

EJEMPLAR GRATUITO

ESPACIO

HUMANO

espaciohumano.com

nº232



septiembre  
2018



**CONECTA CON TUS DONES**

**SALUD NATURAL ¿ES CIENTÍFICA LA MEDICINA AYURVEDA? POR JOSÉ MANUEL MUÑOZ  
ESTILO DE VIDA TAO YIN K.Y. PARA UNA RENOVACIÓN CELULAR POR JAVIER MANRIQUE DE LARA  
DESARROLLO PERSONAL CONSTRUIR RELACIONES SANAS POR CRISTINA CÁCERES**



Centro de Estudios  
**Ayurvédicos**

*Te ayudamos a conseguir conocimientos fieles a la tradición milenaria y adaptados a tus necesidades*

## La mejor Formación de **Āyurveda** en **MADRID** *Nuevas convocatorias: octubre 2018 a julio 2019*

### **DIPLOMA EN ALIMENTACIÓN Y MASAJE ĀYURVEDA**

Iníciate en la práctica del Āyurveda. La alimentación tiene una influencia decisiva sobre nuestra salud, y el oleado proporciona resultados rápidos frente a la mayoría de las enfermedades.

#### **DIPLOMA AVANZADO EN ĀYURVEDA**

Desarrolla el método clínico, diagnóstico y tratamientos de Āyurveda.

#### **DIPLOMA DE POSGRADO EN ĀYURVEDA**

Profundiza en las especialidades clínicas del Āyurveda y en los tratamientos de "Panchakarma".



#### **¿Por qué elegirnos?**

*Currículo Completo en Tres Cursos Anuales.  
Dirección y Profesorado Nativo.  
Prácticas Clínicas.  
25 cursos presenciales  
Más de 300 alumnos de 10 nacionalidades.  
Más de 1000 pacientes.*

**INFÓRMATE**  
**NOVEDADES CEA 2019**  
**formación online**  
**talleres monográficos**

#### **CONSULTAS Y TRATAMIENTOS DE ĀYURVEDA EN MADRID**

**Dra. PRACHITI KINIKAR**

Graduada en Medicina Ayurveda.  
(BAMS, Universidad de Pune, India)  
Consultora y profesora internacional



[www.centroayurveda.es](http://www.centroayurveda.es)  
[secretaria@centroayurveda.es](mailto:secretaria@centroayurveda.es)  
Teléfono: (0034) 600236954  
f Centro de Estudios Ayurvédicos



# A mí me dan Terapias Naturales ¿y a ti?



Desde 1984 creciendo a tu lado.  
Y gracias a ti estamos al lado de más de 11.500 socios  
y más de 200 escuelas acreditadas.

¿Aún no perteneces a COFENAT?  
Crece con nosotros. La unión hace la fuerza.

Somos Profesionales. Somos COFENAT

aptn  
cofenat

Lo natural es estar regulado



SEPTIEMBRE 2018 - Nº 232



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 NOS AFECTA EL METABOLISMO DE LOS HIDRATOS DE CARBONO

Andrea Bretones  
Pág. 6

### ALIMENTOS QUE NOS AYUDAN A SER MAS FELICES

María Rosa Casal  
Pág. 10

### ¿SE DEMUESTRA QUE LAS TERAPIAS NATURALES NO MATAN!

Roberto San Antonio-Abad  
Pág. 14

### KIMCHI, EL SUPERFOOD DE LOS VEGETALES FERMENTADOS

Mario Sánchez Ecija  
Pág. 18

### TRATAMIENTO DE LA ARTICULACIÓN TEMPOROMANDIBULAR

Carmen Benito  
Pág. 22

### ¿ES CIENTÍFICA LA MEDICINA AYURVEDA?

José Manuel Muñoz  
Pág. 24

### EQUILIBRIO EMOCIONAL CON KINESIOLOGÍA APLICADA

Manuel J. Álvarez Rodríguez  
Pág. 28

### EXTRACTO DE SEMILLA DE UVA

Equipo Scheller  
Pág. 30

### TAO YIN K.Y. PARA UNA RENOVACIÓN CELULAR

Javier Manrique de Lara  
Pág. 32

### REIKI Y MEDITACIÓN DE LA CIENCIA Y EL HUMANISMO

Miguel Alameda  
Pág. 36

### HISTORIAS ESPIRITUALES: LOS CIEGOS Y EL ELEFANTE

Ramiro Calle  
Pág. 39

### EL YOGA DE PATANJALI

Centro de Yoga Sivananda Vedanta  
Pág. 40

### FIBROMIALGIA Y GRAFOTERAPIA

Jesús D. Morales  
Pág. 42

### ¿COACHING O YOGA?

Olga Albaladejo Juárez  
Pág. 44

### KOGO EL FACIALISMO NATURAL

Natacha de Cortabitarte  
Pág. 46

### EL PODER BIOLÓGICO DE LA PALABRA PBP

Michael Laboux Kodæewa  
Pág. 50

### LA AUTOESTIMA EN LOS NIÑOS

Sandra García Sánchez-Beato  
Pág. 54

### EL PODER DE CONECTAR CON TUS DONES

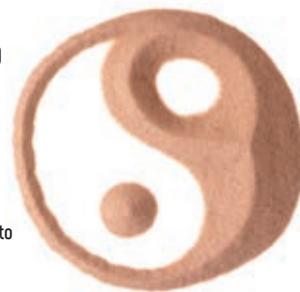
Agustín Piedrabuena  
Pág. 56

### CONSTELACIONES FAMILIARES: CONSTRUIR RELACIONES SANAS

Cristina Cáceres  
Pág. 60

### EL CUERPO CONTEXTO

Rodrigo Pacheco Pizarro  
Pág. 62



## ESCUELA DE REGISTROS AKÁSHICOS RASHMI

Aprende a CANALIZAR y COMUNICARTE con tus Guías, Maestros y Seres de Luz para Sanar tu Vida y la de los demás:  
física-mental-emocional y espiritual.

- Iniciaciones Nivel I y Nivel II  
(Sintonización y apertura de canal)

- Nivel III (Profundización y Perfeccionamiento)

- Nivel IV: Maestría (Sintonización y apertura de canal)

- Talleres de Formación para dirigir grupos

- Lecturas Individuales

Eleva tu Vibración Energética.

3 Principios:

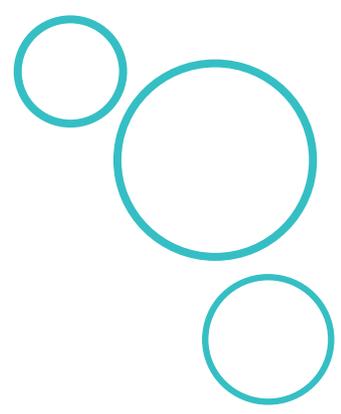
Imparcialidad - Ética - Pureza



Dirige: Katia Domínguez  
(Rashmi Rayo de Luz)  
Psicóloga Clínica  
Maestría en Registros Akáshicos

INFORMACIÓN Tlf. 659.90.14.48  
info@katiarashmi.com  
www.registrosakashicosrashmi.com

|   |  |
|---|--|
| <b>MADRID</b><br>22 y 23 Septiembre<br>(Nivel I y II) | <b>IBIZA</b><br>29 y 30 Septiembre<br>(Nivel I y II)   |
| <b>MADRID</b><br>13 y 14 Octubre<br>(Nivel I y II)    | <b>BARCELONA</b><br>6 y 7 Octubre<br>(Nivel I y II)    |
| <b>MADRID</b><br>3 y 4 Noviembre<br>(Nivel I y II)    | <b>LAS PALMAS</b><br>20 y 21 Octubre<br>(Nivel I y II) |



**BIODANZA 5 AFIRMACIONES PARA APLICAR EN NUESTRA VIDA**

Laura García y David Díez  
Pág. 66

**¿TENGO TRAUMA?**

Victoria Cadarso Team  
Pág. 68

**MUERTE, TRÁNSITO Y VIDA**

Mayla J. Escalera  
Pág. 72

**MUJERES EN CÍRCULO LA SABIA DURMIENTE**

Ángeles Sánchez  
Pág. 74

**LA HECHICERA DE LA LUNA INVISIBLE**

Guadalupe Cuevas  
Pág. 78

**ESPECIAL FORMACIÓN**

Pág. 80

**CONFERENCIAS**

Pág. 84

**GUÍA DEL BIENESTAR**

Pág. 86

**LIBROS**

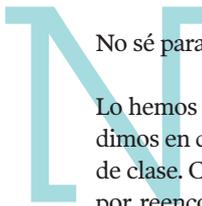
Pág. 89

**NOTICIAS**

Pág. 90



# Estrenamos curso



No sé para vosotros pero para mí el año empieza en septiembre.

Lo hemos hablado en la redacción de Espacio Humano y todas coincidimos en que nos sentimos como la niña de la portada en el primer día de clase. Con una mezcla de sentimientos que abarcan desde la alegría por reencontrarte con tus amigos de clase, la pena por el final de las vacaciones, un poquito de temor y curiosidad por si nos toca un profesor nuevo más duro, o por si las nuevas asignaturas son más exigentes académicamente, pero siempre con ilusión ante el nuevo reto y con ganas de aprender.

Llevamos como ella nuestra mochila llena de libros para futuros aprendizajes y sin olvidarnos de nuestros ositos de peluche, de nuestros seres queridos que son nuestro gran apoyo ante los desafíos de la vida.

Ilusiones y novedades. Pero también un poquito de miedo ante los cambios al salir de nuestra zona de confort ¿verdad?

Que este nuevo curso nos traiga a todos dulces aprendizajes de la vida. Probar algo nuevo siempre es positivo a la larga. En esta edición encontrarás muchos cursos y actividades que seguro aportan mucho bienestar a tu vida ¡Seamos valientes!

*El equipo de Espacio Humano*

**www.lacasatoya.com**  
**Centro de cursos, turismo alternativo**  
**- CURSOS -**

**ASTROLOGÍA Taller de ASPECTOS: Del 7 al 9 Sept. con Conchita Carrau. / MEDITACIONES OSHO (Formación): Del 12 al 16 de Sept. / ASTROLOGÍA Taller de INICIACIÓN: Del 28 al 30 Sept. / KUNDALINI YOGA (formación): Del 16 al 22 Octubre / Experiencias fuera del cuerpo: Del 19 a 21 Octubre.**  
**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**

Cansancio, apatía, debilidad, depresión, ovarios poliquísticos, cáncer, síndrome premenstrual, inflamación crónica... estos son algunos de los síntomas más habituales en nuestra sociedad hoy en día, y a nivel bioquímico hay un factor común en todas las personas que los sufren: la metabolización de los hidratos de carbono



# CÓMO NOS AFECTA EL METABOLISMO DE LOS HIDRATOS DE CARBONO



**ANDREA BRETONES**  
NATURÓPATA, DIPLOMADA EN NUTRICIÓN  
HUMANA Y DIETÉTICA POR LA UAM

[ienelvergel.com](http://ienelvergel.com)

Lo primero que debemos saber es que cuando nosotros comemos un alimento rico en hidratos de carbono, gracias a la digestión enzimática, se va a convertir en glucosa. La glucosa se absorbe en el intestino y pasa al torrente circulatorio, elevando los niveles de glucosa en sangre. En función de la velocidad con que esta glucosa pase a la sangre, podremos hablar del índice glucémico del alimento. Si pasa muy rápido a la sangre hablamos de que el alimento es de alto índice glucémico, por el contrario, si pasa lentamente es de bajo índice glucémico.

Según pasa la glucosa a la sangre se va secretando insulina desde el páncreas para ayudar a introducirla en las células y así alimentarlas. Cuanto mayor sea la hiperglucemia inducida, más tendremos que forzar al páncreas a producir insulina.

Hoy en día sabemos que estas hiperglucemias y su consiguiente hiperinsulinemia, son la causa principal de la obesidad, la diabetes tipo II, las afecciones cardiovasculares, el hipotiroidismo, el hiperestrogenismo, el cáncer, la demencia o la inflamación crónica entre otras. Son tantas las consecuencias en nuestra salud que debemos prestarle especial atención.

### ¿Cómo nos sentimos ante un pico de glucosa o hiperglucemia?

Se produce una excitación física y psíquica y posteriormente una reacción de hipoglucemia que va acompañada de depresión mental, cansancio físico, agotamiento... el típico desfallecimiento de media mañana. Esto nos incita a tomar bebidas estimulantes, dulces, chocolate o cualquier alimento que lleve harinas refinadas, lo que producirá una nueva hiperglucemia a la que le seguirá otra hipoglucemia.

Estas alternancias metabólicas agotan el sistema nervioso, el sistema endocrino e inducen al cansancio, la irritabilidad y el debilitamiento. Además, estas subidas de azúcar generan adicción; es el efecto flash que observamos en las drogas más adictivas como la cocaína. Los más perjudicados van a ser los niños.

### ¿Qué determina el índice glucémico de un alimento rico en hidratos de carbono?

Hay varios factores que van a ser determinantes:

1. Si el carbohidrato tiene fibra, proteínas o grasa su índice glucémico será menor y su digestión será más lenta y equilibrada, por lo tanto, los alimentos refinados tendrán mayor índice glucémico.
2. Procesos industriales: un ejemplo es la formación de los copos para el puré de patata instantáneo, la explosión del maíz para hacer palomitas, los almidones modificados (tan presentes en los alimentos precocinados); todo esto aumenta el índice glucémico.



## SABÍAS QUE...

En función de la velocidad con la que la glucosa pase a la sangre, podremos hablar del índice glucémico del alimento. Si pasa muy rápido a la sangre hablamos de que el alimento es de alto índice glucémico, por el contrario, si pasa lentamente es de bajo índice glucémico

**Nutrición Holística**  
by Elena Perea

CONSULTA DE NUTRICIÓN MEDICINAL Y TERAPÉUTICA  
ESPECIALISTA EN PROBLEMAS DIGESTIVOS E INTESTINALES,  
Y ADICCIONES ALIMENTARIAS

PROGRAMA ORGANIZADO DE AYUNO DIRIGIDO  
(DESDE TU PROPIA CASA)  
14, 15 Y 16 SEPTIEMBRE, A TRAVÉS DE FACEBOOK

[www.nutricionholistica.es/programa\\_28](http://www.nutricionholistica.es/programa_28)  
MÁS INFO: [elena@nutricionholistica.es](mailto:elena@nutricionholistica.es)  
CONSULTA: Elena Perea ☎626338817

**Alkemita**

**CURSOS Y TALLERES**

Taller del Equinoccio de Otoño  
22 septiembre

Formación en  
Plantas Medicinales  
Inicio 27 octubre (9 seminarios CENTRO ALTA)

Formación en Nutrición Celular  
y Dietética Naturista  
Inicio 28 octubre (9 seminarios CENTRO ALTA)

**INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES**  
[www.palmirapozuelo.com](http://www.palmirapozuelo.com)  
[palmirapozuelo@gmail.com](mailto:palmirapozuelo@gmail.com)  
☎ 659 065 356



Otro de los trucos para favorecer la conversión a almidón resistente y por lo tanto bajar el índice glucémico es cocinar el arroz, la patata o la pasta con aceite de coco

→ 3. El tamaño de las partículas, cuanto más molido esté un cereal mayor índice glucémico tendrá, es decir, la harina de arroz tendrá mayor índice glucémico que el arroz en grano.

4. Los procesos culinarios a los que hayan sido sometidos, la hidratación y el calor aumentan el índice glucémico. Ej.: una zanahoria cruda tiene un índice glucémico de 20 pero cuando se cuece asciende a 50.

#### Trucos para reducir el índice glucémico

Pero no todos los procesos culinarios aumentan el índice glucémico. Los investigadores han descubierto que incluso los alimentos altos en carbohidratos (en concreto ricos en almidón) como la patata, el arroz, el pan y la pasta se hacen más resistentes a la digestión cuando se preparan de cierta manera.

Los procesos de cocinar, enfriar y recalentar estos alimentos, parecen producir cambios beneficiosos en su composición, ya que se favorece la producción de almidones resistentes y esto hace que baje el índice glucémico, por lo que guardar la comida que nos ha sobrado podría ser muy útil ya no solo para ahorrar dinero.

Los almidones resistentes pasan a través del sistema digestivo sin descomponerse, por lo tanto, no elevan los niveles del azúcar en la sangre ni de la insulina. Pero sí terminan fermentando y alimentando a las bacterias intestinales beneficiosas.

**Estas subidas de azúcar generan adicción. Los más perjudicados van a ser los niños**

Los derivados de este proceso de fermentación intestinal son los ácidos grasos de cadena corta que ayudan a disminuir la inflamación, mejorar la función inmunológica, normalizar la presión arterial y disminuyen el riesgo de enfermedades del corazón y ataques cardíacos.

Otro de los trucos para favorecer la conversión a almidón resistente y por lo tanto bajar el índice glucémico es cocinar el arroz, la patata o la pasta con aceite de coco. Se ha visto en otros estudios que cocer el arroz con una cucharadita de aceite de coco añadida en el agua y luego enfriarlo durante 12 horas, incrementa 10 veces su contenido de almidón resistente, lo cual disminuye su contenido de calorías hasta en un 60%.

Preparar un molido de semillas, ricas en fibra, grasa y proteínas, y añadirles en las comidas principales, es otro truco para reducir el índice glucémico de los alimentos. Este molido de semillas podemos conservarlo en la nevera, en un bote cerrado para preservarlo de la luz, el aire, y el calor. De esta forma dura más tiempo sin enranciarse.

En conclusión, podemos decir que el índice glucémico indica la velocidad con que la glucosa pasa a la sangre, y que mantener los niveles adecuados de glucosa en sangre es primordial para mantener nuestro equilibrio orgánico y nuestra salud.



## OBESIDAD Y DIABETES TIPO II

Hoy en día sabemos que estas hiperglucemias y su consiguiente hiperinsulinemia, son la causa principal de la obesidad, la diabetes tipo II, las afecciones cardiovasculares, el hipotiroidismo, el hiperestrogenismo, el cáncer, la demencia o la inflamación crónica

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



Si eres terapeuta autónomo y quieres colaborar con nosotros puedes contactarnos en [terapias@ecomaxsupermercado.com](mailto:terapias@ecomaxsupermercado.com)

**ecomax**  
Terapias naturales

# ALIMENTOS



## QUE NOS AYUDAN A SER MAS FELICES

La verdadera salud integral, que abarca la dimensión física, emocional y mental, se “cuece” en el aparato digestivo



**Mª ROSA CASAL**  
DIRECTORA Y PROFESORA DE ESCUELA DE VIDA  
CONSULTORA MACROBIÓTICA

escueladevida.es

Tanto en Occidente como en Oriente, desde muy antiguo, ha existido este enfoque; recordemos a Hipócrates y su famoso “Que tu comida sea tu Medicina”.

Pero no solo nos llega este mensaje desde el pasado; los últimos descubrimientos científicos también lo confirman.

Desde nuestra medicina energética, tomamos muy en cuenta que los órganos que forman el aparato digestivo están situados en la línea media del cuerpo. Su posición ya les confiere una calidad extraordinaria por estar alineados, al igual que las glándulas endocrinas, a lo largo del “Canal Central”, una estructura de nuestro cuerpo energético que conforma el eje responsable de interconectar todas las diferentes dimensiones en el ser humano.

Desde este punto de vista, recordemos que cada órgano además de realizar su valiosísimo trabajo a nivel funcional, sincronizado con el resto de órganos y funciones, interviene en el proceso de Autoconsciencia, e irremediabilmente influye en emociones y pensamientos, como parte del Todo que somos.

El aparato digestivo realiza el increíble proceso de transformación, de integrar los alimentos que ingerimos, en parte de nuestros huesos, músculos y fluidos, incluyendo nuestra sangre, que es el hilo conductor más poderoso que nos enraiza con la vida.

Y con el resultado final de este proceso alquímico, donde fabricamos nuestra sangre, también vamos a fabricar nuestras emociones, sentimientos, creencias, en definitiva, nuestra percepción del mundo.

Podemos resumirlo de forma muy sencilla: la misma energía que empleamos para digerir la comida, es la que nos suministra la capacidad de digerir las experiencias de la vida.

El aparato digestivo está formado por 100.000 millones de neuronas que pertenecen al sistema entérico y están encargadas de regular el tubo digestivo que nos recorre de arriba abajo, desde el esófago hasta el recto.

La salud emocional y la capacidad de gestionarla en equilibrio, para ser personas más felices, más saludables y con más recursos, empieza en las tripas, que es nuestro segundo cerebro. De él depende nuestro primer cerebro.

### Serotonina, la hormona de la felicidad

La serotonina, llamada la hormona de la felicidad, es responsable de regular estados de ánimo y emociones como la tristeza, la apatía, las obsesiones, y los estados de inquietud y desasosiego.

Esta sustancia, es una joya que nuestro sistema nervioso libera en un porcentaje bastante bajo, sólo un 10%. El 90% restante, se fabrica en nuestros intestinos, cuya flora es responsable de aportar la Glucosa adecuada para que el sistema nervioso libere todos los demás neurotransmisores necesarios para sentirnos bien y agradecidos por los dones que la vida nos ofrece.

Cómo veis, las emociones, pensamientos y hasta la calidad de nuestra vida, están orquestados por nuestros intestinos. La sangre y los demás →

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

**NUTRICIÓN ORTOMOLECULAR  
Y FUNCIONAL**

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

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

#### TESTS:

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

**SUPERMERCADO  
Y RESTAURANTE  
100% ECOLÓGICOS**  
CENTRO DE BIENESTAR Y TERAPIAS



**Espacio  
Orgánico**  
ES TV ESPACIO BIO

**UN NUEVO CONCEPTO  
DE ESPACIO ECOLÓGICO EN ALCOBENDAS**



SUPERMERCADO

BIENESTAR

RESTAURANTE

TALLERES

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

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

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

- ➔ fluidos resultantes del proceso digestivo tienen una poderosa influencia en todo tipo de sintomatología, e incluso en procesos crónicos y degenerativos.

Los fluidos, más de un 70% de nuestro cuerpo, son los responsables de llevar la nutrición a todas las células del cuerpo, y al mismo tiempo, de recoger los desechos celulares y drenar fuera del cuerpo todo lo que puede suponer un peligro. Esta función abarca una verdadera selección de lo que es útil y de lo que es inútil.

Partiendo del punto de vista de nuestro diagnóstico energético, sabemos que los fluidos están íntimamente conectados con las emociones. Si gestionamos bien las emociones y estas fluyen en equilibrio, nuestros fluidos, también fluirán y cumplirán sus funciones correctamente. Si las emociones se estancan o fluyen en la dirección equivocada, nuestros fluidos también se estancarán y su desequilibrio fácilmente puede convertirse en un detonante de cantidad de síntomas incluyendo procesos de enfermedad muy serios y hasta degenerativos.

En consulta, llevamos unas cuantas décadas comprobando los importantes cambios que se producen al integrar diferentes hábitos de vida, como la comida, la bebida, los ciclos de actividad, descanso, sueño y diversión. Y algo verdaderamente fundamental entre todos estos hábitos que promocionan la salud, es la forma de alimentarnos, puesto que es lo que nos asegura una flora intestinal sana o enfermiza.

Igual hemos podido comprobar sus beneficios en los niños y su comportamiento. Síndromes de déficit de atención, hiperactividad, agresividad e incluso autismo, incluyen problemas en el aparato digestivo, que revierten al mismo tiempo que el niño muestra un tipo de conducta diferente.

**La misma energía que empleamos para digerir la comida, es la que nos suministra la capacidad de digerir las experiencias de la vida**

Por supuesto no existe una dieta ideal para todo el mundo; depende de la constitución, de la condición, del carácter, de la actividad, de si la persona está sana o ya hay síntomas de enfermedad.... Pero hay unos mínimos recomendables para todos.

#### **A EVITAR**

- Productos refinados, envasados, precocinados e industrializados
- Azúcares rápidos
- Productos lácteos

#### **A CONSUMIR**

- Alimentos enteros, vivos y naturales, como los cereales, las legumbres, las verduras frescas, las frutas, las semillas y los frutos secos y las algas.
- Procura moderar el consumo de las proteínas animales ya que arrojan toxinas a la sangre, creando un ph muy desequilibrado, una de las claves de la salud.

Los alimentos nos ayudan a ser más saludables y más felices. ¡Merece la pena investigarlo! ¿No os parece?



## **SALUD EMOCIONAL**

**La salud emocional y la capacidad de gestionarla en equilibrio, para ser personas más felices, más saludables y con más recursos, empieza en las tripas, que es nuestro segundo cerebro**



# Escuela de Vida

M<sup>a</sup> Rosa Casal

## Macrobiótica & Medicina Oriental

¿Quieres RE-Orientar Tu Vida y Tu Salud?  
¿Quieres cambiar tu Alimentación pero no Sabes Cómo?

Toda la Sabiduría  
de la MACROBIÓTICA  
adaptada a nuestro Tiempo

### MACROBIÓTICA & MEDICINA ORIENTAL PROGRAMA DE CERTIFICACIÓN PROFESIONAL

- ▶ Niveles I, II, III y IV. Con los Mejores Profesores Nacionales e Internacionales
- ▶ Más de 20 Años formando a los Mejores Cocineros y Consejeros Macrobióticos del panorama nacional (Formación Respaldada por Michio Kushi y la Asamblea Macrobiótica Internacional)

### COCINA MACROBIÓTICA

#### CLASES PRÁCTICAS MAESTRAS

- ▶ Clases totalmente Prácticas donde Tú cocinarás los platos
- ▶ Grupos reducidos y ambiente familiar. Para profundizar en tu práctica personal
- ▶ Nivel Principiante - Medio - Avanzado
- ▶ Horario Semanal de mañana o de tarde & Intensivo FS



**Ecocentro**  
Centro colaborador

## Terapias Reflejas

### REFLEXOLOGÍA PODAL HOLÍSTICA

PROGRAMA DE FORMACIÓN PROFESIONAL

Visión Psicoemocional Integrada

Nivel 'Practitioner' y 'Especialización'

### INTROD. A LA ACUPUNTURA REFLEJA SU-JOK

Trabaja de una forma sencilla con los Meridianos  
y sus puntos más importantes

### LA TÉCNICA METAMÓRFICA

Formación Única con los 3 Niveles Completos

TÉCNICA METAMÓRFICA - N I

CROMOTERAPIA APLICADA - N II

(Método UNICO desarrollado por M<sup>a</sup> Rosa Casal)

PRINCIPIOS UNIVERSALES - N III

GABINETE DE TERAPIAS CON M<sup>a</sup> ROSA  
CASAL, MARÍA G. CASAL Y EQUIPO

## Tao Curativo - Escuela I Ching Dao

### CURSO MAESTRO · ÓRBITA MICROCÓSMICA

CÓMO TRANSFORMAR EL ESTRÉS EN VITALIDAD

29 y 30 Septiembre 2018

### RETIRO DE MUJERES CON RENU LI

ALQUIMIA PARA MUJERES EN EL CAMINO

Del 5 al 9 de Septiembre 2018

En Pontevedra (Galicia)

### CURSOS INTENSIVOS

Curso Maestro · Órbita Microcómica · YinTao  
para Mujeres · Nei Kung · Respiración de Huesos  
Armonizar, Reciclar y Sanar Emociones

### TALLERES SEMANALES/ MENSUALES

Práctica en Grupo Semanal · Nivel de Base  
Práctica en Grupo Semanal · Nivel Emociones  
Círculo para Mujeres en el Camino

Más Información: 695 309 809 · info@escueladevida.es

www.escueladevida.es

# ¿SE DEMUESTRA QUE LAS TERAPIAS NATURALES NO MATAN!

Pasan los días y las semanas, pero nadie parece acordarse del caso más mediático de la televisión de los últimos 50 años contra las Terapias Naturales. Hablo del famoso caso de Mario Rodríguez, un estudiante de física que, según su padre, murió por recurrir a las Terapias Naturales



**ROBERTO SAN ANTONIO-ABAD**  
PRESIDENTE DE COFENAT

cofenat.es

**P**ara empezar, diré que no voy a rebajarme al nivel de ese individuo -el padre- que no hacía más que insultar y faltar el respeto a uno de los mejores naturópatas de España, como es José Ramón Llorente, quien hace unos días recibía la sentencia absolutoria definitiva contra la que no cabe recurso y en la que estaba acusado de intrusismo y homicidio.

Sin embargo, parece ser que a los medios que persiguieron y hostigaron por la calle a nuestro compañero, no les interesa emitir la verdad. No comunican que ha sido absuelto de todos los cargos, pero tampoco piden perdón por todos los insultos vertidos hacia su persona y hacia las Terapias Naturales.

Pero no sólo los medios de comunicación tienen que pedir disculpas, sino también ciertos políticos. Por ejemplo, el señor Francisco Igea, de Ciudadanos, que incluso en el Congreso de los Diputados hizo una pregunta sobre este caso a la que fuera ministra de Sanidad Dolors Montserrat.

En primer lugar, el socio de COFENAT José Ramón Llorente ostentaba el título de licenciado en Naturología por la Universidad Internacional de Ecuador, así como el título superior en Terapias Naturales en la especialidad de Naturopatía por Real Centro Universitario María Cristina en El Escorial (Madrid).

