

tú mismo

www.tu-mismo.es

VALENCIA

DIFUSIÓN
GRATUITA

Nº71
abril
2013

**LA CIENCIA DE
LA RELAJACIÓN**

**EL ROBO A
LA INOCENCIA**

**SEXTA EDICIÓN
DE FESTIVA**

NUEVA CONCIENCIA DE SALUD

EL PAPEL QUE JUEGAN LOS PROCESOS MENTALES EN EL INICIO Y CURSO DE LA ENFERMEDAD ES INNEGABLE, AFIRMA EMMA BARTHES, PSICOONCÓLOGA QUE ACABA DE PUBLICAR UN LIBRO SOBRE EL CÁNCER. UNA REALIDAD EVIDENCIADA POR LA CIENCIA



esencial

Centro de Salud y Herbolietética

CONFERENCIA GRATUITA SOBRE CONSTELACIONES FAMILIARES

5 de ABRIL, a las 20.15 Hs.

Imparte: MILA VILLANUEVA.

TALLER ZENTRA-T

12 de ABRIL, de 12 a 14 Hs.

Aportación voluntaria

Imparten: ALEJANDRO y MARICRUZ.

TALLER DE CONSTELACIONES

13 de ABRIL, de 10 a 19 Hs.

Precio: 80€

Imparte: MILA VILLANUEVA.

Actividades semanales:

YOGA, TAI CHI,

CHIKUNG, BIODANZA...

Primera clase GRATIS

SIN MATRÍCULA

MEDITACIÓN Y AUTOCONOCIMIENTO

24 de ABRIL.

Gratuita

Imparten: INIGO PEREZ Y SOLE ORÚS.

CHARLA TAROT JODOROWSKY

26 de ABRIL a las 20 Hs.

Imparte: MILA VILLANUEVA.

CURSO DE CÓDIGO BIOLÓGICO

27 y 28 de ABRIL, de 10 a 20 Hs.

Precio: 200€ (si no has asistido a algún

seminario te puedes incorporar)

Imparte: FRANCISCO IVÁÑEZ.

ZUMOS Y BATIDOS NATURALES hechos en el acto!

Alquilamos sala para 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



Societat per a l'Estudi i la Difusió de la
Teràpia del Dr. Bach de Catalunya

IV CONGRESO SEDIBAC de Terapia Floral

Barcelona / 25 y 26 de Mayo 2013

Col·legi Major Sant Jordi
c/ Ricardo Zamora, 4 - Barcelona

Informes e inscripción:

c/ Valencia nº 459 - 461 Entlo 1º 08013 BCN

Tel.: 93 247 88 71 e-mail: info@sedibac.org

Inscripción

por Internet:

www.sedibac.org

Asociaciones
colaboradoras



avotef



Sumario

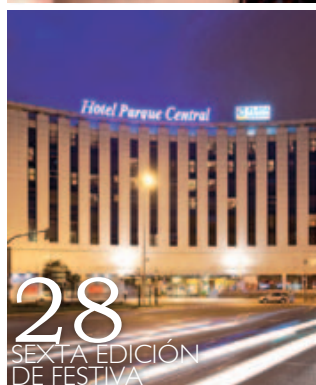
abril 2013
71



10
LA CIENCIA
DE LA RELAJACIÓN



22
ENFOCADOS



28
SEXTA EDICIÓN
DE FESTIVA

bienestar

- 04 CÓMO EXPRESAS TUS EMOCIONES.
06 LIBERARSE DEL PASADO.
08 QUÉ SIGNIFICA SER YO MISMO.
12 LOS DIENTES HABLAN.
14 EL ROBO A LA INOCENCIA.

entrevista

- 16 LA ENFERMEDAD, UN MAESTRO.

redes

- 20 UN MAR DE PERLAS.

interiores

- 24 FUTURTECH.

astrología

- 26 ARIES, AMANTE DE LA LIBERTAD.

tiempo libre 30. el escaparate 31.

tú mismo
Staff

Editor
Aurelio Álvarez Cortez

Arte y maquetación
Noé Álvarez Lier

Colaboradores
Carla Iglesias, Patricia Abarca, Mabel Katz, Emi Zanón,
Amelia Izquierdo, Gema Ballester, Sonia Córdoba,
Eduardo Grecco, Centro Iturbi, Ana Pérez, Fernando Martínez

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

Redes sociales: facebook.com/RevistaTuMismo
twitter.com/RevistaTuMismo

Gadiel Álvarez Lier

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

Impresión
Set i Set Gráficas

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

CÓMO EXPRESAS TUS EMOCIONES

Hoy ponemos en juego una complejidad simbólica, cultural, mayor que antes

Patricia Abarca

Matrona. Doctora
en Bellas Artes



La palabra emoción viene del latín “motio” y significa “movimiento hacia afuera”. Un concepto que concuerda plenamente con la definición actual, ya que la emoción hoy en día se define como *una respuesta natural del organismo hacia una determinada información o un determinado estímulo que percibe*. La psicología diferencia cinco emociones básicas que son: el miedo, la ira, la tristeza, la alegría y la preocupación; y no debemos confundir las emociones con los sentimientos, algo de lo que hablaré en el próximo artículo.

El estímulo que impulsa el surgimiento de la emoción puede provenir desde el exterior -el entorno que nos rodea-, desde nuestro interior -a través de los pensamientos y la memoria-, o desde el propio cuerpo -producido por los cambios hormonales y endocrinos- como ocurre, por ejemplo, con los cambios emocionales de la adolescencia, el embarazo, el puerperio y la vejez. También hay alteraciones emocionales que pueden derivar de las modificaciones neuroendocrinas que provocan algunas enfermedades.

Por lo tanto, las emociones tienen como objetivo desplegar una función adaptativa de nuestro organismo hacia lo que nos rodea y lo que nos acontece; en otras palabras, las emociones a lo largo de toda nuestra trayectoria como seres humanos nos han preparado para sobrevivir, para dar una respuesta rápida y adecuada a cada situación; por ello afloran abruptamente y de forma inesperada. Sin embargo, los estímulos a los que tenía que responder el

hombre primitivo distan mucho de los estímulos que afloran en la forma de vida en la que nos desenvolvemos hoy; y del mismo modo, en lo que se refiere a la expresión de nuestras emociones, hoy ponemos en juego una complejidad simbólica, cultural y cognitiva mucho mayor que la de nuestros antecesores, y con algunas diferencias según la cultura en la que hayamos nacido.

Para comprender esto, debemos tener claro que la expresión de una emoción se divide en tres fases. La primera etapa podríamos denominarla como “la respuesta intuitiva” ante el estímulo, y en esto nuestro ser consciente o racional no puede intervenir; por ejemplo, si de pronto nos percatamos de un hecho injusto que nos afecta directamente, aflorará instantáneamente la ira en nuestro interior, y eso no podremos evitarlo porque la ira emerge por sí sola, como una respuesta fisiológica de nuestro organismo, seguramente se nos contraerá la musculatura en ciertas zonas del cuerpo, el corazón se acelerará y se modificará el ritmo respiratorio -entre otras alteraciones-, sin que podamos evitarlo y en algunos casos ni siquiera nos percataremos de estos cambios.

La segunda fase se corresponde con la toma de conciencia de lo que nos está sucediendo; es decir y continuando con el ejemplo anterior, es el momento en el que percibimos lo que está pasando en nosotros, siendo al mismo tiempo capaces de discernir en qué magnitud nos está afectando esta ira y que está ocurriendo en nuestro cuerpo. Esta fase dependerá de la capacidad que tengamos, en las situaciones difíciles de estrés o excitación, de

tomar contacto con nosotros mismos y percatarnos de lo que nos sucede. Algunas personas que conviven con procesos de angustia o ansiedad durante largo tiempo no son capaces de percibir esta fase.

Finalmente, la tercera fase implica la expresión de la emoción que ha aflorado en nosotros; siguiendo el ejemplo anterior, sería la demostración manifiesta de que estamos sintiendo enfado o ira y el grado de manifestación de la misma. En esta fase entra en juego la propia voluntad y la capacidad de control de nuestras expresiones. En síntesis, no podemos frenar el surgimiento de las emociones, pero sí podemos ejercitarlas en tomar conciencia de lo que nos sucede cuando éstas afloran y, sobre todo, aprender a expresarlas adecuadamente sin exagerar ni minimizar los sucesos, manifestando lo que sentimos, teniendo en cuenta nuestros derechos pero también respetando los del otro y del entorno.

Entre los errores más graves de nuestra cultura, nos encontramos por una parte con la censura de las emociones: generalmente se nos incita a esconder lo que sentimos, para mantener la postura, no hacer el ridículo, no quedar como cobardes o no demostrar la debilidad; y por otra, la peligrosa banalización de las emociones que está aflorando en la sociedad: impulsada por los medios de comunicación y los programas rosa, entre otros. Un resultado de esto, por ejemplo, es la publicación de videos de adolescentes en los que se agrede a otra persona -o a un animal-, jactándose del hecho y banalizando tanto las propias emociones y los propios sentimientos como los del afectado.

Como vemos, el surgimiento de las emociones es un proceso natural, innato e intuitivo, común a toda la especie humana -y en lo que respecta a algunas emociones básicas también presentes en los animales-, sin embargo, el cómo las expresemos

dependerá de diversos factores como son: la cultura en la que nos desenvolvemos, el tipo de aprendizaje que hemos tenido, los acontecimientos de nuestra historia de vida, lo que guardemos en el subconsciente, y finalmente la capacidad que tengamos de tomar contacto con nosotros y discernir los que nos pasa en el presente. Si somos jóvenes o adultos y queremos reforzar nuestro bienestar físico y psicológico, no podremos intervenir en los primeros factores pero sí en los dos últimos, ya que aprender a tomar conciencia de lo que nos pasa, junto a una adecuada expresión de lo que sentimos, permite que nuestra energía interior fluya, desbloqueando y dando luz a zonas oscuras de nuestra psiquis, al tiempo que nos sentiremos más libres, más seguros y coherentes.

En el caso de los padres es fundamental tener claro que los niños aprenden a desplegar las emociones a través del afecto y el cariño -algo

que no se debe confundir, ni compensar, con la ausencia de normas o el comprar todo lo que ellos piden-. Si queremos tener niños -y futuros adultos- sanos en términos psicológicos, debemos demostrarles el afecto y el cariño que les tenemos con palabras y gestos de afecto, ofreciéndoles un hogar seguro y coherente, reglado por normas de convivencia y con una adecuada expresión de las emociones de los propios padres.

