

tú mismo

www.tu-mismo.es

VALENCIA DIFUSIÓN
GRATUITA

Nº 73
junio
2013

CONSTELACIONES
FAMILIARES

CÓMO FUNCIONA
EL CEREBRO

LA OPORTUNIDAD
DE UN VIAJE

REINVENTARSE Y VIVIR SIN MIEDO

HAY QUE SER VALIENTE PARA CAMBIAR, PERO LA VIDA SIEMPRE COMPENSA A LOS QUE TIENEN EL CORAJE DE SALIR DE SU ZONA DE CONFORT. CON ESTA IDEA, MÓNICA FUSTÉ PRACTICA EN SÍ MISMA EL MÉTODO QUE PRESENTA EN SU ÚLTIMO LIBRO, "SUPERACCIÓN"



esencial

Centro de Salud y Herbolodietética

CHARLA PRESENTACIÓN DE TALLERES
 "LAS HERIDAS DEL ALMA" Y "EL ROBO
 A LA INOCENCIA" (FLORES DE BACH)
 20 de JUNIO, a las 20 Hs.
 Entrada libre
 Imparte: DR. EDUARDO H. GRECCO.

TALLERES "LAS HERIDAS DEL ALMA"
 Y EL "ROBO A LA INOCENCIA"
 (FLORES DE BACH)
 21 de JUNIO.
 Imparte: DR. EDUARDO H. GRECCO.

ZUMOS Y BATIDOS NATURALES
 hechos en el acto
 Te sorprenderán!

CURSO DE CÓDIGO BIOLÓGICO
 22 y 23 de JUNIO.
 Precio: 200€
 Imparte: FRANCISCO IVAÑEZ.

3er. TALLER DE NUMEROLOGÍA 5º NIVEL
 29 de JUNIO.
 Precio: 80€
 Imparte: JESÚS PAVIA.

Actividades semanales:
 YOGA, TAI CHI, CHIKUNG, BIODANZA...
 Primera clase GRATIS
 SIN MATRICULA

Consulta de terapia floral y naturopatía, masaje...
 INFORMATE en TIENDA

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



Ven a conocer el alma
 de este maravilloso país

Salidas desde VALENCIA
 16 de Agosto de 2013.
 26 de Diciembre de 2013.



El espíritu
 del planeta
India



VISITANDO...

Viejo y Nuevo Delhi, Samode,
 Jaipur, Amber, Museo Albert Hall,
 Hawa Mahal, Fatehpur Sikri, Agra
 y el Taj Mahal, Ashra de la Madre
 Teresa, Fuerte Rojo, Jhansi, Orchha,
 templos de Khajuraho, Varanasi,
 Sarnath y paseo por el río Ganges

11 DÍAS Y 9 NOCHES:

- 2 noches en DELHI (pensión completa)
- 1 noche en KHAJURAHO (pensión completa)
- 2 noches en AGRA (pensión completa)
- 2 noches en JAIPUR (pensión completa)
- 1 noche en ESTAMBUL (alojam. y desayuno)

vuelo regular de Turkey Airlines
PENSIÓN COMPLETA
 con visitas del circuito incluido
 Hoteles 4*



Vuelos domésticos
 KHAJURAHO, VARANASSI, DELHI

1.880 €

(PRECIO FINAL TASAS INCLUIDAS)

Viajes Nefer, S.L. C/ Cofrentes 6 - 46010 Valencia Tel. 96 393 6232
 viajes@viajesnefer.com • viajes@viajesvalentia.com

www.viajesvalentia.com
 www.viajesnefer.es



bienestar

- 06 LA PIEDRA DE LA ESCUCHA.
08 REFLEJOS.
10 CONSTELACIONES FAMILIARES.
12 UN DOLOR RECURRENTE.
14 AURICULOTERAPIA, MEDICINA VITALISTA.

entrevista

- 16 POTENCIAL INFINITO.

la otra realidad

- 22 LA BIOCUÁNTICA P.H.E.

interiores

- 24 HUMANO.

acontecimientos

- 26 UNA OPCIÓN PARA VACACIONES.
28 EL PODER DEL AHORA O NUNCA.

tiempo libre 30. el escaparate 31.

tú mismo Staff

Editor
Aurelio Álvarez Cortez

Arte y maquetación
Noé Álvarez Lier

Colaboradores
Carla Iglesias, Patricia Abarca, Isabel Gómez,
Sonia Córdoba, María José Borrás, Aroa Fernández,
Marcel Vega, Emi Zanón, Mavi Moll

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 Gráficas

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

CÓMO FUNCIONA EL CEREBRO

Ser más conscientes de cómo desenvolvemos en la vida

Patricia Abarca

Matrona. Doctora
en Bellas Artes

Cuando decimos que algo tiene plasticidad significa que es maleable, es decir, que tiene la propiedad de adaptarse y conservar la huella de sus cambios. Por eso se dice que el sistema nervioso y el cerebro tienen una enorme plasticidad, ya que se adaptan con facilidad a las presiones y afectos provenientes de las situaciones vividas, pero al mismo tiempo conservan en menor o mayor grado la huella de dichas vivencias, según lo repetitiva que haya sido la situación, la intensidad de la misma, o el tiempo que nos haya afectado.

Podemos ejemplificar esto con una hoja de papel: cuando doblamos una hoja en el lugar del doblez queda una raya, luego al extender el papel bastará una simple brisa para que éste vuelva a plegarse por sí mismo. Del mismo modo, en nuestras neuronas queda impresa la huella tanto de los buenos momentos como de aquello que nos ha ocasionado daño; posteriormente, con un simple estímulo proveniente del entorno, que conecte o resuene con una de estas huellas, nos llevará a una acción o una respuesta de nuestro organismo condicionada por dicha huella.

Otra cosa importante a tener en cuenta es que en nuestra mente las imágenes se combinan según el grado afectivo que hallamos vivenciado con ellas; así, el odio, la ternura, el orgullo, la alegría, el temor, etcétera, actúan en nuestro inconsciente como puentes que conectan imágenes que aparentemente no tienen nada en común entre ellas; y por esto también una misma imagen no significa lo mismo para todas las personas.

A grosso modo podemos ejemplificar esto de la si-



guiente manera: la imagen de un conejo blanco a una determinada persona le resonará como ternura y cariño al evocar tal vez un regalo recibido en la infancia, anhelado y especial, entregado con cariño y envuelto en un llamativo papel que contenía dibujos de conejos de color blanco; a otra persona, en cambio, la misma imagen le resonará como dolor y abandono, evocando lo que sintió, por ejemplo, al no permitirle sus padres tener un conejo blanco, habiéndoselo sí permitido a su hermano mayor, reafirmando en su mente el sentimiento de discriminación, sobre todo si la predilección que tenían sus padres por su hermano mayor fue real, notoria y reiterada a lo largo de los años. El inconsciente de esta persona seguramente relacionará la imagen del conejo de color blanco con otras imágenes vinculadas al dolor provocado por la discriminación, obtenidas tanto de las propias vivencias posteriores como de las imágenes socioculturales y colectivas conectadas a dicho sentimiento; y lo más probable es que este intrincado cruce de imágenes condicione inconscientemente, y en los ámbitos más inesperados, muchas elecciones de su vida.

Desde otra perspectiva, las emociones y los sentimientos enlazan la realidad con las imágenes de nuestra fantasía interior: así, cuando algo del entorno real nos afecta produciéndonos, por ejemplo, impotencia; nuestra imaginación se conectará con dicho sentimiento, trayén-

donos a la mente aquellas imágenes de nuestro mundo imaginario vinculadas al sentimiento de impotencia. Podemos decir entonces que nuestras emociones nos llevan a crear, a partir de una realidad, una fantasía imaginaria. Por eso, al no ser totalmente conscientes de ello, muchas veces tendemos a exacerbar algo pensando que es como lo imaginamos, no siendo así en la realidad.

Pero también, de forma contraria, una emoción provocada por una fantasía actúa como puente con la realidad: cuando nuestro inconsciente nos hace, por ejemplo, llorar porque conectamos con el texto de un libro, una poesía o una imagen de una película; pese a que sabemos que es una fantasía, sentimos de verdad la aflicción y la emoción, así como nuestros ojos sufren verdaderamente el escozor que le provocan las lágrimas de aquel momento. Si no somos totalmente conscientes de ello, lo más probable es que nos quedemos sumidos en la fantasía y en la aflicción, afectando incluso nuestra labor cotidiana.

Esta capacidad que tienen nuestras emociones de interconectar la fantasía y la realidad es un recurso muy utilizado por los medios de comunicación y la publicidad, en su intento de conducirnos hacia lo que el establishment del poder propone; podemos observarlo claramente en lo que sucede con fenómenos como el fútbol, la política, las religiones, la moda, la estética, etcétera.

Todo lo anterior se complementa con otra importantísima función que tiene que ver con la actividad creadora y asociativa de nuestra mente. Es decir, las neuronas de nuestro cerebro son también capaces de reelaborar y crear con elementos del pasado -relacionando fantasía y realidad- nuevas normas y nuevos planteamientos. De esta manera, podemos adaptarnos a un presente diferente e inesperado, para luego proyectarnos al futuro, ideando y

creando lo que necesitamos para alcanzar ese futuro.

Lo relevante de esto es que nuestra mente es capaz de crear -a partir de lo que tenemos- algo totalmente nuevo, no existente antes en la experiencia vivida, ni como experiencia ni como objeto; y eso creado, si lo materializamos o concretamos en alguna forma, pasará a interactuar con nosotros, formará parte de nuestro entorno, y a partir de ahí nos modificará la realidad. Pensemos en un invento material como, por ejemplo, la bombilla eléctrica; es obvio que afecta nuestra vida real, según vivamos en un edificio con luz o sin ella; y también vemos como su creación ha influido en la edificación y la arquitectura de las ciudades.

