transpersonal, que la "magia" empieza a funcionar en al plano ordinario y de repente un día, sin esperarlo, acaso recibes una llamada de tus padres y en plena conversación te encuentras diciéndoles lo mucho que los quieres. Tu rencor ha amainado y tú permites el acerca-

miento. Tu niño herido empieza a sanar pues a partir de ahora todo el amor incondicional que necesita se lo vas a suministrar tú. El adulto dejará gradualmente de exigirlo a sus padres, hijos, pareja o círculo social pues empezará a sentirse íntegro y sin rencor. Hay que tener en cuenta que el Perdón no es algo que suceda de una vez y para siempre. Es un proceso que implica permanecer siempre atentos y seguir sanando aquellos recuerdos del pasado proyectados al momento presente, haciéndonos responsables y conscientes de nuestras carencias de niñez.

Perdonar no significa "tragar" o justificar conductas que nos causan sufrimiento por lástima (importante no confundir lástima con compasión), pues probablemente lo que estemos ocultando es un sentimiento de rabia no aceptada o cierta actitud de superioridad. Para experimentarnos como personas íntegras es importante no reprimir ni negar ninguna de las partes que componen nuestra totalidad psicológica, lo cual incluye la capacidad de sentir amor y cariño, pero también sentir rabia y resentimiento. De no ser así es-

tos sentimientos permanecerán ocultos en las sombras de nuestra psique, neutralizando nuestra capacidad de perdonar o somatizando dolencias y enfermedades. Sentir y aceptar la rabia y el dolor es el primer paso que nos llevará a las puertas de la comprensión verdadera de que nunca hubo nada que perdonar.

El Pelicano es el ave Simbólica de los Rosacruces y de la Francmasonería como emblema de la ley del sacrificio de la mente ante nuestra divinidad. Alegóricamente, en la iconografía cristiana, simboliza la eucaristía. Podemos ver en la ornamentación litúrgica imágenes del Pelicano alimentando a sus polluelos con su propia sangre, representando a Cristo en la última cena.

Encomendémonos a un entendimiento más grande y pidamos perdonar desde ahí donde la mente ya no alcanza y permitamos que esa gran medicina-bálsamo curalotodo, el perdón, deshaga nuestra ilusión del dolor.

Feliz senda,

Ahó! TM

www.epopteia.es



- Coaching
- Terapia Gestalt
- Terapia Chamánica
- Terapia Transpersonal
- Pensamiento Positivo
- Círculos Chamánicos
- Visualización Creativa
- Formación en
- Chamanismo Práctico

C/Alcanta privada, 6 Puerto de Sagunto y C/ Río Nervión, 19 Valencia
Tel.615 856 360 - www.epoptae.es - info@epoptae.es

EL ARTE DE BENDECIR

*Reconocer una belleza
omnipresente, oculta
a los ojos materiales*



al despertar, bendice tu jornada, porque está ya desbordando una abundancia de bienes que tus bendiciones harán aparecer. Porque bendecir significa reconocer el bien infinito que forma parte integrante de la trama misma del universo. Ese bien lo único que espera es una señal tuya para poder manifestarse.

Al cruzarte con la gente por la calle, el auto, en tu lugar de trabajo, bendice a todos. La paz de tu bendición será la compañera de su camino, y el aura de su discreto perfume será una luz en su itinerario. Bendice a los que te encuentres, derrama tu bendición sobre su salud, su trabajo, su alegría, su relación con Dios, con ellos mismos y con los demás. Bendice a todos en todas las formas imaginables, porque esas bendiciones no sólo esparcen las semillas de la curación, sino que algún día brotarán como otras tantas flores de gozo en los espacios áridos de tu propia vida.

Bendice tu ciudad, tus gobernantes y a todos como los educadores, enfermeras, barrenderos, sacerdotes y prostitutas. Cuando alguien te muestre la menor agresividad, cólera o falta de bondad, responde con una bendición silenciosa. Bendice totalmente, sinceramente, gozosamente, porque esas bendiciones son un escudo que los protege de la ignorancia de sus maldades, y cambia de rumbo la flecha que te han disparado.