Ejercía, además, como naturópata desde hace más de 36 años. En este sentido, y como miembro de COFENAT, poseía también una póliza de seguro de responsabilidad civil profesional.

Al joven Mario Rodríguez le fue diagnosticada una leucemia linfoblástica aguda, quedando ingresado, y se le prescribió un primer ciclo de quimioterapia. Estando ingresado en el hospital, encargó a su madre que acudiera a la consulta de Llorente.

Así nuestro socio, le indicó determinadas pautas alimenticias a seguir y le aconsejó tomar determinados complementos alimenticios para fortalecer su organismo. Aconsejándole, eso sí, que no dejara la quimioterapia y que indicara a los médicos los productos que Llorente le había recomendado por si pudieran tener algún tipo de contraindicación con su tratamiento. De hecho, el médico le recomendó que no tomara dos de esos productos. Sin embargo, el padre aseguraba que a su hijo lo mataron por tomar unos productos que nunca llegó a tomar.

Cuando se aproximaban las fechas para el segundo ingreso, Mario le comunicó al doctor que dejaba el tratamiento, pero unas semanas después decidió retomarlo. En este tiempo, Llorente insistió en que debía someterse al tratamiento hospitalario. Es decir, de nuevo le insistió en seguir los protocolos oficiales. →

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

Asesoramiento  
en Nutrición y  
Alimentación Ecológica  
SERGIO GARCÍA CALVILLO  
LICENCIADO EN QUÍMICAS, PROFESOR Y FORMADOR  
TF. 635 856 021  
SERGIOGARCIALVILLO.SIMPLESITE.COM

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

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  
apn cofenat  
Asociación Nacional de Profesionales  
y Autónomos de las Terapias Naturales  
www.cofenat.es



## TRATAMIENTO COMPLEMENTARIO

**Llorente le aconsejó que no dejara la quimioterapia y que indicara a los médicos los productos que le había recomendado por si pudieran tener algún tipo de contraindicación con su tratamiento**



- ➔ Tras recibir el alta, tuvo que ser ingresado de nuevo, y fue intervenido por perforación de colón y yeyuno proximal con absceso y flemón esplénico. Durante este nuevo ingreso, vivió numerosas complicaciones que agravaron su salud, falleciendo el 3 de julio de 2013.

Ante la denuncia del padre de Mario a nuestro socio, presentada el 14 de enero de 2015, Llorente tuvo que sustituir la placa de medicina naturista y ortomolecular por centro de Terapias Naturales. Después, el padre le interpuso una demanda en la que le responsabilizaba de la muerte de su hijo por inducirle al abandono del tratamiento prescrito por los médicos del hospital.

Ahora bien, yo me pregunto: ¿Si eres padre y tienes indicios de que a tu hijo le han matado, esperas dos años para llevar a cabo la demanda? Es mi hijo y al día siguiente voy a por quien sea.

Por otra parte, el fallo de la sentencia apelada dice: “Debo absolver y absuelvo libremente a José Ramón Llorente de los delitos de intrusismo, así como de homicidio por imprudencia grave por los que fue acusado por los hechos objeto del presente procedimiento”.

Contra la misma se interpuso recurso de apelación. No lo digo yo, lo dice la sala: el recurso se funda-



menta en el error en la apreciación de la prueba, persiguiendo la modificación de los hechos probados. En concreto, entender que el acusado se presentaba como médico y, por otro lado, que actuó con Mario como médico prescribiéndole un tratamiento curativo. Existiendo además relación de causa efecto entre el abandono de los tratamientos pautados por los médicos del hospital y el avance de la enfermedad del joven a consecuencia de la que falleció, perdiendo la oportunidad de curarse.

A esto responden en la sentencia que el acusado no se anunciaba ante sus posibles clientes como licenciado en Medicina y Cirugía ni tampoco se hacía pasar por tal. En ella, se niega que Llorente actuase como médico de Mario.

Tampoco existe en todo el procedimiento constancia de que nuestro socio realizara actos propios de la profesión médica. De hecho, el médico que trató al joven admitió que ninguno de los productos recomendados por Llorente eran medicamentos.

Por último, respecto del delito de homicidio imprudente que le atribuía la acusación particular, que no el fiscal, no existe el menor atisbo de la influencia de la actuación del acusado en el empeoramiento o fatal desenlace para Mario. En definitiva, no cabe más recurso ni amparo constitucional porque no se ha vulnerado ningún derecho.

VICTORIA  
CADARSO  
TEAM

VICTORIA TE DESCUBRE

## La Sabiduría del Eneagrama

El **ENEAGRAMA** es una disciplina que integra el conocimiento de la neurociencia con el saber de las tradiciones espirituales para ayudarte a superar tus dificultades, ser auténtico y ofrecer al mundo la mejor versión de ti mismo.

Victoria Cadarso lleva 17 años enseñándolo, aplicándolo en su consulta y empleándolo para enriquecer sus libros como: "Abraza a tu niño interior", "Domina tu voluntad"...

Además, es la representante en España del Enneagram Institute, la institución más reconocida internacionalmente, creada por Don Riso y Russ Hudson, autores de "La sabiduría del Eneagrama".



DESCUBRE TODOS SUS PROGRAMAS EN  
[www.victoriacadarso.com](http://www.victoriacadarso.com)

# KIMCHI

## EL SUPERFOOD DE LOS VEGETALES FERMENTADOS



El kimchi es un plato tradicional oriental a base de repollo o col china y otras verduras fermentadas de la estación a las que se adicionan un adobo elaborado con diversos condimentos, de los cuales el pimiento rojo picante, el ajo y el cebollino son los más emblemáticos del popular kimchi coreano

### Sus orígenes

Etimológicamente se cree que la palabra kimchi procede de los ideogramas chinos (chimchae), que juntos significan “verduras encurtidas”.

En la antigüedad en países como China, Japón y Corea las verduras encurtidas tenían un gran valor, ya que proveían de una importante cantidad de nutrientes durante los meses fríos, cuando no había frutas y verduras frescas.

Aunque al kimchi se conoce especialmente por ser un alimento tradicional de la cultura coreana existen documentos históricos que apuntan que ya se consumía en China y Japón desde los siglos V y VII.

Si dirigimos la mirada hacia el pasado podemos reconocer el kimchi como una evolución de la forma más arcaica de fermentar y conservar los vegetales, esto es, exclusivamente con sal. Algunas verduras usadas para el kimchi antes de que se popularizara su elaboración con repollo y

**MARIO SÁNCHEZ ÉCIJA**  
NATURÓPATA

COLABORADOR DEL AULA DE ESTUDIOS DE LA BIOTIKA

labiotika.es

pimiento rojo picante han sido la calabaza amarilla, los brotes de bambú, el rábano, el nabo, el pepino y el cebollino chino. Posteriormente se han ido incluyendo diversos tipos de ingredientes hasta alcanzar más de 250 variedades de kimchi.

El kimchi rojizo y picante que conocemos en la actualidad surgió a partir del siglo XVI cuando se empezó a usar el pimiento rojo picante como condimento principal para su adobo, después de que comerciantes portugueses lo importaran de América.

### Emblema de la cultura coreana

Actualmente el kimchi es considerado Patrimonio Cultural Intangible de la Humanidad de la Unesco, tal como sucede con la dieta mediterránea en España, y se lo reconoce en todo el mundo como símbolo tradicional de la gastronomía coreana. Otros ejemplos curiosos que reafirman la importancia de este alimento en la cultura coreana son:

- Algunas instituciones de investigación del gobierno surcoreano gastaron millones de euros en desarrollar métodos de conservación para que el primer astronauta coreano pudiese disfrutar de esta comida tradicional en la órbita terrestre.
- Algunos científicos afirman que debido al consumo habitual de kimchi en Corea, en los años 2004-2006, el virus de la gripe aviar no afectó a los coreanos tan brutalmente como sucedió con sus vecinos de China y Japón.
- En 1960 se compuso una canción coreana con el estribillo “sin kimchi no podría vivir”.
- Cuando los coreanos se van a hacer una foto en vez de decir paa-taa-taa dicen kiimmchiiiiii.

### Un encurtido que tiene su propia fiesta

En la República de Corea todos los otoños se festeja el Kimjang, una gran celebración donde familias enteras de todas las clases sociales y regiones se reúnen para preparar y compartir enormes cantidades de kimchi. También es costumbre intercambiar kimchi entre las diferentes familias ya que cada una de ellas atesora distintas recetas.

### El Kimjang parece simbolizar diferentes aspectos:

- La unión con la naturaleza
- La identidad del pueblo
- La colaboración social y familiar



## VALOR SOCIAL

En la antigüedad en países como China, Japón y Corea las verduras encurtidas tenían un gran valor, ya que proveían de una importante cantidad de nutrientes durante los meses fríos, cuando no había frutas y verduras frescas. En la República de Corea todos los otoños se festeja el Kimjang, una gran celebración donde familias enteras de todas las clases sociales y regiones se reúnen para preparar y compartir enormes cantidades de kimchi






¡SIGUENOS!



## AULA DE ESTUDIOS LA BIOTIKA

**MÓDULO BÁSICO DE FENG SHUI**  
Viernes 5, 19 de octubre, 16 y 23 de noviembre de 2018  
De 18:00h a 21:00h

“Encuentra la armonía que necesitas para tu vida equilibrando tus espacios con Feng Shui”

Impartido por: Shu Yuan Chen y Cari Soriano

Información y reservas:  
Cari | cari.esfeng@gmail.com | 620 079 042

**MARATÓN DE FENG SHUI TOLEDO**  
Sábado 29 de septiembre de 2018  
De 10:00h a 19:00h

“En los Maratones de Feng Shui analizamos varios edificios y el entorno donde se ubican, basándonos en la Escuela de las Formas del Feng Shui”

Impartido por: Shu Yuan Chen y Cari Soriano

Información y reservas:  
Cari | cari.esfeng@gmail.com | 620 079 042

[www.labiotika.es](http://www.labiotika.es)



## SABÍAS QUE...

**En el kimchi tradicional elaborado esencialmente con repollo, ajo, jengibre y pimiento rojo picante podemos encontrar importantes concentraciones de elementos nutricionales beneficiosos para nuestra salud**

### → Bacterias acidolácticas que descomponen pesticidas

En un estudio publicado en 2009 en la revista Agricultural Food Chemistry se informaba que bacterias acidolácticas presentes en la fermentación del kimchi son capaces de degradar al 100% el Clorpirifos, un insecticida con efectos nocivos sobre la salud y en especial sobre el sistema nervioso.

En consecuencia, además de dar preferencia siempre a los alimentos ecológicos libres de agrotóxicos, sería muy conveniente incluir este tipo de alimentos encurtidos de fermentación acidoláctica para contribuir a la desintoxicación de nuestro organismo.

### Bondades nutricionales del kimchi

Como ocurre con todos los vegetales fermentados cuando preparamos kimchi podemos conservar las propiedades de las verduras crudas a la vez que aumentamos su digestibilidad. Optimizamos el aprovechamiento de sus fitonutrientes debido a la acción de los microorganismos, permitiendo que nuestro

cuerpo pueda disponer de ellos mucho mejor que antes de la fermentación.

En el kimchi tradicional elaborado esencialmente con repollo, ajo, jengibre y pimiento rojo picante podemos encontrar importantes concentraciones de elementos nutricionales muy beneficiosos para nuestra salud asociados a estos ingredientes como vitaminas del grupo B, vitamina C, capsaicina, licopeno, selenio, quercetina, gingeroles, aliína y ajoeno. También fibra, ácido láctico, ácidos orgánicos y enzimas, sustancias comunes a todos los encurtidos acidolácticos elaborados con vegetales.

En un artículo publicado en 2014 en el Journal of Medicinal Food se presentan algunos beneficios comprobados que posee el kimchi para la salud:

- Neutraliza la influencia negativa de los radicales libres.
- Refuerza el sistema inmunitario.
- Inhibe el crecimiento de bacterias y hongos patógenos.
- Disminuye reacciones inflamatorias y alérgicas.
- Alivia los dolores de la artritis.
- Ayuda a reparar los daños causados por la arterioesclerosis.
- Reduce el colesterol LDL y los niveles de triglicéridos en plasma.
- Contribuye a la disminución de la grasa corporal.
- Aporta especies viables de lactobacilos, los cuales logran sobrevivir a las secreciones ácidas del estómago y colonizar el intestino.
- Mejora la diarrea y el estreñimiento.

Aprender a preparar kimchi e introducirlo habitualmente en nuestra dieta nos reportará grandes beneficios, que tanto nuestro cuerpo como nuestra microbiota nos agradecerán.

# POTENCIA LA SANACIÓN CON NATUROPATÍA

AÑO ACADÉMICO 2018-2019

## CURSO DE NATUROPATÍA

MATRÍCULA ABIERTA  
ÚLTIMAS PLAZAS

Elabora tratamientos naturales que potencien la sanación con criterios científicos y alternativos.



Síguenos en:



@isedsalud



@ISEDsalud



@isedTV

### Qué aprenderás

Escogerás y utilizarás los elementos naturales más adecuados para la prevención y el tratamiento de dolencias, así como para mejorar el bienestar personal.

### Programa del curso de Naturopatía

- Anatomía · **Fisiología** · Estudio de sus distintas aplicaciones.
  - Dietética y nutrición: bromatología · **Fitoterapia**.
- Introducción a la aromaterapia y flores de Bach · Hidroterapia.
  - Medicina tradicional china · **Homeopatía** · Iridiología
- Reflexología podal · Psicoterapia y tratamientos integrales.
  - **Seguridad e higiene del naturópata**
- Habilidades sociales, comunicación y atención al cliente.



30 AÑOS FORMANDO  
PROFESIONALES



40 CURSOS DE  
ESPECIALIZACIÓN



22.000 PROFESIONALES  
FORMADOS



MÁS DE 3.000  
ALUMNOS

ISED Madrid  
Calle de Murcia, 11, 28045

 **ised**  
INSTITUTO SUPERIOR  
DE ESTUDIOS

91 539 44 00  
madrid@ised.es

# TRATAMIENTO DE LA ARTICULACIÓN TEMPOROMANDIBULAR

El pasado mes de marzo vino a mi centro una cliente con un problema de la articulación Temporomandibular (ATM). Ya la habían tratado con fisioterapia, aunque sólo durante seis sesiones, y la habían recomendado la terapia cráneo-sacral



Los síntomas que presentaba eran los característicos de una irritación severa de la articulación: cuello muy tenso, sobre todo en el lado derecho que era donde más le dolía, además le estaban tratando el hombro de ese mismo lado; apenas podía abrir la boca y por las mañanas se levantaba con dolor de cabeza.

Aunque venía a terapia cráneo-sacral, le propuse empezar la sesión con reflexoterapia podal, liberando la fascia a través de la misma, para terminar con unos minutos de cráneo-sacral. Quería saber a través de las zonas reflejas del pie el alcance de la lesión y si había algo más implicado.

Llevo treinta años trabajando con la reflexoterapia, y si hay algo he aprendido es a no dar por sentado que el síntoma que trae la persona cuando viene a tratamiento es el origen del desequilibrio.

En cuanto empecé a tratar los puntos reflejos vi que donde más dolor sentía era en la zona refleja de las vértebras cervicales, en la musculatura del cuello y en el nervio trigémino. Curiosamente el punto reflejo de la ATM, era el que menos información de dolor pasaba.

Una de las articulaciones que crea más problemas es precisamente ésta, y uno de los síndromes que provoca es el cráneo-cérvico-mandibular. Este



**CARMEN BENITO**  
BIÓLOGA, REFLEXÓLOGA Y TERAPEUTA DE  
MASAJE METAMÓRFICO

carmenbenitoestetica.com

síndrome puede activar al nervio trigémino que a su vez está conectado con el sistema reticular activador que es el cerebro primitivo; este sistema nos prepara para salir corriendo en caso de peligro, y se activa en situaciones de estrés por la acción del sistema nervioso autónomo simpático. En el caso de que no se tenga esa respuesta y no se manifieste en un verdadero acto de salir corriendo, el sistema nervioso no se relaja. Esto acaba a su vez activando la mandíbula, que se mantiene presionada lo que hace que se llegue a un nivel alto de irritación del trigémino cerrando el círculo he impidiendo que se reduzca la presión mandibular.

Después de la primera sesión, me dijo que el hombro derecho había mejorado y el dolor se había reducido considerablemente.

Seguimos trabajando, con una sesión a la semana y cuando de verdad empezó a cambiar su mandíbula fue a partir de la tercera sesión. El dolor disminuyó, empezó a abrir la boca sin dificultad y se tiró varios días de la semana encontrándose mejor. Pero lo más importante es que dejó de tener dolor de cabeza al levantarse.

A partir de la quinta sesión se corrigió todo. Hemos llegado a realizar ocho sesiones para afianzar bien la terapia. Ahora está recibiendo de nuevo rehabilitación en su consulta, pero lo que más le preocupaba era evitar que su médico de maxilofacial le inyectara Botox en la articulación (ese era el siguiente paso si no se corregía el problema). Ahora la doctora la ve muy bien y considera que no lo necesita: abre la boca perfectamente y ya no le duele la mandíbula.

Al utilizar las dos técnicas unidas en la misma sesión, aunque sólo hayan sido unos minutos de terapia cráneo-sacral, el tratamiento se ha potenciado.

Muchos de los problemas de ATM tienen un origen emocional. Durante el sueño el subconsciente filtra los conflictos que no hemos resuelto en el día, y una oclusión de la boca con mucha presión nos está hablando de rabia y frustración contenida y problemas no resueltos.

Hay varias formas de abordar los problemas de ATM, y es conveniente que no vayan a más para que no causen desequilibrios tan graves como los que presentaba esta cliente.



Escuela de SHIATSU  
**MASUNAGA**  
★

**Técnicas de masaje y diagnóstico  
Medicina tradicional china  
Preparación física y emocional**

Nuevas formas de cuidar tu cuerpo y comprender mejor cómo tu estilo de vida se queda reflejado en él.



**Conferencias gratuitas  
17 y 18 de septiembre**

Tel: 918041997 - 629270141  
[www.shiatsu-masunaga.es](http://www.shiatsu-masunaga.es)

**EUTIQUIANO ENDJE**



Osteópata  
terapeuta Cráneo-sacral  
Reeducación postural

[www.cuerpozen.com](http://www.cuerpozen.com)  
Telf. 609 889 557  
[info@cuerpozen.com](mailto:info@cuerpozen.com)

Consulta: zona Manuel Becerra-Goya  
y Majadahonda



**Centro de Bioestética  
Carmen Benito**

Licenciada en Biología Diplomada en Reflexoterapia Podal y Masaje Metamórfico (30 años de experiencia)

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

**PRÓXIMOS CURSOS**

- ★ Masaje Metamórfico 20 de septiembre
- ★ Masaje Celular 8 de noviembre
- ★ Reflexoterapia Podal NIVEL 1 22 de noviembre

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

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



**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  
MANTRA YOGA FIESTA

**C/ Espiritu Santo 19, Madrid**



La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha justificado en sucesivos informes la promoción de la medicina tradicional en sus entornos originales, subrayando sus ventajas intrínsecas, el enfoque holístico y los factores operativos (OMS, 1978)

# ¿ES CIENTÍFICA LA MEDICINA AYURVEDA?



**JOSÉ MANUEL MUÑOZ**  
DIRECTOR DE CENTRO DE ESTUDIOS AYURVÉDICOS  
centroayurveda.es

En la Estrategia de la OMS sobre Medicina Tradicional 2014-2023, destaca como objetivo la apropiada integración de los servicios de medicina tradicional en los sistemas nacionales de salud de los Estados Miembros. Se describen medidas específicas para fomentar esta integración, y se mencionan ejemplos como el de Suiza, estado pionero en la cobertura de terapias complementarias dentro del seguro médico obligatorio (OMS, 2013).

A pesar de esto, en los últimos años ha prosperado en España una corriente de pensamiento muy crítico, liderada ahora por la Organización Médica Colegial de España, que califica como “pseudoterapias” a las medicinas tradicionales y otras disciplinas similares. En este artículo pretendo rebatir esta calificación para la medicina Ayurveda.

## La Medicina Ayurveda

Ayurveda es la medicina tradicional mayoritaria en la India. Fue en el s. I cuando Caraka recopiló por escrito los conocimientos relacionados con la salud y la enfermedad en el Caraka Saṁhitā, la obra más importante de la literatura ayurvédica. Posteriormente esa obra se fue enriqueciendo con aportaciones de otros autores, a la vez que fue proliferando más literatura en torno a distintas escuelas continuadoras de la obra de Caraka.

En la actualidad, Ayurveda comparte estatus oficial con la biomedicina en India, y desde el año 1.971 se enseña en las universidades con un plan de estudios propio para la obtención del Grado, que recibe el nombre de “Bachelor of Ayurvedic Medicine and Surgery – BAMS”, y tiene una duración de cinco años y medio.

El currículo actual de BAMS tiene una organización y distribución de materias muy similar al currículo biomédico. En el primer año, por ejemplo, se imparten contenidos de Filosofía e Historia, Fisiología, Anatomía y Principios Básicos. Los contenidos están basados en los textos clásicos de la medicina tradicional, pero se han estructurado de forma diferente, y están acompañados de prácticas en laboratorio, asignaturas de investigación con criterios biomédicos (Medicina Basada en la Evidencia), o técnicas y materiales quirúrgicos biomédicos.

Además de los contenidos ayurvédicos, el estudiante también recibe formación en medicina moderna. Todo esto está regulado por el “Central Council of Indian Medicine” (CCIM) (ccimindia.org), que es el organismo gubernamental responsable de los contenidos de Grado (“Ayurvedacharya” – BAMS) y Posgrado (“Ayurved Vachaspati” – M.D. Ayurveda).

La mayoría de los profesionales ejercen de forma privada en clínicas propias y, en menor medida, en hospitales públicos o privados. La dimensión de esta medicina tradicional puede cuantificarse en cerca de medio millón de profesionales, 2.458 hospitales, más de 15.000 dispensarios, ó 254 escuelas universitarias (ayush.gov.in/).

## Investigación en Medicina Ayurveda

Como es lógico, una disciplina ordenada de manera universitaria y con titulaciones oficiales de posgrado, genera una producción científica considerable. El Ministerio de AYUSH cuantificó en 14.664 el número →



## SABÍAS QUE...

**Suiza es un estado pionero en la cobertura de terapias complementarias dentro del seguro médico obligatorio (OMS, 2013). En la actualidad, Ayurveda comparte estatus oficial con la biomedicina en India, y desde el año 1971 se enseña en las universidades con un plan de estudios propio para la obtención del Grado**

Coaching - Psicología  
Nutrición - Dietética  
Acupuntura - Homeopatía  
Quiromasaje - Osteopatía  
Tratamientos estéticos  
Yoga - Pilates - Mindfulness

**3contigo**  
Bienestar  
Sentirte bien  
de una manera natural

Núñez de Balboa 42, Bajo Dcha  
**911 367 694**  
www.3contigo.com



- de trabajos científicos ayurvédicos publicados hasta 2.016 ([ayushportal.nic.in/default.aspx](http://ayushportal.nic.in/default.aspx)).

El “Central Council for Research in Ayurvedic Sciences” (CCRAS) ([ccras.nic.in](http://ccras.nic.in)) fue establecido en Nueva Delhi en 1978 como organización estatal autónoma para la formulación, coordinación y desarrollo de la investigación en Ayurveda. Estas actividades están desarrolladas actualmente a través de treinta institutos y centros repartidos por todo el país, que abordan campos tan diversos como la historia y el patrimonio, la medicina popular, las drogas ayurvédicas, la anticoncepción, la enfermedad mental, o el “panchakarma” (procedimientos de tratamiento intensivo).

En 2014 se contabilizaban 83 revistas científicas dedicadas exclusivamente a publicar investigación ayurvédica (Patwardhan, Ruknuddin, Thakur & Suresh, 2014). Tres de estas publicaciones están indexadas en PubMed, una de las tres bases de datos académicas de referencia internacional. Como es lógico, hay otras muchas publicaciones no especializadas que también publican trabajos científicos de Ayurveda.

Sin ir más lejos, PubMed recoge más de 5.000 entradas solamente con la clave de búsqueda “ayurveda”, y las publicaciones referenciadas con la misma búsqueda en Google Scholar superan ampliamente el centenar de miles.

A la vista de esta información podemos discutir qué y cómo se investiga en Ayurveda, algo extensible a otras disciplinas científicas por otro lado. Pero ubicar esta medicina tradicional en el ámbito de las pseudoterapias evidencia posiciones ideológicas radicales, fruto posiblemente del desconocimiento y el etnocentrismo.

Desde Centro de Estudios Ayurvédicos estamos comprometidos con la formación, la divulgación y la investigación rigurosa de la medicina Ayurveda.

En 2014 se contabilizaban 83 revistas científicas dedicadas exclusivamente a publicar investigación ayurvédica. PubMed recoge más de 5.000 entradas solamente con la clave de búsqueda “ayurveda”



## BIBLIOGRAFÍA

- Organización Mundial de la Salud. (1978). Promoción y desarrollo de la medicina tradicional. Ginebra: OMS.
- Organización Mundial de la Salud. (2013). Estrategia de la OMS sobre medicina tradicional 2.014 – 2023. Ginebra: OMS.
- Patwardhan, K., Ruknuddin, G., Thakur, P., Kumar, S. (2014). Peer Reviewed Journals of Ayurveda - An Appraisal. The Journal of research and education in Indian medicine, 20, 141-152.



## 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](http://www.acupunturalunaysol.com)

## Vacaciones en Gredos

21 años organizando Vacaciones Alternativas



## Vacaciones en Septiembre ¡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: todo el mes de septiembre
- Plazas limitadas
- Descuentos cada semana



[www.vacacionesengredos.com](http://www.vacacionesengredos.com)

**677 04 40 39 - 927 57 07 25**

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

# EQUILIBRIO EMOCIONAL CON KINESIOLOGÍA APLICADA



**Arthur Schopenhauer dijo: "Toda verdad atraviesa tres fases: primero es ridiculizada; segundo, recibe violenta oposición; tercero, es aceptada como algo evidente"**



**MANUEL J. ÁLVAREZ RODRÍGUEZ**  
TITULADO SUPERIOR EN NATUROPATÍA  
PROFESOR DE KINESIOLOGÍA APLICADA  
COFENAT N° 3105  
DIRECTOR DE CASI NATURAL

casinatural.com

Ver anuncio Guía del Bienestar

En estos últimos años hemos pasado de lo que se ha llamado el curanderismo (como forma ridícula de seguir la línea de lo natural) a un ataque directo a lo que se denominan "Terapias Naturales" y tanto los que tienen el poder como los que manejan la información se encargan de instalar en la sociedad una creencia errónea ya que se maneja esa información sin lugar a réplica por parte de los atacados. Esto es lo que hacía la Inquisición en la Edad Media, en la que, durante 400 años, "en nombre de Dios" se quemaba a todo aquel que le llevaba la contraria a la "Santa Iglesia". Ahora se hace lo mismo, pero "en nombre de la Ciencia".

Afortunadamente, y a pesar de la indefensión que todos los practicantes de estas terapias tenemos (la mayoría grandes profesionales), muchos científicos están dirigiendo su mirada hacia lo evidente y demostrando, desde la ciencia lo que en realidad es evidente.

El Dr. Bruce Lipton, biólogo investigador de la Epigenética, Bradley Nelson, Greg Braden y una legión más, junto con muchos médicos de carrera que practican estas terapias naturales evidencian este hecho.

Lo cierto es que en nuestro cerebro guardamos una serie de programas que manejan nuestra energía haciendo que esta fluya o se bloquee y como consecuencia tengamos o no salud.

Según esto, en el momento que somos engendrados y hasta los seis años, grabamos en nuestro sistema el manual para el resto de nuestra existencia. De esta forma, el aprendizaje recibido y los mandatos parentales y de nuestro entorno condicionarán nuestras experiencias. Pero lo importante es que estos programas y otros que acumulamos durante la vida, pueden ser eliminados para que nuestra energía fluya correctamente.

Por medio de la Kinesiólogía Aplicada podemos determinar exactamente en qué momento se produce el shock y aplicar la terapia adecuada. Esta técnica nace en EEUU en los años 60 y ha evolucionado hasta nuestros días de tal forma que, a través de una serie de test musculares; unos 50

músculos), podemos establecer un diálogo con el cuerpo de cualquier persona a través de una serie de estímulos que producen una reacción, y por medio de esa reacción establecer el origen del problema ya que cada músculo está conectado directamente con un órgano de nuestro cuerpo. Así, el Psoas está ligado a Riñón de tal manera que, si tenemos un problema en la rodilla, cadera o vértebra lumbar, puede estar relacionado con algún proceso renal. Pero el riñón no solo tiene una función fisiológica, sino que además se relaciona con los miedos e indecisiones. En él se asienta el Qi ancestral según la M.T.C. que nos da seguridad en nosotros mismos.

## UN CASO REAL

Una persona joven, 40 años, acude a la consulta con un problema de hipertensión arterial (120/170). Desde hace varios años no logra controlarla con medicación. Por medio de la Kinesiólogía Aplicada, vemos que tiene un estado de alerta grande con exceso adrenalínico (lo que llamamos un vacío de Yin) y además adicción al dulce. También se detecta una Cándida Albicans que causa la adición al dulce.