Del mismo modo, en nuestro universo psíquico, ayudados por la imaginación, relacionando las emociones, la fantasía y la realidad creativamente, no sólo podemos concretar nuevas imágenes, sino también crear nuevos puentes que nos ayu-

den a conectar y a conducir de otra forma nuestro mundo emocional, para aprender a enfrentar desde otra perspectiva las circunstancias de la vida.

Extrañamente, siendo esta función tan importante, además de ser factible de educar y desarrollar, es la menos fortalecida en los sistemas educativos y sin dudas la que menos hemos explotado en nuestra vida. Se piensa equivocadamente que haciéndonos adultos se nos acaba la creatividad: muy por el contrario, a mayor edad más experiencias vividas y por ende vamos ampliando nuestra personal enciclopedia imaginaria, lo que conlleva un aumento de probabilidades asociativas y por lo tanto una mayor creatividad; solo tenemos que aprender a desplegarla y experimentar.

¡Os animo a desarrollar la creatividad y a descubrir vuestra sabiduría interior! TM

<http://procreatevida.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 - procreatevida@gmail.com
<http://procreatevida.wordpress.com>

LA PIEDRA DE LA ESCUCHA

La sodalita es la clave para acceder a la información que tenemos en nuestro interior



Carla Iglesias
Aqua Aura

Como todas las piedras de color azul, la sodalita está relacionada con el quinto chakra y la comunicación. Cada una de las piedras del chakra de la garganta tiene una propiedad diferente, única y especial, pero solo la sodalita está relacionada con la escucha.

"Comunicar es también callar y escuchar". La comunicación no es solo expresión, también escu-

cha y reflexión... Todos poseemos un punto de silencio interior, un anclaje con nosotros mismos y con nuestra esencia, pero para encontrarnos con ese puente de comunicación con el ser de luz más profundo, consciente y espiritual, tendremos que parar y escucharnos.

Con la ayuda de la sodalita podremos sumergirnos en una comunicación especial con nuestro conocimiento profundo, adquirido en varias vidas y hábilmente

guardado en nuestro "átomo simiente", esa caja donde todas nuestras experiencias y vivencias son almacenadas de manera consciente.

La localización del "átomo simiente" es entre el corazón y la garganta. Por eso también podemos relacionar este "banco de datos" con la glándula timo, que ocupa tal espacio.

La piedra sodalita resulta ser la clave que necesitamos para poder acceder a toda la información

que tenemos grabada en nuestro interior.

Las sodalitas son piedras muy sensibles a las energías de baja vibración, de allí que sea muy importante limpiar de forma minuciosa nuestra sodalita antes de llevarla colgada o hacer un trabajo de meditación.

Como su propio color indica, la sodalita es una piedra femenina y debe ser potenciada con la luna y nunca expuesta al sol. Es conveniente dejarla antes en sal seca para que se limpie y no combinarla con piedras rojas o naranjas ya que así mezclaríamos su energía sumamente sutil con energías vitales del segundo chakra.

Lo ideal es poder llevar esta piedra colgada a la altura del timo y al menos durante 15 minutos entrar en silencio y escuchar. La sodalita es una excelente piedra "consejera" y como todas las piedras nos puede ayudar en algún momento puntual de duda o incertidumbre.

La sabiduría ancestral de la sodalita es un espejo de nuestra sabiduría y el puente de comunicación con nuestros guías y maestros de luz que, en el fondo, somos nosotros mismos. TM

Aqua Aura está en Facebook

RETIRO ¿QUÉ HAGO CON MI VIDA?

DEL 28-30 JUNIO

EN CASA DE ESPIRITUALIDAD EL VEDAT (TORRENTE)

Un espacio para conocerte mejor, encontrar tu misión de vida y orientarte en tus decisiones más importantes. Desde la psicología humanista/transpersonal y consultas individualizadas.

Tel: 605 350 079

<http://www.psicologiaparati.es/retiro-junio-2013.html>

Espacio Flor de Pasión

Xavier Enrique Cebrán



Terapia de Renacimiento (Rebirthing).
Sesiones de Desbloqueo Individuales.

Respiraciones Grupales
(Lunes a las 18:30h.)

653 130 229
Patraix, Valencia

lamatkanis@gmail.com
flordpasion.blogspot.com

GRUPO DE DEHYPNOTERAPIA, RESPIRACIÓN, PSICODRAMA

en el campo a 30 km. de Valencia

Fecha 16-06-2013, de 11 a 18 hs.

Profundizaremos con ayudas de estas técnicas
en la polaridad en la pareja

Precios anticrisis:
20€, Incl. comida

Imparte : TITO VÁZQUEZ, psicopedagogo, dehypnoterapeuta
info: cvaazquezvidal@yahoo.es - 962707758

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



REFLEJOS

Una afirmación de intención enfocada

Isabel Gómez

Facilitadora y Maestra de
Reflejos, Profesional de EMF
Balancing Technique



Cuántas veces nos hemos preguntado por qué nuestros anhelos no se cumplen? ¿Qué no estamos haciendo de forma adecuada? ¿De qué manera tenemos que hacer la petición? ¿Por qué no conseguimos que se concrete ese anhelo de pareja, de abundancia, de expresar nuestra creatividad, etcétera, y realizar nuestros deseos? ¿Formulamos nuestras intenciones, anhelos desde la coherencia de una clara intención/emoción/energía o nos confundimos al realizar la petición desde una mente no conectada al corazón?

Reflejos es una técnica en la que están contempladas unas características específicas que encauzan de una forma muy potente, sencilla, rápida y efectiva la intención que creamos en un estado de introspección "reflexión" en una total unificación de mente

y corazón. Creada por creada por Peggy P. Dubro en 2012 y basada en la EMF Balancing Technique, técnica que equilibra, fortalece y armoniza nuestro campo energético (Entramado de Calibración Universal, o UCL), Reflejos es una herramienta de crecimiento personal y espiritual de "creación consciente y compromiso".

Lo que diferencia "la Afirmación de Intención Enfocada" con otras co-creaciones es que en Reflejos combinamos la **intención clara y enfocada** con un **anclaje** de esa intención en nuestro campo energético, el Entramado de Calibración Universal, que nos permite equilibrarnos y adquirir una mayor maestría sobre la dirección consciente de nuestra energía y mayor responsabilidad en aquello que pedimos, expandiéndola con conciencia desde la sabiduría del corazón.

En la sesión de Reflejos "reflejamos" la expresión de nuestro Ser Interior y "reflexionamos" desde el corazón sobre quién realmente somos y así encontrar en nuestro interior al maestro/a que somos. Co-creamos con nuestro Ser Divino que nos apoya en la manifestación de la intención; estamos trayendo el Cielo a la Tierra, la comunión de nuestra parte humana y divina.

Además, en la sesión de Reflejos vamos a contemplar diferentes aspectos, todos ellos desde la base de la energía de la gratitud y de la honra. En unidad con nuestro Ser vamos a elegir una clara intención, con total responsabilidad sobre lo que pedimos y expresamos.

La energía potencial se ordena y clarifica con la intención.

Buscamos maneras de usar nuestra energía (determinadas acciones a realizar, dar) para que la intención se manifieste. Utilizamos nuestros recursos adquiridos a lo largo de nuestra vida y retos que favorezcan la manifestación de la intención. Equilibramos el recibir, permitiéndonos recibir y

lo balanceamos con el dar. Activamos, también, nuestros atributos divinos, y así apoyamos y favorecemos nuestra intención.

El proceso de la co-creación de la intención y su manifestación se realiza a través de nuevos circuitos neuronales, que llevarán un tiempo y energía para crearse en la medida en que continuamos anclándolos en nuestro entramado

con total responsabilidad.

Peggy dice que "cuando uno hace su parte, el Universo también hace su parte".

La sesión de Reflejos se puede hacer a nivel individual, donde en cada sesión se ancla una intención. También se pueden llevar a cabo sesiones de Reflejos grupales, donde la intención es la misma para el grupo. TM

H & B
Incense

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.valendachikung.blogspot.com

REFLEJOS

Diagrama de componentes: Intención, Altruismo de Memoria, Altruismo de Memoria, Disposibilidad y Recibir, Disposibilidad a Dar, Altruismo de Memoria, Altruismo de Memoria, Experiencia.

Facilitadora
ISABEL GÓMEZ

Sesiones de grupo
Día: 17 de Junio, de 19 a 21 hs.
Intención: "Conexión con la verdad del corazón"

Día: 22 de Julio, de 19 a 21 hs.
Intención: "Activar y poner en práctica nuestros dones"

PLAZAS LIMITADAS

Sesiones individuales

Lugar: C/ Constitución 30 bajo. Godella (Valencia)

Contacto: sintesisch@yahoo.es 678 654 497

CONSTELACIONES FAMILIARES

Comprendiendo las leyes invisibles que rigen nuestras relaciones

María José Borrás

Psicoterapeuta, Terapeuta renacedora,
Facilitadora en Constelaciones Familiares



Una constelación familiar se crea cuando una persona quiere resolver un tema específico en su vida; es un método de trabajo psicoterapéutico que nos ayuda a ver la causa de nuestro sufrimiento, dolor o enfermedad, en el ámbito de nuestro sistema familiar.

Berth Hellinger es el creador de este método, un hombre que desde muy joven sintió el impulso de ayudar y servir a la humanidad. Se ordenó como religioso y durante muchos años fue director de una escuela en Sudáfrica. Este contacto con la gente de África cambió definitivamente su vida y regresó a Alemania, su país de origen, para dedicarse a la psicoterapia, dejando atrás la orden religiosa.

