

tú mismo

www.tu-mismo.es

VALENCIA
DIFUSIÓN
GRATUITA

Nº 67
diciembre
2012

LA TRÍADA DE
LA FELICIDAD

EL NUEVO
SOL

EL ESPÍRITU
DE LA NAVIDAD

PLENITUD ABSOLUTA

AUNQUE SEA MUY DURA LA
CRISIS, ES UN REFLEJO DE QUE
HEMOS PERDIDO EL NORTE.

MAITE BAYONA, AUTORA DEL LIBRO
"EL GOCE DE LAS PEQUEÑAS COSAS",
LO EXPRESA CON LA FIRMEZA DE
QUIEN LA EXPERIENCIA DE VIDA LA HA
LLEVADO AL TERRITORIO DEL SILENCIO
INFINITO PARA ASÍ REENCONTRARSE



esencial

Centro de Salud y Herbolodietética

TALLER DE HUERTOS COLGANTES EN GASA

14 de DICIEMBRE, de 18 a 21 Hs.

Aprende a cultivar tus propias frutas y verduras

¡sin tener necesidad de espacio!

Precio: 30€

Imparte: JUANJO LLISO.

TALLER DE COCINA NAVIDEÑO

15 de DICIEMBRE, de 10 a 15 Hs.

¡Innova estas navidades con menús originales y sanos!

Precio: 55€ (comida incluida)

Imparte: MAVI MOLL.

ACTIVIDADES SEMANALES:

YOGA, PILATES, TAI CHI/CHIKUNG, BIODANZA...

PRIMERA CLASE GRATIS - SIN MATRÍCULA

Sesiones de REIKI, LECTURA DE CARTAS,
SANACIÓN RECONECTIVA, ACUPUNTURA,
AURICULOTERAPIA, FENG SHUI, MASAJE...

Alquilamos sala para tus talleres, charlas
o conferencias. INFORMATE en TIENDA

Visita nuestra tienda on line
www.esencial.biz

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

CURSO de INICIACIÓN

a la BIODESCODIFICACIÓN

La BIODESCODIFICACIÓN se apoya en la experiencia de numerosos investigadores y practicantes como Anne Schutzenberger, Marc Fréchet, Christian Flèche, Groddeck, Hamer, Salomon Sellam y Claude Sabbah, entre otros, que postulan que las enfermedades no existen como tales sino que se trata de programas biológicos cargados de sentido. La enfermedad es un mecanismo de defensa que activa un PROGRAMA BIOLÓGICO cuya finalidad es la adaptación y la supervivencia.

Por lo tanto, conociendo la sintomatología y estudiando el/los distintos programa/s biológico/s asociado/s a ella, podemos buscar y encontrar soluciones para los conflictos que no hemos podido resolver de forma consciente. La BIODESCODIFICACIÓN Biológica no es una terapia más ni se puede englobar en ningún tipo de medicina o técnica, sino que está al servicio de todas.

Estructura:

10 seminarios de fin de semana, uno al mes.

Horario:

sábado y domingo de 9 a 14 h. y de 16 a 20 h.

Inicio del curso: **19 de enero de 2013.**

Información/Reserva:

Herboristería Esencial, C/Calabazas nº 21, pta. 3.

Tel. 96 39 40 741.

dieteticaesencial@esencial.biz / esencial@esencial.biz

Impartido por:

Francisco Iváñez, BIODESCODIFICADOR,
miembro del Instituto Español de BIODESCODIFICACIÓN.

AUNQUE SE CERTIFICARA MEDIANTE UN DIPLOMA LA FORMACIÓN REALIZADA,
NO EXISTE EN LA ACTUALIDAD NINGÚN TÍTULO OFICIAL EN BIODESCODIFICACIÓN.



06

LA TRÍADA DE LA FELICIDAD



20

VISIÓN INTEGRADORA



28

CONGRESO DE YOGA

bienestar

- 04 EL EMBARAZO CONSCIENTE.
08 EVOLUCIÓN Y CHACRAS.
10 EL TOQUE PARA LA SALUD.
12 CÓMO CIERRAS LA BOCA.
14 APRENDER A RESPIRAR.

entrevista

- 16 CERTEZA DE UNO MISMO.

la otra realidad

- 22 EL NUEVO SOL.
24 EL ESPÍRITU DE LA NAVIDAD.

acontecimientos

- 26 MACROMEDITACIONES.
27 JORNADA PRÓSPERA.

tiempo libre 30. el escaparate 31.

tú mismo Staff

Editor
Aurelio Álvarez Cortez

Arte y maquetación
Noé Álvarez Lier

Colaboradores
Carla Iglesias, Patricia Abarca, Mar Tarazona, Marcel Pierlet,
Amelia Izquierdo, Gema Ballester, Emi Zanón, Olga Lava,
Carmen Haut, Joan Barniol, Mayka y Bindi

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.

EL EMBARAZO CONSCIENTE

*Un periodo
de vida
y sabiduría*



Patricia Abarca

Matrona. Doctora
en Bellas Artes

normalmente las parejas requieren un tiempo de adaptación para asimilar un embarazo, aun cuando éste haya sido planificado; por lo tanto es normal que muchas parejas pasen de la sorpresa o la alegría del primer momento a la preocupación e incluso la angustia. El problema surge cuando estos temores no son superados, impidiéndoles disfrutar plenamente el periodo de gestación y el nacimiento del hijo.

El hombre suele tardar más en tomar conciencia de su paternidad, ya que al no sentir los cambios físicos del primer periodo, con los que la mujer toma contacto rápidamente, tiende a vivenciar la gestación como algo ajeno a él; también le cuesta comprender las alteraciones de ánimo y de la fisiología de su pareja provocadas por los cambios hormonales, sumando a esto los propios temores vinculados al hecho de formar una familia. Por ello debemos comprender por qué algunos hombres se ponen una barrera, prefiriendo desentenderse del hecho y argumentando que "es cosa de mujeres", o bien contrariamente toman una conducta sobreprotectora hacia el embarazo.

Es fundamental darse un espacio para hablar, exponer los temores, las presiones a las que ambos se ven sometidos durante este periodo, plantearse mutuamente lo que se siente y también lo que cada uno necesita o espera del otro. Por esta razón un taller de preparación prenatal, además de los cambios propios de embarazo, debe tratar los aspectos emocionales, sociales y comunicativos de cada uno, ayudándoles a expresar aquello que no se habla en el día a día, reforzando no sólo el entendimiento del embarazo y la comunicación entre ellos, sino la actitud con la que se enfrentan a este nuevo reto.

En el primer trimestre del embarazo se produce lo que podríamos llamar "el ajuste físico, social y emocional de la aceptación del embarazo". La mujer -aunque se sienta muy feliz- necesita asumir de manera consciente el cambio de rumbo que toma su vida, ya que sabe que rápidamente tendrá que posponer o dejar de lado sus metas previas, para abrir espacio físico y emocional a la nueva gestación.

En esta etapa la inexperiencia y el miedo ante lo nuevo generan ansiedad tanto en el hombre como en la mujer, surgiendo el cuestionamiento acerca de si se está o no preparado para ser padre o madre, y si realmente

la pareja que tenemos en ese momento es la adecuada para formar una familia. En el hombre además emerge la preocupación por la economía, no sólo por el requerimiento del embarazo en sí, sino por lo que implica formar una familia. En esta etapa también, y sobre todo cuando la gestación ha sido esperada con ansias, surge el miedo a que el embarazo no vaya bien y por eso muchas parejas prefieren ocultarlo hasta pasado los tres meses.

En el segundo trimestre tiende a prevalecer "la adaptación a los cambios físicos del embarazo y el reconocimiento social del mismo", es decir, por una parte la mujer se va aclimatando poco a poco a los cambios propios del embarazo y, del mismo modo, su pareja se hace más consciente al observar el crecimiento de la barriga, los cambios de los pechos y de la vagina en ella, así como los movimientos fetales, a la vez que comienzan las primeras dudas en torno a la actividad sexual y el temor a hacerle daño al bebé. En esta etapa la gestación es reconocida socialmente y pueden surgir presiones por parte de la familia, si algún miembro de la pareja no es aceptado por la otra parte, si la relación no se ha formalizado o si la madre ha decidido ser madre soltera. También, si la mujer trabaja, su embarazo puede ser cuestionado desde el área laboral.

En esta etapa es importante que la pareja defina bien sus sentimientos y su actitud ante el embarazo, since ren y refuercen la comunicación entre ellos, para sentirse fortalecidos ante las presiones sociales, familiares, laborales o cualquier problemática que pueda surgir. Es además el periodo en el que ambos pueden iniciar la comunicación con su bebé en gestación mediante, por ejemplo, las caricias al útero, las palabras, la música o el canto.

En el tercer trimestre los pensamientos se tienden a focalizar en "la

experiencia próxima del parto, el nacimiento del bebé y la preparación para recibir al nuevo hijo". Surge el temor ante el parto, la intervención médica o que las cosas no vayan a salir como se espera; en esto influye mucho las otras experiencias que la pareja ha visto o que les han contado. Por esto es importante reforzar en la mujer la seguridad en sí misma, la sabiduría del propio cuerpo, la relajación, la respiración y sobre todo la actitud hacia el parto, comprendiendo que es una experiencia única que cada mujer vive de forma diferente y en lo que su pareja puede participar activamente.