A veces necesitamos desaprender lo que nos han enseñado, despegarnos de costumbres o ideas a las que nos aferramos por temor o ignorancia, y también saber cuestionar lo que nos llega; debemos tener presente que la cultura la vamos creando nosotros y es un proceso en continuo cambio. Si nos esforzamos en mejorar nosotros mismos, al mismo tiempo estaremos trabajando por una sociedad mejor. TM

<http://procreartevida.wordpress.com>



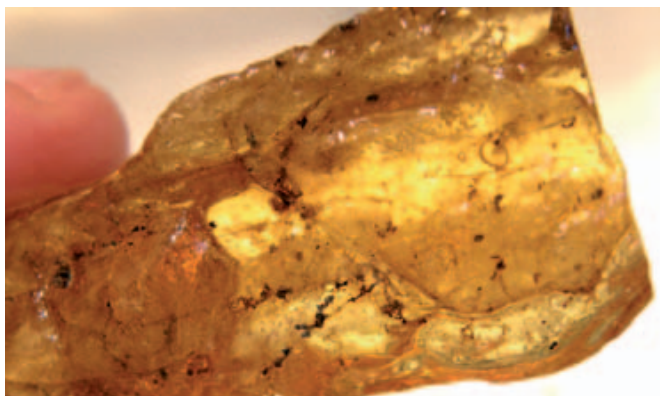
TALLERES CREATIVOS

explora y juega
medita y visualiza
desarrolla la intuición
refuerza la autoestima
descubre tu creatividad
conquista tu sabiduría interior

Acompañamiento personalizado
Patricia Abarca
620865224 - procreartevida@gmail.com
<http://procreartevida.wordpress.com>

LIBERARSE DEL PASADO

El ámbar nos hace vivir el presente, entendiendo y perdonando sucesos acaecidos



Cuando estás enganchado al pasado, no vives el futuro. Si dependes del futuro, nunca disfrutarás del presente...

Carla Iglesias

Aqua Aura

en todo camino de crecimiento personal hay un momento donde nos damos cuenta de que debemos vivir el "aquí y ahora". Llegado ese momento, el ámbar es una herramienta maravillosa para ayudarnos a soltar lastres. Esta resina natural de pino, de color variable, del dorado intenso al marrón oscuro, pasando incluso por el crema, fue utilizada en la antigüedad como moneda de cambio.

Si lo frotamos enérgicamente desprende una agradable fragancia y, debido a su maleabilidad, siempre ha sido usado como joya, trabajándolo juntamente con metales preciosos.

Una antigua tradición recomienda colgar ámbar en los bebés cuya dentición empieza a aflorar, para que así calme el fuerte dolor provocado por este proceso natural. En antroposofía se entiende la aparición de los dientes como el enraizamiento del alma en la tierra, cuando el ser comienza a desprenderse de su lugar de origen y realmente encarna en el mundo de la materia. El ámbar está íntimamente unido con el tiempo. Según los septenios (ciclos de 0 a 7 años, de 7 a 14 y de 14 a 21 años), es cuando el ser humano experimenta cambios importantes a nivel evolutivo y los podemos observar en las alteraciones en la dentición.

Al utilizar un ámbar abrimos

una puerta hacia nuestro pasado en esta u otras vidas anteriores, ayudándonos así a comprender situaciones que no nos permiten avanzar.

El ámbar como resina fósil de 50 millones de años es normalmente falsificado, lo que hace imprescindible su verificación a través del calor y el olor, para saber realmente si se trata de una pieza auténtica.

Cuando trabajamos con un ámbar es muy importante no mezclarlo con otras gemas y emplearlo sólo durante el día, ya que el recuerdo y activación de nuestra memoria ancestral puede afectar el sueño.

Esta piedra es sensible a productos químicos como perfumes, cre-

mas, etcétera. Lo ideal es limpiarla primero con agua corriente y luego pasarla por el humo de un incienso. Necesita ser hidratada con algún aceite natural por lo menos antes de que empecemos a utilizarla. También, untarla con aceite de almendras potencia su vibración y fortalece su frágil estructura, facilitando así sus movimientos de dilatación y contracción.

Debido a su color dorado, se asocia el ámbar con el tercer chakra y el buen funcionamiento digestivo, fundamentalmente en procesos de desintoxicación y ayuno.

Todas las personas que sienten un impulso de trabajar con el ámbar están ansiando una estabilidad emocional que tiene como impedimento un anclaje en el pasado. Su mensaje es vivir el presente, entendiendo, conociendo y perdonando traumas del pasado. **TM**

Aqua Aura está en Facebook



Sonidos que Sanan
Harmonic Sounds
ASOCIACIÓN DE TERAPIA DE SONIDO



**Presentación
del libro + CD**
*13 pasos para
liberar la voz
curativa*
de **MICHELE AVERARD**



Taller a cargo de Michele Averard
co-directora y miembro fundador
de la Asociación de Terapia del Sonido.
Reconocida a nivel internacional
como terapeuta de sonido
y cantautora.

Entrada libre

En **FESTIVA - CAMINOS DE CRECIMIENTO**
Domingo 14 de abril, a las 16.30.
Hotel Senator Parque Central
plaza Manuel Sanchis (junto a la Pantera Rosa)

AQUA URA



Importadores directos
de minerales.
Diseñamos tus ideas
con las piedras

**NO CERRAMOS
AL MEDIODÍA**

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

Ventas al por mayor Tel. 609 250 427

BÚSCANOS EN FACEBOOK



QUÉ SIGNIFICA SER YO MISMO

*Eres uno con el
cosmos y puedes
observar,
sin involucrarte*

Mabel Katz



debes perder todo para poder ser", decía Osho, gran maestro Zen. Sí, debes soltar todo aquello que no eres tú. Ésta es la clave de la felicidad, la riqueza y el éxito en la vida. Ser quien eres en realidad es soltar toda la programación, las memorias y los prejuicios. De hecho, casi todo lo que has decidido creer no define quién eres en realidad. Tú no eres tus problemas, tus opiniones ni tus juicios de valor. Tú estás más allá de todo eso.

Ser o no ser, esa es la única verdadera cuestión. Tu trabajo es volver a ser tú mismo. Y para regresar a ti mismo, debes recordar cómo simplemente ser. Debes soltar todo el conocimiento y desaprender lo que has aprendido para poder conectarte con tu propia sabiduría (la que está en tu corazón), recuperar tu ritmo natural.

Tal vez ahora te preguntes: "Pero, ¿qué significa simplemente 'ser' yo mismo?". Ser tú es estar en Cero. Estás en Cero cuando tu intelecto (mente consciente) y tus emociones (mente subconsciente) ya no te dominan. Sólo entonces te conviertes en un canal abierto para recibir las ideas correctas y soluciones perfectas. En este lugar comienzas a oír cosas que nunca habías oído con anterioridad; te conviertes en un observador y empiezas a notar cosas que nunca habías percibido

antes. Sientes que estás en el fluir. Las cosas simplemente suceden sin que tengas que esforzarte demasiado.

Pero, ¿qué se siente al estar en Cero? Es importante darse cuenta de que ser tú mismo (en Cero) puede, al principio, durar sólo un segundo, porque las memorias vuelven a tocar y te hablan todo el tiempo. Esto puede sonar desalentador, pero es mucho más desalentador y triste rendirse, dejar pasar por completo la inspiración, y vivir la vida sin descubrir tu ser verdadero, adormecido, como un robot que siempre es manipulado y controlado por programas. Cuanto más practiques la conciencia (estar en Cero), más lograrás estar presente y ser consciente. Poco a poco, te liberarás y comenzarás a apreciar y a recibir las bendiciones del universo.

Sólo tú puedes detener los programas y regresar a Cero, al momento presente. En el presente tienes todo lo que necesitas. Eres uno con todo el cosmos y puedes observar, en lugar de involucrarte. Por favor, ten en cuenta que en cuanto te preguntes o pienses "¿estoy en Cero?", ¡no lo estás! Suelta las expectativas.

Cero es una experiencia que abre la puerta para que la inspiración aparezca (Dios). Cuando estás en Cero, llegan las ideas y las soluciones perfectas. Una vez que comienzas a vivir en esta verdad espiritual, te puedes relajar porque sabes que no estás solo. Tienes el apoyo del universo. Entonces, puedes disfrutar y sentir el

misterio y la magia de la vida.

En días nublados sabes que el sol brilla sobre las nubes. Buscas las pausas, esos momentos en los que las nubes se abren y logras ver el cielo azul. Tus memorias y tus programas (el hemisferio izquierdo de tu cerebro) son como nubes: están siempre inventando historias, constantemente lamentándose y añorando el pasado o preocupándose por el futuro. Cuando eres tú mismo, eres totalmente consciente del momento presente. No permitas que tu mente se aflija por el pasado ni se preocupe por el futuro. Al estar total y completamente presente (mente, cuerpo y espíritu) creas una pausa en las nubes y permites que el sol brille a través de ellas.

En Cero eres tú, por lo tanto te sientes satisfecho, completo y feliz en tu corazón. Sabes que puedes conquistar el mundo; comprendes que nadie te puede detener; te sientes seguro de que todo es posible. Lo que otros piensen deja de ser importante.

Muchos creen que la felicidad es una vida sin problemas. Sin embargo, la vida está llena de problemas; de lo contrario, no tendríamos oportunidad de crecer. ¡Sería tan aburrido! Estamos aquí para aprender de nuestras experiencias, para hallar las bendiciones detrás de cada desafío, y para descubrir nuestra verdadera identidad.

El único camino para lograr esto es soltar y dar permiso a Dios, el universo. Debemos dar permiso a aquella parte nuestra que nos creó y que nos conoce mejor que nadie. El universo está esperando que abramos la puerta y soltemos, para poder "sintonizar" a Cero.

En nuestro estado habitual de inconsciencia no somos capaces de ver que todo lo que necesitamos está siempre ahí, junto a nosotros. Esto es debido a que nunca estamos presentes y creemos que sabemos más y a menudo cerramos nuestra conciencia a otras opciones. Nuestras rígidas expectativas intelectuales hacen que busquemos en los lugares equivocados y formulemos preguntas erróneas. Nos enseñan que confiar en nuestro corazón es ser débiles, por lo tanto descartamos aquello que nos dice nuestra intuición y/o nuestra inspiración.