Una de las cosas que más llamó la atención de Berth fue el profundo dolor que causa en la psique de una persona el pertenecer a un sistema familiar desestructurado. Empezó a investigar las causas por las cuales una persona puede estar sufriendo una situación traumática

en su vida, ya sea en lo físico, lo emocional, lo mental o en lo existencial. Así identificó seis posibles causas o situaciones por las que una familia puede perder la armonía y llegar incluso a romperse. Como consecuencia de esto queda en el alma de la familia un trauma sin resolver, que se irá pasando de generación en generación, con el propósito de que en algún momento un miembro de esta familia pueda resolver el trauma, incluso después de varias generaciones.

Estos seis supuestos son:

- Muertes prematuras, miembros de la familia que hayan perdido la vida antes de cumplir 25 años.
- Muertes o hechos violentos, asesinatos, homicidios, suicidios, accidentes o violencia extrema.
- Hechos de guerra.
- Abortos.
- Temas de herencias.
- Excluidos, familiares que han sido encarcelados, reclusos en instituciones mentales, o aislados y negados de la familia.

Estos hechos pueden haber ocurrido en esta generación o en anteriores, en la familia del padre o de la madre, y como resultado pueden estar causando un problema en la vida actual de las personas.

Después de constatar este fenómeno y darse cuenta de la gran importancia que tenía, Berth observó que toda familia se relaciona dentro de un campo o alma, y tiene unas leyes o normas por las que se rige.

A veces nos encontramos con la sensación de tener una losa o gran peso encima, y somos conscientes de que en realidad no nos pertenece, que esto concierne a "la familia" y no sabemos describir con exactitud qué es lo que nos está pasando, pero advertimos que es algo que tenemos que llevar a cuestras y no podemos dejar atrás.

Constelaciones Familiares trabaja en la resolución de este tipo de conflictos o traumas. En una constelación una persona puede liberar y sanar el trauma en el alma de su familia, liberando de esta manera todo el dolor y sufrimiento que estaba estancado, desbloqueando la energía de vida de toda la familia. A partir de ese momento la persona puede volver a conectarse con el flujo de fortaleza y amor de la vida.

Todos los meses, en el Centro Terapias Naturales Valencia se hacen constelaciones familiares en las que se reúne un grupo de personas, todas ellas diferentes, con distintas inquietudes, motivaciones y problemas a resolver, y se crea un círculo en el cual se da lugar a las constelaciones de aquellos que lo soliciten.

Además, en octubre comenzará la formación de Facilitador de Constelaciones Familiares, para profesionales en el área terapéutica, pedagogos, terapeutas de distintas disciplinas y psicólogos que estén interesados en ampliar su formación profesional e incorporar esta valiosa herramienta a su trabajo,



obteniendo los conocimientos y la experiencia necesaria para aumentar las posibilidades de éxito en su consulta privada y poder liderar grupos de trabajo con Constelaciones Familiares, y también para personas que quieran conocer en profundidad esta forma de terapia y usarla como

medio de sanación para ellos mismos. TM

*Para todos aquellos que necesiten resolver un conflicto en su vida o en su sistema familiar, o para los interesados en el curso, pueden ponerse en contacto con :
www.terapiasnaturalesvalencia.com*

TERAPIAS NATURALES VALENCIA

Centro dedicado a la difusión y práctica de las terapias naturales y alternativas



Crecimiento personal
Psicología Transpersonal,
Psicoterapia Gestalt,
Terapias de grupo,
Círculo de Mujeres...



Terapias manuales
Masajes, lifting japonés,
reflexología, drenaje linfático



Consultas privadas
Reiki, Naturopatía, Flores de Bach,
Auriculoterapia, Constelaciones,
Biodescodificación, Anatheoresis...

Formación, cursos y talleres
Iridología, facilitador en Constelaciones Familiares, flores de Bach, Reiki, cocina vegetariana, auriculoterapia, desactivador de puntos gatillo



www.terapiasnaturalesvalencia.com
618 83 36 93 - 615 45 46 08

Síguenos en:
  

UN DOLOR RECURRENTE

Migrañas, cefaleas, vértigos y aparato masticatorio

Sonia Córdoba Espada

Colegiado N° 2880

Especialista en rehabilitación neuro-oclusal. Máster en terapia neural y odontología neurofocal



La incidencia de cefaleas, migrañas y vértigos en la población general es muy elevada, de hecho, seguro que conoces a alguna persona que sufre alguno de estos síntomas con regularidad, y que en algunos casos son tan severos que llegan a ser incapacitantes. Una vez descartadas otras patologías que tienen como síntoma el dolor de cabeza o mareos, se les suele dar tratamiento farmacológico y se les instruye a que se acostumbren a vivir con esta sintomatología de por vida.

Sin embargo, existen unas patologías funcionales del aparato masticatorio que pueden ser la causa de síntomas tales como cefaleas, migrañas, vértigos, mareos, alteraciones del gusto, síndrome de boca ardiente, picor de oídos, acúfenos, pérdida de fuerza del brazo, alteraciones digestivas... De todos estos síntomas, el dolor de cabeza y cara es el que se da con mayor frecuencia.

Se trata de una disfunción extrar-

ticular de la articulación temporomandibular (ATM) y que se debe principalmente a la falta de espacio en el caso del compromiso articular temporal (CAT) o por alteraciones en el músculo temporal en el caso del síndrome del músculo temporal.

Estas dos patologías impiden el correcto funcionamiento de la ATM, pero la causa se encuentra fuera de la articulación. El cuadro clínico se desencadena como consecuencia del traumatismo repetido debido al impedimento mecánico que se produce durante los movimientos mandibulares. La mandíbula no tiene suficiente espacio para moverse y, en sus movimientos, la rama vertical de la mandíbula golpea contra alguna estructura del maxilar, que puede ser un diente (molar), una prótesis removible o fija (corona o puente), o el borde óseo.

Estos síntomas no se suelen asociar con la boca porque en muchos casos la persona que los sufre no tiene dolor en el interior de la boca. A

consecuencia del impacto, la mucosa superficial de la zona queda anestesiada para no impedir movimientos como el habla, pero las estructuras internas quedan alteradas. En el territorio orofacial el nervio que recoge toda la sensibilidad de la mucosa oral, de los dientes y de la piel de la cara y parte del cuero cabelludo es el trigémino. La irritación en la mucosa produce dolor a través de vías ascendentes que llegan al córtex donde se hace consciente y también produce otros síntomas de carácter reflejo, utilizando la vía de otros pares craneales y por conexiones de las fibras nerviosas simpáticas y parasimpáticas. Esto explica lo variado que puede ser el cuadro clínico.

Normalmente el dolor de cabeza viene asociado al mismo lado por el que se duerme y es contrario al lado por el que se mastica.

Cuando realizamos los movimientos de lateralidad, que es el movimiento que se hace al masticar, por el lado por el que masticamos se

crea espacio entre la rama vertical de la mandíbula y el maxilar, pero, en cambio, en el otro lado se reduce el espacio, acercándose la rama vertical de la mandíbula al maxilar. Por eso el dolor se produce en el lado contrario al habitual de masticación y además se ve agravado cada vez que comemos. Lo mismo ocurre al dormir.

Cuando dormimos sobre un lado de la cara, la mandíbula se va a acercar al maxilar en ese lado y nos despertaremos ya con dolor o incluso por el dolor. Muchas veces existe en el lado del dolor una muela del juicio que está posicionada hacia fuera y puede ser la causante de todo el cuadro.

Otras veces el impacto se produce al llevar la mandíbula hacia delante, por ejemplo al juntar los incisivos para morder alguna cosa, por hábitos y también por posturas que obligan a llevar la cabeza hacia abajo, como leer, escribir. Muchos niños presentan episodios de dolor de cabeza y se les suele revisar la vista, pero también hay que pensar en una posible falta de espacio en la boca, ya que la erupción de las muelas superiores crea muchas veces una falta de espacio. De hecho, se dan episodios de dolor a los 6, a los 12 y a los 18 años, coincidiendo con la erupción de las muelas correspondientes. También puede ocurrir al abrir la boca, al cerrar y una combinación de lo anterior.

El diagnóstico se realiza con una anamnesis, explo-

ración extraoral y, sobretudo, intraoral buscando los posibles focos primarios de dolor y exploraciones complementarias como la radiografía panorámica. Es importante la exploración de la ATM para descartar patología intrarticular. Por ejemplo, si la persona se levanta con dolor, podemos pensar que el impacto se produce al dormir. Si el dolor aparece a lo largo del día o al final, podemos pensar que el impacto se produce por hábitos posturales o en la masticación. En la exploración intraoral nos encontraremos dolor a la palpación en la zona donde se produce el impacto y a veces lesiones en la mucosa.

El tratamiento consiste en la obtención de espacio y/o en la eliminación del causante del impacto. Es totalmente personalizado y su complejidad dependerá de la causa. En ocasiones es tan sencillo como cambiar la postura al dormir. Otras veces el tratamiento consiste en la exodoncia de la muela del juicio que está impactando. Cuando se trata de una prótesis, se puede intentar ajustar. También se trata con terapia neural ya que de lo que estamos hablando es de una espina irritativa o un foco primario. Otras veces el tratamiento es oclusal con diferentes tipos de aparatología. Además hay que suprimir por completo hábitos nocivos como mascar chicle, morder objetos, morderse las uñas.

En muchas ocasiones la autoobservación y el autocuidado hacen una gran diferencia. TM

MAR TARAZONA
CLÍNICA DENTAL



*Recupera tu equilibrio,
recupera tu sonrisa.*



Telf. 96 344 76 01

C/ Cotanda, 2 - 1ª - 46002 - Valencia

clinica@clinicadentalmartarazona.com

www.clinicadentalmartarazona.com



AURICULOTERAPIA, MEDICINA VITALISTA

“No trataremos la enfermedad en sí misma, sino la autocuración del ser, su energía e inmunidad, potenciando el equilibrio y la buena circulación de la energía”

Aroa Fernández

Naturópata higienista,
Auriculoterapeuta



La auriculoterapia, auriculomedicina o auriculopuntura tiene su origen en la antigua China, donde se la describe en el tratado de medicina del Emperador Amarillo. También encontramos referencias de la auriculopuntura en las culturas egipcias, persas y romanas, donde antiguos médicos como Galeno o Hipócrates recomendaban el uso de anillos y otras formas de estimulación en la oreja para diferentes problemas, que iban desde la esterilidad y los desórdenes menstruales hasta el tratamiento de problemas lumbares y de ciática.

