

ESPACIO

HUMAN

Ejemplar gratuito

nº 229



mayo
2018

AYUNO TERAPÉUTICO

SALUD NATURAL CÓMO ELEGIR UN BUEN PROBIÓTICO POR SERGIO GARCÍA CALVILLO
DESARROLLO PERSONAL 7 CLAVES PARA UNA MOTIVACIÓN 10 POR MARÍA MARTÍNEZ ALCÁZAR
EDUCACIÓN FRACASO ESCOLAR POR SANDRA GARCÍA SÁNCHEZ-BEATO

expo eco salud MADRID 2018

27ª edición
18, 19 y 20
de MAYO

Salón de la Salud y Calidad de Vida

DIETÉTICA Y
COMPLEMENTOS
ALIMENTICIOS

TERAPIAS
NATURALES

PRODUCTOS
ECOLÓGICOS

ACTIVIDAD FÍSICA
SALUDABLE



www.expoecosalud.es

Con el soporte de:



Organiza:



En:



www.expoecosalud.es

expo eco salud
MADRID 2018
18, 19 y 20 de MAYO

27ª edición
Feria de Madrid

TERAPIAS
NATURALES

PRODUCTOS
ECOLÓGICOS

DIETÉTICA Y
COMPLEMENTOS
ALIMENTICIOS

ACTIVIDAD FÍSICA
SALUDABLE



Es una cortesía de

~~10.00€~~
PVP 5.00€

Organiza:



En:



Con el soporte de:



DESCUENTO ENTRADA 50%

Válida exclusivamente para sábado 19 y domingo 20

VI Congreso Nacional de Terapias Naturales

Asociación Nacional de Profesionales
y Autónomos de las Terapias Naturales
Lo natural es estar regulado

Madrid - 19 de Mayo

IFEMA

Desde 1984 a tu lado



**10:30
11:00**

INAUGURACIÓN

Presidente Nacional de Cofenat Roberto San Antonio-Abad
Autoridades de la Comunidad de Madrid



**11:15
12:15**

DR. RAMÓN CACABELOS

Presente y futuro de la Nutracéutica en
el ámbito de la salud.



**12:30
14:00**

DR. RIGOBERTO LÓPEZ

La BIGMED. Medicina bioinmunogenética.

14:00 - 16:00 / DESCANSO / 14:00 - 16:00 / DESCANSO / 14:00 - 16:00 / DESCANSO



**16:15
17:15**

DR. KARMELO BIZCARRA

Energías sutiles en los alimentos.
Una visión más allá de las calorías.



**17:30
18:30**

DR. J. JAVIER AIZPIRI DIAZ

Trastorno neurodegenerativo y su relación con la citación
del cuerpo (como mantener sano los dos cerebros).

18:45 - 19:00 / CLAUSURA / 18:45 - 19:00 / CLAUSURA / 18:45 - 19:00 / CLAUSURA

Reserva tu plaza : 913 142 458 o dpto.comunicacion@cofenat.es

expo **salud**
eco
MADRID 2018

www.cofenat.es

aptn
cofenat

Lo natural es estar regulado

MAYO 2018 - Nº 229



Espacio Humano es una revista plural e independiente y no se identifica necesariamente con la opinión de sus colaboradores.

Edita: Evolución Humana S.L.

Coordina: Cristina García Castro

Proyecto gráfico: Susana Millán

Publicidad: Cristina García Castro,
info@espaciohumano.com

Web y marketing online: Marta Lafoz
Redes Sociales: Clara Torres
contacto@espaciohumano.com

Dirección: C/ Leñeros, 52 Local 1 - 28039
Madrid Tel. 91 311 79 21
espaciohumano.com

Imprime: ASETEC.

Deposito legal: M-372-1997

Fotos: Istockphotos

SÍGUENOS EN



15.000 ejemplares en 400 puntos
de distribución en la
Comunidad de Madrid



CÓMO ELEGIR BIEN UN PROBIÓTICO

Sergio García Calvillo

Pág. 6

BENEFICIOS DEL AYUNO TERAPÉUTICO

Xavier Uriarte

Pág. 10

LA ARAÑUELA Y EL COMINO NEGRO

Palmira Pozuelo

Pág. 14

EL SORGO, ALIADO DE NUESTRA DIETA

Sonia Pinto

Pág. 18

REFLEXOTERAPIA PODAL EN EL TRATAMIENTO DE LA ANSIEDAD

Carmen Benito

Pág. 20

UNA MEDICINA QUE AYUDA A TU SISTEMA INMUNE A RECONOCER Y ELIMINAR LOS PATÓGENOS

Equipo Scheller España

Pág. 24

MATERIALES BIOCOMPATIBLES

Dr. Jesús Isidro

Pág. 28

EL RIESGO DEL AGUA EN CONTACTO CON EL PLÁSTICO

Alkanatur

Pág. 30

CHI KUNG, EL ESPÍRITU Y EL CUERPO

Janú Ruíz

Pág. 32

EL TALANTE DE BUDA

Ramiro Calle

Pág. 35

EL YOGA DEL SONIDO

Centro de Yoga Sivananda Vedanta

Pág. 36

¡DESCONECTA DE LAS NOTICIAS!

Juan Moreno

Pág. 38

FRACASO ESCOLAR: CAUSAS Y SOLUCIONES (I)

Sandra García Sánchez-Beato

Pág. 40

ENTREVISTA: MAYLA JIMÉNEZ

Espacio Humano

Pág. 42

EL ENVEJECIMIENTO ASOCIADO A LA ENFERMEDAD

Olga Albadalejo Juárez

Pág. 46

7 CLAVES PARA UNA MOTIVACIÓN 10

María Martínez Alcázar

Pág. 48

ALIENTO Y ALEGRÍA

Carlos Velasco

Pág. 50

ENTREVISTA: DANIEL GAMBARTTE

Espacio Humano

Pág. 52

ACEITES SAGRADOS EGIPCIOS

Begoña Ramos

Pág. 56

FOSFENISMO: EL PODER DE LA LUZ

Adriana Sorina

Pág. 60

CUANDO LA SANACIÓN TE ENCUENTRA A TI

Margarita Álvarez

Pág. 62



www.viajarconencanto.com

VIAJAR
Con Encanto

Tls: 932612176 y 615479757

VACACIONES PRIMAVERA VERANO 2018

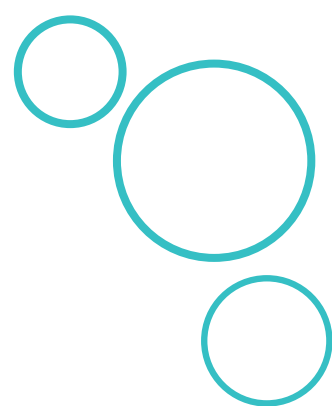
Desde
270€

Elige tu semana y destino DE MAYO A OCTUBRE

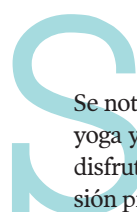
MENORCA, FORMENTERA, GALICIA-ISLAS CIES, PAÍS VASCO, LANZAROTE, MARRUECOS



Grupos reducidos con actividades enriquecedoras, como yoga, risoterapia, danza oriental, masajes, biodanza, senderismo por el Camí de Cavalls, kajak, senderismo consciente...



¡Qué bien sienta cuidarse!



Se nota. Cuando cuidas tu alimentación, cuando sacas tiempo para ir a yoga y sentir su efecto relajante, cuando das un paseo por el parque y disfrutas del olor de las lilas y del colorido de las flores en plena eclosión primaveral o cuando lees un libro que te engancha.

¡Qué bien sienta hacer algo por uno mismo! ¿Por qué no lo haremos más a menudo? Por ejemplo, eliminar las botellas de plástico de nuestra vida como puedes leer en el artículo de la página 30. Tu salud y el medioambiente lo agradecerá.

La primavera es una época que los naturópatas indican como especialmente propicia para hacer depuraciones y dietas detox. Si te animas el médico naturópata Xavier Uriarte nos da consejos para realizar un ayuno terapéutico en el artículo de la página 10.

Nos podrás encontrar en ExpoEcoSalud del 18 al 20 de mayo en el stand D-19. Estaremos encantados de saludaros. Sorteamos entradas para la feria en nuestras Redes Sociales (Facebook, Instagram y Twitter) hasta el día 10.

El equipo de Espacio Humano

FE DE ERRATAS: APROVECHAMOS ESTAS LÍNEAS PARA DAR LAS GRACIAS A UNA LECTORA LLAMADA CARMEN QUE DETECTÓ UN ERROR EN LA IMAGEN ILUSTRATIVA DEL ARTÍCULO DEL PASADO MES "ALIMENTACIÓN EN PRIMAVERA". TENÉIS LA IMAGEN CORRECTA EN EL SIGUIENTE ENLACE ESPACIOHUMANO.COM/ALIMENTACION-EN-PRIMAVERA/



PROTOCOLO DE REJUVENECIMIENTO CELULAR

Gabriela Gómez
Pág. 64

PÉNDULO HEBREO: EL BIENESTAR EN TUS MANOS

Eloísa Gómez Sanz
Pág. 66

SANACIÓN ESPIRITUAL

Patricia Paulo y Martín Anello
Pág. 68

LA BARAJA ESPAÑOLA

Maria Elena
Pág. 72

LIBROS

Pág. 74

CONFERENCIAS

Pág. 76

GUÍA DEL BIENESTAR

Pág. 78

NOTICIAS

Pág. 82

www.lacasatoya.com

Centro de cursos, turismo alternativo

- CURSOS -

GESTALT BARCELONA: Del 4 al 6 Mayo. / Asociación FITNESS y SALUD: Del 11 al 13 / RELACIONES y COMUNICACIÓN: Del 11 al 13 / YOGA PINTO: Del 18 al 20 / ASTROLOGÍA (Iniciación): Del 1 al 3 de Junio con Conchita Carrau / TANTRA ESENCIA DE VIDA: Del 15 al 17 de junio con Amerai.

BUFFET LIBRE, HABITACIONES CON BAÑO, INMEJORABLES COMUNICACIONES



365 M2 DE SALAS GRATIS, MICROCLIMA, MAGNÍFICAS VISTAS, CURSOS TODO EL AÑO

ALUENDA a 2h. de Madrid (1 h. en AVE) Autovía A-2 Km.243 Tel. 976609334-625547050 - lacasatoya@lacasatoya.com



CÓMO ELEGIR BIEN UN PROBIÓTICO



SERGIO GARCÍA CALVILLO

LICENCIADO EN CC QUÍMICAS Y DIPLOMADO EN NATUROPATÍA

sergiogarciacalvillo.simplesite.com

Para entender el papel central que desempeña la flora intestinal, debe tener en cuenta que sus intestinos contienen de forma natural alrededor de 100 billones de bacterias (sí, nada menos que 14 ceros)



Para hacerse una idea de su magnitud, piense que se trata de una cantidad diez veces superior al número de células de todo el cuerpo. Esta enorme población de bacterias se divide en más de 500 especies diferentes, que forman lo que se conoce como microbiota intestinal (o flora intestinal).

Los probióticos son una variedad de bacterias buenas que colonizan la flora bucal, intestinal y vaginal. Son conocidos por sus efectos beneficiosos sobre el sistema inmunológico y por fortalecer las defensas naturales. Los mejor conocidos son las bacterias del ácido láctico, que se llevan utilizando desde hace miles de años para la conservación de los alimentos por fermentación (verduras, cereales, carnes, etc.). También se utilizan en la producción de yogur.

Entre estas bacterias de ácido láctico, hay una particularmente interesante, que es el *Lactobacillus gasseri*, un probiótico esencial para el equilibrio de la flora intestinal y también para controlar el peso. Este se instaló en el organismo originalmente en gran parte por el primer contacto e intercambio fisiológico entre la madre y el niño al nacer. Pero ya de adultos es posible sembrar la flora intestinal con *Lactobacillus gasseri*.

En un primer momento se descubrieron propiedades del *Lactobacillus gasseri* que reforzaban el sistema inmunitario, beneficio que comparte con otras bacterias de la familia *Lactobacillus*. Pero lo que hace especial a este probiótico es su inusual capacidad para ayudar a las personas a bajar de peso, especialmente alrededor del abdomen.

El “disparador” para perder el exceso de peso

En 2010, investigadores japoneses realizaron un estudio cuyo objetivo fue examinar los efectos de los probióticos *Lactobacillus gasseri* sobre la obesidad. Este estudio humano confirmó los resultados de un ensayo previo que había demostrado su eficacia para reducir los niveles de grasa en animales. Estos resultados se explican por su capacidad para hacer más impermeable e impenetrable la barrera de la mucosa intestinal. Por lo tanto, las sustancias nocivas no pueden entrar libremente en la sangre. Además puede cambiar las señales químicas del sistema digestivo, modificando el tratamiento de la grasa en el cuerpo.



Cook & Relax

Disfruta tus vacaciones cocinando sano

AGOSTO
Del 7 al 12

¿Tienes ganas de mejorar tu alimentación de una forma sencilla, rica y adaptable a tu familia y estilo de vida?
¿Quieres conocer las últimas tendencias saludables e integrarlas en tu rutina?
Pues puedes hacer todo eso y, además, descansar y desconectar de tu ritmo diario.



En Préjano,
La Rioja



Más información
mmar@lacocinaalternativa.com
TL. 697 30 12 59

La Cocina Alternativa
www.lacocinaalternativa.com



Asesoramiento en Nutrición y Alimentación Ecológica

SERGIO GARCÍA CALVILLO
LICENCIADO EN QUÍMICAS, PROFESOR Y FORMADOR
TF. 635 856 021
SERGIOGARCIALVILLO.SIMPLESITE.COM

SUPERMERCADO Y RESTAURANTE 100% ECOLÓGICOS
CENTRO DE BIENESTAR Y TERAPIAS



Espacio Orgánico
ES TU ESPACIO BIO

UN NUEVO CONCEPTO DE ESPACIO ECOLÓGICO EN ALCOBENDAS



**BIO**
SUPERMERCADO

**BIENESTAR**

**RESTAURANTE**

**TALLERES**

www.espacioorganico.com
info@espacioorganico.com
91 657 25 15



YO ELIJO ORGÁNICO

Crta. Fuencarral 1
Parque Comercial Río Norte II
Alcobendas, 28108 Madrid

YOGA - PILATES - BIODANZA - MASAJES Y TERAPIAS - ALQUILER DE SALAS - TALLERES - CONFERENCIAS - CATERING ECOLÓGICO

7



SABÍAS QUE

Lo que hace especial al *Lactobacillus gasseri* es su inusual capacidad para ayudar a las personas a bajar de peso, especialmente alrededor del abdomen. Es muy importante tomarlos cuando el estómago está vacío

➤ En cuanto a la pérdida de peso que es posible gracias a la suplementación con *Lactobacillus gasseri*, no se trata de esperar milagros de la noche a la mañana. El reequilibrio de la flora intestinal es complejo y llevará tiempo, sea cual sea su situación actual.

Sin embargo, la evidencia de su acción sobre la pérdida de peso está ahí. Los sujetos del estudio japonés citado perdieron grasa abdominal sin hacer dieta. Y es que al sembrar el intestino de *Lactobacillus gasseri*, se equilibra la flora intestinal y se mejora el metabolismo. Así que no hay duda de que esta es una forma muy interesante de multiplicar los efectos de cualquier dieta.

También es recomendable su ingestión por las mañanas en ayunas, para aumentar aún más su biodisponibilidad. Esto se debe a que los probióticos son en gran parte destruidos por la acidez del estómago cuando está cerrado, es decir, cuando produce jugos gástricos (ricos en ácido clorhídrico) para digerir los alimentos. Por eso es muy importante tomarlos cuando el estómago está vacío.

Su organismo se beneficiará de los efectos de los probióticos *Lactobacillus gasseri* para:

- Mejorar de forma general su salud sin esfuerzo y perder la grasa subcutánea abdominal.
- Prevenir y tratar los trastornos digestivos ocasionados por una flora intestinal de baja calidad (por ejemplo hinchazón, gases, estreñimiento, diarrea...).
- Repoblar la flora intestinal y combatir los trastornos causados por la contaminación externa.
- Fortalecer su sistema inmunológico, la primera línea de defensa contra

**El primer
consejo a la
hora de escoger
un probiótico
es fijarse en
la población
bacteriana que
contiene**

todas las enfermedades, y sus otras funciones vitales, como la digestión y la absorción de hidratos de carbono, la producción de vitaminas y minerales y la eliminación de toxinas.

El problema de los probióticos por vía oral

El mayor desafío para los probióticos es su biodisponibilidad, es decir, la cantidad real de probióticos con las que su cuerpo se beneficiará al final. Y es que hay que recordar que los probióticos son bacterias vivas, que sufren los ataques ácidos de las enzimas de la saliva y del estómago. Por eso, la mayoría de las bacterias desaparece en su camino al estómago y las que sobreviven difícilmente tienen posibilidad de instalarse en el intestino una vez superada la barrera del estómago.

Ese es el gran reto al que se enfrentan los laboratorios a la hora de crear probióticos: conseguir que estas bacterias buenas no mueran antes de llegar a su destino. En definitiva, puede haber una gran diferencia entre la dosis que indica que contiene la etiqueta de un producto y la que realmente va a llegar a su intestino y actuará en su organismo.

La clave es la elección de las cepas probióticas, la dosis que incluye, el tipo de cápsula que se elige para que las bacterias hagan el “viaje” a través del tubo digestivo, el modo de fabricación e incluso el de almacenamiento.

Por lo tanto, el primer consejo a la hora de escoger un probiótico es fijarse en la población bacteriana que contiene. Mil millones de bacterias es el mínimo; por debajo de esta cantidad el efecto que se puede esperar es casi nulo. Pero si quiere escoger un producto con garantías de que le ayude a repoblar su flora intestinal mi consejo es que empiece a confiar a partir de ocho mil millones.

Fruta y verdura | Alimentación | Infantil | Cosmética | Herbolario | Higiene personal | Limpieza de hogar | Mascotas

ecomax

Supermercado ecológico

Si es bueno
para tu salud,
es bueno para todos

Tu supermercado
ecológico en Las Tablas

C/Sierra de Atapuerca, s/n
Cruce con Av. Camino de Santiago
28050 Madrid
Tel. 91 056 87 07
info@ecomaxsupermercado.com
www.ecomaxsupermercado.com

ecomax

Supermercado ecológico

ecomax

Supermercado ecológico

ecomax

Terapias naturales

Si eres terapeuta autónomo y quieres colaborar con nosotros puedes contactarnos en terapias@ecomaxsupermercado.com

9

BENEFICIOS DEL AYUNO TERAPÉUTICO



XAVIER URIARTE
MÉDICO. GIRONA

LICENCIADO EN MEDICINA, ESPECIALISTA EN
REHABILITACIÓN. POSTGRADO EN SALUD PÚBLICA

expocosalud.es/vi-congreso-nacional-de-terapias-naturales/

La palabra ayuno proviene del término latín “ieiunare” que significa acción de no beber ni de comer. Práctica milenaria utilizada en las reivindicaciones, en forma de huelga de hambre y en las creencias religiosas. La palabra DesAyuno (del griego) o AlMuerzo (del árabe) significa romper el ayuno. Acción que llevamos a cabo tras el ayuno de la noche, con la primera ingesta del día.

A partir del siglo XIX en Alemania, Rudolf Virchow, padre de la citología, descubre que la parte del tejido más diminuta es la célula y desarrolla la “teoría celular” en la que la célula representa una verdadera unidad metabólica.

Paralelamente en Francia, Claude Bernard, padre de la fisiología, anuncia que la célula vive inmersa en un “medio líquido interior” del que depende y que su interrelación físico-química es bidireccional con la finalidad de la autoconservación.

Este conocimiento consolidado y reconocido ya a mediados del siglo XIX por Virchow y Bernard ha dado paso al conocimiento celular y fisiológico del Ayuno como práctica naturista acreditada para regular nuestro medio interno celular y así mantener la vida de la célula en un constante equilibrio.

El Ayuno toma como modelo microbiológico el mecanismo metabólico denominado Nutrición Celular

- En la asimilación la célula toma del medio interior todos los nutrientes y sustancias presentes en el medio exterior
- En la anabólica la célula aprovecha y construye o sintetiza moléculas necesarias para su vida
- En la catabólica la célula expulsa al medio interior todas las sustancias y nutrientes utilizados para su vida

El ayuno fisiológico de forma refleja y espontánea se da continuamente en nuestro organismo. Cuando tenemos fiebre, cuando nos encontramos mal digestivamente, cuando no tenemos hambre o en el descanso nocturno ayunamos.

Es como si nuestro cuerpo activase automáticamente este mecanismo ante situaciones de necesidad y de autopreservación. El centro de este mecanismo radica en el cerebro primitivo y más concretamente en el eje diencefálico.

El ayuno terapéutico de forma racional, disminuye la entrada de líquido y de sólido, estimula la fabricación de moléculas reparadoras, promociona la eliminación de sustancias catabólicas, tóxicas o catabolitos y vierte al medioambiente todo el excedente.

El Ayuno consiste en la ingesta de 2´5 litros de agua al día y de un número de calorías inferior a 300 al día.

La ingesta de líquido puede ser de agua, de infusiones, de caldo, de licuado vegetal diluido en agua, de sopa, de orina, y de agua de mar isotónica o diluida al 25%.

Una ingesta inferior a 300 calorías supone:

- 1 ensalada al día
- o 1-2 zumos vegetales



**Quando tenemos
fiebre ayunamos,
cuando nos
encontramos mal
digestivamente
ayunamos, cuando
no tenemos hambre
ayunamos y en el
descanso nocturno
ayunamos**

Una promoción espectacular

25% DE DESCUENTO

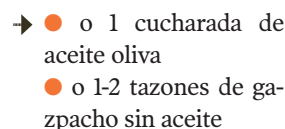
en la cuota anual de Socio

Guarda esta página, llámanos e infórmate de esta oferta: 913 142 458

Somos Profesionales. Somos Cofenat

Asociación Nacional de Profesionales
y Autónomos de las Terapias Naturales

www.cofenat.es



Un ayuno corto puede ser de 12h, de 1 día, de 3 días, de 7 días y de 14 días. Supone una disminución de la ingesta de nutrientes y sustancias presentes en el medio exterior. Puede realizarse en casa y sin asesoramiento médico.

El Ayuno es una práctica naturista acreditada para regular nuestro medio interno celular y así mantener la vida de la célula en un constante equilibrio. El Ayuno consiste en la ingesta de 2'5 litros de agua al día y de un número de calorías inferior a 300 al día

- Tres primeros días a base de frutas y verduras.
- Del cuarto al duodécimo día a base de líquidos.
- Los tres días últimos a base de frutas frescas y verduras del tiempo.

Beneficios

- Reduce poco a poco la presencia excesiva de calorías, de azúcar, de grasas, de proteínas, de líquido, de sodio y de sustancias tóxicas en el medio interior o sangre.
- Estimula la reparación celular, la creación de enzimas regeneradoras y la fabricación de moléculas necesarias para el organismo.
- Promociona la detoxicación, eliminación, depuración y quelación de la célula a través del incremento de la secreción biliar, de la defecación, de la diuresis, de la secreción mucosa, de la sudoración, de la menstruación y de la diuresis.

Las compatibilidades alimentarias

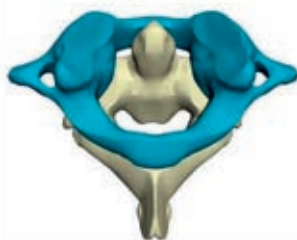
Las compatibilidades tienen como objetivo que la persona obtenga una buena digestión esofágica, estomacal, hepática e intestinal, tener una buena circulación arterial, para que la persona regule su alergia, la secreción mucosa, estimule correctamente su insulina, y en convalecencia quirúrgica o médica, aproveche al máximo sus nutrientes y a nivel de colon elimine correctamente.

DESTAQUEMOS LAS DISOCIACIONES BÁSICAS EN SALUD Y EN ENFERMEDAD

- La comida será frugal y ligera.
- No haremos postre.
- Las frutas fuera de las comidas principales.
- O bien la fruta como comida propia.
- No combinaremos las diferentes frutas.
- Prepararemos la digestión con una fruta o con una verdura.
- No mezclaremos las diferentes verduras.
- Comenzaremos las comidas principales con una ensalada.
- Utilizaremos una sola proteína animal (carne, pescado, huevo, derivados lácticos o embutidos) o vegetal (legumbre, cereal integral, tubérculo, germinado, algas, fruta oleaginosa o semillas) en cada comida con la compañía de verdura verde, roja o blanca.
- Un día a la semana haremos ayuno.
- No mezclaremos alimentos sólidos con líquidos en una misma comida.
- Comeremos al día las veces que nos apetezca. Puede ser una vez, dos veces o seis veces.
- El melón a la mañana oro, al mediodía plata y a la noche mata. Depende en qué momento del día el alimento nos sentará bien o no.
- El aceite crudo como condimento, no como fritura.

Método natural, sin riesgo, una sola vez en la vida.

ATLASPROFILAX®
by R. C. Schöppert



Alinear la primera vértebra cervical mejora la postura, el equilibrio y el potencial autocurativo del cuerpo.

Técnica especialmente útil en casos de:

- Sensación de pesadez y rigidez en cabeza y cuello.
- Postura 'encorvada', hombros 'cerrados'.
- Dolores de cabeza, migrañas, mareos.
- Contracturas y dolores en cervicales, espalda, lumbares.
- Consecuencias de latigazo cervical, caídas, golpes...
- Cansancio crónico, fibromialgia.
- Tensión facial, bruxismo.

David Viñés Curtis. C/ Toledo 134-B, Madrid. Telf.: 91 522 54 16 / 635 453 070

www.atlasprofilax.es

Vacaciones en Gredos

21 años organizando Vacaciones Alternativas



Vacaciones Alternativas de Verano ¡Disfútalas en Gredos!

En nuestro centro tenemos todos los ingredientes para que disfrutes de unas vacaciones inolvidables y completas:



✓ Naturaleza:

Cerca del parque natural de Gredos. Vegetación exuberante y poco turismo. Rodeados de ríos donde bañarte.



✓ Desarrollo personal y salud:

Relajación, meditación, biodanza, yoga, masajes, relaciones humanas, control del estrés...



✓ Ocio y amistad:

Excursiones, baños, juegos, bailes, fiestas, teatros... y muchas sorpresas.

El ambiente grupal que se crea aquí es único y está lleno de magia. Te resultará muy fácil relacionarte, integrarte y hacer amigos. También puedes estar a tu aire.

- Elige tus semanas: Junio, Julio, Agosto y Septiembre
- Plazas limitadas
- Descuentos por pronta reserva



www.vacacionesengredos.com
677 04 40 39 - 927 57 07 25

Sierra Sur de Gredos - La Vera (a 1:45 h. de Madrid)



LA ARAÑUELA Y EL COMINO NEGRO

Esta flor de belleza singular. Su flor posee un aspecto inquietante por lo que se la ha denominado también arañuela, ya que la forma del pistilo recuerda a las patas de una araña, y también cabello de Venus por sus hojas finamente divididas



PALMIRA POZUELO
FARMACÉUTICA NATURISTA

palmirapozuelo.com

Es una planta perteneciente a la familia Ranunculáceas, una familia con plantas tóxicas, de hecho su flor es tóxica, sin embargo sus semillas están exentas de toxicidad y se utilizan por sus grandes cualidades.

En el mundo árabe se la ha denominado ajenuz, una planta muy valorada desde la antigüedad, y especialmente entre el mundo árabe, que la denominaban la semilla bendita del Profeta.

Era denominada como habbatul baraka: “semilla de bendición”. También se cree que el profeta Mahoma dijo que es un remedio para todas las enfermedades, excepto la muerte “En la semilla negra está la medicina para cada enfermedad menos la muerte y si la muerte fuera una enfermedad también la curaría”.

De esta bella y rara flor nacen tras su maduración unas semillas de color negro llamadas comino negro, pero que nada tienen que ver ni botánicamente ni con su sabor con el comino (*cuminum cyminum*) habitualmente usado como especia y perteneciente a la familia botánica de las umbelíferas a la que también pertenece el hinojo.