En el hombre emergen nuevamente las preocupaciones por el desempeño de su rol como futuro padre y por el aspecto económico ante las vicisitudes que surgen para sacar adelante una familia. Aquí es importante reforzar las metas a corto plazo, pero también potenciar su autoestima y la confianza en sí

mismo, su rol durante el parto y los primeros días posparto. También es necesario clarificar las dudas sobre la sexualidad antes y después del parto, así como visualizar el espacio físico y psicoafectivo que ocupará al interior de la pareja el bebé, una vez nacido.

Si bien la gestación y el nacimiento de un hijo es un proceso natural que permiten formar una familia y dar sucesión a la vida de forma innata, se ha transformado inevitablemente en un suceso condicionado y estereotipado culturalmente. Por esto lo mejor que podemos ofrecer a un hijo por nacer, es la adecuada preparación prenatal de los propios padres, permitiéndose ellos mismos la oportunidad de vivir la gestación y el parto desde una conciencia física, mental y emocional, reforzando los propios recursos personales, para recibir a su hijo en actitud amorosa, abierta y confiada. TM

<http://procreatevida.wordpress.com>

pro CreArte vida
Talleres de ayuda personal
Crea, crece
y desarrolla
tu
creatividad
Acompañamiento personalizado
Patricia Abarca
Experiencia en creatividad y desarrollo personal
620865224 - procreatevida@gmail.com
<http://procreatevida.wordpress.com>

LA TRÍADA DE LA FELICIDAD

Celebramos el fin de año con tres piedras que simbolizan el pedido tradicional de salud, dinero y amor



Carla Iglesias

Aqua Aura

Se acercan las fechas de los regalos, los buenos propósitos para el año que entra y las consabidas reuniones familiares.

Muchos de nosotros seguimos aún sin saberlo, pero en realidad se trata de una tradición nórdica de colocar un regalo especial o simbólico al lado de cada plato en la mesa, en el marco de una cena especial en Navidad, o incluso con las uvas del fin de año.

Por todo ello os animo a pensar en los minerales, que por su atractivo visual y propiedades nos colmarán de buena energía en estas celebraciones y sin duda pueden

ayudar a superar a los, a veces, complicados momentos como son las *reuniones familiares*.

Propuestas

Colocar una pequeña piedra de cuarzo rosa en el centro de la mesa nos ayudará a que fluya una energía amorosa durante toda la velada.

La llamada *tríada de la felicidad* hace referencia al amor, la salud y el dinero. Lo ideal es pasar el fin de año con las tres piedras que simbolizan y atraen esas energías en la mano:

Amor, cuarzo rosa.

Dinero, ojo de tigre o piritita.

Salud, cuarzo verde o malaquita.

Como todas las tradiciones, la creencia de que una piedra regalada trae suerte no deja de tener su lógica, ya que cuando regalamos algo ponemos, además del presente, toda nuestra intención de que a la persona que agasajamos le vaya mejor.

Que disfrutéis de estas fiestas acompañados de cuarzos y, por si acaso, recordad que el ámbar y el citrino nos ayudarán a hacer la digestión.

¡Felices fiestas! TM

Aqua Aura está en Facebook

AQUAURA

*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



SINTAGMA
ESCUELA DE TERAPIAS NATURALES

Escuela miembro del
PROGRAMA PHILIPPUS

REAL CENTRO UNIVERSITARIO
Escorial - M^a Cristina



HACEMOS SALUD



ACUPUNTURA



OSTEOPATÍA



NATUROPATÍA



QUIROMASAJE

EVOLUCIÓN Y CHACRAS

La energía crística y la octava superior

Carmen Haut



La octava es un ciclo de siete tiempos, siete niveles comprenden un salto evolutivo en cualquier cosa que decidamos aprender. Esta escalera debe ascenderse (sin saltarse ningún nivel) hasta completarse con el último peldaño, donde cada uno de ellos se enlaza a un nivel superior, y acabando el conocimiento del anterior. El resultado es "Evolución", conocimiento a través de la práctica e integración de manera armónica y ordenada. Conseguir una escalera completa de siete peldaños equivale a posicionarse en un nuevo escalón de otra octava superior.

La evolución, el despertar de la Kundalini, debe realizarse de esta manera y cualquier práctica que se salga de este orden donde los chacras deben activarse de uno en uno, y de manera ascendente, moviliza un desorden en la persona. Los archivos inconscientes se abren para desorientarnos, mostrándonos imágenes confusas que no sabemos dónde ubicar; las emociones se alteran sin darnos una respuesta que nos sirva para esclarecer el momento que vivimos, actuamos de manera dispersa y damos palos de ciegos inten-

tando "evolucionar" para dejar de sufrir.

Comprender el mundo de la energía en nuestro cuerpo requiere práctica, continuidad y técnica. Aun más, demanda introducirse en los mundos del inconsciente y del alto astral, por eso la propuesta es una práctica de ascenso controlado donde experimentar distintas técnicas, ejercicios y complementos que corresponden a cada nivel y a cada chakra. Cada vez que se mueve voluntariamente un chakra, debe permitirse un tiempo de activación hasta que debamos mover el siguiente. Suceden actitudes y emociones nuevas y se activa la conciencia y el mundo de los sueños para darnos explicaciones más evolutivas. Se abre la comunicación con tu ser.

¿Cómo intentar ver el aura con las emociones revueltas, conectar con vidas pasadas o escuchar al ser interior, intentando controlar todo este estado caótico en el que vivimos?

Nuestras auras están comprimidas, rotas, débiles, los agentes externos penetran en ellas de manera fácil en tiempos como los que corren. El miedo, la ira, la impotencia, la venganza, la tristeza, etcétera, se

han vuelto colectivos e intentar estar conectados a nuestro equilibrio y paz interior son estados efímeros, temporales, pero no es así como se transforma una situación, no es entrar a la conciencia puntualmente, tener momentos de lucidez y después seguir caminando entre los obstáculos sin más. Sólo con un verdadero cambio interno se puede modificar lo externo.

Masa crítica

Se necesita una masa crítica o, mejor dicho, CRÍSTICA, un número concreto de personas despiertas y con un nivel evolutivo concreto, para que el gran cambio suceda de una forma integral, equilibrada y que el dolor del cambio sea menos dolor. Cuando suceden los desequilibrios, estas personas saben superarlos lo antes posible. Mientras se caen las mentiras, ellas construyen un nuevo amanecer para el mundo, pero si no despertamos más rápido, el desequilibrio se producirá y todos sufriremos esta metamorfosis. Estamos en el ojo del huracán donde los movimientos se suceden y activan de manera acelerada; lo que debe restablecerse, aflora espontáneamente y esta masa Crística se despierta demasiado despacio. Los chacras de la Tierra se abren para esta transformación porque el sistema mundial debe modificarse y no podemos llegar tarde a esta "Gran Fiesta".

La importancia del chacra del corazón

Un chacra se puede testar, limpiar, desbloquear y activar; todos estos pasos son necesarios para un chacra que no fluye. De nada sirve todos los esfuerzos para ser mejor persona si el chacra del corazón está bloqueado, el amor universal no puede abrirse paso en nuestro pecho y nuestro Cristo, nuestro Maestro, no puede manifestarse.

Acudir al nacimiento de Cristo, llevarle nuestro presente, no es otra cosa que poder sacar nuestros potenciales y manifestar otro grado evolutivo cada año, a una escala superior. A una octava mayor.

La evolución no tiene que ver con dominar técnicas ni acumular información que no se aplica correctamente, la evolución solo requiere tener el chacra del corazón abierto. Si el amor fluye, todo se corrige, nuestro "Amigo invisible" no dejará de darnos sorpresas.

¡Solo me queda desearte feliz Navidad y un próspero Año Nuevo, y te espero en el taller de chacras que se dará el 20 de diciembre! TM



Centro de Cábala **"URIEL"**

CURSOS

**COMIENZA CURSO DE CÁBALA
"MÉTODO HAUT",
INTERPRETACIÓN DEL
ÁRBOL DE LA VIDA,
EL 26 DE DICIEMBRE**

**KIBALIÓN,
18 DE DICIEMBRE**

**CHACRAS,
17 DE FEBRERO 2013**

TALLERES

**CHACRAS
20 DE DICIEMBRE**

**PSICOTERAPIA
Y AUTOESTIMA
26 DE ENERO 2013,
DE 18 A 20 HS.**

Carmen Haut

18 AÑOS DE INVESTIGACIÓN

C/ AZAGADOR DE LAS MONJAS, 7

Zona PATRAIX 46018 Valencia

Tel. 670 20 59 85

EL TOQUE PARA LA SALUD

Volver a llevar las riendas de nuestro propio bienestar

Olga Lava Mares
Kinesióloga
e Instructora de TPS



el libro “El Toque para la Salud” y el programa de formación es el legado del Dr. John Thie. Fue su modo de proporcionar herramientas y procedimientos sencillos que pudiéramos utilizar cada uno de nosotros para volver a llevar las riendas de nuestra propia salud.