Forma parte de la medicina vita-

lista, donde el cuerpo físico es sostenido por una energía (ki, prana, chi...) que se forma en el momento de la concepción. Esa energía circula por los canales de energía que están relacionados con nuestros órganos y vísceras; si circula bien, todo funciona como debe; si deja de ser así, el cuerpo empieza a enfermar. Primero enfermamos en nuestro cuerpo energético y si esto se mantiene mucho tiempo pasa a nuestro cuerpo físico.

En esta técnica se estimulan puntos en la oreja para la prevención y tratamiento de enfermedades, ya que tanto en la oreja como en otras partes del organismo se haya reflejado el cuerpo entero,

como si de un holograma se tratase.

La auriculoterapia es rápida y fácil de manejar, es preventiva y a la vez también terapéutica, es por ello que es una buena opción para muchas patologías porque se obtienen resultados buenos y rápidos, además de ser complementaria a otros tratamientos y técnicas como los masajes, el shiatsu, la osteopatía, la psicología, el reiki...

Se tratan problemas como:

- Acidez estomacal, inflamaciones intestinales, malas digestiones, aerofagias...
- Alergias, rinitis, sinusitis...
- Migrañas y dolores de cabeza.

• Amenorrea, dismenorrea, leucorrea, y diversos problemas menstruales.

• Ansiedad y estados depresivos leves.

• Dolores articulares, musculares, viscerales...

• Otras patologías.

Según la necesidad del tratamiento se puede utilizar el masaje auricular, la aguja filiforme corta, electroacupuntura, semillas o bolitas.

Durante el proceso se puede sentir un dolor distensivo parcial, sensación de calor, hormigueo, o una pequeña y ligera corriente que irradia siguiendo el recorrido del meridiano. En cualquiera de los casos es igualmente efectivo.

La duración de la terapia depende del tipo de patología y de cuánto tiempo se esté sufriendo el síntoma o la enfermedad. Normalmente se hacen ciclos de 8 a 12 sesiones (una o dos por semana), en las que se va viendo una mejoría considerable en la mayoría de los casos.

Esta terapia se utiliza desde hace siglos en Oriente y es apta para adolescentes, personas mayores y en general para todo el mundo. No presenta contraindicaciones y se puede utilizar junto con otras terapias, incluso en personas que llevan un tratamiento médico. TM

Para más información sobre los tratamientos de auriculoterapia podéis contactar con:

aroa@terapiasnaturalesvalencia.com, o en el número 615 45 46 08, también para los cursos de auriculoterapia avanzada que se imparten en el centro.

Más información sobre los cursos y otras terapias naturales y alternativas en:

www.terapiasnaturalesvalencia.com

Aroa Fernández

Terapias Naturales y de crecimiento personal



Flores de Bach
Cursos de cocina vegetariana
Estudios de Iridología
Naturopatía
Auriculoterapia

aroa@terapiasnaturalesvalencia.com
tlf. 615 45 46 08

 **tantien**
Escuela de Taichi y Chikung

**Formación
profesores
2013 - 2015**

Félix Castellanos
Dr. Wang Xiaojun

chikung



Por su sentido práctico y sus beneficios cuerpo - mente - espíritu
Una disciplina para el futuro.

**¡abierta inscripción!
plazas limitadas**

Un equipo de expertos en un centro especializado. Programa en:
c/ Beniopa, 1 (Valencia) Tel: 960 65 12 20
www.escuelatantien.com info@escuelatantien.com

POTENCIAL INFINITO

Dice que ya se ha reinventado tres veces y va por la cuarta. Se aplica así misma un método que basa en su pasión por los grandes desafíos. Traspone las fronteras del miedo y se reconoce como una persona más libre y compasiva. Mónica Fusté, experta coach, habla de "SuperAcción", su nuevo libro que publica este mes

-Te presentas como una persona que continuamente se reinventa. ¿Cómo surge en ti esa forma de vivir?

-Poseo un gran afán de superación y desde siempre me ha apasionado ponerme grandes retos para descubrir nuevos recursos, talentos y habilidades y así ser más libre. Lo que más me llena es demostrarme que soy capaz de alcanzar lo que me propongo. Dicho en otras palabras: conseguir lo que yo creía "imposible" liberándome de creencias limitantes. En el fondo, esta forma de vivir surge por mi gran anhelo de libertad, vivir sin miedos. También tengo una enorme curiosidad por descubrir el infinito potencial humano y una pasión por la mejora continua. Vivo cada día con el compromiso firme de ser la mejor versión de mí misma.

-Concretamente, ¿de qué modo lo experimentas?

-Lo experimento como una muerte, no física pero sí emocional. Es una metamorfosis radical, como cambiar la piel completamente. Para renacer hay que morir. Me pierdo y luego me reencontro siendo otra persona. Personalmente antes lo vivía muy mal porque tenía miedo a la incertidumbre y saltar al vacío me daba pánico. Ahora lo disfruto porque he conseguido tener una confianza plena conmigo misma y con la vida.

Me he puesto muchas veces a prueba y al final por más que haya sufrido nunca ha pasado nada, siempre he encontrado el camino y la vida me ha demostrado infinidad de veces que puedo confiar. Ya no tengo dudas de que vivir es una transformación continua y que la vida incluye todo: momentos buenos y otros no tan buenos. Lo esencial es permitirse vivir de verdad, experimentarlo todo.

-La incertidumbre es precisamente una fuente de ansiedad para quienes no están acostumbrados a ella. ¿Acaso puede hallarse en ella algún elemento que dé una señal de que vamos por buen camino?

-Totalmente. La incertidumbre representa abrirse a un espacio de infinitas oportunidades. De hecho, nuestros sueños se encuentran fuera de nuestra zona de confort, lo conocido, por eso son sueños y para alcanzarlos hay que adentrarse a un mundo desconocido e incierto. No hay que temer al futuro porque la vida continuamente nos está hablando y enviando señales que nos ayudan a confiar y a perseverar. Se trata de aprender a interpretar su lenguaje por ejemplo a través de las sincronicidades. Las sincronicidades son aquellas sorpresas inesperadas, que a veces llamamos casualidades pero que en realidad son causalidades, que nos guían en nuestro camino. Es im-

ITO



"Tu mundo es un fiel reflejo de ti mismo", afirma Mónica.

Aurelio Álvarez Cortez

portante saber interpretarlas y darles un significado. Por ejemplo: el encuentro con alguien que hacía mucho que no veíamos, un libro que "cae" en nuestras manos por sorpresa, una llamada inesperada, una web que nos aporta la respuesta que buscábamos, la letra de una canción que nos mueve, etcétera. Hay que estar muy atento/a para descifrar esos mensajes que nos trae la incertidumbre.

Siempre digo que el riesgo de quedarse estancado/a en la zona de confort es mucho más grande que el riesgo de saltar a la incertidumbre. La zona de confort empequeñece nuestra vida y nos convierte en muertos vivientes, mientras que adentrarse en la incertidumbre expande nuestra vida y nos hace aprender y crecer. La incertidumbre es buena y natural. La vida quiere lo mejor para nosotros. No hay nada que temer.

-¿Qué es lo "mejor" y lo "peor" que puede pasar en un proceso de transformación? ¿O todo lo que sucede son ventajas?

-Lo "mejor" es en quien te conviertes. Después de la transformación eres una persona más libre, con menos miedos y también más compasiva. Transformarse implica cruzar los límites autoimpuestos, cruzar miedos y experimentar la derrota de quien eras.

Quién es

Escritora, conferenciante y coach profesional certificada en Estados Unidos por la ICF (International Coach Federation) y por la ICC (International Coaches Community), Mónica Fusté estudió en California y Chicago en la prestigiosa escuela The Coaches Training Institute (CTI) y se graduó en el International Leadership Program. Es coach de sistemas organizacionales y relacionales formada en el Center for Right Relationship (CRR) y también posee el certificado de coach en PNL. Es experta en los temas relacionados con la superación personal y ha impartido conferencias en distintas ciudades de España, Luxemburgo, Dubai y Centroamérica. Es autora de "¡Despierta! ¿Vives o sobrevives?" (2009), "El mejor año de tu vida" (2011) y este mes Obelisco publica "SuperAcción". Más info en www.monicafuste.com

Es una experiencia que te hace ser más humilde, te abre el corazón y empatizas más con los demás.

Lo "peor" es lo que dejas atrás. Como dicen los budistas: "Para llenar la taza primero hay que vaciarla".

entrevista

En un proceso de reinención, cambias tú y también tu entorno. Algunas amistades, lugares, hábitos, emociones, comportamientos, etcétera, desaparecen de tu mundo. Te das cuenta de que la vida es un movimiento permanente, de que el tiempo transcurre y que cada día estás más cerca del final.

-¿Es una "receta" para ti que también es útil para los demás?

-Creo que es una "receta" para todos ya que el cambio da vida. Somos como las plantas que necesitamos crecer para no morir. Crecer significa transformarse, reinventarse, desapegarse de un autoimagen rígida, fluir con la danza de la vida. Para mí, resistirse al cambio es ir a contracorriente y conformarse con una vida pequeña. Cambiar, expandirnos, progresar es inherente a nuestra naturaleza. Está demostrado que estamos preparados para adaptarnos al medio y tenemos mucha más capacidad de cambio de lo que imaginamos. Cuando dejamos de resistirnos al fluir natural de la vida es cuando descubrimos nuevas habilidades y talentos que no sabíamos que teníamos.