Sus semillas se utilizan como especia para condimentar y sazonar los platos y añadida sobre el pan a modo de sésamo. El sabio Avicena, médico, científico y filósofo árabe, la recomienda en su “Canon de medicina” para subir las defensas y como reconstituyente.

También era usada y valorada por los antiguos egipcios y se la ha denominado la semilla de los faraones. En Egipto se encontraron restos de aceite de comino negro en algunas tumbas, entre ellas la de Tutankamón, siendo uno de los vegetales seleccionados para ayudar al faraón en la otra vida y le librándole de todo dolor. Cleopatra utilizaba esta semilla para cuidar y proteger su piel.

Se cultiva por la especial y rara belleza de su flor azulada, se puede ver con frecuencia en los jardines ingleses como una sutil y bella flor, delicada, como una brisa azul flotando en el aire, por eso allí la denominan “amor en la niebla” (love in the mist).

Las semillas de comino negro, se pueden utilizar tanto en cocina como a nivel terapéutico.

Sus semillas son ricas en ácidos grasos esenciales del tipo omega 3 y 6 de actividad antiinflamatoria lo que la hace ser útil en muchas enfermedades en las cuales la inflamación está en el origen. Otro componente interesante es su aceite esencial rico en timoquinona de actividad antihistamínica, antiséptica e inmunoestimulante, por todo ello es de actividad interesante para patologías alérgicas e inflamatorias, como el reumatismo, indicado en asma y otras patologías respirato- ➔



SABÍAS QUE...

Las semillas de arañuela se utilizan como especia para condimentar y sazonar los platos y añadida sobre el pan a modo de sésamo



Escuela de Vida

M^a Rosa Casal

*Macrobiótica
& Medicina Oriental*

*Tao Curativo
I Ching Dao*

Del 14 al 21 de julio 2018
VACACIONES EN LA BRETAÑA FRANCESA
DESCUBRIENDO LAS ALGAS MARINAS

Salidas a recolectar en el mar
Conservación y secado
Clases de cocina

¡CURSO ÚNICO en EUROPA!!

RETIRO DE VERANO CON EL MAESTRO JUAN LI
DESPERTAR DEL GUÍA INTERNO I CHING Y REPASO DE PRÁCTICAS
Del 30 Junio al 8 Julio 2018
En la Cordillera Cantábrica (Asturias)

.....

RETIRO DE YINTAO CON RENU LI PARA MUJERES EN EL CAMINO
Del 5 al 9 de Septiembre 2018
En Pontevedra (Galicia)

GABINETE DE TERAPIAS Y ASESORAMIENTO DE SALUD
CHARLAS GRATUITAS TODOS LOS MESES. CONSULTA NUESTRA WEB!

Ecocentro
Centro colaborador

Más información: 695 309 809
info@escueladevida.es · www.escueladevida.es

Un espacio para renovar la Energía Vital, a través del reencuentro con la naturaleza y con uno mismo, charlas y talleres de trabajo corporal, técnicas de reducción de estrés, autoconocimiento y desarrollo personal. Dieta vegetariana, crudos y ayunos. Excursiones, piscina. Todo para recuperar la armonía y la salud, personal y social.

964 76 01 51 - 964 76 06 58 - 646 308 307

Fundación Los Madroños

**CASA DE REPOSO
ESCUELA DE SALUD**



12594 Oropesa del Mar - CASTELLÓN
www.casadereposo.com
casadereposo@casadereposo.com



En Egipto se encontraron restos de aceite de comino negro en tumbas reales, Cleopatra utilizaba esta semilla para cuidar y proteger su piel

- ➔ rias. También posee propiedades bactericidas y antimicóticas que le hacen interesante en el tratamiento de afecciones ginecológicas, candidiasis, hongos y verrugas. Estudios recientes la revelan también con actividad anticancerígena, especialmente protectora a nivel de cáncer de piel, melanoma y de colon, según revelan estudios del laboratorio de investigación del cáncer de la isla de Hilton al sur de California, demostrando que este aceite inhibe el crecimiento de células tumorales en un 50%.

También este aceite tiene propiedades que favorecen la fertilidad masculina debido a su riqueza en Zinc que estimula el aumento de los niveles de testosterona, de ahí quizá el nombre del “aceite de los faraones”.

Podemos utilizarlo en forma de semillas, o bien del aceite que se obtiene a partir de ellas: en forma de aceite o encapsulado.

Uso cosmético debido a su aceite esencial y su riqueza en ácidos grasos esenciales que lo hacen indicado para el cuidado de la piel, tratamiento del acné, como aclarante de la piel, para tratar callosidades y verrugas y en la higiene íntima y del cabello.

Receta con semillas de comino negro: Ajenuz con miel:

Receta de Ibn Al-Quaim Al_Yauziza: Ibn Al-Qaim Al_Yauziza (siglo XIV), médico nacido en los alrededores de Granada (780-853 d.C), estudió en El Cairo y en Medina, fue considerado uno de los grandes médicos de su época en tiempos de Abderraman II. Dedicó un capítulo en su obra “La Medicina profética” al Ajenuz, en la que cita numerosas



recetas y fórmulas a base de ella, siendo algunas de las más notables las que se describen a continuación.

Ingredientes:

Semillas de ajenuz, miel de calidad, agua (mineral o filtrada).

Elaboración:

Moler las semillas de Ajenuz en un mortero y mezclarlas con la misma cantidad de miel.

Uso:

Beber una cucharadita de esta mezcla con agua caliente tres veces al día.

BANDA GÁSTRICA VIRTUAL
INSTITUTO SCHAROVKEY

¡Fórmate como Terapeuta Autorizado de BGV!

Certificación Internacional por Jorge Puyana

636 240 073
www.bandagastricavirtual.es

NUTRICIÓN ORTOMOLECULAR Y FUNCIONAL

Teresa Peláez
Terapeuta y consultora nutricional
info@teresapelaez.com
www.teresapelaez.com
Tl. 91 467 31 54

Especialista en CANDIDIASIS, PARÁSITOS, TRASTORNOS DIGESTIVOS E INTESTINALES, FERTILIDAD, FATIGA Y TRASTORNOS HORMONALES

TESTS:

- Intolerancias alimentarias
- Candidiasis, parásitos, stress adrenal
- Vitaminas, minerales, ácidos grasos, y aminoácidos

Alkemila

CURSOS Y TALLERES

Árboles sagrados y medicinales
22 mayo ESCUELA DE ATENCIÓN

Taller práctico de Plantas Medicinales
16 junio CENTRO ALTAI

Taller práctico de Nutrición Vitalizante
17 junio CENTRO ALTAI

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES
www.palmirapozuelo.com
palmirapozuelo@gmail.com
☎ 659 065 356

LA BIOTIKA
Desde 1979

AULA DE ESTUDIOS LA BIOTIKA

TALLER DE ALIMENTACIÓN FERMENTADOS REGENERATIVOS
Sábado 5 de Mayo y 2 de Junio
De 11:00h a 14:00h

"Considerados superalimentos por contener gran cantidad de enzimas, micronutrientes y microorganismos beneficiosos. para el organismo..."

Información y reservas: actividades@labiotika.es

TALLER LA TERAPIA DEL SECADOR
Sábado 16 de Junio de 10:00h a 14:00h

¿Crees que la acupuntura solo puede practicarse con agujas?

Taller de Verano

Información y reservas: actividades@labiotika.es

www.labiotika.es



EL SORGO

UN ALIADO MUY SALUDABLE PARA NUESTRA DIETA

Los cereales son la mejor fuente de hidratos de carbono para nuestro organismo.

Para poder aprovechar toda la energía vital contenida en sus granos, es recomendable consumirlos en formato integral, teniendo en cuenta que en la cascarilla del cereal es donde se acumulan todos los pesticidas por lo que, de no ser de cultivo ecológico, sería mejor consumirlos descascarillados

Aunque casi desconocido en España, el sorgo es uno de los cultivos alimentarios más importantes del mundo gracias a la resistencia de sus cultivos en zonas muy cálidas y áridas. Originario de las regiones tropicales de África oriental e India, actualmente también se cultiva en Europa y América.



SONIA PINTO
LA VEGGYTECA

laveggyteca.com

El sorgo es un cereal sin gluten, con escaso aporte de grasas y alto contenido en proteínas, suponiendo una importante ayuda para mejorar la calidad y desarrollo de nuestra estructura muscular. También destaca su aporte de vitaminas del grupo B y E, y su alto contenido en minerales como hierro, zinc, fósforo, cobre, calcio y fibra insoluble, convirtiéndolo en un potente antioxidante.

Posee propiedades antidiarreicas y homeostáticas, es decir, nos ayuda a mantener nuestro metabolismo estable. Sus azúcares son liberados lentamente por lo que el organismo los puede aprovechar mejor y ayuda a mantener los niveles de azúcares de nuestro organismo.

- Mejora la salud digestiva
- Ayuda a prevenir el cáncer gracias a su aporte de antioxidantes
- Ayuda a controlar la diabetes
- Apto para celíacos
- Ayuda a mantener nuestros huesos sanos
- Favorece la producción de glóbulos rojos
- Aumenta nuestra energía

En cocina nos ofrece numerosas alternativas, ya sea en grano entero o en forma de harina. Su harina es un perfecto sustituto del trigo, apto para elaborar panes sin gluten.

Cuando los utilizamos en grano, es importante tener en cuenta algunas consideraciones para su cocción adecuada:

- Lavar muy bien antes de cocinar, con varios enjuagues y masajeando el grano hasta que el agua quede limpia
- Cocinar primero a fuego alto hasta que hierva y luego a fuego mínimo con la olla tapada
- Cuando se haya consumido todo el líquido de cocción (agua o caldo) dejar en reposo unos 5 minutos con el fuego ya apagado
- Añadimos sal al cereal para potenciar su sabor y aumentar su alcalinidad.

Salteado de sorgo con verduritas y tempeh

500 g de sorgo, 1,5 litros de caldo de verduras, 1 calabacín, 1 pimiento rojo, 1 cebolla, 2 zanahorias, 400 g tempeh, 1 diente ajo, AOVE (aceite de oliva virgen ecológico), limón, sal y pimienta

Sorgo:

- Ponemos el sorgo en remojo al menos durante 2 horas. Pasado ese tiempo, lo lavamos y escurrimos bien.
- Calentamos aceite en una cazuela y tostamos el sorgo unos minutos removiendo.
- Añadimos sal, 1,5 litros de caldo de verduras y cocinamos a fuego bajo unos 15 minutos.

Salteado:

- En una sartén calentamos AOVE y tostamos el tempeh cortado en tiras y reservamos.
- En una sartén calentamos aceite y tostamos el diente de ajo cortado en láminas.
- Vamos añadiendo la cebolla, el pimiento y el calabacín.
- Por último, incorporamos la zanahoria cortada en láminas finas (con el pelador de verduras).
- Salpimentamos y añadimos el zumo de limón.
- Mezclamos el tempeh, las verduras y el sorgo y calentamos para servir.



12 Mayo, 18:30h

CURSO

PRIMEROS PASOS EN COCINA VEGANA

LA VEGATECA

SLOW MARKET - C/PAZDA 8 - MADRID

inscripciones: www.kinggyfira.com



centro

ayurvedico isthara

Bharat Negi

MÉDICO AYURVÉDICO HINDÚ

Consulta Ayurvédica

Dieta Ayurvédica

Especialista en Panchakarma
(desintoxicación)

CONSULTA EN MADRID
C/ Goya, 83 - 1ª izqda
963 34 84 10- 600 720 357

www.ayurvedabybharatnegi.com
info@ayurvedalifestyle.com
Ayurveda Lifestyle By Bharat Negi



Kōgō

La única terapia antienvjecimiento

TRATAMIENTO FACIAL Kōgō

Combina conceptos médicos asiáticos tradicionales y técnicas faciales japonesas

Efecto lifting natural
Relajación y bienestar
Genera colágeno reparador

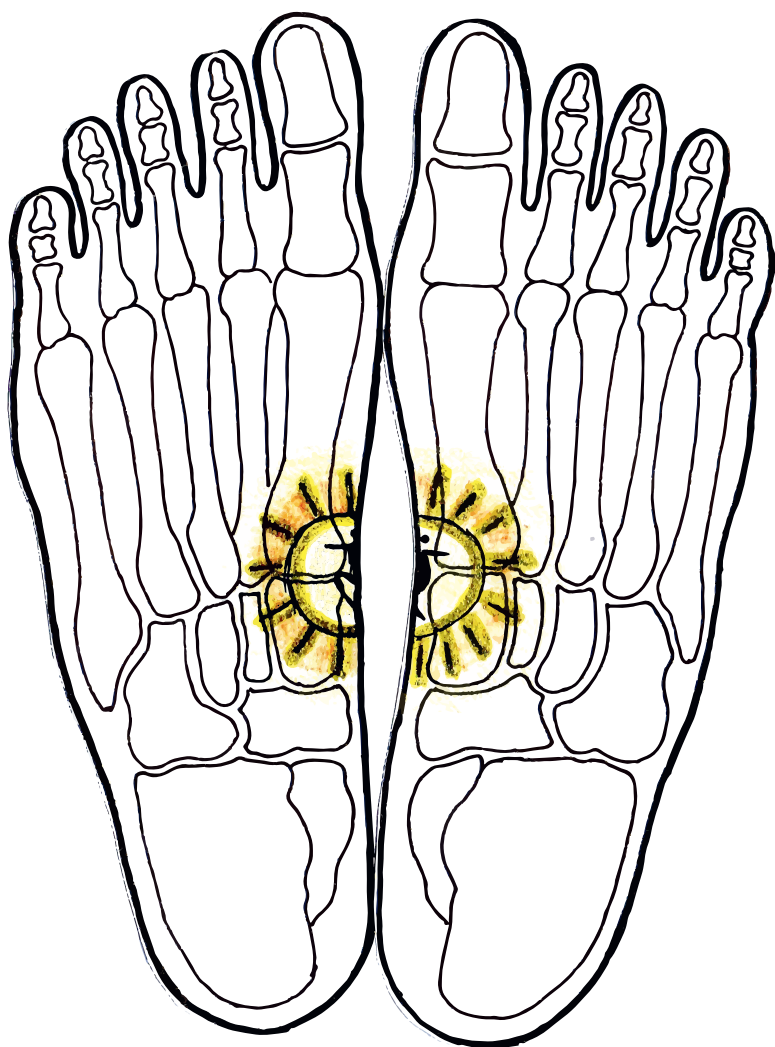
GRATIS
un diagnóstico de la piel
para el tratamiento personalizado
valorado en 60€

NATACHA de CORTABITARTE
Terapeuta oficial. Discípula directa del Dr. Shogo Mochizuki

NUEVA DIRECCIÓN
Francisco Silvela 5, bajo B escalera 1 Madrid
Tl. 667 297 936

www.kogo.es
espacio.kogo@gmail.com
MASAJE FACIAL JAPONÉS

Cada vez son más las personas que en un momento determinado de su vida sufren una crisis de ansiedad. La causa principal es el estrés, ya sea por trabajo o por otras circunstancias. Es una reacción desproporcionada del cuerpo que se dispara ante un suceso determinado



LA REFLEXOTERAPIA PODAL EN EL TRATAMIENTO DE LA ANSIEDAD



CARMEN BENITO
BIÓLOGA, REFLEXÓLOGA Y TERAPEUTA DE MASAJE
METAMÓRFICO

carmenbenitoestetica.com

También se considera ansiedad a los ataques de pánico desencadenados por una fobia o miedo específico, o a trastornos obsesivos en los que un pensamiento persistente desencadena un comportamiento obsesivo compulsivo, como las personas que se lavan mucho las manos después de haber tocado cualquier objeto.

Una experiencia traumática puede desencadenar también una hipersensibilidad.

El síntoma más conocido es la hiperventilación cuando hay un ataque de pánico; pero hay otros muchos como: los calambres y la tensión muscular, los calambres de estómago, los dolores de cabeza, la falta de sueño, la micción frecuente.

Suele aparecer por la preocupación excesiva ante actividades o eventos de la vida cotidiana que la persona vive como algo extremo. En algu-

nos casos se puede confundir con depresión, aunque también puede ir acompañada de ella.

Hay varios tipos de ansiedad, y los síntomas más frecuentes son: sentirse muy nervioso y tenso, con sensación de peligro o pánico. El aumento de la frecuencia cardíaca, lo que conlleva una respiración más rápida y aumento de la transpiración porque el sistema nervioso autónomo simpático se dispara. Temblores en todo el cuerpo, sensación de cansancio y debilidad. Problemas gastrointestinales como diarreas, vómitos, calambres o dolor muy fuerte. Problemas para concentrarse o memorizar. Insomnio porque hay una gran dificultad para controlar la preocupación y la cabeza no para.

Hoy en día el mayor causante de los trastornos de ansiedad es el estrés, ya sea en el trabajo, en la escuela si se trata de niños, en la relación de pareja, por la pérdida de un ser querido, por una pérdida financiera, por una enfermedad grave, etc.

Hoy en día el mayor causante de los trastornos de ansiedad es el estrés, ya sea en el trabajo, en la escuela si se trata de niños...

Son varias las opciones de tratamiento para este tipo de trastorno: la psicoterapia, los medicamentos específicos y las terapias alternativas.

Dentro de estas últimas, la reflexoterapia podal es capaz de regular muchos de los síntomas que produce. Hace unos años diseñé una forma específica de tratamiento a la que llamé reflexoterapia antiestrés, y últimamente al trabajar con la liberación fascial a través

de los puntos reflejos, estoy viendo que el del chakra de plexo solar es capaz de relajar todo el sistema entérico o digestivo a un nivel más profundo, reduciendo muchos de los síntomas.

El chakra de plexo solar (manipura) es el que se ve más afectado durante la crisis de ansiedad, ya que al haber una hiperventilación la persona retrae el diafragma para quedarse en una respiración superficial alta y rápida lo que conlleva un aporte excesivo de oxígeno hacia el cerebro que puede producir incluso desmayos.

Este chakra está asociado al elemento fuego y, se localiza en la columna vertebral aproximadamente entre la última vértebra dorsal y las prime- ➔



SABÍAS QUE...

Durante la respiración se hace un control del sistema nervioso autónomo gracias a una estructura que se localiza en la zona interna de las fosas nasales y que regula los iones del aire que entran, alimentando de energía los dos nadis Ida y Pingala, canales que a su vez nutren al canal central Sushumna que sube desde el primer chakra en la base del coxis, hasta la cabeza



Centro de Bioestética Carmen Benito

Licenciada en Biología Diplomada en Reflexoterapia Podal y Masaje Metamórfico (25 años de experiencia)

TRATAMIENTOS DE: Reflexología Podal · Masaje Metamórfico
Drenaje Linfático · Masaje Celular · Terapia Craneo-Sacral · Estética

PRÓXIMOS MASTERS

- De la Técnica Metamórfica al Masaje Celular: 20 de septiembre
- Reflexoterapia Podal: noviembre

MAS INFORMACIÓN: carmenbenitobioestetica.com

CITA PREVIA: Telf. 91 506 41 62 - 696 052 842
C/ Delicias, 23 - local derecha - 28045 - MADRID
www.carmenbenitobioestetica.com

Confíando en tu corazón
podrás cambiar los
patrones erróneos
YA A LA VENTA EN LIBRERÍAS



EUTIQUIANO ENDJE



Osteópata
Terapeuta Craneo-sacral
Reeducación postural

www.cuerpozen.com
Telf. 609 889 557
info@cuerpozen.com

Consulta: zona Manuel Becerra-Goya
y Majadahonda



Uno de los puntos reflejos del pie que más influye en el tratamiento de las crisis de ansiedad es donde se sitúa el chakra de plexo solar. Se localiza en la planta, donde también situamos duodeno y páncreas en reflexoterapia. Presionarlo con fuerza e ir permitiendo que el pie se mueva suavemente, liberando la fascia, ayuda a que la persona sienta como todo su sistema digestivo también se libera a un nivel profundo

→ ras lumbares. Su proyección hacia delante se sitúa a la altura del ombligo o un poco más arriba, según los autores.

Es el generador de prana, la energía vital que ayuda a mantener la vida. Se relaciona con el fuego digestivo, el plexo solar y las cápsulas suprarrenales. Esto nos da una idea de porqué se desatan las crisis de ansiedad cuando una persona vive en una situación constante de estrés. Entre el chakra manipura y los pies existe también una relación ya que éste se sitúa en la zona de la columna de la que salen las cadenas de ganglios simpáticos (neurovegetativos) que inervan los pies.

Durante la respiración se hace un control del sistema nervioso autónomo gracias a una estructura que se localiza en la zona interna de las fosas nasales y que regula los iones del aire que entran (positivos o negativos), alimentando de energía los dos nadis Ida y Pingala, canales que a su vez nutren al canal central Sushumna que sube desde el primer chakra en la base del coxis, hasta la cabeza.

Quién practica yoga sabe la importancia de estos canales y cómo la respiración los mantiene en equilibrio.

En esta disciplina milenaria, el sol y la luna simbolizan la principal dualidad de fuerzas que actúan en nosotros. Pingala está representado por el sol y conduce la fuerza vital. Ida está representado por la luna y conduce la fuerza mental.

Hay varios tipos de ansiedad, y los síntomas más frecuentes son: sentirse muy nervioso y tenso, con sensación de peligro o pánico

Ambos actúan en intervalos de dos horas a lo largo del día, que están marcados por la respiración. Ida está ligado a la fosa nasal izquierda, al sistema nervioso parasimpático y controla el hemisferio derecho del cerebro. Pingala está ligado a la fosa nasal derecha, al sistema nervioso simpático y controla al hemisferio cerebral izquierdo. Es muy importante que ambos se mantengan en equilibrio.

Uno de los puntos reflejos del pie que más influye en el tratamiento de las crisis de ansiedad es donde se sitúa el chakra de plexo solar. Se localiza en la planta, donde también situamos duodeno y páncreas en reflexoterapia. Presionarlo con fuerza e ir permitiendo que el pie se mueva suavemente, liberando la fascia, ayuda a que la persona sienta como todo su sistema digestivo también se libera a un nivel profundo.

Cuando utilizo esta técnica en los tratamientos me describen muy bien lo que perciben, cómo cede la tensión en toda la zona de estómago, permitiendo que la energía ascienda como una ola hasta la cabeza. Danilo Hernández lo describe en su libro “Claves del yoga” cuando explica que en el tercer chakra se produce un ascenso de la energía hacia los centros superiores.



El chakra de plexo solar (manipura) es el que se ve más afectado durante la crisis de ansiedad, ya que al haber una hiperventilación la persona retrae el diafragma para quedarse en una respiración superficial alta y rápida

Promoción de eventos con
LUZ VERDE EN CORAZONES
26, 27 y 28 Mayo 2018

Viernes, Sábado y Domingo: Talleres de Crecimiento Personal EN EL POLIDEPORTIVO LAS CRUCES MADRID

Biodanza **La Secuencia en Acción Violeta** **Charlas sobre Salud**

Danza con tu Femenino y Masculino **Masaje Oriental** **La Nueva Relación Mujer-Hombre**

Frecuencias Energéticas y Frutoterapia **Integración** **Expresiva** **Rueda de Sanación**

TALLERES GRATUITOS
 PARA PAGAR LA SALA: ENTRADA SÁBADO Y DOMINGO 8€/DÍA
 ENTRADA VIERNES 5€/DÍA

En Polideportivo Las Cruces Avenida de los Poblados 72, Madrid
 METRO LINEA 5 ALUCHE / RENFE: LINEA C5 ALUCHE / AUTOBÚS: LINEAS 121, 131 y 139

INFORMACIÓN Y RESERVAS:
 Jose Luis Castañares Tl. 649 99 53 00
 info@luzverdeencorazones.com

www.luzverdeencorazones.com

Sadhana Sintesis

13ª PROMOCIÓN
CURSO DE FORMACIÓN Y PROFUNDIZACIÓN EN EL YOGA

Noviembre de 2018 a Junio de 2020

Dirigido por:
Swami Digambar (Danilo Hernández)
 Autor del libro: “Claves del Yoga”

REUNIÓN INFORMATIVA: Sábado 23 JUNIO

Bindu

Escuela de Yoga de Chamartín
 C/ Pérez de Ayuso 11
 28002 Madrid
 Telf. 91.413.82.38
www.yogabindu.net
escuela@yogabindu.net



El sistema inmunológico es la defensa natural del cuerpo para reconocer los peligros, factores nocivos, contra las infecciones. Gracias a él tu cuerpo combate y destruye organismos infecciosos invasores antes de que te causen daño. Hoy podemos ayudar a nuestro organismo proporcionándole información sobre enfermedades que no conoce para que pueda defenderse de ellas

UNA MEDICINA QUE AYUDA A TU SISTEMA INMUNE A RECONOCER Y ELIMINAR LOS PATÓGENOS

Nuestro sistema inmune tiene información con la que es capaz de reconocer agentes nocivos. Esta información es, por un lado, una memoria heredada de nuestra especie, adquirida a lo largo del tiempo y que nuestra madre nos transmite en la primera leche.

También, cuando un bebé va a nacer, en la vagina de su madre se concentran millones de bacterias que quedan en la piel del bebé al pasar por la vagina y que entran en su cuerpo al respirar por primera vez. Estas bacterias son las que ayudan al recién nacido a formar su flora bacteriana y serán protagonistas indispensables en el desarrollo de su sistema inmune.

Nuestra salud y supervivencia depende por tanto de la habilidad que tiene nuestro sistema inmunológico de irse actualizando ante nuevos peligros, igual que un antivirus de un ordenador tiene que ir renovando su información.

El naturópata alemán Ekkehard Scheller, descubrió que algunos sistemas parasitarios, como las cándidas, tienen la capacidad de camuflarse en nuestra sangre cuando son atacados por antibióticos, encapsulándose en forma de glóbulos que el sistema inmunológico no es capaz de reconocer como enemigo. De este modo son capaces de formar nidos de hongos camuflados. Mientras están camuflados nuestras defensas no los identifican y pueden multiplicarse llegando a cualquier parte de nuestro cuerpo, incluso al cerebro.

Muchos otros sistemas parasitarios han logrado enmascararse sin que el sistema inmunológico sea consciente de este fenómeno: borrelias, tricomonas, morgellons... Este descubrimiento y sus implicaciones médicas han sido explicados en el libro “Candidalismo: sistemas camuflados encontrados; peligros superados”.

Gracias a la medicina de la información, con la Infopatía (una solución de agua pura+sal +información radiónica) desarrollada por Ekkehard Scheller, podemos informar a nuestro organismo sobre la existencia de estos sistemas camuflados parasitarios.

La investigación y el desarrollo de la medicina con la radiónica cuántica ha permitido elaborar un lenguaje para comunicar con nuestro organismo, de tal modo que se pueden transmitir códigos para actualizar la información de nuestro sistema inmune. Por ejemplo, con infopatía nuestro cuerpo consigue reconocer el fenómeno de nidos de cándidas ➔

SABÍAS QUE...

Ekkehard Scheller descubrió que algunos se camuflan en la sangre al ser atacados por antibióticos de modo que nuestras defensas no los identifican y pueden multiplicarse llegando a cualquier parte de nuestro cuerpo, incluso al cerebro

www.elalmazennatural.com

**Librería especializada
Tienda ecológica**

¡Ven a conocernos!

Catálogo gratuito, ¡solicítalo!

Visita nuestra web



LIBROS
MÚSICA
COSMÉTICA
NATURAL
MASAJE
ACUPUNTURA
MEDITACIÓN
AGRICULTURA
ECOLÓGICA
INCIENSOS
SALUD
NATURAL
FENG SHUI
ARTESANÍA
ORIENTAL...