Cuando en los años 70 empezó a recopilar material para educar a sus pacientes a ser responsables de su salud, para él ya era evidente que el sistema sanitario estaba fallando. La gente se sentía incapaz de ocuparse de sí misma y de sus propias familias si no era a través de los fármacos, incluso ante síntomas de poca gravedad. El sistema había creado un modelo de dependencia que, hoy en día y a pesar de tener más conciencia sobre ello, no ha mejorado mucho.

El método que se presenta en el programa TPS no es la solución a todos los problemas ni se pretende alejar a la gente de la medicina alopática, los medicamentos o la cirugía cuando son necesarios. Lo que John Thie procuraba era dar una alternativa, ayudar a sus pacien-

tes a que se hicieran más conscientes y participaran del cuidado de su propia salud.

Desarrolló un programa muy sencillo en el que se podía valorar y equilibrar la energía y la postura a través del test muscular y de los puntos reflejos, sin tener una formación previa. Y comenzó a enseñarlo a sus pacientes a través de charlas informales en su clínica de quiropráctica. Todos los pacientes que aplicaban el TPS obtuvieron una mejoría en su salud, un mayor beneficio cuando la asistencia médica era necesaria y un mayor equilibrio y bienestar en sus vidas. Fueron los propios asistentes quienes le pidieron y motivaron para que este programa se enseñara en seminarios de fines de semana, y de este modo apareció lo que es hoy la Formación de TPS. John Thie fue un pionero, creía en las personas y soñó con un modelo para mejorar la salud personal, en el cual la gente compartía la información, ayudándose unos a otros, entre familiares y amigos dentro de la comunidad.

Tuvo tanto éxito que las personas que habían recibido los beneficios de esta técnica querían darla a conocer y

enseñarla a más personas. Se creó entonces el Curso de Instrucción de Formadores de TPS y desde entonces el programa se extendió por como mínimo 100 países y se tradujo a 23 idiomas, dando la oportunidad de formarse a miles de personas. Ayudó a muchos a mejorar su bienestar, a responsabilizarse de su salud y a encontrar su vocación como terapeutas.

Las madres opinan del TPS que es como un botiquín alternativo que todos deberíamos tener en casa, puesto que son equilibraciones tan sencillas que hasta los niños pueden hacer. Cada día más profesionales de la sanidad, médicos, enfermeras y terapeutas, han integrado las técnicas en sus consultas y han enseñado a sus pacientes a ayudarse a sí mismos. Los atletas han mejorado su rendimiento y los estudiantes han potenciado su capacidad de aprender. Miles de personas han conseguido aliviar sus dolores y equilibrar su energía utilizando este método cuyos objetivos son:

- **Aumentar la vitalidad** mediante el equilibrio de la energía, la postura, la actitud, la armonía y el bienestar. Crear presencia y conciencia corporal para apreciar mejor y disfrutar de nuestra vida.

- **Descubrir nuestros objetivos**, nuestro propósito de vida, clarificando nuestra visión personal y nuestros intereses, desvelando nuestros recursos y el propio potencial innato.

- **Focalizar nuestros esfuerzos** de manera óptima para realizar nuestros objetivos y poder reconocer y celebrar los éxitos conseguidos.

- **Liberar los bloqueos** energéticos, emocionales, mentales y físicos hace que se alivien los dolores y otros síntomas, mejorando la calidad de vida.

- **Descubrir y desarrollar la habilidad**

dad natural que tiene nuestro cuerpo para sanar nos permite ayudar a los demás a sentirse mejor, a través de nuestra experiencia de vida. Está demostrado que cuando la persona cambia, todo su entorno también cambia.

- **Nos proporciona recursos no agresivos y sencillos** para incrementar la práctica de nuestra salud y cuidado.

- **Recuperar el control sobre nuestra salud y la autoridad personal** cuando nos enfrentamos a una enfermedad, síntomas, disfunción, dolores o achaques.

John Thie decía que siempre hay esperanza, no importa la gravedad o lo desconocida que sea la

enfermedad, TPS está abierto a los milagros, y a veces los resultados de una sencilla equilibración son realmente increíbles.

El Toque para la Salud (TPS) fue un método revolucionario en su día y casi 40 años después sigue estando más vigente que nunca porque aporta aspectos únicos. Es ante todo un sistema que responsabiliza a la persona de su propia salud, le permite comunicarse con su cuerpo y su inconsciente, para mejorar su estado y lograr sus objetivos en la vida.

Ahora más que nunca las personas necesitamos tomar las riendas de nuestra vida y recuperar el poder personal. TM

www.olgalava.com



**FORMACIÓN DE KINESIOLOGÍA
EL TOQUE PARA LA SALUD**

Inicio: 19 de enero de 2013
Curso avalado por el IKC (International Kinesiology College)
Imparte: Olga Laya Mares, Kinesióloga e Instructora de TPS

Para ver fechas, precios e inscripción: www.olgalava.com
Contacto: olgalava@hotmail.com - 679 320 928

Charla gratuita 28 de diciembre de 19:30 a 20:30 h.
C/ Río Nervión, 19 Pta. 25 - Valencia



CLASES
YOGA, DANZA ORIENTAL, PILATES
INCORPÓRATE CUANDO QUIERAS. GRUPOS LIMITADOS.

DICIEMBRE
DÍA 9 Curso de GEMOTERAPIA.
DÍA 15 Iniciación REIKI Primer Nivel.

ESPECIAL DIA DEEKSHA en apoyo del cambio energético del 21 de diciembre.
Entrada libre. Ver fecha y horarios en web

MÁS INFO CONSULTA NUESTRO CALENDARIO EN NUESTRA WEB



MANOS REIKI
San Vicente, 78 - 3º - Pta. 3 46002 Valencia
www.manosreiki.net
Tel. 686 29 23 15

CÓMO CIERRAS LA BOCA

Relación entre los dientes y la salud en general

Dra. Mar Tarazona Beltrán
Colegiada N° 1.794



esta sería una de las preguntas más importantes que los dentistas nos deberíamos hacer a la hora de acercarnos a un paciente, sobretodo si queremos hacer una odontología integral ofreciendo una visión absolutamente nueva sobre la relación entre los dientes y la salud en general.

Si los dientes superiores o inferiores no encajan como deben, se acumulan tensiones en la mandíbula. Nos pasamos todo el día abriendo y cerrando la boca, así que cualquier desajuste en la mordida nos creará un sobreesfuerzo crónico del músculo.

La finalidad de los ligamentos que unen los dientes al hueso es intentar ajustar los músculos maxilares en todo momento para disminuir la presión en los dientes. Debido a ello se pueden producir espasmos en los músculos que rodean la articulación temporomandibular (ATM), que es la que

maneja la mandíbula a la cabeza.

Para cualquier odontólogo es fundamental la ATM ya que cualquier problema en dicha articulación nos puede causar complicaciones como problemas posturales, artritis, dolores de cabeza o molestias en piernas, cuello u hombros.

Cada vez que tragas, los dientes contactan y envían a todo el cuerpo una señal neuromuscular. Si no hay una buena oclusión dental, debido a cualquier interferencia que haya en la boca, el cuerpo en su totalidad intenta equilibrarla. Sin que la persona se dé cuenta, esta situación de constante reajuste se vuelve crónica, generando dolores permanentes en cualquier zona del organismo, sin recordar cuándo empezaron.

Un alto porcentaje de la población tiene problemas relacionados con una mala oclusión debidos en su mayoría a un mal desarrollo de

las mandíbulas como consecuencia de la alimentación.

Los hábitos alimentarios modernos han provocado la necesidad escasa de masticar y con ello una disminución del tamaño de las mandíbulas y la deformación del paladar. Todo esto podría ser la causa del problema que se ha vuelto tan común en los niños, la superposición de las piezas dentarias.

Hay dos actitudes frente a este problema: una es la extracción de alguna de las piezas para que el resto de los dientes dispongan de espacio o, lo que es lo mismo, hacer que los dientes encajen en la mandíbula; la otra alternativa es la expansión de la mandíbula para que ésta sea la que encaje con los dientes, ya que la causa original del problema es que la mandíbula es demasiado pequeña y que la extracción daña el equilibrio de la ATM, lo cual provocaría toda una serie de complicaciones relacionadas con la espina dorsal. **TM**



MAR TARAZONA
CLÍNICA DENTAL



*El equilibrio
que necesitas.*



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

www.clinicadentalmartarazona.com

Finaliza **2012** y cumplimos
6 años

Son momentos **especiales**,
y por eso queremos **celebrarlos** junto
a quienes nos **acompañan** mes a mes

A nuestros **anunciantes**, lectores, **amigos**,
muchas gracias y...

¡Felices fiestas!
tú mismo

APRENDER A RESPIRAR

*Pranayama Yoga,
una formación
para lograr que
tu vida cambie*

**Marcel Pierlet
(Gurubir Singh)**



Esta formación de Yoga ha nacido del darme cuenta, en mi práctica personal y también en la práctica de personas que acuden a mis clases, talleres y terapia, de la importancia que tiene aprender a respirar y luego hacerte el dueño de tu respiración. "Sencillamente, tu vida cambia".

Es un trabajo que tiene la duración de un año y se divide en cuatro módulos. Nuestro primer módulo es "Volviendo a nuestro cuerpo" (recuerda que nuestra vida comienza en nuestro cuerpo físico). En estos primeros tres meses vamos a ocuparnos en profundidad de él para comenzar a crear una buena base (enraizarnos), sana, sólida y equilibrada en conexión con la madre tierra. Esta parte inicial del trabajo va acompañada por los primeros pasos de la respiración consciente y pranayamas básicos.