-¿Qué pasos hay que dar para reinventarse?

-Primero, atiende la llamada a un nuevo reto, amplía tu visión y olvídate del "cómo hacerlo". Segundo, inspírate sabiendo "para qué" quieres reinventarte, cuáles son tus valores, motívate con el testimonio de otras personas que lo han conseguido. Tercero, identifica las creencias limitantes, tus miedos y sombras. y cámbialas a creencias potenciadoras a través de la experiencia, sal de tu zona de confort, olvídate de quien eres. Y cuarto, actúa fluyendo, paso a paso, y descubriendo nuevos recursos.

-Despreocuparse de cómo hacer algo, que en este caso refiere a un cambio importante, resulta un poco inquietante. ¿O no?

-Preocuparse no sirve de nada, es un desgaste de energía que no soluciona nada. Es mucho mejor ocuparse de cada momento y no anticipar el futuro ni suponer lo que sucederá. Cuando yo hablo de "olvidarse del cómo" me refiero a no querer saber todo el proceso de antemano porque es imposible. Se trata de ir paso a paso, teniendo muy claro "qué" queremos conseguir, "para qué" lo queremos, y entonces dar el primer paso. La vida nos irá mostrando el camino de forma progresiva. Con mis clientes de coaching veo muy a menudo que se sabotean en el logro de sus sueños debido a que no saben el "cómo" lo conseguirán. Y como no lo saben, creen que es imposible. Es importante ponerse en marcha aunque no se sepa cómo llegaremos al final y confiar en que iremos des-

cribiendo los siguientes pasos.

En mi caso personal, cada vez que me he reinventado no sabía "cómo" lo conseguiría. Simplemente confiaba en qué encontraría la manera y estaba dispuesta a perseverar hasta el final. Este es el único secreto: tener un compromiso incondicional para conseguir tus sueños y estar muy alerta en todo momento.

-En cada "nueva Mónica" te haces transparente, dices. ¿A qué te refieres?

-Cada "nueva Mónica" es más libre de condicionamientos, miedos, prejuicios e ideas preestablecidas, con lo cual es más auténtica. Toda transformación implica alcanzar un nivel de autoconocimiento más profundo que te permite ser más tu verdadera esencia. Una cosa es lo que somos y otros es lo que creemos que somos. Reinventarte es permitirte ser lo que ya eres sin máscaras ni protecciones. Ser más transparente significa liberarte del personaje falso que crees que eres.

-Cambias tú y cambia el mundo, ¿es así?

-Totalmente cierto. Es automático. Tu mundo es un fiel reflejo de ti mismo. Para cambiar cualquier cosa del exterior hay que cambiar primero en el interior. Muchas personas esperan que las oportunidades les lleguen de la nada y se pasan la vida esperando. Pienso que hay que ser proactivo y crearse la buena suerte cambiando todo aquello que sea un bloqueo. Hay que ser valiente para cambiar porque da miedo, pero la vida siempre compensa a los que tienen el coraje de salir de su zona de confort.

-Eres también de aquellos que se animan a hablar de la felicidad en tiempos difíciles...

-Sí. La felicidad no depende de las circunstancias. Ser feliz es una elección. Por más dura que sea la situación uno siempre puede elegir su actitud ante ella. Yo siempre digo que la adversidad es necesaria para crecer y aprender. Solo sacamos nuestro máximo potencial en tiempos difíciles y son una oportunidad para descubrirnos más. La felicidad no hay que buscarla sino elegirla y vivirla, independientemente de los vaivenes del exterior.

-¿La felicidad puede ser un estado de conciencia que descubrimos o que recordamos nuevamente porque está en nuestro interior?

-Para mí, las dos cosas son verdaderas. Descubrir o recordar es lo mismo. Lo que está claro es que la felicidad es un estado que ya está en nuestro interior y que no depende de nada de fuera. En realidad, somos felicidad. Es nuestro estado natural. Lo que sucede

es que nos hemos desconectado tanto de quienes somos que lo olvidamos. Nos perdemos buscando en el mundo exterior cuando todo lo que queremos ya lo poseemos dentro. Se trata de redescubrirnos o recordarnos.

-¿Qué nos cuentas en tu libro, "SuperAcción..."?

- "SuperAcción" es una guía práctica con un método de cuatro etapas que a través del fitness mental y emocional te permite ser tu mejor versión y así activar la confianza absoluta para lograr lo que te propongas. Dicho en otras palabras, te ayuda a superarte para dar un salto cuántico en tu vida. Las cuatro etapas son: visión en acción, inspiración en acción, reinención en acción e impacto en acción. Este libro incluye un innovador método de coaching de alto impacto que acelera tu ruta al éxito con recursos procedentes de fuentes muy diversas (coaching, PNL, liderazgo, Curso de Milagros, 5 Ritmos, taoísmo, mindfulness, etcétera). Es un método de creación propia que han utilizado cientos de clientes para alcanzar el **éxito**. Incluye casos reales y ejemplos de mi experiencia profesional a lo largo de toda mi vida.

-¿A qué le llamas éxito?

-El éxito es algo personal que cada persona define

a su manera. Éxito significa conseguir lo que uno se propone, sea lo que sea. Para mí, no tiene nada que ver con el prestigio, la fama, el dinero o el reconocimiento. Yo lo defino como libertad, felicidad, amor, abundancia, integridad, confianza, paz, compasión, crecimiento... Dicho en otras palabras, el éxito es ser feliz y vivir sin miedos. Para ello, uno debe ser fiel a sí mismo y permitirse sacar toda su grandeza.

-¿Te imaginas cómo será la Mónica del futuro, digamos dentro de unos 20 ó 30 años?

-No tengo ni idea y me gusta no saberlo. Para mí la vida es una sorpresa continua y no me pongo límites a lo que pueda alcanzar. Existen tantas opciones en la vida que los 20 o 30 años se me quedarán cortos para hacer todo lo que me gustaría. Lo más importante para mí es seguir viviendo con esta intensidad disfrutando de cada momento y sacándole el máximo jugo a la vida. Poder llegar al final de mis días y sentirme satisfecha al mirar atrás de cómo he vivido, haber dejado mi pequeña huella en el mundo habiendo creado un impacto positivo, es lo que me motiva a seguir mejorando continuamente. Lo que sí sé con seguridad es que la Mónica del futuro se seguirá superando hasta el último día de su vida. TM

FORMACIÓN DE DOULAS NACER Y RENACER 2013-14

5ª PROMOCIÓN Valencia - Madrid

Abierto plazo de inscripción

Acompañamiento consciente para UNA NUEVA VIDA

Una VERDADERA REVOLUCIÓN INTERNA

Diez seminarios de septiembre a junio. Tutorías, seguimiento. Bolsa de trabajo

- La Doula en embarazo, parto y postparto
- Nacer y Renacer, vida intrauterina - Pelvis y Periné femenino
- Lactancia Materna - Nutrición - Duelo
- Embarazo y parto en la Especie Humana
- Canto prenatal. Hipnonacimiento - Crianza consciente
- Parto en casa. Parto hospitalario

Con Carmina Font, Carmen María Pons, Sara Jort, Imma Campos,
Sonia Alonso, Montserrat Catalán, Lourdes Jovani, Helena Solé.



Charla-Presentación 14 JUNIO a las 19 hs. (Centro de Yoga Iturbi, Valencia)

678508701 - 650944208 - 912798082

www.naceryrenacer.com

LA OPORTUNIDAD DE UN VIAJE

Experiencia iniciática de Paula Moreno Sánchez a través de "El viaje", novela que integra la primera entrega de una trilogía



Un viaje que parece ser el comienzo de otro "viaje". El título de su libro -publicado por Éride Ediciones- provoca en Paula Moreno Sánchez que la mirada se encienda y, más allá de las virtudes literarias, que su experiencia sea otra invitación, de las tantas que se acumulan en estos nuevos tiempos, de grandes cambios y movimientos sociales y de conciencia, para salir de un largo sueño.

Es un libro de ficción que también apenas esconde una historia personal. Para llegar a concretar su publicación Paula tuvo que dar un paso inicial, paso que lo dio "a raíz de un largo trabajo de crecimiento personal y después, cuando lo terminé -nos comenta en cordial diálogo-, inicié este viaje que me condujo a un nivel de conciencia distinto del que tenía hasta entonces" para recalcar en "una concepción totalmente diferente de la vida, de la muerte, de todo lo que me rodeaba".

Súbitamente descubrió que "el sol tenía un matiz que no había percibido, las personas también, había emociones que nunca había sentido". Todo ello merecía la pena vivirlo y comunicarlo. Precisamente, confiesa que su novela "está escrita desde el deseo de comunicar, no desde el deseo de contar una historia entretenida, sino de transmitir cómo una persona con una vida común puede tener imprevisiblemente un despertar espiritual y cambiar su forma de vida, de pensar para mejor, por supuesto".

Tras aclarar que su libro refiera a un viaje físico, real,

explica que aquél tiene dos partes: en la primera cuenta cómo Ana, la protagonista, llega a emprender el viaje, mientras que en la segunda parte se narra el regreso. "Ana no siente que sea el mismo lugar desde el que partió porque no ve con los mismos ojos ni siente de la misma forma. Ha cambiado absolutamente su concepción de todas las cosas a raíz de esa experiencia", dice Paula.

¿Es una metáfora del viaje que hacemos todos en la vida? Para la escritora, "todos tenemos en la vida al menos una oportunidad de hacer un viaje físico o no físico, y algunos más de una vez. Yo tuve la suerte de estar acompañada con una guía espiritual, una maestra, que me guió y conté con su apoyo".

En cuanto a las características que tuvo ese viaje convertido en ficción, enfatiza en "una visión totalmente esperanzadora de la muerte, que rompe con el paradigma religioso dogmático fuertemente arraigado en la sociedad española, al que es radicalmente opuesta". Al mismo tiempo, aclara que "hablo de Dios, creo en esa fuerza que hay en el Universo, que no pertenece a ninguna religión. Dios pertenece al espíritu".