Lunes a viernes

10 a 20.30 h

Sábados

**10 a 14 h
17 a 20.30 h**

C/ Alcalá, 78 • 28009 Madrid
Tel. 91 781 77 60 - Fax 91 781 77 61
info@elalmazennatural.com



Con la Infopatía (solución de agua pura+sal +información radiónica) podemos informar a nuestro organismo sobre la existencia de los sistemas parasitarios camuflados

La OMS alerta de que el uso indiscriminado de antibióticos ha provocado que la mayoría de las bacterias se hayan vuelto resistentes a todo tipo de antibióticos

→ camuflados y manda las defensas para que los disuelvan y de esta forma los podamos expulsar.

De esta manera podemos ir actualizando la información de nuestro sistema inmune para estar más sanos y protegidos ante nuevas enfermedades.

En palabras de Ekkehard Scheller: “cuando un número determinado de seres humanos tengan esta información en su organismo, el campo morfogenético de la especie humana actualizará esta información y la portaremos en nuestro sistema inmune” y en ese momento cada individuo tendrá esta información para defenderse de los sistemas parasitarios camuflados, y las madres transmitirán esta información a sus bebés cuando nazcan. Pero hasta que se alcance este número cualitativo necesario, debemos ir dando esta información a los pacientes con estos problemas para que sus cuerpos reaccionen y puedan volver al equilibrio y curarse.

La medicina de la información es una medicina muy respetuosa con la vida. No ataca a los microorganismos con antibióticos. Los antibióticos son un tipo de medicina que no solo mata los agentes nocivos sino que también destruye nuestra flora bacteriana. Aunque los antibióticos salvan muchas vidas, estos no deben usarse a la ligera.

La Organización Mundial de la Salud ha alertado de que el uso indiscriminado de antibióticos ha provocado que la mayoría de las bacterias se hayan vuelto resistentes a todo tipo de antibióticos. Si consideremos enemigos a todos los microorganismos y los tratamos como tales,

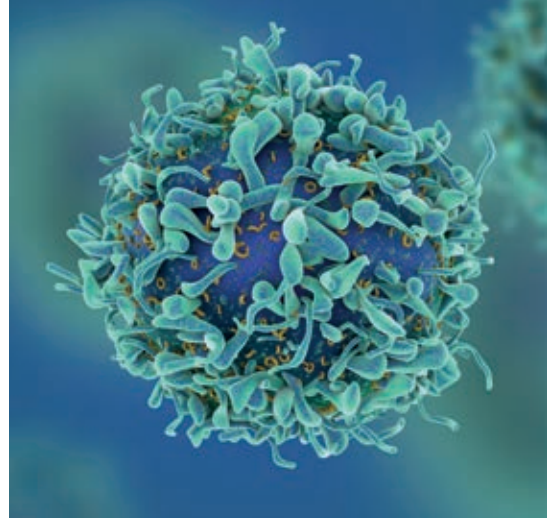
Nuestra salud y supervivencia depende de la habilidad que tiene nuestro sistema inmunológico de irse actualizando ante nuevos peligros

¿Cómo pretendemos ganar en una lucha donde nuestro adversario es experto con millones de años de evolución y adaptación?

Los microorganismos, los gérmenes, las bacterias, los virus e incluso los parásitos no son buenos ni malos. Cada uno desempeña una función importante en los procesos de la vida. Entender estos procesos y respetarlos es necesario para restablecer el equilibrio de la Salud.

Los simbioses, gérmenes de vida y los microorganismos son el origen de la vida y de la salud. Si no respetamos este equilibrio y simbiosis con la naturaleza, con el cosmos, entre nosotros los humanos y con otras especies, se desarrollarán cada vez más formas paritarias porque es un reflejo de la realidad que hemos creado. Hasta que creemos una realidad más respetuosa con la vida, mientras tanto, los parásitos son grandes maestros que nos muestran las consecuencias de generar relaciones parasitarias.

Ekkehard Scheller entendió de una forma profunda y global este fenómeno y desarrolló una medicina respetuosa con la vida y el ser humano que le da la oportunidad mediante la información correcta, la infopatía, de **volver de nuevo al origen de la salud: a la simbiosis y al equilibrio de la vida.**



Microorganismos, gérmenes, bacterias, virus, parásitos... desempeñan una función importante en los procesos de la vida. Entender estos procesos y respetarlos es necesario para restablecer el equilibrio de la salud



SYMBIONT HEALING ESPAÑA

Salud Celular Método Scheller

DESCUBRIMOS EL ORIGEN DE LA ENFERMEDAD CON LA ÚLTIMA TECNOLOGÍA ALEMANA

Tratamientos muy Eficaces en la:

- Eliminación Metales Pesados/Mercurio, Aluminio, Plomo y otros tóxicos en la sangre
- Eliminación de Cándidas, Píloris, Diabetes...
- Ayuda a tratar Eficazmente el Cáncer y otras enfermedades tipo Virus, bacterias, hongos, etc.
- Examen de Sangre con Tecnologías de Vanguardia:
 - Microscopio de Campo Oscuro
 - Radiónica Cuántica
- Rápido, Eficaz, Simple, Económico, definitivo...

ANÁLITICA CELULAR PERSONALIZADA!
Análisis de tu sangre en el
Microscopio de Campo Oscuro
LLÁMENOS PARA SOLICITAR UNA CITA

PRESENTACIONES GRATUITAS DEL MÉTODO SCHELLER

C/ Nuñez de Balboa 116, Planta 6ª. Puerta 631-28006 Madrid

MÁS INFORMACIÓN: +34 911 138 288 - 635 731 911
www.sanacioncelular.com info@sanacioncelular.com

INSTITUTO DE SALUD E INVESTIGACIÓN CELULAR ALEMANIA
www.sanacioncelular.com

MATERIALES BIOCOMPATIBLES

La odontología, al igual que otros campos de la medicina, está evolucionando hacia el uso de materiales compatibles con la salud y el medio ambiente. Se les conoce como materiales biocompatibles, tienen un elevado grado de adaptación a nuestro organismo y no generan efectos secundarios



DOCTOR JESÚS ISIDRO
ODONTÓLOGO ESPECIALISTA EN ESTÉTICA
DENTAL Y ORTODONCIA INVISIBLE

Isidroymarquez.es

De unos años a esta parte hemos podido comprobar como el uso de metales en los tratamientos de odontología se ha visto reducido de manera considerable. Un claro ejemplo es el de las antiguas amalgamas de metal, que han quedado reducidas a un uso residual. Pocas, por no decir ninguna, son las clínicas dentales que utilizan ya este tipo de materiales para la obturación de empastes o incrustaciones.

El motivo es muy simple. Debido a su composición (50% de una aleación en polvo de plata, estaño, cobre, cinc y mercurio y el otro 50% de mercurio líquido) provocan irritación al contacto con los tejidos blandos de nuestra boca, generando malestar en el paciente y pudiendo desembocar en una reacción alérgica en el caso de personas altamente sensibles a los metales. Además, se ha demostrado que estas amalgamas desprenden vapores tóxicos y que al desgastarse con el paso de los años, estas sustancias se iban depositando en diversos órganos como los riñones, hígado, etc... produciendo trastornos en el metabolismo.

Por esta serie de razones poco a poco las amalgamas metálicas para obturaciones en empastes han ido dando paso a materiales biocompatibles como la cerámica y el composite, materiales capaces de provocar una respuesta biológica adecuada en nuestro organismo, algo que actualmente se considera un requisito fundamental e indispensable en los tratamientos de restauración dental.

Estos materiales, junto la porcelana y el circonio, son materiales de referencia en otros tratamientos de restauración dental como las incrustaciones inlay y onlay, utilizadas para reparar dientes posteriores con caries moderadas o piezas agrietadas o fracturadas. Otra de sus principales ventajas es que este tipo de materiales no requieren que el dentista elimine demasiada superficie dental y como son de un color similar al de nuestra dentadura, se mimetizan y logran un resultado estético más adecuado y discreto.

Pero la verdadera revolución de los materiales biocompatibles se produjo con su aplicación en el campo de la implantología. Un implante dental consiste en la sustitución mediante una intervención quirúrgica de una pieza dental dañada por un “tornillo” de titanio que se introduce en el interior de la encía y una corona de cerámica o porcelana en la parte exterior a la que se moldea para darla forma de diente.

El material más utilizado actualmente, como ya hemos mencionado, es el titanio. Se trata de un material biocompatible con un alto grado de durabilidad y de compatibilidad con las estructuras dentales de la boca. Pero a pesar de ello, no deja de ser un metal, por lo que genera incompatibilidades en las personas altamente sensibles a estos materiales.

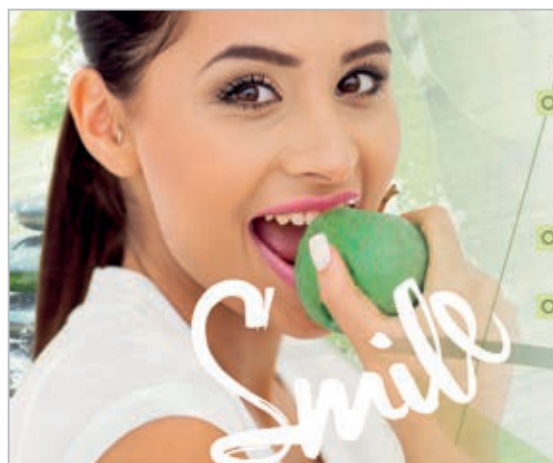
Actualmente ya existe otro material capaz de sustituir al titanio en los implantes de personas con sensibilidad a los metales. Se trata del circonio, un material biocompatible, libre de metales, que hasta ahora se ha estado utilizando en la fabricación de incrustaciones, coronas y puentes dentales con mucho éxito y que ahora también se utilizará como sujeción de la nueva pieza dental.

Como se puede observar, la ciencia, y con ella la odontología, no para de avanzar en busca de soluciones más respetuosas menos invasivas tanto con los pacientes, como con el medioambiente.



SABÍAS QUE...

El circonio es un material biocompatible, libre de metales, que hasta ahora se ha estado utilizando en la fabricación de incrustaciones, coronas y puentes dentales con mucho éxito y que ahora también se utilizará como sujeción de la nueva pieza dental



- Odontología y Ortodoncia
Libre de metal, mínimamente invasiva
- Fisioterapia de ATM
- Bioestimulación con diatermia y andulación



Isidro y Márquez
Estética Dentofacial

Alberto Aguilera 22, Bajo A
91 128 86 86
www.isidroymarquez.es

Financiación hasta 24 meses sin intereses, consultar condiciones.



¿CONOCES LOS RIESGOS DEL AGUA QUE ESTÁ EN CONTACTO CON PLÁSTICOS?

Recientemente han publicado varios artículos en periódicos relevantes a nivel nacional, tales como La Vanguardia, El Mundo, El Periódico, el ABC, acerca del peligro del agua contaminada por minúsculas partículas de plástico que causan daños en nuestra salud

ALKANATUR
alkanatur.com

Estos artículos destacan un estudio realizado en la Universidad Estatal de Nueva York, por la profesora, Sherri Mason, en el cual se examinaron 250 botellas de once marcas conocidas diferentes, provenientes de nueve países. Como resultado, se obtuvo la existencia de microplásticos en el agua envasada en ellas.

En promedio, la media de partículas encontradas por los científicos en el agua embotellada fue de 10,4 de tamaño de 0,10 milímetros, y aún más pequeñas en mayor cantidad (aproximadamente unos 314,6 por litro de agua).

Dicha investigadora sostiene que existe un vínculo entre varios tipos de cáncer, la disminución de la cantidad de espermatozoides, y el incremento de algunas enfermedades como el déficit de atención o el autismo. El año anterior, la misma universidad realizó un estudio de diversas aguas del grifo de varios países, en las que se encontraron algunas partículas de plástico, pero en una cantidad considerablemente menor que en la de botella, por lo que en general, el agua del grifo es más segura que la embotellada.

Otras fuentes, como el artículo realizado por Ecologistas en Acción, señalan que los dos tipos de cáncer con mayor incidencia en España, el cáncer de mama en mujeres y el cáncer de próstata en hombres, están relacionados con la exposición a los disruptores endocrinos.

Los disruptores endocrinos son sustancias químicas que interfieren con el sistema endocrino del cuerpo y producen efectos adversos en el desarrollo, la reproducción, la neurología y el sistema inmunológico tanto en los humanos como en animales. Es decir, son sustancias químicas capaces de alterar nuestro equilibrio hormonal, generando la interrupción de procesos fisiológicos controlados por hormonas.

En el agua aumenta de forma exponencial la cantidad de disruptores endocrinos cuando está en contacto con plásticos expuestos a altas temperaturas (ya sea en almacenaje, o transporte).

La mejor solución para evitar estos problemas es beber agua del grifo previamente depurada, eliminando así: cloro, metales pesados, algunos tipos de partículas de plástico, etc. Es importante estar atento a que la tecnología de depuración no emita a su vez disruptores endocrinos. Por ello, lo ideal es que sean sistemas de cristal, o de plásticos certificados al 100% libres de disruptores endocrinos.

Muchas empresas que trabajan con plásticos en contacto con el agua, ponen en sus enunciados que están libres de BPA (Bisphenol-A), el más conocido de los disruptores endocrinos emitidos por los plásticos (está prohibido totalmente en utensilios como los biberones). Dicho disruptor endocrino se utiliza básicamente para moldear el plástico, y al eliminarse, el plástico se encarece considerablemente de precio, por lo que la mayoría de las empresas optan por otro igual de peligroso pero menos conocido, llamado BHPF.

Alkanatur, consciente de dichos peligros, fabrica la única jarra a nivel mundial totalmente libre de cualquier tipo de disruptor endocrino emitido por los plásticos. Todo ello certificado por el IBS perteneciente a la Universidad de Granada, y dirigido por el prestigioso Dr. Nicolás Olea.

Queremos resaltar especialmente que cualquiera de estos disruptores endocrinos ingerido de una forma aislada es peligroso, pero cuando combinamos varios de ellos, el efecto cóctel, centuplica los riesgos para la salud, por lo cual, un elemento tan vital como es el agua que bebemos cada día, con una capacidad tan alta de absorción de cualquier tipo de material, tendrá una influencia enorme en nuestra salud.



Bharat Negi
MÉDICO AYURVÉDICO HINDÚ
Consulta Ayurvédica
Dieta Ayurvédica
Especialista en Panchakarma
(desintoxicación)
CONSULTA EN MADRID
C/ Goya, 83 - 1ª izqda
963 34 84 10- 600 720 357
www.ayurvedabybharatnegi.com
info@ayurvedalifestyle.com
Ayurveda Lifestyle By Bharat Negi

¿TIENES CURIOSIDAD?
EXPANSIÓN DE LA CONCIENCIA
Abre tu Mente por medio de la Lectura y Escritura a través de un Programa Acelerado de Evolución
Único y Exclusivo, como Ser Humano en Constante Búsqueda, empleando la Lógica hacia un cambio POSITIVO.
TODO EL POTENCIAL ESTÁ EN TÍ
Alejandra: 626 15 26 88

ENSEÑANZAS DE LOS MAESTROS ASCENDIDOS
Conferencias ¡Gratuitas!
Martes 18:30 - 20:00
Centro Cultural Saint Germain Madrid
C/ Cadarso, 19 bis (pasaje)
Metro Pza. de España / Príncipe Pio
Móvil: 622 83 52 77 / www.cesgspain.org
cesgmadrid@hotmail.com



Jarra para Depurar, Alcalinizar e Ionizar agua

Los componentes de nuestras jarras y filtros han sido analizados por entidades de prestigio, tales como el **Instituto de Cerámica de Galicia** ubicado en el Campus Sur de la **Universidad de Santiago de Compostela**. La capacidad antioxidante y reducción de triglicéridos ha sido demostrada por estudios preclínicos realizados en la **Universidad de Vigo**.
El **Instituto de Investigación Biosanitaria** dirigido por el Dr. Nicolás Olea, perteneciente a la **Universidad de Granada** certifica que la jarra Alkanatur está totalmente libre de disruptores endocrinos que emiten los plásticos.

- pH garantizado entre 8,5 y 9,5. Aporta magnesio 18 mg/L
- Gran capacidad Antioxidante (ORP) hasta -700mV
- Elimina hasta el 99% de cloro, fluor, pesticidas, nitratos, trihalometanos, bacterias. Duración filtro 400 L

www.alkanatur.com - Telf.: 981 071 002 **Estamos en Expo Eco Salud - Madrid Stand A35**

PRECIO PACK 77.70€

30 días garantía de satisfacción o te devolvemos tu dinero

Coste por litro 0,045 Euros

100% Made in Spain

100% NATURAL



"La forma es el cuerpo del espíritu, el espíritu es el utilizador del cuerpo – sin espíritu la forma no puede vivir, sin la forma el espíritu está sin vida". *Lèi Jing* – texto clásico taoísta

CHI KUNG

EL ESPÍRITU Y EL CUERPO

El espíritu es lo que llena de vida nuestros cuerpos y da sentido a nuestra existencia

Quando nos miramos en el espejo, todos podemos reconocer que ese que está ahí soy yo, ¿pero quién es este yo, de dónde viene?, ¿soy yo la cara que tengo esta mañana?, ¿soy yo esos ojos, esa nariz, o esa boca?

¿Quién o qué es eso a lo que yo llamo YO?

Esta es la gran pregunta a la que el ser humano ha intentado responder desde que inició su aventura por el camino de la consciencia. A la que todas las religiones y filosofías de la historia han intentado aportar luz, para explicar nuestra presencia en este mundo.

El Chi Kung, como ya he explicado en numerosas ocasiones, no se trata de ejercitar el cuerpo con el único fin de mejorar nuestra salud, pues el cuerpo sin el espíritu no puede vivir, y el espíritu sin el cuerpo no tiene vida.

El Chi Kung forma parte de las enseñanzas taoístas, esta filosofía, (que al igual que el budismo no es una religión, pues no se adora a ningún dios) es



JANÚ RUÍZ
INSTRUCTOR DE QI GONG
chikungtaojanu.com

anterior al siglo VI a.C. y es la base de la cultura china y de todo su sistema de salud, la Medicina Tradicional China, sin la cual no se puede entender. Así el taoísmo se esfuerza por comprender el orden del universo, y el lugar que ocupa el ser humano en relación con la naturaleza, para saber cómo orientar nuestras vidas.

¿Qué es el espíritu?

Para comprender el sentido que el taoísmo le otorga al espíritu en su relación con el cuerpo, nos tenemos que remitir a escritos que aparecen en los textos clásicos, donde se entiende al espíritu como conciencia organizadora, poder espiritual, alma, el espíritu es invisible, sin forma, inaudible, es puro YANG. Solo podemos percibir el resultado de sus movimientos, así como la acción del viento sobre las nubes.

“El espíritu se acumula, luego hay vida, el espíritu se va, luego es la muerte. Es incluso el precursor de todas las criaturas, antes que los mecanismos de transformación del Cielo y de la Tierra, del Yin y del Yang”.

(Liú Yi Míng – maestro taoísta de la dinastía Qing)

¿Cuál es el origen del espíritu?

Las primeras manifestaciones del espíritu, se remontan a la aparición del SER (Espíritu Original), que proviene según el taoísmo del Vacío Supremo (T'ài Xu), incluso del mismo TAO.

Curiosamente, más de 2.600 años después de que surgiera esta comprensión sobre nuestro origen, las modernas teorías científicas, sugieren que el universo se ha formado a partir del vacío...

El vacío, en el sentido taoísta significa aquello que todavía no tiene forma, lo que aún no se ha manifestado, pero que encierra en sí todas las posibilidades de manifestación de la existencia.

¿Cómo aparece el espíritu en el hombre?

Según el pensamiento Taoísta, el espíritu espera el encuentro entre los dos futuros padres, cuando éstos unen sus respectivas esencias (el espermatozoide y el óvulo), es cuando el espíritu se fija sobre la trama de la vida. Este suceso, en el que la consciencia toma forma en la estructura, le aporta al embrión un potencial de vitalidad, de dinamismo, de formas, de estructuras, de ritmos, etc.



CHI KUNG

Formación de profesores
Extensa colección DVDs
Clases diarias

Curso 20 MAYO

CHI KUNG PARA EL ESTÓMAGO

Janú Ruíz
janu@chikungtaojanu.com
914 131 421 - 656 676 231
www.chikungtaojanu.com

PNEUMA TRANSPERSONAL TRAINING

CURSO 2017 - 2019 ESPAÑA

GNOSIS Y CRISTIANISMO
EL CAMINO HACIA LA DIVINIDAD INTERIOR
19 - 20 MAYO
con MAITE PARDO SOL

INAUGURACIÓN NUEVO CENTRO
5 MAYO

RESPIRACIÓN PNEUMA 10:30-14:30
LA EXPERIENCIA DE LA DIVINIDAD 18:00-20:30

Danza Oriental con Shanti Ruiz
Danzas de Paz con Maite Pardo
Concierto de Mantras con Jesús Gicúndez
Agape

ACTIVIDADES
Martes 8 Inicio clases Qi Gong con Javier Herrero
Miércoles 9 Inicio clases Danza Oriental con Shanti Ruiz
Viernes 18 Taller Mantras, Voz con Jesús Gicúndez
Solar Magnetism - Autosanación con Maite Pardo

CONSULTAS
Psicoterapia Transpersonal - Solar Magnetism
Acupuntura - Psicoterapia de Grupo

C/ Virgen del Coro, 5 - Local
El Carmen | Tlfonos 693 778 253 - 91 441 23 80
www.pneumainstitute.es | hispania@pneumainstitute.org



Āyurveda
Medicina Tradicional India

Programa de Estudios presencial en Madrid
6 octubre 2018 – 30 junio 2019

Programa de Estudios intensivo en India
2 agosto 2018 – 30 agosto 2018

Reserva ya!
Plazas muy limitadas

Información
www.centroayurveda.es
secretaria@centroayurveda.es
Tlf. 600 236 954

Consulta en Madrid
Dra. Prachiti Kinikar
Profesora y consultora internacional con consulta regular en Madrid



SABÍAS QUE...

La acumulación de la energía más Yang del Cielo se convierte en espíritu, y la acumulación de la energía más Yin de la Tierra, es lo que produce el cuerpo, la forma. El taoísmo se esfuerza por comprender el orden del universo, y el lugar que ocupa el ser humano en relación con la naturaleza, para saber cómo orientar nuestras vidas

→ Así el espíritu es el principio organizador que permite la fusión entre las Energías Heredadas; caracteres (información) que nos aportan nuestros padres y ancestros, como la especie, la raza y otras peculiaridades genéticas y las Energías Adquiridas; el aire que respiramos, el agua y los alimentos que tomamos, los sabores, los olores, el Qi, estímulos sensoriales, emociones, etc.

La consciencia organiza la fusión entre el cielo anterior y el cielo posterior

Es decir, la fusión de lo que hay antes de la concepción y después de la concepción del individuo.

El espíritu es el precursor mismo de la vida, sin él no habría proyecto de vida.

De la calidad de la esencia que tengan los padres, y a través de ellos de los linajes respectivos y de la especie, depende la calidad del espíritu al instalarse en el cuerpo y por lo tanto de su manifestación correcta.

Esto es lo que hace afirmar a la tradición, que el espíritu es producido por la energía esencial.

Con el fin de expresarse, el espíritu necesita un anclaje permanente para poder mantenerse encarnado en una estructura viva, pues en caso contrario su naturaleza celeste, puro YANG, le empujaría a volver al Cielo del que procede.

Así, la esencia del cuerpo físico, debe ser constantemente preservada, enriquecida, mantenida y protegida para enraizar y alimentar el espíritu.

El espíritu según el tao es la raíz de la vida

El espíritu reside en el corazón, en el cerebro o en ambos, el espíritu anima el conjunto formado por la vida física y psíquica del individuo.

En el plano de la existencia terrestre, es la aparición del espíritu lo que determina la vida, y su desaparición lo que determina la muerte.

La acumulación de la energía más Yang del Cielo se convierte en espíritu, y la acumulación de la energía más Yin de la Tierra, es lo que produce el cuerpo, la forma.

"El cuerpo es la residencia de la vida, el espíritu es el gobernador de la vida" Huái Nán Zi – El Maestro de Huai Nan

El espíritu es el maestro de los sentidos

Los cinco sentidos se considera que son una de las herramientas privilegiadas del espíritu. Los ojos, las fosas nasales, las orejas y la boca, se les considera como los orificios claros del corazón, y a través de ellos el espíritu se informa del mundo exterior y se comunica con él.

Los sentidos son zonas de contacto y de intercambio, que permiten al espíritu estar lúcido ante el mundo exterior.

El espíritu es el máximo organizador de las habilidades sensoriales, de la información, del lenguaje, del intercambio y de la comunicación. "El buen funcionamiento de los sentidos determina la agudeza de la consciencia".



RAMIRO CALLE
ESCRITOR. DIRECTOR DEL CENTRO SHADAK
ramirocalle.com



EL TALANTE DE BUDA

Con alguna frecuencia los discípulos de Buda eran verbalmente insultados y humillados por las gentes desaprensivas o aviesas, que querían herirles por no estar de acuerdo con sus enseñanzas o porque envidiaban su apacibilidad.

El mismo Buda era a veces muy mal recibido en algunas ciudades o pueblos, y tenía que soportar injurias, insultos y desprecios. Nunca perdía el sosiego y contestaba con la media sonrisa.

Cierto día, un grupo de fanáticos religiosos llegó hasta él y todos comenzaron a increparlo, reprochándole que no tenía ningún conocimiento válido

y empezaron a mofarse de sus enseñanzas. ¡Las enseñanzas del hombre más lúcido de su época! Pero los fanáticos no dejaban de amenazarle e insultarle.

Hay muchos peligros en la locuacidad y por irreflexión muchos tienen en su lengua un estilete con el que hieren a los otros

Buda no se alteró en lo más mínimo, pero algunos de sus discípulos, ante tamaña injusticia, se dispusieron a replicar. Buda les pidió que se calmaran y les dijo:

- ¡Dejad en paz a esos alborotadores! No os perturbéis y no os preocupéis en absoluto por mí. Sabed, mis

queridos discípulos, que el mundo discute conmigo, pero yo no discuto con el mundo; sabed también, queridos míos, que los demás me insultan, pero que yo no recojo el insulto, así que se quedan con él.

REFLEXIÓN

Las polémicas muchas veces son estériles e irrelevantes y no producen otra cosa que darle insensatamente vueltas a las cosas, obnubilar y desgastar la mente. Las controversias a menudo se pueden convertir en una fuente de fricción y malestar.

El que mucho discute, mucho yerba, y muchas boberías salen de su boca, hiriendo ciega y mecánicamente a los otros.

Hay muchos peligros en la locuacidad y por irreflexión o malevolencia muchos tienen en su lengua un estilete con el que hieren a los otros. El ego se pone a la defensiva en los alborotadores y discutiadores, y no quieren descubrir la verdad, sino solo manifestar su "verdad" e imponerla. Lo mejor es no comerse su cebo para no tragarnos el anzuelo envenenado.

¡Nada peor que aquellos que quieren convencernos como fuere de sus convicciones! Dios sea misericordioso y evite ponerlos en nuestro camino.

SÍGUE EL BLOG DE RAMIRO CALLE EN ESPACIOHUMANO.COM/EL-BLOG-DE-RAMIRO-CALLE

"El Tao en acción"

Clases
Tao Yin
Chi Kung / Tai Chi
Camisa de Hierro
Kung Fu
Meditación
Danza
En grupo y particulares

Cursos
Profesores de Tao Yin y Chi Kung
Profesores de Meditación
Reiki Tao, Karuna y Unitario
Soberanía Personal
Amor Sanador
Muerte y Trascendencia
Vacaciones Saludables

Consultas y terapias
Acupuntura
Fisioterapia
Método Tao
Soberanía Personal
Terapia Gestalt
Reiki

Daniel García y Ángel García
Profesores autorizados por los maestros Mantak Chia y Juan Li
Autores del libro: "Tao para Vivir" (Ediciones Oberón)
Curso de INICIACIÓN AL TAO: 19 y 20 de Mayo

c/ Duque de Fernán Núñez, 2, 3º 3 | MADRID | Tel: 91 429 16 40 | info@taoyinmadrid.com | www.taoyinmadrid.com

SHADAK
Centro de Yoga

Dirigido por:
Ramiro Calle
www.ramirocalle.com

91 435 23 28
Amplios horarios



EL YOGA DEL SONIDO, LOS MANTRAS

Continuamos compartiendo, tras la introducción en la revista de abril en la que hablamos de los sonidos y presentamos los mantras, una reflexión de Swami Sivananda sobre la importancia del sonido en la práctica del yoga y la meditación



CENTRO INTERNACIONAL DE YOGA
SIVANANDA VEDANTA DE MADRID

sivananda.es

La música es la armonía del cielo y la tierra, dijo el famoso músico chino Yuel-Ji. Y la mejor manera de alcanzar dicha armonía es a través del sonido que nace de nuestro interior.