El segundo módulo trata sobre

"El despertar de la fuerza", ¿dónde está nuestra fuerza? Pues en nuestro interior, esperando despertar. Aquí comenzamos a trabajar con respiraciones y pranayamas que nos permiten ir en busca de esa fuerza que se encuentra dos dedos por debajo del ombligo (tercer chakra).

En el tercer módulo, "El camino del que busca", planteamos que somos hombres, mujeres, seres humanos en busca de la verdad, nuestra verdad personal que nos recuerda quiénes somos, qué estamos haciendo aquí y a qué hemos venido. En este tramo de la formación se trata de encontrar el equilibrio entre la fuerza que nos conecta con nuestro poder personal y el "soltar", permitir simplemente que todo suceda de una forma natural. Trabajamos la aceptación de nuestra vida en todos sus aspectos (físico, mental, emocional), tal cual es en el aquí y ahora.

El cuarto módulo, "Viajando hacia la libertad", nos invita a vol-

vernos libres, romper las cadenas que nos mantienen atados al miedo, a creencias y comportamientos antiguos. Vas a comenzar a abandonar tu vieja identidad y permitir que, paso a paso, vaya surgiendo tu verdadero yo. En este tramo del trabajo, apoyándonos en nuestro cuerpo fuerte, equilibrado y enraizado; practicando con confianza y decisión la respiración consciente, pranayamas avanzados y meditación, buscamos con humildad y entusiasmo aprender a estar más presentes en nuestra vida de una manera real y verdadera, de modo tal que nos permita vivir con sabiduría y conciencia el camino.

Todos los módulos van acompañados del estudio del Bhagavad Gita (diálogo entre un guerrero y su maestro) y esta formación de Yoga tiene paralelamente un trabajo personal de crecimiento y sanación. Recuerda: lo único que hace falta para que en tu vida exista la felicidad es que tú estés en ella. **TM**

Formación de Profesores de Pranayama Yoga

Formador: Marcel Pierlet (Gurubir Singh)

Comienzo en Enero de 2013



Respira y vive tu presente en plenitud

Módulo I: Volviendo a nuestra consciencia corporal.

Módulo II: El despertar de la fuerza.

Módulo III: El camino del que busca.

Módulo IV: Viajando hacia la libertad.

Todos los módulos van acompañados del estudio del Bhagavad Gita (diálogo entre un guerrero y su maestro).



Jueves 13 de diciembre, a las 20 hs., charla informativa en Centro Manantial Alegría, Plaza Patraix nº 4, Valencia



Información y contacto en Valencia: corazonencalma08@gmail.com, Tel. 961 041 344, 665 772 217 - www.corazonencalma.com



déjate
ver

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, llega al 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

Precio promocional
22 euros

963 366 228

652 803 027

info@tu-mismo.es

CERTEZA D UNO MIS

Rescata el valor y la potencialidad del vacío, la plenitud absoluta, y desde allí una percepción nueva de la vida. Maite Bayona, autora de "El goce de las pequeñas cosas", señala de este modo cómo trascender una inevitable incertidumbre

- ¿Cómo advertimos las pequeñas cosas en nuestra vida, Maite?

-Cuando conseguimos aterrizar en nuestra propia vida percibimos las cosas que son reales, las que están aquí pero que las prisas y la falta de atención no nos permiten ver. Nuestra vida siempre está esperándonos, pero con la falta de atención nos alejamos de ella. Nos metemos en la ilusión y en las historias que habitan en nuestra mente de forma continua e insistente. Al final estas historias son como una goma de borrar que elimina los pequeños placeres de los que está hecha nuestra vida.

-Al principio me pareció un manual de autoayuda, con una síntesis de muchos temas expresados de forma amena, sutil, profunda y sencilla. ¿Qué has querido comunicar en esencia?

-Escribir es una forma de conocerme, de profundizar en mí misma. Al escribir expongo mi visión del mundo, pero puede haber muchas. Es un modo de comunicarme con mi propio espíritu a través de las palabras, para poder acceder a esa realidad que está ahí, y que

muchas veces mi propia mente inquieta me impide percibir.

-Ya que hablas de realidad, en el libro dices que "lo real nunca duele, si duele es ilusorio y necesitas averiguar dónde te estás engañando".

-Exactamente. La mente es potente y, al mismo tiempo, muy seductora. Nos llama para que caigamos en ese engaño, entonces duele. Y es cuando duele que podríamos despertar, darnos cuenta de que si duele no estamos en contacto con lo real de nuestro ser, porque nuestra realidad es la alegría, el amor, la conexión. Cuando percibimos dolor estamos dentro de la ilusión y para despertar una buena manera es poner atención justamente en aquello en lo que estamos, además de ser valientes y querer averiguar cuál es en verdad nuestra realidad. Habitualmente nos engañamos por comodidad, porque preferimos no saber tantas cosas. A veces ver la realidad nos puede empujar a desmontar toda una forma de vida.

-Además de poner atención, que supongo plena, también te refieres a soltar y a cuestionar los pen-

E M O

entrevista

Christian García Rico | Noelia Martínez Romero



Aurelio Álvarez Cortez

"La vida siempre te lleva al lugar en donde debes estar", dice Maite.

samientos, todo ello como estrategia para detener el pensamiento.

-Soltar porque es la manera en la cual toda la vida te pertenece. Tenemos tanto miedo que no nos puede llegar la abundancia que merecemos porque nos aferramos, y al hacerlo no podemos percibir todo lo demás que está pasando. Se trata entonces de aprender a dejar ir, a soltar ese miedo que impide el ciclo de la abundancia. Esto se tiene que hacer a cada instante, es decir, prestando atención; cuando lo logras, estás dejando ir lo viejo y dando la bienvenida a aquello que está delante de ti. Cuestionarse la realidad significa que la verdad se encuentra más allá de los conceptos, de cualquier tipo de pensamiento que podamos tener. La realidad no es pensable, para saber qué es lo real la vida nos obliga a vivir.

-Aquello que decía Buda, "no me creas, experimenta", tal y como lo recuerdas. O dicho de otra manera: captar la realidad sin filtros.

-La mente nos puede ayudar a crear, pero es tan sutil cuando crea una ilusión, que ésta lo impregna todo,

Quién es

Licenciada en Filología Anglo-germánica y profesora de lenguas, Maite Bayona durante más de ocho años enseñó inglés y alemán en la Escuela Universitaria de Turismo y Dirección Hotelera de Sant Pol de Mar y en la actualidad trabaja como traductora.

Es también terapeuta de ayurveda, shiatsu y reflexología, entre otras terapias complementarias, además de ser una buscadora de la verdad más profunda del ser humano.

Tras su primer libro, "Conquista tu felicidad", acaba de publicar "El goce de las pequeñas cosas", de editorial Obelisco, en el que ahonda en esa filosofía que busca ir más allá de las apariencias y que nos ayuda a comprender el mundo como un reflejo fiel de nuestro interior.

Contacto: www.maitebayona.com

entonces necesitamos ir más allá de todas las palabras para salir de ella. Cualquier pensamiento que des por válido absolutamente quizá te esté dificultando que experimentes algo diferente. Tal vez tu realidad pudiera ser totalmente distinta y no lo puedes percibir porque tienes unas ideas muy preconcebidas. Esto puede observarse en cualquier persona con pensamientos demasiado fijos que dice "es que yo soy así", "esto es así", y la verdad es que nada es así porque todo cambia constantemente, no existe nada que sea estático. Sí hay algo perdurable, estable, es nuestro propio ser; aquello que te invito a conocer para que puedas tener un soporte mucho más estable en la vida, y dejar de irte detrás de cada experiencia, ya que al fin y al cabo cada experiencia nace y muere.

-La muerte nos provoca miedo. Y también tenemos miedo a perder, a que nos dejen, a crecer, a cambiar.

-El miedo a la muerte sería una falsa comprensión de la realidad. Si finalmente la muerte es una ilusión no deberíamos temer a nada, si la muerte no existiese no temeríamos nada. Y los sabios nos dicen que la muerte no existe, que si observamos la realidad lo único que vemos es una sucesión constante de muerte y nacimiento. La muerte simplemente es el inicio de algo nuevo.

-Vivimos en una época de incertidumbre, que a su vez causa miedo. Van desapareciendo todos los parámetros en que nos apoyábamos para sentirnos seguros. La vida estaba hecha, teníamos empleo, casa, coche, y ahora todo se desvanece.

-La incertidumbre no puede desaparecer porque todo es incierto, todo cambia y, además, no sabemos hacia qué dirección lo hará. Yo prefiero mirar la vida como un misterio. En el libro trato este tema del misterio pues lo veo como un enfoque más positivo. Desde el misterio la vida puede vivirse como una aventura. En el fondo, está muy bien no saber qué pasará porque todas las posibilidades existen en este momento. Todo es incierto, sí, y también misterioso, una sorpresa, una aventura. Se trata de una actitud diferente de vivir las cosas.

-¿Salir del victimismo, a eso te refieres?