Bendecir significa desear y querer incondicionalmen-

te, totalmente y sin reserva alguna el bien ilimitado – para los demás y para los acontecimientos de la vida-, haciéndolo aflorar de las fuentes más profundas y más íntimas de tu ser. Esto significa venerar y considerar con total admiración lo que es siempre un don del Creador, sean cuales fueren las apariencias. Quien sea afectado por tu bendición es un ser privilegiado, consagrado, entero.

Bendecir, significa invocar la protección divina sobre alguien o sobre algo, pensar en él con profundo reconocimiento. Significa también llamar a la felicidad para que venga a él.

Bendecir significa reconocer una belleza omnipresente, oculta a los ojos materiales. Es activar la Ley universal de la Atracción que, desde el fondo del universo, traerá a tu vida exactamente lo que necesitas en el momento presente para crecer, avanzar y llenar tu vida de gozo.

Es imposible bendecir y juzgar al mismo tiempo. Mantén en ti ese deseo de bendecir como una incesante resonancia interior y como una perpetua plegaria silenciosa, porque de este modo serás de esas personas que son artesanos de la paz, y un día descubrirás por todas partes el rostro mismo de Dios.

Y por encima de todo, no te olvides de bendecir a esa persona maravillosa, absolutamente bella en su verdadera naturaleza y tan digna de amor, que eres tú mismo. **TM**

FERIA ESOTÉRICA, ESPIRITUAL Y ALTERNATIVA

*15ª edición del 9 al 23
del corriente mes
en Nuevo Centro*



Otro año más el centro comercial Nuevo Centro acoge la Feria Esotérica, Espiritual y Alternativa que se realiza con motivo del solsticio de verano y la mágica noche de San Juan. Fechas cósmicamente muy importantes ya que el sol alcanza su máximo esplendor y desde la antigüedad se vienen celebrando numerosos rituales populares.

En la feria, que llega a su edición número 15, se pretende acercar al público asistente el esoterismo y las terapias alternativas desde una perspectiva transparente y de ayuda a nivel espiritual.

Estará abierta entre el 9 y el 23 del corriente mes, am-

bos días inclusive (domingos cerrados), en el horario de 10 a 21, ininterrumpidamente y, como siempre, ubicada en la plaza central interior de la primera planta, con entrada gratuita.

Como en años anteriores, se realizarán conferencias gratuitas de gran interés y de temas relacionados con el objetivo de la feria.

Para más información se puede consultar en la web www.maykaybindi.com o enviar un e-mail a info@maykaybindi.com solicitando la programación.

Además, como ya viene siendo habitual, habrá rituales para San Juan y se dispondrá de productos holísticos y de Nueva Era. TM

Bindi

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

Pedidos on line
www.maykaybindi.com

BAZAR ESOTERICO MAYKA

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

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

NUEVO CENTRO

TUS DOS TIENDAS ESOTÉRICAS EN EL NUEVO CENTRO

TIEMPO LIBRE



La clave del mayor secreto del mundo

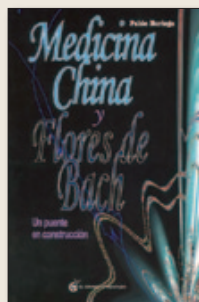
Lauro Trevisan
Obelisco

Pensamiento positivo, ley de la atracción, fe que mueve montañas... ¿Cuál es la llave que abre todas las puertas? ¿En qué se diferencian las personas? ¿Por qué algunas consiguen alcanzar sus objetivos y otras no? Éste es el gran planteamiento al este libro da una respuesta.



El reset colectivo **Suzanne Powell** **Nous**

"Si algo no lo comprendes, ten paciencia, acepta tu situación con alegría, pidiendo saber el porqué de las cosas. Que seas el ejemplo para los demás a seguir. Disfruta intensamente el presente y qué en cada momento seas tú mismo, con todas las consecuencias. Esa es la clave de la felicidad", dice la autora.



Medicina china y flores de Bach : un puente en construcción

Pablo Noriega
El Grano de Mostaza

La combinación de estas dos tradiciones del saber médico y terapéutico enriquece a ambas, generando el holograma de un tratamiento más eficaz. La introducción es esclarecedora y la profundización en cada órgano desde la perspectiva de la MTC es brillante.