De lo verbal a lo telepático

El mantra es la senda especial para llegar al estado trascendental. Los mantras son invocaciones sánscritas al Ser Supremo que pasan desde el nivel verbal, a través de los estados mental y telepático. Sin embargo, no pueden confeccionarse a medida de los individuos.

Son sonidos que han existido siempre del mismo modo que, por ejemplo, la gravedad fue descubierta, pero no inventada por Newton nos, dice Swami Vishnudevananda (1927-1993) en su obra “Meditación y mantras”.

Mantras: revelados y exactos

Los mantras fueron revelados, en el sentido que fueron descubiertos por inspiración y están codificados en las escrituras. Se transmiten a través de maestros espirituales. No obstante, si un alumno no puede encontrar a un consejero, puede seleccionar uno de los sonidos y repetirlo con confianza y devoción, con el fin de lograr un efecto purificador que le lleve a la conciencia divina.

El mantra yoga es la ciencia exacta que otorga protección y libera del ciclo de nacimientos y muertes, según señala Swami Sivananda (1887-1963) en su obra “Senda divina”. El mantra, despierta la conciencia cuando se repite constantemente, genera fuerza creativa y proporciona dicha eterna.

Tipos de mantras

Si bien hay diferentes mantras todos están invocando al mismo Ser Supremo. Las diferencias están entre quienes invocan y son debidas a la multiplicidad de formas de acercarse a la divinidad de acuerdo al temperamento de cada persona. Hay personas que se identifican con el silencio, otras con la actividad, algunas con la naturaleza o con el servicio, y también están quienes prefieren las abstracciones intelectuales.

Los mantras se dividen en tres tipos:

- Mantras de deidad o “saguna”
- Mantras abstractos o “nirguna”
- “Bija” mantras.

Algunos mantras invocan aspectos de la divinidad y son denominados mantras de la deidad o mantras “saguna” (con forma). Ayudan en el proceso de conceptualización pues están asociados a una forma y a cualidades determinadas.

También hay mantras que no invocan a ninguna deidad o aspecto personalizado de Dios. Son los mantras nirguna (sin forma) o abstractos. Se utilizan para afirmar la identificación con toda la creación. Es el tipo de mantra adecuado para quienes perciben el universo como energía manifestada procedente de una fuente o causa original.

Por su parte, “bija” o semilla es un aspecto del mantra supremo. Se componen generalmente de una sola sílaba y son muy poderosos. Este tipo de sonidos no es conveniente para su uso por principiantes.

Requisitos de los mantras

Para que un mantra sea auténtico debe reunir, según Swami Vishnudevananda, los siguientes requisitos:

- Ser revelado originalmente a un sabio que alcanzó la autorrealización por medio de él y la transmitió a otros
- Tener una deidad que lo presida
- Tener una medida específica
- Poseer una semilla (bija), que le confiere un poder especial que es su esencia
- Tener un poder divino dinámico o “shakti” que hace saltar la conciencia pura y permite al devoto disfrutar de la visión de su deidad

El esmero en la recitación es la mejor técnica. El mantra ha de pronunciarse claramente y sin errores. Su repetición no ha de ser ni muy rápida ni muy lenta y ha de hacerse con el pensamiento puesto en su significado. Sin embargo, si la mente se distrae se puede aumentar la velocidad.



India

Viajes al sur de la India
Para deleitar los sentidos, alimentar el alma e iniciarse en mindfulness, meditación o yoga

Julio del 10 al 24/26
Agosto del 7 al 21/23
Septiembre del 4 al 18/20

YOGUINDIA
INDIA ESPIRITUAL www.yoguindia.com

609 186 866 info@yoguindia.com Síguenos  



Reiki

DISEÑO INTERIOR PARA LA MENTE,
CUERPO Y ALMA COMBINANDO
DIFERENTES MÉTODOS ENERGÉTICOS
DE SANACIÓN A DISTANCIA.



Julia, arquitecta & terapeuta

 (+34) 645-909-423
 info@dalalba.com
 www.dalalba.com



CENTRO DE ACUPUNTURA CHINA

Dra. Jing-Xin Liu
Dolor en general, Problemas circulatorios, Ansiedad,
Stress, Insomnio, Cefaleas, Lumbalgias, Alergias,
Reuma, Artrosis. Obesidad, Tabaquismo...

**ACUPUNTURA, DIGITOPUNTURA
Y REFLEXOTERAPIA**

TEL: 91 544 98 21 Guzmán el Bueno, 93 1º Ext. dcha. Madrid
www.acupunturalunaysol.com



Yoga Sivananda
Fundador: Swami Vishnudevananda

**CLASES, CURSOS
Y FORMACIÓN
DE PROFESORES**

 **tlf 91 361 51 50**

www.sivananda.org/madrid
www.sivananda.eu

· RETIROS · HOLÍSTICOS · VACACIONES · YOGA · MEDITACION · NUTRICION · DETOX · TERAPIAS · CONSCIENCIA · SALUD ·



**DEPURA
IBIZA**
Living in
Harmony

www.depuraibiza.com



¡DESCONECTA DE LAS NOTICIAS!

Seguro que por muy poco que veas la televisión habrás observado como cada vez los noticiarios dedican más tiempo a las malas noticias, tanto, que seguro que te habrás preguntado: ¿pero es que hoy no ha pasado nada bueno en el mundo? ¿Te lo has preguntado alguna vez?



Últimamente, he venido haciendo el seguimiento de este comportamiento, comprobando, confieso que con horror, que si bien antes los informativos comenzaban y se detenían en un par de noticias (las mismas en todos los medios), ahora muchos días en algunas cadenas, inician directamente con algo que nos produce indignación, o bien dan una noticia, la imprescindible, e inmediatamente introducen algún caso de corrupción, robo, asesinato, catástrofe... Ya no esperan a la segunda parte del noticiario, que dedican íntegramente a las malas noticias; no. Ahora las meten lo antes posible. ¿Por qué está pasando esto?

Las cadenas de televisión, en nuestro país tanto públicas como las privadas, son empresas a las que lo único que les interesa es la audiencia, porque ello significa ingresos a través de la publicidad, es un hecho bien conocido.

¿Por qué el contenido de los llamados “informativos” lo componen cada vez más noticias negativas? Evidentemente, porque aumenta la audiencia.

Merece la pena detenernos para darnos cuenta de lo enferma y peligrosa que se ha convertido nuestra sociedad a la que le interesa más comprar lo negativo que lo positivo. Pero, más atroz es darse cuenta que lo que realmente vende no son las noticias, que han pasado a un segundo lugar. Lo que vende de verdad es lo que producen. Es decir, lo que en esta sociedad hoy vende son las emociones negativas.

¿Quieres tener éxito?: indigna.

Es la triste realidad, la forma degenerativa a la que hemos llegado. No es que no haya motivos más que justificados para la indignación, pero incluso eso, se ha convertido en materia de negocio y poder.

¿La causa? la identificación que la inmensa mayoría de esta sociedad tiene con que “todo está mal”; convencidos de ello, viven en un estado de malestar permanente. Debo aclarar que no estoy diciendo que debamos mirar hacia otra parte. Es lícito que nos indignemos, porque hay muchas personas pasándolo mal, pero no debemos admitir que nos hagan vivir

JUAN MORENO
UNO MÁS EN

vacacionesdesconecta.com



permanentemente en el sufrimiento y en el miedo.

Si el sufrimiento y el miedo vende, es porque esta sociedad está identificada con ello. Para seguir vendiendo, nos siguen alimentando de lo mismo, sin importarles los riesgos que ello conlleva, convirtiéndolo en algo tan esencial para las personas, como el agua para el pez. Es el medio en el que quieren que vivamos, y nos alimentan con más sufrimiento.

¡Desconecta de eso! Sufrir más, alimentarnos de más sufrimiento, de más indignación no soluciona las cosas. Nos han convertido en adictos, esclavos, del sufrimiento.

Digamos sí a la acción, sí a la toma de conciencia de lo que hay que cambiar, pero desconecta de identificarte sólo con las emociones negativas a las que nos tienen enganchados. Nos han convertido en adictos a ellas; no pasamos un día sin criticar, juzgar, sin quejarnos...

Ver un reportaje de un campo de concentración nazi, está bien para tomar conciencia de que no debe ocurrir nunca más. Pero si me alimento de ese terror de los campos de concentración, debo parar, porque en ese caso, algo en mí no funciona bien. Pues eso es lo que nos está ocurriendo.

No permitamos que nos retroalimenten con el dolor y la indignación, que nos hagan identificarnos sólo con esas situaciones. No toleremos que nos hagan vernos reflejados solo en ellas, porque nosotros no somos solo sufrimiento y dolor, somos luz, y nuestro hábitat es el bien. Haciéndolo e identificándonos con él, es en donde de verdad disfrutamos y nos sentimos felices.

Lo que somos, se refleja en lo que nos importa. ¡Desconecta!



SABÍAS QUE...

Es lícito que nos indignemos, porque hay muchas personas pasándolo mal, pero no debemos admitir que nos hagan vivir permanentemente en el sufrimiento y en el miedo

ESPACIO HUMANO

CAMPAÑA Verano

Las vacaciones se planifican con tiempo
¡Anúnciate!
Nuestros lectores te están esperando

Descuentos especiales

JUNIO Especial Vacaciones
JULIO-AGOSTO Esp. Vacaciones

Tl. 91 311 79 21
contacto@espaciohumano.com
espaciohumano.com

!Desconecta frente al mar!
Caños de Meca y Conil, Cádiz
Junio, Julio, Agosto y Sept.

Programas de UNA SEMANA

Desde* **395**

* Precio con reserva anticipada, sujeto a disponibilidad
¡Reserva AHORA, y consigue el MEJOR PRECIO!

WEB: vacacionesdesconecta.com
email: info@vacacionesdesconecta.com
Teléfono/WhatsApp: 619 718 932

España es uno de los países con mayor porcentaje de fracaso escolar. El 18,98% de los jóvenes de entre 18 y 24 años abandonan los estudios después de terminar la ESO. ¿Qué les pasa a nuestros jóvenes?

FRACASO ESCOLAR

CAUSAS Y SOLUCIONES (I)



Vamos a reflexionar sobre algunas causas del fracaso escolar y en el siguiente número expondremos posibles soluciones para ayudar a nuestros hijos a vivir con mayor plenitud su etapa colegial.

Algunos motivos que pueden provocar el abandono de los estudios:

- Dificultades de aprendizaje: hay problemas no diagnosticados que interfieren en la capacidad intelectual y académica. Pueden aparecer en la escritura, la comprensión, la aritmética u otros ámbitos escolares. Un diagnóstico precoz y ayuda psicopedagógica a tiempo, facilitará el proceso formativo.
- Problemas emocionales: ante un bloqueo emocional el rendimiento baja considerablemente. Un cambio de casa, divorcio, o pérdidas afectivas, son factores estresantes que desplazan la atención. La mente ocupada en digerir experiencias dolorosas tiene poca disponibilidad para el aprendizaje. Observar la conducta de los niños y derivarles a especialistas les ayudará a liberar conflictos internos y recuperar su motivación.
- El sistema familiar: la valoración familiar del entorno escolar afecta a cómo los niños se relacionan con él puede ayudar o dificultar la motiva-



SANDRA GARCÍA SÁNCHEZ-BEATO
PSICÓLOGA. PSICOTERAPEUTA HUMANISTA
DIRECTORA DE ADHARA PSICOLOGÍA
adharapsicologia.es

ción por el estudio. Recuerdo a un adolescente que empezó a suspender para llamar la atención de sus padres. Sentía que la única validación que recibía de ellos era por sus notas. Se rebeló con lo que más les dolía: suspendiendo. Revisar el mensaje que les damos evitará que los estudios se conviertan en un pulso de poder. Fomentar aspectos personales dentro del entorno educativo, como la creatividad, el esfuerzo, la tolerancia a la frustración, el compañerismo o la perseverancia, ayudará a nuestros jóvenes a integrar un valor añadido a los estudios.

- **Entorno socioeconómico:** hay estudios que revelan la correlación entre el nivel socioeconómico familiar y el rendimiento académico. Padres que no han cursado estudios básicos pueden obstaculizar consciente o inconscientemente el desarrollo curricular de sus hijos con un doble mensaje: “estudia pero necesitamos que traigas dinero a casa” o “tienes que aprobar pero la universidad no sirve para nada...”. En el otro extremo podemos encontrarnos familias con un alto nivel intelectual que ejercen demasiada presión, generando baja autoestima o inseguridad en sus capacidades por “no cumplir las expectativas”. Y como consecuencia se bloquea el rendimiento escolar.

- **Falta de motivación:** los niños necesitan aprender a aprender y disfrutar del proceso creativo del aprendizaje. Descubrir la faceta positiva de estudiar. Los adultos debemos ayudarlos a integrar un concepto de colegio más abierto. Un lugar donde socializarse y relacionarse con sus iguales. Descubrir historias y conocer en profundidad el mundo.

- **El sistema educativo:** llevamos años, intentando encontrar un modelo que nos libere del fracaso escolar. Los niños son visuales, rápidos e inquietos. Hay demasiada información disponible y necesitan modelos educativos actualizados. El área emocional promueve el autodescubrimiento y el desarrollo personal y está prácticamente olvidada por el sistema educativo. Un niño que aprende a gestionar sus emociones, manejará más fácilmente su mundo interno y estará más disponible para integrar y comprender intelectualmente los conocimientos académicos y los valores humanos.

Adultos y jóvenes tenemos la responsabilidad de crear, juntos, un mundo mejor y el colegio es uno de los puntos de partida. Aprendamos a gestionarlo.



SABÍAS QUE...

Un niño que aprende a gestionar sus emociones, manejará más fácilmente su mundo interno y estará más disponible para integrar y comprender intelectualmente los conocimientos académicos y los valores humanos

Odontología Natural y Rehabilitación de la ATM

Dra. Cecilia León

Clínica Pozuelo de Alarcón
c/ Rumanía 3
Tel 911999717

Clínica Madrid
c/ Capitán Haya 47
Tel 911285615

@odontología sin dolor y sin estrés

- Ortodoncia Invisible • Implantes de Zirconio
- Prótesis y obturaciones libres de metales y bisfenol A
- Relajación con digitopuntura, Musicoterapia y Aromaterapia
- Retirada segura de obturaciones de amalgama
- Tratamiento del Bruxismo y patologías de la ATM

www.odontologianatural-draleon.com
EMAIL clinicadentaldraleon@hotmail.com

adhara
psicología

- Psicoterapia para adultos, niños, adolescentes y parejas.
- Formación
- Talleres
- Psicomeditación: Mindfulness y crecimiento personal

TL 639 135 102
www.adharapsicologia.es
www.facebook.com/AdharaPsicologia



Mayla Jiménez

Autora del libro: "EXPANSIÓN DE CONCIENCIA"

"LA CONCIENCIA EXPANDIDA POSIBILITA UN VIAJE DONDE ADENTRARSE EN EL TERRITORIO SAGRADO DEL ALMA"



TEXTO
ESPACIO HUMANO

¿Qué es la expansión de conciencia?

La conciencia es el condensado de conocimiento, experiencia integrada y amor reconocido en uno mismo; todo ello promedia el nivel evolutivo y lo traduce en sabiduría del alma. La expansión se produce al romper los patrones mentales limitados y abrirnos a una mirada más amplia. Para ello es necesario un honesto viaje al interior a través del darse cuenta, ir haciendo consciente lo inconsciente, encontrando de ese modo las propias respuestas.

¿Qué te llevó a publicar este libro?

Sentí un intenso impulso e inspiración guiada para ofrecer un mapa de ruta a aquellos que desean crecer, invertir en autoconocimiento, desarticular viejos parámetros condicionantes, llegar a la raíz del dolor, encontrar el propósito de sus experiencias, y hallar el tesoro que permanece oculto en eso que solemos calificar como "dramas o desdichas".

¿Cómo podemos expandirla, mediante qué vías, y qué beneficio nos trae?

La vida es un espejo; en realidad todo lo que nos rodea es una proyección de uno mismo. La propuesta es revertir la mirada, empezando a ser conscientes de que todo está en el interior. Y que lo que se nos muestra “fuera” es un modo inteligente del universo de permitir que observemos nuestro reflejo.

El libro señala unas áreas indispensables de indagación personal, plantea preguntas profundas y enfoca por separado esas distorsiones a las que prestar atención: la sombra, las máscaras, la prostitución emocional, los mandatos parentales, las creencias limitantes, los traumas raíz, los arquetipos del ego...

Según la visión holística (mente, cuerpo y alma), recorre desde la integración todos los aspectos relativos a cada expresión del SER para ver dónde está la afectación, habitualmente inconsciente. Localizando dónde está la interferencia que provoca el ruido en el canal de conexión con nuestro SER y propone herramientas prácticas para abordarlas.

Un canal despejado de interferencias nos conduce a la dicha del recuerdo esencial. No se me ocurre mejor beneficio que vivir en paz y en armonía.

¿Cómo definirías el SER, un concepto tan abstracto, para hacerlo comprensible a todos?

Cuando hablo del SER hago alusión a la integración del yo persona - la identidad personal, ego o personalidad del personaje encarnado en estas coordenadas del espacio tiempo, con la esencialidad eterna. El yo infinito, atemporal. La chispa divina. El potencial creador del dios que habita en mí. El amor que SOY más allá de toda apariencia en el juego del vivir en lo humano-. En la integración dual del mini Yo y el Gran Yo Esencial, al abrazarnos en todas las expresiones de vida, es cuando SOMOS.

¿Cómo aconsejas lidiar con el sufrimiento que muchas veces encontramos en la vida?

Ante todo, atendiendo a la diferencia entre sufrimiento y dolor lúcido. Mientras el primero nos encapsula en la recreación del sufrir estéril, el dolor nos señala algo interno que atender.

Es como un sensor que nos desvela una interferencia en el canal de conexión. Por tanto, es un cómplice a favor de la evolución si expandimos la conciencia para mirarlo desde todos los ángulos hasta desmontarlo una ➔

Sendá

TERAPIAS DEL ALMA



Presencial o Skype

EXPLORACIÓN DEL INCONSCIENTE
HIPNOSIS REGRESIVA
EXPANSIÓN DE CONCIENCIA
TERAPIA TRANSPERSONAL
DESPROGRAMACIÓN CREENCIAS
LIBERACION EMOCIONAL
MUERTE, TRANSITO Y DUELO
TERAPIA DE PAREJA
PSICOLOGIA PRÁCTICA
EVOLUCIÓN CONSCIENTE
CONSTELACIONES INDIVIDUALES
VIAJES AL INTERIOR

SESIONES INDUCIDAS DE CONCIENCIA EXPANDIDA



LIBROS A LA VENTA
amazon



RECONEXIÓN CON EL SER
WWW.SENDADELUZ.COM
Tífo: 678 43 59 42
Mayla

CURSOS Y SEMINARIOS

ABIERTO PLAZO DE MATRÍCULA
INICIO OCTUBRE

- **GRAFODIAGNÓSTICO Y GRAFOTERAPIA**
- **MAGNETISMO BIOENERGÉTICO EMOCIONAL**



El centro de Grafoterapia abrió sus puertas en 1980

CENTRO DE GRAFOTERAPIA Y MEDICINAS ENERGÉTICAS

Jesús D. Morales y Alicia Ratia

- **GRAFODIAGNÓSTICO Y GRAFOTERAPIA**
- **MAGNETISMO BIOENERGÉTICO EMOCIONAL**
- **PAR BIOMAGNÉTICO** (Titulación del Dr. Goiz)
- **REFLEXOKINESIA • POLARIDAD • REIKI**

91 532 18 35 - 607 604 378
www.centrodegrafoterapia.com cgrafo@gmail.com

C/ Fuencarral, 42 - 1º A 28004 Madrid -  Tribunal, Gran Vía y Chueca



- ➔ vez escuchado el mensaje que viene a entregarnos. El dolor se drena y tiene un sentido. El sufrimiento es el síntoma inequívoco de la desconexión con el SER.

¿Qué aporta lo Transpersonal en tu trabajo?

Es el fundamento de mi labor, el propósito interno. La terapia Transpersonal fomenta esa mirada ampliada, integradora, amorosa a todo nuestro SER. Trasciende lo personal, aquello relativo a la mente, las emociones, lo egoico, no rechazando ni excluyéndolo sino incluyéndolo como un TODO. Alcanza esos vacíos existenciales que no proceden de lo humano, sino de la necesidad imperiosa de conectar con el alma y sentirnos en casa.

¿Estamos olvidando la espiritualidad en nuestra sociedad?

La sociedad refleja una gran hambruna de conexión. Aunque vivimos en un momento de una espiritualidad mal enfocada en la que hay mucho circo mediático. La verdadera expansión de la conciencia es hacia dentro. No busca sanadores, líderes ni maestros iluminados, sino el propio empoderamiento al recordar la naturaleza divina encontrando las claves en el corazón y en el susurro del alma guiando hacia la memoria de procedencia.

La conciencia trasciende cualquier religión. Todas ellas tienen un punto en común: la esencialidad.

El Niño Interior, ¿cómo relacionarlos con él?

Solemos tener un niño que salvar en el interior. Un niño ávido de amor y libertad recluido en las mazmorras del adulto encorsetado. Ir en su busca es uno de los trabajos más bellos que acompaño en consulta. Cuando el niño herido interior sana, encarna el alma con su inocencia y sabiduría y es quien guía los pasos en la vida de la persona. Nos conecta con la pureza y la autenticidad de la armonía original.

¿Tenemos miedo de nuestras emociones?

No estamos educados en la inteligencia emocional ni familiarizados con su manejo. Partimos de un concepto erróneo al calificarlas como “negati-

El dolor es
un cómplice
a favor de la
evolución, si
expandimos
la conciencia
para mirarlo
desde
todos los
ángulos hasta
desmontarlo
una vez
escuchado
el mensaje
que viene a
entregarnos

vas o positivas”, ya que en sí mismas no son ni buenas ni malas, y cada una de ellas tiene su función. Son sensores que nos alertan.

Una dosis de miedo nos hace ser precavidos, la tristeza recoge y da espacios de reflexión y recarga, la rabia marca límites... es en el defecto o el exceso donde nos “enfermamos” al no saber equilibrarlas. Ellas solo hacen su labor, activando los resortes necesarios para que nos demos cuenta de los movimientos internos.

La ansiedad por ejemplo, es uno de los síntomas más corrientes de la desconexión. Es esa sensación de insatisfacción y agitación interna. Una mezcla de diversas emociones bloqueadas que pulsan por ser liberadas. Lo suelo calificar como el grito del alma. Habitualmente enviamos la ansiedad al aturdimiento haciéndola callar en lugar de mirarla de frente y ver de dónde procede esa inquietud emocional masiva que intenta expresarse.

¿Cómo se asimila o acepta esa perfección ante el dolor, la enfermedad, las desgracias?

Precisamente, expandiendo la conciencia. Dándonos cuenta. Abriendo el corazón a lo Transpersonal. Recordando el propósito de cada experiencia y la belleza que habita en la perfección del universo que no da puntada sin hilo. A través del silencio fértil, escuchándose. Despejando el canal de ruido y ampliando la percepción. Todo un proceso de reconexión.



La terapia
Transpersonal
fomenta
esa mirada
ampliada,
integradora,
amorosa a
todo nuestro
ser



Instituto Potencial Humano

Conferencia gratuita

ESTE VERANO, SUMÉRGETE EN LA PNL 22 de mayo con G. Bertolotto

EL CUENTA-EGOS 26 de mayo con Geni Millán

HIPNOSIS ERICKSONIANA del 11 al 15 de julio con Luis Bueno

PRACTITIONER EN PNL del 1 al 13 de agosto con G. Bertolotto

“Todo lo que nos sucede entendido adecuadamente, nos conduce de regreso a nosotros mismos”.

Carl Jung



Entidad afiliada a
www.cartadelatierra.org

☎ 91 533 5290 - 650 386 259

Colabora:

Ecocentro



www.institutopotencialhumano.com

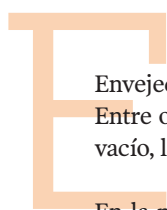


iph@institutopotencialhumano.com



¿ES UNA CRISIS VITAL O ES LA VIDA?

EL ENVEJECIMIENTO ASOCIADO A LA ENFERMEDAD



Envejecer suele ser una fuente de preocupación a partir de cierta edad. Entre otras cosas, de ahí surge la crisis de los 40, o de los 50, la del nido vacío, la de la jubilación...

En la práctica clínica constatamos que tarde o temprano todos nos enfrentamos a alguna en mayor o menor grado. Recibimos a mujeres que, a pesar de que decidieron no tener hijos, se sorprenden en la premenopausia cuestionándose su última oportunidad de ser madres, u hombres que celebraron felices todos sus cumpleaños y al llegar la jubilación se enfrentan desalentados al resto de su vida.

Hay también una crisis que se desencadena cuando nos damos cuenta de que nos estamos haciendo viejos: ese momento en el que somos conscientes de que los años que nos quedan por vivir ya son menos que los que hemos vivido.

Estas son crisis asociadas a una enfermedad llamada vida y ojalá quedaran en meras crisis mentales. Pero siendo como somos realidades complejas integradas por múltiples sistemas en constante relación, lo que nos sucede nos afecta de forma global. Terapéuticamente recurrimos a la afirmación de que toda crisis esconde una oportunidad, pero para quien la está viviendo de pleno, es difícil creerlo.



OLGA ALBALADEJO JUÁREZ
SOCIA FUNDADORA EN 3CONTIGO BIENESTAR

3contigo.com

Ese darle vueltas al momento vital en que se encuentran suele repercutir en un mal funcionamiento de funciones como la digestión o el sueño. Su sistema emocional se ve afectado por la tristeza lamentando lo que se hizo, o peor aún, lo que no se hizo, o por la ansiedad de no saber lo que se va a hacer. Mientras el sistema mental sigue en bucle dándole vueltas a todo, el sistema espiritual no le encuentra el sentido a nada. Y es muy probable que en estos momentos nuestro sistema social sufra porque nos mostramos más huraños, o permanentemente tristes, o hablando siempre de lo que nos pasa... o no contándoselo a nadie...

Con todas estas idas y venidas nuestro cuerpo se acidifica, la actividad del sistema inmune se ve debilitada, se inician procesos inflamatorios y se abona, en definitiva el terreno para la enfermedad. ¿Cuántas personas conocemos que enfermaron en una etapa de crisis vital?

La prevalencia de ataques al corazón, arritmias, diagnósticos de cáncer, enfermedades neurológicas y respiratorias aumenta con la edad. Pero, si además surgen en medio de una crisis vital, las medicinas y tratamientos convencionales empleados de forma aislada, serán insuficientes para devolvernos la salud por lo que el desgaste del cuerpo será aún mayor. Envejecemos y, a la vez, la enfermedad nos envejece.

Como el problema de base no fue físico, sino vital, nuestra búsqueda de la salud debería ser también integral. Es el momento de contar con los profesionales que nos ayudarán a adaptarnos satisfactoriamente a esta nueva etapa de nuestras vidas. Es aquí cuando un psicólogo puede ayudarte a recuperar el sentido de tu pasado y a crear tu futuro mientras aprendes a gestionar tus emociones aceptando los cambios en ti. Un nutricionista te explicará cuáles son los alimentos que tu cuerpo necesita en esta etapa. Y mantener tu cuerpo en forma con yoga o pilates te aportará buenas dosis de oxígeno junto a sensaciones de bienestar y realización.