Con esa fuerza de la experiencia, además del despertar consciente, Paula llegó a "una comprensión total en la que aceptas el dolor, tus fracasos, todo, como un aprendizaje", dándose cuenta de que "lo que me había pasado en la vida era para aprender", de allí que se siente responsable en poder "comunicarlo y espero haberlo sabido transmitir".

Paula Moreno Sánchez empezó escribiendo poesía a los doce y cinco años más tarde publicaron sus trabajos en revistas literarias de Guipúzcoa, en Vizcaya, en Valencia, en Tarragona. "Este deje poético forma parte de mi estilo", desliza al rescatar las partes de su libro que más le gustan personalmente. Luego de esa primera etapa creativa, pasó de la poesía al relato a través del relato breve. "Margaritas amarillas" fue el título con el que obtuve un premio en Catarroja, en 2006. Fue cuando sintió el deseo de transmitir aquello que vivía como adulta.

Del contacto directo con sus lectores, y como consecuencia de sus presentaciones, Paula advierte que algunos "han tenido la sutileza mental de penetrar y viajar con Ana, descifrando las claves para llegar a pensamientos más profundos y un nivel de conciencia que les permite tener esa visión distinta de la muerte", mientras que otros se quedan en la superficie, motivados por el morbo. Y recordó una anécdota al respecto. Estando en un acto donde otro autor, Rafael Chilves, presentaba un libro suyo, alguien del público le preguntó sobre esto, y Chilves le leyó la dedicatoria de un libro suyo, diciendo "Queridos lectores, les dedico este libro para que estos conocimientos, estas emociones sean ustedes quienes los vivan y extraigan la experiencia". De allí que ve a "El viaje" como un espejo para ver si refleja al lector la imagen que aparece en el libro. "El dolor y la rabia son emociones que no sabemos gestionar, y que necesitamos plantearlas desde la compasión, desde el corazón y la conciencia para poderlas sanar, curar", apunta la escritora, quien anticipa que "Ana, cuando vuelve, está curada de su dolor y de su rabia".

Al seguir en esta línea de pensamiento, Paula expresa que "no hay nada como el conocimiento, cuando conoces, se diluye la rabia, el dolor. Queda una paz, una calma, una aceptación, que te permiten un nivel de conciencia distinto. Estás más ligero para viajar, ya no necesito una maleta grande, con una mochila basta".

Después de "El viaje", parte de una trilogía, vendrán los restantes. El próximo es "Quién soy", que como recuerda Paula, es "una pregunta trascendental que el ser humano se hace desde muy joven, aunque pocos reconozcan haber indagado en estos temas porque la sociedad racional en que vivimos estos planteamientos son casi ilógicos, no hay tiempo para hacerlos". Sin embargo, asume que "rescato todo el tiempo para pensar que un ser humano se puede encontrar con ciertas situaciones contando una historia a través de la cual el personaje sabe finalmente quién es, por qué está aquí y qué ha venido a hacer".

De "Magenta", el último que publicará, prefiere no adelantar detalles. "Primero espero que puedan viajar todos quienes lean El Viaje, que les aporte muchísimo, sobre todo diluir esa parte de rabia y dolor. El conocimiento ayuda a percibir distintas facetas de la realidad, aportando paz, sabiduría y *completud*, palabra incorrecta pero a la quiero y agrego en mi ordenador". TM



Centro de Cábala "URIEL"

SEMINARIO DE VERANO
JUGANDO CON
EL ÁRBOL DE LA VIDA
29 y 30 DE JUNIO - 50€

CURSOS

DE CÁBALA "MÉTODO HAUT"
COMIENZA EL 16 DE JUNIO,
DE 10 A 14 HS.

CÁBALA II NIVEL
15 DE JUNIO.

CLASES PARA INTERPRETAR
EL ÁRBOL DE LA VIDA

AUTOESTIMA, PARA NIÑOS
21 DE JUNIO. DE 18 A 20.30 HS.
20€

INTERPRETACIÓN DE LOS SUEÑOS
28 DE JUNIO Y 19 DE JULIO

Carmen Haut

21 AÑOS DE INVESTIGACIÓN

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

LA BIOCUÁNTICA P.H.E.

*Medicina
natural
integral de
vanguardia*



Marcel Vega

a menudo hablo con profesionales de la salud que piensan que las medicinas alternativas nunca podrán disponer de la precisión que ofrecen unos análisis clínicos.

Actualmente la vanguardia de las medicinas alternativas utiliza mecanismos cuya precisión es muy superior a la de la medicina oficial alopática en varios campos.

¿Qué mecanismos tiene un médico oficial alópata, médico de formación universitaria, para diagnosticar si los dolores de espalda cervicales, lumbares o dorsales, de un paciente suyo son debidos, o no, al estado del cuerpo calloso? Si durante su formación universitaria se le hubiese explicado la existencia de esta posibilidad, ¿piensa usted que habría tantas personas con estos malestares du-

rante gran parte de su vida?

La medicina alternativa de vanguardia en este comienzo de siglo está sorprendiendo a la sociedad al demostrarle que su actividad de servicio, al bienestar de las personas, responde con eficacia a situaciones y malestares para los que no hay solución desde la medicina oficial.

La medicina oficial invierte economía y esfuerzos para solucionar aquello que a las personas nos hace sufrir: es loable e imprescindible su labor.

¿Puede un profesional de la medicina oficial, o de las medicinas alternativas, discernir cuándo un dolor de cadera o rodillas es causado por la formación reticular?

Si supiesen habría menos operaciones, las empresas tendrían menos bajas y las personas nos libraríamos de molestias colaterales posoperatorias.

Tanto los profesionales de la medicina oficial, como los de la alternativa, evitan llegar a operar. En algunos casos la persona sigue con dolor, o le va y le viene sin encontrar alivio sostenido. En estos casos, cuando deja de tomar medicamentos o de efectuarse las sesiones de acupuntura, osteopatía, etcétera, al poco tiempo el dolor retorna... y termina operándose de algo que tiene en el 90% de estos casos una solución sencilla. Solución al alcance de cualquier profesional de cualquier medicina que manejando en su consulta estos -y otros- aspectos muy importantes aumentaría considerablemente su buen hacer, su beneficio y el de la sociedad. La comprensión, el manejo de estos conceptos y el capacitarse para efectuar con éxito la sanación de lo que aquí estamos exponiendo se basa en explicaciones y demostraciones sencillas,

sencillas de aprender y practicar.

Un profesional de la medicina integral de vanguardia, de la biocuántica P.H.E. puede discernir en unos minutos si los vómitos de un bebé son causados por un freno en la maduración, o formación del tubo digestivo, o si se deben a la alimentación, o a una intolerancia o alergia, etcétera. Si son debidos a un freno en una fase de la construcción o división celular (mitosis) liberará esta función en unos minutos. Si son debidos a una irregularidad en el proceso de germinación embrionaria, es decir, de desarrollo de la criatura antes o después de nacer, liberará la función y le explicará qué tejido o irregularidad molecular o atómica estaba afectada. También dispone de tratamiento para las alergias, así como para averiguar el nutriente causante, o para reconducir una somatización o estrés por una desafortunada situación familiar... que se nos evidenciará durante nuestra indagación por un sistema muy particular que utilizamos para ello.

Nuestra investigación está encaminada a que las personas puedan ser ayudadas en aquello que les impide el bienestar. Esta es la razón por la que en el plazo de un año hemos efectuado investigaciones en varios países de Oriente Medio, en varios países y la

cordillera de los Andes en Sudamérica, y en Asia en China, India, etcétera.

Estamos logrando ofrecer soluciones para aquellas personas que, teniendo los análisis clínicos correctos, seguían sufriendo. Soluciones y comprensiones para ciertas personas que con los tacs, las radiografías y las resonancias seguían sin esperanza. La biocuántica P.H.E. organiza aquello interior que hace al ser humano ser un animal diferente, aquello que nunca aparecerá en unos análisis clínicos, aquello que hace que las personas tengan sentido de vida porque les facilita la comprensión de sus experiencias íntimas, librándose así de depresiones, somatizaciones y otras cuestiones relativas al espíritu... Y es que las personas somos algo más que aquello físico que se puede medir con aparatos.

Lo que es el presente para la medicina integral de vanguardia, el alcance de la biocuántica P.H.E. cada mes llega a más profesionales y sectores de la sociedad.

Queremos que la sociedad tenga estos profesionales que requieren estos tiempos.

Si usted ha leído hasta aquí es porque puede implicarse al respecto. TM

Del 5 al 11 de Agosto 2013 en Lliria, Valencia

VACACIONES Y CONSCIENCIA

DESCUBRE LA BIOCUÁNTICA



DOBLE CURSO FORMATIVO P.H. y P.H.E. OPTIMIZADA.

Tratamiento eficaz del Cuerpo Caloso, Formación Reticular, Capas Cerebrales, los Estados de Conciencia, la Glándula Pineal, depresión, ansiedad, autovaloración, sentido de vida...

Las Bioinformaciones liberan el fluir de la bioenergética China e Hindú, el Organigrama y los Campos Mórficos, y regeneran los tejidos a nivel atómico y molecular. Comprueba los cambios en los procesos genéticos, embrionarios y en la optimización de la Neurogénesis. Exposición con videos de casos reales y sus fichas.

¡Llega más profundo en lo físico y en lo sutil! ¡Entra en nuevos colectivos!

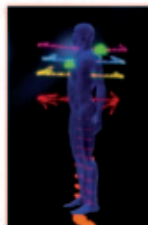
Inversión 790€ en régimen de alojamiento y pensión completa.