Biocentrismo **Robert Lanza** **Sirio**

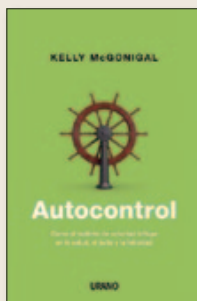
La vida y la conciencia son absolutamente fundamentales para poder comprender el universo, en lugar de tratarse de una consecuencia tardía y secundaria, manifestada al cabo de miles de millones de años de procesos físicos inertes. Y esta nueva perspectiva es lo que se ha dado en llamar Biocentrismo.



El libro de los seis anillos

Jock Brocas
Kairós

La supervivencia, tanto en el combate como en la vida cotidiana, requiere que utilicemos todas nuestras capacidades y aptitudes. Y qué mejor que saber lo que un agresor va a hacer antes de que lo haga, o aprender a tomar decisiones vitales sabias para vivir con más armonía.



Autocontrol **Kelly McGonigal** **Urano**

Basándose en los últimos hallazgos científicos en materia de psicología, neurociencia y medicina, McGonigal niega que el autocontrol sea una virtud; la fuerza de voluntad es una función biológica que se puede mejorar mediante aspectos que van desde la nutrición hasta el sueño o la presencia.



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

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 6, "Equilibrio entre la generosidad y la economía"; el 13, "Fortalecer la autoestima"; el 20, "La belleza de la personalidad espiritual", y el 27, "Claridad, determinación y éxito en la vida". Informes de estas y otras actividades a través del teléfono 963 51 81 81.

CÍRCULO DE SONIDO.

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

TALLER GRATUITO DE PROSPERIDAD.

El 10 del corriente mes, a las 10, se realizará un taller gratuito de Prosperidad, a cargo de Carmen Haut, en el Centro de Cábala Uriel, calle Azagador de las Monjas 7 (Patriaix), donde también, el día 22, a las 20.30, habrá una conferencia de libre acceso sobre Cábala.

MEDITACIÓN.

Todos los martes, 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.

FERIA ESOTÉRICA, ESPIRITUAL Y ALTERNATIVA.

Del 9 al 23 de este mes se desarrollará la edición número 15 de la Feria Esotérica, Espiritual y Alternativa que anualmente tiene lugar en el centro comercial Nuevo Centro. De 10 a 21, se podrá recorrer stands en la plaza central interior de la primera planta, y también participar de una serie de programas, en forma gratuita.

FIN DE SEMANA DE LAS ARTES.

Del 8 al 10 de este mes tendrá lugar en el Centro Budista de Valencia, calle Sagunto 97, el Fin de Semana de las Artes, en el que se realizarán conciertos, talleres y exposiciones. Informes a través del teléfono 963 480 892.

el 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.

Reiki (2º nivel): días 1 y 2 (viernes tarde y sábado todo el día). Reiki (2º nivel): días 4 y 5 (lunes todo el día y martes mañana. Quiromasaje Profesional: días 5 y 19 (martes y jueves), 9 y 23 (sábados). Iniciación al Masaje: días 5 y 19 (martes y jueves), 9 y 23 (sábados). Psicoaromaterapia Sagrada: Esencias Físicas: días 11 y 12 (tardes). Curso Masaje 3ª Edad y Embarazadas: 13 ó 16. Taller Psico-Aromaterapia Egipcia. Quinto Centro: Poder de la Palabra y la Voluntad. Esencia Sagrada de Ámbar Cachemira, día 29 (viernes). Informes, 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>

CENTRO DE CÁBALA URIEL.

Taller de cuentos, día 10, a las 17. Curso de interpretación de sueños, día 17, a las 10. Curso continuo de Cábalá "Método Haut", Las Leyes del Kibalión. Calle Azagador de las Monjas 7 (Patraix), teléfono 670 205 985.

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

APRENDE CHI KUNG.

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

AFRIC ART.

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.

MIGUEL LÓPEZ DELGADO.

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

FORMACIÓN DE DOULAS.

De octubre de 2012 a junio de 2013. Plazas limitadas. Información y reservas: 627 666 621, doulas.diezlunas@gmail.com, <http://doulasvalenciadiezlunas.blogspot.com>.

RENACER EN VACACIONES.

Del 3 al 10 de agosto, en el macizo del Peñagolosa. Información: Manantial Alegría, Plaza Patraix 4, 1ª. 961 141 305, manantialvalencia@gmail.com,

FEBRERO
2013

I ER CONGRESO
MEDITERRANEO
DE YOGA



tú mismo