Los últimos hallazgos en la ciencia del envejecimiento nos cuentan que en nuestros genes hay unas tapas llamadas telómeros que se acortan con la edad como las puntas de los cordones de los zapatos. Cuando las tapas se desgastan, los cordones se deshilachan y dejan de servir; nuestras células mueren y nosotros con ellas. Pero también sabemos que los telómeros pueden alargarse y aumentar no sólo nuestra esperanza de vida, sino también su calidad. ¿Cómo? Ya lo imaginas: con una buena gestión emocional y mental, con una alimentación saludable, con ejercicio físico, con el descanso necesario y rodeándonos de mucho amor.



SABÍAS QUE...

En nuestros genes hay unas tapas llamadas telómeros que se acortan con la edad, pueden alargarse y aumentar no sólo nuestra esperanza de vida, sino también su calidad con una buena gestión emocional y mental, alimentación saludable, ejercicio físico...

Sentirte bien depende de ti. Nosotros te enseñamos cómo de una manera natural.

3contigo
Bienestar



Coaching y Psicología
gestión del estrés y emociones

Medicina Complementaria
acupuntura, homeopatía

Tratamientos estéticos
faciales, capilares, corporales

Clases regulares
yoga, pilates, mindfulness

Terapias manuales
quiromasaje, osteopatía

Nutrición
dietas de adelgazamiento

Núñez de Balboa 42, Bajo Dcha

911 367 694

www.3contigo.com



7 CLAVES PARA UNA MOTIVACION 10

Una de las razones por las que nos rendimos es porque miramos el largo camino que nos queda, en vez de mirar todo lo que ya hemos recorrido



M Me pregunto si te identificas con alguna de estas frases: “no puedo”, “esto es imposible”, “no es para mí”, “demasiado complicado”. En algún momento tratamos de lograr un objetivo que terminó en fracaso. Desde entonces nos creemos incapaces o, peor aún, impotentes. Entonces la desmotivación se adueña de nuestra vida. Pero la verdad es que los pensamientos sólo existen en la mente.

Si acumulamos fracasos, nuestro bagaje de creencias limitantes aumenta y en consecuencia, nuestra capacidad de rendimiento y logro se bloquea. Estas limitaciones pueden ir socavando nuestra autoestima y finalmente vernos inmersos en un círculo vicioso muy desgastante que nos conduzca a estados de depresión y/o ansiedad.

Reconocer las fases por las que transitan los procesos de cambio y aprendizaje nos ayudará a ser más conscientes y superar las crisis para lograr aquello que nos proponemos. Observa este gráfico:

Por ejemplo, cuando realizamos un aprendizaje: partimos de la incompetencia inconsciente cuando no conocemos la metodología que más tarde decidimos estudiar y aprender. Pasamos a la fase de la incompetencia consciente al inscribirnos en un curso e iniciar las clases. Durante el aprendizaje surge la crisis. Debido a la necesidad de cambiar patrones



MARÍA MARTÍNEZ ALCÁZAR
COACH, TERAPEUTA & TRAINER PNL
INSTITUTO ESPAÑOL DE PNL
pnlpain.com

mentales y realizar el esfuerzo para incorporar los nuevos aprendizajes. ¡Atención! para no dejarnos llevar por la negatividad. Si abandonamos, nos quedaremos en la incompetencia consciente. Cuando los resultados que obtenemos quedan muy por debajo de nuestras expectativas la motivación cae, pero la podemos elevar: fortaleciendo la voluntad, practicando, y buscando los medios y ayudas personales o profesionales. Si logramos avanzar a la competencia inconsciente es cuando decimos que se “automatiza” la conducta y alcanzamos el éxito. Entonces todo fluye fácilmente.

Aquí te dejo 7 claves para gestionar los momentos de crisis y elevar la motivación a su máxima potencia:

1. Formula tu objetivo asegurándote que sirva a tu propósito de vida y valores. ¿Qué quiero lograr?, ¿para qué lo quiero?, ¿qué me va a proporcionar conseguirlo?
2. Provéete de los mejores recursos. Haz inventario: ¿qué recursos tengo o voy a necesitar? Pueden ser libros, formación, estados internos, capacidades, personas, dinero, cosas, etc. Con los recursos adecuados hasta lo que parecía imposible se vuelve sencillo y fácil.
3. Permítete sentir las emociones de lo que quieres en tu vida. Imagina que ya lo tienes. Evita los juicios de tu mente consciente. ¿Cómo te sentirías si ya tuvieses eso que quieres? La mente subconsciente queda más impactada por las emociones. Crea un collage con recortes de revistas y ponlo en un lugar visible, preferentemente al dormir y al despertar.
4. Se proactivo. Al asumir la responsabilidad de tu conducta tu reacción a los estímulos del entorno es más favorable. Nada ni nadie te impedirá lograr tu éxito. ¿Qué problemas se pueden presentar y cómo los resolveré? Exprime todas las posibilidades.
5. Se consciente. Al focalizar la atención al momento presente evitamos que la mente genere pensamientos automáticos. Algo tan simple como prestar atención a la respiración nos trae rápidamente al aquí y ahora.
6. Delimita el tiempo. Fija un plazo para la consecución de tu objetivo o cambio deseado.
7. Sé paciente contigo mismo.

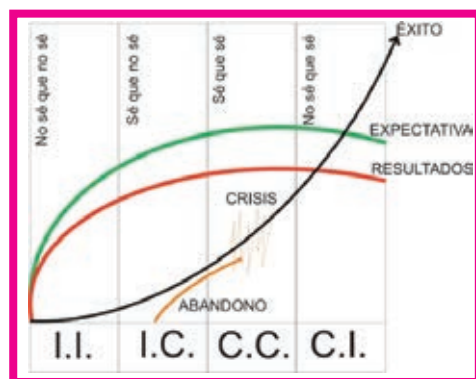
“Nunca cortes un árbol en invierno.

Nunca tomes una decisión negativa en un momento difícil.

Nunca tomes tus decisiones más importantes cuando estás en tu peor estado de ánimo.

Espera. Se paciente. La tormenta pasará. La primavera vendrá”

R. Schuller



SABÍAS QUE...

Para gestionar los momentos de crisis y elevar la motivación a su máxima potencia formula tu objetivo asegurándote que sirva a tu propósito de vida y valores

CURSOS COACHING PNL

Formación para el desarrollo personal y humano

Intensivos

- * Madrid Practitioner & Coach PNL: 1-11 julio
- * Madrid Master Coach PNL: 13-23 julio
- * Madrid Trainer's Training PNL: 25 julio- 2 agosto
- * Barcelona Practitioner & Coach: PNL 27 abril- 6 mayo
- * Barcelona Practitioner & Coach PNL: 21-31 agosto
- * Barcelona Master Coach PNL: 1-10 septiembre

Practitioner & Coach PNL: inicio 10-11 noviembre Barcelona *

Practitioner & Coach PNL: inicio 17-18 noviembre Madrid *

imparte: María M. Alcázar

Más información- Inscripciones: **685 88 35 32** pnlpain@pnlpain.com

IE PNL desde 1987

SE EL ARQUITECTO DE TU EXPERIENCIA COACHING PNL

Mar Marcos

Terapias energéticas que restablecen el equilibrio natural y la salud del organismo

TERAPIA REGRESIVA
TERAPEUTA DE SHIATSU
ACUPUNTORA • NATURÓPATA

Tel.: 650 02 85 82
info@marmarcos.es
www.marmarcos.es



ALIENTO Y ALEGRÍA

Permite ser habitado por cada hálito, saboreando cada inhalación y sintiendo la alegría de vivir pues no hay nada en la vida que esté más cerca de ti que tu aliento. El aliento habita en ti, sin aliento no existes. Si no respiras, mueres, ya que el aliento te abandona y tu espíritu vuelve a su origen

Ser dueño de nuestras respiraciones y saborear la inhalación

Cuando permitimos que el proceso de respirar esté libre de psicomatizaciones, entonces somos dueños de nuestras respiraciones. Ser dueño de los alientos es estar en el centro del ser, sentirse habitado en nuestra esencia y en la Fuente o Gran Prana. Es entrar en un estado de gracia y alegría.

La acción de saborear la respiración nos hace testigos de la vivencia del instante, del aquí y ahora desde el ser, percibir, sentir y testificar la presencia de la realidad o verdad. Para conocernos y aumentar la alegría de vivir, hemos de tener suficiente capacidad para saborear la vida. Gracias a que nuestro cuerpo es sensible, podemos sentir muchos sentimientos expansivos cuando respiramos, como alegría, dulzura, plenitud, etc. ¿Cómo saboreo la vida? ¿Cómo respiro la vida? para ello hemos de ser conscientes de las transacciones que acontecen entre nuestro interior y el exterior.

Si tomamos en consideración la expresión “aliento y alegría” podemos decir que uno es consecuencia del otro, es decir, que el aliento nos da



CARLOS VELASCO
PSICÓLOGO

psicoterapia-respiratoria.es



alegría. Aunque no siempre es así, sea porque la mecánica respiratoria esté bloqueada por psicopatizaciones y nos cuesta respirar, o bien porque no somos conscientes de la respiración. Por otro lado, cuando hacemos un trabajo de liberación de la mecánica ventilatoria podemos tener más capacidad para sentir alegría cuando respiramos.

Una respiración natural significa obedecer y seguir al propio diseño de la mecánica respiratoria y reencontrarnos en su movimiento respiratorio libre, tal como se da en el bebé y en los animales.

La consciencia contempla el flujo y reflujo de la marea de la respiración. Cuánto más atención prestemos al acto de saborear el aire que entra por la nariz y sentirlo calentito cuando sale, soltando el cuerpo, avanzaremos más hacia el centro de la consciencia dándose más integración de las estructuras corporales. Cuanta más consciencia le pongamos a la respiración natural y libre, más sintonía se producirá entre nuestro cuerpo físico y nuestro cuerpo energético.

El estado de ánimo y lo afectivo

¿Qué sentimientos son evocados en la marea respiratoria? Un poliedro de sensaciones todas ellas de naturaleza expansiva como la alegría, dulzura, presencia, satisfacción, felicidad, amor, compasión, ecuanimidad, etc.

El sentimiento de alegría está asociado en la MTC (Medicina Tradicional China) con el órgano corazón. Durante la inspiración el pecho también se expande y durante el saboreo del aire que entra, el corazón también se expande dándose un grado elevado de henchimiento y estado plétórico.

Activación de dos centros energéticos, el dan dien y el ming men. Otro modo de incrementar el estado de expansión en forma de enraizamiento, poder, vitalidad y plenitud es mediante la activación del centro vital del ser humano, hara o dan dien, y el reservorio de energía, la puerta de la vida o ming men (ambos en el segmento lumboabdominal). Su activación se produce cuando el diafragma desciende en libertad, especialmente por su región posterior.

Los beneficios que nos aporta una mecánica respiratoria libre, natural y profunda saboreando cada respiración, especialmente la inhalación son muchos, entre ellos: un cuerpo armonioso, salud física y psicoemocional, plenitud, seguridad básica, realidad, estado plétórico y alegría de vivir.

MARÍA JOSÉ TRILLO
 Psicóloga Colegiada
 Maestra de Registros Akáshicos Certificada por ARCI
 Mediadora Familiar y de Menores

TALLERES DE REGISTROS AKÁSHICOS
 NIVEL 4: Sábado 26 y Domingo 27 MAYO
 NIVEL 2: Sábado 9 y Domingo 10 JUNIO
 NIVEL 1: Sábado 16 y Domingo 17 JUNIO

CONFERENCIAS REGISTROS AKÁSHICOS
 Conferencia (1), LUNES 14 de MAYO (19:15hr)
 Conferencia (2), LUNES 21 de MAYO (19:15hr)
 Conferencia (3), LUNES 28 de MAYO (19:15hr)

LECTURAS REGISTROS AKÁSHICOS
 MARTES: 8, 22, 29 DE MAYO Y 5, 12, 19 DE JUNIO
 JUEVES: 3, 10, 17, 24, 31 DE MAYO Y 7, 14, 21 DE JUNIO
 SÁBADOS: 9 Y 16 JUNIO / DOMINGOS: 10 Y 17 JUNIO

www.mariajose-trillo.com
 info@mariajose-trillo.com Tel. 696 078 626

Psicoterapia Respiratoria

*Diagnóstico, psicodiagnóstico
 y tratamiento de la mecánica
 respiratoria*

Madrid. Todos los lunes 19-21h

Barcelona
 Aranda de Duero

Carlos Velasco Montes. Psicólogo
 Tlf: 627865058
 web: psicoterapia-respiratoria.es

ESPACIO HUMANO

**¿Necesitas repartir
 tus flyers y folletos?**

Nosotros nos encargamos
 para que tú puedas dedicarte
 a tu actividad profesional

400 puntos de distribución
 especializada en Madrid

TL 91 311 79 21 contacto@espaciohumano.com
espaciohumano.com



Coaching y Psicología
 estrés, emociones, duelo

Medicina Complementaria
 acupuntura, homeopatía

Nutrición
 dietas individualizadas

Terapias Manuales
 quiromasaje, osteopatía

Estética Terapéutica
 alteraciones del cabello y la piel

Clases Regulares
 yoga, pilates, mindfulness



salmah

Centro integrativo donde el cáncer se
 aborda de una forma diferente

Núñez de Balboa 42. Bajo Dcha
911 367 694
www.centrooncologicosalmah.com

Entrevista a Daniel Gambartte



**"LA ENFERMEDAD ES LA
SOLUCIÓN DE SUPERVIVENCIA
ENCONTRADA POR EL CEREBRO
PARA SUPLIR UNA NECESIDAD
BÁSICA NO SATISFECHA"**



TEXTO
ESPACIO HUMANO

Formador y director del Instituto Argentino de
Descodificación Biológica. Ha realizado estudios de
psicobiología, Hipnosis eriksoniana, Medicina china, y
PNL y descodificación biológica



P: ¿Cómo nos enfermamos y de qué se trata la Descodificación Biológica?

DG- Todo conflicto emocional tiene su origen en una necesidad básica no satisfecha de alimentación, reproducción, defensa del territorio, valorización, comunicación, identidad y pertenencia.

Estos conflictos biológicos arcaicos responden a cuatro necesidades básicas; sobrevivir, protegerse, desplazarse y comunicarse.

Estas pautas de conductas que los seres vivos han desarrollado en el pasado están sincronizadas como modelo de supervivencia y se activan ante el estrés que vivimos por los conflictos.

Una parte de nuestro ser queda monopolizado en nuestro inconsciente por un acontecimiento emocionalmente incontrolable que no consiguió resolverse en un plazo razonable para las leyes naturales; una separación afectiva, una pérdida inesperada, una gran ofensa inesperada, un despido, una traición, la muerte de un familiar, un diagnóstico médico fatal, un accidente, un estado de desesperación por lo económico, etc.

Cuando el
inconsciente
comprende que
ahora puede
soportar un
estrés en forma
consciente, el
conflicto que
producía la
enfermedad,
queda sin efecto

La incapacidad de encontrar una solución a estos conflictos hace que el cerebro resuelva la situación ejecutando programas biológicos de supervivencia diseñados inteligentemente por la naturaleza desde hace millones de años para tal necesidad. Necesito alimentarme puede ser real o simbólico como también la necesidad de protegerme, de defenderme, la necesidad de contacto, de explorar, etc.



Vacaciones Taoístas de Renovación

DISFRUTA ESTE VERANO POTENCIANDO TU ARMONÍA

Agosto 2018

Secretos del Tao: Sexo y Salud

13-19 agosto

Recupera tu conexión con la Naturaleza, activando el poder de autorregeneración de tu cuerpo a todos los niveles. Cultiva tu energía sexual para reconectarte con tu poder espiritual alquímico.

Tao Yin K.Y.

20-26 agosto

Aprende el arte de canalizar tu energía por el cuerpo de una forma práctica y sencilla. Su ejecución produce muchos beneficios en la salud y un gran equilibrio emocional.

En plena conexión con la Naturaleza

Las vacaciones se desarrollan en un antiguo molino de agua situado junto al río Lezuza (Albacete), un bello oasis repleto de agua y árboles.

Cursos impartidos por Instructores Certificados por **Mantak Chia**

PLAZAS LIMITADAS Telf: 639 453 789 - info@taocenter.es - www.taocenter.es



- ➔ Si no lo consigo, la solución es la enfermedad, la vía suplementaria y ganadora de supervivencia encontrada por el cerebro para suplir esa necesidad; esa falta o exceso. Cuando no hay una solución externa a esa necesidad, hay una solución interna.

Identificando nuestro conflicto biológico podemos resolverlo y saber conscientemente qué necesidad hay que satisfacer emocional o físicamente. El cerebro no distingue lo real de lo imaginario, por eso si me intoxico con un alimento, la solución biológica será generar más ácido de lo normal en el estómago para optimizar la función de digerir; al igual que si alguien me dice cosas indeseables e inaceptables, la solución biológica será exactamente la misma: más ácido de lo normal para digerir ese bocado indigesto, dependiendo de cómo viva el conflicto emocionalmente.

Cada órgano del cuerpo quiere satisfacer su función; alimentarse, atrapar oxígeno, evacuar, reproducirse, procesar líquidos, comunicarse etc., si quiere comer realmente y no puede en un plazo determinado se produce un shock. Si tenemos miedo de no poder alimentarnos o alimentar, sin encontrar voluntariamente una solución, se producirá el mismo shock. Entonces ante ese shock que ha generado un conflicto de estrés y sin solución inmediata aparente, el cerebro enviará una tentativa de solución y autocuración involuntaria; el síntoma. La enfermedad es una solución ganadora que proporciona más oportunidades para superar un conflicto de supervivencia.

Cuando el inconsciente comprende que ahora puede soportar un estrés en forma consciente, el conflicto con su vivencia psíquica en acción que producía la enfermedad, queda sin efecto porque se ha descongelado, vaporizado y ahora la persona puede hacer llevadero el conflicto o desapegarse de él completamente. Cuando ocurre esta toma de consciencia, el individuo siente un alivio interno. Se comprende que la solución ha sido satisfactoria y que la persona ha tomado 'consciencia celular'.

P: ¿Cuándo comenzaste a decodificar por primera vez utilizando ésta metodología?

DG- La primera vez fue con una adolescente de Argentina de 16 años que tenía verrugas en las manos y en sus labios. Vino con su madre, después de 3 años de recorrer diversos consultorios médicos dermatológicos, sin obtener resultados positivos.

Al notar su lenguaje, sus gestos, sus movimientos corporales y sus verrugas, me di cuenta cuál era su conflicto sin resolver... Este síntoma (verrugas) tenía que ver con un sentimiento oculto, emocional, relacionado con una separación, y con sentirse deshonrado y al mismo tiempo haber deshonrado a alguien. Cuando le pregunté si se sentía separada de alguien que ella consideraba inseparable y si también sentía que le podrían haber hecho algo feo, surgió en ella una reacción emocional sorpresiva. Con una voz temblorosa y llorando me dijo que su amiga se había ido del país sin despedirse de ella.

Le expliqué que esa era la emoción oculta que su cuerpo estaba expresando con "escuditos" en sus manos y labios. Estas verrugas tenían una relación directa con un acontecimiento no esperado y vivido emocionalmente con una sensación de separación moral, lo cual llevó a su inconsciente a bajar ese estrés psicológico a sus manos y boca, expresando la solución de supervivencia, y con el sentido biológico de protegerse en un futuro de un posible contacto deshonroso con otras posibles futuras amigas.

A los 3 días, las verrugas grandes se pusieron negras y tomaron un aspecto muy desagradable con un poco de infección y dolor. Al cuarto día se habían secado las verrugas y al séptimo habían desaparecido, sin dejar ningún rastro.

En este caso eran verrugas, pero también podrían ser callos, vitíligo, eccemas, granitos, lunares, sabañones, calambres, hiperhidrosis (sudan las manos), etc.

P: ¿Desde cuándo se tiene conocimiento sobre esta ciencia?

DG- El conocimiento y la metodología de la descodificación biológica comenzó a difundirse de forma más general recientemente.

Yo colaboro en la difusión de esta ciencia realizando presentaciones en recintos teatrales para las descodificaciones en vivo en varios países. En estos eventos mucha gente acude para experimentar la toma de consciencia sobre sus enfermedades. Son muchísimos los seguidores que vienen a presenciar “las descodificaciones en vivo”, algo que es único y que ha generado miles de seguidores también en las conferencias que subimos a YouTube.

P: ¿Se pueden apreciar casos de curación del cáncer o de otras enfermedades aplicando esta metodología?

DG- Esta ciencia, con su respectivo mecanismo de curación, se puede verificar, comprobar y corroborar en muchos casos de personas a las que ha remitido su enfermedad, hasta las que se creían incurables. Hoy por hoy, podemos encontrar testimonios de sanación que transmiten su experiencia y la emoción que acompaña esa experiencia sanadora. General-

mente las remisiones espontáneas de enfermedades como el cáncer, lupus, hipo e hipertensión, diabetes, tiroiditis, obesidad, depresión, bruxismo, leucemia, artritis, esclerosis múltiple, Parkinson, etc. pueden suceder, teniendo en cuenta la verdadera toma de consciencia celular. Estas sanaciones son habituales y ya no nos sorprende tanto como antes. Como buenas noticias no suelen salir a la luz en los medios oficiales de comunicación por intereses espurios y mezquinos de algunos sectores de las industrias químicas que a través de las multinacionales patrocinan esos medios de comunicación.

Por otro lado también, cuando estamos sujetos a la creencia de que la enfermedad es algo malo y un peligro que nos acecha, seguimos sin la oportunidad de abrirnos a otras posibilidades de la consciencia para despertar y sanar. Lo cierto es que estos “otros” conocimientos científicos donde se incluyen estas leyes biológicas implacables de curación, desde ya hace mucho tiempo estuvieron allí como una realidad en el código genético de los animales, plantas y seres humanos, esperando a que identifiquemos esta verdad de una vez por todas.

CERTIFICACIÓN

DESCODIFICACIÓN BIOLÓGICA

IMPARTE

Daniel Gambarte

DEL 10 AL 21 DE OCTUBRE

VALENCIA ESPAÑA

Hotel NH Valencia las Artes

INFORMACIÓN Y RESERVAS

www.iadb.com.ar

+52 1 333 114 6108

ajnacentroholistico@yahoo.com





INSTITUTO ARGENTINO
DESCODIFICACIÓN BIOLÓGICA
www.iadb.com.ar



AJNA
Asociación de Jóvenes
Naturistas Argentinos



ACEITES SAGRADOS EGIPCIOS

HISTORIA Y APLICACIONES

Sin importar la época o la cultura, el uso de aromas y aceites especiales en ceremonias sagradas, templos y rituales curativos es parte primordial de la historia humana



BEGOÑA RAMOS
DIRECTORA DE CENTRO REIKI ES LUZ
EXPERTA EN CRECIMIENTO Y SUPERACIÓN
PERSONAL

centroreikiesluz.com

Un ejemplo excepcional es el de los egipcios, pues el uso de aceites esenciales y perfumes estuvo íntimamente ligado a su cultura, hasta el punto de ser parte fundamental del ajuar funerario de faraones, además de ser de uso común en templos y rituales.

Los egipcios reconocieron las propiedades energéticas de estos aceites y nos legaron un poco de su sabiduría milenaria para nuestro beneficio.

De las pirámides hasta nuestra época

Si bien las ofrendas de mirra, incienso y resinas eran comunes en los templos, los sacerdotes reservaban los perfumes más especiales para los rituales nocturnos. Precisamente para aprovechar la materia prima, abundante en sus tierras, comenzaron a experimentar con flores y especias. Lograron aceites esenciales de iris, heliotropo, canela, azafrán, mirra, rosas, cedro y muchos más. Estos aromas lograron trascender las costumbres del templo y se convirtieron en parte de la vida cotidiana de cortes y aristócratas. Los egipcios fueron reputados perfumistas.

Los sacerdotes egipcios, conocedores del secreto, simbolismo y comprensión del universo, sabían que estos aceites esenciales, especialmente los denominados “siete aceites faraónicos” eran capaces de transportar la energía entre distintos planos y dimensiones, por lo que eran particularmente útiles para ayudar en el tránsito de las almas al otro mundo, formando parte del ajuar funerario. Contenidos en ánforas de materiales preciosos, estos aceites se han conseguido intactos aún en nuestra época dentro de las pirámides.

Los siete aceites sagrados se usaban para ungir y adorar a los dioses de los templos, pero también eran parte del arsenal que utilizaban los médicos de la época, pues se reconocía su poder sanador, capaz de afectar las funciones del organismo además de las vibraciones sutiles energéticas. Hay pocos registros físicos escritos de esto, si bien es cierto que las siete esencias faraónicas se mencionan en tablillas y papiros, además de haberse encontrado correctamente identificadas en tumbas. Sus usos y aplicaciones se transmitieron de la misma forma que el conocimiento hermético: a través de la transmisión oral, de iniciado a iniciado.

De este modo conocemos que estas siete esencias en realidad se corresponden a los siete chakras físicos, y que también existen otros siete aceites que corresponden a los chakras áureos o etéricos.

Los aceites sagrados egipcios no se elaboran de la misma forma que otros aceites o extractos de plantas, sino que se extraen siguiendo procedimientos estrictos que garantizan que los aceites esenciales de cada ➔



SABIDURÍA EGIPCIA

Los egipcios reconocieron las propiedades energéticas de estos aceites y nos legaron un poco de su sabiduría milenaria para nuestro beneficio

Cursos Presenciales. Cursos online. Sesiones



Begoña Ramos

www.centroreikiesluz.com

Consulta todos
nuestros cursos y terapias

- ✦ Reiki Usui. Karuna. Egipcio. Shambhala
- ✦ Registros Akáshicos
- ✦ Tarot de la Luz
- ✦ Formación para Terapeutas
- ✦ Terapia Regresiva
- ✦ Péndulo Hebreo
- ✦ Aromaterapia Egipcia
- ✦ Formación en Risoterapia

- ✦ Matrix Divina
- ✦ Radiestesia y Péndulos Sanadores
- ✦ Cursos de Crecimiento Personal
- ✦ Sanación Cuántica
- ✦ PSYCH-K®
- ✦ Coaching. PNL.
- ✦ Sanergia



Tu espacio para el crecimiento

- ✦ Sanación Atlante
- ✦ Masaje Faraónico
- ✦ Ley Atracción

C/ Marqués de Urquijo, 47

MÁS INFORMACIÓN: Teléfonos: 91 032 77 15 - 635 027 042 Info@centroreikiesluz.com

www.centroreikiesluz.com



SABÍAS QUE...

Los “siete aceites faraónicos” eran capaces de transportar la energía entre distintos planos y dimensiones, por lo que eran particularmente útiles para ayudar en el tránsito de las almas al otro mundo, formando parte del ajuar funerario



- ➔ flor o especia tengan una concentración adecuada. Además, se deben observar ciertos métodos alquímicos antiguos que permiten que el aceite base capture la molécula del aceite esencial sin permitir su evaporación inmediata.

Usos y aplicaciones de los aceites sagrados egipcios

Los aceites egipcios se dividen en dos grandes categorías: físicos y áuricos. Los físicos tienen un impacto directo en los siete chakras frontales, mientras que los áuricos vibran en la sintonía de los chakras posteriores. Por esta razón tienen usos completamente distintos y afectan a las personas de formas particulares, razón por la cual se recomienda que estos estén indicados por un profesional, que sea capaz de hacer las lecturas adecuadas y recomiende la mezcla perfecta para sanar. Cada individuo es distinto, tiene procesos diferentes, por lo que puede aprovechar los beneficios de los aceites esenciales siempre y cuando se cree su mezcla única y personal.

Es posible usar los aceites en la vida cotidiana. No requiere un procedimiento o ritual especial: sólo hace falta utilizarlo como perfume, en la ducha e incluso en algún difusor de aroma en el ambiente. Lo importante es exponerse al aroma y las esencias.