Después de tres sesiones y un control de la Cándida Albicans la presión sanguínea se estabiliza en 88/128.

El origen de la alerta que causaba la hipertensión era que, en la adolescencia, a los 15 años no podía salir con sus amigos por imposición familiar, lo cual impedía la expansión del SHEN (corazón) causando así una represión de esta energía. Ello le llevó a lo largo de su vida a ser una persona nerviosa e inquieta a pesar de practicar técnicas de relajación como el Yoga y el Tai-chi.

## SABÍAS QUE...

En nuestro cerebro guardamos una serie de programas que manejan nuestra energía haciendo que esta fluya o se bloquee y como consecuencia tengamos o no salud

**Self-Realization Fellowship**  
FUNDADA EN 1920 POR PARAMAHANSA YOGANANDA

**Cómo encontrar la paz interior a través de la meditación**

**Viernes 12 de Octubre de 2018 a las 20:00 hrs.**  
INSTITUTO VIRGEN DE LA PALOMA - Metro Francos Rodríguez  
Calle de Francos Rodríguez, 106 - 28039 Madrid  
Entrada gratuita / Parking libre  
Tf. 34 671 745 776 / [www.yogananda-srfmadrid.es](http://www.yogananda-srfmadrid.es)

**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 6 de OCTUBRE**

**Bindu**

Escuela de Yoga de Chamartín  
C/ Pérez de Ayuso 11  
28002 Madrid  
Telf. 91.413.82.38  
[www.yogabindu.net](http://www.yogabindu.net)  
[escuela@yogabindu.net](mailto:escuela@yogabindu.net)

# EXTRACTO DE SEMILLA DE UVA



Todas las propiedades de la naturaleza de forma concentrada para tu salud

¿Quién nos iba a decir que esas semillas que a veces tratamos de evitar y desechar contienen el remedio a muchos problemas de nuestra salud? Descubre las bondades de este suplemento y las múltiples propiedades antiinflamatorias, anticoagulantes, antioxidantes de este milagro de la naturaleza acumulado por la acción del sol, la tierra, el agua y el aire en las semillas de los racimos de uva.

Si hay un alimento que resume en sí mismo las propiedades de la naturaleza este es la uva y de una forma mucho más concentrada la semilla de la uva.

Las Proantocianidinas Oligoméricas son el OPC en la semilla de uva. Este es un antioxidante 20 veces más potente que la vitamina C y multiplica el efecto de la Vitamina C en un 10% cuando se toman juntas.

El OPC diluye la sangre. Hace que la sangre sea más fina al eliminar la fricción entre las plaquetas. Como resultado, la sangre vuelve a las venas más pequeñas. Al ser la sangre más fina llega mucho más fácilmente a todas partes a través de las arterias y capilares.

De este modo la sangre recoge mejor las toxinas de todas las partes del organismo, incluso del cerebro. Esto es muy importante porque cuando las toxinas quedan depositadas en los órganos o en el cerebro, empieza un proceso inflamatorio que es el causante de muchas enfermedades.

Los estudios demuestran que 100 mg de OPC tienen un efecto anticoagulante como 500 mg de aspirina. Por eso no debe tomarse junto con un anticoagulante.

El OPC o extracto de semilla uva aumenta la resistencia de las paredes de arterias y capilares evitando posibles derrames y trombos en nuestro organismo. Ya 24 horas después de tomar la primera cápsula de OPC la resistencia de los vasos sanguíneos se ha duplicado.

**EQUIPO SCHELLER**

sanacioncelular.com

De esta forma el OPC es un aliado en la salud del corazón y del cerebro. Es preventivo inestimable contra el ataque cardíaco y derrame cerebral. Previene el 68% de los depósitos en las arterias y disminuye los niveles de histamina en el organismo por ello es muy recomendable tomarlo aquellas personas que padecen alergias o que tienen problemas gastrointestinales y úlceras.

Se ha reconocido la influencia favorable del Opc ayudando en el tratamiento de diversas enfermedades: Mejora los problemas de la circulación, del sistema cardiovascular, ayuda a equilibrar el colesterol en sangre, en la diabetes, en las enfermedades de la piel y de los ojos, ayuda a regenerar el tejido conectivo, se usa en lesiones deportivas, frena los procesos de envejecimiento.

Se recomienda para evitar los problemas degenerativos causados por los radicales libres. En el tratamiento de enfermedades respiratorias, para mejorar el estado de ánimo, trastornos ginecológicos, fortalece la libido, y está indicado en el tratamiento de osteoporosis y la artritis o inflamación de las articulaciones.

Tomar 1000 mg al día del extracto de uva, que es el equivalente a una cápsula de OPC al 95% de pureza nos ayuda a estar mucho más sanos. El extracto de semilla de uva es un aliado inestimable en el tratamiento de cualquier problema y enfermedad provocada por una inflamación.

Por eso deberíamos siempre incluir en nuestra suplementación este maravilloso aliado de la salud, fruto de la concentración de las propiedades la naturaleza, del sol, la tierra, el agua y el aire en la semilla de la uva.



## SABÍAS QUE...

**El extracto de semilla de uva es un aliado inestimable en el tratamiento de cualquier problema y enfermedad provocada por una inflamación**



## SYMBIONT HEALING ESPAÑA Salud Celular Método Scheller

DESCUBRIMOS EL ORIGEN DE LA ENFERMEDAD CON  
LA ÚLTIMA TECNOLOGÍA ALEMANA



INSTITUTO DE SALUD  
E INVESTIGACIÓN CELULAR  
ALEMANIA  
[www.sanacioncelular.com](http://www.sanacioncelular.com)

### 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...

### ¡ANALÍTICA CELULAR PERSONALIZADA!

¡¡NOVEDAD!! Ahora todos los Sábados Análisis en el acto  
de tu sangre en el Microscopio de Campo Oscuro  
LLÁMENOS PARA SOLICITAR UNA CITA



### PRESENTACIONES GRATUITAS DEL MÉTODO SCHELLER

Todos los Jueves de 20:00 - 21:00 horas

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

MÁS INFORMACIÓN: +34 911 138 288 - 635 731 911  
[www.sanacioncelular.com](http://www.sanacioncelular.com) [info@sanacioncelular.com](mailto:info@sanacioncelular.com)

Antes de dedicarme plenamente a transmitir el Tao, mi vida era muy diferente. Trabajaba como directivo de una gran empresa multinacional; socialmente era un modelo de éxito

## TAO YIN K.Y. PARA UNA RENOVACIÓN CELULAR



**A**fortunadamente, me envié un mensaje alto y claro diciéndome que ese no era mi camino: me cree un cáncer. Y digo me cree, porque soy consciente de que fue mi pensamiento negativo hacia una parte de mi cuerpo el que lo creo. Hasta el punto de que había veces que internamente me decía: “si sigues pensando negativamente en ese punto te vas a crear un cáncer” y así sucedió.



**JAVIER MANRIQUE DE LARA**  
INSTRUCTOR DE TAO CERTIFICADO POR MANTAK CHIA.  
COORDINADOR DE LA ESCUELA TAO CENTER

[taocenter.es](http://taocenter.es)

Una vez sanado, fue el miedo a volver a crearlo el que me ha asistido para hacer cambios profundos en mi vida. En realidad, me di cuenta de que yo mismo había activado el botón de autodestrucción y que sólo yo era el que podía crear otra realidad para mí.

Con esa fuerza interna de querer cambiar mi vida, conocí a varios maestros Taoístas hasta que di con Mantak Chia, y su “Universal Healing Tao Sistem UHT” (Sistema Universal de Sanación Taoísta). Lo que descubrí con él es que el Tao puede ser una forma de vida con la que puedes transformarte de dentro hacia fuera.

Fue en el “Tao Garden” en Tailandia donde tuve mi primer contacto con el Tao Yin, esta joya taoísta que tanto me ha ayudado a cambiar mi vida. Allí fue dónde me hablaron de M<sup>a</sup> Stella Murias, Instructora certificada del UHT que se dedicaba a transmitir el Tao por España. La conocí durante la charla de presentación de su formación de “Maestros de la Energía de Tao Yin K.Y.”. Me llegaron tan profundo sus palabras y su energía. Sentí que estaba hablando para mí, para el proceso vital que estaba viviendo, y que claramente ese era mi camino. Así que decidí apuntarme a su formación.

Los tres años que duró el curso los recuerdo como una verdadera metamorfosis. Una profunda transformación se dio dentro de mí gracias a poder mover y llevar mi energía donde realmente tenía que estar. En ese proceso, lloré, reí, me quité de encima energías nocivas que había atraído a mi vida y rellené mi cuenco sagrado que es mi cuerpo de una frecuencia energética más elevada.

El Tao Yin o el “Arte de canalizar la energía”, es una técnica basada en movimientos en el suelo acompañados a la respiración. Nos movemos desde nuestro centro, el “Tan Tien” inferior. A través de una basculación pélvica activamos la bomba sacro-craneal y hacemos que la energía suba por nuestra columna vertebral canalizando nuestra energía por los distintos meridianos o circuitos del cuerpo.



## CANALIZAR LA ENERGÍA

El Tao Yin o el “Arte de canalizar la energía”, es una técnica basada en movimientos en el suelo acompañados a la respiración





**MAESTRO LIN XIAO HU**

- Chi kung
- Kung Fu
- Tai Chi Chuan
- Masaje Tui Na
- Medicina Tradicional China
- Taoísmo, Meditación, Filosofía
- Caligrafía China
- Ceremonia del té

**ESCUELA DE CULTURA TRADICIONAL CHINA**

**CHAN WU**

**CLASES SEMANALES**





**JANÚ RUIZ**

- Chi Kung
- Meditación
- Tai Chi Chuan
- Medicina Tradicional China
- Terapia Craneosacral
- Osteopatía - Shiatsu
- Extensa colección de DVD

**CURSOS DE FORMACIÓN PROFESIONAL**  
(Calle Cáceres 49 - Madrid)

**CHI KUNG PARA LA SALUD**  
(Diploma: Escuela superior de Qi Gong Xiao Yao)

**MASAJE TUI NA TRADICIONAL**  
(Diploma: Tui Na Escuela Tradicional - TNET)

**INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES: JANÚ RUIZ**

**WWW.CHIKUNGTAOJANU.COM / TF: 656676231 - 914131421 / JANU@CHIKUNGTAOJANU.COM**

氣

康



## SABÍAS QUE...

**Al mover la energía por nuestro cuerpo, liberamos bloqueos que pueda haber, llenamos carencias energéticas que puedan faltar y ayudamos a equilibrar nuestros órganos**

- ➔ Al mover la energía por nuestro cuerpo, liberamos bloqueos que pueda haber, llenamos carencias energéticas que puedan faltar y ayudamos a equilibrar nuestros órganos.

Para el Taoísmo, nuestros órganos son los responsables de crear las emociones. Si están en equilibrio, la emocionalidad que emitiremos será beneficiosa. Si están en desequilibrio, seremos más propensos a sentir emociones nocivas. Y aunque para el Tao no hay nada bueno ni malo, sino que todo es relativo, hay emociones o energías que sostenidas en el tiempo pueden dañar mi cuerpo físico, mental y emocional.

Algo que conseguimos al movernos desde nuestro centro es a llevar la energía a nuestro “Segundo Cerebro” situado en nuestro intestino delgado e intestino grueso. Es un lugar donde literalmente podemos acumular y transformar la energía. El Tao nos dice que es la batería principal de nuestro cuerpo. Si llevamos la energía a ese lugar en vez de sobre estimular nuestra cabeza conseguiremos tener una mente más Yin, más calmada, más eficiente.

Con la práctica de Tao Yin K.Y. conseguimos además entrenar los tendones, les damos más fuerza y elasticidad, volviendo a unificar nuestro cuerpo como cuando éramos niños. Realmente todo nuestro cuerpo está lleno de tejido conjuntivo pues nuestros huesos, músculos, órganos, etc. están recubiertos de fascias o bolsas. Cuando las entrenamos, conseguimos que estén más fuertes y unificadas, permitiendo que la energía fluya más libremente por ellas a todo mi cuerpo, dando una estructura energética más adecuada.

Al entrenar los tendones, conseguimos recuperar nuestra estructura interna pues liberamos muchos acortamientos internos. Es por eso por lo que su

práctica es tremendamente beneficiosa para mejorar lesiones de espalda y de articulaciones.

Al moverme y respirar desde mi centro como cuando era niño, vuelvo a ser esa dinamo energética que alimenta desde lo más profundo de mi, cada célula de mi cuerpo.

El Tao Yin tiene más de 6.500 años. M<sup>a</sup> Stella Murias no es su creadora, aunque si es la persona que lo introdujo en España y la que ha creado el sistema pedagógico de “Maestros de la Energía de Tao Yin K.Y.”, que lleva 15 años enseñando. Le ha puesto las siglas de K.Y. en relación a “Kuan Yin”, la diosa o el arquetipo de la “Compasión” o “Amor Consciente”, para diferenciar su sistema de aquellas personas que se lo han copiado.

Algo que me ocurría con las prácticas que había aprendido con Mantak Chia era que me costaba introducirlas en la vida. Fue con esta formación, en la que tenía un contacto mensual, cuando recibí un impulso energético que me ayudaba a practicar con regularidad.

Experimenté profundamente cómo nos interesa cultivar nuestra energía regularmente pues es la diferencia entre vivir en equilibrio o en desequilibrio. Esa es la verdadera manera de coger las riendas de nuestra energía, de nuestra vida.

En ese  
proceso,  
lloré, reí,  
me quité  
de encima  
energías  
nocivas que  
había atraído  
a mi vida  
y rellené  
mi cuenco  
sagrado  
que es mi  
cuerpo de  
frecuencia  
energética  
más elevada

## FORMACIÓN DE MAESTROS DE LA ENERGÍA DE TAO YIN K.Y. 15 PROMOCIÓN

El Tao Yin es una joya guardada desde siglos:

- Restablece la circulación de los diferentes cuerpos del ser humano
- Realinea la estructura mecánica
- Expande la conciencia
- Nos enseña a pulsar le interruptor interno de la energía

Aprenderás con M<sup>a</sup> Stella Murias Soto, instructora certificada por Mantak Chia, responsable de traer el Tao Yin a España y de crear el sistema pedagógico de Tao Yin KY:

- Completa descripción y aprendizaje de más de 100 movimientos
- Anatomía para el movimiento
- Bioenergética Taoísta
- Talleres mensuales destinados a aprender como persona y profesor:
  - El Tao de la voz
  - Feng shui para el alma
  - Relajación
  - Equilibrar energía propia y de otros, etc.

Inicio el 27 de Octubre 2018.  
Un fin de semana al mes durante 3 años  
Charla de presentación: 6 de octubre a las 19:00 hrs



C/ TALAVERA 2 (ENTRE C/SERRANO 205 Y 207). METRO COLOMBIA - TELF: 639 453 789 - INFO@TAOCENTER.ES - WWW.TAOCENTER.ES



Gracias a la ciencia y la tecnología nuestra vida ha mejorado en muchos aspectos, no cabe duda. La esperanza de vida se ha duplicado en el último siglo y los avances en medicina permiten tener una mayor calidad de vida gracias a los tratamientos paliativos en individuos con enfermedades crónicas



## Reiki y Meditación

# DE LA CIENCIA Y EL HUMANISMO

T

También hemos conseguido altas cotas de bienestar que nos permiten tener unas relaciones más rápidas y eficaces merced al desarrollo de las comunicaciones; una prueba de ello es que este artículo que estás leyendo ha sido publicado en una revista de primer orden y distribuido a través de sofisticados canales de distribución y todo gracias a la ciencia y la tecnología. Disfrutemos de todo ello y hagamos un buen uso de esas herramientas.

Pero no debemos olvidar que somos cuerpo, mente y espíritu y que la ciencia y la tecnología no tendrán nunca un conocimiento completo del ser humano y, por tanto, no atenderán necesidades fundamentales para tener una plena existencia, cargada, eso sí, de bienestar y sufrimiento porque es imposible lo uno sin lo otro. No es posible vivir en un estado permanente de felicidad y bienestar. Yin y Yang, las dos caras de la vida.

Si desactivamos la conexión entre el cuerpo, la mente y el espíritu, esto es, con la Energía Universal, se producirá un importante desequilibrio de negativas consecuencias. Veamos algunos ejemplos.



**MIGUEL ALAMEDA**  
CENTRO DE MASAJE MANUAL

cmasaje.es



Suicidio. Según la Organización Mundial de la Salud (O.M.S) el suicidio es el mayor problema de salud pública en Europa lo que ha llevado al gobierno de España a crear una estrategia de prevención de suicidios.

Estrés, depresión, ansiedad, desasosiego y enfermedades físicas asociadas a tales estados emocionales colapsan centros médicos de atención primaria y, también, urgencias e ingresos hospitalarios.

La ciencia y la tecnología proporcionan valiosas herramientas para aliviar tanto sufrimiento, pero, ciertamente, resultan insuficientes para atender una demanda de progresión acelerada. Es hora de colaborar con la ciencia y la tecnología y aportar lo mucho que se puede hacer para calmar tanta penalidad. Está en nuestras manos.

Las técnicas energéticas como el Chi Kung, Yoga, Reiki y muchas otras, nos permiten canalizar la Energía allí donde se necesita y ayudan a liberar los bloqueos energéticos que son la base del desequilibrio.

La meditación es, por excelencia, la técnica idónea para el control de la mente, aquietarla y dirigirla hacia nobles objetivos. Dentro de las distintas técnicas de meditación resaltan por su gran trascendencia la meditación de concentración (Samatha) y la de atención plena (Vipassana, conocida vulgarmente como Mindfulness). ➔

## SABÍAS QUE...

Si desactivamos la conexión entre el cuerpo, la mente y el espíritu, esto es, con la energía universal, se producirá un importante desequilibrio de negativas consecuencias

SÍ, HAY DIFERENCIAS

霊気

**A VECES LAS DIFERENCIAS NO SALTAN A LA VISTA**

★★★★★ FÓRMATE COMO MAESTRO TERAPEUTA PROFESIONAL DE REIKI

CURSO 2018 / 2019  
20, 22 SEPTIEMBRE 2018  
ABIERTO PLAZO DE INSCRIPCIÓN

El curso más completo con una duración de 9 meses en el que aprenderás:  
Formación completa en Reiki + Técnicas de Meditación + Gestión del Estrés y Coherencia Cardíaca + Chi' Quiro + Terapia de Chakras + Magnetismo + Filosofía budista ...

UN MAESTRO TERAPEUTA PROFESIONAL DE REIKI DEBE CONTAR CON TODAS LAS HERRAMIENTAS DE REIKI DE IGUAL MANERA QUE CUANDO ALGUIEN VISITA AL MÉDICO ESPERA QUE HAYA CURSADO TODA LA CARRERA.

CALLE LÓPEZ DE HOYOS, 72 (EL VERGEL) - 28002 MADRID  
WWW.CMASAJE.ES - 609 49 02 87

CENTRO DE MASAJE MANUAL



Las técnicas energéticas como el Chi Kung, Yoga, Reiki y muchas otras, nos permiten canalizar la Energía allí donde se necesita y ayudan a liberar los bloqueos energéticos que son la base del desequilibrio

- ➔ La filosofía debe tener una posición preeminente en nuestro modelo vital porque es la que nos lleva al conocimiento profundo de las cosas que va más allá de lo que la ciencia y la tecnología puedan explicar. Hay razones que la razón no alcanza a comprender, dice el famoso adagio de Pascal. Te invito, inquieto lector, a sumergirte en el proceso filosófico de la mano de Sócrates, Platón y Aristóteles porque, milenios después, tienen plena vigencia y significado.

Imposible comprender el mundo que te rodea, tu país, España, con toda su diversidad, sin meditar sobre las reflexiones de Miguel de Unamuno y de José Ortega y Gasset y el mundo global sin las aportaciones de Thomas Mann o Rob Riemen entre otros muchos.

Es necesario comprender con ecuanimidad nuestro mundo para no experimentar los negativos efectos de un estado de conciencia deformado por un sistema de creencias basado, generalmente, en la ignorancia.

Suelo invitar a mis amigos, entre los que incluyo a mis alumnos y compañeros, y así lo hago ahora contigo, curioso lector, al estudio y práctica de la filosofía budista, en su vertiente de la ética, y al estoicismo.

Mientras redacto este artículo los medios de información nos dicen que la Dirección General de Tráfico va a imponer fuertes sanciones a quienes utilizan el teléfono móvil durante la conducción. Medita serenamente sobre esta temeraria práctica y extrae tus propias conclusiones. La ciencia y la tecnología nos proporcionan una herramienta formidable tal cual es la telefonía móvil, que nos sirve para interactuar en un mundo de amplias posibilidades. Pero si la filosofía de vida no es la adecuada, la utilización de esa herramienta puede llevar a fatales o perversas situaciones.

Voy apuntando el final de estas reflexiones que gustosamente comparto contigo.

No es coherente acudir al médico, al psiquiatra, al psicólogo, etcétera, para tratar desequilibrios que se producen a consecuencia de hábitos de vida perjudiciales basados en la visión equivocada de las cosas. De ahí la importancia de la ética budista. La prevención como primera medida.

Y por otro lado, llevar una vida de laboriosidad y serenidad basada en el estoicismo, aunque comprendo que en la sociedad que nos toca vivir es difícil apartarse de la corriente consumista, alocada y perturbadora, pero es absolutamente necesario plantearse esta cuestión.

La felicidad no la aportan los bienes materiales. El desarrollo espiritual sí.

**Estrés,  
depresión,  
ansiedad,  
desasosiego y  
enfermedades  
físicas  
asociadas a  
tales estados  
emocionales  
colapsan  
centros médicos  
de atención  
primaria  
y, también,  
urgencias  
e ingresos  
hospitalarios**



**RAMIRO CALLE**  
 ESCRITOR. DIRECTOR DEL CENTRO SHADAK  
 ramirocalle.com



# LOS CIEGOS Y EL ELEFANTE

Había un maharajá en la India que ordenó reunir a todos los ciegos de una ciudad y pidió que les pusieran delante un elefante y que fueran tocando al animal y a continuación contasen qué les parecía.

Unos dijeron, tras tocar la cabeza: "Parece un cacharro"

Los que tocaron la oreja aseguraron: "Parece un cesto de aventar"

Los que palparon el colmillo declararon: "Es como una reja de arado"

Y los que tocaron el cuerpo, aseveraron: "Es un granero"

Y así, cada uno estaba convencido de lo que decía, y comenzaron a querellarse entre ellos, se insultaron y llegaron a las manos, convencidos cada uno de ellos de tener toda la razón.

## REFLEXIÓN

La visión parcial produce ofuscación y de la ofuscación solo nace más ofuscación. No hay mayor mentira que la verdad a medias, ni mayor apego, ni a veces peor, que el apego a las ideas, estrechos puntos de vista y dogmatismos, pues debido a ello uno puede llegar a perjudicar o dañar gravemente a otras criaturas.

Hay que tratar de alertar la consciencia y esclarecerla, liberándola de viejos patrones, aferramiento a convicciones, etiquetas, prejuicios y falsas interpretaciones.

Para poder tener una mente más libre e independiente, y por tanto más clara y ecuánime, se requiere el adiestramiento del discernimiento puro, que enseña a ver las cosas sin tanto apego o aversión, con equilibrio mental y lucidez.

Pero para ello también es necesario debilitar las cadenas del ego, pues desde los fantasmas del ego (egoísmo, egocentrismo, prepotencia, soberbia o vanidad) no es posible ver las cosas como son y uno se deja atrapar en el juego de espejos distorsionantes de la mente, tendentes a falsear los hechos y tomar acciones equivocadas o dañinas.

La meditación es una práctica para liberar la mente de oscurecimientos, procurarle ecuanimidad y conseguir así una visión más imparcial y certera. La ofuscación a menudo nos hace ver lo que es como no es y si la apreciación de lo que es no es la adecuada, tampoco lo será la acción que le siga.

En mis viajes a la India una de las preguntas que más he formulado a los grandes mentores y yoguis ha sido a propósito de la sabiduría y algunos me han respondido: "Consiste en ver las cosas como son para poder proceder en consecuencia".

Tenemos que trabajar sobre nosotros mismos para llevar la sabiduría a la mente, las palabras y los actos. La sabiduría es mucho más que mero conocimiento, erudición o acumulación de ideas. Es una manera especial de ver y ser.

SÍGUE EL BLOG DE RAMIRO CALLE EN [ESPACIOHUMANO.COM/EL-BLOG-DE-RAMIRO-CALLE](http://ESPACIOHUMANO.COM/EL-BLOG-DE-RAMIRO-CALLE)

**BIODANZA... Abrirse a la Vida**  
 Alegría, Autoestima, Encuentro, Libertad, Conexión, Disfrute

En Octubre  
 1ª Clase Gratis

*Biodanza con Mujeres*  
*Biodanza Acuática*

**Clases Abiertas**  
 Lunes 17 y 24 de septiembre, de 20.30 a 22.30 hrs en Tirso de Molina  
 Miércoles 26 de septiembre, de 20 a 22 hrs en Legazpi-Almendrales  
 Sábado 29 de septiembre, de 12 a 14 hrs en VILLALBA

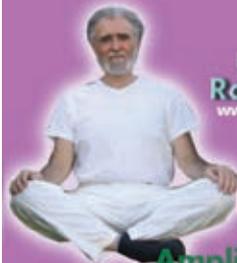
Beatriz Palomares: 627 129 373 / [disfrutandobiodanza@gmail.com](mailto:disfrutandobiodanza@gmail.com)  
[www.disfrutandobiodanza.com](http://www.disfrutandobiodanza.com)




**SHADAK**  
 Centro de Yoga

Dirigido por:  
 Ramiro Calle  
[www.ramirocalle.com](http://www.ramirocalle.com)

91 435 23 28  
 Amplios horarios





Los Yoga Sutras de Patanjali es uno de los manuales más completo para la investigación y el control de nuestros propios pensamientos. Una escritura clásica y una guía holística para los aspectos físicos, mentales y espirituales de la meditación. De ellos hablaremos estos próximos meses, en la versión comentada realizada por Swami Durgananda



**SWAMI DURGANANDA**  
CENTRO INTERNACIONAL DE YOGA  
SIVANANDA VEDANTA DE MADRID

sivananda.es



# EL YOGA DE PATANJALI

La autoconfianza y la autodisciplina son requisitos fundamentales en el camino espiritual. Sin autodisciplina, ni siquiera los más inteligentes pueden beneficiarse de las enseñanzas del yoga.

Los Yoga Sutras de Patanjali son una fuente maravillosa para los que practican yoga en Occidente, especialmente para aquellos que estudian la parte psicológica del yoga, la psicología más antigua de la humanidad. Se consideran uno de los libros más importantes para los estudiantes de yoga.

Swami Vishnudevananda enseñó el Raja Yoga, sintetizado en cinco principios sencillos, a personas de toda edad, religión y condición:

- Ejercicio adecuado (asanas)
- Respiración adecuada (pranayama)
- Relajación adecuada (savasana)
- Dieta adecuada (vegetariana)
- Pensamiento positivo y meditación (Vedanta y dhyana)

Una vez estos principios se introducen en la vida cotidiana, las enseñanzas universales del yoga de Patanjali Maharishi se desvelarán gradualmente a través de la práctica personal.

## La influencia de Patanjali en los grandes filósofos de occidente

Muchos filósofos occidentales y eruditos, como Pitágoras, Platón, Schopenhauer, Max Muller y Paul Deussen, han sido inspirados por las enseñanzas del Yoga.

Paul Deussen estudió sánscrito hasta el punto que era capaz de traducir escrituras como los Upanishads al alemán, que se utilizan aún en las facultades de estudio sobre India. Max Müller era una persona muy ambiciosa y cuando Swami Vivekananda vino a Europa, viajó especialmente de Londres a Kiel, en el norte de Alemania, para reunirse con él. Swami Vivekananda mencionó en sus cartas que conversó con Max Müller tanto en sánscrito como en inglés. Aun en los clásicos Ashrams de la India como en el Shankaracharya Math las lecciones de filosofía se dan en sánscrito.

### Patanjali: ¿una sola persona?

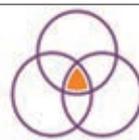
No es seguro que Patanjali fuese una sola persona. Los especialistas occidentales de la India dicen que no existe prueba de que Vyasa, que escribió la mayoría de las escrituras sobre Yoga fuese una sola persona. ¿Cómo podría una sola persona escribir tantos textos sagrados? De la misma forma que existen muchos Swamis pueden haber existido muchos Vyasa. Desde un punto de vista meramente histórico esta circunstancia no está esclarecida. Pero si contemplamos el conocimiento escrito en estos aforismos de Patanjali su profundidad y extensión son asombrosas.

### Un libro para estudiar despacio

Cuando estudiamos los Sutras de Patanjali debemos ir despacio, paso a paso y con mucho cuidado, porque las palabras sánscritas, traducidas a las lenguas de nuestro entorno, deben de ser comprendidas. Esta comprensión se incrementará a medida que nuestra propia práctica se desarrolla. Hay un gran conocimiento intuitivo, más que intelectual, escondido en los sutras. Por ello las personas que no son muy intelectuales o teóricas pueden estudiar yoga igualmente, alcanzar un conocimiento intuitivo y convertirse en eruditos. Ya hemos visto grandes ejemplos.