Soltar te ubica en un lugar de equilibrio (Cero) en el que la inspiración puede aparecer y traerte las ideas y las soluciones más maravillosas. Sólo puedes sintonizar esta Zero Frequency® —en la que puedes recibir inspiraciones claras, sin estática— y ser guiado y protegido cuando no estás pensando ni preocupándote. El único requisito es soltar todo lo que no eres tú (dar permiso), y luego Dios, el universo, hará el resto. TM

<http://zerofrequency.info>



Centro de Cábala "URIEL"

CURSOS

**CONTINUO DE CÁBALA
"MÉTODO HAUT"
INTERPRETACIÓN
DEL ÁRBOL DE LA VIDA**

**CÁBALA II NIVEL
20 DE ABRIL, A LAS 10 HS.**

**TALLERES DE UNA SOLA TARDE
TERAPIA A TRAVÉS DE UN CUENTO
DESBLOQUEA TUS CHACRAS
VIDAS PASADAS
COMUNICACIÓN**

**taller presentación
"El año 2013 a la luz de la cábala"
en FestiVa
Domingo 14 de Abril, a las 18 Hs.**

Carmen Haut

18 AÑOS DE INVESTIGACIÓN

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

LA CIENCIA DE LA RELAJACIÓN

*Yoga Nidra,
estableciendo
armonía en
las facetas
de nuestro ser*

Centro Yoga Iturbi



Tanto la filosofía yóguica como la psicología moderna enumeran tres tipos básicos de tensión causantes de todas las agonías de la vida moderna. A través de la práctica sistemática de Yoga Nidra, estos tres aspectos de la tensión pueden relajarse en forma progresiva.

Tensiones musculares: están relacionadas con el cuerpo, el sistema nervioso y los desequilibrios endocrinos. Otras se eliminan fácilmente mediante la relajación física profunda que se alcanza en el estado de Yoga Nidra.

Tensiones emocionales: las que provienen de diferentes dualidades, como amor/odio, ganancia/perdida, éxito/fracaso, felicidad/infelicidad. Son más difíciles de eliminar debido a que no podemos expresar nuestras emociones libre y abiertamente. Con frecuencia, rehusamos reconocerlas y por eso las

reprimimos, originando tensiones que se arraigan a cada instante con mayor profundidad. No es posible relajar estas tensiones a través del sueño ordinario y la relajación. Requerimos un método como el Yoga Nidra, mediante el cual toda la estructura emocional de la mente puede tranquilizarse.

Tensiones mentales: son el resultado de excesiva actividad mental. La mente es un torbellino de fantasías, confusiones y oscilaciones. A través de toda nuestra vida, las experiencias registradas por nuestra conciencia se acumulan en el cuerpo mental. De tiempo en tiempo, éstas explotan afectando nuestro cuerpo, mente, comportamiento y reacciones. Sin embargo, la causa subyacente detrás del comportamiento anormal del hombre radica en las tensiones acumuladas en el plano mental.

El Yoga Nidra es la ciencia de la relajación que nos capacita para profundizar en los reinos de la mente

subconsciente, liberando y relajando así las tensiones mentales y estableciendo armonía en todas las facetas de nuestro ser.

Como lo explica swami Satyananda Saraswati, "Yoga Nidra es un método sistemático para inducir a una profunda relajación física, mental y emocional. Yoga Nidra quiere decir sueño consciente, es un estado mental entre la vigilia y el sueño. Cuando practicas Yoga Nidra abres las fases profunda de tu mente (subconsciente e inconsciente). Puedes cambiar la naturaleza de tu mente, curarte enfermedades y restaurar tu genio creativo".

También swami Digambarananda expresa que "muchas son las técnicas que realizan la purificación, transformación y desarrollo del Ser Humano. Algunas son muy atractivas, espectaculares o exigentes. Otras incluyen complicados rituales, elementos simbólicos o parafernalias. También hay prácticas muy llamativas que prometen efectos maravillosos y cuyo resultado final suele ser 'mucho ruido y pocas nueces'. Otras en cambio trabajan profundamente desde el silencio y la naturalidad. Lo admirable del método Yoga Nidra es que transforma y desarrolla al individuo de forma apacible y sencilla, mediante la relajación de todas las estructuras del cuerpo". TM



Un incienso 100% natural,
un incienso que cuida de tu salud,
que respeta el medio ambiente
y promueve las relaciones justas.

www.incienso-incense.com

Incienso 100 % Natural. (Venta al mayor)

Chi kung

El arte de la fuerza interna

Totart Centre d'Art Independent
Calle Palleter 81 Bajo
telf: 656950199
www.totart.info
www.valenciachikung.blogspot.com

Seminario de Yoga Nidra

Con Danilo Hernández

Del Viernes 31 de mayo al domingo 2 junio



Tlf. 610 374 996
www.centroyogaiturbi.com



LOS DIENTES HABLAN

Descodificación Dental

Sonia Córdoba

Colegiado N° 03002880



La Descodificación Biológica es un camino hacia la comprensión de la enfermedad basado en el sentido biológico de los síntomas. Esta forma de acompañamiento permite conocer el mecanismo de codificación de enfermedades ya sean físicas, funcionales, orgánicas, psicológicas o de comportamiento, y es complementaria, no excluyente, de cualquier tratamiento médico o psicoterapéutico. Acerca a la conciencia la información que está manifestando el cuerpo. Descodificar es aprender a encontrar el conflicto y tratarlo.

El inconsciente es biológico, se encuentra en cada célula de nuestro cuerpo y toda nuestra vida se inscribe en nuestro cuerpo. La enfermedad es una vía real para ir hacia nuestro inconsciente y poder entender cuál es la necesidad biológica no satisfecha. La enfermedad es una solución de adaptación.

De la misma manera, los dientes

tienen la capacidad de contarnos cosas de nosotros mismos, a través de sus manifestaciones de enfermedad, de su forma y de su disposición dentro de la boca. La biología tiene unos códigos que se transmiten de generación en generación en forma de enfermedades y sufrimientos. Todo lo que está escondido, lo que no se habla, acaba manifestándose en el cuerpo. Lo mismo ocurre en los dientes.

La descodificación dental nos ayuda a descifrar estos códigos. Fue creada por el dentista francés Christian Beyer, basándose en los estudios de Michelle Caffin, C. Sabbath y C. Fleche, entre otros.

Cristales

Nuestra boca es un lugar privilegiado donde permitimos que entre dentro de nosotros la respuesta a todas nuestras necesidades, comer, beber, respirar. Nuestra estructura cortical va a asociar a este orificio

bucal todo el estrés de supervivencia, porque es el lugar por donde la respuesta llegará debido a que somos seres humanos y, gracias a eso, tenemos acceso a un lenguaje complejo y articulado. La boca es el lugar por el que nos damos a luz a nosotros mismos.

Los dientes son cristales. Son sistemas eléctricos con cargas positivas y negativas que tienen una corriente de 220 mv. Por las mejillas, en contacto con los dientes, pasan los 12 meridianos de acupuntura, de esta manera los dientes funcionan como agujas de acupuntura. Cada diente tiene la capacidad de informar a nuestro sistema energético desde el interior del cuerpo y al mismo tiempo recibe la información energética, desde el exterior, por los meridianos de acupuntura. La salud del ser humano depende del equilibrio entre el interior y el exterior. Nuestras manifestaciones corporales, o sea biológicas, son el último recurso para el ser humano de solucionar un

conflicto relacional. Y, lo mismo que heredamos un gen codificante para una patología orgánica, somos portadores de memorias de comportamiento o de patologías relacionales humanas.

La descodificación dental es una herramienta que permite conocernos mejor, y este conocimiento es descubrir los programas que llevamos.

Por ejemplo, nos fijamos en las raíces de los dientes, que tienen diferentes formas. Pues estas formas son programas de supervivencia, no de enfermedad, que nos han sido transmitidos para poder adaptarnos de una forma particular a la vida.

Las posiciones de los dientes en la boca, sobretodo de los anteriores, son también programas de supervivencia y nos dan información sobre nuestra identidad, sobre quiénes somos, cómo somos y cómo nos relacionamos con los demás.

Las caries indican conflictos inconscientes no resueltos, y dependiendo en qué diente y también en qué superficie se encuentre la caries nos dará una idea del tipo de conflicto.

Las fracturas en los dientes pueden indicar una solución a un conflicto y, de nuevo, podemos establecer una relación entre el diente y la superficie fracturada y el conflicto.

La descodificación dental consiste en la lectura de las informaciones que tienen los dientes con la intención

de permitir al paciente una toma de conciencia de un conflicto relacional. El análisis y la comprensión de esta información de los dientes aportan un complemento al estudio genealógico y a la descodificación biológica del individuo. El lenguaje secreto de los dientes permite descubrir aspectos de nuestra vida interior. Con el fin de permitirnos reaccionar a nuestra autenticidad e integridad de **ser**, el diente, verdadera memoria de nuestra existencia, a través de su malposición, de sus caries y de sus ausencias sin importar la causa, nos revela nuestro sufrimiento inconsciente.

El diente nos da un mejor acceso al interior de nosotros mismos y nos permite reapropiarnos de nuestra vida. Toda terapia orientada hacia el conocimiento de uno mismo, hacia la toma de conciencia, nos obliga a reencontrarnos con nuestro sufrimiento. El diente está directamente relacionado con nuestra integridad, nos lleva a nuestros sufrimientos primordiales, originales sin equívocos.

IMPORTANTE: La Descodificación Biológica es un acercamiento que no reemplaza a una consulta médica o de cualquier otro profesional de la salud. No reemplaza sus praxis ni sus prescripciones. No es ningún tratamiento médico, ni hace ningún diagnóstico médico. Es una forma de observar la enfermedad. No es ninguna promesa de sanación definitiva, no es una verdad, ni una certidumbre. Se ha de experimentar. TM



*Recupera tu equilibrio,
recupera tu sonrisa.*



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



EL ROBO A LA INOCENCIA

Comprender los patrones que están en la base de los vínculos humanos

Eduardo H. Grecco

Psicólogo
Maestro de Terapia Floral



es bien curioso el hecho de que a pesar del crecimiento de la conciencia en torno de los temas de violencia en todas sus formas, cada día el registro de personas sujetas a los efectos devastadores del abuso, el maltrato, la hostilidad y la agresión aumenta. Parece como si los recursos terapéuticos, las campañas de concientización no pudieran combatir este flagelo. Y es que si no se reconoce que estas conductas son estructurales y no solo fruto de actitudes patológicas de personas individuales no se avanzará mucho en el tema. Necesitamos comprender los patrones arquetípicos, constelares y personales que están en la base de este sistema de vínculos humanos.

En este sentido cobra importancia el concepto de complejo materno junto al de personalidad.

Los complejos son una conjunción de sentimientos, conductas, deseos, necesidades, vínculos, fantasías, creencias y actitudes. Representan fuerzas vivas, suprimidas de la conciencia, que condicionan nuestra vida, nuestro destino y nuestras relaciones, y son responsables de las escenas y dramas repetitivos de nuestra biografía. Vemos la vida a través de nuestros complejos y somos atraídos por su potencia, que proviene del pasado arquetípico y se recrea en el infantil.

Los complejos no son buenos ni malos, sólo son. Ellos señalan nuestras heridas, que la conciencia ignora, y de ellos brota la energía a partir de la cual escribimos los argumentos y quimeras, fábulas y novelas, memorias y olvidos, que llamamos nuestra historia.