Los preparados suelen tener un aroma delicioso, embriagante y muy agradable. Es imprescindible respetar el tiempo y frecuencia del tratamiento indicado, para que los ingredientes esenciales actúen y modifiquen las energías necesarias.

Los siete aceites sagrados físicos son ámbar rojo, musk, jazmín, rosa, ámbar kaschmir, sándalo y loto.

Los siete aceites sagrados áuricos son papiro, mirra, incienso, flor del Nilo, agua de oro, carnation y flor de Sakkara.

Cada aceite del plano físico trabaja con un chakra en particular y se complementa con el otro aceite en el plano áurico, siguiendo esta estructura:

1^{er} chakra: Muladhara.

Esencias: ámbar rojo y papiro

Usos: desvía energía negativa, permite aceptar el propio cuerpo, honestidad, elimina resistencia al cambio, desbloquea energía sexual, permite sanar heridas ancestrales. Reequilibra, eleva energía vital.

2° chakra: Swadisthana

Esencias: musk - mirra

Usos: alivia la ansiedad y depresión, ayuda a equilibrar y manejar las emociones, permite la conexión con seres elevados.

3^{er} chakra: Manipura

Esencias: jazmín - incienso

Usos: alivia trastornos emocionales y psicosomáticos, equilibra energías, apacigua los miedos, atrae personas positivas, otorga confianza, limpia energías negativas, fortalece la voluntad.

4° chakra: Anhata

Esencias: rosa - flor del Nilo

Usos: atrae y trabaja el amor real y profundo, el amor a si mismo, sana el estrés, limpia el alma, trabaja la energía femenina, el amor que derrota el miedo.

5° chakra: Vishuddhi

Esencias: ámbar kaschmir - agua de oro

Usos: mejora la expresión, comunicación, elimina miedo y desconfianza, activa la memoria y afina la mente.

6° chakra: Agnya

Esencias: sándalo - carnation

Usos: ayuda a concentrarnos en el tercer ojo, amplía la visión, concentración, mejora la fortaleza mental, desbloquea el tercer ojo. Nos ayuda a entender la vida, nuestro camino, sana.

7° chakra: Sahasrara

Esencias: loto - flor de Sakkara

Usos: comunicación espiritual, contacto con el universo, trabaja la humildad, limpia de energías negativas, corta lazos negativos, libera el ser de luz del interior, equilibra lo masculino y femenino.

Feminidad Consciente
"Hijas de la Luna"

27 DE MAYO:
TALLER DE LA HECHICERA

Puedes descargar el libro **EL CAMINO DE LA DIOSA** en www.guadalupecuevas.com

Guadalupe Cuevas Tfno: 615.519.703
www.guadalupecuevas.com guadalupecuevasygarcia@gmail.com

ADASEC ESPAÑA
ONG PARA EL DESARROLLO
Fuencarral, 45 esc. dcha. 3º izda.
683 407 410 - 636 279 480

Mayo

Sábado 12 de 10 a 14:30 h
Taller de Yoga 20 €

Sábado 12 de 11 a 14/16 a 20 h
Descubriendo tu esencia espiritual 40 €
Curso Vivencia Esencial

Junio

Sábado 2 de 11 a 14/16 a 20 h
Hacia la paz interior 40 €
Curso Vivencia Esencial

Sábado 9 de 10 a 15/16 a 21 h
Reiki I 60 €
Reiki II 70 €

Sábado 16 de 10 a 14:30 h
Taller: Nacer, vivir, amar 30 €

Actividades continuas

Martes 10:30 a 12 h
Qi Gong

Miércoles 19:30 a 21 h
Vivencia Esencial

Jueves 19:30 a 21 h
Yoga

* Imprescindible preinscripción en todas las actividades y cursos

www.adasec.net
adaseccultura@gmail.com
Facebook: **Adasec España Al Minuto**



FOSFENISMO

EL PODER DE LA LUZ

Desarrollado a mediados del siglo pasado por el Dr. Lefebure, el Fosfenismo es un conjunto de técnicas que tienen por objetivo estimular las capacidades cerebrales a partir de un método basado en las reacciones fisiológicas provocadas por los fosfenos, que se obtienen como consecuencia de la fijación de la vista en una fuente luminosa adecuada



ADRIANA S. SORINA
COACH FOSFENO-PEDAGOGA

luz-natural-mente.com



Los fosfenos son las sensaciones luminosas subjetivas, o imágenes que persisten en la retina. Se obtiene un fosfeno fijando la vista alrededor de unos 30 segundos en la lámpara fosfénica, situada a un metro de distancia de nuestra vista. Estas cortas observaciones no fatigan nuestra vista, sino que, al contrario, constituyen un excelente método de gimnasia ocular.

Los fenómenos fosfénicos no son una simple curiosidad de la naturaleza, sino que ofrecen aplicaciones cotidianas útiles y prácticas.

La primera acción de los fosfenos se hace evidente sobre el sistema nervioso, con una relajación profunda y una sensación de reposo que se siente después de haber hecho algunas observaciones. En la vida cotidiana cuanto más calma se experimenta y más se descansa, más eficaz y disponible se está para realizar nuestras actividades.

Además, las observaciones de la luz provocan un gran optimismo. Es interesante realizar varios fosfenos antes de irnos a dormir y observar en la oscuridad los colores, sin esfuerzo, del pensamiento.

La única contraindicación para la utilización de fosfenos es el glaucoma y las operaciones oculares recientes.

También se pueden obtener fosfenos fijando la mirada en alguna superficie que polarice la luz, como por ejemplo el reflejo del sol en el agua, o el reflejo de la luz sobre las páginas de un libro. En todos los casos, la luz produce una fuerte estimulación cerebral y facilita el trabajo intelectual, de aquí la utilización de los fosfenos en la pedagogía.

La ausencia de luz influye negativamente sobre el estado de ánimo de las personas y afecta a la capacidad del cerebro para el manejo de la información. La calidad de la iluminación artificial, es significativa para la seguridad y el rendimiento escolar y laboral.

Insomnio y Fosfenismo

Las investigaciones demuestran que en los pacientes con insomnio se han encontrado alteraciones de la melatonina, esto es debido a que el ciclo circadiano de la luz noche-día, claridad-oscuridad, produce una estimulación cíclica de los neurotransmisores, los mensajeros de la información entre las neuronas. Nuestro reloj biológico, la glándula pineal responde a la luz diurna y favorece la producción de serotonina

que activa la atención y estimula la actividad. Por el contrario, en ausencia de estímulos luminosos, aumenta la melatonina que induce al sueño.

La falta de ritmos luminosos naturales, altera el ciclo melatonina-serotonina, lo que causa somnolencia y decaimiento matinal e insomnio de noche. Hay estudios que señalan que el 30% por ciento de la población mundial, la mayoría de los países desarrollados, sufre insomnio crónico.

En los ambientes cerrados, la iluminación artificial escasa y de intensidad constante monótona, nos aísla de los ciclos estacionales y diurnos de la luz solar. Los síntomas que aparecen como resultado son depresión, tristeza, pérdida de energía, disminución del impulso sexual, escasez de contactos sociales y familiares, descenso de la actividad diaria, irritabilidad, ambientes oscuros, aumento importante del apetito en especial por carbohidratos y dulces.

Es por ello que precisamos una luz brillante y de una intensidad mínima entre ochocientos y mil lux, que diga a nuestro sistema nervioso que ya es de día, y nos despierte el ánimo, sin necesidad de estímulos químicos como el café o el tabaco.

Con la práctica regular del Fosfenismo se consiguen ideas mejor estructuradas; es una herramienta importantísima en el control del fracaso escolar y mejorar la memorización.

El Fosfenismo te ofrece la posibilidad de aprender a depurar las emociones a través de la luz, trabajar a nivel terapéutico contigo mismo y tener una mayor capacidad de concentración y un mejor tono vital.

SABÍAS QUE...

Los fenómenos fosfénicos no son una simple curiosidad de la naturaleza, sino que ofrecen aplicaciones cotidianas útiles y prácticas

DR. LEFEBURE METHODS®

*Sabemos transformar la energía de la luz
en equilibrio emocional, mejora cognitiva
y expansión sutil*

Mejor rendimiento escolar
Depresiones
Dominio de sí mismo
Atenuación de la emotividad
Estrés
Mejoría del sueño
Relajación
Activación cerebral
Expansión cerebral
Intuición
Creatividad
Ansiedad

CURSO PRESENCIAL: 2 de junio

Plazas limitadas

INFORMACIÓN Y RESERVAS:

Adriana S. Sorina Tl: 609 119 646

expo **salud**
eco
MADRID 2018
Stand A-41

www.luz-natural-mente.com

Marcelo Centro Quiropráctico
C/ Luchana, 32 Madrid



RECONNECTIVE HEALING

CUANDO LA SANACION TE ENCUENTRA A TI

El año 2012 comenzó con unas circunstancias muy diferentes a lo que había tenido antes en mi vida. Todo se estaba dando la vuelta



MARGARITA ÁLVAREZ

FACILITADORA, MENTORA Y PROFESORA ASISTENTE DE
RECONNECTIVE HEALING Y RECONNECTION

malva@aldeadeluz.com

T

Un día, estando sentada en el salón de mi casa, y me ví en un lugar muy distinto. Me sujetaba con manos y piernas a la pared de un precipicio. Mis codos y rodillas sangraban y llevaba una mochila muy grande y pesada en la espalda. Estaba allí, viendo qué hacer, y una voz me dijo: “suelta la mochila”.

Yo me quedé pensando y le dije: “si suelto la mochila, se cae...”; y me repitió: “suelta la mochila”.

No quería hacerlo, pero tampoco veía mucha más opción y el peso tiraba hacia abajo. Entonces solté un lado y, antes de que yo volviera a decir algo, la voz lo hizo: “tú no sabes si lo que hay en el interior caerá o no”. Y, con esa clara y, a la vez, comprensiva afirmación, decidí soltar el otro lado y pude subir y ya descansar de pie sobre la cima del precipicio.

No miré atrás, pero, de alguna forma, sabía que parte de las piedras redondas que había dentro de la mochila, algunas grandes, otras pequeñas, flotaban en el aire detrás de mí, y me di cuenta de que, si las hubiera mantenido juntas, todas habrían caído al fondo. Así, cada una pudo seguir su propio camino, y yo el mío.

Estaba de vuelta en el salón y ahí lo supe. Había que soltar. No sabía cómo. No sabía qué pasaría. Pero aquella voz traspasó todo el miedo que sentía y decidí que era el momento. Y entonces pedí ayuda, en mi interior, y me dispuse a aceptar lo desconocido.

Cerca de un mes después, comencé a tener unos sueños que se repetían. 3 sueños, en 3 días seguidos. Entonces, vi el documental “La matriz de la vida”, donde aparecía el Dr. Eric Pearl. No sabía quién era este señor, así que lo busqué y encontré una palabra: Reconexión. Me llamó profundamente.

Unos días después hice mi propia Reconexión y ya, incluso antes, me había apuntado a los cursos de formación.

No supe muy bien qué papel jugaban las frecuencias de Reconnective Healing en todo esto, más que de una forma interior. Algo me decía que permaneciera ahí. Simplemente, me sentía en paz, como estar en el centro del huracán, donde todo se mueve, pero también hay calma. Y, ahí, lo sabes. Sabes que todo está bien.

A veces, no sabía qué hacer o cómo hacerlo. Conocía las palabras, pero no recordaba lo que había hecho para llegar hasta allí. Entonces, las frecuencias volvían a hacer su aparición y, de inmediato, estaba ahí, sin procesos, sin pasos, sin necesidad de saber cómo.

Recientemente hablaba con Jillian Fleer, la directora ejecutiva en The Reconnection, y ella comentaba: “Lo que es diferente de Reconnective Healing, es que no tienes que hacer nada o cambiar nada para encontrarla, ella te encuentra a ti”. Y, si algo es evidente en todo lo que ha ocurrido, es que las frecuencias siempre han estado ahí. Ellas me encontraron a mí. Yo, simplemente, me permití verlas.

Aquella visión en el precipicio me enseñó algo. Aquellos sueños me mostraron el camino de la ayuda que pedí. Aprendí una forma de vivir en la que soy mucho más libre y donde todo fluye solo. Donde no se requiere de mí más que estar presente y observar. Donde la gente me sorprende con su conexión, su sabiduría y su amor.

Estamos alcanzando nuevos niveles de esta experiencia de realidad. Incorporando nuevas dimensiones de nosotros mismos. Donde está la felicidad.

Es algo que, simplemente, hay que vivir.

SABÍAS QUE...

“Lo que es diferente de Reconnective Healing, es que no tienes que hacer nada o cambiar nada para encontrarla, ella te encuentra a ti”. Y, si algo es evidente en todo lo que ha ocurrido, es que las frecuencias siempre han estado ahí. Ellas me encontraron a mí. Yo, simplemente, me permití verlas

Experiencia O.N.E.

Observa. Nota. Experimenta.

**Únete a nosotros
en la aventura definitiva de
Reconnective Healing
en Madrid con el
Dr. Eric Pearl y Jillian Fleer
6-8 Julio 2018**

*Consigue 50€ de descuento
con el código EH18*

*Vuelve a la salud,
el equilibrio y la armonía
con Reconnective Healing.*

Para saber más, visita
www.TheReconnection.com/esp

RECONNECTIVE HEALING®



BIOLOGÍA CUÁNTICA® PROTOCOLO DE REJUVENECIMIENTO CELULAR

La apariencia física del cuerpo está determinada por la cantidad de luz que hay en cada cuerpo



GABRIELA GÓMEZ
MÚSICA Y SONOTERAPEUTA

gabrielagomez.org

La Biología Cuántica® fue creada con inteligencia y sabiduría. Posee dispositivos biológico/espirituales que le permiten vivir cientos de años, tales como la capacidad de rejuvenecer, de regenerar y sanarse hasta el infinito. Todos los humanos poseemos estos dispositivos, pero sólo funcionan cuando elevamos la frecuencia vibratoria.

¿Por qué “cuántica”? Porque el cuerpo está circundado por un campo magnético, nuestro cuerpo energético, que metaboliza las energías del universo. Juntos componen la totalidad biológico/espiritual que llamo Biología Cuántica®. Sin el cuerpo energético el físico no podría subsistir.

La emanación natural de este campo forma una membrana, un canal de luz que nos protege. En su diseño original, fue creado con el objetivo de mantener el cuerpo físico siempre sano, joven y fuerte. La energía universal entra en él por una serie de puertas llamadas chakras y se va redistribuyendo hacia la biología hasta llegar al núcleo celular.

Nuestra Biología Cuántica® posee un sistema operativo de quinta dimensión llamado: innato. El innato viene “de fábrica”. Es la inteligencia original, el diseño divino o plantilla perfecta del humano divino. No está en el cerebro, sino en todas las células, en todo el ADN. Es el sistema de comunicación del ADN y siempre está transmitiendo. Es el modo de empleo del humano: contiene la información de los potenciales in-

finitos con los que fuimos creados, los mecanismos y dispositivos para vivir cientos de años y convertirnos en los seres multidimensionales que estamos destinados a ser. Pero el cerebro lineal no lo capta. Solo lo podremos comprender si elevamos la frecuencia vibratoria.

Relación entre materia y energía

La Biología Cuántica® es biotecnología punta, es una antena compuesta por biofotones producidos por el núcleo celular, capaz de transmitir y recibir información a distancia. Los biofotones crean ondas electromagnéticas que comunican con todo lo que es.

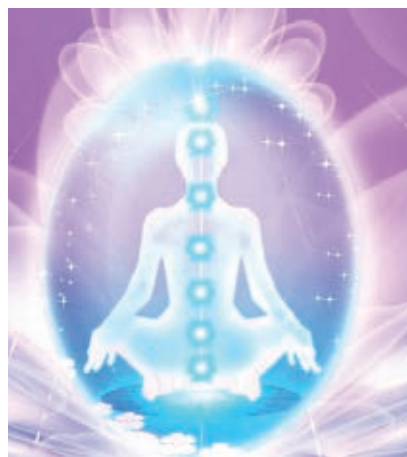
Nuestro cuerpo está compuesto de átomos. ¿Cómo actúa la energía en la materia? La energía acelera el movimiento de las partículas atómicas y al hacerlo desdensifica, sutiliza, la materia, permitiendo la elevación de la frecuencia vibratoria. Al elevarse la vibración, los dispositivos biológico/espirituales de quinta dimensión comienzan a activarse y a funcionar. Mientras más energía entra en el cuerpo, más luz llega a las células para que desarrollen sus funciones de replicación sin alteraciones genéticas.

Al contrario, la falta de energía baja el nivel vibratorio de los átomos provocando errores en el copiado genético, generando mutaciones que causan enfermedad, envejecimiento y muerte.

¿La inmortalidad?: ¡Mantener los electrones girando a toda velocidad!
¿Por qué el cuerpo envejece? Por que no le llega suficiente luz. No conscientes de la relación entre energía y materia, la mayoría de los humanos agotan su cuerpo tirando sólo del físico, cuando en realidad deberíamos trabajar desde lo energético hacia lo físico.
¿Por qué no le llega luz?

Porque el cuerpo energético sostiene las energías akáshico-kármicas, es decir que está cargado de las memorias de los pensamientos, sentimientos, palabras y acciones de todas nuestras encarnaciones. Estas memorias han densificado a tal punto nuestro campo, que la energía casi no puede llegar hasta la célula. Recibimos si cabe un hilo de vida que nos permite apenas malvivir.

Biología Cuántica® Protocolo de Rejuvenecimiento Celular tiene como objetivo ayudarte a comprender las energías que sostienes en esta encarnación, el por qué de éstas y las consecuencias que tienen sobre la salud y vitalidad de tu cuerpo. Brinda las herramientas necesarias para poder transformar nuestra realidad a través de una profunda toma de consciencia de nuestra responsabilidad como cocreadores de nuestra vida.



SABÍAS QUE...

La energía universal entra en el cuerpo por los chakras y se va redistribuyendo hacia la biología hasta llegar al núcleo celular. La mayoría de los humanos agotan su cuerpo tirando sólo del físico, cuando en realidad deberíamos trabajar desde lo energético hacia lo físico



Biología Cuántica®
Protocolo de Rejuvenecimiento Celular
Madrid, España
30 de Junio y 1 de Julio
Informes e inscripciones:
(+34) 611 437 055
www.gabrielagomez.org

RECONNECTING
SESIONES DE SANACIÓN RECONECTIVA
www.reconnecting.es
Irene
606 024 867



EL BIENESTAR EN TUS MANOS



¿Te sientes sin energía, bloqueado? ¿Todo te cuesta un gran esfuerzo? ¿Quieres cambiar ciertos hábitos y comportamientos de tu día a día?

¿Es posible que una técnica ancestral te ayude a conseguirlo y que esta técnica esté al alcance de todos?

Sí, es posible.

El Péndulo Hebreo es una técnica vibracional de diagnóstico y tratamiento basada en la bioenergética y la radiestesia que se utiliza como herramienta de sanación y limpieza energética. Técnica que puedes aprender o recibir como terapia de manos de profesionales cualificados.



ELOÍSA GÓMEZ SANZ
TERAPEUTA INTEGRATIVA, MAESTRA DE REIKI FEDERADA,
DIRECTORA DE ALMA, MENTE Y CUERPO
almamenteycuerpo.es

En muchas ocasiones sentimos como si llevásemos a nuestra espalda una mochila con una enorme carga que nos dificulta extraordinariamente acometer nuestras labores cotidianas. Estamos constantemente sometidos a emociones que escapan de nuestro control. No somos capaces de gestionarlas y sentimos como nos empiezan a superar y nos afectan a todos los niveles, causándonos trastornos tales como estrés, ansiedad, tristeza, desánimo, cansancio, falta de energía, dolores de cabeza y/o espalda, etc.). Llegados a este punto y ante la pérdida de control, optamos por no conformarnos con los tratamientos convencionales, necesitamos algo más, algo que nos ayude a aligerar esas cargas y nos abra una mayor capacidad de discernimiento para gestionar con éxito nuestra vida.

El Péndulo Hebreo como terapia nos aporta esa armonía personal que enriquece nuestra capacidad de comprensión y cambia positivamente nuestra percepción del día a día.

¿Cómo es un Péndulo Hebreo?

Es un cilindro de madera de haya o de roble del que se utilizan ambas caras o extremos. Una de ellas testa los bloqueos y desajustes energéticos, la otra irradia energía.

Es básicamente un instrumento de diagnóstico y canalización energética.

¿Cómo se utiliza?

Se rodea el péndulo con una serie de etiquetas predeterminadas escritas en alfabeto hebreo. Estas etiquetas están dotadas de energías capaces de armonizar las diferentes partes del cuerpo humano. La irradiación de estas energías nos ofrece la información necesaria para iniciar un proceso de superación personal.

¿En qué consiste una terapia con el Péndulo Hebreo?

Es una herramienta terapéutica que trasciende a las convencionales. Con ella se accede a un protocolo de trabajo completo que comienza con una limpieza energética de las siete capas del campo áurico realizada sobre los siete chacras, continúa con el diagnóstico de las patologías detectadas y la determinación de su origen y concluye con los tratamientos adaptados a cada situación.

- Limpieza energética: consiste en detectar cualquier tipo de morbosidad energética en nuestro campo electromagnético, con objeto de eliminarla y reemplazarla por una energía de más alta vibración y frecuencia.

- Restaurar y armonizar el campo electromagnético.

- Estimular el sistema inmunitario.

- Tratamiento de lesiones traumatológicas y dolores musculares.

- Tratamiento de trastornos de los ciclos biológicos normales (ciclo del sueño, ciclo cardíaco etc.)

- Conflictos emocionales.

- Tratamiento de infecciones, etc.

La terapia del péndulo hebreo debe entenderse como complementaria y no como sustitutiva de los tratamientos médicos convencionales.



ALMA, MENTE & CUERPO

Somos un centro de bienestar, orientado a alcanzar la salud y equilibrio de manera plena. Te ayudamos a retomar las riendas de tu vida con varios tratamientos integrativos atendiendo todas las dimensiones del ser humano, ALMA, MENTE & CUERPO

PRÓXIMAS CONFERENCIAS GRATUITAS. 19 horas
 Nutrición consciente y apoyo emocional 10 mayo
 Péndulo Hebreo 17 mayo

CURSOS
 HO'OPONOPONO 12 mayo
 PÉNDULO HEBREO. Nivel I. 26 y 27 mayo
 PÉNDULO HEBREO. Nivel II.
 Los 72 Nombres de Dios. 16 y 17 junio

Sanación Física: Bioresonancia cuántica, Nutrición consciente, Kinesiología, Masajes regeneradores, desbloqueantes, anti-estres...

Sanación Energética: Reiki, Access Bars, Filtros Resonadores, Theta Healing, Péndulo Hebreo...

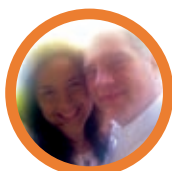
Sanación Emocional: Liberación de traumas, Hipnosis, EFT, Ho' Oponopono, Liberación de emociones...

Sanación Estética: Lifting facial sin cirugía. Pérdida de volumen y moldeado de la figura.

C/ Quintana nº2 2D
 Metro Arguelles, frente al Corte Inglés de Princesa
 Email: info@almamenteycuerpo.es Teléfono: +34 629 414 159/ 608288305
www.almamenteycuerpo.es

SANACIÓN ESPIRITUAL

Hay momentos en nuestra vida en los cuales
necesitamos evaluar en qué estado se
encuentra nuestra espiritualidad



**PATRICIA PAULO
Y MARTÍN ANELLO**

DEDICADOS A AYUDAR EN LA EXPANSIÓN DE
CONCIENCIA DE LAS PERSONAS A TRAVÉS DE LAS
GRANDES ENSEÑANZAS ESPIRITUALES

encuentroespirituales.org
Ver anuncio Guía del Bienestar

La armonía es el estado normal en el que deberíamos permanecer siempre mientras cumplimos nuestro plan divino.

Nuestros cuerpos: físico, etérico, emocional y mental, al estar alineados con nuestro Ser cumplen sus funciones específicas con un único propósito que es cumplir nuestro plan divino.

Nuestros cuerpos son sagrados, por ser los vehículos que la presencia necesita para manifestarse en el mundo, necesitamos cuidarlos para que el estado de salud permita vivir el tiempo que dios tiene previsto para cada uno.



Si nuestro cuerpo físico está descansado, bien alimentado, sin toxinas tendrá la suficiente energía para hacer lo que sea necesario en cada momento.

Si nuestra mente está en paz, con pensamientos constructivos, observándolo todo, alerta en conexión con nuestro ser, podrá ser creativa, clarificada y llegar a iluminarse con la luz de la presencia.

Si nuestros sentimientos reflejan la pureza y alegría de nuestra presencia, si mantenemos la quietud necesaria para no alterarnos pase lo que pase a nuestro alrededor, dejaremos que sentimientos de perdón, amor y gratitud fluyan en nosotros y hacia todo lo que contactamos sanando todas nuestras heridas emocionales y expandiendo en nuestro mundo las bendiciones de nuestra presencia.

Si nuestro cuerpo etérico se mantiene energizado con el aire puro, el sol y las fuerzas de la naturaleza; si utilizamos la memoria para nuestro crecimiento y aprendizaje pero jamás para atraer recuerdos discordantes del pasado; entonces, la luz de la presencia llenará nuestros chacras con la energía necesaria para mantener nuestro cuerpo físico saludable y armónico.

Hay momentos en nuestra vida en los cuales necesitamos evaluar en qué estado se encuentra nuestra espiritualidad. Al observar con detenimiento podrás detectar el estado de tu conciencia, observar si realmente estás en paz, armonía, felicidad, prosperidad, gratitud, fe y demás cualidades que evidencian tu bienestar espiritual, o si por el contrario percibes temores, tensión, amargura, tristeza, inseguridad, rencores, orgullo, enfrentamientos y sobre todo pérdida de la conciencia de la realidad.

Cuando una persona inicia su desarrollo espiritual necesita transformar su conciencia, purificar la negatividad, perdonar y armonizarse con el entorno, y tal es así que en poco tiempo su mundo comienza a mejorar notablemente.

Cuando tu conciencia esté nublada, cuando no te sientas plenamente feliz, cuando no encuentres sentido a lo que te sucede, es hora de iniciar un proceso de Sanación Espiritual

CENTRO HARE KRISHNA

COMEDOR vegetariano/vegano
MARTES A SABADOS 14.00 a 16.30 **DOMINGOS 15.00 a 16.30**

PROGRAMA CULTURAL
MARTES A SABADOS 13.30 a 14.00 **DOMINGOS 13.00 a 15.00 FIESTA**
MANTRA YOGA

C/ Espiritu Santo 19, Madrid

ESPACIO HUMANO

CAMPAÑA Verano

Mailings Especial Vacaciones

1 de JUNIO
20 de JUNIO
5 de JULIO

60€+IVA por anuncio
Consulta descuentos
MÁXIMO 12 ANUNCIANTES POR BOLETÍN
Se comparte en Redes Sociales

Tl. 91 311 79 21
contacto@espaciohumano.com
espaciohumano.com

Fundación Sauce

Tu **Garantía** para cursos de crecimiento personal

- Cursos de REIKI I y II extendidos y/o fin de semana
- Hazte Terapeuta de Reiki Profesional (curso 75 € al mes)
- Curso de Reiki III y Maestría con John Curtin
- Sesiones privadas de Reiki, Medicina y Coaching, impartidas por profesionales

www.fundacionsauce.org
91 591 99 95 c/ RAFAEL CALVO, 30

La Fundación Sauce es una ONG inscrita en el registro de Fundaciones de la Comunidad de Madrid N. 447 Tomo CXIX



CUANDO TU
CONCIENCIA
ESTÉ NUBLADA,
Y NO TE SIENTAS
FELIZ, INICIA
UN PROCESO
DE SANACIÓN
ESPIRITUAL.

SABÍAS QUE...