### No somos ni cuerpo ni mente

Al final la conciencia se rendirá y la búsqueda espiritual de la Realidad Suprema comenzará. Cuando estudiamos y observamos la sabiduría de los Raja Yoga Sutras, el materialismo desaparece. Nos damos cuenta de que no somos ni el cuerpo, ni la mente. Volvemos a contactar de nuevo con la suprema satisfacción en la que el alma individual se funde con el Alma Suprema. El yoga se considera una ciencia, que enseña el método de unir el espíritu humano con el Divino.



**Udana**  
Yoga

#### Clases regulares ▶

Hatha Yoga, Vinyasa, Yin Yoga (restaurativo), Yoga Integral y meditación/mindfulness.

**Masterclass de Hatha Yoga y meditación:** todos los sábados de 11-13

**Taller de Yin Yoga y meditación:** un domingo al mes de 12-14

**Talleres de 2-3 horas sábados o domingos:**  
Meditación /mindfulness; Air-Swing Yoga, Yoga Danza, Pranayama y masaje Thai.

Todos los talleres y clases actualizados en nuestra web ▶ [udanayoga.es](http://udanayoga.es)



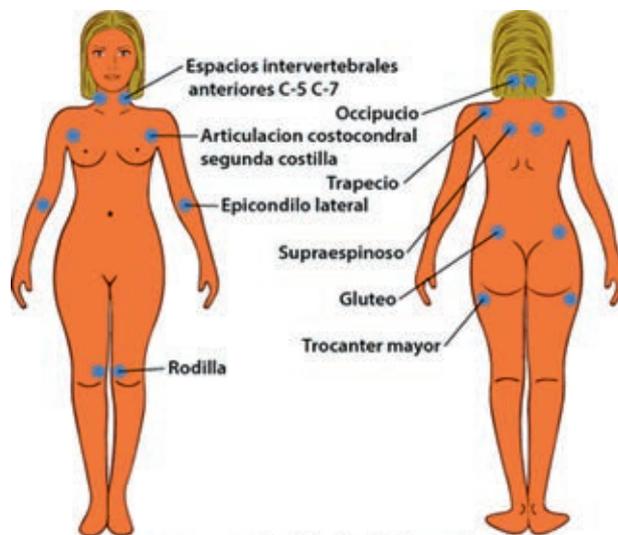
Tel. 696477446 C/ Blasco de Garay, 70

QUEVEDO, MONCLOA, CANAL, ISLAS FILIPINAS



La palabra fibromialgia significa dolor en los músculos y en el tejido fibroso (ligamentos y tendones). Lo padece entre el 6 y el 8% de la población y sobre todo se manifiesta en mujeres. Cuando se asocia a otras enfermedades, se le llama fibromialgia concomitante y si está aislada, fibromialgia primaria

# FIBROMIALGIA Y GRAFOTERAPIA



Los 18 puntos de dolor de la Fibromialgia

Se caracteriza por un dolor musculoesquelético generalizado y una sensación dolorosa a la presión, en un mínimo de 11 puntos de los 18 que se presentan en el cuerpo. También puede ocasionar rigidez generalizada al levantarse, sensación de inflamación y hormigueo en manos y pies, dolor en la menstruación, colon irritable, sequedad en boca y ojos y jaquecas. El dolor varía según la hora del día, el nivel de actividad, la falta de sueño o descanso, el estrés y los cambios estacionales.

Desde el punto de vista clínico, no se conocen las causas, ya que hay personas que desarrollan la fibromialgia sin causa aparente, mientras que en otras comienza tras una infección bacteriana o viral, un accidente, una artritis reumatoide, un lupus eritematoso o una incapacidad para responder a determinados estímulos.

A pesar de tener un carácter benigno porque no produce secuelas físicas, ni afecta a la supervivencia del paciente, origina una disminución sistemática de la calidad de vida.

Desde el punto de vista del Grafodiagnóstico, la fibromialgia tiene un denominador común, la relación de pareja, donde podemos encontrar diferentes situaciones como: la ausencia de pareja, la viudedad, la ansiedad que genera no conseguir pareja estable o mantener la convivencia cuando se



**JESÚS D. MORALES**  
DIRECTOR DEL CENTRO DE GRAFOTERAPIA Y MEDICINAS  
ENERGÉTICAS

centrodegrafoterapia.com

ha perdido el amor, la armonía, el apetito sexual e impera el aburrimiento, la incomprensión y la falta de proyectos en común. Cualquiera de estas causas está relacionada con la fibromialgia; por esta razón los tratamientos convencionales no suelen dar los resultados esperados, ya que suelen tratar los síntomas, mientras que con Grafoterapia, que permite acceder a la etiología del problema, consiguiendo resultados muy positivos, y en la mayoría de los casos definitivos, como se observó en tratamientos grafoterapéuticos realizados en grupos pertenecientes a concejalías, especialmente de mujeres con esta alteración.

La Grafoterapia tiene la capacidad de corregir las alteraciones psicósomáticas, y la fibromialgia es una de ellas, a través de su sistema de reflejos condicionados, que, en forma de estímulos uniformes de origen externo, gracias a los ejercicios grafoterapéuticos, consigue que el cerebro reciba la orden a través del sistema nervioso central y actué en consecuencia, cambiando los patrones mal aprendidos o enseñando cómo gestionar el problema para que desaparezca.

Cuando una persona se queda enganchada a un conflicto, irremediablemente termina produciendo una alteración física que con el tiempo se convierte en una enfermedad, de ahí, que para mí todas las enfermedades físicas tengan un origen emocional. Si tratamos el componente emocional las posibilidades de éxito son muy elevadas.

**Desde el punto de vista del Grafodiagnóstico, la fibromialgia tiene un denominador común, la relación de pareja**

Si observamos los puntos de dolor de la fibromialgia, vemos que se proyecta en las articulaciones o cerca de ellas. Esto nos da la pista de que se trata de una alteración relacionada con la incapacidad de moverse con libertad. Por esta razón es por lo que tiene tantas implicaciones con las relaciones de pareja, ya que, si no son sanas, producen la sensación de sentirse atrapado y no saber cómo moverse, exactamente el mismo funcionamiento fisiológico de una articulación enferma.

Escribir utilizando la caligrafía propuesta por el Grafodiagnóstico, sería una de las formas de llevar la salud y el bienestar a la mayoría de la población.

**Formación Yoga Clásico**  
con la Escuela Sadhana  
4 años

**Formación Personal y Profesional Yoga Dinámico**  
con José Luis Cabezas  
1 o 2 años

**City Yoga**  
TI. 91 553 47 51  
C/Artistas, 43 Madrid  
www.city-yoga.com

**Formación Yoga, la Mujer, el Embarazo y el Postparto**  
con Omma Prenatal y Montse Cob  
1 año

**Formación Yoga y Mindfulness para Niños**  
con Om Shree Om y Christine McArdle  
1 año

**INICIO OCTUBRE**

**RECONNECTING**  
SESIONES DE SANACIÓN RECONECTIVA  
www.reconnecting.es

Irene  
606 024 867

**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

**CURSOS Y SEMINARIOS**

ABIERTO PLAZO DE MATRÍCULA  
INICIO OCTUBRE

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

CONFERENCIA DE PRESENTACIÓN DE CURSOS  
VIERNES 14 SEPTIEMBRE 19H.

**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



Si eres como yo, aún conservas esa costumbre escolar de comenzar el año en septiembre. Lo cierto es que más que a enero, podemos llamarle el mes de los buenos propósitos. Volvemos de las vacaciones y el verano descansados y con mil ideas sobre qué hacer de nuevo en el año que empieza. ¡Retomamos la marcha!



**OLGA ALBALADEJO JUÁREZ**  
SOCIA FUNDADORA EN SALMAH, CENTRO ONCOLÓGICO  
INTEGRATIVO Y PARTICIPATIVO

centrooncologicosalmah.com



## ¿COACHING O YOGA?

**P**ensamos en ponernos a régimen para bajar esos kilitos que ganamos con la buena vida, o apuntarnos a clases de yoga, o en hacer ese proceso de coaching que llevamos aplazando desde hace meses, o años, pero que “ahora sí que sí.”

¿Por qué postergamos comenzar aquellas cosas que nos hacen bien? O mejor dicho, que creemos que nos van a hacer bien porque como no las empezamos, tampoco podemos estar seguros del resultado. ¡Qué miedo nos dan los cambios! Y es que los riesgos nos sacan del lugar que conocemos y nos aventuran hacia un espacio vivencial y emocional que no nos ofrece ninguna garantía... solo posibilidades.

Pero si hay algo en lo que no solamente podemos, sino que debemos, exigir garantías: La elección de los profesionales con los que viajaremos. Vivimos en un mundo de abundancia informativa y de una oferta descomunal de servicios. A poco que buceemos podemos encontrar una miríada infinita de escuelas, terapias y precios. Pero no todos valen, ni valen para todo.

En algunas cosas sí que he de unirme a las voces críticas que hablan de la peligrosidad del mercadillo espiritual, terapéutico y nutricional que abunda en estos días: terapeutas que prometen lo que no está en sus manos, coach con una formación de fin de semana, profesores de yoga sin acreditación...

Tengamos presente que nada de lo que hagamos, o de lo que nos hagan, es necesariamente bueno; que las mejores intenciones pueden hacer el peor de los daños; y que, si queremos avanzar con paso firme, mejor es que invirtamos antes el tiempo suficiente para:

1. Decidir lo que de verdad vamos a hacer.
2. Comprometernos con nosotros mismos de modo que no sea solo un calentón de medio día.
3. Buscar a los profesionales con la formación y la experiencia más adecuadas para lo que necesitamos.

Todo esto será tanto más importante cuanto más grave sea tu estado de salud (física, mental, emocional, social, espiritual... o cualquier combinación de las anteriores).

Es decir, si partes de un buen estado de salud y lo que quieres es hacer una o dos clases a la semana para ponerte en forma, lo peor que puede pasarte, si eliges un profesional inadecuado, es que te hagas una lesión. Pero si tienes, o has tenido, una enfermedad grave, mi recomendación es que busques a un profesional especializado y clases privadas o grupos reducidos.

Un ejemplo similar es el de las terapias y procesos de coaching. Como psicóloga te diría que la titulación de Psicología es la única que capacita (como base) a un profesional para llamarse terapeuta o coach. Pero también conozco a buenos coach que han tenido la responsabilidad de formarse extensivamente y de conocer sus límites, por eso te diré que pidas referencias.

Finalmente te sugiero que preguntes cuánto tiempo vas a necesitar para notar una mejoría. Cada persona es un mundo, pero si en un tiempo razonable, no notas mejorías, tal vez o el tratamiento, o el profesional, o ambos, no son los más adecuados para ti.

Antes de tirar la toalla, o de asumir que “lo tuyo no tiene remedio” busca alternativas. Te aseguro que las hay. Esa es la gran ventaja de la abundancia actual: por supuesto que hay mucho malo, pero también hay mucho bueno; y entre todo eso bueno, encontrarás exactamente lo que necesitas. Eso sí, no hagas como la anciana del cuento que buscaba las llaves sólo donde había luz, usa tus criterios y ve más allá. Tu te mereces estar bien.



## CURSOS COACHING PNL

*“El alma sabe como sanarse a sí misma. El desafío es silenciar a la mente”*

### CURSOS PRESENCIALES

- ★ **Practitioner & Coach PNL**  
(fines semana) Inicio
  - ★ 10-11 noviembre Barcelona
  - ★ 17-18 noviembre Madrid
- ★ **Practitioner & Coach PNL**
  - ★ del 30 noviembre al 9 diciembre
- ★ **Master terapia PNL**
  - ★ del 31 octubre al 4 noviembre

INSCRIPCIONES: gratis  
sesión coaching para integrar emociones

### TAMBIÉN CURSOS ONLINE

[www.pnlspain.com](http://www.pnlspain.com)  
[pnlspain@pnlspain.com](mailto:pnlspain@pnlspain.com)  
TL 685 88 35 32 - 930 17 09 15



IE\*PNL -desde 1987-  
www.pnlspain.com  
Instituto Español PNL



Psicooncología - Coaching  
Nutrición - Dietética  
Acupuntura - Homeopatía  
Quiromasaje - Osteopatía  
Estética oncológica  
Yoga terapéutico



## salmah

Donde el cáncer se aborda de una forma diferente

Núñez de Balboa 42, Bajo Dcha  
**911 367 694**  
[www.centrooncologicosalmah.com](http://www.centrooncologicosalmah.com)



Las mujeres estamos avanzando en la sociedad de forma meteórica. Tenemos puestos de trabajo muy relevantes, somos madres únicas, compañeras maravillosas de vida y queremos estar siempre ideales

# KOGO EL FACIALISMO NATURAL



**NATACHA DE CORTABITARTE**  
FACIALISTA CERTIFICADA POR KOBIDO JAPÓN  
ESPACIO KOGO  
kogo.es

**P**ero vamos muy rápido por la vida, y no nos queda mucho tiempo para estar siempre perfectas. Normalmente ese tiempo se lo damos a los demás: compañeros de trabajo, hijos, maridos, ...

Este desequilibrio nos pasa factura y no nos paramos a pensar en lo que de verdad queremos.

Las mujeres siempre hemos tenido especial preocupación con la piel de nuestro rostro. Hasta ahora teníamos algunos sitios a donde acudir (gabinetes de estética, dermatólogos, clínicas de estética), pero no es una al-

ternativa para la gente que quiere tratar su piel desde una perspectiva más natural, dónde las técnicas y protocolos sean normales y los productos que utilicen también sean naturales y veganos.

En Kogo nos hemos preocupado en ser una alternativa maravillosa y totalmente manual y efectiva.

### ¿Qué puede hacer un Facialista Natural por ti?

No solo necesitamos protocolos, sino tiempo de calidad. Un Facialista natural es el profesional que va a estar al lado de la persona, de su piel y de su rostro. Lo pongo en este orden porque lo que se está haciendo en estos momentos es lo contrario.

Se trata al rostro como si fuera una parte inconexa de la persona que está detrás de él. Se utiliza artillería pesada como láseres, radiofrecuencias, ácidos, toxinas y cremas sintéticas para intentar conseguir que el rostro mantenga la juventud. La piel del rostro “no necesita armas”; es todo lo contrario.

El terapeuta tiene un alma en sus manos. Descubre detrás de cada piel un mundo de sensaciones, de miedos, de emociones, que va a tener que tratar.

Cada alma llega con necesidades diferentes. Casi todo el mundo tiene la piel sensible en determinadas ocasiones, porque somos espíritus cambiantes. Cada día tenemos emociones nuevas y situaciones diferentes, y la piel es un detector interno, y lo expresa.

El Facialista no solo conoce la superficie de la piel, sino que entra en todas sus capas, y las trabaja todas, solamente con sus manos. Hay que saber leer lo que cada capa de piel nos está contando.

### La piel un terreno no tan firme

Si imaginamos la piel como un trocito de terreno en el campo, podríamos ver que existen diferentes sustratos, cada uno con una característica específica.



## SABÍAS QUE...

Se trata al rostro como si fuera una parte inconexa de la persona que está detrás de él. Se utiliza artillería pesada como láseres, radiofrecuencias, ácidos, toxinas y cremas sintéticas para intentar conseguir que el rostro mantenga la juventud. La piel del rostro “no necesita armas”; es todo lo contrario

**Este desequilibrio nos pasa factura y no nos paramos a pensar en lo que de verdad queremos**

8ª edición

Ayurveda Salud & Wellness

Uniendo ciencia ancestral y ciencia moderna

Formación en Ayurveda

2018 - 2019

Masajes ayurvédicos · Nutrición

Lectura del pulso · Meditación

Estilo de vida · Yoga

Fitoterapia

Sempresencial

Bolsa de trabajo

Grupos reducidos

91 534 57 55

[www.ayurvedasalud.com](http://www.ayurvedasalud.com)

[www.ayuseduca.org](http://www.ayuseduca.org)



A simple vista no podemos observar la fisonomía de la piel, pero si cogemos un microscopio, o una lupa, distinguiremos un campo de celdillas que forman un paisaje como los campos de cereales prados y sembrados. Por supuesto no se trata de un terreno liso y firme, sino con ondulaciones y diversas alturas

- A simple vista no podemos observar la fisonomía de la piel, pero si cogemos un microscopio, o una lupa, distinguiremos un campo de celdillas que forman un paisaje como los campos de cereales, prados y sembrados. Por supuesto no se trata de un terreno liso y firme, sino con ondulaciones y diversas alturas.

La capa superficial cutánea, o epidermis, es una barrera de la piel. Es bastante ácida, con un PH entre el 1 y 1,5.

Contiene numerosos organismos que viven allí, que necesitan ese medio para vivir y son los que nos protegen de todos los agentes externos e internos, y que proporcionan, un clima adecuado y una buena calidad del suelo.

Por lo cual lo que deberías hacer es mantener esa capa de piel totalmente equilibrada. Si la epidermis resulta dañada o presenta huecos, va a dar paso a muchos intrusos que van a conseguir adentrarse en capas más profundas.

Agresiones externas como los rayos UVA que pueden llegar a quemar internamente la piel. También sustancias que desencadenan alergias, agentes patógenos, productos químicos y también el agua de los tejidos que deja de ser retenida normalmente en su interior.

Si retiramos con cualquier aparato, o producto, la grasa y la humedad de la piel, está se volverá quebradiza. Está sequedad puede derivar en eczemas, o en último caso alergias de contacto.

El facialista tiene que mantener esta barrera libre de peligro y mantener su equilibrio.

**El facialista natural no debe de utilizar nada más que sus manos y productos naturales para recuperar el rostro de una manera perfecta**

Por eso el tratamiento Kogo es un viaje de investigación permanente. No nos quedamos en la superficie. Nos gusta la naturalidad en los gestos y las pequeñas imperfecciones. Lo que hacemos es flexibilizar los gestos naturalmente. Creando armonía en el rostro, recuperando así el ovalo facial y restaurando los rasgos juveniles que hemos perdido con el tiempo.

Vivimos una época convulsa dónde las ideas de mantener la juventud y la belleza en el rostro son cada vez más injustas. Existe una presión admitida por nosotras mismas que no nos permite avanzar libremente y con naturalidad.

Digo esto porque las personas que llegan a la consulta con unas expectativas creadas en el mundo ficticio del “glamour” y “la estética médica” a nivel mundial, están temerosas de su físico y buscan un antídoto al proceso de envejecimiento natural.

El facialista natural no debe de utilizar nada más que sus manos y productos naturales para recuperar el rostro de una manera perfecta.

Volvemos la vista atrás para incluir en nuestros protocolos una parte de la sabiduría del pasado, investigamos en la recopilación de técnicas que sean una alternativa real a la estética agresiva actual y soñamos con que las mujeres reflexionen sobre su belleza.

Es una mirada hacia atrás en el tiempo para poder dar un paso hacia delante.

Tenemos una visión ecologista y holística en el tratamiento del rostro. Somos defensores a ultranza de una visión natural de la belleza. No queremos que esta vida rápida y sin sentido nos convierta en muñecas de silicona.

Os animamos a cuidaros siempre de una forma consciente.

**Tenemos una visión ecologista y holística en el tratamiento del rostro. Somos defensores a ultranza de una visión natural de la belleza**



**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

**Odontología Natural y Rehabilitación de la ATM**  
*Dra. Cecilia León*

Clinica Pozuelo de Alarcón c/ Rumanía 3 Tel 911999717

Clinica 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



La palabra es, para la conciencia, lo que la mano para el cuerpo. Es el instrumento de los instrumentos. La palabra es la llave que cierra y abre todas las puertas de la comunicación. Y la mano es el instrumento capaz de sanar toda enfermedad. Al unir las, surge la herramienta perfecta



# EL PODER BIOLÓGICO DE LA PALABRA PBP



**MICHAEL LALOUX KODAEWA**  
DIRECTOR DE LA INTERNATIONAL SCHOOL  
OF CRANIAL LISTENING

[lalouxschool.com](http://lalouxschool.com)

**E**l Poder Biológico de la Palabra ofrece un camino dual de autoconocimiento mediante la escucha de la palabra y mediante la escucha del cerebro.

Os presento una serie de recursos lingüísticos que detectan rutinas de expresión inútiles, para facilitar la reprogramación de las creencias. A estos recursos le sumamos la potencia de la BRT® (Brain Release Technique) para armonizar las áreas cerebrales que tienen grabadas dichas rutinas. Esas áreas del cerebro gestionan a su vez el funcionamiento de órganos que están reaccionando, de manera permanente, ante el lenguaje que utilizamos. Si éste es favorable, los órganos conservan su metabolismo sin fricciones. Al contrario, un lenguaje dubitativo, denso, duro o limitante provoca una reacción inmediata sobre el órgano diana alterando sus funciones.

Mejoramos el comportamiento de nuestro cuerpo en cuanto mejoramos nuestro discurso.

Si revisamos la forma de hablar descubriremos vocablos, frases hechas o exclamaciones que actúan como dardos sobre los órganos. Constituyen un diálogo aprendido muy común, al que frecuentemente no se le presta la atención que merece.

Con el PBP estamos abriendo puertas de diálogo alternativo que mejoran el funcionamiento del cuerpo y enriquecen la manera de pensar.

**Para alcanzar ese nivel de percepción disponemos de grandes recursos como:**

- Escuchar.
- Hablar más despacio.
- Uso de sinónimos-contrarios.
- Etimología.
- Palabras-Frases beneficiosas.

● **Escuchar (del lat. auscultare):** ejercitar la escucha ayuda a controlar los pensamientos. Y el que controla sus pensamientos, controla su vida. Para ello, si detectamos varios activos al tiempo, resulta muy práctico poner a cada uno en orden de prioridad y en orden de utilidad.

Si en un primer momento de caos mental nos cuesta determinar la prioridad (a menudo nos puede parecer importante cualquier cosa), ordenaremos los pensamientos en función de su utilidad.

Preguntas clave: ¿me sirve de algo lo que estoy pensando? Y de ser así ¿para qué me sirve? Estas preguntas disipan los pensamientos inútiles al instante.

● **Hablar más despacio:** hablar con más pausa de lo acostumbrado es un hábito saludable que permite escucharse con mayor atención. De ese modo es más fácil corregir el discurso, si fuera necesario, renunciando a frases hechas que nada aportan. Por ejemplo: “tú ya me entiendes”, “la gente es así”, “todo el mundo lo sabe”; el abuso de la conjunción “pero”; acabar las frases con un “no” (cuando se desea “sí”); y tantas otras.



## SABÍAS QUE...

Si revisamos la forma de hablar descubriremos vocablos, frases hechas o exclamaciones que actúan como dardos sobre los órganos. Constituyen un diálogo aprendido muy común, al que frecuentemente no se le presta la atención que merece



## ESCUELA INTERNACIONAL DE ESCUCHA CRANEAL LALOUX

## CURSOS



### CONSULTAS

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

- Conferencia PBP (EL PODER BIOLÓGICO DE LA PALABRA)  
11 de septiembre a las 19 h. en Ecocentro - MADRID
- HO (OSTEOPATÍA HORMONAL)  
13, 14, 15 y 16 de septiembre en BILBAO
- BRT (OSTEOPATÍA CRANEAL APLICADA A LA NUEVA MEDICINA)  
20, 21, 22 y 23 de septiembre en GERONA
- OC (CURSO COMPLETO DE OSTEOPATÍA CRANEOSACRAL)  
18, 19, 20 y 21 de octubre en MADRID

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

info@lalouxschool.com



Con el PBP  
estamos  
abriendo  
puertas  
de diálogo  
alternativo  
que mejoran el  
funcionamiento  
del cuerpo y  
enriquecen  
la manera  
de pensar

- ➔ ● **Uso de sinónimos-antónimos:** supone una mejora de los recursos para adaptarse con naturalidad a cualquier diálogo, ya sea oral o mental. Así ofrecemos alternativas de expresión a las rutas habituales. El resultado es un lenguaje facilitador y coherente con la realidad que queremos mostrar y proyectar.

En el ejemplo de una persona aquejada de alteraciones digestivas, no es lo mismo que se exprese con frases habituales como: “esto no me lo trago”, “no hay quien lo digiera”, “me revuelve las tripas” o “esto es una mierda”; a que se exprese de un modo más acorde: “esto no lo acepto”, “no lo llevo bien”, “no me gusta”, “no lo asimilo” o “no lo quiero para mí”. Así no focalizamos la agresividad dialéctica sobre el cuerpo. Y dejamos en paz a la garganta, al estómago y a los intestinos, para que se ocupen exclusivamente de digerir y procesar los alimentos.

- **Etimología:** es el estudio del origen, el sentido, la forma y el significado de las palabras. ¿Sabemos con certeza lo que significa todo lo que decimos? Ante la duda, conviene consultar previamente una palabra antes de usarla en un contexto equivocado, porque el resultado puede sorprender. No es lo mismo complicado-difícil, ni sencillo-fácil, ni ilusión-entusiasmo. Así que, atención a las palabras.

Decir lo que quieres decir le da sentido a lo que dices, porque la fuerza de la palabra crea realidades y precede a la acción.

- **Palabras-frases coherentes:** conviene revisar los términos que usamos para que se adecúen a los resultados. Atención a los adverbios siempre-nunca, que hacen referencia a todo tiempo-ningún tiempo. Si queremos que perdure lo que decimos, perfecto, si no, se sustituye por “hasta este



momento”, “pocas veces”. Ídem con los “no puedo”, cuando en realidad deseamos decir “no quiero” o “no me viene bien”.

Y el otro poderoso instrumento de los instrumentos son las manos, aplicadas sobre el cerebro, con la BRT®, para armonizar los relés cerebrales que están implicados en las disfunciones corporales. De ese modo devolvemos al cerebro la plasticidad necesaria para elaborar discursos más útiles.

Por otro lado, en orden a los fundamentos de la Nueva Medicina del Dr. Hamer, sabemos que detrás de toda enfermedad hay una situación de conflicto biológico que afecta a 3 niveles: psique, cerebro y órganos.

Los órganos son los que comunican, mediante sus síntomas, que hay una desadaptación al entorno. El cerebro, informa de los relés afectados, y con la BRT® tenemos la oportunidad de armonizarlos (incluidas las áreas del control del lenguaje - Broca y Wernicke). Y es, mediante sencillas técnicas sacrocraneales, el modo en el que conseguimos, desde el cerebro, descargar al cuerpo de la tensión que le provoca la psique con sus programas equivocados.

Para finalizar, si lo que vas a decir no aporta utilidad, mejor mantente en silencio; y entretanto libérate el cerebro para que se despierte el ingenio.



**Decir lo que  
quieres decir le da  
sentido a lo que  
dices, porque la  
fuerza de la palabra  
crea realidades y  
precede a la acción**



Instituto Potencial Humano

Taller práctico  
**CAMBIA TU VIDA CON PNL**  
22 de septiembre

**ORATORIA**  
Inicio: 19 de octubre  
Un viernes al mes hasta junio

**PRACTITIONER y TRAINER EN PNL**  
Inicio: 20 y 21 de octubre  
Un fin de semana al mes hasta junio

**MÁSTER EN PNL TRANSPERSONAL**  
Inicio: del 6 al 9 de diciembre  
3 módulos a lo largo de 6 meses

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

*Carl Jung*



Entidad afiliada a  
[www.cartadelatierra.org](http://www.cartadelatierra.org)

91 533 5290 - 650 386 259

Colabora:

**Ecocentro**



[www.institutopotencialhumano.com](http://www.institutopotencialhumano.com)



[iph@institutopotencialhumano.com](mailto:iph@institutopotencialhumano.com)



La autoestima es como un termómetro interior que nos envía señales de cómo funciona la relación con nosotros mismos influyendo en la relación con nuestro entorno. Identificar los síntomas de una autoestima baja, nos ayudará a poner soluciones para mejorarla

## CLAVES PARA IDENTIFICARLA

# LA AUTOESTIMA EN LOS NIÑOS

### La relación con uno mismo

Uno de los ámbitos en los que refuerzo la mirada en mis sesiones es en la relación con nosotros mismos. Desde niños aprendemos e interiorizamos, influidos por el sistema en el que vivimos, una manera de relacionarnos. Esto nos va calando estableciendo una forma determinada de auto relacionarnos. Creamos así, hábitos internos que condicionan nuestras conductas. Si integramos confianza del entorno y aspectos positivos sobre nosotros, la autoestima se construirá de manera estable y segura. Si el entorno es inestable, inseguro u hostil, viviremos el mundo como un lugar amenazante y surgirá la inseguridad, el miedo y tendencias autodestructivas.

Por ejemplo, los diálogos internos que surgen en nuestra mente ejercen una influencia significativa en nuestro comportamiento. Si los observamos tomamos y conciencia de cómo se desarrollan, con el tiempo seremos capaces de ser selectivos en su contenido. Un mensaje interno de “no valgo para nada porque no he aprobado”, puede intercambiarse con “no he dedicado tiempo suficiente a mis estudios. Me esforzaré un poco más. Puedo conseguirlo.”

Los padres tenemos una misión importante: descubrir cómo se materializan esos pensamientos y ayudarles a modificarlos con nuestro apoyo



**SANDRA GARCÍA SÁNCHEZ-BEATO**  
PSICÓLOGA. PSICOTERAPEUTA HUMANISTA  
DIRECTORA DE ADHARA PSICOLOGÍA  
[adharapsicologia.es](http://adharapsicologia.es)

y cariño. Una de las mejores lecciones es que nuestros hijos aprendan a quererse y respetarse.