Sin duda alguna, el complejo materno es el más impositivo de todos los complejos: estamos atados a él

por un pacto con el destino, le debemos una lealtad insobornable. Fue la madre quien nos dio la vida, nos nutrió, sostuvo y protegió, y esto genera una deuda inconsciente que hace sentir que alejarnos del programa materno para nuestra vida nos enfrenta al hecho de perder el amor de la madre y/o ser desamorado con ella, es decir, caer en el desamparo o en la ingratitud. Su poder es de tal magnitud que, como señala Jung, "antes bien, con una en ocasiones despiadada voluntad de poder, hace prevalecer su instinto maternal hasta destruir la personalidad y la vida personal de los hijos". En suma, a la madre le debemos la vida y, a veces, es una vida que no nos deja vivir. La madre está —siempre— dentro de uno susurrando cosas, indicando caminos, creando sentires...

El programa materno para nuestra vida se hace carne como perso-

nalidad, de manera que la personalidad es, en realidad, la cristalización del complejo materno (el proyecto de mi madre para mí) asumido como algo propio. Vista de ese modo, la personalidad es una prisión en donde nuestro Ser queda secuestrado y condicionado a partir de la mirada y el deseo materno, y todo el tiempo permanecemos allí, encarcelados, ignorantes de la trama en la que estamos inmersos.

En síntesis, aquello que llamamos personalidad es la consolidación del complejo materno en nosotros, lo que nuestra madre dijo que fuésemos. Por lo tanto, cuando luchamos por hacer valer la personalidad, como si en ello nos fuera la vida, en lugar de vivir nuestra existencia, ser felices y seguir nuestro propio camino, fortificamos el complejo materno y nuestra dependencia de él. Aunque resulte paradójico, defender nuestra personalidad es salvaguardar la Madre en nuestro interior.

El complejo materno es la principal fuente de las odiseas repetitivas de la vida, y la personalidad, según Guy Corneau, en un concepto muy cercano al que manejamos aquí, es "un conjunto de reacciones que están condicionadas por las penas y las alegrías del pasado, así como por la interpretación que hace de ello el niño en su mundo".

De manera que la personalidad es pasado, una forta-

leza dedicada a defender la permanencia del complejo materno para así asegurar la pervivencia de la ideología patriarcal en el día a día de nuestra vida y, por lo tanto, mantenernos esclavos al orden que ella sostiene, una ideología y una práctica en donde el abuso, el maltrato y la violencia forman parte de la vida cotidiana.

De todos modos, si existe esta construcción psicológica y cultural que es la personalidad, alguna razón le debe asistir para tener presencia y formar parte de la estructura humana. El hombre va descubriendo, por el dolor que ella le provoca, los oscuros recovecos de su interior y de las sujeciones que lo atan al orden patriarcal.

La Terapia Floral nos brinda un marco para entender y sanar estas situaciones y los efectos que causan en las personas las conductas de abuso, violencia y maltrato, y nos permite arribar a la autonomía necesaria que caracteriza la madurez. TM



Flor de Pasión
Kariet Enríquez

- Sesiones de Desbloqueo Individuales
- Terapia de Renacimiento
- Sesiones Grupales de Respiración Consciente (Lunes a las 19:30h.)

Aquiler de Sala

653 130 229
Patraix, Valencia

lamatkanix@gmail.com
flordepasion.blogspot.com

talleres de terapia floral

con Eduardo Grecco

viernes 21 de junio, de 10 a 14 hs.

El robo a la inocencia:

abuso, violencia y maltrato.

El abordaje con esencias florales.

viernes 21 de junio, de 17 a 21 hs.

Las heridas del alma.

Su curación con esencias florales.

charla presentación, jueves 20 de junio, a las 20 hs,

sala Esencial, C/ Calabazas 21, 1er. piso. **ENTRADA LIBRE**

DR. EDUARDO GRECCO

Psicólogo, psicoanalista, maestro de Terapia Floral.

Autor de más de 60 libros sobre temas de Psicología,

autoayuda y Terapia Floral. Presidente de la Asociación Iberoamericana de Terapeutas Florales.

Conferencista Internacional.

avaltéf

Asociación Valenciana de Terapeutas Florales

informes y reservas: 963 366 228 - 635856228

LA ENFERMEDAD UN MAE

Existe una nueva conciencia de salud, afirma Emma Barthe, psicóloga volcada hacia el campo de la oncología. Con una amplia trayectoria, transmite una vez más sus experiencias en el libro "Cáncer: más allá de la enfermedad. Sentido y valores". Una invitación a trascender los conceptos opuestos de vida y muerte

-Cuando tenemos salud olvidamos que somos mortales, y cuando llega la enfermedad parece hacerlo para recordarnos que hay un límite.

-En el tema de la enfermedad, en este caso el cáncer, su diagnóstico puedo recordarnos nuestro carácter terminal, la realidad de la impermanencia. Debemos aceptar este hecho como algo inherente a la naturaleza humana. El mundo que interpretamos como real es finito. La enfermedad nos hace frágiles y nos descubre la inconsistencia de nuestro ser material. Es evidente que la enfermedad nos recuerda los límites de nuestra existencia pasajera, pero también puede impulsar en nosotros una nueva manera de ser, de vivir, de actuar, de sentir. Hoy sabemos que podemos influir en nuestra salud y despertar mecanismos internos de sanación. El punto de vista cartesiano que dejaba poco lugar para el autodomínio ha quedado atrás. Hemos pasado de un modelo biomédico a un modelo biopsicosocial que, al mismo tiempo, abre las puertas a la espiritualidad. Existe una nueva conciencia de salud, más holística e integradora, que contempla al ser humano desde diferentes dimensiones: la física, la psíquica, la emocional, la social, la espiritual. Ante cualquier tipo de enfermedad deberíamos primero encontrar las posibles causas físicas, luego las posibles causas psicológicas y/o

emocionales hasta llegar a las posibles causas existenciales, aquellas que te exigen "dar un salto".

-Es decir, "si no eres tú, enfermas"...

-He llegado a la conclusión de que cuanto más se aparte una persona del potencial latente, más posibilidades habrá de manifestaciones patológicas. Desde este punto de vista la enfermedad puede convertirse en tu Maestro. Conducirte a la reflexión, al planteamiento de las cuestiones existenciales, a las grandes preguntas. No son pocos los que reconocen beneficios después de haber pasado por una situación de crisis como puede ser la vivencia de una enfermedad grave. A pesar de ello, y volviendo a la impermanencia, debemos aceptar también la posibilidad de que la enfermedad sea una manera de morir. La enfermedad puede haber venido a ayudarte, pero quizás también haya venido a llevarte. Debemos aceptar desde la humildad esta realidad sin que por ello debamos perder nuestra integridad como seres dotados de una naturaleza superior. Querer luchar contra esta realidad puede convertirse en una fuente de sufrimiento inagotable. Vence el que se cura y también vence el que muere. Sanar va mucho más allá de la desaparición de la dolencia física.

-Algunos profesionales que no quieren apartarse de la ciencia ortodoxa se incomodan con la palabra espiritual.

AD, STRO



"La espiritualidad puede ayudar a mejorar la calidad de vida de los pacientes", declara Emma.

Aurelio Álvarez Cortez

-Las palabras no parecen suficientes cuando con ellas queremos referirnos a realidades sutiles como pueden ser las referidas al espíritu. Debemos reconciliar la ciencia con la espiritualidad. Entendiendo como espiritual una conciencia superior que trasciende la realidad puramente mecánica del ser. Entiendo que al referirnos a este tipo de conceptos la atención suele desviarse a cuestiones demasiado abstractas y atribuirle un sentido exclusivamente religioso. Sin embargo, sin apertura de conciencia el hombre vive sometido a la separación, a la esclavitud de lo aparente, a la continua lucha de los opuestos. Desde la dimensión espiritual no podemos diferenciar entre enfermos y sanos. Existe la experiencia de la salud como existe la experiencia de la enfermedad. Como dijo Aldoux Husley, "la experiencia no es lo que te sucede sino lo que haces con lo que te sucede".

-En hospitales de Estados Unidos se acepta ampliamente esta cualidad, la espiritual, mientras que en Europa es resistida, se la ve mal. ¿Falta abrir más puertas?

-La psicología transpersonal, nacida en EE.UU., está implantando las bases para el reconocimiento de la dimensión espiritual. No podemos seguir viviendo ajenos a lo trascendente. La espiritualidad constituye el arte de vivir desde la manifestación de nuestros aspectos más

Quién es

Formada en psicología, Emma Barthe se especializó en el St.Vincent Medical Center de Los Ángeles (EE. UU.). Experta en Psico-neuro-endocrino-inmunología (PNEI), ha sido pionera en España del uso de la bioinformación aplicada a la recuperación de la salud como medida complementaria a la terapéutica convencional. Dirigió el Departamento de Psicología de la Asociación Española contra el Cáncer de Madrid, fue coordinadora del servicio de atención psicológica al paciente oncológico de la Fundación Oncolliga de Terrassa y adjunta al Departamento de Oncohematología del Hospital Universitario Mutua de Terrassa. Imparte seminarios dirigidos al desarrollo personal y la gestión del estrés en empresas. Es profesora titular de la asignatura de liderazgo personal en el programa BCM Brand Community Management Postgraduate Course de BES La Salle. Acaba de publicar "Cáncer: más allá de la enfermedad. Sentido y valores", editorial Obelisco. Más información, www.emmabarthe.com

elevados. Su papel es incuestionable ante la enfermedad. Si bien la religión, como conjunto de creencias y rituales, puede diferenciarse de la espiritualidad, me gusta considerar a la religión como una disciplina tan necesaria como la medicina y la psicología. La medicina, la biología, la física, se encargan del estudio de la realidad del cuerpo; la psicología, la filosofía, se ocupan de las cuestiones de la mente, la religión debería encargarse de despertar la experiencia espiritual genuina. The National Cancer Institute reconoce que la espiritualidad y la religión pueden ayudar a mejorar la calidad de vida de los pacientes con cáncer.

-En el título de tu libro, Emma, pones "más allá de la enfermedad". ¿Qué quieres expresar con esta idea?

-Lo que pretendo expresar es que la persona vaya más allá de la dolencia física, indicando que detrás de la enfermedad puede haber un mundo de significados mayores que otorgue sentido y valor a la misma enfermedad. En estos tiempos de crisis hablamos de la necesidad de innovarse, de reinventarse, tal vez la enfermedad sea la fuerza necesaria que nos ayude a alinearnos con nuestras potencialidades reales. Ante la enfermedad debemos aprender a conectar con nuestro ser esencial y alcanzar esa forma de tranquilidad y paz interior que nos permita ver lo que acontece con una perspectiva mayor que nos facilite el entendimiento y la aceptación.