Cuando una persona inicia su desarrollo espiritual necesita transformar su conciencia, purificar la negatividad, perdonar y armonizarse con el entorno, y tal es así que en poco tiempo su mundo comienza a mejorar notablemente

- ➔ La sanación espiritual se produce cuando luego de haber estado aturdido por el bullicio del mundo uno se vuelve hacia adentro de sí mismo y comienza a ver la luz de su presencia. En cuanto tu verdadero ser comienza a tener un espacio en tu vida, la sanación es posible.

Nuestro estado de armonía es crucial para cualquier sanación. Nuestra energía reparadora fluye constantemente mientras nos mantenemos conectados a nuestra presencia.

La salud no depende de algo externo: la salud es energía que fluye desde el interior. Así como cuando accidentalmente te haces un rasguño en alguna parte del cuerpo e inmediatamente comienza un proceso de cicatrización natural, así también el alma tiene métodos urgentes de sanación.

Cuando tu conciencia esté nublada, cuando no te sientas plenamente feliz, cuando no encuentres sentido a lo que te sucede, es hora de iniciar un proceso de sanación espiritual.

Comienza con una dieta mental de silencio, paz y perdón. Cada situación discordante necesita ser armonizada. Si depende de ti cambiándolo en tu interior; y si no depende de ti cambiando tu percepción al respecto.

Tu dieta emocional consiste en procurarte todo el amor a ti mismo y rodearte de todas las personas que te brinden amor, expresándoles tu gratitud. Amar y ser amados es el antídoto mas maravilloso para sanar.

Tu dieta emocional consiste en procurarte todo el amor a ti mismo y rodearte de todas las personas que te brinden amor, expresándoles tu gratitud

Tu dieta etérica requiere paseos al aire libre, contacto con la naturaleza y ejercicios diarios de respiración y meditación. Tu cuerpo físico necesita descanso; no lo fatigues, no te crees compromisos que te incomoden. Escucha tus cuerpos, ámalos y respétalos, pero sobre todo haz el compromiso contigo mismo, hazte consciente de cuanto te amas y cuanto vas a cuidar de ti.

Muchas veces salimos a auxiliar al mundo sin estar nosotros a salvo, llegando incluso a exagerar en ciertas situaciones inmolándonos en el afán de servir. Es maravilloso poder servir, es maravilloso ayudar a todo el mundo pero dios te dio una primera responsabilidad que eres tú mismo, te dio esta vida para que seas feliz y hagas feliz a otros, para que cumplas tu plan divino. Pero si tú no estás bien, si no eres capaz de cuidar de ti mismo no creas que podrás hacer algo bueno por los demás. Necesitamos respetarnos y amarnos a nosotros mismos tanto, que ese amor desborde al punto de poder derramarlo sobre los demás.

Cuida cada alimento que le das a tu alma como cuidas cada alimento que llevas a tu boca

En lo que a la espiritualidad corresponde es aún más importante. Nuestra espiritualidad es lo más íntimo que llevamos en nuestro corazón. Nuestra alma jamás podrá estar mal porque es perfecta, pero su puerta de entrada a nuestra vida necesita estar limpia, abierta y despejada de toda ilusión, de toda distorsión. Cuida cada alimento que le das a tu alma como cuidas cada alimento que llevas a tu boca.

Hoy inicio mi proceso de sanación espiritual. Hoy soy consciente de la necesidad imperiosa de mantener la paz y la armonía en todos mis cuerpos. Hoy sé que puedo quedarme en el silencio de mi propio ser, cargándome de luz. Esta conexión con mi ser es la fuente de salud y armonía que desciende a mi corazón y se expande por mis chacras, armonizando mis órganos, limpiando mi sangre y estimulando mi conciencia. En cada respiración soy consciente de la energía de vida que me conecta con el universo fluyendo a través de mí y de todo lo que me rodea.

Dios es fuente de salud, es amor y es armonía por lo que a partir de hoy estaré sanándome y sanando todo lo que contacte.

Hoy he sanado. Así es...



Muchas veces salimos a auxiliar al mundo sin estar nosotros a salvo. Pero si tu no estás bien, si no eres capaz de cuidar de ti mismo, no creas que podrás hacer algo bueno por los demás

ESCUELA INTERNACIONAL DE ESCUCHA CRANEAL LALOUX



www.lalouxschool.com
Tl. +34 636 40 51 28 C/ Abada 2 – 2º 8 izda, Madrid

CONSULTAS

- OSTEOPATÍA INTEGRAL
- ESCUCHA CRANEAL
- BRT (OSTEOPATÍA CRANEAL Y NUEVA MEDICINA)
- OSTEOPATÍA HORMONAL

CURSOS

- **BRT (OSTEOPATÍA CRANEAL APLICADA A LA NUEVA MEDICINA)**
10, 11, 12 y 13 de mayo en MADRID
- **LPS (LIBERACIÓN PSICOSOMÁTICA)**
8, 9 y 10 de junio en MADRID
- **ABRT (ANIMAL BRAIN RELEASE TECHNIQUE) TERAPIA BIOLÓGICA ANIMAL**
16 y 17 de junio en ROMA
- **HO (OSTEOPATÍA HORMONAL)**
28, 29, 30 de junio y 1 de julio en MADRID

LA BARAJA ESPAÑOLA



La baraja española es la reina de las barajas de la cartomancia. Es una de las barajas más complicadas y difíciles de entender, pero una de las más exactas utilizadas como mancia de adivinación



MARÍA ELENA
WICCA, VIDENTE Y EXPERTA EN MUNDO CELTA

mariaelena.net

Es la que más claro te habla de las cosas que te han sucedido o te van a suceder. Incluso te habla de cosas que no debes hacer para incurrir en lo que te ha llevado a un proceso que no ha sido agradable para ti. Te avisa para que no tropieces en la misma piedra en la que has tropezado hasta ahora.

Te dice las posibilidades que tienes y te indica el camino que debes escoger para llegar a donde tú quieres llegar, pero las cartas no te dicen cómo tienes que hacer las cosas sino dónde vas a llegar; la decisión de tomar el camino que consideres más adecuado es tuya.

En las cartas los colores tienen un valor importante ya que son los que nos dicen lo que ha sucedido o va a suceder y su terminación. La baraja española nos dice más en profundidad todo.

La baraja española es la que utilizo casi siempre porque es la más certera, la más cercana y en la que más confío. Y confío en ella porque me ha demostrado, a través de cincuenta años, que te dice lo que no debes hacer, las posibilidades, y te avisa con muchísimo tiempo de antelación. No te dicen exactamente cuándo va a suceder.

La lectura de cualquier mancia no la marcamos nosotros, se marca sola. Hay veces que te indica una fecha con exactitud pero otras no, bien porque está en la lejanía o no es el momento adecuado, incluso te dice por qué no es el momento adecuado en tu vida.

Los palos de la baraja reciben diversas denominaciones, pero teniendo en cuenta que todos ellos provienen del latín, lengua en la que por primera vez se describe este juego en el siglo XVI, han recibido el nombre de Oros, Copas, Espadas y Bastos, cetros o varas.

La diferencia entre el Tarot y la Baraja Española es que esta última es más extensa y representa la corte feudal regida por un Señor y una Señora, acompañados por sus servidores, maestros de armas, y el resto de los números representan al pueblo sometido a esa corte feudal. Por ejemplo, si te sale un caballo y una reina de copas, representa un juicio. Las copas simbolizan a la familia, es la mujer, la parte femenina.

Centro de Meditación

Interiorización de la energía

Ritual de protección del hogar - 9 mayo

Aprende con María Elena cómo proteger tu hogar. Son rituales mágicos sacados de los libros secretos de bibliotecas iniciáticas que María Elena pone a tu disposición, pues genera energías positivas a tu alrededor.

Cromoterapia - 10-11-12 mayo*

Nunca habrás sentido la cromoterapia como lo harás con María Elena. Pruébalo.

Dioses celtas - 16 mayo

Descubre con María Elena todo el panteón celta. Los celtas no dejaron ningún registro escrito precristiano, por lo que nuestro conocimiento de sus dioses está basado en textos greco romanos, que apuntan a que los celtas adoraban a cientos de dioses y diosas.

Trabaja las burbujas de protección 15-16-17 marzo*

Siempre que te sientas vulnerable, intimidado o simplemente necesites protegerte de algo, podrás utilizar este sencillo ejercicio que te ayudará a distanciarte de tu preocupación y te hará sentir seguro y protegido.

Disuélvete con la Tierra 17-18-19 mayo*

Practica una relajación especial que consiste en disolverte poco a poco en la Tierra hasta formar parte de ella. Observarás los beneficios de este ejercicio en poco tiempo y sus efectos se mantendrán en el tiempo.

Sellos de los Dioses - 23 mayo

Contacta con el dios celta más apropiado para que tus necesidades sean cubiertas. Cada dios tiene una particularidad concreta, y para cada necesidad te tienes que dirigir al más apropiado para ello y de una forma concreta. María Elena te lo descubrirá.

Disuélvete con el Aire - 24-25-26 mayo*

Practica una relajación especial que consiste en disolverte poco a poco en el Aire hasta formar parte de él. Observarás los beneficios de este ejercicio en poco tiempo y sus efectos se mantendrán en el tiempo.

Los arcanos mayores - 30 mayo

En esta ocasión, María Elena te descubre el significado práctico de los arcanos mayores para que puedas realizar tus tiradas de cartas con éxito.

Disuélvete con el Agua 31 mayo- 1-2 junio*

Practica una relajación especial que consiste en disolverte poco a poco en el Agua hasta formar parte de ella. Observarás los beneficios de este ejercicio en poco tiempo y sus efectos se mantendrán en el tiempo.

Iniciación al tarot - 6 junio

María Elena tiene amplios conocimientos de todas las mancias, entre ellas el tarot. Descubre los fundamentos y los consejos que te puede dar para que comiences a practicar este arte con éxito.

Disuélvete con el Fuego - 7-8-9 junio*

Practica una relajación especial. Observarás los beneficios de este ejercicio enseguida y sus efectos se mantendrán en el tiempo.

Los arcanos mayores - 13 junio

En esta ocasión, María Elena te descubre el significado práctico de los arcanos mayores para que puedas realizar tus tiradas de cartas con éxito.

Cuencos tibetanos - 14-15-16 junio*

Podrás hacer sonar este elemento espiritual de meditación, distintos tipos de sonidos y verás cómo esas vibraciones te equilibran y mejoran tu estado anímico.

www.mariaelena.net

Asistencia gratuita en una sesión

***Escoge tu turno: Miércoles o Jueves a las 20h., Viernes o Sábado a las 18h.
Conde de Peñalver 5. Reservas ☎610 417 989**





CÓMO CRIAR NIÑOS FELICES
Jessica Joelle
Alexander e Ibën
Dissing Sandahl
PLANETA DE LIBROS

Los secretos del país más feliz del mundo, Dinamarca, reconocido como uno de los países más felices del mundo desde 1973.

En este libro, pionero en su género, los autores nos revelan el secreto de la felicidad de este país: su estilo de crianza. Así es, los padres daneses crían hijos felices que crecen para ser adultos felices que repiten este ciclo. Esto se logra gracias a que desde pequeños, los niños están en contacto con sus sentimientos, tienen seguridad en sí mismos y la capacidad para ver el lado positivo de las cosas.



EL LIBRO DE COCINA VEGETARIANA MÁS FÁCIL DEL MUNDO
J. F. Mallet
LAROUSSE

Ahora sí que no hay excusa. Un simple vistazo a la página, no más de seis ingredientes y en un plis-plas. Así nos ayuda a cocinar el libro de cocina más fácil del mundo. Es muy fácil de usar, porque en cada doble página no hay más que lo estrictamente necesario: fotos de los ingredientes, tiempo de elaboración, pasos a seguir, foto a toda página del plato resultante. Es muy atractivo: fotos bonitas y eficaces, poco texto y en letra clara y grande, pictogramas fácilmente identificables.



LOS DIEZ ESCALONES HACIA LA FELICIDAD
Tony Camo
KEPLER

¿Cuál es el secreto de la auténtica felicidad? Con esta breve pero profunda pregunta Tony Kamo abre la puerta a un mundo de posibilidades. Más allá de lo que cada individuo perciba como felicidad, muchas veces ser feliz se relaciona con momentos, personas, elementos y circunstancias externas a nosotros mismos. Sentimos que es muy poco (o nada) lo que podemos hacer por nuestros medios para lograr la tan ansiada felicidad. Luego, nos preguntamos si la felicidad realmente existe, o si es tan efímera como parece.



SANACIÓN ESENCIAL
Barbara Ann Brennan
ELEFThERIA

Barbara Ann Brennan, fundadora de la Barbara Brennan School of Healing, es una de las sanadoras y líderes espirituales más influyentes del siglo XXI. Ahora, después de veinte años sin publicar, cierra su trilogía de luz con 'Sanación esencial'. En este libro la autora comparte su conocimiento sobre el proceso creativo y el cuarto nivel del aura. El cuarto nivel, o mundo astral es el puente para el impulso creativo que viaja desde los niveles superiores de la realidad y la manifestación al mundo físico.



PONTE EN FORMA SIN PERDER EL TIEMPO
David Marchante
EDICIONES MARTÍNEZ
ROCA

El entrenador personal David Marchante nos propone en este libro romper con todos los mitos del entrenamiento que frenan a mucha gente a la hora de comenzar a ponerse en forma. Con consejos prácticos, tablas de ejercicios y explicaciones claras de cómo realizarlos, David nos explica su método llamado Powerexplosive que consiste básicamente en el entrenamiento eficiente.



LA MENTE ILUMINADA
Culadasa (John Yates)
SIRIO

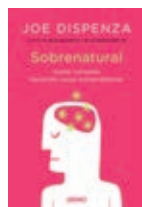
En "La mente iluminada", Culadasa, antiguo profesor de neurociencia y budista ofrece un minucioso mapa del camino a recorrer en el largo y placentero viaje hacia la iluminación. Así como tienes que aprender a caminar antes de poder correr, solo cuando se han dominado las habilidades de una etapa en concreto se puede abordar la etapa siguiente. Una vez que han sido desarrolladas, estas habilidades meditativas dan lugar a unos estados mentales únicos y maravillosos caracterizados por el bienestar y el placer físicos, una profunda satisfacción y paz interior.

DATOS...

■ **4 NIVELES**
en los que opera el mindfulness

■ **15 CONSEJOS**
para no dar ultimátums

■ **80 RECETAS**
que Carissa Bonham ha recopilado
y clasificado como «vegana»



SOBRENATURAL
Joe Dispenza
URANO

Todos podemos cambiar nuestro entorno mediante el poder del pensamiento, no solo para recuperar salud y vitalidad sino también para mejorar nuestra vida. Pero también estamos equipados para conectar con frecuencias que traspasan las fronteras del mundo material. Combinando radicales descubrimientos en disciplinas como la neurociencia o la física de partículas con herramientas del mindfulness y la meditación, el doctor Joe Dispenza presenta un revolucionario programa para acceder al campo cuántico de la posibilidad.



DELICIOSOS SMOOTHIE BOWLS
Carissa Bonham
SIRIO

Cuando descubras los smoothie bowls, los incorporarás a tu dieta para siempre y querrás compartírtelos con todo el mundo. La idea es muy simple: frutas, verduras, superalimentos, cereales, grasas saludables y proteínas, todo en el mismo plato. A partir de ahora, los batidos en bol serán la opción más saludable, nutritiva y apetitosa para tus desayunos, meriendas, cenas y postres. ¿Por qué en bol? La textura cremosa de la base nos permite añadir crujientes y variados ingredientes sólidos a nuestro batido.



MANUAL PRÁCTICO EXPANSIÓN DE CONCIENCIA
Mayla J. Escalera
SENDA DE LUZ

El presente manual práctico se ofrece como instrumento de indagación personal a todos aquellos interesados en crecer a través de procesos de autoconocimiento. Propone un mapa de ruta, que señala áreas de exploración indispensables en cualquier proceso de transformación. Plantea íntimas preguntas de reflexión y aborda las distorsiones que interfieren en la conexión con lo esencial, invitando a mirar hacia dentro para encontrar las propias respuestas. Incorpora HERRAMIENTAS PRÁCTICAS asequibles y aplicables en lo cotidiano.



UNA MENTE EN PAZ CONSIGO MISMA
Byron Katie
URANO

Un título que explora los principales mensajes del Sutra del Diamante, uno de los principales discursos en prosa del budismo. Una obra que nos invita a liberarnos de los pensamientos que nos provocan sufrimiento mediante una nueva y transformadora perspectiva sobre la vida y la muerte. Sencilla y poderosa a un tiempo, esta obra ofrece a las personas de cualquier edad o condición la ocasión de experimentar la realidad tal como es: una fuente de gracia inagotable.



CARTAS CÓSMICAS
Pilar García Gil
KEPLER

Muchas personas consultan la carta astral para prever los desafíos que les planteará la vida y las tendencias de su personalidad. Pocas saben que la astrología ofrece otra posibilidad de predicción y orientación. Se trata de las Cartas Cósmicas o el arte de emplear los signos, los planetas y las casas como mensajes sagrados. Para ayudar a todo aquel que desee aprender a interpretar los mensajes de los astros, "Cartas Cósmicas", el primer manual de este poderoso arte, con toda la información necesaria para iniciarse.



LA MASA MADRE
Sarah Owens
SIRIO

El principal motivo para elegir un pan elaborado con masa madre es su extraordinario sabor. Los ingredientes naturales y el respeto por los tiempos de fermentación artesanal le devuelven su auténtico sabor. Pero, no todos los beneficios se quedan en el paladar, las propiedades nutricionales de la masa madre son innumerables y sorprendentes. Además Sarah Owens es botánica y jardinera, por lo que adorna sus recetas con notas sobre la historia natural de los ingredientes y las sazona con encantadoras anécdotas de jardinería.

■ **10 ETAPAS**
definidas según ciertas habilidades que es necesario dominar para llegar finalmente a la iluminación

■ **200 RECETAS**
fáciles de preparar, sabrosas, variadas, para todas las épocas del año

Mayo

2 Miércoles

ASTRONUMEROLÓGICAMENTE PARA TODO EL PLANETA, 2018-2019-2020 YANG, CALOR Y/O SEQUEDAD; CALOR, NUBES, LLUVIA
Hora: 18:30
Lugar: Cultura Natural
Confirmar asistencia Tl. 636 76 73 35

3 Jueves

RESET COLECTIVO SUZANNE POWELL
Hora: 11:00
Imparte: Suzanne Powell
Lugar: Ecocentro
Reservas suzannepowell.es

4 Viernes

TIEMPO DE TRANSFORMACIÓN
Hora: 19:00
Imparte: Patricia Paulo
Organiza: Encuentros Espirituales para la Evolución de Conciencia
Lugar: Herbolario Navarro C/ Fuencarral 138
Entrada Libre & Donación Consciente

5 Sábado

¡INAUGURACIÓN CENTRO PNEUMA INSTITUTE!
CELEBRACIÓN CON DANZA ORIENTAL, DANZAS DE PAZ, CONCIERTO DE MANTRAS...
Hora: 18:00 Confirmar asistencia
Lugar: Pneuma Institute

6 Domingo

CONFERENCIA SOBRE EL BHAGAVAD GITA
Hora: 13:30
Imparte: Instituto de Estudios Bhaktivedanta
Lugar: Centro Hare Krishna

7 Lunes

GRUPO DE MEDITACIÓN Y ESTUDIO TRANSPERSONAL
Hora: 19:00 (2€)
Imparte: María del Pilar Molina Ruiz
Lugar: Casi Natural
Confirmar asistencia

CLASE DE ASANAS, PRANAYAMA Y RELAJACIÓN
Hora: 20:30 Todos los lunes
Lugar: Centro de Yoga Sivananda Vedanta

CONSULTAS GRATUITAS DE I CHING, FENG SHUI O ALIMENTACIÓN SALUDABLE DEL 7-10 MAYO
Lugar: La Biotika C/ Ayala 71
Reservas actividades@labiotika.es

8 Martes

QI GONG, CUIDADOS Y PREVENCIÓN DE LA SALUD
Hora: 18:00 Confirmar asistencia
Imparte: Javier Herrero
Lugar: Pneuma Institute

CLAVES PARA LA PROSPERIDAD MATERIAL Y ESPIRITUAL
Hora: 18:30
Lugar: Centro Cultural Saint Germain

MEDITACIÓN
Hora: 19:00 Todos los martes
Lugar: Centro de meditación de Self-Realization Fellowship

EVOLUCIÓN ACCELERADA: CONSEGUIR CONCIENCIA UNIVERSAL
Hora: Confirmar asistencia
Tl. 626 15 26 88

9 Miércoles

SAFANDO LA PERSONALIDAD
Hora: 19:30
Lugar: ADASEC
Confirmar asistencia

MEDITACIÓN EN SILENCIO, MANTRAS Y FILOSOFÍA DEL YOGA
Hora: 20:30 Todos los miércoles
Lugar: Centro de Yoga Sivananda Vedanta

10 Jueves

NUTRICIÓN CONSCIENTE Y APOYO EMOCIONAL
Hora: 19:00
Imparten: América Silva y Eva Larrosa
Lugar: Alma, Mente y Cuerpo

SHOWCOOKING GRATUITO*: ANTIHIDRANTES EN TU COCINA CHARLA, TALLER, DEGUSTACIÓN
Lugar: La Biotika
Reservas actividades@labiotika.es
*Gratuito si gastas 5€ en la ecotienda

11 Viernes

DISCERNIMIENTO. CLAVES PARA TOMAR DECISIONES
Hora: 19:00
Imparte: Patricia Paulo
Organiza: Encuentros Espirituales para la Evolución de Conciencia
Lugar: Herbolario Navarro C/ Fuencarral 138
Entrada Libre & Donación Consciente

12 Sábado

JORNADA DE PUERTAS ABIERTAS CLASE DE PRUEBA, MEDITACIÓN, CONFERENCIA, DEGUSTACIÓN VEGETARIANA
Hora: 17:00
Lugar: Centro de Yoga Sivananda Vedanta

MEDITACIÓN
Hora: 19:00 Todos los sábados
Lugar: Centro de meditación de Self-Realization Fellowship

13 Domingo

CONFERENCIA SOBRE EL BHAGAVAD GITA
Hora: 13:30
Imparte: Instituto de Estudios Bhaktivedanta
Lugar: Centro Hare Krishna

MEDITACIÓN EN SILENCIO, MANTRAS Y FILOSOFÍA DEL YOGA
Hora: 19:00 Todos los domingos
Lugar: Centro de Yoga Sivananda Vedanta

14 Lunes

LOS REGISTROS AKÁSHICOS COMO HERRAMIENTA DE CONOCIMIENTO PERSONAL Y EVOLUCIÓN
Hora: 19:15
Imparte: María José Trillo
Lugar: Ecocentro

15 Martes

DESHAZTE DE LA IGNORANCIA. SEÑOR LANTO
Hora: 18:30
Lugar: Centro Cultural Saint Germain

EVOLUCIÓN ACCELERADA: CONSEGUIR CONCIENCIA UNIVERSAL
Hora: Confirmar asistencia
Tl. 626 15 26 88

16 Miércoles

LAS ESENCIAS DE ORQUÍDEAS DEL AMAZONAS, VIBRACIONES PARA EL ALMA
Hora: 19:00
Imparte: Juan José Hervás
Lugar: Ailim

TÉCNICAS DE SANACIÓN INTERIOR
Hora: 19:30
Lugar: ADASEC
Confirmar asistencia

17 Jueves

PÉNDULO HEBREO
Hora: 19:00
Imparten: Eloisa Gómez
Lugar: Alma, Mente y Cuerpo

SHOWCOOKING GRATUITO*: MACROBIÓTICA CHARLA, TALLER, DEGUSTACIÓN
Lugar: La Biotika
Reservas actividades@labiotika.es
*Gratuito si gastas 5€ en la ecotienda

18 Viernes

INICIACIÓN REIKI NIVEL I. GRATUITO PARA DESEMPLEADOS, PENSIONISTAS Y ESTUDIANTES
Hora: 10:00 a 14:00
Lugar: Fundación Sauce
Confirmar asistencia

TALLER DE TRANSGENERACIONAL
Hora: 17:30
Imparte: María del Pilar Molina Ruiz
Lugar: Casi Natural
Confirmar asistencia

PRESENTACIÓN TALLERES: DE VOZ, CORO DE MANTRAS, CANTO DE ARMÓNICOS, TAMBOR CHAMÁNICO, TERAPIA DE SONIDO
Hora: 18:00
Confirmar asistencia
Imparte: Jesús Cicuéndez
Lugar: Pneuma Institute

CENTROS DÓNDE SE IMPARTEN CONFERENCIAS

A.D.A.S.E.C.
C/ Fuencarral, 45
Tl. 683 407 410

Alma, Mente y Cuerpo
C/ Quintana 2, 2D
Tl. 629 414 159

Asociación Española Tao Yin
C/ Duque Fernán Núñez, 2
Tl. 91 429 16 40

Biocentro La Canela
C/ Espoz y Mina, 3
Tl. 91 531 49 04

Casi Natural
C/ Nieremberg, 21
Tl. 91 210 91 48

Centro Ailim
Avda. Pablo Neruda, 120 L-1
Tl. 91 777 66 72

Centro Cultural Saint Germain
C/ Cadarso, 19 bis (pasaje)
Tl. 622 835 277

Centro de meditación de Self-Realization Fellowship
C/ Dr. Federico Rubio y Galí, 73
Tl. 678 90 60 05

Centro Hare Krishna
C/ Espíritu Santo, 19, local
Tl. 91 521 30 96

Centro de Yoga Sivananda Vedanta
C/ Eraso, 4.
Tl. 91 361 51 50

Ecocentro
C/ Esquilache, 4
Tl. 91 553 55 02

ENSEÑANZAS DE BUDA. CLAVES DE FELICIDAD

Hora: 19:00
Imparte: Patricia Paulo
Organiza: Encuentros Espirituales para la Evolución de Conciencia
Lugar: Herbolario Navarro C/ Fuencarral 138
Entrada Libre & Donación Consciente

19 Sábado

ASANAS, PRANAYAMA Y RELAJACIÓN

Hora: 17:00 Todos los sábados
Lugar: Centro de Yoga Sivananda Vedanta

BUDA, SABIDURÍA ANTIGUA PARA TIEMPOS MODERNOS- CONFERENCIA Y MEDITACIÓN

Hora: 18:00
Imparten: Patricia Paulo y Martín Anello
Organiza: Encuentros Espirituales para la Evolución de Conciencia
Lugar: Espacio Ronda
Ronda de Segovia, 50, Madrid
Entrada Libre & Donación Consciente

20 Domingo

MEDITACIÓN

Hora: 10:00 y a 17:30 Todos los domingos
Lugar: Centro de meditación de Self-Realization Fellowship

CONFERENCIA SOBRE EL BHAGAVAD GITA

Hora: 13:30
Imparte: Instituto de Estudios Bhaktivedanta
Lugar: Centro Hare Krishna

21 Lunes

GRUPO DE MEDITACIÓN Y ESTUDIO TRANSPERSONAL

Hora: 19:00 (2€)
Imparte: María del Pilar Molina Ruiz
Lugar: Casi Natural
Confirmar asistencia

PROFUNDIZANDO EN LOS REGISTROS AKÁSHICOS COMO HERRAMIENTA DE CONOCIMIENTO

Hora: 19:15
Imparte: María José Trillo
Lugar: Ecocentro

22 Martes

EL ARTE DE LOS DECRETOS. BIJA MANTRAS

Hora: 18:30
Lugar: Centro Cultural Saint Germain

ESTE VERANO SUMÉRGETE EN LA PNL

Hora: 19:30
Imparte: Gustavo Bertolotto (IPH Instituto Potencial Humano)
Lugar: Ecocentro
Reservas iph@institutopotencialhumano.com

EVOLUCIÓN ACELERADA: CONSEGUIR CONCIENCIA UNIVERSAL

Hora: Confirmar asistencia
Tl. 626 15 26 88

23 Miércoles

LAS RELACIONES PERSONALES

Hora: 19:30
Lugar: ADASEC
Confirmar asistencia

24 Jueves

MEDITACIÓN

Hora: 19:00 Todos los jueves
Lugar: Centro de meditación de Self-Realization Fellowship

LA CARA ES EL REFLEJO DEL ALMA PERO TAMBIÉN EN ELLA PODEMOS VER COMO ESTÁN TODOS NUESTROS ÓRGANOS ¿TE INTERESA?