### ¿Tiene mi hijo baja autoestima?

Repasemos algunas conductas de nuestros hijos para valorar su nivel de autoestima.

Las conductas aisladas no son suficientes. Hay que observar si es más una actitud ante determinadas situaciones y si se repite con frecuencia. Esto marcará una tendencia a compensar para favorecer una relación interna más amable y constructiva.

- Se infravalora, haciendo comentarios despectivos sobre sí mismo. Por ejemplo: “es que soy tonto”.
- Tiene rabietas frecuentes y poca tolerancia a la frustración. Cuando no le sale algo a la primera, se enfada y abandona la tarea.
- Le cuesta tomar decisiones. La duda está presente con frecuencia. “No sé...”
- Se bloquea fácilmente ante situaciones nuevas. Le asusta explorar.
- Es tímido y retraído con sus iguales.
- Puede tener un comportamiento excesivamente sumiso y/o agresivo.
- Hace muchas llamadas de atención de forma inoportuna y molesta.
- No acepta fácilmente otros puntos de vista. Aparece una visión demasiado rígida.
- Suele tener una perspectiva pesimista de la realidad y el futuro.
- Siente que no merece que le ocurran “cosas” buenas.
- Se compara con los demás y sale perdiendo.
- Sufre de ansiedad con facilidad.
- Ante las dificultades se paraliza o retrae.
- Le cuesta motivarse para conseguir objetivos.
- Es excesivamente dependiente de las opiniones de los demás y/o los mayores.
- Busca a menudo la aprobación externa y si no le llega se siente frustrado y enojado.
- Siente fácilmente celos cuando se elogia a otra persona.
- Tiene tendencia a conductas destructivas y desafiantes.

Estas son algunas de las actitudes que pueden surgir en nuestros menores cuando la autoestima no está en unos niveles aceptables.

Establecer bases adecuadas de confianza y seguridad en nuestros hijos será un antídoto para que crezcan estables y fuertes, seguros de sí mismos. El próximo artículo veremos algunas claves para padres y educadores que nos ayudarán a establecer esas líneas de confianza.

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

**TALLERES DE REGISTROS AKÁSHICOS**  
 NIVEL 3: Sábado 22 y Domingo 23 SEPTIEMBRE  
 NIVEL 1: Sábado 20 y Domingo 21 OCTUBRE  
 NIVEL 2: Sábado 24 y Domingo 25 NOVIEMBRE

**CONFERENCIAS REGISTROS AKÁSHICOS**  
 Conferencia (1), Miércoles 12 SEPTIEMBRE (19:15hr)  
 Conferencia (2), Miércoles 19 SEPTIEMBRE (19:15hr)  
 Conferencia (3), Miércoles 26 SEPTIEMBRE (19:15hr)

**LECTURAS REGISTROS AKÁSHICOS**  
 MARTES: 11, 18, 25 SEPTIEMBRE y 2, 9, 16, 23, 30 OCTUBRE  
 JUEVES: 13, 20, 27 SEPTIEMBRE y 4, 11, 18, 25 OCTUBRE  
 SÁBADOS: 20 OCT y 24 NOV / DOMINGOS: 21 OCT y 25 NOV

[www.mariojosetrillo.com](http://www.mariojosetrillo.com)  
 info@mariojosetrillo.com Tel. 696 078 626

FORMACIÓN

**ESPECIALISTA EN TERAPIA HUMANISTA EXISTENCIAL NIÑOS Y ADOLESCENTES**

ADHARA PSICOLOGÍA



NOVIEMBRE 2018 | MAYO 2020

Dirigida a psicólogos, psicoeducadores, terapeutas, educadores, psicopedagogos, pedagogos, psicopedagogos, psicólogos y psicopedagogos de registro oficial.

Admisión gratuita en la Comunidad de Madrid. Registro Sociosanitario 29.14986

**CURSO DE DESARROLLO PERSONAL 2018-2019**

**CON CONCIENCIA**

80h un sábado al mes desde septiembre  
 presentación gratuita  
 viernes 14 de septiembre

Tf: 610245096  
[contacto@aprenderaconocerse.com](mailto:contacto@aprenderaconocerse.com)  
[www.aprenderaconocerse.com](http://www.aprenderaconocerse.com)



**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](http://www.isidroymarquez.es)

Financiación hasta 24 meses sin intereses, consultar condiciones.



# EL PODER DE CONECTAR CON TUS DONES

Según la RAE, un don es una gracia especial o habilidad para hacer algo. Si vamos un poco más allá, podemos decir que los dones son las habilidades inherentes a una persona, mediante las cuales expresa su unicidad y genialidad. Son aquellas habilidades que nos definen y nos resaltan, las destrezas que brotan con naturalidad y espontaneidad de nuestro interior, casi sin esfuerzo, como si llevásemos dentro una fuente de inspiración que les da energía y las pone en funcionamiento



**AGUSTÍN PIEDRABUENA**  
INNERKEY COACHING

[inner-key.com](http://inner-key.com)

**T**odos tenemos determinados dones, sin embargo, cuando le preguntas a alguien por ellos, es habitual encontrarse como respuesta “no lo sé... yo no tengo ningún don especial”. Probablemente, en su mente un don especial tiene que ver con cosas que dejarían a cualquiera con la boca abierta, casi incluso con cosas que podrían llevarse a un talent show.

Pero creer que no tenemos ningún don no es más que una creencia limitante instalada en el subconsciente, con el fin de mantenernos dentro de la famosa zona de confort. Si reconozco mis dones y deseo alinear mi vida con ellos, voy a tener que cambiar cosas. Y siempre está esa par-



Todos  
tenemos dones  
especialmente  
desarrollados  
para ciertas  
cosas. Todos  
somos  
buenísimos  
en unas  
cosas y no  
tan buenos  
en otras.  
Descubrir  
ambas es  
la clave

te de nosotros, nuestro saboteador interno, que prefiere quedarse inmóvil, no arriesgarse a brillar. Aunque nos haga pagar los riesgos cubiertos con nuestra insatisfacción.

### ¿Qué dones podemos tener?

Al hablar de dones, frecuentemente lo limitamos a temas artísticos o profesionales, pero el concepto de dones es más amplio. Los dones están tan arraigados en nuestro interior, que se manifiestan en todas las facetas de nuestra vida, siempre que les permitamos hacerlo. Si una persona tiene, por ejemplo, el don del orden, creará orden allá por donde vaya, en su hogar, en su trabajo, y en su vida en general. Y si una persona tiene el don de liderar a los demás, lo hará tanto en el trabajo, como en sus relaciones personales, siendo una persona de referencia dentro de su grupo de amigos, familia, compañeros, pareja... Solo hay que observar con detenimiento a una

persona en las diferentes facetas de su vida, y podrás ver sus dones en funcionamiento.

Existen multitud de dones, y cada uno persigue un propósito diferente. Incluso el mismo don, es diferente en cada persona. Pero todos ellos, en funcionamiento, impactan positivamente en el "dueño" y en su entorno. Ejemplos de dones podrían ser: ayudar a los demás, construir cosas, cuidar a las personas, definir procesos y métodos, inspirar a los demás, organizar, negociar, diseñar, transmitir confianza, hacer reír, escribir... Y así hasta decenas de habilidades que, en cada entorno y faceta, tendrán un sentido y una forma de materializarse.

### Dones y profesiones

Don y profesión son dos términos diferentes, que no deben confundirse. Nadie tiene el don de ser bombero o de ser médico. A menudo las →

**Adultos - Adolescentes - Niños**

*Se utilizarán las técnicas y herramientas terapéuticas más adecuadas a la edad y la problemática.*

**CENTRO Flor de Lis**

**Servicios Complementarios:**

- Constelaciones Familiares
- Neurofeedback-NeuroOptimal®
- Cursos y Talleres
- Formación para profesionales
- Conferencias Gratuitas
- Meditaciones

**Regresiones:**

- Regresiones al vientre materno
- Regresiones a la infancia
- Regresiones a vidas pasadas
- Fidelidades vidas pasadas

Marta Cela es psicóloga, formada con el Dr. Brian Weiss en Nueva York y certificada por el Instituto Weiss Miami, Florida. Cuenta con más de 8 años de experiencia realizando Terapia Regresiva, habiendo realizado miles de regresiones a cientos de pacientes.

**Marta Cela Álvarez**  
 Psicóloga Colegiada (B-02759)  
 Psicóloga Transpersonal - Terapeuta Regresiva - Consteladora  
 MADRID - MALLORCA - ONLINE

🇪🇸 🇬🇧

☎ 629 65 96 28  
 info@centroflordelis.com  
[www.centroflordelis.com](http://www.centroflordelis.com)

MARTA CELA ✦ PSICÓLOGOS



## SABÍAS QUE...

**Cuando conectamos con nuestros dones, y alineamos con ellos nuestras acciones y decisiones, nos sentimos verdaderamente buenos en lo que hacemos, nos sentimos creativos, ágiles, útiles, auténticos...**



- ➔ personas creen no saber cuáles son sus dones, simplemente porque no saben cuál es su vocación ni su trabajo ideal.

Hay muchas maneras de darle espacio a nuestros dones, y muchas profesiones diferentes en las que podemos desplegar su potencial. Tiene mucho sentido buscar una profesión en la que tus dones tengan espacio; no así tratar de estandarizar los dones que 'debería' tener una profesión. Por eso, se debe romper la lógica teórico-lineal de dones y profesiones, para salir de los paradigmas preestablecidos, y encontrar nuestra propia manera de tener éxito dentro de nuestra profesión, aplicando nuestros dones más allá de un determinado puesto.

Todos tenemos dones especialmente desarrollados para ciertas cosas. Todos somos buenísimos en unas cosas y no tan buenos en otras. Descubrir ambas es la clave.

Pero muchas personas desconocen sus dones, incluso los niegan, o intentan medirse con dones

que no son los suyos. Y, al final, se conforman con vivir una vida gris que no les corresponde. Si, por ejemplo, a alguien no le gusta nada su trabajo, tal vez una de las claves pase por definir su propio estilo personal y poner sus dones a trabajar para sí mismo. Eso le aportará nueva energía, creatividad, fuerza y entusiasmo. Y tal vez, al cambiar su propio paradigma, descubra algo sorprendente en ese trabajo que tan poco le gustaba.

### **Dones y éxito**

Los dones nos sirven para tener éxito en nuestros propósitos; son los grandes motores que impulsan nuestro potencial. Nos dan fuerza y seguridad, el poder de crear, motivación, ganas de avanzar, sentido a lo que hacemos y, en definitiva, nos conectan con nuestro auténtico Yo.

Cuando conectamos con nuestros dones, y alineamos con ellos nuestras acciones y decisiones, nos sentimos verdaderamente buenos en lo que hacemos, nos sentimos creativos, ágiles, útiles, auténticos... Y todo esto nos lleva a sen-



tir éxito, gratitud, satisfacción y dicha. Por ello, cuando tenemos presentes nuestros dones y los utilizamos con determinación en nuestra vida, nos sentimos realmente conectados a nuestra fuente de energía y poder interior. En cambio, cuando pretendemos simplemente encajar, o hacer las cosas como las hacen los demás, todo se vuelve más difícil, requiere mayor esfuerzo y suele conllevar resultados más mediocres y sensación de frustración.

Todas las dimensiones de autoestima, confianza, fuerza, empuje, decisión y coraje, se acentúan bajo la luz de los dones, ya que ahí nos sentimos poderosos y podemos vislumbrar nuestro propio éxito. Por eso, es de suma importancia ser conscientes de nuestros dones, así como cultivarlos y alimentarlos en todo lo que hagamos.

Dejándolos en un cajón desatendido del subconsciente, probablemente solo vivamos una copia de la copia de la copia de la vida de alguien que sí utilizó sus dones para brillar. Y nos perderemos lo maravillosa que puede ser la nuestra.

# the inner key

## Curso de Crecimiento Personal

Creado por



Agustín Piedrabuena

¿Sientes que NO estás viviendo la vida que realmente te gustaría?

¿Te sientes atrapad@ en un trabajo, relación o situación que no te hace feliz?

¿Quieres tener las herramientas y el coraje para hacer cambios en tu vida?

¿Y aprender a deshacerte de todo lo que te está limitando?

### Este curso es para ti si quieres...

- Dar el salto definitivo en tu crecimiento personal
- Descubrir tus propósitos y marcarte una gran meta
- Vencer los obstáculos que te impiden alcanzarla
- Autoestima, seguridad y confianza en ti
- Herramientas y coraje para realizar cambios en tu vida
- Definir y alinearte con tus valores fundamentales
- Desarrollar tu inteligencia emocional y autoliderante
- Comunicarte con éxito y asertividad
- Descubrir e impulsar tus dones y talentos

**6 meses** de crecimiento integral para crear la vida que realmente quieres.

**1 fin de semana intensivo/mes**



**Dto. 150€**  
10 primeras inscripciones

**Octubre 2018**

**MADRID Y BARCELONA**

**Garantía de satisfacción:** si decides no continuar tras el primer mes, **te devolvemos el 100%** de la inversión.



inner-key.com - 918569972



# CONSTELACIONES FAMILIARES CONSTRUIR RELACIONES SANAS



Quisiera describir brevemente algunos factores que influyen en nuestra relación con los demás, ya sea pareja, amigos, compañeros de trabajo... y cómo las Constelaciones Familiares pueden ayudarnos a mejorarlas



**CRISTINA CÁCERES MANGAS**  
PSICÓLOGA. ESPECIALISTA Y FORMADORA  
EN NUEVAS CONSTELACIONES FAMILIARES

[cristinacaceresmangas.com](http://cristinacaceresmangas.com)

Una constelación familiar, si se hace respetando el movimiento “centrado” de los representantes, permite observar lo que sucede a nivel profundo del bloqueo o dificultad que se esté constelando. Eso significa que la constelación puede mostrarme algo de lo que hasta ahora no he sido consciente.

Cada conflicto tiene un “nivel aparente” (la interpretación de lo que creo que sucede) y un nivel profundo u oculto (que no se ve, y muchas veces tiene que ver con algo propio que no soy capaz de ver o reconocer en mí o en el inconsciente de mi sistema familiar). En este nivel profundo también pueden salir a la luz desórdenes sistémicos en los que la persona esté implicada, y debido a ese desorden, no está viviendo su propia vida, sino la vida del ancestro/a al que reemplaza. Y una de las posibles consecuencias de esto, son las dificultades en las relaciones con los demás.

Por otro lado, también se puede observar personas que atraen relaciones de pareja que no prosperan, para así poder ser fiel a alguna promesa hecha en el Guión de Vida, o a promesas hechas a algún ancestro/a,

como cuando un hijo le dice a su padre o a su madre en su infancia: “me quedaré contigo toda la vida”, “no querré a nadie más que a ti”, etc.

Ante este tipo de promesas, la persona no se permite tener una pareja con la que construir para seguir siendo fiel a su promesa. Eso tiene un arma de doble filo, porque habitualmente esa persona se va a quejar de sus parejas, quedándose de ese modo en el lugar de la víctima, sin darse cuenta que es su propio inconsciente el que atrae ese tipo de relaciones para así quedarse con papá o mamá, o para cumplirle la promesa que le hizo a otro ancestro/a.

Todo lo que la persona no ha aceptado en su padre y en su madre, se va a repetir en sus relaciones, no sólo en la pareja, sino en el jefe, en las amistades... hasta que la persona lo vea y decida aceptar a su padre y a su madre como son. En ese momento, de forma natural, sus relaciones mejorarán porque dejará de proyectar sus carencias en las demás personas.

Otro punto fundamental que se puede tratar a través de las Constelaciones Familiares son los roles de “víctima-perseguidor-salvador”. En relación a esto último, es de gran ayuda observar cómo nos movemos a nivel profundo en nuestras relaciones para tomar conciencia de cómo manipulamos y de cuáles son los cebos en los que caemos para entrar en manipulación.

Para la manipulación hacen falta dos personas y ambas se complementan en los roles que adoptan, por eso ambas son responsables por igual. En el momento en que una se coloca en el estado Adulto, ya no hay manipulación. Las diferentes formas de manipular es algo que llevamos tan grabado dentro, que muchas veces no somos conscientes de ello.

A través de las constelaciones familiares es posible hacer un trabajo profundo para darnos cuenta de cómo repetimos patrones de manipulación, de cómo pasamos de un rol a otro y de nuestras proyecciones.

Las constelaciones familiares nos permiten tomar conciencia de un modo profundo y poder sentir una transformación interna integrando toda la teoría que ya sabemos, pero que muchas veces se queda sólo en el plano mental.

## FORMACIÓN CONSTELACIONES FAMILIARES

con **Cristina Cáceres Mangas, Psicóloga**  
[www.cristinacaceresmangas.com](http://www.cristinacaceresmangas.com)

### Próximos cursos intensivos en Madrid:

"Embarazo y paternidad". 14, 15 y 16 de Septiembre

"Relaciones sanas. Más allá de la manipulación". 12, 13 y 14 de Octubre

"Ética, resonancia y responsabilidad del constelador". 1, 2, 3 y 4 de Noviembre

"Lograr el éxito en la pareja". 6, 7, 8 y 9 de Diciembre



Estos cursos se pueden hacer de forma independiente, aunque no se haga la formación completa. También "talleres de medio día" en Madrid.

Tel: 654 42 65 41 Email: [info@cristinacaceresmangas.com](mailto:info@cristinacaceresmangas.com) Plaza España



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

## Septiembre

Sábado 15 de 11 a 14 h

Taller Spa emocional 20 €

Sábado 15 de 11 a 14/16 a 20 h

Hacia la paz interior  
 Curso Vivencia Esencial 40 €

Domingo 16 de 11 a 14 h

Encuentro con tu SER entrada libre

Domingo 23 de 11 a 13 h

Conferencia pública:  
 Tao. Todo está bien entrada libre  
 Por Master Kuo

## Octubre

Sábado 6 de 10 a 15/16 a 20 h

Reiki I 60 €  
 Reiki III 80 €

Domingo 7 de 11 a 14 h

Encuentro con tu SER entrada libre

## 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](http://www.adasec.net)

[adaseccultura@gmail.com](mailto:adaseccultura@gmail.com)

Adasec España Al Minuto



# EL CUERPO CONTEXTO



**El coaching requiere de la capacidad de construir un lugar sagrado, donde los aprendizajes puedan florecer. El “cuerpo contexto” del coach es fuerza fundamental en el origen de ese lugar sagrado**



**RODRIGO PACHECO PIZARRO**  
COACH SENIOR Y DIRECTOR DE PROGRAMAS DE  
COACHING, ONTOLÓGICO CORPORAL “CYM” Y “COC”  
DE NEWFIELD NETWORK

[newfield.cl/conferencia-julio-olalla-espana](http://newfield.cl/conferencia-julio-olalla-espana)

La propuesta que tengo para este artículo es presentarles una distinción poderosa, que valoramos mucho en nuestra manera de realizar el coaching ontológico desde la corporalidad. Le llamamos el “cuerpo contexto”. Donde hacemos referencia a lo que provoca la presencia del coach, en el coachee. Para eso comenzaré compartiendo algo de mi vida:

Todavía recuerdo, como si fuera hoy, mi sensación cuando estaba sentado en la segunda fila de la sala de Quinto básico del Colegio Kent School, escuchando a la Miss Margarita.

Cuando ella entraba en la sala, sentía seguridad. Encontré un espacio donde pude hacer las primeras preguntas escolares. ¿Se imaginan? Levantar la mano, hablar delante de mi curso. Su presencia construía un ambiente donde podía hacer nuevos intentos. No recuerdo cuáles fueron las materias, ni los contenidos metodológicos de 5º básico.

Si recuerdo la presencia inspiradora de “la Miss Margarita”, las ganas de ir a clase, y disfrutar de los compañeros. Ese año salí elegido el “mejor compañero”, mi primer título de reconocimiento social. A la distancia del tiempo y el espacio: “gracias por tu presencia Miss Margarita”.

Otra experiencia importante fue la presencia del Señor Tarragó. En el mismo colegio, casi a la misma edad. Gran hombre, exiliado tras la Guerra Civil, al que aprendí a querer con los años. Muy estricto, estudioso, educador del rigor y la responsabilidad. Su estrategia era aparecer de improviso, sostenido por la autoridad del cargo de director. De movimientos ágiles, muy rápido, mirada de lobo furioso, puños tensos y cerrados. Lo digo con la experiencia de haberlos sentido caer con furia por mi espalda. Aprendí con algo de dolor, del miedo, del silencio que

atora, del orden estricto, de admirar a la autoridad que se impone. Su presencia construía un ambiente de respeto atemorizante, en donde se generaban silencios colectivos eternos y de concentrada enseñanza. Increíble y también me da que pensar. De los contenidos que aprendí con él aún recuerdo algunos, sobretodo canciones y poesías. Gracias también Señor Tarragó por el legado.

Les hablo de la Miss Margarita y del Señor Tarragó, para intentar ejemplificar lo que nombramos como “Cuerpo Contexto”.

Todas las personas, con nuestra presencia, sin siquiera abrir la boca, provocamos algo en los demás, impactamos los espacios. Generamos sensaciones, emociones y en algunos casos juicios en aquellos que nos observan.

Por otra parte, los otros, sobretodo los que captan nuestra atención, nos generan sensaciones, emociones y pensamientos. Es parte de los naturales procesos adaptativos que nos acaecen.

Somos seres vivos. Hemos transitado toda nuestra existencia personal y de especie, adaptándonos. Esa adaptación tiene un origen biológico. Son los infinitos movimientos que se desatan en el organismo, con respecto a aquello con lo que nos estamos relacionando. →



## GENERADOR DE CONTEXTOS

El ser conscientes de que cada uno de nosotros, desde la sola presencia ya es un generador de contextos, nos da elementos importantes para ser constructores responsables de nuestras relaciones

**INSTITUTO DE CONSTELACIONES FAMILIARES**  
*Brigitte Champetier de Ribes*

**NOVIEMBRE 2018, Madrid**

**2-3-4**  
**NOVIEMBRE** **Intrincaciones particulares**

Curso de 14 horas.  
 Abierto a todos.  
 Apuntes disponibles en el área privada de cada uno  
 Precio: 170€

Martes y miércoles de 16:45 a 20:30h puedes participar en nuestros talleres. Se necesita puntualidad, no se podrá entrar después de las 17h

**TAMBIÉN FORMACIÓN ONLINE**  
 Dirige  
*Brigitte Champetier de Ribes*

**NUEVO: foro.insconsfa.com**

Para más información consulte página web: **www.insconsfa.com**  
**914 25 23 29 / 615 322 920 info@insconsfa.com**

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

Escuela Internacional de COACHING ONTOLÓGICO

newfield network

Jornada Experiencial  
**"COACHING ONTOLÓGICO Y LA CRISIS DEL NUEVO SIGLO"**  
 La belleza de un nuevo saber

06 SEPT Barcelona 9 a 19:00 H.  
 08 SEPT Madrid 9 a 19:00 H.

Facilitador Internacional  
*Julio Olalla*  
 Maestro y Pionero del Coaching Ontológico en el mundo

Facilitador Internacional  
 Rodrigo Roco Pacheco  
 Coach Personal y Facilitador de Grupos y Conferencias mundiales de Coaching Ontológico Corporal

+ INFO MÓNICA ALDEGUNDE maldegunde@newfield.es 655 677 957 www.newfield.cl/conferencia-julio-olalla-espana



## SABÍAS QUE...

**Todas las personas, con nuestra presencia, sin siquiera abrir la boca, provocamos algo en los demás, impactamos los espacios. Hay presencias que nos relajan, dilatan las pupilas, generan calor corporal, nos expanden y movilizan nuestro cuerpo hacia un acercamiento**

- Cada persona con la que nos relacionamos despierta procesos adaptativos y por supuesto, nuestra presencia, gatilla dinámicas adaptativas en otros. Hay presencias que nos relajan, dilatan las pupilas, generan calor corporal, nos expanden y movilizan nuestro cuerpo hacia un acercamiento. Otras presencias nos erizan los pelos, la piel se pone de gallina, el cuerpo se contrae y nos dan ganas de alejarnos.

Creo mucho en la experiencia, como metodología de aprendizaje, por eso les sugiero repetir el ejercicio con el que inicié este artículo (señor Tarragó y Miss Margarita).

Primero realicen algún tipo de centramiento, y luego evoquen a la persona, conecten con su presencia y articulen lo que sienten. Por ejemplo, háganlo con el padre, la madre, el jefe, el cliente, la pareja, etc. y sientan, identifiquen lo que sienten.

Luego reflexionen, ¿qué le ocurre internamente frente a esa presencia?, ¿cuál es la experiencia adaptativa?, ¿cuáles son las sensaciones que se les desatan?, ¿el cuerpo se tensa o se relaja?, ¿cuáles son las emociones que se gatillan?, ¿reconocen esta presencia?, ¿le recuerda a alguien?, ¿cuáles son los juicios que les aparecen?, ¿quisieran aprender otros caminos de relación?

Cada una de esas personas con las que realizaste el ejercicio, desde su presencia ya son generadoras de un “cuerpo contexto” que especifica un campo de posibilidades. Dentro de ese contexto hay mayor probabilidad de que ocurran ciertas cosas y definitivamente otras no.

Lo que más marca esta presencia, que otros verán como “manera de ser”, son aquellos elementos más permanentes y estables de nuestra





existencia. Son la base de esa coherencia que nos constituye desde los elementos lingüísticos, emocionales y corporales.

El ser conscientes de que cada uno de nosotros, desde la sola presencia ya es un generador de contextos, nos da elementos importantes para ser constructores responsables de nuestras relaciones. Permite influir en la dinámica relacional con nuestro padre, madre, hijos, pareja, jefe, equipo de trabajo, clientes, amigos, entre otros.

Los coaches nos ponemos al servicio de nuestros coachees, y un punto de partida fundamental es el “Cuerpo Contexto”. Desde ese lugar cimentamos lo que será posible de transformar en el coachee. Normalmente decimos que el coaching requiere de la capacidad de construir un lugar sagrado, donde los aprendizajes puedan florecer. El “cuerpo contexto” del coach es fuerza fundamental en el origen de ese lugar sagrado. El cuerpo contexto del coach es un lugar sagrado.

**Cada una de esas personas con las que realizaste el ejercicio, desde su presencia ya son generadoras de un “cuerpo contexto” que especifica un campo de posibilidades**

*¡Volvemos a Europa!*

**cuerpo y movimiento**  
Programa Avanzado de Coaching Ontológico  
ECCO

▶ 18ª versión, a realizarse en Mas Llaneta (Alcover, Tarragona), España

1ª Conferencia: 23 al 27 de octubre de 2018

**Matrículas abiertas  
Inscríbete ahora**

**¡Cupos limitados!**

**MÁS INFORMACIÓN**  
[www.newfield.d/escuela/cym](http://www.newfield.d/escuela/cym)  
Mónica Aldegundo  
[maldegundo@newfield.es](mailto:maldegundo@newfield.es)  
Tl. 655 677 957

**newfield**  
network

**Menú Slow**

**La solución**  
*para organizar tu menú semanal,  
casero y saludable,  
en poco tiempo.*

**Taller online**

[hogarconsciente.com/escuela/curso-menu-slow/](http://hogarconsciente.com/escuela/curso-menu-slow/)

**Gana tiempo para ti**  
Un taller ONLINE de acceso inmediato que va directo al grano de lo que necesitas para solucionar el tema de “¿qué cómo esta semana?” y el “no tengo tiempo de cocinar”

**La Cocina Alternativa**  
[www.lacocinaalternativa.com](http://www.lacocinaalternativa.com)



# BIODANZA

## 5 AFIRMACIONES PARA APLICAR EN NUESTRA VIDA

La Biodanza nos permite superar muchas creencias limitantes de nuestra vida e integrar aprendizajes que nos enriquecerán ¡Y todo ello pasándonoslo bien!



**DAVID DÍEZ Y LAURA GARCÍA**  
ESCUELA OFICIAL DE BIODANZA SISTEMA ROLANDO  
TORO DE MADRID CENTRO

[biodanzamadridcentro.com](http://biodanzamadridcentro.com)

Desde la experiencia en nuestra escuela de Biodanza, comprobamos constantemente cómo se desbloquean muchos aspectos en el proceso de las personas y se integra una nueva actitud que facilita tener la vida que se quiere tener.

La Biodanza es un sistema de crecimiento personal y social, muy divertida y puramente vivencial que se practica en los cinco continentes. Practicar Biodanza regularmente, ayuda a desaprender, deconstruir e integrar aprendizajes que enriquecen nuestro crecimiento personal y colectivo.

Aquí te nombramos algunas claves que te podrás “llevar puestas” para tu vida.

### **Sí, elijo crecer disfrutando**

Seguramente, toda/os hemos oído que la “letra con sangre entra” y parece que esta creencia en algunos casos nos acompaña hasta cuando se trata de nuestro crecimiento.

Sin embargo, Biodanza plantea otro paradigma y nos ofrece la posibilidad de desarrollar nuestros propios potenciales incorporando nuevas habilidades y capacidades en un entorno afectivo y lúdico, lleno de ecofactores positivos que enriquecen el proceso personal y grupal. ¡Disfruta del camino y la meta será aún más sabrosa!