-Tu experiencia como psicooncóloga es muy considerable, a lo largo de muchos años. ¿Cuál es el denominador común en quienes reciben el diagnóstico de un cáncer?

-Ciertamente el denominador común es el miedo. Miedo al dolor, miedo al sufrimiento, miedo a la proximidad de la propia muerte. Curiosamente, el denominador común entre quienes han tenido remisiones espontáneas o curaciones no esperadas por la medicina es la ausencia de miedo. La palabra cáncer tiene muchas connotaciones que dependerán de múltiples condicionamientos. El cáncer nos plantea un gran desafío.

-¿Está demostrado lo que acabas de afirmar con estadísticas?

-Investigaciones recientes en el campo de la psico-neuro-endocrino-inmunología (PNEI) han evidenciado que los pensamientos y las emociones positivas activan y fortalecen zonas del cerebro relacionadas con el sistema inmunológico. Déjame decirte, tal y como lo explico en mi libro, que se ha comprobado que las emociones positivas, como el humor o la risa, aumentan la inmunoglobulina, así como la cantidad y la actividad de los linfocitos. Asimismo existen evidencias de que las conductas empáticas pueden favorecer la respuesta linfocitaria. El sentirse apoyado y participar en un grupo de soporte aumenta las NK (*natural killer*, células responsables de la destrucción de las células tumorales) en número y en actividad. La

hipnosis así como la relajación aumentan la efectividad de las células T, responsables de coordinar la respuesta inmune celular y de las NK.

-A quien llega por primera vez a tu consulta, con el diagnóstico recién informado, ¿qué le dices?

-Primero le escucho, recibo información de cómo se siente la persona y luego presento un plan de acción bien para enfrentarse a los tratamientos, bien para favorecer la recuperación a través de la aplicación de terapias cuerpo-mente. Espero conseguir que el paciente se involucre activamente en su proceso de recuperación.

-¿Con tu trabajo buscas que la persona retome el poder en sí misma?

-Absolutamente. La enfermedad no puede restar la confianza en uno mismo. El paciente de cáncer debe asumir el control sobre su enfermedad y promover la recuperación con su participación activa. Hay muchas cosas que un paciente puede hacer para conseguir el bienestar y la calidad de vida e influir en su recuperación. Los tratamientos médicos convencionales son los mismos en todos los países. Se pagan millones para recibir tratamientos médicos en EE.UU. cuando la mayoría son basados en protocolos de actuación avalados y reconocidos que son aplicados en todos los países. La diferencia no está tanto en los tratamientos convencionales sino en todas las otras técnicas que complementan y potencian. Hoy somos conscientes de que podemos producir cambios en nuestro organismo y gestionar nuestra propia salud. Éste quizás sea el principal avance en las terapéuticas actuales que marca una verdadera diferencia con la medicina tradicional, más mecanicista y material, y donde el paciente ejerce un papel meramente pasivo.

-Visión que aquí no hay...

-Las cosas están cambiando y confío en que sigan así. La visión de la nueva medicina será menos materialista y confiará en las capacidades del propio paciente para contribuir a su salud. El papel que juegan los procesos mentales en el inicio y curso de la enfermedad es indiscutible. El hecho de que podamos influir de forma positiva en nuestro organismo y potenciar las posibilidades de recuperación ha pasado de ser una hipótesis a ser una realidad evidenciada por la ciencia.

-¿Ese cambio de paradigma es en el tema económico o de creencias?

-Hay un cambio de paradigma en cuanto al concepto de salud. Hemos pasado de la "creencia" a la "evidencia" en cuanto a la conexión mente-cuerpo. La visión reduccionista centrada en el síntoma no conduce a la auténtica sanación. La nueva medicina contempla al individuo desde su integridad. Se reconocen los mecanismos internos de curación. Se acepta la existencia de un sanador interior, nuestra capacidad para influir en nuestro organismo

y producir cambios favorables para nuestra salud.

Con respecto al paradigma económico, sería necesario un apoyo importante para la integración de las nuevas medicinas (medicina china, medicina holística, medicina bioenergética, medicina natural, medicina integrativa, etcétera) en los estamentos oficiales, sin que sea el propio paciente el que tenga que buscarse las soluciones complementarias o alternativas por su cuenta y sin la guía adecuada. Desde un punto de vista económico-social, se podrían reducir los gastos derivados de la enfermedad de una manera considerable si todos aprendiéramos a generar salud y bienestar. Los tratamientos tradicionales son mucho más costosos. ¿Interesa el cambio? No sabría qué decirte... Prefiero pensar que sí.

-¿Puedes explicar qué es la bioinformación?

-Es obtener información de variables biológicas para ponerlas bajo nuestro dominio. Hoy sabemos que podemos influir en variables fisiológicas que creíamos escapaban a todo control voluntario, por ejemplo sobre el sistema inmunológico. Investigaciones recientes han demostrado que la mente (pensamientos, estados de ánimo, ansiedad) influye de modo significativo en el funcionamiento del sistema inmune y el desencadenamiento de la enfermedad. En oncología, con el uso de la bioinformación, concretamente con el biofeedback, intentamos reeducar la actividad cerebral de la persona afectada porque se sabe que un cerebro en exceso de alerta (miedo) por ejemplo, con una actividad registrada de 30 hercios, es un cerebro con muchas posibilidades de influir en un debilitamiento del sistema defensivo; en cambio, un cerebro que es capaz de relajarse por debajo de 4/5 hercios, multiplica la actividad de las *natural killer*.

La bioinformación aplicada al cáncer es de una eficacia inquestionable, tanto para contribuir al bienestar como para paliar los efectos adversos de los tratamientos. Al mismo tiempo la relajación facilita el uso de la imaginación inducida (visualización), una técnica poderosa en la lucha contra el cáncer.

-Es llamativo observar que, frente a los casos de remisión espontánea, desaparece el interés por investigar qué ha sucedido, y así se pierde una valiosa información que ayudaría en la cura de la enfermedad.

-Permíteme contestarte a esta pregunta con las palabras de dos célebres investigadores: Metalnikov y Chorine. En general, no tenemos suficientemente en cuenta el papel que desempeña el sistema nervioso ni tampoco el de la acción psíquica sobre la vida del organismo. Y, a pesar de ello, es incontestable que el debilitamiento de las fuerzas psíquicas no sólo es consecuencia sino también la causa de diversas afecciones. Es lamentable que, en este aspecto, el estudio del organismo se encuentre tan atrasado. El papel de las fuerzas psíquicas y su influen-

cia sobre la vida del cuerpo son muy grandes, incomparablemente más grandes de lo que se piensa. Todos los órganos, el corazón, los pulmones, los intestinos, las glándulas de secreción interna, se encuentran estrechamente unidos al sistema nervioso. Ésta es la razón de que el estado psíquico del paciente, en todas las enfermedades, tenga tanta importancia. Conociendo todo esto, debemos comprender que en la lucha contra las enfermedades es tan necesario actuar sobre el psiquismo como prescribir medicaciones.

-Hablemos nuevamente de tu libro. ¿Qué mensaje final quieres transmitir al lector?

-Como dice el título, el mensaje sería el de buscar ese sentido y valor que la enfermedad reclama más allá del fatalismo y la idea de infortunio. Una frase dice "el dolor es real, el sufrimiento es optativo". Necesitamos abarcar mucho más allá de las fronteras del cuerpo físico.

-Recuerdo el libro de Ken Wilber, "Gracia y coraje", que narra cómo vivió el proceso de la enfermedad de su mujer Treya.

-En medio de la angustia de encontrar la curación como fuera, faltaba ese punto espiritual de reconocimiento de que tal vez ha llegado la hora de irse. La aceptación de esa realidad con amor, con humildad... Y eso pasa mucho en los casos de quienes se someten a quimioterapia hasta el punto de que ya no pueden más; muchas veces mata más el tratamiento que la enfermedad en sí, y es miedo. Hay un momento donde la persona debe encontrar serenidad. En mi caso, yo quiero ser muy consciente de ese momento, aprovechar para estar cerca de mis seres queridos.

-¿Para cada persona ese sentido de plenitud es distinto?

-El sentido de plenitud al que me refiero tiene que ver con un sentido interior de paz y serenidad. Estar pleno es estar en contacto con tu ser esencial trascendente e infinito. Liberado de los apegos, del mundo de las formas. Vivir centrados en nuestro interior a la vez que admitimos la necesidad de reconocernos como un todo que nos libera de nuestra pequeña individualidad. Uno de mis pacientes antes de morir dejó una maravillosa nota que muestra lo que significa sentir la plenitud y la armonía interior, incluso ante el final de la vida, y decía así: "Cuando esté preparado para irme, me ayudarás a cerrar las maletas, abrirás la ventana para que pueda salir y celebrarás el milagro de habernos conocido".

Cuando vivimos en el yo y en el tú, separados, creemos que "yo estoy sano y tú estás enfermo", pero no es así. Quizás seas tú quien tenga hoy la experiencia de enfermedad y yo sea el que tenga la experiencia de salud, pero quizás sea yo el que mañana tenga la experiencia de enfermedad y tú tengas la experiencia de salud. Y así se funciona durante el ciclo de la vida. TM

UN MAR DE PERLAS

*Cómo abordamos
la felicidad en
Odontología
Energética.
(Tercera parte)*



Amelia Izquierdo Acamer

Psicóloga Clínica

Gema Ballester Palanca

Médica, Odontóloga

h omur: si yo te ofendiera y mis palabras en vez de desgarrar tu ánimo lo tornaran luminoso y espléndido, entonces serías una perla. Ahmed: si un pescador te vendiese en mal estado un pescado y estuvieras a punto de morir por comerlo, y aun así ni maldijeses a su captor ni criticaras al mar, serías una perla. Es fácil hablar de estrellas, lluvia y astros, que a su modo ya son perlas. Lo difícil es hacer del grano de incómoda arena una perla que ilumine la irritación. Lo difícil no es la música, sino el afinado del instrumento que la revela”.

Mario Satz

“Como si” son dos simples palabras, una compara y la otra confirma. Dos palabras simples, afinadas para un momento y una persona, ya que cada uno de los “como si” que elegimos pensar, sentir o vivir atraen unas vivencias determinadas. El “como si” es una representación, una de entre tantas posibilidades que un ser ha venido a mostrar y también una elección.

Tod@s formamos parte de este gran escenario que es la vida. Y es curioso comprobar que al igual que “el hágase la luz” o el “verbo se hizo carne” nuestro pensamiento tiende por sí mismo a materializarse porque está tejido con el mismo hilo conductor del acto creador del Universo y, además, existen

muchas y variadas pruebas que demuestran que tan solo hace falta "un" ser humano para que pueda cambiarse la tendencia en el actuar de una gran parte del resto de la población.