Hora: 19:15
Imparte: M. Rosa Casal
Lugar: Ecocentro
Reservas info@escueladevida.es

25 Viernes

VIDEO INSPIRATIVO

Hora: 19:00
Lugar: Centro de meditación de Self-Realization Fellowship

PERDÓN Y TRANSMUTACIÓN DEL KARMA

Hora: 19:00
Imparte: Patricia Paulo
Organiza: Encuentros Espirituales para la Evolución de Conciencia
Lugar: Herbolario Navarro C/ Fuencarral 138
Entrada Libre & Donación Consciente

LUZ VERDE EN CORAZONES: AROMATERAPIA CONSCIENTE

Hora: 20:00
Imparte: Clara Sepúlveda
Lugar: Polideportivo Las Cruces Av/ de los Poblados 72, Madrid

26 Sábado

LUZ VERDE EN CORAZONES TALLER: DANZA CON TU FEMENINO Y MASCULINO

Hora: 12:30
Imparte: Ariana Sánchez
Lugar: Polideportivo Las Cruces Av/ de los Poblados 72, Madrid

MEDITACIÓN EN SILENCIO, MANTRAS Y FILOSOFÍA DEL YOGA

Hora: 19:00 Todos los sábados
Lugar: Centro de Yoga Sivananda Vedanta

27 Domingo

CONFERENCIA SOBRE EL BHAGAVAD GITA

Hora: 13:30
Imparte: Instituto de Estudios Bhaktivedanta
Lugar: Centro Hare Krishna

LUZ VERDE EN CORAZONES RUEDA ENERGÉTICA GUIADA

Hora: 19:30
Imparte: J.L. Castañares
Lugar: Polideportivo Las Cruces Av/ de los Poblados 72, Madrid

28 Lunes

LOS REGISTROS AKÁSHICOS, UNA POTENTE HERRAMIENTA PARA LOS PADRES

Hora: 19:15
Imparte: María José Trillo
Lugar: Ecocentro

CLASE DE ASANAS, PRANAYAMA Y RELAJACIÓN

Hora: 20:30 Todos los lunes
Lugar: Centro de Yoga Sivananda Vedanta

29 Martes

BIENVENIDOS A LA LIBERACIÓN DE VUESTRO ALMA

Hora: 18:30
Lugar: Centro Cultural Saint Germain

EVOLUCIÓN ACELERADA: CONSEGUIR CONCIENCIA UNIVERSAL

Hora: Confirmar asistencia
Tl. 626 15 26 88

30 Miércoles

LA FILIACIÓN DIVINA DEL SER HUMANO

Hora: 19:30
Lugar: ADASEC
Confirmar asistencia

Junio

3 Domingo

CONFERENCIA SOBRE EL BHAGAVAD GITA

Hora: 13:30
Imparte: Instituto de Estudios Bhaktivedanta
Lugar: Centro Hare Krishna

5 Martes

LOS REGISTROS AKÁSHICOS COMO HERRAMIENTA DE CONOCIMIENTO PERSONAL Y EVOLUCIÓN

Hora: 19:15
Imparte: María José Trillo
Lugar: Ecocentro

6 Miércoles

NO MUERTE, ARMAS DE DESTRUCCIÓN. SÍ VIDA, ARMAS DE DETECCIÓN: ELECTRICIDAD, GAS; LEY DE PAZ

Hora: 18:30
Lugar: Cultura Natural
Confirmar asistencia Tl. 636 76 73 35

CONSULTA
LOS CURSOS
Y TALLERES
EN LA AGENDA

ESPACIOHUMANO.COM/AGENDA



Ecotienda La Biotika
C/ Ayala 71
actividades@labiotika.es

Escuela de Vida
Tl. 695 309 809

Escuela
Internacional
de Escucha
Craneal Laloux
C/ Abada 2, 2º 8 izq
Tl. 636 40 51 28

Espacio Encuentro
C/ Doctor Cortezo, 17 2º
Tl. 633 296 978

Espacio Orgánico
Carretera de Fuencarral, 1
C.C. Río Norte,
Alcobendas
Tl. 91 657 25 15

Fundación Sauce
C/ Rafael Calvo 30, 1º C
Tl. 91 591 99 95

Herbolario
Rosa de Indias
C/ Empedrada, 8
Villanueva de la Cañada
Tl. 91 815 76 24

La Biotika. Aula de estudios
C/ León 37, 1º
Tl. 91 429 07 80

La Biotika restaurante
C/ Amor de Dios, 3
Tl. 91 429 07 80

Pneuma
Institute
C/ Virgen
del Coro, 5
Tl. 693 77 82 53

Salmah,
centro
de oncología
integrativa
C/ Núñez de
Balboa, 42 bajo
Tl. 911 367 694

Acupuntura

CENTRO SOL Y LUNA
Tl. 91 544 98 21



**ACUPUNTURA
OSTEOPATÍA**
BELÉN BENITO
660 456 944
www.acupunturaymas.com
belen.mtch@hotmail.com

Astrología

CONCHITA CARRAU
Tl. 625 54 70 50

AtlasProfilax

DAVID VIÑÉS
Tl. 91 522 54 16

Ayurveda

BHARAT NEGI
Tl. 600 720 357
CENTRO ESTUDIOS AYURVÉDICOS
Tl. 600 236 954

Biodanza

ESPACIO ENCUESTRO - SANDRA DE RIVAS
Tl. 633 296 978

Biodescodificación

DANIEL GAMBARTTE
ajnacentroholistico@yahoo.com



EBO
ESPACIO DE BIODESCODIFICACIÓN
Acompañantes terapéuticos - Escuela francesa
Trastornos físicos y comportamentales
Madrid: Plaza Castilla / Chamartín
Tres Cantos, Villaverde Alto, Online
ebd.madrid@gmail.com
(34) 617 416 296 / 696 227 520

Casas Rurales y de Salud

**POSADA CIERZO
Y SABINA (ZARAGOZA)**
Tl. 656 341 071
**LA HOSPEDERÍA
DEL SILENCIO (CÁCERES)**
eco@ecocentro.es
**CASA DE REPOSO LOS MADROÑOS,
CASTELLÓN**
Tl. 964 76 01 51



lacasatoya
-Lo mejor para tus cursos-
**BUFFET LIBRE y
SALAS GRATIS**
Gran sala circular de 180 m2
Tel: 976609334-625547050
Aluenda, a 2 h. de Madrid por
la autovía A-2 (1 h. en AVE)
www.lacasatoya.com

Coaching

BEGOÑA RAMOS
Tl. 91 032 77 15
3CONTIGO
Tl. 911 367 694



CENTRO AILIM
91 777 66 72 centroailim@ailim.es www.ailim.es
Tienda Natural y Centro de Terapias Alternativas
CONSTELACIONES FAMILIARES
Formación profesional, talleres,
consulta individual y monográficos
PRÓXIMO TALLER MONOGRÁFICO:
23 MAYO 19 H
**CONSTELACIONES: EL CAMINO
DESDE LA VISIÓN DEL CORAZÓN**
"Para más información visita nuestra web"

NUEVAS CONSTELACIONES FAMILIARES

- Talleres de medio día
- Talleres intensivos fin de semana
- FORMACIÓN para ser constelador
CRISTINA CÁCERES MANGAS
www.cristinacaceresmangas.com
info@cristinacaceresmangas.com
Tlf. 654 42 65 41

Constelaciones Familiares

INSTITUTO DE CONSTELACIONES FAMILIARES
BRIGITTE CHAMPETIER
Tl. 91 425 23 29

Craneosacral

**ESCUELA INTERNACIONAL
DE ESCUCHA CRANEAL LALOUX**
Tl. 636 40 51 28

Chikung/QiGong

JANÚ RUÍZ
Tl. 656 676 231

Desarrollo Personal

IN CORPORE - ANTONIO DEL OLMO
Tl. 607 962 671
ALMA MENTE Y CUERPO
Tl. 629 414 159
CURSO ACCELERADO DE EVOLUCIÓN
Tl. 626 15 26 88
LUZ VERDE EN CORAZONES
Tl. 649 99 53 00
MARÍA ELENA
Tl. 610 417 989
VIVENCIA ESENCIAL
Tl. 683 407 410

Dietética

ESCUELA DE VIDA MARÍA ROSA CASAL
Tl. 695 309 809
COOK AND RELAX
lacocinaalternativa.com
LA VEGGYTECA
laveggyteca.com
LA BIOTIKA
Tl. 91 429 07 80
SERGIO GARCÍA CALVILLO
Tl. 635 856 021

Ecotiendas/Herbolarios

EL VERGEL
Tl. 91 737 33 35

ESPACIO ORGÁNICO

Tl. 91 657 25 15
ECOMAX
Tl. 910 56 87 07
ECOCENTRO
Tl. 91 553 55 02



LACANELA
ecotienda • fitoterapia
alimentación: vegan • glutenfree • raw
cosmética bio • libros • regalos...
Español y Más 3 11 91 531 49 04 • SOL
www.lacanelabiocentro.com
@biocentro La Canela @lacanelana



ROSA de INDIA
HERBOLARIO
Productos Biológicos
Flores de Bach
Cosmética Natural
Naturopatía
Dietas
Reiki / Tarot
C/ Empedrada, 8 • Villanueva de la Cañada
Tel: 91 815 76 24 • www.rosadeindia.com

Espiritualidad

INSTITUTO DE ESTUDIOS
BHAKTIVEDANTA
Tl. 91 521 30 96



ENCUENTROS ESPIRITUALES
Evolución de Conciencia
CONFERENCIA Y MEDITACIÓN
Patricia Paulo y Martin Anello
PROPÓSITO
*encontrando sentido
...a tu vida...*
ENTRADA LIBRE • DONACIÓN CONCIENCIA
SABADO, 21 Abril 18HS
ESPACIO RONDA
Ronda de Segovia 50 Madrid
Metro: Puerta de Toledo
INFO: 654 84 59 58
www.encuentroespirituales.org



MEDIUM DANIEL
te ofrece
**contacto con tus seres queridos
en el MAS ALLÁ**
La prueba de la continuación de nuestra vida
en otra dimensión del planeta.
Atención personal en mi despacho
en Madrid o vía Skype o WhatsApp videochat
SESIONES EN CASTELLANO, INGLÉS Y ALEMÁN
910 57 05 35
mediumdaniel@gmx.com

Feminidad

GUADALUPE CUEVAS
Tl. 615 519 703

Fertilidad

FERTILIDAD EMOCIONAL
Tl. 633 812 344

Grafoterapia

**CENTRO DE GRAFOTERAPIA
Y MEDICINAS ENERGÉTICAS**
Tl. 91 532 18 35

Hipnosis / Terapia Regresiva

MAR MARCOS
Tl. 650 02 85 82
**BANDA GÁSTRICA VIRTUAL - INSTITUTO
SCHAROVSKY**
Tl. 636 240 073

Kinesiología



Casi Natural
Naturopatía - Kinesiología
Transpersonal - Otras Vidas
Par Biomagnético, EFT
Constelaciones Familiares
912 109 148 Madrid
www.casinatural.com

Kogo

NATACHA DE CORTABITARTE
Tl. 667 297 936

Librerías

EL ALMAZÉN NATURAL
Tl. 91 781 77 60

Meditación/Mindfulness



SELF REALIZATION FELLOWSHIP
AWAKE
"The Life of Awakening"
PRÓXIMA PROYECCIÓN
17 mayo 20:30 h
Cine Palacio de la Prensa
CALLEJÓN
Reservas e información:
Tl. 678 90 60 05

Naturopatía

SYMBIONT HEALING ESPAÑA
Tl. 911 138 288
MAR MARCOS
Tl. 650 02 85 82

MEDICINA ALTERNATIVA NATURAL Y ESPIRITUAL

Consultas gratis

Se atiende todo tipo de problemas

Tl. 602 54 25 79

Nutrición Ortomolecular

TERESA PELÁEZ
Tl. 91 400 89 53



Ventas - Alquileres - Trapasos

Si quieres desarrollar tu trabajo como terapeuta en un centro de prestigio, con buen ambiente de trabajo, en el Barrio de Salamanca, tenemos el despacho que necesitas, y puedes disponer de él sólo el tiempo que te haga falta.
Recepción 8 horas diarias
También ALQUILAMOS SALAS para clases, cursos o talleres

Centro EL GIRASOL
www.elgirasol.es
C/Ayala 65 TL 91 309 23 82
matildegirasol@gmail.com

EL ÁTICO C/ Francos Rodríguez 47
<M> L 7 FRANCOS RODRÍGUEZ O L 1 ESTRECHO
Alquiler de sala 40m. www.centroelatico.net
TL 91 450 35 07 - 691 480 916
centroelatico@gmail.com

ALQUILER DE SALAS
PARA CURSOS Y/O TERAPIAS. ZONA
CHAMBERÍ. FUNDACIÓN SAUCE.
TL 91 591 99 95

Centro de Terapias de Vanguardia
ALQUILA:
• Salas de 20, 25, 50 m²
• Despachos

En Goya, 83, junto Corte Inglés.
Metro Goya www.centrolus.es
Telf: 675132885 / 679124716

ALQUILER DE SALAS PARA YOGA, TRICHÍ,
MASAJES, CHARLAS, MEDITACIÓN.
TL 91 531 49 04. METRO SOL.

AULA DE ESTUDIOS LA BIOTIKA, SE ALQUILAN
VARIAS SALAS ACONDICIONADAS PARA
TERAPIAS, CURSOS, CONFERENCIAS,
CELEBRACIONES. INFORMACIÓN horario de
Lunes a Viernes de 9:30 a 13:30 TL. 646 856
428 O LABIOTIKA@GMAIL.COM

SE ALQUILA DESPACHO TRANQUILO Y
LUMINOSO EN ZONA GOYA RETIRO.
TL. 609 889 557

**Sala grande (100 m²)
Despacho (15 m²)**

633 296 978
info@espacio-encuentro.com
www.espacio-encuentro.com

CASI NATURAL - ALQUILER
SALA EN PLANTA CALLE, 31 m²,
35 SILLAS, ESPEJO
CUBRIENDO TODA UNA PARED,
PROYECTOR, PANTALLA,
EQUIPO SONIDO, MICRÓFONO,
ALTAVOCES, WI-FI, CAMILLAS,
COJINES, MANTAS, AIRE CALOR-FRÍO.
CALLE
NIEREMBERG, 21 - ALFONSO XIII
TL. 91 210 91 48

ALQUILER DE SALAS ZONA ANTÓN MARTÍN
C/ ATOCHA. TL 91 429 16 40

Mensajes

AMISTAD

Me llamo María Jesús. Tengo 58 años y padezco depresión. Me gustaría conocer a alguna buena persona en la elipa para salir. También me gustaría regalasen libros de autoayuda. Gracias.
Tlf. 615 980 511

Me gustaría conocer a mujeres con edad entre 65 a 70 años aproximadamente, que sean sencillas y con valores humanos, para una sana amistad o relación de pareja (todas las personas nos necesitamos y la amistad siendo sana nos enriquece.)
Tlf. 622 415 478.

Chico de 49 años, 1,78, 81, soltero, aspecto juvenil, con gusto por la escritura, la lectura, conferencias, los paseos, la buena conversación, el deporte, la cocina, los animales, el ajedrez, etc, desea entablar amistad con ambos sexos de similares características para amistad.
jlmelsol@hotmail.com.
Tlf. 660 841 423. Madrid

Señora de 73 años, viuda y viviendo sola, desearía amistad de ambos sexos de similares características. Soy sencilla con de valores humanos y desaría que la amistad por mi cuenta sería de verdad, pues quisiera encontrar a la persona a la que pueda dejar su patrimonio, si a esa persona le interesa y también tiene valores humanos similares a los míos. Llamar de 19 a 22 al
Tlf. 608 975 126

¿Tienes entre 50 y 70 años?
Apúntate a hacer esas actividades a las que tus amigos no te siguen, conoce gente nueva que busca divertirse compartiendo actividades en tu tiempo libre. Mas información:
mariamdelolmo@yahoo.es

Señor de 72 años desea contactar con mujeres mayores de 65 años para una sana amistad. Llamar de 23 a 24 horas al **Tlf. 686 986 911.**

Soy soltero y me gustaría contactar con mujeres de cualquier edad, para una bonita amistad. Un saludo.
Tlf. 653 210 133

VARIOS

¿Qué es el amor verdadero? Si quieres profundizar en el conocimiento y la experiencia del amor verdadero a uno mismo, a los compañeros, a la familia, a la pareja, a la sociedad, a la naturaleza, al universo, nos reunimos el segundo sábado de mes a las 17,45 h. en Ronda de Segovia, 50, Madrid (Metro Puerta de Toledo). Página http://www.encuentrosconelamores/, correo info@encuentrosconelamores/, es **Tlf. 699502139**

**Promoción de eventos con
LUZ VERDE EN CORAZONES
26, 27 y 28 Mayo 2018**

**Viernes, Sábado y Domingo: Talleres de Crecimiento Personal
EN EL POLIDEPORTIVO LAS CRUCES MADRID**

Biodanza **Charlas sobre Salud**

Danza con tu Femenino y Masculino TALLER **Masaje Oriental** **La Nueva Relación Mujer-Hombre**

Frecuencias Energéticas y Frutoterapia **Integración** **Expresiva** **Rueda de Sanación**

TALLERES GRATUITOS
PARA PAGAR LA SALA: ENTRADA SÁBADO Y DOMINGO 8€/DÍA
ENTRADA VIERNES 5€/DÍA

En Polideportivo Las Cruces Avenida de los Poblados 72, Madrid
METRO LÍNEA 5 ALUCHE / RENFE: LÍNEA C5 ALUCHE / AUTOBÚS: LÍNEAS 121, 131 Y 139

INFORMACIÓN Y RESERVAS:
Jose Luis Castañares Tl. 649 99 53 00
info@luzverdeencorazones.com
www.luzverdeencorazones.com

¿Quieres enviar un mensaje al tablón de anuncios?

1) Por e-mail (info@espaciohumano.com),
o 2) Por correo postal
(C/ Leñeros, 52, local 1.
Madrid 28039)

NO cogemos mensajes por teléfono.

ES IMPRESCINDIBLE EL ENVÍO DE UNA COPIA DEL DNI.

Máximo 40 palabras.

Una vez llena la sección, guardaremos los mensajes recibidos para el mes siguiente.

Sólo publicamos en esta sección ACTIVIDADES GRATUITAS, NO VENTAS

ESPACIO HUMANO no se hace responsable de la veracidad de los anuncios. Gracias.

Mujeres libres,
pueblos que
avanzan

Observa, piensa y actúa
Confía en la fuerza de las mujeres
para erradicar la pobreza

Hazte socio/a
mujeres-libres.org
900 111 300
#mujereslibres



ESPACIO
HUMANO

**CAMPAÑA
Verano**

Las vacaciones
se planifican con tiempo
¡Anúnciate!
Nuestros lectores
te están esperando

Descuentos especiales

JUNIO Especial Vacaciones
JULIO-AGOSTO Esp. Vacaciones

Tl. 91 311 79 21
contacto@espaciohumano.com
espaciohumano.com

**Vidente Natural
SANTIAGO LÓPEZ**
Veo cosas
sin que me preguntes.
Sólo con oír tu voz

806 403 283
981 010 404

**OFERTAS VISA: 10 min x 8€
30 min x 20€**

coste máximo: red fija: 1,21 red móvil: 1,57 €/min. IVA incluido.
Mayores 18 años. Regalón de Visa Ivan y Eric S.L. Ap. Correo 6.43870 Aranda

CONSULTA LA AGENDA
DE CURSOS EN

ESPACIOHUMANO.COM/AGENDA

ESPACIO
HUMANO

CORAL
Vidente Tarotista
Especialista en Magia Amorosa
Clara, Directa y Sincera

806 50 10 51
No te fallaré,
este es mi lema

932 644 140
muy económica

Coste más mínimo: Tarjetas: 1,21 Red Móvil: 1,57 IVA incl. Mayores 18 años. C/R Suarez Agudo 822 17011 Girona

Boletín de Suscripción

ESPACIO
HUMANO

Si deseas recibir la revista en papel cada mes en tu domicilio suscríbete por 25€ al año (IVA incluido)

Nombre NIF

Dirección

Localidad y provincia C.P. Teléfono

Desde N°

Formas de pago: (a elegir una)

- Transferencia al BBVA ES83 0182 4032 7902 0163 2564 a nombre de Evolución Humana S.L. (adjuntar copia)

- Pago domiciliado. Rellene datos bancarios. Titular:

N° de cuenta (IBAN + 20 dígitos)

Enviar a
**ESPACIO
HUMANO**
C/ Lefteros 52, Local 1
CP 28039 Madrid
o por email a
info@espaciohumano.com

EVENTO

COFENAT CELEBRARÁ SU CONGRESO NACIONAL EN EL MARCO DE EXPOECOSALUD

Madrid, 19 de mayo

Madrid ha sido de nuevo el lugar escogido para que la Asociación Nacional de Profesionales y Autónomos de las Terapias Naturales, COFENAT, celebre su congreso, el día 19 de mayo, que se enmarca por segundo año en la vigesimosexta edición de ExpoEcoSalud, que tendrá lugar del 18 al 20 en la Feria de Madrid, IFEMA.

La inauguración del Congreso Nacional de COFENAT, que este año celebra su VI edición, correrá a cargo del presidente nacional de la asociación, Roberto San Antonio-Abad, que expone las claves de la situación del sector y de la necesaria regulación de cara a los profesionales y a los más de 300.000 usuarios diarios de las Terapias Naturales en España.



En este sentido, San Antonio-Abad invita a todos los socios de COFENAT y profesionales del sector de las Terapias Naturales que participen en el VI Congreso Nacional de Terapias Naturales de COFENAT. "Es una excelente jornada para conocer de cerca las Terapias Naturales, pero también para insistir en su regulación. Por eso, tenemos que conseguir que haya un aforo completo", detalla.

Más info: cofenat.es Reserva plaza Tl. 913 142 458 dpto.comunicacion@cofenat.es

CENTRO DE YOGA SIVANANDA VIAJE HACIA EL SENTIDO DE LA VIDA

del 26 de mayo al 1 de junio

7 días de práctica de yoga y melodías de sabiduría oriental. Con música en vivo: canto, flauta, oboe y tablas. Todos los conciertos y recitaciones musicales gratuitas. Se agradecen donativos de frutas y flores.

Más info: Tl. 91 361 51 50 sivananda.es/eventos/viaje-hacia-el-sentido-de-la-vida

EVENTO LUZ VERDE EN CORAZONES

del 25 al 27 de mayo

3 días de talleres de crecimiento personal y conferencias: Chi Kung, Aromaterapia consciente, Frutoterapia, Biodanza, Yoga, Nutrición,... Los talleres son gratuitos. La entrada para pagar el recinto es de 8€/día, salvo el viernes 5€.

Más info: Tl. 649 99 53 00 luzverdeencorazones.com Polideportivo Las Cruces Av. de los Poblados 72

MÚSICA

IX FESTIVAL MANTRAS 2018

Llega la novena edición del festival de música transcendental "Mantras", que este año se celebrará en Madrid del 21 al 24 de Junio en Teatro Fernán Gómez - Centro Cultural de la Villa.

Una nueva ocasión para contemplar remotas tradiciones musicales, vibraciones desconocidas, bailes que llevan al trance y fusiones inesperadas. Un festival único en nuestro país que no deja a nadie indiferente.

El festival estará organizado, como en ediciones anteriores, por la Fundación Ananta, entidad sin ánimo de lucro que destinará los beneficios que obtenga a sus programas solidarios.

Y contará como en años anteriores con la colaboración del Área de las Artes del Ayuntamiento de Madrid.

PROGRAMACIÓN

Jueves 21 de junio al domingo 24 de junio de 2018

SOLSTICIO DE VERANO

Mark Pulido - Jueves 21 de junio - 21 horas

MONJES TIBETANOS TASHI

LHUNPO (TIBET) - Viernes 22 de junio - 21 horas

PREM JOSHUA & BAND (ALEMANIA/INDIA)

Sábado 23 de junio - 21 horas

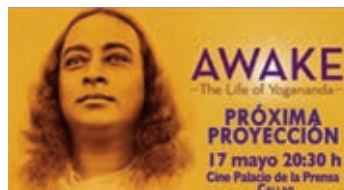
LOS DERVICHES DEL NILO SUFI (EGIPTO)

Domingo 24 de junio - 20 horas
+info festivalmantras.com
fundacionananta.org

Y ADEMÁS...

KIRTAN PIZZA

Todos los sábados.
Hora: 18.30 Lugar:
Centro Hare Krishna
C/Espíritu Santo, 19.
+info Tl. 648 93 18 85
iebhaktivedanta.es



REESTRENO AWAKE, LA VIDA DE YOGANANDA

17 de mayo, Cine Palacio de la Prensa

Nueva ocasión para disfrutar este magnífico documental sobre la vida de Yogananda, sobre el que el periódico New York Times dijo: "Emocionante, cautivadora... suficiente para hacer que un alma moderna mire hacia su interior"

Reserva de entrada en youfeelm.com

OFERTAS

CENTRO AILIM

Armonización energética con cromoterapia frecuencial + terapia de sonido
Sesiones 1 hora: 30€

EL VERGEL

Descuentos diarios en el acto de hasta el 20% con la Tarjeta de Cliente El Vergel

EXPOECOSALUD

50% de descuento en la entrada válida para los días sábado 19 y domingo 20 de mayo. Recorta el cupón del anuncio que tienes en la página del interior de la portada y entra por solo 5€

COFENAT

25% de descuento en la cuota anual de socio

CASI

NATURAL

Del 1 al 31 de mayo 20% de descuento en primera consulta de Kinesiología

KOGO

Gratis un diagnóstico de la piel para el tratamiento personalizado valorado en 60€

EXPERIENCIA ONE

50€ de descuento en Reconnective Healing con Eric Pearl en Julio con el código EH18

BUSCA EL ANUNCIO PARA + INFO

www.federeiki.es

¿Estás buscando un Curso o Tratamiento de
REIKI...?



La Federación es tu *Garantía*

Si quieres aprender o recibir Reiki...

- ✓ 5.000 Federados en toda España
- ✓ Base de datos pública
- ✓ Busca un Federado en tu zona
- ✓ Exíge el material oficial en tu curso

Si eres Maestro o Terapeuta de Reiki...

- ✓ Descubre las ventajas de ser Federado
- ✓ Formación Avanzada continua y gratuita
- ✓ Cursos Online y Presenciales
- ✓ Material oficial de calidad para tus cursos



Supermercados Ecológicos



elvergelecológico.com
venta online 24 h 365 días

Más de 15 años
vendiendo salud

Especialistas



Productos
Sin Gluten



Productos
Veganos



Tarjeta de Cliente

descuentos en el acto en tus
compras de hasta el 20%



Además, si encuentras el mismo producto más económico en otro establecimiento, ¡¡te **devolvemos** el doble de la diferencia!!

Príncipe Pío

Pº de la Florida 53
91 547 19 52



Avda de América

López de Hoyos 72
91 737 33 35



Ciudad Lineal

Albasanz 2
91 113 84 35

* Consultar devolución doble de la diferencia en nuestros supermercados.

FÓRMATE CON NOSOTROS

Abierto plazo de matriculación
en el Instituto de Estudios Naturales el Vergel



NATUROPATÍA



KINESIOLOGÍA



HERBODIETÉTICA



ACUPUNTURA
PRÁCTICA



HEALTH
COACHING



FORMACIÓN DOULAS
COACHING EN MATERNIDAD