### **Se puede integrar iniciativa y adaptación**

En la vida es importante tomar iniciativa, hacer que las cosas sucedan, definir nuestros propios objetivos y avanzar hacia ellos a veces trascendiendo los dictados del entorno... Y es igualmente importante adaptarnos a lo que sucede, aceptar lo que nos viene, receptividad, acoger, fluir con lo que ocurre, no “empujar el río”, ...

La Biodanza nos ayuda, desde la vivencia, a fortalecer ambas partes y armonizarlas. Ambas son complementarias, no se excluyen, sino que se refuerzan, actúan

de forma sinérgica para tener una vida aún más plena en felicidad y amor.

### ¡Atención!, merezco vivir con placer

Hemos crecido en la cultura del sacrificio privadas/os de tan solo la idea de vivir con placer. Nos hemos acostumbrado a construir una cotidianidad, hostil, estresante y pobremente afectiva.

Biodanza nos invita a vivir con gozo y hacer conscientes nuestras elecciones. Una idea tan estimulante como desafiante que requiere compromiso, valentía y mucho amor para escuchar mis necesidades, acogerlas e integrarlas con el entorno. Vivir con regocijo estimula la expresión de nuestra identidad y recrearnos en actos llenos de conciencia dará sentido a nuestra existencia y mucho placer a nuestro cotidiano.

### Soy yo y soy el colectivo

Los valores imperantes en nuestra sociedad muchas veces nos llevan a sobrevalorar los aspectos individuales frente a los sociales: “ganar”, “tener la razón”,

“éxito”, “defender lo mío”, “ser competitivo”, “ser libre”, “yo soy como soy”...

La Biodanza nos ayuda a experimentar elementos complementarios que son, al menos, tan importantes como los anteriores: ganar todos/as, cuidar los vínculos, alcanzar logros comunes, empatizar, cooperar, ser responsable, aceptar como es cada persona y, más aún, honrarla.

### ¡A brillar!

Algunas veces las cadenas nos las ponemos nosotras mismas/os. La percepción de no merecimiento, culpabilidad, falsa humildad y el miedo al rechazo nos llevan incluso a “recortar” nuestros potenciales para no sobresalir.

La Biodanza nos recuerda constantemente que somos estrellas y que el que brillamos con luz propia no apaga la luz de las demás personas. Al contrario, hay un refuerzo mutuo. Y se potencia cuando alguien asume su responsabilidad de desplegar todos sus potenciales.

**Biodanza**

Escuela Oficial de Biodanza SRT  
Madrid-Centro

**Formación**  
Titulación Oficial Internacional  
de Facilitadores/as de  
Biodanza SRT

**Grupos**  
Sesiones de prueba  
**¡ gratis !**  
Más de 15 grupos  
a elegir en diferentes  
días, horarios y lugares.

Escuela Oficial de Biodanza Sistema Rolando Toro de Madrid Centro

Director: David Diez / Coordinadora: Laura García  
Equipo: Ana Lapeña, Beatriz Palomares, Begoña del Pino,  
Galaxia Barón, Pilar Peña, Sandra de Rivas y Santiago Jiménez.

escuela@biodanzamadridcentro.com  
661 400 269  
www.biodanzamadridcentro.com



## VICTORIA CADARSO TEAM

victoriacadarso.com

Existe el trauma con “T” mayúsculas que son las experiencias que acabamos de mencionar más todos los que la sociedad considera que han sido experiencias de un gran impacto emocional y que las reconocen como traumáticas.

Pero luego están todas aquellas situaciones que hemos sufrido, la mayoría de las veces en silencio, pues nos ha dado vergüenza reconocer que su impacto nos ha afectado grandemente a nivel emocional, y que son los traumas con “t” minúscula.

Estas son las que hemos padecido a temprana edad, incluso en el útero materno, y que entonces no teníamos ni la conciencia ni las herramientas para comprender que en esos momentos no pudimos hacer otra cosa, más que lo que hicimos y que se nos quedan grabadas en el inconsciente.

No nos acordamos de ellas a nivel consciente, pues fueron tan dolorosas que las hemos tapado tan bien para que no nos sigan doliendo, que creemos que las hemos olvidado.

Pero están ahí y cuando menos nos lo esperamos, ocurre alguna situación, que nos conecta con el trauma inicial y es cuando, sin saber por qué, actuamos de forma errática o incluso nos bloqueamos.

La creencia popular es que sólo las personas que han sufrido experiencias muy fuertes, como un abuso sexual, asesinato, participación en guerras, muertes inexplicables, accidente de coche, bullying, etc. tienen trauma, pero no es así

# ¿TENGO TRAUMA?

La respuesta es un rotundo sí

Cuando no funcionamos bien en alguna parcela de la vida o decimos frases como “siempre me pasa lo mismo” o “siempre encuentro el mismo tipo de pareja” o “yo no sirvo para...” en el fondo lo que subyace es algún trauma con “t” minúscula. Pero no tenemos la capacidad para identificar que nuestro malestar está relacionado con algo que nos pasó hace mucho tiempo y que lo hemos tapado como mecanismo de defensa frente al dolor.

Cuando no hemos elaborado y liberando el trauma que nos ocurrió, la vida se encarga de presentarnos la misma lección, pero con diferente forma con lo cual muchas veces no nos damos cuenta de que es mas de lo mismo y creemos que es algo nuevo que nos ocurre.

Quizás, si estamos muy en contacto con nuestras emociones, podemos reconocer que las emociones que sentimos se parecen a las que hemos sentido en otras ocasiones. La situación que nos parece nueva contiene la misma carga emocional del trauma inicial.

Gracias a los avances de la neurociencia, aplicables a la psicología más tradicional, hoy disponemos de numerosas herramientas y técnicas para que la identificación y solución del trauma sea algo rápido y eficaz. Ya no hace falta estar yendo al psicólogo o terapeuta durante años para solventar un malestar que no se sabe de donde proviene.

## TRAUMA INICIAL

**Cuando menos nos lo esperamos, ocurre alguna situación, que nos conecta con el trauma inicial y es cuando, sin saber por qué, actuamos de forma errática o incluso nos bloqueamos**

# 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...



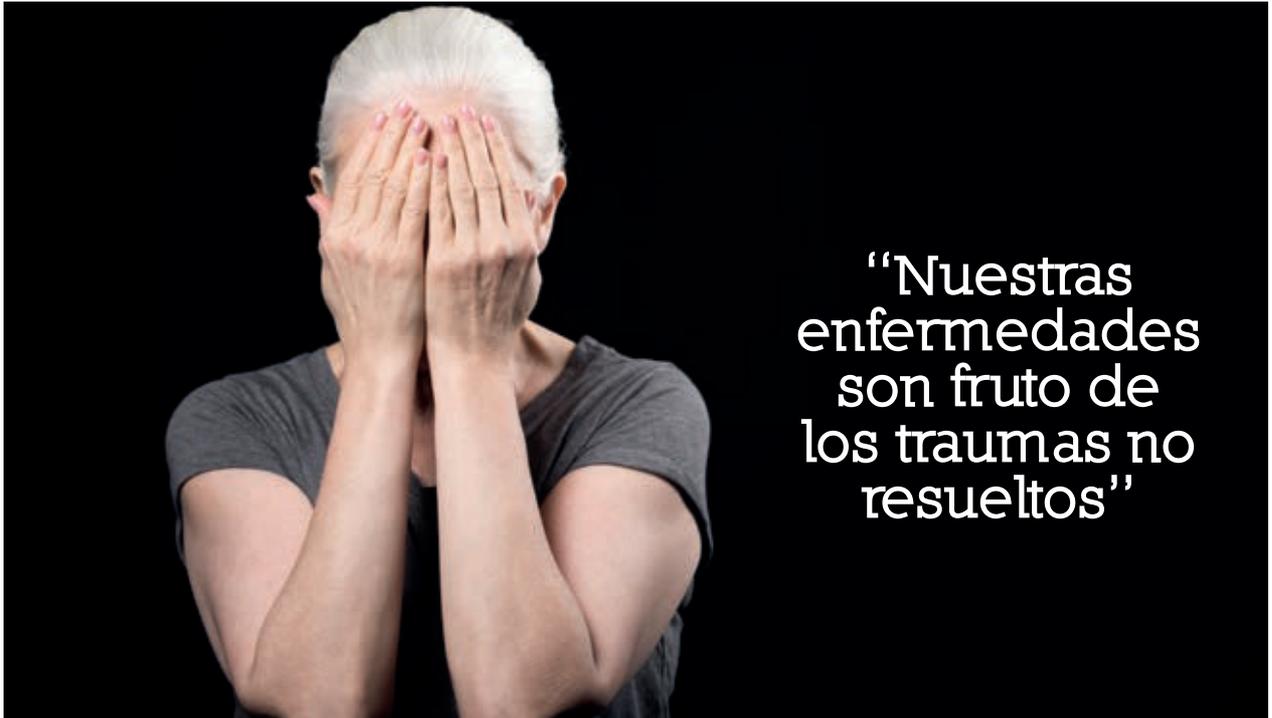
Lunes a viernes

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



“Nuestras enfermedades son fruto de los traumas no resueltos”

## SABÍAS QUE...

**Cuando no hemos elaborado y liberando el trauma que nos ocurrió, la vida se encarga de presentarnos la misma lección, pero con diferente forma. Gracias a los avances de la neurociencia, aplicables a la psicología, hoy disponemos de numerosas técnicas para que la identificación y solución del trauma sea algo rápido y eficaz**

→ Estas técnicas y herramientas se sitúan bajo el paraguas de lo que se denomina como Psicología Energética y que empezaron a finales del siglo pasado en Estados Unidos.

Se basan en que el trauma se queda “agazapado” en el inconsciente creando un bloqueo energético cuya manifestación, si no se trata, se exterioriza en el físico. De aquí que padezcamos tantos dolores o incluso enfermedades pues esta es la forma que tiene el organismo de avisarnos de que algo a nivel mental y emocional no está resuelto.

Cuanto más mayores somos, más hábiles nos hemos vuelto tapando traumas, pero más manifestaciones físicas padecemos. De ahí que las personas de la tercera edad tengan tantos “achaque” que, además, es curioso, muchas de ellas los llevan a gala. Es muy frecuente escuchar a personas mayores contar sus enfermedades como si de medallas de guerra se tratasen. Nos exponen sus enfermedades como indicación de los grandes padecimientos que han tenido que pasar en la vida.

Y así es. Nuestras enfermedades son fruto de los traumas no resueltos. Técnicas como EFT (Emotional Freedom Technique), EMI (Eye Movement Integration), TIC (Técnica de Integración Cerebral), Somatic Experiencing, TRE (Trauma Release Exercises), PET (Pain Erasing Technique), son las más utilizadas por terapeutas, para la liberación del trauma.

Un buen profesional de la relación de ayuda tiene que estar formado en algunas de estas técnicas para que su práctica sea correcta, rápida y eficaz. Como he mencionado antes, ya no hace falta estar años y años para identificar y liberar los traumas, ya sean con “T” mayúscula o “t” minúscula.



Ahora bien, el aprendizaje de estas técnicas sin más, no te capacita para ser un buen profesional de la relación de ayuda. Creemos que, como base, tiene que haber una sólida formación en los procesos mentales y emocionales del ser humano y haber aprendido las habilidades propias de un terapeuta.

Algunas de las técnicas que consideramos fundamentales son: el counseling que es saber escuchar activamente, técnicas de Gestalt, donde adquieres las destrezas para reflejar a tu cliente sus creencias, Análisis transaccional, para aprender los roles que puede adoptar según las situaciones que está viviendo, Inteligencia Emocional para entender las emociones básicas de cualquier persona y conocer en profundidad las etapas del desarrollo del ser humano de 0 a 18 años, el periodo donde adquirimos nuestras primeras experiencias y cuando se van creando los traumas, sobre todo los de “t” minúsculas.

Si quieres elegir un terapeuta para comenzar a trabajar tus traumas, asegúrate que tiene una sólida y demostrable formación de base y en las técnicas mencionadas. Y si quieres formarte como terapeuta selecciona un programa integral donde los profesores tengan la formación y práctica necesaria para poder transmitir los conocimientos necesarios para que tu puedas llegar a ser un profesional de éxito.

Si quieres  
elegir un  
terapeuta  
para  
comenzar  
a trabajar  
tus traumas  
asegúrate  
que tiene  
una sólida y  
demostrable  
formación  
de base

## ■ FORMATE EN PSICOLOGIA ENERGETICA ■ ■ TU PUEDES SER TU MEJOR TERAPEUTA ■

Formación Presencial/online

Convertirse en terapeuta es una oportunidad única para tomar consciencia de tus áreas de mejora y descubrir herramientas para trabajarlas a tu ritmo y conforme a tus necesidades.



El mejor terapeuta es el que ha explorado sus zonas menos luminosas y conoce el camino de vuelta para recorrerlo por sí mismo o acompañando a otros.

Con este enfoque ofrecemos nuestra formación para ayudarte a desarrollar tu potencial al tiempo que te abres una nueva salida profesional.

Para conocer el programa y las distintas modalidades de formación, visita:  
[www.victoriacadarso.com](http://www.victoriacadarso.com)



# MUERTE, TRANSITO Y VIDA

**La muerte es esa gran maestra que viene disfrazada de tragedia.**

**Acota los tiempos humanos dotando a la vida humana de fecha de caducidad e invitando con ese recordatorio a darle un sentido fértil a la experiencia**



**MAYLA J. ESCALERA**

TERAPEUTA TRANSPERSONAL ESPECIALIZADA EN  
EXPANSIÓN DE CONCIENCIA

sendadeluz.com

**E**l origen de todos los miedos es el miedo raíz a la muerte; por tanto, erradicando el miedo a la muerte, desalojamos el miedo a la vida.

No nos han educado para mirarla de frente; es un tema tabú. Creemos que mirando hacia otro lado evitamos que ésta nos visite, por más que sepamos que tenemos una cita ineludible con ella.

Sin embargo, la muerte no es algo que nos sucede “algún día”. Desde que nacemos, morimos un poco a diario, paulatinamente. Y renacemos del mismo modo cada segundo.

Acompañar hacia un buen morir lúcido a aquellos que se preparan para hacer sus tránsitos o a aquellas personas que atraviesan procesos de duelos, así como revisar nuestra propia mirada con el morir y el vivir es un regalo que brota desde lo más hermoso del ser.

Únete a esta ola de expansión de conciencia. Profundiza en ti. Sembremos luz en nuestros entornos llevando información y lucidez a la relación con la vida y con la muerte a otros seres humanos. Ocupémonos de lo primordial. Acabo de publicar “Muerte, Tránsito y VIDA: Más allá del infinito” un libro donde abordo ampliamente la temática alentando a ahondar en diversos aspectos fundamentales. El enfoque transpersonal del mismo incluye la mirada cuántica pero sin perder en todo momento la realidad humana y la importancia de acoger la muerte desde la naturalidad, la presencia y la aceptación sirviéndonos de ella como resorte evolutivo para el crecimiento personal.

Tomemos consciencia que la muerte es aún un tema prohibido a día de hoy para muchas personas y que sin embargo la educación para el morir lúcido no solo es fundamental para vivir un buen tránsito sino también para vivir una vida más plena en conexión con nuestra naturaleza esencial. Los objetivos propuestos por la autora son contribuir a expandir conciencia des-

pejando de distorsiones el campo de conexión con “aquello que somos”, promover la comprensión interna y ofrecer respuestas que puedan estar en consonancia evolutiva con el lector sobre las preguntas existenciales que la humanidad se plantea:

¿Quiénes somos? ¿A dónde vamos? ¿De dónde venimos? ¿Existe algo más después de la muerte? ¿Tiene un sentido la vida?

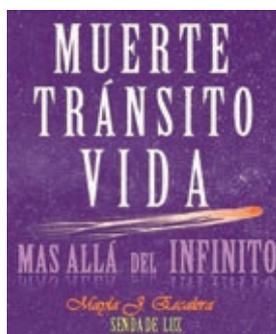
Está dirigido a todo el mundo; ya que todos morimos, acompañamos a seres queridos a morir, vivimos nuestros propios duelos o podemos ser de utilidad ayudando a otros. Podemos servirnos de las pautas que se ofrecen en este condensado de integración informativa para dedicar una mirada en el interior y ver qué asuntos internos están aún por atender.

Por otro lado, al morir transitamos a otros planos de conciencia que hacen brotar otras preguntas tales como:

¿Es posible comunicarse con el más allá? ¿Solo pueden unos pocos o es algo que se puede lograr? ¿Dónde vamos tras la muerte? ¿Qué sucede al otro lado? ¿Quiénes son las almas perdidas? ¿Cómo podemos ayudarlas? ¿Cómo evitar perdernos o quedarnos atorados en frecuencias de densidad? ¿Existen los acuerdos entre almas? ¿Hay un propósito del Ser en cada vivencia? ¿Cómo entrar en conciencia expandida?

El libro contiene un extenso abordaje de todos estos temas basados en mi propia experiencia tanto personal como profesionalmente en el marco de la terapia transpersonal, la investigación en testimonios de sesiones de conciencia expandida en consulta y la docencia en formación de procesos de acompañamiento en muerte y duelo.

Si sientes su llamada invocándote, déjate guiar.



La educación para el morir lúcido no solo es fundamental para vivir un buen tránsito sino también para vivir una vida más plena

## FORMACIÓN EN HIPNOSIS Y REGRESIONES

**Método Flash Back**  
Hipnosis rápida y regresiva

CURSOS TERAPÉUTICOS  
DE RICARDO BRU

Inicio en  
Octubre

¡Muy práctica! ¡Con casos reales!

Madrid



676 580 930  
938 029 075

WWW.BLANCAMA.ORG

Organizado por Fundación BLANCAMA

Diploma acreditativo

blanca@blancama.org

¡Ya puedes  
inscribirte!





Despertar a la Sabia que llevamos en nuestro interior es una tarea que requiere de la mujer enfrentarse a su propia sombra. Resulta ser un reto que implica cierto riesgo. Sí, esa clase de riesgo que, siempre al final, es un regalo de transformación



ILUSTRACIÓN: JULIA TALAVERA

## Mujeres en Círculo

# LA SABIA DURMIENTE

**L**a mujer que comienza el despertar a su Sabiduría se encontrará, en primer lugar, con el plomo que ha de transformar en oro. Ese plomo, como metáfora de energía bruta hecha de dolor y de miedo, se convertirá en energía sutil dorada; el oro del gozo y el empoderamiento que están desde hace mucho tiempo esperándola en su mundo interno. Porque cuando a una mujer le llega el momento de encontrarse con el arquetipo de La Sabia Interna, lo primero que encuentra son los temores y sufrimientos, que se transformarán en los diamantes de riqueza que lucirá más adelante como mujer de Sabiduría.

En nuestra infancia hemos recibido admoniciones. Este es un término que viene en su raíz de la palabra “administrar”. Son esas palabras y frases negativas que nuestra mente infantil creyó y convirtió en creencia, porque de pequeñas creímos lo que las personas adultas decían que éramos (“nos administraron”) y cómo éramos.

En los círculos de mujeres nos ayudamos unas a otras a ver esas partes que hemos de transformar. Porque escuchando en el grupo, y siendo

**ÁNGELES SÁNCHEZ**  
TRANSMISORA DE TRADICIÓN CELTA Y CHAMANISMO  
FEMENINO EN LA ASOCIACIÓN ARTEMISADANA

[artemisadana.wordpress.com](http://artemisadana.wordpress.com)

escuchadas, nos sentimos comprendidas y amparadas, y surge espontáneamente la ayuda y la comprensión mutua.

Las mujeres de la antigüedad, nuestras ancestras genuinas y sabias, llevaban el autoconocimiento a su extremo, porque eran conocedoras de que para alcanzar y despertar a la Bondad, la Verdad y la Belleza se requería una constancia del día a día y no perder de vista la gran energía que aporta el círculo de mujeres para desarrollarnos y florecer en nosotras mismas.

Muchas mujeres que acuden al círculo "Ciclo Misteria" dicen: "he estado a punto de no venir, pero he de reconocer que hay mucha diferencia en cómo he venido y cómo me voy". Se sienten agradecidas de la energía recibida del círculo, y también se sienten satisfechas de haber podido aportar su energía y conocimiento a las demás.

Y es que no es fácil desenredarnos de tantas y tantas tareas de las que nos encargamos las mujeres para poder abrir un espacio exclusivo para nosotras. El ciclo gestación "Misteria" es una tarde al mes, y algunas mujeres se dan cuenta, y se lamentan, de que ni siquiera de ese tiempo disponen con facilidad en exclusiva para ellas, para poder acudir al encuentro de mujeres. Una de las jóvenes del grupo exclamó: ¡Vaya esclavitud, me he dado cuenta de que ni tres horas al mes tengo solo para mí misma! Más adelante, tuvo más atención y cuidado consigo misma y no faltó al encuentro mensual.



## ESCUCHAR PARA COMPRENDER

Escuchando en el grupo, y siendo escuchadas, nos sentimos comprendidas y amparadas, y surge espontáneamente la ayuda y la comprensión mutua

# foro <sup>39</sup> CIENCIAS ESPIRITUALES TERRAPIAS NATURALES

ALMA  
CUERPO  
Y MENTE

STANDS

CONFERENCIAS

CONSULTAS

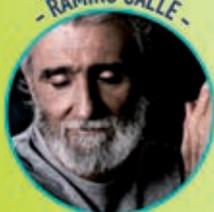
ENTRADA

LIBRE

- ENRIQUE DE VICENTE -



- RAMIRO CALLE -



- PALOMA NAVARRETE -



- ANNE GERMAIN -



- MONJES TIBETANOS -



- MIKEL LIZARRALDE -



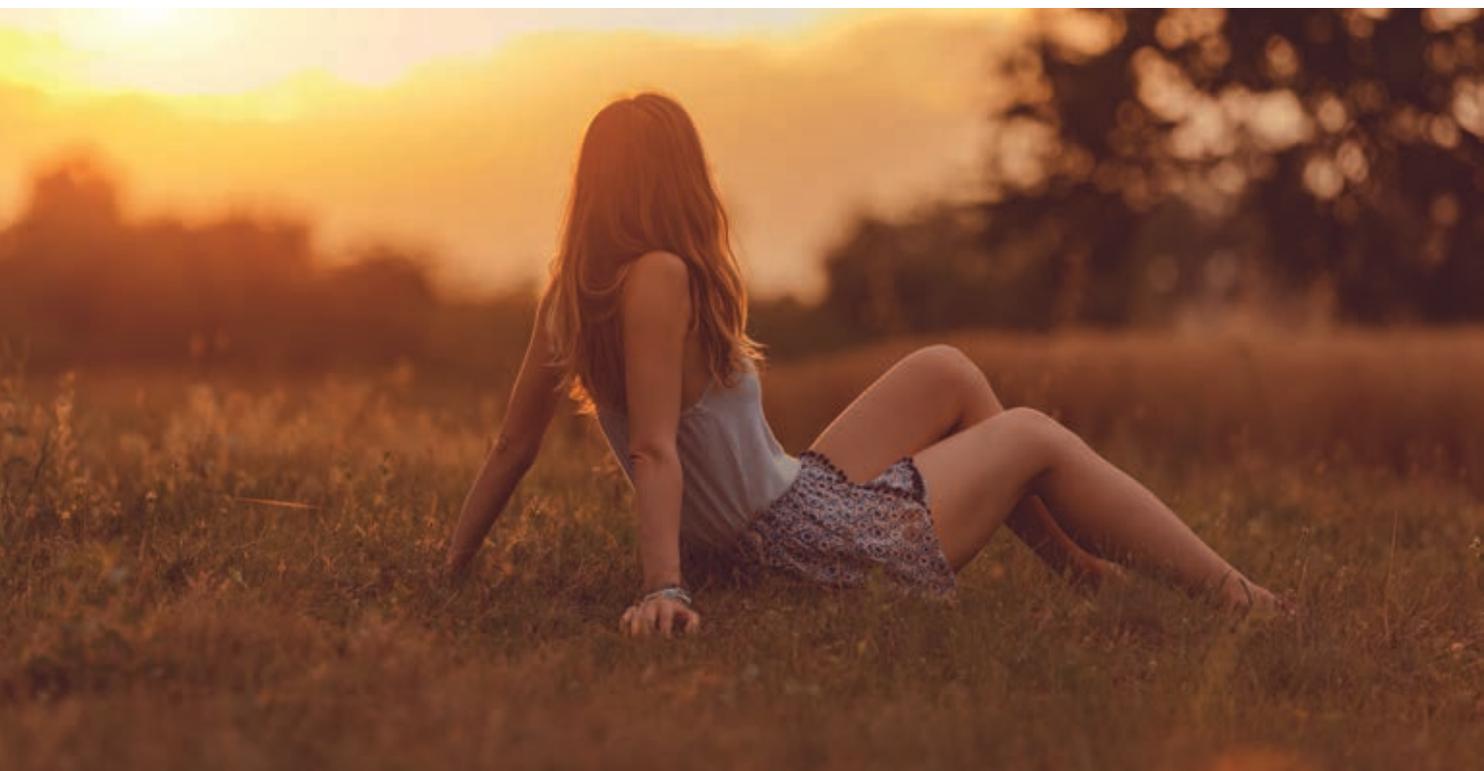
11 al 14  
octubre 2018

GRAN VÍA, 13  
- MADRID -

HORARIO 11.00 a 14.00 h. y 16.30 a 21.00 h.

Información y Reservas 629 724 863 - 679 412 627 [www.almacuerpoymente.com](http://www.almacuerpoymente.com)





## SABÍAS QUE...

**Solo indagando en nosotras mismas, en nuestras entrañas dolorosas, podremos romper las cadenas que nos impiden ser, dejar atrás la baja autoestima, el miedo a lograrlo y el deseo de agradar**

- ➔ Pero es que, si no nos nutrimos nosotras ¿a quién vamos a dar? ¿y qué? Hemos de alimentarnos teniendo espacios y tiempos especiales donde poder viajar a nuestro mundo interno, ese mundo subterráneo donde están todas las joyas, la llamada “Cueva de la Sabia Interna” que habita en nuestro útero. Ahí es donde tenemos que ingresar, ya que es de gran importancia mirar de frente la oscuridad propia y aceptarla.

Se dice en la Sabiduría ancestral de círculos de mujeres que nuestro centro es el Útero-Corazón. Porque el corazón es como una flor de loto que no florece si sus raíces no están bien sumergidas en la oscuridad del fango, metáfora de esa oscuridad jugosa de nuestro útero donde encontraremos la información y la energía que da sentido a todo.

En los encuentros surgen las palabras que nos hacen hallar el camino de nuestra propia realización. Mujeres que hablan y escuchan, tejiendo hilos de luz para que la memoria femenina propague su legado. Descubrimos, mediante ritual, dones y semillas que podrán fructificar más adelante, y alcanzamos la pericia que es necesaria para abrirse camino como cada cual desea hacerlo.

Decían las Sabias Brujas antiguas que las heridas femeninas del alma se curan en la quietud. Así lo hacemos en el círculo, aquietadas escuchando el sonido del tambor chamánico que nos conecta directamente con la serenidad contenta de nuestro útero, porque ahí, en esa cueva íntima, hay alivio inmediato de todos nuestros malestares y tensiones.

**No es fácil desenredarnos de tantas y tantas tareas de las que nos encargamos las mujeres para poder abrir un espacio exclusivo para nosotras**

Muchas mujeres buscan magias y poderes. Pero no he conocido nada más mágico y poderoso que el autoconocimiento. Solo indagando en nosotras mismas, en nuestras entrañas dolorosas, podremos romper las cadenas que nos impiden ser, dejar atrás la baja autoestima que te repite que no eres capaz, el miedo a lograrlo o no lograrlo y, a veces, un deseo tan profundo de agradar que al final dejamos de agradarnos a nosotras mismas.

**Se dice en la Sabiduría ancestral de círculos de mujeres que nuestro centro es el Útero-Corazón**

Sí, el lugar más propicio para comenzar el hallazgo de la Sabia Interna es un círculo de feminidad, porque ahí se encuentran mujeres que ya han sembrado y han recogido la cosecha de su mundo interior. Los encuentros están llenos de lágrimas de llanto y de risa, de alegría, de nostalgia, de pasión, amor y compasión que impregnan al círculo y a cada una como gotas de rocío. Lágrimas que son el ungüento más preciado de la

Sabia, su gran tesoro para dar vueltas al Majestuoso Caldero cuando sentimos que ha llegado el momento de renacer, dejar atrás el invierno interior, echar nuevas hojas y hermosas flores que se convertirán en grandes frutos.



**Decían las Sabias Brujas antiguas que las heridas femeninas del alma se curan en la quietud**



**ASOCIACIÓN artemisadana**

Asociación para el desarrollo de los valores femeninos

<http://artemisadana.wordpress.com>    asociartemisadana@gmail.com

**CICLO MISTERIA**  
**CHAMANISMO FEMENINO Y TRADICIÓN CELTA**  
**MUJERES EN CÍRCULO PARA SENTIR LOS ELEMENTOS**

Ciclo "Gestación" (9 meses) **Experiencias:** cueva interna, espirales y laberintos, ejercicios del útero, expresión en arcilla, metáfora de los alimentos, geomancias, práctica de lunas llenas y oscuras, mandalas sólidos y húmedos, arquetipos femeninos y "el lado masculino", el fuego y la rabia, animales chamánicos.