La explicación está en los campos mórficos, que vendrían a significar las formas en las que los seres humanos nos influimos aun sin haber tenido una conducta intencionada para ello, sin ser conscientes de la actuación similar que otro ser está realizando, aunque sea a miles de kilómetros de nosotros. Conductas que en su gran mayoría son adaptativas y que, empezando en minoría, se van extendiendo de tal manera que tan solo hace falta un solo individuo para que pueda llegar a cambiarse el patrón de comportamiento en toda la especie.

Los campos mórficos devienen del inconsciente colectivo, un gran mar de fondo que desde su inconsciencia determina, más que nuestras acciones, nuestras actitudes, más que la realidad cotidiana, el sueño de un pretexto que puede llegar a configurar una nueva forma de vida, aunque ésta empiece a través de la punta de una pluma, bañada por el tinte de un tintero que en su quietud e ignorancia está predispuesto a dibujar un símbolo.

El "como si" en Odontología

En Odontología, a través de la bioenergética, también podemos utilizar sin lugar a dudas el "como si" y la potencia del símbolo, ya que nos movemos con una intención, la de acompañar a un ser humano en su caminar, aunque sea tan solo para erradicar un molesto síntoma dental. Transitamos por una especie de

atlas energético que empieza en la boca, moviéndonos desde un punto determinado de su boca y acabando en otro equidistante a ella. En muchas ocasiones este insólito punto es el origen causal de todo lo que en ella acontece.

Las células tienen memoria y los dientes también, la holografía del cuerpo está presente en cada una de sus partes, nada se escapa a la información. De alguna manera la mano izquierda sabe lo que hace la derecha, aunque se vea a menudo impelida a esconderse de cualquier testigo.

Cuando a través de las partes dolientes en la boca exploramos y chequeamos la Somatotopía Emocional en el cuerpo, nos encontramos en una especie de atlas por el que movemos y reorganizamos toda clase de fuerzas que han quedado atascadas en ese recorrido infinito. Nos encontramos aquí con un testigo que hace la representación de sus emociones más incomprendidas, sellándolas en el cuerpo, y que desvela la emoción que no pudo gestionarse de una forma sana para la persona. Determinando

cuáles de ellas fueron motivo de un atasco, podemos averiguar qué recursos pueden ser los más adecuados para que vuelva a circular toda esa información que quedó atorada.

Unificar

Nuestra conexión con el **Todo** es la representación de un gran mar. La medicina odontológica energética no es una especialidad, más bien lo contrario, un paradigma de trabajo que pretende unificar. Terapeuta o médico y paciente, entrelazados por campos mórficos que se asisten inevitablemente en el gran espectáculo vital. Lo importante no es lo que hacemos sino como lo hacemos; lo más importante no es solo sanar el diente sino restablecer la felicidad y el bienestar de la persona; lo importante es ir al cuerpo de la causa y de esa manera contribuir, en mayor o menor grado, a que la molestia o el dolor acaben convirtiéndose en una gran perla... y de ésta... al mar. **TM**

www.zentrame.es



Psicología Clínica
Odontología Energética
Medicina Natural

Zentrame
Amelia Izquierdo

dentameg
Gema Ballester

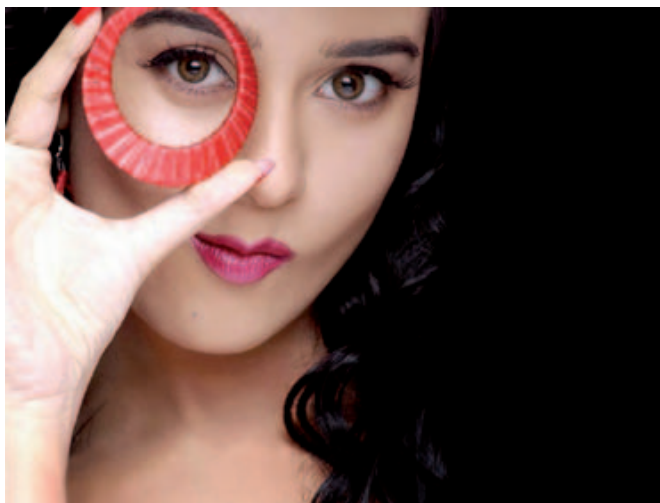
C/ Periodista Azzati 5-3B. Puerto de Sagunto. 962691324-961187814
www.zentrame.es

ENFOCADOS

Céntrate en lo que quieres conseguir

Ana Pérez

Consultora de Desarrollo Personal, Terapeuta Gestalt, Coach profesional y periodista



Cuando una persona se incorpora a un puesto de trabajo siempre recibe algún tipo de formación o instrucciones elementales para poder desempeñar su función con éxito. Esta formación se puede adquirir de diferentes formas, bien recibiendo gran cantidad de información teórica -como sucede en el modelo actual imperante en las escuelas y las universidades que tenemos-, o bien hacerlo *haciendo*, in situ, como hacían antaño los aprendices de cualquier oficio que durante años y a base de *hacer* llegaban a dominar los secretos de la profesión y a hacerse oficiales y maestros en el arte que fuera su ocupación.

Cuando nos compramos una batidora o un lector de DVD vienen

acompañados de un folleto en no menos de doce lenguas diferentes. Pero curiosamente el oficio del vivir, el del ser humano, es una tarea que todos comenzamos completamente a oscuras, sin manual de instrucciones, mapa ni guía de primeros auxilios. Estamos desenfocados, como el personaje de esa divertidísima y genial escena de la película "Desmontando a Harry", de Woody Allen. Desenfocados, borrosos, con una visión imperfecta y defectuosa, perdidos y ciegos en el mar insólito de la vida. Los únicos consejos que recibimos provienen de otros humanos que están igual o peor de desorientados. Observa detenidamente la vida de aquellos que te brindan sus recomendaciones; pueden ser de la mejor intención, pero no ocurre así con la calidad de lo suge-

rido a no ser que sus existencias sean absolutamente satisfactorias. *Por sus frutos los conoceréis.*

Es llamativo constatar las enormes diferencias que hay entre las vidas de unos y otros. Hay personas que parece que disfrutan de privilegios en casi todas las áreas de la vida: son exitosos, gozan de buena salud, prosperidad económica, buenas relaciones, autoestima y una personalidad alegre y positiva. ¿Son los mimados de la caprichosa buena Fortuna que a su antojo parte y reparte? En el otro lado de la balanza están los desposeídos de la tierra, personas que nacen en la más absoluta miseria y mueren en las mismas desastrosas condiciones después de haber vivido unas vidas agotadoras en el más absoluto desconcierto preguntándose por qué su vida es

como es. La ignorancia es el origen de todo mal.

La primera ley de la creación es la Principio del Mentalismo: lo que piensas, se manifiesta y quiere decir que es tu actitud la que determina todo lo que te sucede. Un principio es una ley inmutable que actúa independientemente de tu conocimiento y tu ignorancia no te exime del cumplimiento. Tus ideas son todo lo que tú ves manifestado, no sólo en tu cuerpo y en tu carácter sino también en lo exterior, en tus condiciones de vida, en lo material. Aquello en lo que te enfocas, aumenta. Nuestro enfoque es como una gran lupa de aumento que multiplica por mil aquello sobre lo que colocas tu atención. Si quieres cambiar tu vida -el mundo- tienes que cambiar tu enfoque. En vez de estar maldiciendo, o quejándote, que es lo mismo, empieza a centrarte en lo que quieres conseguir.

Hay un remedio infalible y extraordinario: bendecir. Bendecir **todo**. Bendecir es decir bien, hablar bien, hablar en positivo y hablar no es más que exteriorizar con sonidos el contenido de nuestros pensamientos. Bendecir es agradecer, apreciar, valorar... es lo contrario de maldecir, obviamente. Parece fácil. Lo es y no al mismo tiempo porque hay que acordarse de hacerlo para que funcione. Te lanzo un reto: intenta estar 24 horas sin quejarte. De nada, por supuesto. Ni del

gobierno, ni de la economía, ni de las injusticias del mundo, ni de tu jefe, tu trabajo, tu pareja, tus hijos, el tráfico...

En la pared de una de mis consultas cuelga un arco. El arco es un símbolo de la mente enfocada, la mente maestra que sabe concentrarse en lo que quiere y logra su objetivo. Recuerdo también que tuve un paciente que era campeón de tiro con arco y, a pesar de su gran dominio de este instrumento, no había sido capaz de extrapolar estos principios a su vida personal. El enfoque está controlado por las preguntas. Preguntas necias obtienen respuestas necias. Buenas preguntas obtienen buenas respuestas. Una tomatera no produce manzanas. De cajón. ¿Qué tipo de preguntas te estás planteando? Preguntas del tipo: ¿por qué no consigo lo que quiero?, o ¿qué estoy haciendo mal?, y ¿qué he hecho yo para merecer esto? Recuerda: malas preguntas traen malas respuestas. Prueba con este otro tipo: ¿qué es lo que quiero?, ¿de qué me puedo sentir orgulloso?, ¿de qué me puedo sentir agradecido?, ¿con qué me sentiría entusiasmado?

Donde está tu atención está tu energía. Donde está tu corazón allí estás tú. TM

www.epopteia.es

TALLER CHAMÁNICO RESIDENCIAL BÁSICO*

10-11-12 de mayo 2013

- EL VIAJE CHAMÁNICO
- EL ANIMAL DE PODER
- LOS ESPÍRITUS GUÍA Y MAESTROS DE AYUDA
- LOS MUNDOS EN LA REALIDAD NO ORDINARIA
- LOS ESPÍRITUS DE LA NATURALEZA

Viajes chamánicos con tambor - Ceremonia del fuego - Rueda medicinal - Spirit boat

* Es necesario asistir a este taller básico para tener acceso a la formación en Chamanismo Práctico en modalidad residencial que dará comienzo el 7 de marzo del 2014.

Facilita: Martín Ribes
Terapeuta Transpersonal y
Formador en Chamanismo Práctico

INFORMACIÓN Y RESERVAS:

www.epopteia.es - info@epopteia.es
Tel. 615 856 360



ENCUENTRO DE HOMBRES

25-26 de mayo 2013

- LA ENERGÍA MASCULINA ÓPTIMA •
- EL CAZADOR PROVEEDOR Y LA FUERZA PRIMORDIAL •
- EL GUERRERO DEL CORAZÓN •
- EL HOMBRE TIERNO Y PROTECTOR •
- LA TRIBU Y LA MANADA •

Bastón de la palabra - Viaje chamánico - Spirit boat - Ceremonia del fuego

FUTURTECH

Emi Zanón

Escritora y comunicadora

aunque los tiempos y los soportes cambian y evolucionan como lo hacemos también nosotros, por el momento, la escritura y, por ende, los libros, siguen siendo la principal fuente de transmisión de conocimiento para nuestra especie. Con motivo de la celebración mundial del Día del Libro, tengo el gusto de regalar a los queridos lectores de TÚ MISMO este relato inédito que contiene esencias y mensajes del Nuevo Paradigma. ¡Espero que lo disfrutéis!