-Sí, todo lo que ocurre es incierto, por eso me animo a buscar certezas más allá de lo incierto. Existe una certeza más allá de la incertidumbre que es la certeza de uno mismo. Si te fijas, las pequeñas cosas siempre están ahí mientras tenemos vida. Hay personas que viven en circunstancias lamentables y tienen un sentido mayor de la abundancia con respecto a muchas otras que poseen todo.

-¿No será más apropiada la confianza que la certidumbre para estos tiempos que corren?

-Totalmente. La confianza es la que finalmente nos lleva a través de la incertidumbre hacia un nuevo lugar. La vida siempre te lleva al lugar en donde debes estar. Aunque sea muy dura la crisis, es un reflejo de que hemos perdido el norte: no sabemos quiénes somos, en general no nos hemos movido por unos valores positivos, impera el egoísmo. Lógicamente, caemos en una crisis.

¿Alguien se cree que por el camino que nos conducíamos íbamos a algún sitio favorable? El camino del egoísmo lleva a la autodestrucción, resulta imposible avanzar por ahí. Es por eso que la vida, muy sabia, nos dice "no, por ahí no". Creo que es nuestra propia alma, nuestro interior, el que hace estallar la crisis para señalarnos que esto no es la auténtica vida. La crisis es una llamada a despertar de la ilusión. El egoísmo es miedo, "quiero coger lo que tú tienes porque pienso que a mí me faltará". No seamos ingenuos. ¿Alguien se cree que no íbamos aterrizar en una crisis según la manera en que nos estábamos comportando? Debemos crecer espiritualmente y ver la parte de responsabilidad que tenemos, en todos los niveles, personalmente, como país... Tomar conciencia y ver dónde estamos actuando con falta de autenticidad y generosidad.

-¿Cómo imaginas que saldremos de este "invierno" de la historia colectiva?

-Yo propongo volver a las pequeñas cosas de nuestra vida porque es una forma muy primaria, esencial, de volver a sentir quiénes somos, y entonces nos daremos cuenta de que somos abundancia, de que tenemos muchísimo, y no hay por qué tener miedo, para salir más fácilmente del egoísmo. Parece muy simple, pero, ¿existe otro camino que no sea empezar por lo más pequeño?

-"Hagas lo que hagas, ámalo", dice uno de los personajes de "Cinema Paradiso", al cual también citas.

-Preciosa película... Es el mensaje que le da Alfredo a Totó, y que es útil para todos, para la vida. Es muy fácil amar las cosas que nos gustan, pero cuando llega una cosa que no nos agrada... ¿Cómo conseguir amar una realidad que no nos gusta? Es lo que puede suceder con la crisis, "abrazarla" de alguna manera en lugar de luchar contra ella. ¿Qué podemos extraer de ella?, ¿cómo nos transformamos a través de una crisis? Cualquier cosa que ames, te pertenece, si quieres abundancia ama, ámalo todo...

-Tratas el tema del amor, en el sentido profundo de la palabra, poniendo como ejemplos a los protagonistas

de la tragedia de los Andes, personajes que vivieron el Holocausto, Vicente Ferrer... Es la guinda del pastel.

-En cualquier instante de la vida puedes entrar en el amor o bien en el miedo. En una frase del libro digo que "cualquier acción que realices puede ser luz o sombra". No existe más iluminación que un momento en el que tengas una intención amorosa, y en el instante en que actúas por egoísmo estás entrando en las sombras del miedo. Cada momento supone un reto al amor y cada día encuentras gente con la cual practicar ese amor. El amor ha de incluir a todo el mundo, no solo a tu familia, tus seres queridos o amigos.

-¿Cómo surge esa fuerza tan poderosa, creadora, transformadora, alquímica que es el amor? ¿Puede ser del vacío?

-Sí. En Occidente este concepto tiene un significado nihilista, pero el vacío en realidad significa potencialmente todo. No se trata de un vacío de contenido, sino de plenitud absoluta. Ésta sucede cuando te has deshecho de los miedos, los deseos, o el dolor emocional que de algún modo debes atravesar. Al conseguir apartarlos con un trabajo de atención plena, llegas al amor. No creo que el amor pueda forzarse, el amor surge espontáneamente cuando te vacías de todas esas historias que te impiden conocerte a ti mismo. Cuando te percibes, amas, y cuando amas, amas todo. Es la desnudez de todos los miedos que nos ponemos como capas lo que impide que nos demos al otro.

-¿Qué cosas pequeñas forman parte de tu universo, hoy en día?

-Cada día tiene su afán... Existen muchas pequeñas cosas que me reconcilian y me hacen volver a mí misma. Levantarme por la mañana, ver salir el sol, el aire fresco de la mañana, el cielo en cualquier momento del día, que para mí es la metáfora del espíritu. El mundo desaparece si no hay cielo, y esto puede ocurrirles a las personas que están todo el día encerradas en un sitio sin ver el cielo. También el mar, la luz del sol, la lluvia, el café de la mañana, una conversación auténtica con una amistad, un rato de soledad para escribir o leer o el hecho de saber que puedo volver a mí en cualquier circunstancia, que puedo volver al momento presente donde está la vida... Sin embargo, cuando me meto en la ilusión de cualquier historia me cambia la energía, lo cual me sucede como a todo el mundo, entonces dejo de estar presente y desaparecen las pequeñas cosas, es muy instantáneo. Pero puede salirse de esa situación si volvemos a fijar la atención en las pequeñas cosas, en lo que está sucediendo aquí ahora.

-Estamos en diciembre. ¿Qué quisieras compartir

para hacer en este momento del año, cuando muchos hacen balance o sienten un ambiente de confraternidad?

-Este final de año puede plantearse como un nuevo nacimiento, sin olvidar que la vida nace en cada instante. Debemos prestar atención a nuestra vida en el presente. Las rimbombantes celebraciones que se suceden en estos días son a veces un baile total de inconsciencia. Trabajo de traductora en Urgencias de un hospital y observo cómo algunos se sumergen en el frenesí de las fiestas con tal inconsciencia que los resultados son totalmente catastróficos. El último día del año puede ser sencillo sin dejar por ello de estar lleno de alegría y celebración; como también el primer día del nuevo año.

-Redescubramos el goce de las pequeñas cosas, entonces...

-Cuando corremos tras la mente con un deseo estamos perdiendo exactamente aquello que buscamos. La invitación es a detenernos, a dejar de huir de los miedos y de correr tras los deseos. Es cuando te paras, como digo en el libro, cuando la mariposa de la felicidad viene a posarse en ti. La plenitud que se encuentra dentro de nuestro ser se siente en la quietud del silencio. Podemos empezar por pararnos en las pequeñas cosas para experimentar esa plenitud y para que la experiencia de quien eres empiece realmente a formar parte de tu vida. TM



MARGARITA
LLAMAZARES
Psi@Company

Técnicas de vanguardia
en terapia y desarrollo
personal.
Sesiones individuales
y de pareja.

TAMBIÉN EN INGLÉS

658 465 645

VISIÓN INTEGRADORA

Kinesiología en Odontología Energética (2ª parte)

Amelia Izquierdo Acamer
Psicóloga Clínica
Gema Ballester Palanca
Médica, Odontóloga



Es posible abrir nuestra mente a un nuevo paradigma donde los viejos límites caen para dar paso a un mundo lleno de infinitas posibilidades donde tú eres una de ellas.

La Kinesiología es una técnica que se sustenta en un triángulo descrito por Palmer en 1920 como el *triángulo de la salud*, donde el *psiquismo*, la estructura y lo bioquímico dan el equilibrio a nuestro cuerpo energético. Siendo el *psiquismo* lo mental, los sentimientos-emociones, como también lo espiritual que deviene en nuestras vidas; la *estructura* es nuestro sistema ósteo-tendinoso-muscular junto con los ojos y los pies que nos anclan a la tierra, y lo *bioquímico* corresponde a lo ingerido a través de la comida o de

la bebida, así como lo que inhalamos o contacta con nuestra piel.

Por tanto la Kinesiología Médico-Holística viene a ser la disciplina diagnóstica y terapéutica basada en la observación de la relación del paciente con las noxas patógenas que nos hacen enfermar al descender nuestro umbral de tolerancia al dolor.

Estas noxas o influencias kinesiológicas primarias se estudian a través de la dinámica muscular del cuerpo y de sus partes relacionadas como son las fascias y los tendones que están todos conectados

entre sí, desde la cabeza hasta los pies. Así es como Budert, tratando a un tenista que tenía dolor en el hombro, observó como un músculo fuerte como es el cuádriceps en un tenista, se ponía débil cuando éste se tocaba en la zona dolorosa, lo que nos indica un test de localización positiva.

Tras las tres noxas patógenas que descubrió Palmer fueron apareciendo otras que se agruparon en distintas áreas como:

- **Geopáticas:** correspondientes a la contaminación electromagnética, radioactiva, telúrica.

- **Terreno:** los llamados también trastornos dinámicos o miasmas transmitidos por las "taras" genéticas que heredamos de nuestros ancestros. Tendría cierta correspondencia con el karma, en esta área la enfermedad representaría una oportunidad para la evolución de la persona al poder trascender los patrones heredados inscritos en él.

- **Terreno adquirido:** como todo aquello que perturba nuestros genes tras nacer, como las vacunas, las enfermedades víricas de la infancia, etcétera.