**Prácticas de elemento tierra en la naturaleza cercana (alrededores de Madrid)**

**Círculo: 1º sábado de cada mes - 18:00 a 21:00**

**Aportación 15 €**

**Próximos arquetipos femeninos:** **Hestia**, diosa del fuego del hogar; **Atenea**, diosa de la sabiduría y la mente; **Higea**, diosa de la salud; **Artemisa**, diosa de la naturaleza y la caza.



C/ Sambara 83 – 1º 4  Pueblo Nuevo y Quintana  620596814

**Formación de Profesores**

**Yoga Integral y Meditación**  
 Filosofía, Raja, Bhakti, Gñana, Ayurveda, Fisiología,...

Título Internacional  
 Avalado por la Escuela de Purna  
 Yoga Internacional Yoga Federación

**MÁS FORMACIONES**  
 Pilates  
 Air Pilates  
 Reiki  
 Usui, Tibetano y Karuna



 **EN MÓSTOLES** 

[www.yogamostoles.com](http://www.yogamostoles.com)  
[www.yohagopilates.com](http://www.yohagopilates.com)  
 91 647 56 60 – 666 76 35 06



# LA HECHICERA DE LA LUNA INVISIBLE

Llegan las sombras cuando el viento mece su voz en las ramas del sauce. Cae sobre la montaña, sobre el bosque y el lago, el manto oscuro de la noche sin luna. De la gruta misteriosa, asoma la figura de la hechicera, silenciosa y sigilosa; hoy realizará su magia invisible y lo hará en el mismo instante en que llegue la hora del tiempo eterno.

La hechicera espera paciente, con los sentidos abiertos huele en la brisa del bosque los aromas de la vida en libertad y escucha los ecos antiguos de las canciones ancestrales de ese lugar mientras que el gran sauce realiza una danza de sombras hipnóticas con el vaivén de sus ramas colgantes. Miles de ojos entre la hierba, los árboles, las rocas y el agua, observan alertas y expectantes esperando que se acerque el momento de la magia...

Levanta entonces la hechicera sus brazos al cielo estrellado y con el sutil movimiento de sus manos descorre el velo que separa los mundos como si de un tejido invisible se tratara, y destejendo sus hilos abre la grieta que separa el cielo y la tierra. Siente de pronto los tambores



**GUADALUPE CUEVAS**  
ESCRITORA Y TERAPEUTA DE FEMINIDAD CONSCIENTE

[guadalupecuevas.com](http://guadalupecuevas.com)

resonantes del corazón de la tierra latiendo en sus pies descalzos, siente el fuego secreto de las profundidades subiendo por los arroyos de su sangre y serpenteando en su espalda y es entonces cuando puede percibir que desde el abismo del cielo la magia de la luna invisible entra en su cuerpo, empapándola en la certeza de que “ahora es el tiempo”, el instante eterno en que el poder se manifiesta, el breve segundo de la verdad, pues es ahora cuando la luna abre su fértil vientre de oscuridad para recoger en su interior la semilla de una intención.

Este instante fuera del tiempo, tan fugaz como el abrir y cerrar de un parpadeo, ha de preñarse de una intención certera y clara sin atisbo de la más mínima duda y que esté alentado por la misma voz del alma que en la hechicera canta. En el movimiento de sus dedos teje la realización de su deseo, en la noche embrujada la tejedora de hechizos pronuncia las palabras de un encantamiento que solo los espíritus que sirven a la luna escucharán y con todo su cuerpo danza en la certeza de que ya no hay marcha atrás pues así ha sido creado y así está hecho. La hechicera sabe que sus labios no mienten, sabe que su voluntad es libre y que el misterio sirve ante todo a la libertad. La voluntad verdadera de la luna invisible es la misma que su voluntad.

El gozo inunda su alma, que ha podido mostrar su canto y ser escuchada. Cosiendo de nuevo los tejidos de la tierra profunda y del abismo del cielo, aquella que tiene el poder para seducir la realidad, la encantadora de mundos se dirige a su gruta mientras que unos ojos invisibles bajo la hierba, los árboles, las rocas y las aguas del lago, ahora la observan partir encendidas sus miradas con el brillo de la magia.

En este lugar fuera de las miradas de la mente ignorante, aquí es conocida la Magia de la Hechicera, invisible a los ojos que miran con limitaciones y juicios la vida salvaje. Cada vez que en las noches de luna invisible, ella sale de su gruta, la voluntad del misterio y la voluntad de la hechicera se hacen una.

Y cuando ella parte a su gruta susurran las hojas del sauce con voces de brujas antiguas, y el viento viaja a los confines del mundo susurrando en el corazón de todos los seres: toma lo que es tuyo, sigue la voluntad verdadera, elige, y todo vendrá a ti.

Todo viene a ti, todo viene a ti, todo viene a ti



**Sabemos que tienes mucho que ofrecer**

**Comunicalo**

Anúnciate en Espacio Humano para llegar a miles de lectores interesados en cuidarse

Asesoramiento personalizado

**Revista Octubre**

CIERRE 15 DE SEPTIEMBRE

**Mailings**

ESPECIAL FORMACIÓN 2

Envío 20 de Septiembre

INDIVIDUALES O EXCLUSIVOS

En Octubre

**Promoción en web y Redes Sociales**

FACEBOOK, INSTAGRAM, TWITTER

ESPACIO HUMANO

91 311 79 21

info@espaciohumano.com

espaciohumano.com

**Feminidad Consciente**  
*"Hijas de la Luna"*

**Sábado 22 SEPTIEMBRE** **ENCUENTRO LIBRE DE MUJERES EN EL JARDÍN DE LAS HESPERIDES**  
*Celebramos la vida, con cantos, danzas, magia y hermandad (juego de regalos mágicos) Actividad GRATUITA*

**Domingo 23 SEPTIEMBRE** **SANANDO LAS HERIDAS CON LA MADRE**  
*Coremonia de la "HIJA y la MADRE" con los Misterios de Eleusis*

Guadalupe Cuevas Tfno: 615.519.703  
[www.guadalupecuevas.com](http://www.guadalupecuevas.com) [guadalupecuevasygarcia@gmail.com](mailto:guadalupecuevasygarcia@gmail.com)

Puedes descargar el libro EL CAMINO DE LA DIOSA en [www.guadalupecuevas.com](http://www.guadalupecuevas.com)

**¿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.

**ESTUDIO PARA LA EDUCACIÓN CÓSMICA**  
**TODO EL POTENCIAL ESTÁ EN TÍ**  
 Alejandra: 626 15 26 88



# 31 PLANES DE FORMACIÓN

Te presentamos en este especial 31 cursos encaminados a convertir el mundo de la salud y el desarrollo personal en tu profesión



## 1 QI GONG TERAPEUTICO

Inicio 21 octubre

**Curso de formación**  
duración 9 meses Titulación:  
Escuela Superior de Qi Gong  
Xiao Yao. El chi kung o qi  
gong, son los ejercicios para  
la salud de la medicina china.  
Mejora tu salud con el qi  
gong.



**JANÚ RUIZ**  
914 131 421 - 656 676 231  
chikungtaojanu.com

## 2 CURSO DE HERBODIETÉTICA

Martes mañanas o sábados alternos

**Tanto si deseas** abrir  
un herbolario, asesorar  
a tus pacientes sobre  
alimentación o deseas  
aprender a elaborar recetas  
fitoterapéuticas que ayuden  
a tus pacientes a recobrar  
la salud, este curso está  
pensado para ti.  
Duración total: 124h (8  
meses). Inicio octubre/  
noviembre. Diploma  
acreditado por la APENB.



**LEN EL VERGEL**  
91 169 48 79  
ienelvergel.com

## 3 MAESTRO DE LA ENERGÍA DE TAO YIN K.Y.

Inicio 28 octubre

**Tao Yin es una** joya  
Taoísta guardada durante  
siglos, orientada a prevenir  
enfermedades, restablecer  
la salud al emperador y  
darle "poderes especiales"  
Sistema pedagógico  
eminentemente práctico,  
200 horas anuales. 1 Fin de  
semana al mes de Octubre  
a Julio durante 3 años.  
Inicio el 28 de Octubre.  
Conferencia el 6 de octubre.



**TAO CENTER**  
Tl. 639 453 789  
taocenter.es

## 4 SHADANA SÍNTESIS FORMACIÓN EN YOGA

De noviembre 2018 a junio 2020

**13a promoción.** Swami  
Digambar (Danilo  
Hernández) autor de las  
"Las Claves del Yoga"  
dirige esta formación en  
yoga cuyo eje central es  
el Kundalini Yoga clásico y  
el Kriya Yoga.  
Curso teórico-práctico  
de 2 clases mensuales en  
sábados más un retiro de  
5 días  
Reunión informativa;  
Sábado 6 de octubre



**SADHANA SÍNTESIS**  
Tl. 914 138 238  
yogabindu.net

# 5 CURSO DE NATUROPATÍA

## Programa de prácticas

Elabora tratamientos naturales que potencian la sanación con criterios científicos y alternativos. El curso de naturopatía te permite trabajar en consultorios privados, clínicas, balnearios, herboristerías, o abrir tu propio negocio. Material propio. Curso orientado a la práctica



**ISED MADRID**  
Tl. 915 394 400  
isedes

# 6 AYURVEDA

## Currículo completo de 3 cursos

**Inicio Octubre.** Prácticas clínicas. Dirección y profesorado nativo. Diploma en Alimentación y Masaje Ayurveda. Alimentación en la salud. Diploma avanzado en Ayurveda. Método clínico, diagnóstico y tratamientos de Ayurveda. Diploma de posgrado en Ayurveda. Con la garantía de APTN Cofenat



**CENTRO DE ESTUDIOS AYURVÉDICOS**  
Tl. 600 236 954  
centroayurveda.es

## 7 FORMACIÓN EN CONSTELACIONES FAMILIARES

**Especialista** en Nuevas Constelaciones Familiares - 340 horas. Máster en Nuevas Constelaciones Familiares- 600 horas. Evaluación fenomenológica y sistémica de la capacidad Consteladora.

**INSTITUTO DE CONSTELACIONES FAMILIARES BRIGITTE CHAMPETIER DE RIBES**  
Tl. 914 252 329  
insconsfa.com



## 8 NUTRICIÓN CELULAR Y DIETÉTICA NATURISTA

**Inicio 28 de octubre.** 9 seminarios en el centro Altai (Madrid). El curso tendrá un desarrollo teórico y práctico con el conocimiento sobre alimentos y suplementos de origen natural. También se puede seguir online.

**PALMIRA POZUELO**  
Tl. 659 065 356  
palmirapozuelo.com

## 9 SHIATSU

La formación de shiatsu consta de 4 módulos. El primer módulo de iniciación es completo en sí mismo. Los otros módulos amplían la formación a nivel profesional. Grupos de un fin de semana al mes, o una clase semanal de mañana o tarde. Conferencias 17 y 18 de septiembre

**ESCUELA DE SHIATSU MASUNAGA**  
Tl. 918 041 997  
shiatsu-masunaga.es

## 10 OSTEOPATÍA CRANEO SACRAL

**18, 19, 20 y 21 de octubre**  
Disponemos de esta técnica manual de palpación sutil para detectar y corregir los desequilibrios del sistema sacrocralear evaluando la calidad de su ritmo. Este ritmo se puede sentir como el pulso cardíaco o la respiración, pero con la diferencia de que el ritmo sacrocralear lo podemos evaluar y además corregir mediante la palpación.

**ESCUELA INTERNACIONAL DE ESCUCHA CRANEOAL LALOUX**  
Tl. 636 405 128  
lalouxschool.com

## 11 PROFESORES DE YOGA INTEGRAL Y MEDITACIÓN

**Filosofía, Raja, Bhakti, Gñana, Ayurveda, Fisiología...** Avalado por la Escuela de Purna Yoga Internacional Yoga Federación. La formación como Profesor de Yoga consta de 18 meses. Total de 558 horas lectivas presenciales. Obtendrás el título Internacional de Profesor de Yoga y diploma del Centro de Formación Om Ganesha.

**OM GANESHA**  
Tl. 916 475 660  
yogamostoles.com



## 12 AYURVEDA

**8a edición.** Bolsa de trabajo. Grupos reducidos  
El Curso de Formación en Ayurveda se impartirá en un formato semi-presencial, para ambas opciones de especialización (Experto en Ayurveda y Terapeuta Manual en Ayurveda) Fines de semana de octubre hasta junio

**HARIT AYURVEDA**  
Tl. 915 345 755  
ayurvedasalud.com

## 13 REFLEXOTERAPIA PODAL

**Inicio noviembre** de 2018  
Duración: 90 horas, los jueves por la tarde. 2 Niveles  
Trabajando diferentes puntos y zonas del pie, que conectan con todos nuestros órganos y sistemas, se ayuda a eliminar toxinas, liberar tensiones y dolores.v

**CENTRO DE BIOESTÉTICA CARMEN BENITO**  
Tl. 915 064 162  
carmenbenitobioestetica.com



## 14 KINESIOLOGÍA APLICADA

**Ofrece** a tus clientes un abanico nuevo y potente de herramientas y técnicas naturales, complementarias y alternativas. De octubre a a julio. 160 horas. Modalidad 1 fin de semana al mes/ jueves mañana/ viernes tarde. Diploma Certificado por la Escuela Casi Natural, por APTN COFENAT

**CASI NATURAL**  
Tl. 912 109 148  
casinatural.com

# 15 HIPNOSIS Y REGRESIONES

Muy práctico

**Método Flash Back** con Ricardo Bru. Inicio octubre.

La formación completa consta de seis niveles: El nivel cero o curso de iniciación, puede ser realizado también como curso terapéutico para solucionar problemas personales. Y los niveles 1-A, 1-B, 2, 3 y 4 profundizan en diferentes aspectos para llegar a la maestría de la hipnosis terapéutica.



**RICARDO BRU -  
FUNDACION BLANCAMA**  
Tl. 676 580 930  
blancama.org

# 17 BIODANZA

Formación oficial de la IBF

**Titulación** oficial Internacional de Facilitadores/as de Biodanza Sistema Rolando Toro (SRT).

El grueso principal de la formación es un recorrido de 30 módulos formativos (uno al mes) en fin de semana. También hay que realizar otras actividades como prácticas supervisadas.

Tienen una parte teórica y otra vivencial.



**ESCUELA OFICIAL DE BIODANZA SRT  
MADRID CENTRO**  
Tl. 661 400 269  
biodanzamadridcentro.com

# 19 GRAFOLOGÍA GRAFODIAGNÓSTICO GRAFOTERAPIA

9 meses de duración

Para cualquier persona interesada en conocer el fascinante mundo de la Grafoterapia y sus diferentes aplicaciones en la vida diaria, tanto personal, como profesional.

Clases de 3 horas a la semana. Los 6 primeros meses será mayormente teóricos. Profesores Alicia Ratia y Jesús Morales.



**CENTRO DE GRAFOTERAPIA Y MEDICINAS  
ENERGÉTICAS**  
Tl. 915 321 835  
centrodegrafoterapia.com

# 16 TERAPEUTA DE PSICOLOGÍA ENERGÉTICA

Formación presencial/online

Esta formación comprende el aprendizaje de las técnicas y terapias más eficaces encaminadas a restaurar el correcto flujo energético en la persona para apoyarle en su proceso de sanación mental y emocional. Puedes optar a una titulación universitaria a través del convenio con la UEMC.



**VICTORIA CADARSO TEAM**  
Tl. 915 496 126  
victoriacadarso.com

# 18 MACROBIÓTICA Y MEDICINA ORIENTAL

20 años formando cocineros

Toda la sabiduría de la Macrobiótica adaptada a nuestro tiempo. Certificación Profesional como Consejero Macrobiótico. Programa Curricular del "Kushi Institute". Estudios respaldados por Michio Kushi & "Asamblea Macrobiótica Internacional". Niveles I, II y III.



**ESCUELA DE VIDA**  
Tl. 695 309 809  
escueladevida.es

# 20 CONSTELACIONES FAMILIARES

Tiempos y plazos flexibles

Se puede empezar por el módulo que desees e ir al ritmo que quieras. Puedes elegir algunos módulos, según tu interés. Para personas comprometidas en su crecimiento personal, para profesionales de la ayuda y todo aquel que quiera ser facilitador de Constelaciones Familiares.

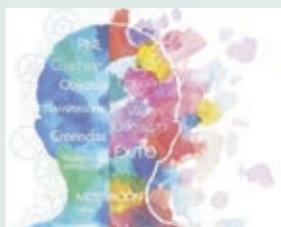


**CRISTINA CÁCERES MANGAS**  
Tel: 654 42 65 41  
cristinacaceresmangas.com

# 21 COACHING TRANSPERSONAL

Certificado por la AIPNLC

El **Coaching** Transpersonal aporta a la PNL el arte de aplicar con un orden lógico las herramientas que se precisan en cada etapa del viaje, chequeando en cada sesión si el rumbo se mantiene en la ruta trazada. 72 horas, de las cuales 36 presenciales, en 3 módulos. Certificado por la Asociación Internacional de PNL y Coaching (AIPNLC).



**INSTITUTO POTENCIAL HUMANO (IPH)**  
Tl. 915 335 290  
institutopotencialhumano.com

# 22 MAESTRO TERAPEUTA PROFESIONAL DE REIKI

Curso completo de 9 meses

**Inicio 20,22** septiembre. 2 grupos jueves tarde y sábado mañana. Un maestro terapeuta profesional de reiki debe contar con todas las herramientas. Este completo curso incluye formación completa en Reiki, técnicas de Meditación, gestión del estrés y coherencia cardíaca, Chi' Quiro, terapia de chakras, magnetismo, filosofía budista.



**CENTRO DE MASAJE MANUAL**  
Tl. 609 490 287  
cmasaje.es

**23 CON CONCIENCIA** Curso de desarrollo personal. 80 horas. Un sábado al mes. Aprenderás a mejorar las relaciones contigo mismo y con los demás, poniendo más conciencia.

Comienzo el sábado 29 de septiembre de 2018. Finaliza en mayo. Conferencia-taller gratuito el 14 de septiembre.

**ESCUELA DE DESARROLLO PERSONAL APRENDER A CONOCERSE**  
Tl. 610 245 096  
aprenderaconocerse.com



## 24 FORMACIÓN EN TERAPIA HOLÍSTICA Y TRANSPERSONAL

**Opciones:** 1 fin de semana al mes - 5 horas 1 día/ semana. 20 módulos en dos años. Presentación: 12 septiembre 19 h Con dietoterapia, fitoterapia, terapia floral, meditación, regresión, rebirthing, terapias energéticas, constelaciones, PNL y mucho más.

**CENTRO AILIM**  
Tl. 917 776 672  
centroailim.es

## 25 PRACTITIONER Y COACH PNL

**Diseñado** para proveer a los participantes del conocimiento necesario, las habilidades y las presuposiciones para convertirse en un practicante eficaz de las técnicas y modelos de la P.N.L., e introducirse en los modelos y conocimientos básicos para ejercer como coach.

El curso se realiza a lo largo de 7 fines de semana (por módulos). Madrid inicio 17 de noviembre.

**PNL SPAIN**  
Tl. 685 88 35 32  
pnlspain.com

## 26 FORMACIÓN YOGA, LA MUJER, EL EMBARAZO Y POSTPARTO

**Imparte Escuela Omma Prenatal.** Dirigido a comadronas, fisioterapeutas, doulas, profesores de yoga o practicantes que deseen profundizar en sus conocimientos sobre el movimiento y la respiración en la mujer embarazada. 4 fines de semana. Inicio Octubre.

**CITY YOGA**  
Tl. 696 835 855  
city-yoga.com

## 27 ESPECIALISTA EN TERAPIA HUMANISTA EXISTENCIAL NIÑOS Y ADOLESCENTES

**Dirigido a:** psicólogos, psicoterapeutas, médicos. Trabajadores sociales, educadores, profesores. Estudiantes de segundo ciclo. Presencial. Noviembre 2018 a mayo 2020.

**ADHARA PSICOLOGÍA**  
Tl. 639 135 102  
adharapsicologia.es

## 28 PROFESORES DE YOGA INTEGRAL

**Formación** de Yoga integral de la Asociación Shiva-Shakti de Yoga Integral. Dirigida por José Manuel Vázquez. Se inspira tanto en los textos clásicos como en las aportaciones metodológicas y adaptaciones nacidas en Occidente. Duración total 500 horas. Se sigue el estándar de dos ciclos formativos de 200 y 300 horas de la certificación internacional Yoga Alliance.

**YOGA ORGANICO**  
Tl. 913 105 181  
yogaorganico.org

## 29 TÉCNICAS AVANZADAS PARA TERAPEUTAS MANUALES

**Dos** seminarios donde podrás mejorar tus habilidades terapéuticas para resolver de manera rápida y eficaz lumbalgia, cervicalgia esguinces... y otras dolencias.

**CUERPO ZEN**  
Tl. 609 889 557  
cuerpozen.com

## 30 MÓDULO BÁSICO DE FENG SHUI

**4 talleres** en octubre y noviembre. Encuentra la armonía equilibrando tus espacios con Feng Shui. Impartido por Shu Yuan Chen y Cari Soriano.

**LA BIOTIKA**  
Tl. 620 079 042  
labiotika.es

## 31 MÉTODO TRCD GENÉTICA EMOCIONAL Y REJUVENECIMIENTO

**Abrir** el cuerpo a su frecuencia de intemporalidad para rejuvenecer. Inicio 21 y 22 octubre. También opción online.

**ROSA BRIONES**  
Tl. 696 835 855  
trcdfomacion@gmail.com

## Septiembre

### 1 Sábado

#### ASANAS, PRANAYAMA Y RELAJACIÓN

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

### 2 Domingo

#### CONFERENCIA SOBRE EL BHAGAVAD GITA

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

### 3 Lunes

#### TALLER MINDFULNESS GRATUITO

Hora: 19:00 Todos los lunes  
Imparte: ADASEC  
Lugar: Biblioteca Ana María Matute C/ Comuneros de Castilla, 30  
Confirmar asistencia Tl. 683 407 410

#### CLASE DE ASANAS, PRANAYAMA Y RELAJACIÓN

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

### 4 Martes

#### MEDITACIÓN

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

#### EVOLUCIÓN ACELERADA: CONSEGUIR CONCIENCIA UNIVERSAL

Hora: Confirmar asistencia  
Tl. 626 15 26 88

### 5 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

### 7 Viernes

#### LA INFLUENCIA DEL SISTEMA FAMILIAR EN LA PAREJA (ONLINE: GRATUITO)

Imparte: Marta Cela  
Lugar: centroflordelis.com

### 8 Sábado

#### ASANAS, PRANAYAMA Y RELAJACIÓN

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

### 9 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: Hanumat Presaka Swami, Instituto de Estudios Bhaktivedanta  
Lugar: Centro Hare Krishna

### 10 Lunes

#### TALLER MINDFULNESS GRATUITO

Hora: 19:00 Todos los lunes  
Imparte: ADASEC  
Lugar: Biblioteca Ana María Matute C/ Comuneros de Castilla, 30  
Confirmar asistencia Tl. 683 407 410

### 11 Martes

#### PBP EL PODER BIOLÓGICO DE LA PALABRA

Hora: 19:00  
Imparte: Michael Laloux, Escuela Internacional de escucha Craneal Laloux  
Lugar: Ecocentro

#### EVOLUCIÓN ACELERADA: CONSEGUIR CONCIENCIA UNIVERSAL

Hora: Confirmar asistencia  
Tl. 626 15 26 88

#### CONSULTAS GRATUITAS DE I CHING, FENG SHUI O ALIMENTACIÓN SALUDABLE

Hora: Dias 11, 12 y 13 de septiembre  
Lugar: La Biotika  
Reservas actividades@labiotika.es

### 12 Miércoles

#### PRESENTACIÓN CURSOS: TERAPIA FLORAL BACH, TRANSPERSONAL, REBIRTHING + MEDITACIÓN CUENCOS CUARZO

Hora: 19:00  
Lugar: Centro Ailim

#### REGISTROS AKASHICOS COMO HERRAMIENTA DE CRECIMIENTO PERSONAL Y ESPIRITUAL

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

#### LIBERA TU ALMA. CONOCE LAS LEYES DEL ALMA Y EL CAMINO DE SU LIBERACIÓN

Hora: 19:30  
Lugar: ADASEC  
Confirmar asistencia Tl. 683 407 410

### 13 Jueves

#### SHOWCOOKING GRATUITO\*: ESPECIAL LECHES VEGETALES CASERAS (CONFERENCIA, TALLER Y DEGUSTACIÓN)

\*Actividad gratuita si gastas 5€ en la ecotienda La Biotika  
Hora: 18:30  
Lugar: La Biotika  
Reservas: actividades@labiotika.es

### 14 Viernes

#### CONFERENCIA-TALLER GRATUITO PRESENTACIÓN CURSO CON CONCIENCIA

Hora: 18:30  
Imparte: Marta Gabriela de Aranzadi  
Lugar: Escuela de Desarrollo Personal Aprender a Conocerse  
Reservas Tl. 610 245 096  
contacto@aprenderaconocerse.com

#### CONFERENCIA PRESENTACIÓN DE CURSOS GRAFODIAGNÓSTICO Y GRAFOTERAPIA, Y MAGNETISMO BIOENERGÉTICO EMOCIONAL

Hora: 19:00  
Imparte: Jesús D. Morales y Alicia Ratia  
Lugar: Centro de Grafoterapia y Medicinas Energéticas

### 15 Sábado

#### JORNADA DE CONFERENCIAS GRATUITAS SALUDABLES:

PREPARÁNDOSE PARA EL OTOÑO  
Hora: de 12:00 a 18:00  
Lugar: La Biotika  
Reservas: actividades@labiotika.es

### 16 Domingo

#### CONFERENCIA SOBRE EL BHAGAVAD GITA

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

### 17 Lunes

#### TALLER MINDFULNESS GRATUITO

Hora: 19:00 Todos los lunes  
Imparte: ADASEC  
Lugar: Biblioteca Ana María Matute C/ Comuneros de Castilla, 30  
Confirmar asistencia: Tl. 683 407 410

#### BIODANZA: SESIÓN ABIERTA GRATIS

Hora: 20:30  
Imparte: Beatriz Palomares  
Lugar: Tirso de Molina  
Reserva plaza: Tl. 627 129 373

#### CONFERENCIA SOBRE SHIATSU Y MEDICINA TRADICIONAL CHINA

Lugar: Escuela de Shiatsu Masunaga  
Reservas: Tl. 629 270 141

### 18 Martes

#### EVOLUCIÓN ACELERADA: CONSEGUIR CONCIENCIA UNIVERSAL

Hora: Confirmar asistencia  
Tl. 626 15 26 88

#### CONFERENCIA SOBRE SHIATSU Y MEDICINA TRADICIONAL CHINA

Lugar: Escuela de Shiatsu Masunaga  
Reservas: Tl. 629 270 141

### 19 Miércoles

#### PROFUNDIZAR EN LOS REGISTROS AKASHICOS: SOLTAR CREENCIAS Y ATADURAS

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

## CENTROS DÓNDE SE IMPARTEN CONFERENCIAS

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

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 de  
Grafoterapia  
y Medicinas  
Energéticas  
C/ Fuencarral 42, 1 A.  
Tl. 91 532 18 35

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/ Esquillache, 4  
Tl. 91 553 55 02

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

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

## 20 Jueves

**TALLER GRATUITO Y PRESENTACIÓN DEL CURSO DE CONSTELACIONES FAMILIARES Y TRANSGENERACIONAL**  
Hora: 18:30  
Imparte: María del Pilar Molina Ruiz  
Lugar: Casi Natural  
Confirmar asistencia

## MEDITACIÓN

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

## SUPERVISIÓN DE CASOS EN TERAPIA FLORAL

Hora: 20:00  
Imparte: Rosa Medinilla  
Lugar: Seflor  
Confirmar asistencia: Tl. 615 514 008

## BIODANZA: SESIÓN ABIERTA GRATIS

Hora: 20:30  
Lugar: Espacio Encuentro  
Reserva plaza: Tl. 646 895 014

## 21 Viernes

### TALLER GRATUITO Y PRESENTACIÓN DEL CURSO INTEGRATIVO DE KINESIOLOGÍA APLICADA, MEDICINA BIOLÓGICA, PAR BIOMAGNÉTICO Y DESCODIFICACIÓN

Hora: 18:30  
Imparte: Manuel J. Álvarez  
Lugar: Casi Natural  
Confirmar asistencia

## AROMATERAPIA SAGRADA

Hora: 19:00  
Lugar: Tao Center

## PRESENTACIÓN DEL LIBRO: MAS ALLÁ DEL INFINITO

Hora: 19:30  
Imparte: la autora Mayla J. Escalera  
Lugar: C/ Eloy Gonzalo 38, 1 D  
Confirmar asistencia: Tl. 678 43 59 42

## 22 Sábado

**JORNADA DE PUERTAS ABIERTAS: YOGA Y MEDITACIÓN CLASE DE PRUEBA, INTRODUCCIÓN A LA MEDITACIÓN, CONFERENCIA**  
Hora: 17:00  
Lugar: Centro de Yoga Sivananda Vedanta