—Buenos díaaasss... Buenos díaaasss... ¡Arriba! ¡Arriba! ¡Es la hora de levantarse, mi querida señora Flipa! Hoy luce un día espléndido, maravilloso...

Maggie ha entrado en la habitación con brío y se dispone a descorrer las cortinas y abrir las ventanas de par en par.

—¿Pero, Maaaggie? ¡Si todavía es de noche!

—¿De noche? ¿De noche, dice? ¡Mire qué sol tan espléndido entra por la ventana! Venga, venga, incorpórese. No se haga la remolona. Hoy luce un día espléndido, maravilloso...

La señora Flipa, medio incorporada en la cama, sólo ve oscuridad a través de las ventanas; unas lucecitas tenues de algunas estrellas le dicen que todavía es de noche.

—Ah, aquí tiene, señora Flipa, su sabroso y saludable desayuno, como cada día. Las zapatillas recién sacadas del microondas con una untadita de miel de romero y un poquito de canela, para vigorizar sus riñoncitos y sus activos en bolsa, como a la señora le gustan. Y la taza de leña con unas gotitas de leche y un pellizco de cianuro... y sus píldoras anticonceptivas, que no debe olvidar tomar si no quiere un embarazo a sus ochenta años, y...

—¡¡¡Maggie!!! ¡¿Te has vuelto loca?!

—¡Venga, venga! A ver ese bracoito... que hemos de tomar la tensión arterial como cada mañana. A ver, a ver dónde está. Ummm... un poco frío...

La señora Flipa tiene los pelos erizados y los ojos fuera de sus órbitas. Maggie ha rodeado el brazo del butacón con el brazalete del tensiómetro. ¡Está hablándole al sillón!

—¡Oh, Dios mío! Tengo que hacer algo... El teléfono, ¿dónde está el teléfono? Siempre lo tengo en la mesilla de noche y no está -la señora Flipa busca desesperada el teléfono a su alrededor, pero no lo encuentra.

—Maggie, ¿has visto mi teléfono?, ¿dónde está el teléfono?

—En la lavadora, señora. En la lavadora. Dándose un buen baño, que falta le hacía.

—¿Cooooomo?! ¡Ay, Dios! ¿Cómo voy a salir de ésta? ¡Se ha vuelto loca!

La señora Flipa, con dificultad por sus piernas artríticas, trata de levantarse de la cama para ir al salón y llamar desde el teléfono fijo. Pero Maggie, muy atenta y servicial como siempre, se dirige hacia ella de inmediato...

—¿Dónde va la señora? Si todavía no ha terminado su desayuno. La señora debe desayunar primero antes de levantarse. La señora desayuna a primera hora. La señora desayuna a primera hora...

Maggie empieza a repetirse y la señora Flipa está paralizada. A Maggie se le ha perdido un tornillo o algo parecido.

—¿Qué puedo hacer para salir de ésta? —sigue preguntándose, aterrada. De pronto, se le ocurre enviarla al baño a buscar una toalla para la cara.

—Maggie, por favor, tráeme una toalla de la cara, humedecida. Maggie, Maggie, ¿me escuchas?... ¿Puedes traerme una toalla...?

—Toalla, toalla, llaota, lloata, allota... —Maggie empieza a desvariar en voz alta, sin embargo, se dirige hacia el baño...

Con mucha dificultad la señora Flipa se levanta de la cama sin que Maggie la vea y, haciendo acopio de todas sus fuerzas para mover sus pesadas piernas, va hacia el salón. Entra y cierra. Jadeante recorre un sillón y lo coloca tras la puerta para impedir que Maggie pueda abrirla. Y, deprisa, marca un número... 667 778 890...

—¿Si?

—¡Alan!... ¿Eres tú, Alan?

—Sí, mamá. Sí. ¡Te he dicho un millón de veces que no me llames al trabajo!

—Hijo, lo sé, lo sé. Pero es urgente.

—¿Urgente?

—Sí, muy urgente. ¡¡Maggie se ha vuelto loca!!

—¿¿Cómo que se ha vuelto loca?!

—Sí. Está haciendo barbaridades y tengo miedo... Ahora está en el baño, pero...

—¿Barbaridades?

—¡Ay, hijo! ¡Qué miedo tengo!

—Mamá, sabes de sobra lo que tienes que hacer, te lo he explicado muchas veces... Pero, bueno, ya llamo yo. Tú intenta no estar cerca de ella. Yo ahora debo colgar porque estamos en medio de una reunión y si sigo hablando mi jefe me corta el cuello, ¿sabes? —Alan pone la mano sobre

el micro y su boca para que no le oigan.

—Vale, vale... Gracias, hijo, gracias. ¡Ah, y a ver si vienes a verme, que hace más de un mes que no te he visto!

—¡No digas chorradas! ¡Me ves todos los días!

—Sí, pero no en carne y hueso, hijo...

—Besos. Adiós, mamá, te quiero —Alan cuelga el teléfono con mal talante. Su jefe le dirige una mirada interrogativa y él, con un gesto de su mano, le indica que no es nada.

Dos horas más tarde. Clic, clic, clic... 8989898989

—FuturTech, empresa líder en robots de última generación, dígame —contesta una voz mecánica.

—Buenos días, le habla Alan Speed, propietario de un robot de última generación, modelo 900 - "Maggie Supernanny" serie 78787878alg. Ruego envíen un técnico a la mayor brevedad posible a la dirección...

—Mensaje capturado. Le agradecemos su llamada. En breve les visitará nuestro técnico...

La señora Flipa, encerrada en el salón, oye a través de la puerta cómo Maggie sigue repitiendo "...toalla, llaota, ollata para la señora... toalla, llaota, ollata, allata para la señora ... Buenos días, señora. Buenos días, señora. Hoy luce un sol espléndido... Toalla, llaota, ollata..."

—¡Ay, madre! ¡Como no vengan pronto y le dé por hacer alguna otra barbaridad...!

"¿Llegará el técnico de FuturTech a tiempo? ¿O llegará antes su hijo Alan? ¿Cometerá Maggie alguna atrocidad? ¿Corre peligro la vida de la señora Flipa por no haberse

tomado las pastillas para su cardiopatía?... ¡Pronto lo sabremos! Todas las respuestas a la vuelta de la publicidad. No se lo pierdan, volvemos en cuatro minutos...", el radiante locutor aviva la curiosidad de los espectadores con una magnánima sonrisa.

La pantalla comienza a difuminarse y el contorno del radiante presentador se vuelve impreciso; y, poco a poco, aparece el plano medio de una joven con el pelo corto de color platino y una ajustada vestimenta que despidе chispitas de luz.

—Bien, señores, hasta aquí el documental de hoy, que cierra el ciclo de los "realities shows" de la primera década del tercer milenio. Por fortuna, ya desaparecidos en nuestro tiempo. Como han podido ver en el documental, un alto desarrollo tecnológico sin ética pudo habernos llevado a una completa deshumanización. Pero la capacidad innata del ser humano para cambiar a tiempo y mejorar, aprendiendo de sus errores, no tiene parangón. En este programa, su programa, "Conciencia Evolutiva", intentamos, como saben, acercarnos a ustedes con el objetivo de mantener una alta dosis de sabiduría retroprogresiva, necesaria para que nuestra especie decida, siempre sabiamente, sobre su propia evolución. Les esperamos la semana próxima: vamos a comenzar un nuevo ciclo de documentales, esta vez dedicados a... TM

www.emizanon.galeon.com



¿Molestias articulares...?



ArtiFit en polvo o crema

Ideal para deportistas.
Mantiene las articulaciones lubricadas
y es potente antiinflamatorio.
Alivia el dolor de todo tipo de molestias.
Recomendado como prevención
y para mantener huesos, cartílagos y tendones sanos.

Swiss nahrin
Calidad Suiza en productos naturales

Pídelo al 635 856 228

¿Quieres ser distribuidor de nuestros productos?
Solicita información sin compromiso

ARIES, AMANTE DE LA LIBERTAD

Aventurero, impulsivo, entusiasta y lleno de energía

Fernando Martínez



El equinoccio de primavera es el comienzo del nuevo año zodiacal y Aries, el primer signo, por lo tanto el de los nuevos comienzos. El carnero joven es aventurero, ambicioso, impulsivo, entusiasta y lleno de energía. El ariano es pionero en el pensamiento y en la acción, muy abierto a nuevas ideas y amante de la libertad. Da la bienvenida a los retos y no se desvía de su propósito, excepto por su propia impaciencia, que saldrá a la superficie si no obtiene resultados rápidos.

Los nacidos bajo este signo son líderes valientes con una preocupación genuina por los que tienen a su cargo; siendo responsables, es raro que utilicen a sus subordinados para conseguir sus propios objetivos como líderes, aunque a veces ocurre. Ellos pueden no estar dispuestos a obedecer o someterse a las instrucciones de con quienes no están de acuerdo.

Autosuficientes pero también egocéntricos (a veces), se preocupan por su progreso personal y la satisfacción física. Su inmensa energía los hace agresivos e inquietos, argumentativos de vez en cuando, testarudos, irascibles y se ofenden fácilmente.

En sus relaciones personales los arianos son francos, directos y sinceros, y suelen hacer amigos entusiastas y generosos. Un aspecto negativo en sus asociaciones

con otras personas es que pueden irritarse por la lentitud o la moderación de sus compañeros y, aunque son sensibles, pasan por encima de las sensibilidades de los demás. Son muy dedicados a sus hijos, incluso hasta el punto de sacrificar su propia vida para que puedan vivir. No vamos a encontrar un padre amoroso en todo el zodiaco mejor que un Aries.

Mentalmente, a los arianos se los reconoce por ser buenos intelectuales y objetivos. Son buenos campeones de las causas perdidas y de la resistencia de última hora. De mente ágil, a veces temerarios y optimistas, los nativos de Aries ejercen un férreo autocontrol para disciplinar las cualidades y tendencias de su carácter. Les gustan los retos que los pongan en acción. Si su dirección no está clara, entonces deben preguntarse a sí mismos y escuchar su voz interior, que siempre da una respuesta.

Los arianos no deben tener miedo de ser fuertes porque es la esencia misma de su naturaleza. Si lo sienten, deben buscar una historia de acontecimientos negativos en la historia personal, como la violencia o el abuso de otros. Ser temeroso también puede indicar una causa en la infancia que niega la independencia e iniciativa personal. Esto podría haber inhibido el impulso natural de ir hacia adelante en la vida como el líder y campeón que debe ser. **TM**



VIDA DESPUÉS DE LA VIDA

MARILYN ROSSNER
en VALENCIA

Una de las más prestigiosas médiums del mundo

13 y 14 de Abril de 2013

Hotel Beatriz Rey D. Jaime

UNA EXPERIENCIA INOLVIDABLE

“No se han ido, solo han cambiado de lugar...”
¿Deseas comprobarlo?