- **Terreno emocional:** inscrito en nuestro ADN por un trauma emocional que pudieron sufrir nuestros antepasados y que se transmitió a través de la memoria celular; esa alteración genética llegó a nosotros.

- **Visceral:** puede referirse tanto a una disfunción física o a un bloqueo energético del meridiano correspondiente a una víscera.

- **Cicatriz tóxica:** es un campo perturbador que provoca una interrupción en el circuito energético, produciendo bloqueos y/o dolor en otras partes del sistema.

- **Wiplash:** se trata de un impacto o un shock resultado de una fuerte experiencia tras una mala

noticia, una caída traumática, un accidente, etcétera, que desplaza el cuerpo energético etérico del cuerpo físico.

- **Diente neurológico:** si un diente está mal, envía una información propioceptiva al sistema neurovegetativo que llega a nuestro Engram o disco duro cerebral, y desde aquí se envía una orden al receptor sensitivo que llega al botón de un músculo en concreto de nuestro cuerpo. Sobre esta base se inició el estudio de la Somatotopía de Goodheart, que fue el primero que comprobó la relación entre los dientes y los músculos. Posteriormente el doctor Gian-Mario Esposito, médico-odontólogo, y el doctor Libertucci desarrollaron la Somatotopía más

completa que se conoce sobre dientes y órganos en la que cada diente está relacionado no solo con un músculo, sino también con un órgano del cuerpo.

En la práctica odontológica es muy probable que se detecten varias noxas patógenas, esto es así porque aunque la respuesta en kinesiología es simple, los humanos en sí mismos somos complejos y estamos en continua interrelación de campos que interfieren unos con otros o se facilitan, por eso es fundamental establecer prioridades en el tratamiento de los trastornos presentados, cosa que solo puede realizarse desde una visión integradora de la persona y de su entorno. TM

www.zentrane.es



Chi kung
El arte de la fuerza interna

Centro Totart.
C/ Palleter 81 Valencia

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



HOLÍSTICA

Psicología Clínica
Odontología Energética
Medicina Natural

 Zentrane
Amelia Izquierdo

 dentameg
Gema Ballester

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

EL NUEVO SOL

Ciclos cósmicos que ayudan a entender qué está ocurriendo

Joan Barniol
Presidente de
la Fundación Icaros



Para entender los tiempos que estamos viviendo es indispensable entender los razones de orden superior que realmente provocan los vertiginosos cambios económicos, sociales, políticos y religiosos a nivel mundial. La Rueda Maya nos habla de ciclos cósmicos y galácticos que nos ayudan a entender lo que está ocurriendo hoy en día. El calendario del Tzolk'in de los mayas reúne unas características especiales. Por un lado, otorga a cada día una forma energética concreta, llamada Kin, y por el otro, define como ésta afecta a nuestra conciencia. Es por eso que constituye una poderosa herramienta para apoyar la evolución espiritual de la persona. El Kin se compone de un número o vibración (hay trece posibles) y de una energía específica o glifo (hay 20), que combinados nos dan uno de los 260 arquetipos energéticos que nos representan en el día de nuestro nacimiento.

Segundo nacimiento energético a los 52 años

Mi sorpresa fue comprobar que mi Kin maya, cincuenta y dos años después, coincidía exactamente con el del día de mi nacimiento. Comprobé los años anteriores y efectivamente no coincidían nunca excepto en la fecha de nacimiento. Era como si la combinación de fuerzas energéticas del universo que encarnamos en el momento de nacer se repitiese exactamente al cabo de 52 años.

Sabía que las tradiciones indígenas consideran ancianos,

por su sabiduría, a quienes llegan a esa edad pero no sabía cuál era el motivo y empecé a investigar buscando patrones de 52 años (18.980 días). Mi sorpresa fue mayúscula cuando reconocí estos patrones en nuestro Sol y en el sol central de la Pléyades que llamamos Alcyone, tal y como explicamos, matemáticamente, en el libro "El nuevo Sol", Brújula de tu Destino, de Editorial Miret.

Hablé con amigos y conocidos que recientemente han cumplido 52 años y comprobé que en muchos de ellos se han producido cambios muy significativos en sus vidas. Separaciones, cambios de trabajo, nuevos matrimonios, nuevas relaciones de pareja. Siempre cambios tremendamente vitales para las personas. "Entiendo que las energías del cosmos al cabo de cincuenta y dos años son idénticas a las de nuestro nacimiento y provocan un segundo nacimiento energético que, si sabemos aprovecharlo conscientemente, con todo lo que hemos aprendido en nuestra vida, puede ayudarnos a pegar un fuerte impulso. El siguiente sería a los 104 años, mejor no esperemos...".

El Tzolk'in nos da indicaciones adicionales para conocer cuál es el propósito de nuestra vida, aquello que más nos impide realizarlo, nuestros dones, etcétera. Nos da indicaciones del pasado para que podemos entender nuestro presente y también indicaciones de hacia dónde nos dirigimos.

"Brújula de tu destino"

Para facilitar el cálculo del Kin hemos creado un pequeño

programa que funciona en Smartphones Android, iPhones y en Windows, IOS de Mac y Linux, disponible en www.fundacion-icaros.org (APP "Brújula de tu destino") y que te ayuda a entender el Propósito de tu vida, qué impide que lo cumplas, cuáles son tus dones, tu Misión.

En vez de complicadas tablas para encontrar el Kin, nos hemos decidido por los móviles y la web, para que se extienda tan rápidamente como sea posible y pueda llegar esta información al mayor número de personas. Está fundamentado en la verdadera tradición maya de las tierras altas de Guatemala (basado en 18.980 días, que sí es divisible por 260) y en el Sol, no en la que se ha popularizado a través del calendario de las 13 lunas de José Argüelles (que se basa erróneamente en 18.993 días, no divisible por 260, con 13 días de exceso debido a los 13 años bisiestos que hay en 52 años).

Significado de la famosa fecha 21-12-2012

Ten presente que esta fecha indica el renacimiento de nuestro Sol, no es ningún final como nos lo pinta Hollywood. Cuando un niño nace, aceptamos las contracciones del parto como parte del proceso, pero lo realmente importante es el nacimiento. Por tanto, prepárate para el renacimiento de nuestro Sol, y asume las contracciones como parte del proceso. El famoso 21-12-2012 es 4-Ahau, 4-Sol". Lo representan, en su notación, como 13.0.0.0.0. El cero simboliza el Sol, por tanto, significa que cuatro soles el Sol, Alcyone, Sirio y el centro de la galaxia, se unen para manifestar en la Tierra el 13, la vida espiritual, la luz más sagrada y el amor puro.

Este conocimiento era compartido también por nuestros antepasados, los druidas iberos, que construyeron dólmenes con estas mismas proporciones para aprovechar sus efectos en la expansión de la conciencia humana. Los campos electromagnéticos de los soles y de todas las estrellas son muchísimo más que energía o espectro electromagnético.

Son vórtices de conciencia que crean la vida y la nutren en los planetas que están maduros para albergarla.

Cómo aprovechar las energías que se dinamizan

Nuestro Sol renace cada 5.200 años gracias al impulso que recibe de la fuente. Nosotros resonamos con el mismo patrón, esa es la razón por la que podemos renacer a los 52 años. Si nos deshacemos de las viejas estructuras que ya no nos sirven, como enseñamos en los talleres de El Nuevo Sol, y nos decidimos a encontrar nuestro destino, el propósito de nuestra vida, aquello para lo que hemos venido a la Tierra y que el Tzolk'in nos ayuda a comprender.

En estos momentos estamos viviendo en la Tierra las contracciones del parto del Sexto Sol. Nada de lo que ocurre es casualidad, todo se revela, todas las mentiras salen a la luz. Hay un crescendo solar, en las contracciones, que provoca que el tiempo se acelere más y más. Cada veinte días equivalen a veinte años. Todo se producirá en una ventana de tiempo reducida. El famoso 21-12-2012 es sólo una fecha, no es ningún final. En realidad, como los sabios mayas nos avisan, se producirá en una ventana de tiempo.

Empieza los días 21 (en maya 4-Sol), 22 (en maya 5-Nutrición), 23 (en maya 6-Viento divino) de diciembre de 2012, quienes estén preparados podrán renacer de su propia agua y espíritu. Deberíamos interiorizarnos, meditar, reflexionar. Son los tres famosos días de oscuridad que simbolizan nuestro canal de parto. Quienes realmente despierten ayudarán a prepararse a quienes lo deseen a vivir su propio renacimiento los días 18, 19 y 20 de marzo de 2013, cuando se completa la precesión de los equinoccios.