## MEDITACIÓN

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

## ENCUENTRO LIBRE DE MUJERES EN EL JARDÍN DE LAS HESPERIDES

Hora: Confirmar  
Imparte: Guadalupe Cuevas  
Confirmar asistencia Tl. 615 519 703

## 23 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

## 24 Lunes

**BIODANZA: SESIÓN ABIERTA GRATIS**  
Hora: 20:30  
Lugar: Espacio Encuentro  
Reserva plaza: Tl. 619 507 136

## BIODANZA: SESIÓN ABIERTA GRATIS

Hora: 20:30  
Imparte: Beatriz Palomares  
Lugar: Tirso de Molina  
Reserva plaza: Tl. 627 129 373

## 25 Martes

**ACEITES ESENCIALES Y AROMATERAPIA**  
Hora: 19:00  
Imparte: Laura Robledo  
Lugar: Centro Ailim

## EVOLUCIÓN ACELERADA: CONSEGUIR CONCIENCIA UNIVERSAL

Hora: Confirmar asistencia  
Tl. 626 15 26 88

## 26 Miércoles

**REGISTROS AKASHICOS, HERRAMIENTA PARA PADRES. ENTENDER Y MEJORAR LA RELACIÓN CON NUESTROS HIJOS**  
Hora: 19:15  
Imparte: María José Trillo  
Lugar: EcoCentro

## LAS DIMENSIONES Y EL MUNDO ASTRAL

Hora: 19:30  
Lugar: ADASEC  
Confirmar asistencia Tl. 683 407 410

## BIODANZA: SESIÓN ABIERTA GRATIS

Hora: 20:00  
Imparte: Beatriz Palomares  
Lugar: Legazpi  
Reserva plaza Tl. 627 129 373

## BIODANZA: SESIÓN ABIERTA GRATIS

Hora: 20:30  
Lugar: Espacio Encuentro  
Reserva plaza: Tl. 619 507 136

## 27 Jueves

**ESTADOS DIFERENCIALES ENTRE LOS FLORALES QUE COMPOEN EL 7 GRUPO DEL DR. BACH**  
Hora: 20:00  
Imparte: Carmen Risueño  
Lugar: Seflor

## BIODANZA: SESIÓN ABIERTA GRATIS

Hora: 20:30  
Lugar: Espacio Encuentro  
Reserva plaza: Tl. 646 895 014

## 29 Sábado

**BIODANZA: SESIÓN ABIERTA GRATIS**  
Hora: 12:00  
Imparte: Beatriz Palomares  
Lugar: Villalba  
Reserva plaza: Tl. 627 129 373

## 30 Domingo

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

# Octubre

## 2 Martes

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

## 3 Miércoles

**NO MUERTE, ARMAS DE DESTRUCCIÓN. SI VIDA, ARMAS DE DETECCIÓN: ELECTRICIDAD, GAS; LEY DE PAZ**  
Hora: 18:30  
Lugar: Cultura Natural  
Confirmar asistencia Tl. 636 76 73 35

## 6 Sábado

**PRESENTACIÓN DEL CURSO MAESTROS DE LA ENERGÍA DE TAO YIN H.Y.**  
Hora: 19:00  
Lugar: Tao Center

## REUNIÓN INFORMATIVA SOBRE CURSO DE FORMACIÓN EN YOGA

Hora: Confirmar Tl. 91 413 82 38  
Imparte: Swami Digambar (Danilo Hernández)  
Lugar: Sadhana Síntesis

CONSULTA  
LOS CURSOS  
EN LA AGENDA

[ESPACIOHUMANO.COM/AGENDA](http://ESPACIOHUMANO.COM/AGENDA)

ESPACIO  
HUMANO

Escuela de Vida  
Tl. 695 309 809

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

Escuela Encuentro  
C/ Doctor Cortezo, 17, 2  
Tl.646 895 014

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

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

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

Seflor  
C/ de las  
Maldonadas, 6  
(Librería  
el Olor de  
la Lluvia)  
Tl. 646 201 237

Tao  
Center  
C/ Talavera, 2  
Tl. 639 453 789

### 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

### AtlasProfilar

**DAVID VIÑÉS**  
Tl. 91 522 54 16

### Ayurveda

**BHARAT NEGI**  
Tl. 600 720 357

**CENTRO ESTUDIOS AYURVÉDICOS**  
Tl. 600 236 954

**HARIT AYURVEDA**  
Tl. 915 345 755

### Biodanza

**ESPACIO ENCUENTRO - SANDRA DE RIVAS**  
Tl. 633 296 978

**ESCUELA OFICIAL DE BIODANZA SISTEMA  
ROLANDO TORO DE MADRID CENTRO**  
Tl. 661 400 269

### Biodescodificación

**DANIEL GAMBARTTE**  
ajnacentroholistico@yahoo.com

### Casas Rurales y de Salud

**CASA DE REPOSO TRES AZULES (CÁCERES)**  
Tl. 927 441 414

**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

**NEWFIELD NETWORK - JULIO OLALLA-  
RODRIGO PACHECO**  
Tl. 655 677 957

### THE INNER KEY

Tl. 91 856 99 72

**BEGOÑA RAMOS** Tl. 91 032 77 15

**3CONTIGO**  
Tl. 911 367 694

### Constelaciones Familiares

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

**CRISTINA CÁCERES**  
Tl. 654 42 65 41

### Craneosacral

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

### Chikung/QiGong

**JANÚ RUÍZ**  
Tl. 656 676 231

### Desarrollo Personal

**THE INNER KEY**  
Tl. 91 856 99 72

**ENAGRAMA- VICTORIA CADARSO TEAM**  
Tl. 91 549 61 26

**CURSO ACELERADO DE EVOLUCIÓN**  
Tl. 626 15 26 88

**APRENDER A CONOCERSE**  
Tl. 610 245 096

**VIVENCIA ESENCIAL**  
Tl. 683 407 410

### Dietética

**ESCUELA DE VIDA MARÍA ROSA CASAL**  
Tl. 695 309 809

**COOK AND RELAX**  
lacocinaalternativa.com

**LA BIOTIKA** Tl. 91 429 07 80

**SERGIO GARCÍA CALVILLO**  
Tl. 635 856 021

### Ecotiendas/Herbolarios



**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



**LACANELA**  
ecotienda • fitoterapia  
alimentación: vegan • glutenfree • raw  
cosmética bio • libros • regalos...  
Español y Más 3 Tl. 91 531 49 04 SOL  
www.lacanelabiocentro.com  
Biocentro La Cañada @biolacanela

**EL VERGEL**  
Tl. 91 737 33 35

### ESPACIO ORGÁNICO

Tl. 91 657 25 15

**ECOMAN**  
Tl. 910 56 87 07

### Espiritualidad

**INSTITUTO DE ESTUDIOS  
BHAKTIVEDANTA**  
Tl. 91 521 30 96



**ENCUENTROS ESPIRITUALES**  
*Evolución de Conciencia*  
CONFERENCIA Y MEDITACIÓN  
con PATRICIA PAULO y MARTÍN ANELLO  
**IMPULSO  
ESPIRITUAL**  
*...encuentra la  
fuerza  
que mueve tu  
vida...*  
COSTE: DONACIONES VOLUNTARIAS  
Sábado, 15 Septiembre 17:30h  
ESPACIO RONDA MADRID  
Ronda de Segovia 50 Madrid  
Info: 654845958  
www.encuentroespirituales.org

### Feminidad

**GUADALUPE CUEVAS**  
Tl. 615 519 703

**ASOCIACIÓN ARTEMISADANA**  
Tl. 620 596 814

### Fertilidad

**FERTILIDAD EMOCIONAL**  
Tl. 633 812 344

### Grafoterapia

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

### Hipnosis / Terapia Regresiva

**CENTRO FLOR DE LIS - MARTA CELA**  
Tl. 629 65 96 28

**MÉTODO FLASH BACK RICARDO BRU**  
Tl. 676 580 930

### 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**  
Tl. 678 90 60 05

### Naturopatía

**ISED MADRID FORMACIÓN**  
Tl. 91 539 44 00

### MEDICINA ALTERNATIVA NATURAL Y ESPIRITUAL

Consultas gratis

Se atiende todo tipo de problemas

**Tl. 655 998 395**

### Nutrición Ortomolecular

**TERESA PELÁEZ**  
Tl. 91 400 89 53

**ELENA PEREA - NUTRICIÓN HOLÍSTICA**  
Tl. 626 338 817

### Odontología natural

**DRA. CECILIA LEÓN**  
Tl. 91 128 56 15

**ISIDRO Y MÁRQUEZ**  
Tl. 91 128 86 86

### Oncología integrativa

**SALMAH, CENTRO  
ONCOLÓGICO INTEGRATIVO**  
Tl. 911 367 694

### Osteopatía

**EUTQUIANO ENJÉ**  
Tl. 686 101 589

### Psicología

**3CONTIGO** Tl. 911 367 694

**ADHARA PSICOLOGÍA**  
Tl. 639 135 102

**VICTORIA CADARSO TEAM- PSICOLOGÍA  
ENERGÉTICA**  
victoriacadarso.com



**SOFROLOGÍA**  
Depresión, Obsesiones,  
Anorexia, Ansiedad, Fobias,  
Ataques de Pánico  
**Dr. Adolfo Martínez-Conde**  
Médico Sofrólogo, Colg. 34.708.  
C/Ponzano, 89-1º Centro  
«M- Cuatro Caminos»  
**Tlfno.: 680 213 685**  
www.trastornoobsesivo.com

### PNL

**INSTITUTO POTENCIAL HUMANO**  
Tl. 91 533 52 90

**INSTITUTO ESPAÑOL DE PNL**  
Tl. 685 88 35 32

## Pedagogía

### KULTURO NATURA

Partido anarkista modera, ekologia kaj naturista.  
Ne militoj kaj aŭ terorismo, jes lego de paco, celoj



**kaj rimedoj moderaj: darma, bakti, raja kundalini, hata joga**

**Tel.: 636 76 73 35 www.culturatural.org**

### CULTURA NATURAL

Partido anarkista no violento ecológico y naturista.  
No guerras y/o terrorismo, si ley de paz, fines

**y medios no violentos; darma, bakti, raja kundalini, hata yoga**

**Tel.: 636 76 73 35 www.culturatural.org**

## Reflexología Podal

CARMEN BENITO Tl. 696 052 842

## Registros Akáshicos

MARÍA JOSÉ TRILLO Tl. 696 078 62



**ESCUELA DE REGISTROS AKÁSHICOS**

- Nivel I y Nivel II (Iniciación y apertura de canal)
- Maestría - Lecturas Individuales
- Profundización y Perfeccionamiento
- Formación para dirigir grupos.

Katia Domínguez (Kashmi Rayo de Luz)  
Psicóloga Clínica, Maestría Registros Akáshicos  
Tlf. 659.90.14.48  
www.registrosakashicosrashmi.com

## REGISTROS AKÁSHICOS

Inicio formación completa

Registros Akáshicos 2017/2018

16ª Promoción

Lecturas individuales - Talleres

Roberto Ortega Tl: 637 375 340  
www.estarenarmonia.es

## Reiki

CENTRO DE MASAJE MANUAL

Tl. 609 490 287

FUNDACIÓN SAUCE Tl. 91 591 99 95

ALIANZA ESPAÑOLA DE REIKI

Tl. 91 766 04 23

## Respiración/Rebirthing

CARLOS VELASCO Tl. 627 865 058



**CENTRO AILIM**  
91 777 66 72 centreasilim@aillim.es www.aillim.es  
Tienda Natural y Centro de Terapias Alternativas

### FORMACIÓN EN REBIRTHING Y TERAPIA REGRESIVA

Módulos de fin de semana, con prácticas en seco y agua y supervisión

**INICIO EN OCTUBRE**  
Presentación 12 Septiembre 19 h.

Información: aillim.es/2122/2143.html  
\*Para más información visita nuestra web\*

## Sanación

RECONNECTING - IRENE

Tl. 606 024 867

## Shiatsu

ESCUELA DE SHIATSU MASUNAGA

Tl. 918 041 997

## Restaurantes

EL VERGEL Tl. 91 547 19 52

ECOCENTRO Tl. 91 553 55 02

ESPACIO ORGÁNICO

Tl. 91 657 25 15

LA BIOTIKA Tl. 91 429 07 80

## Tai Chi

ESCUELA DE CULTURA TRADICIONAL

CHINA CHAN WU

Tl. 914 131 421



**TAI CHI "XIN YI"**  
Tl. 91 476 93 16 - 675 513 192

**SOFROLOGÍA TRANSPERSONAL**  
carlosmargar@inicia.es  
692 100 816

**PSICÓLOGA**  
CONSULTAS 605 201 809

## Tao

TAO CENTER

Tl. 639 453 789

## Terapia Floral

### TERAPIA FLORAL

www.concienciaesencial.com

Fernando Sánchez

Tl. 646 201 237

Terapia Sacrocraneal

## Terapia Floral



**CENTRO AILIM**  
91 777 66 72 centreasilim@aillim.es www.aillim.es  
Tienda Natural y Centro de Terapias Alternativas

### FORMACIÓN TERAPIA FLORAL BACH

Vivencial, tomando todas las esencias  
Con prácticas de visualización, PNL, y otras dinámicas para las esencias

**INICIO OCTUBRE**  
Presentación: 12 septiembre 19 h.

Información: aillim.es/2122/2143  
\*Para más información visita nuestra web\*

### Prevenir enfermedades Conservar la salud

Enfermera hospitalaria.

TERAPIA FLORAL INTEGRATIVA

Terapia Gestalt, Análisis transaccional

Eneagrama de la personalidad

MAESTRIA REIKI USUI.

Reflexología podal

También en SEFLOR

629 677 047

www.crecimientointerior.com

## TRCD



**CENTRO TRCD**  
FORMACIONES 2018-2019

### 1º NIVEL. GENÉTICA EMOCIONAL Y REJUVENECIMIENTO TRCD

Presencial. Inicio 20-21 Octubre

OPCIÓN ON LINE DE LA FORMACIÓN ES CONTINUADA. SOLICITARLA EN trcdfomacion@gmail.com

9144 830601 696 83 58 55

## Vacaciones

DEPURA IBIZA - RETIROS DETOX

depuiraibiza.com

VACACIONES DESCONECTA

Tl. 619 718 932

VACACIONES EN GREDOS

Tl. 927 57 07 25

## Yoga

SADHANA SÍNTESIS - DANILO HERNÁNDEZ

Tl. 91 413 82 38

SHADAK, RAMIRO CALLE

Tl. 91 435 23 28

SIVANANDA YOGA

Tl. 91 361 51 50

OM GANESHA YOGA

Tl. 916 475 660

UDANA YOGA

Tl. 696 477 446

CITY YOGA

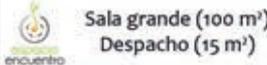
Tl. 91 553 47 51



**FORMACIÓN PROFESORES YOGA INTEGRAL**  
2018-19 PIDE INFORMACIÓN

YOGA ORGÁNICO  
www.yogapropio.org  
Tlf. 913105181 - MADRID

## Ventas - Alquileres



**Sala grande (100 m<sup>2</sup>)  
Despacho (15 m<sup>2</sup>)**



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

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

Centro de Terapias de Vanguardia

### ALQUILA:

- Salas de 20, 25, 50 m<sup>2</sup>
- Despachos

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

### VENDO PRECIOSA FINCA AUTOSUFICIENTE

A pie de río, a 1 hora y 15 de Madrid, en Burghondo. Casa-chalet totalmente reformada. Luz, agua corriente, 3.000 metros aproximados de parcela, huerta ecológica, frutales, pesca, senderismo, golf.

Enclave único. Oportunidad 124.000€  
Tl. 658 24 57 67

ALQUILER DE SALAS PARA YOGA, TAI CHI, 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

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 - METRO ALFONSO XIII Tl. 91 210 91 48

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

## Mensajes

### AMISTAD

Estoy soltero y me gustaría contactar con mujeres de cualquier edad, que le gusten los temas relacionados con la revista, para una bonita amistad.

Tlf: 653 210 133

Señora 69 años libre. Me gustaría conocer señor, en las mismas condiciones, entre 65 y 75 años, para amistad, y si surge, una relación en pareja, bienvenida sea. Que le guste leer, viajar y pasear. Llamar noches de 22 a 24 horas al

Tlf: 669 267 962

Señora de 69 años desea conocer señoras para amistad y salir a pasarlo bien, pasear, viajar e ir al cine y al teatro. Lo que acordemos entre todas. Llamar noches de 22 a 24 horas al

Tlf: 669 267 962

Somos un grupo mixto de Madrid entre 65 y 75 años que nos reunimos una vez por semana donde debatimos un tema, muchas veces relacionado con el amor y con los sentimientos profundos del ser humano y hacemos otras actividades. Si estás interesada o interesado llámame y te informo, seguro que encontrarás amigos y amigas y lo pasarás bien.

Tlf: 619279103. Jose

En Carabanchel, clases de Metafísica, gratuitas. Diferentes horarios. Asociación Psicológica Armonía. C/ Ocaña, 88. Metro Eugenia de Montijo. Tlf: 646 717 967

Chico de 50 años busca chica de 45 a 50 años que le guste viajar y hacer excursiones y conocer lugares nuevos como pueblos, ir a la montaña que sea aventurera, etc. Si eres una persona legal y te gusta lo que busco y compartir experiencias, por favor llámame y pregunta por Ángel que sean de Madrid por favor.

Tlf: 603 559 875 Te espero.



**Tienes mucho que ofrecer**

**Comunícalo**

Nuestros lectores están esperando tus propuestas para cuidar su salud y bienestar

**Anúnciate en Espacio Humano**

400 puntos de distribución en Madrid  
15.000 ejemplares de Tirada mensual  
Asesoramiento personalizado

**Revista Octubre**  
CIERRE 15 DE SEPTIEMBRE

**Promocionamos tu curso en web y Redes Sociales**  
FACEBOOK, INSTAGRAM, TWITTER

**Mailings**  
ESPECIAL FORMACIÓN 2  
Envío 20 de Septiembre  
INDIVIDUALES O EXCLUSIVOS  
En Octubre

**ESPACIO HUMANO** 91 311 79 21  
espaciohumano.com

**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

Señora más etnia: República, 1,21 Incl. IVA, 1,57 IVA Incl. Mujeres 18 años. ON Suave Apdo 622 17001 Ginebra

## ¿Quieres enviar un mensaje al tablón de anuncios?

1) Por e-mail ([info@espaciohumano.com](mailto: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.

## 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 Nº.....

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:.....

Nº de cuenta (IBAN + 20 dígitos).....

Enviar a  
**ESPACIO HUMANO**  
C/ Leñeros 52, Local 1  
CP 28039 Madrid  
o por email a  
[info@espaciohumano.com](mailto:info@espaciohumano.com)



**JAPONISMO**  
Erin Niimi Longhurst  
LIBROS CÚPULA

Gracias al **shinrin-yoku** (baños de bosque), la caligrafía, la ikebana (el arte del arreglo floral), la ceremonia del té y a su relación con la comida, los japoneses logran alcanzar la plenitud mediante el ejercicio de sus tradiciones, filosofías y artes. Este libro te explica cómo incorporar estos aspectos del Japonismo a tu día a día. Mejora tu estilo de vida y enriquece tu mente a través de la mirada accesible y práctica del wabi-sabi (la naturaleza efímera de la vida), el kintsugi (la reparación de la cerámica quebrada con oro) o el kaizen (técnicas de formación del hábito).



**8 CLAVES PARA ELIMINAR EL COMPORTAMIENTO PASIVO-AGRESIVO**  
Andrea Brandt  
ELEFTHERIA

Este libro proporciona los conocimientos, las herramientas y la práctica necesaria para cambiar el comportamiento pasivo-agresivo. Ofrece métodos eficaces para transformar la pasivo-agresividad en asertividad saludable a través de 8 claves: Reconozca su ira oculta, reconecte sus emociones a sus pensamientos, escuche a su cuerpo, establezca límites saludables, comunique asertivamente, reformule el conflicto, interaccione utilizando mindfulness y deshabilite el facilitador. Ofrece prácticos para ayudar a comprenderse mejor a sí mismos.

## DATOS...

■ **220 AÑOS**  
Japón siguió una política exterior asilacionista conocida como sakoku

■ **100 TARJETAS**  
con información práctica de la asana y su fotografía



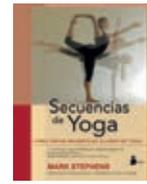
**GUÍA NATURISTA DE SALUD INFANTIL**  
Dra. Gema Rodríguez Rodríguez  
NATURAL EDICIONES

Esta es una **guía indispensable** para que padres y terapeutas conozcan una alternativa de tratamiento para las enfermedades infantiles y accidentes más frecuentes en la infancia, desde un punto de vista natural e integral. Actualmente, enfermedades que apenas tenían incidencia en la infancia han empezado a generalizarse y a convertirse en algo cotidiano. Alergias, infecciones crónicas, asma, dermatitis, diabetes..., se están extendiendo entre los niños de todas las edades. ¿Hay algo que se pueda hacer al respecto?



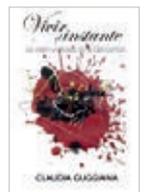
**DESPERTAD, HUMANOS, HA LLEGADO LA HORA**  
Suzanne Powell  
SIRIO

**Despertad, humanos constituye una llamada acuciante** a despertar a la verdad que somos. Tras recibir un mensaje canalizado por su hija de quince años, Suzanne se ha visto impulsada a transmitir con carácter de urgencia una petición a la humanidad: «Amaos los unos a los otros. No queda tiempo». Nos ofrece las claves para que podamos efectuar un cambio de conciencia que dote de pleno sentido a nuestras vidas. Al despertar entramos en contacto con la supermemoria, la cual nos brinda, en tiempo real, la información que necesitamos.



**CARTAS DE SECUENCIAS DE YOGA**  
Mark Stephens  
SIRIO

Este estuche incluye un **pequeño manual**, basado en el best seller de Mark Stephens Secuencias de Yoga, que explica los principios de secuenciación, y una baraja de 100 tarjetas. Las han sido codificadas por colores de acuerdo a la familia de posturas a la que pertenecen: apoyando los brazos, torsiones, posturas invertidas, flexiones posteriores, etc. Es la herramienta perfecta para diseñar tus propias clases de yoga de forma amena y creativa



**VIVIR EL INSTANTE**  
Claudia Guggiana  
ETERNITY EDICIONES

**La mayoría de los seres humanos** estamos anclados en la visión dual, la que nos ha servido hasta hoy para cultivar el intelecto y desarrollar la mente hasta el punto suficiente para la supervivencia, pero a partir de aquí, son nuevas las leyes que han de regir para seguir avanzando en nuestra evolución. El ser humano hoy, está en condiciones de dar un salto evolutivo hacia la visión unificada de la conciencia, una visión más sutil de la realidad que nos permitirá vivir de un modo nuevo. Aquí encontrará las claves.



## EVENTO

# 39 FORO DE LAS CIENCIAS ESPIRITUALES

Del 11 al 14 de Octubre. Entrada libre  
Lugar: Gran Vía, 13

Un foro donde poder encontrar la respuesta a esas dudas e inquietudes sobre el más allá y asistir en directo a una demostración de mediumnidad con Anne Germain, Mikel Lizarralde y Sergio Gozzi.

Talleres especiales que te pueden ayudar. Conferencias de Enrique de

Vicente, Ramiro Calle, Dra. Alicia Abellán, Fidel Delgado y Paloma Navarrete, entre otros

Además, pujas y bendiciones por los lamas tibetanos, conciertos de cuencos y gong, lecturas de vida, talleres y consultas con los mejores profesionales.

Asimismo, podrán disfrutar de un mercadillo mágico muy especial.

Más info: **C/ Gran Vía 13, ENTRADA GRATUITA** [almacuerpoymente.com](http://almacuerpoymente.com). Horario: de 11 a 14 h, y de 16,30 a 21h.

## EVENTO

# CONTIGO SOMOS + PAZ

Nos es grato compartir la convocatoria al encuentro Contigo Somos + Paz, organizado por la Fundación Ananta, que este año celebrará su XIII edición el domingo 23 de septiembre de 2018 a partir de las 11 de la mañana en el Teatro La Latina, Plaza de La Cebada 2, Madrid, con aforo para 950 personas.

Tendrá como ponentes en esta edición a Mayte Criado, Emilio Carrillo y Emilio Fiel "Miyó", que nos hablarán sobre su experiencia de cómo la paz interior es paso necesario para intentar contribuir paz al mundo. En el aspecto musical, contaremos con el grupo Shivaya Om.

El importe para asistir a este encuentro es de 7€. Los posibles beneficios se destinarán a financiar las Causas Solidarias de Fundación Ananta, de las que hay cumplida información en la web [fundacionananta.org](http://fundacionananta.org)

El acto durará hasta las 14 horas y se abrirá la taquilla a las 9,30am y las puertas a las 10.

Más info: [fundacionananta.org](http://fundacionananta.org)

**Entradas disponibles:**

**Anticipadamente en EcoCentro C/ Esquilache, 2 Madrid**

**Taquilla del teatro La Latina (Plaza de la Cebada, 2) el día del evento (abre a las 9:30)**

## MÚSICA

**VIAJE SONORO MEDITATIVO CON CUENCOS DE CUARZO, TIBETANOS, FLAUTA, SHRUTI, ARMÓNICOS**

Miércoles 11 de julio  
Hora: 19.00 Lugar: Centro Ailim  
+ info Tl. 91 777 66 72 [ailim.es](http://ailim.es)

**KIRTAN PIZZA**

Todos los sábados  
Centro Hare Krishna, Espíritu Santo, 19, local, bajo izq. 28004 Madrid (Metro Tribunal) -

Organiza: Instituto de Estudios Bhaktivedanta  
De 18:30 a 19:30: Kirtan con instrumentos clásicos de la India

A las 19.30 h.: Pizza vegetariana (opción vegana)  
Entrada libre hasta las 19h.

+Info 648 93 18 85 [iebhaktivedanta.es](http://iebhaktivedanta.es)

**Y ADEMÁS**

**FESTIVAL DE LAS CARROZAS**

**'RATHA VATRA'**

Sábado 8 de septiembre

Es un Festival que se realiza sólo una vez al año y tiene lugar por las calles del centro de Madrid.

Salida a las 18:30 desde el Centro Hare Krishna, C/ Espíritu Santo, 19, local, bajo izq. 28004 Madrid (Metro Tribunal)

+Info 648 93 18 85 [iebhaktivedanta.es](http://iebhaktivedanta.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](mailto:contacto@espaciohumano.com)  
[espaciohumano.com](http://espaciohumano.com)

## OFERTAS

BUSCA EL ANUNCIO PARA + INFO

**THE INNER KEY**

150€ de descuento en las 10 primeras inscripciones del Curso de Desarrollo Personal

**CENTRO AILIM**

Sesión con técnicas metamórfica y test Flores de Bach.

Bonos regalo

Sesiones 1 hora: 30€ (no incluye preparado floral)

**CENTRO FLOR DE LIS**

Constelaciones familiares: representaciones gratuitas en Jornadas de puertas abiertas

**HOGO**

Gratis un diagnóstico de la piel.

**EL VERGEL**

20% de descuento en una selección de productos, comprando más de una unidad

**CASI NATURAL**

Del 1 al 30 de septiembre primera sesión de Terapia Biomagnética 10% de descuento

**COFENAT**

25% de descuento en la cuota anual de socio

# XIII contigo somos m+ s paz

**Domingo 23 Septiembre 2018**

Horario del evento: 11 - 14 h

Lugar del evento: Teatro La Latina

Plaza de la Cebada 2, Madrid

**Entradas disponibles en Ecocentro: 7 €**

Esquilache 2-12, Madrid - 915 53 55 02

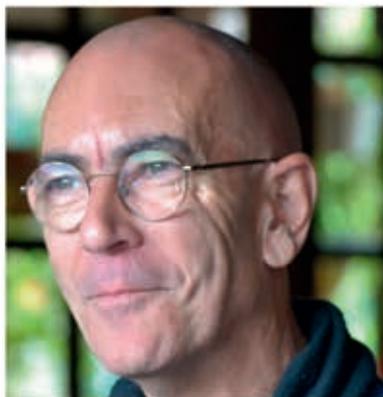
Organiza:



Patrocina:



EMILIO FIEL "MIYO"



EMILIO CARRILLO



MAYTE CRIADO



SHIVAYA OM

**Supermercados Ecológicos**

"Más de 15 años vendiendo salud"

**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



Comparte y Ahorra comprando **MÁS** de una unidad en una selección de productos con descuentos especiales de hasta el **20%**

Los productos con descuento especial a partir de la compra de un determinado número de unidades muestran el precio final. No se aplican descuentos de la Tarjeta de Cliente. Descuentos no acumulables.

**FÓRMATE CON NOSOTROS**  
 en el Instituto de Estudios Naturales El Vergel



**NATUROPATÍA**



**KINESIOLOGÍA**



**HERBODIETÉTICA**



**ACUPUNTURA PRÁCTICA**



**HEALTH COACHING**



**FORMACIÓN DOULAS COACHING EN MATERNIDAD**



**REFLEXOLOGIA PODAL Y MICROSISTEMAS**