Tif Información: 649191576

ofertas >

www.marcelvega.com

< programa



Marcel Vega®

HUMANO

"La fuerza que tiene la idea de que lo único real es el mundo que nos rodea, constituye el gran obstáculo para la comprensión de la gran verdad del Yo".
Sri Ramana Maharsi

Emi Zanón Simón

Escritora y comunicadora



Una extraña sensación le impulsó a mirarse los pies. ¡Qué pies! ¡Son enormes! Todos sus sentidos reaccionaron con sorpresa ante la magnitud de sus pies, que parecía ver por primera vez; como si su cerebro, su sistema nervioso, no hubieran recibido nunca la exacta información de las características de esas partes de su cuerpo.

Inhibido de su capacidad motora, los observó asombrado y lleno de estupor largo rato. Estaban cubiertos por grandes pieles, de color entre pardusco y negro, que le llegaban a la rodilla. Seguramente eran pieles de oso, pero no lo podría asegurar. Esa sensación extraña experimentada unos segundos antes le decía que no conocía su cuerpo. Sintió entonces que debía recorrer cada secuencia de su desconocida envoltura con su mirada, pero lo haría lentamente, con cautela, su temor entreverado de asombro y curiosidad le aconsejaba que fuera lentamente.

Así, su mirada alcanzó sus ingles. Dos fuertes y musculosas piernas velludas completamente desnudas. Siguió adelante. Su cuerpo, igualmente musculoso y velludo, sostenía desde el hombro derecho una gran piel de características similares a las que cubrían sus enormes pies. Se sobresaltó al ver sus manos, que pronto llevó a su cara. Empezó a palparse la boca, la nariz, los ojos, las orejas. Sus pómulos y su frente estaban cubiertos de pelo. Extendió las manos al cuello y luego a la cabeza. "¿Quién soy? ¡Oh! ¡Dios mío!". Su cerebro hizo inmediatamente la composición del gran puzzle: "¡Soy un hombre de las cavernas! ¡Y debo medir por lo menos tres metros!".

Pavorido y desconcertado, quiso averiguar de inmediato dónde se encontraba. Elevó la mirada. Luego la desvió a derecha e izquierda. Apenas si había luz. La imagen captada por sus grandes ojos le revelaba un espacio estelar inmenso y vacío, sin astros. Sólo era él. Un miedo cervical se apoderó de sus músculos, que se contrajeron contra sus huesos buscando una

huida. De pronto, sintió un leve temblor bajo sus pies. Volvió a mirarlos. Esta vez se dio cuenta que pisaban la tierra firme y oscura de un pequeño planeta del que podía ver su contorno. Un nuevo temblor, esta vez más vehemente, resquebrajó el planeta igual que una granada cuando madura, dejando ver sus entrañas rojas y ardientes que comenzaron a emitir efluvios iridiscentes que crecían en intensidad impetuosamente, hasta que tuvo lugar una gran explosión que lo lanzó con furia hacia ese espacio estelar inmenso y vacío. De nuevo sólo era él. Aunque ahora sin forma. Sólo Conciencia.

Sin apenas reflexión, empezó a sentir una fuerte atracción gravitatoria hacia una inmensa nebulosa que, como un punto brillante y luminoso, se había encendido frente a él. La intensa radiación ultravioleta emitida por la nebulosa iluminaba de colores

fluorescentes y brillantes el inmenso espacio ahora no vacío. El espectro de la nebulosa era tan bello, tan hermoso, que a pesar de ser atraído hacia ella a una velocidad vertiginosa, no sintió miedo. Por el contrario, sentía seguridad y alivio. Una seguridad que crecía a la par que la vertiginosa velocidad y a la par que una imagen confusa que se iba interponiendo entre él y la nebulosa. La imagen confusa dejó enseguida de serlo. Suspendi-

da ante los ojos de su Conciencia, una hermosa y enorme cadena de ADN humano le daba la bienvenida con sus majestuosos movimientos ondulatorios y gentiles.

Entonces comprendió. TM

Del libro "Metacuentos, relatos cortos para el despertar de la conciencia", de Emi Zanón.

www.emizanon.galeon.com



VIDEOS CINEMATográfICOS PARA BEBÉS

nuriacervera@acunarte.com

687850240

MIGUEL LÓPEZ DELGADO

- Naturopatía
- Acupuntura
- Osteopatía
- Quiropraxia

Tlf. 963 67 60 96, 610 29 30 91

UNA OPCIÓN PARA VACACIONES

Sol y agua, naturaleza, descanso, diversión y alimentación súper sana

Mavi Moll

Naturópata y
consultora macrobiótica



El turismo de sol y playa, aunque sigue siendo una opción, va quedando relegado como elección a la hora de emprender nuestras tan merecidas vacaciones. Hoy en día, quien puede permitirse salir de casa para disfrutarlas, elige mejor, dándole más valor a la experiencia que van a disfrutar, la gente que van a conocer, los conocimientos que van a adquirir, que al destino. Sea cual sea la opción que tomemos (cultura, arte, experiencias...), nos debe aportar momentos únicos, que nos enriquezca personalmente.

El llamado **turismo creativo** o **experiencial** existe desde hace años y está ya muy arraigado. La Unesco en el 2004 lo reconoció, creando una red de ciudades creativas.

Una de esas opciones podría ser ir a un lugar donde adquirir los conocimientos necesarios para cambiar o mejorar nuestra alimentación, por una más equilibrada y saludable. Muchos motivos son los que nos empujan cada vez más a ello. La enfermedad, la prevención, la apertura de conciencia, la ética....

Si reconocemos que la alimentación (*"somos lo que comemos"*, Hipócrates) es la base de nuestra salud, y por tanto va a determinar nuestra calidad de vida, y quizás nos planteemos tomar algunos de esos días de descanso en nuestros cotidianos quehaceres para profundizar, descubrir, dominar e integrar todo aquello que lo va a hacer posible, sin renunciar a momentos de sol y agua, naturaleza, descanso, diversión y ocio.

A la consulta de Natural&Mente acuden personas con problemas de salud. La metodología de trabajo que utilizo como naturópata y consultora macrobiótica es tratar la enfermedad o prevenirla a través de la alimentación, ayudada, si es necesario, de otras diversas terapias naturales, siguiendo la idea hipocrática de que nuestros alimentos son nuestra medicina. En muchos casos es suficiente con corregir hábitos de alimentación poco saludables, introduciendo nuevas pautas. Tomar conciencia de nuestras necesidades de ser vivo que necesita nutrirse y no solo comer también es indispensable, tanto en el plano físico como en el emocional y espiritual. Aplicando esta compren-

sión es habitual verles sanar.

La dificultad viene a la hora de poner en práctica las nuevas pautas. El desconocimiento de los alimentos, de la calidad y cantidad de energía que nos van a aportar, cómo prepararlos, cocinarlos, combinarlos, en qué momento van a ser más idóneos, cómo aplicarlos a nuestros desequilibrios, convirtiéndolos en medicina. Vivimos de espalda a la cocina. Al menos a la cocina que realmente nos "nutre".

Es por esto que, atendiendo las demandas de algunos alumnos y clientes, y teniendo en cuenta la tendencia de unir vacaciones con aprendizaje en nuevas experiencias, vi conveniente trasladar, durante el verano, Natural&Mente al campo. En el maravilloso espacio que ocupa Solterreno, Centro de Retiros y Salud en Benimaurell (Vall de Laguar) haremos "alqui-

mia" con los alimentos que se transforman en nosotros mismos, una vez pasan por nuestra boca, proporcionándonos la calidad de energía necesaria que nos permitirá vivir la vida que soñamos, dándonos dirección y empuje para lograr nuestros proyectos y sueños. Y para ello estos son los objetivos:

- Mediante la realización de estos talleres, los alumnos obtendrán una gran cantidad de información en cuanto a la composición y valor alimenticio de cada alimento, su idónea proporción en la dieta diaria, fuentes de obtención, optimización de los nutrientes, la elaboración de un plato "tipo" según las recomendaciones de la OMS en cuanto a requerimiento diario de nutrientes esenciales para la vida.

- Se darán pautas para suplir algunos alimentos de origen animal y los elementos que en ellos

buscamos, tales como calcio, hierro, etcétera, con toda la información para encontrar alternativa en otros de origen vegetal, sin poner en ningún momento en riesgo la salud.

- Se formará al alumno en cuanto a diversidad de técnicas de cocción y preparación de los alimentos para hacerlos más energéticos y saludables, adecuándolos al momento y la estación, sin renunciar al sabor y el placer por la buena cocina mediterránea.

"Cada vez que entro en mi cocina, y preparo con conciencia y equilibrio lo que va a ser mi alimento, comprendo que es mucho más que un souvenir traído de mis vacaciones".

Si tu visión sobre lo que es auténtico y necesario está cambiando, ven a compartir con nosotros estos días en este espacio privilegiado. TM

MACRO AULA DE VERANO

Del 12 al 20 de Julio
o del 16 al 22 de Agosto

Alimentación
energética
y natural

Disfruta de unas vacaciones diferentes, que podrían cambiar tu vida, entre las montañas del interior de Denia, en SOLTERRENO.

ALIMENTACIÓN SANA - FILOSOFÍA - MEDICINA - DIVERSIÓN



PLAZAS
LIMITADAS



Meditación (voluntaria), Yoga, Pilates, Expresión corporal, Canto, Senderismo, Piscina, Cine de Verano, documentales y coloquio sobre temas relacionados. Descanso y tiempo libre.

PENSIÓN COMPLETA



IMPARTIDO por MAVI MOLL MARTÍNEZ
Herbodietista, Naturópata
y Consultora Macrobiótica



Infórmate:

www.solterreno.es

www.naturallymente.com

687 727 070 Mavi - 652 811 025 Adelina

EL PODER DEL AHORA O NUNCA

Nuevo libro de Manuel Martínez

Carlos es una persona importante y muy ocupada. Dirige un hotel con mano férrea y presiona a sus trabajadores más de lo que debería. Pero no sabe hacerlo de otra forma. Recibió ese mismo trato muchos años atrás, cuando empezó a trabajar en la recepción del hotel.