Un acontecimiento galáctico de esta magnitud no se produce en un día. Ya se está produciendo, pero no nos damos cuenta. Sencillamente, se está derrumbando lo viejo porque viene lo nuevo, lo espiritual, el amor. TM

www.fundacion-icaros.org

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

Swissnahrin Calidad Suiza en productos naturales

EL ESPÍRITU DE LA NAVIDAD

Una energía especial, pura, positiva, llena de vida, luz y una alta vibración



Mayka y Bindi

diciembre está lleno de momentos energéticos importantes y podemos dos de sus días: el 21 y el 31. Hay una bella tradición que se celebra el 21 de diciembre coincidiendo con el solsticio de invierno. Una gran energía baja este día al planeta con la misión de dar, permitiéndonos cristalizar todos nuestros deseos y peticiones para el año que está próximo a comenzar. Son esas maravillosas ganas que entran, de querer ordenar nuestra vida, regalar a todo el mundo y abrazar. Es un sentimiento que a veces no tiene explicación. Una energía especial, pura, positiva, llena de vida, de luz y de una alta

vibración... El Espíritu de la Navidad emana tres brillantes radiaciones: la primera es de color rubí, que produce prosperidad, deseos de regalar, hacer grandes cenas y decorar. Cuando viene la Navidad somos generosos, pensamos en regalarle a todo el mundo y el Espíritu de la Navidad es el que nos trae ese impulso de dar. La segunda radiación es de color verde, que es la alegría y el entusiasmo. Por último, la tercera radiación es de color Blanco, que irradia pureza, belleza, paz y elevación, incitándonos a vivir en paz, perdonar, meditar y estar en familia.

Ese día, temprano en la mañana, abre todas las puertas y ventanas de tu casa para darle la bienvenida al Espíritu de la Navidad diciendo:

"Bienvenido seas a mi casa y mi corazón, Espíritu de la Navidad. Gracias por tu presencia".

A continuación enciende incienso y escribe la siguiente carta:

"Al Amado Espíritu de Navidad
"Con infinito amor te saludo, amado Espíritu de Navidad, dándote las gracias por el honor que me haces al visitar mi hogar, y rogando a tu infinita bondad concederme los deseos que aquí te expreso, para bien del planeta, la humanidad, mis familiares y amigos y de mí mismo.

Oración

"En nombre del Amado Maestro Jesús, en armonía para todo

el mundo, de acuerdo con la Voluntad Divina, bajo la Gracia y de manera perfecta, y en nombre de mi Amada Presencia YO SOY, saludo al Espíritu de Navidad, doy las gracias por su generosidad con las peticiones del año anterior, las cuales me fueron concedidas para beneficio del planeta, la humanidad, mis familiares y amigos y del mío propio. En esta hermosa fecha que estamos viviendo, entrego estas peticiones, para que si está en Ley, me sean cumplidas de manera perfecta. Deseo que Tu Infinito Amor y Bondad acepten mi más grande agradecimiento por estos favores que estoy seguro vas a concederme en el nombre de Dios Todopoderoso".

Por el Planeta Tierra:

Por la Humanidad:

Para mi grupo familiar:

Para mis amigos:

Para mí:

"Bendigo las peticiones aquí expuestas y decreto su real cumplimiento, por todo lo cual doy mis más sinceras muestras de agradecimiento al amado Espíritu de Navidad.

"Gracias porque ya me diste este regalo para hacerme feliz a mí y a todos los demás.

"Gracias porque mis deseos ya se han cumplido".

Encender una vela de miel como acción de gracias. Guardar la carta en una caja y quemarla antes del 21 de diciembre del año siguiente.

¡Puedes pasarte por nuestras tiendas a recoger la carta para rellenarla!

El 31 de diciembre también es un momento importante al simbolizar el final de un ciclo.

Terminamos 2012 en luna menguante en el signo de Leo. Siguiendo estas nociones, cada año preparamos nuestro especial ritual de fin de año. Este año dedicado al buda rojo para eliminar de nuestro camino todo aquello que no deseamos.

¡Felices Fiestas! TM

Flores de Bach

MIRIAM LIER
terapeuta floral

Consultas
con cita previa

TEL: 635 856 228
miriamlier@gmail.com

Bindi

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

Pedidos on line
www.maykaybindi.com

**BAZAR ESOTÉRICO
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

MACROMEDITACIONES

“Quien va hacia afuera sueña, quien va hacia dentro despierta”.
Carl Jung

Emi Zanón



acabo de levantarme con la primera luz de la mañana y me dispongo a escribir unas palabras dirigidas a todas aquellas personas de buena voluntad que deseen unirse, bien físicamente o en la distancia, a la macromeditación que se celebrará el viernes 21 de diciembre de 2012, a las 19.30, en la Biblioteca Pública de Buñol, Valencia (edificio Galán), y muy especialmente a aquellas personas que abren sus ojos por primera vez tras un largo, larguísimo, sueño.

Mientras busco esas palabras, observo con admiración y deleite el vuelo de las palomas que mi vecino suelta cada mañana a la misma hora. Las bendigo por la gratitud que generan en mí. ¡Cuánta belleza nos rodea, Dios mío! Hoy veo que los chopos, tras la suave lluvia de ayer, se han empezado a dorar y que la brisa es más fría y reseca mi cara, pero, a cambio, me ofrece una felicidad imposible de describir... ¡Es el Amor! ¡La resonancia del Amor dentro mí! Y deseo compartirla con todos los que me rodean, y sobre todo con aquellos que lo están pasando mal en el seno de lo que vivimos, en el seno de tantos cambios planetarios. Y deseo decirles que es posible generar entre todos una onda vibratoria tan grande, tan elevada, tan amorosa, que cree un impacto sobre el plano energético de nuestro amado planeta Tierra que contribuya a la Paz y a la felicidad del mundo.

Somos polvo de estrellas y como toda materia en el

universo, inerte u orgánica, estamos constituidos por los mismos elementos químicos comunes que generan energía: campos electromagnéticos que emiten ondas vibratorias que pueden oscilar desde muy lentas o groseras a muy rápidas y elevadas. Ondas vibratorias que interactúan con todo lo que nos rodea, generando una red de relaciones. No hay separación, sabemos ya, a nivel subatómico. *Todos somos Uno*, como nos dijeron los grandes maestros de la antigüedad.

Las emociones y los pensamientos positivos y amorosos generan ondas expansivas de alta frecuencia que hacen que nuestro campo electromagnético se expanda y produzca bienestar. ¡Imaginad cómo podemos afectar con nuestra unión amorosa el campo energético del planeta y la humanidad!

Por ello, proponemos la celebración de macromeditaciones en tantos lugares como sea posible, en silencio, dejando a un lado nuestros egos y respectivas personalidades, nuestras diferencias externas (unidos en el fondo, no necesariamente en las formas), para vibrar al unísono desde lo más profundo de nuestro Ser, irradiando nuestra Luz, con las conciencias enfocadas en el cambio planetario que se avecina hacia la resonancia del Amor.

Estamos ante las puertas del siguiente salto evolutivo como especie. ¡Tenemos el poder para crear todos juntos un mundo mejor con una conciencia de sí mismo cada vez mayor!

¡Te esperamos! ¡No pierdas esta oportunidad de contribuir con tu Luz a la resonancia del Amor! TM

JORNADA PRÓSPERA



Ribes, Raquel Bermúdez, Tomás Ribes y el grupo Shakti Dance de la Asociación de Danzas de la India de Valencia (ADIVA), que desinteresadamente apoyaron, a través de sus conferencias y espectáculo, el fin último de aportar un importante lote de alimentos no perecederos a tres comedores sociales de la zona. En la imagen adjunta un momento de la Jornada de Prosperidad.

Seguramente, en breve habrá un acontecimiento similar, volcado hacia un objetivo solidario y que eleve el nivel de conciencia en tiempos donde se hace necesario. TM

agradecemos la excelente acogida que tuvo la Jornada de Prosperidad, organizada por Tú Mismo y patrocinada por el Defensor del Mayor de la Ciudad de Valencia, en la persona de José Pelegrí, con la estrecha colaboración del Centro Municipal de Actividades para Personas Mayores de Benimaclet, que preside Andrés Morell.

El evento contó con un público generoso, que participó activamente en las diferentes actividades que se brindaron durante el último sábado del mes pasado.

Nuestro reconocimiento para con María José Viqueira, Carmen Haut, Carla Iglesias, Martín

Encuentro de Invierno en JARDIN DE MAR
Parc Natural de la Sierra Calderona - Valencia
Meditaciones Activas Osho
por Dhyán Marga
amin@ono.com 605 603 590
<http://jardindemar.blogspot.com.es>



Yoga
Regala Yoga
www.yogaconalma.com
Tel. 680 113 488

tú mismo
revista



 ¡Síguenos en FACEBOOK!

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



EPOPTeia
Sistemas Avanzados de Desarrollo



C/Alcanta privada, 6 Puerto de Segunto y C/ Río Nervión, 13 Valencia
Tel.615 856 360 - www.epoptee.es - info@epoptee.es

CONGRESO DE YOGA

*En febrero,
en Valencia.
Participarán
maestros de
diversos puntos
de España*



del 15 al 17 de febrero próximo Valencia será sede del Primer Congreso Mediterráneo de Yoga, con la participación de maestros de distintas corrientes, provenientes de diversos puntos de España.

Este excepcional evento tendrá lugar en el Complejo Deportivo y Cultural La Petxina, organizado por el Instituto de Estudios del Yoga y TÚ MISMO.

El programa provisional de actividades es el siguiente:

El viernes 15, en la Sala de Conferencias, a las 17.45, acto inaugural; a las 18, "Yoga y nutrición", Patricia Restrepo, y a las 19, concierto de gongs, Pepe Lanau. **En la Sala 1**, a las 18.15, Hatha Yoga clásico, Cosmin Iancu, y a las 19.30, "Introducción a las asanas con masaje yoga-tailandés", Emilia Nacher. **En la Sala 2**, a las

17, "Yoga para ti", Eugenia Sánchez Rodríguez; a las 18.15, Hot Yoga, Sabrina Daam, y a las 19.30, "Yoga con alma", Carmen Broch.