- Mensajes de seres de Luz, familiares fallecidos, Guías y lectura de la vida entre los asistentes
- Ejercicio para sanar lo que quedó pendiente, aquello que nunca llegaste a decir
- ¿Nos ven?, ¿nos escuchan?, ¿nos sienten? ¿Cómo?
- El Amor en el mundo espiritual
- Cómo poder contactar y cómo saber cuando están a nuestro lado
- Aprender a morir. ¿Cómo ayudar a un ser querido antes y después de pasar el umbral?
- Profecías de la Humanidad...

Plazas limitadas

INSCRIPCIONES: LIBRERÍA VERDE

C./SAN VICENTE MÁRTIR, 106 -VALENCIA- Tel. 963 520 655



Presentación del nuevo libro de Marilyn Rossner

¿Tienes una invitación para ir al cielo?

Miércoles 10 de abril, a las 19.00 horas

en el Ámbito Cultural del Corte Inglés,

C./ Colón, 27, 6ª Planta ENTRADA GRATUITA



MÁS INFORMACIÓN: maytepradonb@gmail.com
<http://laluciernagamayte.com>

SEXTA EDICIÓN DE FESTIVA

El 13 y 14 de este mes vuelve el gran evento que reúne a quienes transitamos por el camino del crecimiento personal



Nuevamente nos encontraremos en el Hotel Senator Parque Central, ubicado junto a La Pantera Rosa

Volvemos a la gran cita que, año tras año, convoca TÚ MISMO, esta vez en la sexta edición de FestiVa - Caminos de Crecimiento, y que

repite como escenario los salones del Hotel Senator Parque Central, ubicado en plaza Manuel Sanchis Guarnier, junto a La Pantera Rosa.

Con un atractivo programa que se prolongará entre el 13 y 14 (sábado y domingo) de este mes, de 10 a 21 horas, habrá meditaciones, conferencias, presentaciones de libros, conciertos, danzas, rincón gastronómico, stands, y el mismo

clima especial que nace a partir de todos aquellos que confluyen en este punto especial de encuentro.

La actividad se repartirá entre las salas Turia y Marina, con el siguiente detalles:

El sábado 13, en la sala Turia, a las 10, meditación, con Quidel Maihue; a las 11.30, "Captar las señales del tiempo actual", María Moreno, profesora de meditación Raja Yoga. Miembro del equipo de coordinación de Brahma Kumaris en España; a las 13, "Qué son los registros akhásicos (lectura del alma)", Paula Zúnica (terapeuta vibracional); a las 16.30, M^a Victo-

ria Argote; a las 18, "Nanas para danzar, danzas para nanar", Gabriela Berdes; a las 19, actuación de Zamud (música inspiracional), y a las 20.15, espectáculo de cierre de la jornada.

El mismo día, pero en la sala Marina, a las 11, "Cómo puede el coaching ayudarte en tu vida personal", Vicente Nebot, terapeuta acupuntor y coach; a las 12.30, "Tu casa te habla", Rosa Riubo, autora de "Feng Shui Evolutivo"; a las 16, "Cómo gestionar las emociones", Fundación El Arte de Vivir; a las 17.30, "Sanación chamánica", Martín Ribes (terapeuta



chamánico y transpersonal), y a las 19, "Alquimia dental", Gema Ballester (odontóloga) y Amelia Izquierdo (psicóloga clínica).

El domingo 14, en la sala Turia, a las 10, meditación, Quidel Maihue; a las 11, "Por qué cometemos siempre los mismos errores", Margarita Llamazares, técnicas de vanguardia en terapia; a las 13, "Nutrición y conciencia: 7 pautas para una gran vida", Mavi Moll, consultora macrobiótica y naturópata; a las 16.30, taller presentación del libro "13 pasos para liberar la voz curativa", Michele Averard, co-directora y miembro fundador de la Asociación de Terapia del Sonido; a las 18, taller "El año 2013 a la luz de la Cábala", Carmen Haut; a las 19, "Círculo de sonido y armonización sonora", Pepe Lanau, y a las 20.15 (cierre final de Fes-

tiVa), Arabesque.

En la sala Marina, a las 11.30, "ReSonArte: sonido sanador. Los diapasones terapéuticos", Ester Argilés; a las 12.30, "Creatividad e inteligencia emocional", Patricia Abarca; a las 16, "Cuantic Feng Shui: somos cuánticos, el secreto lo llevamos dentro", Anton Geron, terapeuta; a las 17.30, "Metamedicina", Claudia Rainville, y a las 19, "La estructura del cuerpo, la estructura del carácter y la salud. Procesos dinámicos", Joaquim Argente, terapeuta corporal.

La entrada es gratuita, pero invitamos a los asistentes a llevar un alimento no perecedero que se donará a la ONG Amigos de la Calle.

Os esperamos, como siempre, para disfrutar de una reunión que nos hace muy felices compartir. **TM**

MIGUEL LÓPEZ DELGADO

Naturopatía

Acupuntura

Quiropraxia

Tlf. 963 67 60 96, 610 29 30 91

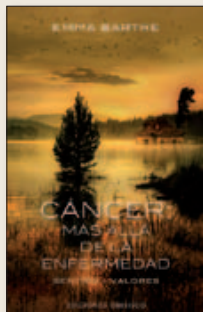
TIEMPO LIBRE



13 pasos para liberar la voz curativa

**Michele Averard
Dilema**

Este libro de terapia musical trata sobre la antigua técnica del canto de armónicos, como también de muchas otras formas de liberar la voz curativa, y explica cómo conseguir los sonidos, la correcta respiración y cómo transitar el camino hacia la relajación y la meditación.



Cáncer: más allá de la enfermedad

**Emma Barthe
Obelisco**

La psicooncóloga Emma Barthe, entrevistada por la comunicadora Silvia Velando, ofrece una perspectiva reveladora sobre la enfermedad que da respuesta a la emergente necesidad de cambio y transformación en la forma de gestionar nuestra propia salud.



El buda entra en un bar

**Lodro Rinzler
Kairós**

Una presentación inteligente, divertida y sensata de la enseñanza del budismo, que invita a reflexionar sobre nosotros mismos sin tomarse el camino espiritual como una losa ni colocar al budismo en pedestal. El lector puede descubrir que se puede vivir disfrutando con un poco más de compasión y sosiego.



Los 5 elementos del pensamiento efectivo

**E. Burger, M. Starbird
Paidós**

Técnicas prácticas, entretenidas e inspiradoras para mejorar la forma de pensar a partir de una idea simple: podemos aprender a pensar mejor adoptando estrategias específicas. La gente brillante no viene de otro mundo, simplemente usan su mente de forma diferente.



La cura ayurvédica del bienestar

**Kiran Vyas
RBA**

El ayurveda, práctica milenaria en la India, aporta un nuevo enfoque a la salud, quizá incluso una definición radicalmente distinta. Lo que propone es perfectamente accesible y adaptable a los modos de vida occidentales, que permite reforzar el "capital salud".



Desapegarse sin anestesia

**Walter Riso
Zenith - Planeta**

Aquí están las claves para enfrentar el apego y prevenirlo, sin perder la pasión por alcanzar nuestros sueños y metas personales. A través de un lenguaje claro y accesible, con ejemplos y casos concretos, el autor nos invita a fortalecer la independencia emocional.

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.

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.

APRENDE CHI KUNG.

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

MIGUEL LÓPEZ DELGADO.

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

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 3, "Experimentar a Dios"; el 10, "El comportamiento y los buenos modales"; el 17, "Armonizar las relaciones con amor espiritual", y el 24, "Fortaleza y madurez a través de la crisis". Informes de estas y otras actividades, Tlf. 963 518 181.

METAMEDICINA.

Actividades en abril sobre Metamedicina en Valencia: Conferencias, día 14, "Comprender el lenguaje de nuestras enfermedades", en FestiVa; día 16, "Comprender la causa de nuestra enfermedad" (minusválías de todo tipo), Sala Multiusos de la Fac. Ciències Activitat Física i l'Esport; día 17, "Metamedicina: las claves emocionales de los trastornos alimentarios", Herbolario Navarro, C/ St. Vicent; día 18, "Ver con los ojos del corazón" (ojos y visión), ONCE Valencia. Taller terapéutico, días 21 y 22, "El lenguaje de nuestras enfermedades y malestares". Info: www.metamedicina.com, 654 439 673 (Dolors).

INCIENSO 100% NATURAL.

Incensos que cuidan tu salud, respetan el medio ambiente y promueven las relaciones justas. Venta al por mayor. www.incienso-incense.com

TALLERES DE TERAPIA FLORAL CON EDUARDO GRECCO.

El viernes 21 de junio próximo el Dr. Eduardo H. Grecco, psicólogo y maestro de terapia floral, dará dos talleres en Valencia. Por la mañana, "El robo a la inocencia: abuso, violencia y maltrato. El abordaje con esencias florales", y por la tarde, "Las heridas del alma. Su curación con esencias florales". Además, el jueves 20, a las 20, en la sala Esencial, calle Calabazas 21, primer piso, disertará sobre estos temas. Informes y reservas, 963 366 228 y 635 856 228.

ITACA ESPACIO CULTURAL.

En calle Catalans nº 6, Valencia, se realizarán las siguientes charlas coloquio para el corriente mes, en todos los casos, a partir de las 20 hs.: el día 5, "Tai-chi. La danza de las energías"; el 12, "Educar en valores para diseñar el futuro"; el 19, "Cómo comprender la pintura china"; el 26, "Cuentos que curan el alma". Asimismo, el día 3 de mayo, a la misma hora, "El poder del ahora". Información, Tlf. 96 391 28 76, itaca@itacaespaciocultural.org

Festiva

VI EDICIÓN

VALENCIA
13 y 14 DE ABRIL

HOTEL SENATOR
PARQUE CENTRAL

Plaza Manuel Sanchis Guarner
(próximo a la Pantera Rosa)

CONFERENCIAS
MEDITACIONES
MÚSICA Y DANZA
PRESENTACIÓN DE LIBROS
RINCÓN GASTRONÓMICO
STANDS...

PRESENTACIÓN DE
LA CREADORA
DE METAMEDICINA
CLAUDIA RAINVILLE

ENTRADA
GRATUITA

Este año a beneficio de
la ONG Amigos de la Calle.
Trae un alimento no perecedero

organiza
REVISTA

tú mismo

CONTRATA TU STAND

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