Con su familia no es mucho mejor: se ha convertido en un auténtico despota tanto con su mujer como con sus dos hijas. Eso ha hecho que ellas se distancien cada vez más hasta el punto de que Carlos sabe, en el fondo, que está solo. Su mujer se ha vuelto una persona independiente y sus hijas han crecido rápidamente.

Pero además es testarudo. Nunca se ha planteado si su forma de tratar a los demás es la mejor y eso le ha llevado a terminar creyendo de forma inconsciente que, de hecho, es la única forma válida. A fin de cuentas, ha ido ascendiendo y aumentando sus ingresos a lo largo de los años hasta llegar a ser el director del hotel en el que entró a trabajar treinta años atrás, cuando era un joven sin estudios recién llegado a la ciudad. Y ha podido formar una familia. Así que podría considerarse una persona de éxito.

Entonces, ¿por qué se siente tan mal? ¿Por qué se comporta de forma tan agresiva con los demás? ¿No debería ser feliz y estar razonablemente contento la mayor parte del tiempo? Habiendo conseguido todo lo que

buscaba, no se siente una persona realizada. Aunque ni siquiera ha hecho esta reflexión de forma consciente. Sólo sigue corriendo a todas partes, tratando de lograr el siguiente objetivo con la cada vez más débil esperanza de que detrás del próximo logro esté esa sensación de bienestar que no consigue tener.

Un día, de repente, sufre una experiencia traumática que le hará revivir su pasado y darse de cuenta de por qué se está comportando de la forma en que lo hace. No ha elegido libremente sino que se ha dejado llevar por lo vivido, simplemente repitiendo los patrones que aprendió de forma inconsciente. Y luego se ha dedicado a imitar, sin pararse a pensar si ésa es la mejor forma de hacer las cosas. Además, el miedo a no ser suficiente o a fracasar y quedar mal frente a la adinerada familia de su mujer le hacen perder los nervios con facilidad y eso agrava su mal carácter.

Carlos se ve en una situación límite de la que no puede escapar. Al mismo tiempo, tiene la oportunidad de aprender algo. Y tendrá que aplicarse porque puede que no haya más ocasiones para hacerlo. Es **ahora o nunca**.

Iniciará un viaje a su interior para descubrir su esencia, su verdadero Yo. Y sólo al encontrarlo podrá volver. Entonces decidirá, ahora ya de forma consciente, qué quiere hacer con su vida y cómo quiere relacionarse con los demás. Tomará algunas de las decisiones más importantes de su vida.

Y empezará la mayor aventura que jamás haya vivido.

La historia de Carlos es una metáfora del camino que muchas personas deciden emprender en un determinado momento de sus vidas, cuando se deciden a buscar aquello que realmente es importante para ellos. Es también un ejemplo claro de cómo a veces vamos por la vida con el piloto automático, sin plantearnos cómo queremos relacionarnos con las personas que nos rodean. Muchas veces no somos conscientes de que en cualquier momento todo puede terminar. No hay garantías de futuro. Y en cambio actuamos como si fuéramos eternos, dejando temas importantes por resolver.

"El poder del ahora o nunca" es una reflexión en forma de novela de aventuras que nos recuerda que nuestra existencia es efímera y que sólo tenemos este momento garantizado. Es responsabilidad de cada uno decidir a qué quiere dedicar el presente. La vida que se vive y los resultados que se obtienen son muy diferentes en función de qué decisiones se tomen. También nos muestra la importancia de mirarse al espejo, tomar conciencia de la propia actuación, y decidir modificar todo aquello que vaya en contra de los valores propios. Y hará sentir al lector que salir de la zona cómoda y atravesar el miedo vale siempre la pena porque es la única forma de lograr sus sueños más preciados. TM

Editado por Alrevés

FERIA ESOTÉRICA Y ALTERNATIVA

*Del 8 al 23 de este mes,
la 16ª edición en Nuevo
Centro, cuando llega
el solsticio de verano*



Un año más el centro comercial Nuevo Centro acoge la Feria Esotérica, Espiritual y Alternativa que se realiza con motivo del solsticio de verano y la mágica noche de San Juan. El objetivo de la feria es acercar al público asistente servicios esotéricos, así como de terapias alternativas desde una perspectiva transparente y de ayuda a nivel

espiritual. La 16ª edición de este evento tendrá lugar del 8 al 23 de junio, ambos inclusive, de 10 a 21 horas, ininterrumpidamente. Este año como novedad la feria abrirá en domingo, en el horario de 11 a 21.

Como siempre, estará ubicada en la plaza central interior de la primera planta, con entrada gratuita.

Los visitantes podrán recorrer stands sobre fotografía del aura, tarot evolutivo, astrología, quiromancia, reiki, gemoterapia, oráculos an-

gólicos, entre otras temáticas, como también poder comprar productos holísticos y de nueva era.

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

Más información se tendrá consultando este mes la página web www.maykaybindi.com o enviar un correo electrónico a la dirección info@maykaybindi.com solicitando la programación. TM

TU TIENDA ESOTÉRICA EN NUEVO CENTRO

Bindi

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

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



www.maykaybindi.com

info@maykaybindi.com

 [maykaybindi](https://www.facebook.com/maykaybindi)

TIEMPO LIBRE



El poder del ahora o nunca **Manuel Ramirez Alrevés**

Una reflexión en forma de novela de aventuras que nos recuerda que nuestra existencia es efímera y que sólo tenemos este momento garantizado. Es responsabilidad de cada uno decidir a qué quiere dedicar el presente. La vida que se vive y los resultados que se obtienen son muy diferentes en función de qué decisiones se tomen.



El viaje **Paula Moreno Sánchez Éride**

Un viaje iniciático hacia la profundidad del alma, donde el inicio marca el momento del descenso al interior, cruzando desde los miedos, frustraciones... hacia la recuperación de la identidad, de la memoria que en este caso es una memoria kármica que ha traspasado el umbral de la vida y la muerte.



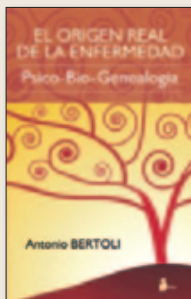
La nueva realidad **Jordi Pigem** **Kairós**

Las crisis del mundo de hoy reflejan una profunda transformación de la conciencia y de la realidad. Se está derrumbando un mundo obsoleto que pone el dinero por delante de las personas y las abstracciones por delante de la vida. Pero al mismo tiempo, una nueva realidad, sigilosamente, está naciendo.



Antifrágil **Nassim Nicholas Taleb** **Paidós**

Cómo obtener beneficios del desorden y el caos, al tiempo que nos protegemos de las fragilidades y de los acontecimientos adversos. Lo que Taleb denomina "lo antifrágil" va más allá de lo robusto, puesto que se beneficia de las incertidumbres y del estrés. Lo "antifrágil" necesita el desorden para florecer.



El origen real de la enfermedad **Antonio Bertoli** **Sirio**

Todos heredamos una impronta psíquica, origen de muchos conflictos que se convierten en enfermedades físicas y problemas psíquicos y emocionales. Esta obra presenta esta nueva tendencia en la cual se basan los más vanguardistas e interesantes avances de la medicina.



Huna. El secreto hawaiano **Serge Kahili Kirano** **Urano**

La antigua sabiduría de los chamanes de la Polinesia, que se basa en utilizar el conocimiento interior para transformar la realidad exterior. Kahili, psicólogo e iniciado kahuna, es conocido por haber sido el primero en desarrollar el Huna desde el punto de vista moderno.

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.

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

CICLO HOMENAJE A PLATÓN.

En Itaca Espacio Cultural, calle Catalans nº 6, Valencia, se realizará un ciclo homenaje a Platón, con las siguientes conferencias el corriente mes, a partir de las 20 hs.: el día 7, "Platón y la Academia de Atenas"; el 14, "Qué dice Platón sobre el Amor"; el 21, "Qué dice Platón sobre la Belleza"; el 28, "Qué dice Platón sobre la muerte y la inmortalidad del alma". Asimismo, se proyectará durante el mes el audiovisual titulado "Reflexiones en torno al Diálogo La república". Información, Tlf. 96 391 28 76, itaca@itacaespaciocultural.org

TALLERES DE TERAPIA FLORAL CON EDUARDO GRECCO.

El viernes 21 de este mes 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.

ALOJAMIENTO.

Se ofrece alojamiento en el campo a media hora de Valencia a persona amante de la naturaleza y espiritual a cambio de colaboración en los trabajos de casa y campo. Info: cvazquezvidal@yahoo.es Tel. 962 707 758, Tito.

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.

FORMACIÓN DE DOULAS.

El 14 de este mes, a las 19, en el Centro de Yoga Iturbi, calle Pianista Amparo Iturbi 71 (Valencia), habrá una charla presentación de la Formación de Doulas 2013-14. Dicha formación comenzará en septiembre próximo. Seminarios mensuales, tutorías y bolsa de trabajo. Informes, 678 508 701, 650 944 208, 912 798 082. www.naceryrenacer.com

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, "El silencio: el lenguaje del alma"; el 12, "Recuperar la confianza"; el 19, "Métodos para incrementar la libertad interior", y el 26, "Amoldarse, adaptarse y fluir con los cambios". Informes de estas y otras actividades, Tlf. 963 518 181.

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. Osteopatía. Tlf. 963 67 60 96, 610 29 30 91.

talleres de terapia floral



con Eduardo Grecco

EN VALENCIA

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.

(Junto al Mercado Central) - Valencia

ENTRADA LIBRE

DR. EDUARDO H. 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.

av^{te}altes

Asociación Valenciana de Terapeutas Florales

informes y reservas: 963 366 228 - 635 856 228

miriamlier@gmail.com