El sábado 16, en Patio Exterior, a las 9.45, "Danzas energéticas", Escuela de Yoga Witryh; en la Sala de Conferencias, a las 10, Mantras, Sat Atma Kaur; a las 12.30, "Espacio", Gopala; a las 17, Sangita Yoga, Escuela Shiva Yoga; a las 18.30, Bollywood, Shakti Dance - ADIVA. **En la Sala 1**, a las 10, Pranayama, Víctor de Miguel; a las 11, Anusara Yoga, Christine McArdle Oquendo; a las 12.15, "Energetizar nuestra materia, concienciar nuestra energía y espiritualizar nuestra conciencia. El camino del Yoga Integral", Tao Prajñananda; a las 16, "Yoga y salud", Mirenu Guinea, a las 18.45, Líneas Contemporáneas, Víctor M. **En la Sala 2**, a las 10, Yoga Dinámico, Natalia Jiménez; a las 11, "El ancestral y nuevo kundalini yoga", Siri Tapa; a las 12.15, Estilo Iyengar, Silvia Jaén;

a las 16, Ashtanga Yoga, Cayetana Rodenas, y a las 18.45, Yoga Vedanta, Escuela Sivananda Internacional.

El domingo 17, en Patio Exterior, a las 9.45, "Danzas energéticas", Escuela de Yoga Witryh; en la Sala de Conferencias, a las 10, "Yoga para la vida y la muerte", Escuela de Yoga Dhyanana, y las 11.30, Bhangra, Sat Atma Kaur. **En la Sala 1**, a las 11, "Yoga en la oscuridad", Víctor de Miguel, y a las 12.45, Hatha Yoga, Ramiro Calle. **En la Sala 2**, a las 10, Kundalini Yoga y meditación, Ara Vercher, y a las 11, Yoga en parejas, Soham.

El coste de participación es de 40 euros y se habilitarán stands. Los interesados pueden recabar información a través de los teléfonos 963 366 228 y 652 803 027, o a través del correo electrónico info@tu-mismo.es.

La página web oficial del Primer Congreso Mediterráneo de Yoga es www.congresosdeyoga.com, pestaña "Valencia". TM

15. 16 Y 17 DE
FEBRERO
2013

**I ER CONGRESO
MEDITERRANEO
DE YOGA**

CENTRO DEPORTIVO CULTURAL
LA PETXINA (VALENCIA)

Inscripciones e información stands:
963 366 228 - 652 803 027
info@tu-mismo.es



INSTITUTO
DE ESTUDIOS
DEL YOGA

tú mismo

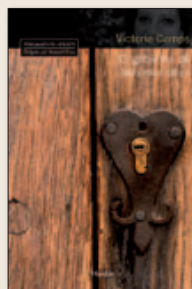
VALENCIA

TIEMPO LIBRE



La economía del bien común **Christian Felber** **Deusto**

Los valores sobre los que se asienta el modelo auspiciado por Felber: dignidad, solidaridad, sostenibilidad ecológica, justicia social y democracia. ¿El objetivo? Poner freno a la desigualdad social, a la destrucción medioambiental y la pérdida de sentido y democracia que reinan hoy.



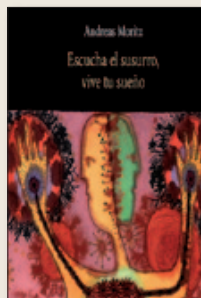
El gobierno de las emociones **Victoria Camps** **Herder**

Un estudio de las emociones para descubrirnos que los afectos no son contrarios a la racionalidad, sino que desde ellos se explica la motivación para actuar racionalmente. Sólo un conocimiento que armonice razón y sentimiento incita a asumir responsabilidades morales.



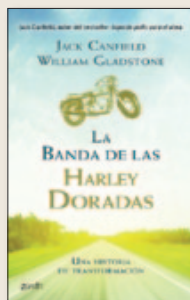
El anillo del poder **Jean Shinoda Bolen** **Kairós**

Cada uno de los cuatro capítulos centrales del libro gira en torno a una de las óperas de Wagner, que la autora relaciona con un arquetipo psicológico de Jung. De este modo, descubre una verdad profunda sobre nosotros, nuestras relaciones y la sociedad, que puede resultar altamente transformadora.



Escucha el susurro, vive tu sueño **Andreas Moritz** **Obelisco**

Sólo con el corazón abierto, una mente receptiva y libre, y el contacto con las estrellas de la sabiduría que aflora en tu interior, podrás cosechar los copiosos dones de la madre Tierra y el Yo Soy universal. Eres un ser benevolente, lleno de luz, y no hay corriente que pueda detenerte.



La Banda de las Harley doradas **Canfield & Gladstone** **Zenith - Planeta**

Un grupo de líderes transformacionales asegura que estamos destinados a vivir en un mundo mejor en el siglo XXI. Embárcate en la aventura de tu vida, toma las llaves hacia una nueva conciencia, colócate el casco de la sabiduría, alístate para conducir por los vientos de cambio.



Lo sagrado está en ti **Ronald y Mary Hulnick** **Sirio**

Durante cientos de años el modelo psicológico se ha basado exclusivamente en la perspectiva mental. Ahora sabemos que existen otras percepciones que pueden ser mucho más poderosas que las de la mente. La vida de la persona cambia radicalmente cuando uno la contempla con los ojos del alma.

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.

SOSTENERNOS EN TIEMPOS DE CRISIS.

El lunes 10, a las 19.15, en Afric Art, C/ Caballeros, 11, Raquel Bermúdez, experta en desarrollo personal, ofrecerá una conferencia sobre "Sostenemos en tiempos de crisis". Y el sábado 15, de 10 a 14, un taller acerca de dicho tema. Los interesados pueden obtener más detalles en dicha tienda, o a través del teléfono 963 926 081.

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.

BRAHMA KUMARIS.

En calle Isabel la Católica 19, Brahma Kumaris ofrecerá las siguientes conferencias este mes, siempre en el horario de las 19. El día 5, "Mantener la calma en el caos"; el 12, "El arte del enfoque y la concentración"; el 19, "Generar entusiasmo y cooperación, y el 26, "Flexibilidad y creatividad en tiempos de cambio". Informes de estas y otras actividades a través del teléfono 963 518 181.

MIGUEL LÓPEZ DELGADO.

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

MANOS REIKI.

Clases Yoga, Danza Oriental, Pilates. Incorpórate cuando quieras. Grupos limitados. Día 9, Curso de Gemoterapia. Día 15, iniciación Reiki Primer Nivel. Especial Día Deeksha en apoyo del cambio energético del 21 de diciembre. Entrada Libre Ver fecha y horarios en web. C/ San Vicente 78, 3 pta. 3. Telf. 686 29 23 15. Más info consulta calendario en www.manosreiki.net

APRENDE CHI KUNG.

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

CELEBRACIÓN DE NOCHE VIEJA.

Disfruta del fin de año en buena compañía, bailando y cantando con gente estupenda. Quedada en Kinépolis y encuentro en Vidamar, La Murta, Alzira. Taller de la felicidad, cena rica, baile de disfraces, senderismo, yoga... Organizan Tomás Ribes y Marta Siri Arti. Contacto: elijoserfeliz@hotmail.com, teléfono 607 549 257.

CURSO INTRODUCCIÓN A LA BIODESCODIFICACIÓN.

Imparte Francisco Ivañez. Comienzo en diciembre. Organiza Món Natural. Pide información a: tienda@monnatural.es, o al teléfono 961 499 788 (Cristina).

CONSULTA CON LOS ÁNGELES.

Con Teresita Carmen, creadora de las cartas "Confianza en los Ángeles" Oráculo Sanador. En Món Natural, Av. Sta. María, 6, Meliana. Cita previa: tienda@monnatural.es, o teléfono 961 499 788.

CONCIERTO Y TALLER.

El día 8, Francisco Lumbreras dará un concierto de cantos armónicos y cuencos de cuarzo y tibetanos en el Centro Yam. También ofrecerá un curso ese día y el siguiente, de voz y canto de armónicos. Informes y reservas: 636 819 021, ruskalla@hotmail.com (Pilar).



SINTAGMA
ESCUELA DE TERAPIAS NATURALES

Escuela miembro del
PROGRAMA PHILIPPUS

REAL CENTRO UNIVERSITARIO
Escorial - M^a Cristina



PROYECTO FORMATIVO PHILIPPUS-RCU

El gran potencial de un centro universitario oficial

Salvaguardar la salud exige profesionales competentes y socialmente responsables

ECUACIÓN DE EQUIVALENCIA PARA OFICIALIZAR LAS TERAPIAS NATURALES=
audaz aptitud + excelente formación superior + trabajo personal + título universitario



Desde la verdad, el cientifismo, la confianza y la eficacia, aupamos tu formación



SINTAGMA
TERAPIAS NATURALES

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

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

metro : a 2 minutos parada "Ángel Guimerá"

MetroBus : a 2 minutos parada "Ángel Guimerá"



REAL CENTRO
UNIVERSITARIO

Escorial
M^a Cristina



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

CENTRO DE ENSEÑANZA DE LA
MEDICINA DE JAPON EN ESPAÑA

