

Abracadabra

radio
Magazine

vamos por el
40
año

NO. 30 // OCTUBRE // REVISTA TRIMESTRAL



Dirección Responsable de Edición y Arte
Patricia Tanus

Colaboración:
MaryAndy
Flor Tanuz
Manuel Spinosa
Yazz Lira
Angélica Palacio García
Marisol Prado
Claudia Bribiesca

ABRACADABRA RADIO MAGAZINE.
Año 4 No. 30
Revista Digital Mensual.

Mail: patricia@abracadabraradio.mx

Reserva de Derecho
Queda estrictamente prohibida
la reproducción total
o parcial de los contenidos
e imágenes de la publicación sin previa
autorización de los Editores y Colaboradores
de la Revista Abracadabra Radio Magazine.

Esta revista solo expresa la opinión de
los autores de los artículos. Nosotros no somos
responsables ni asumimos las opiniones
expuestas en los artículos.

5 Nota Editorial

6 Herramientas poderosas de
kabbala

10 El otoño y el reiki

15 Emociones-Decisiones

19 Flores de Bach

24 Libérate de los remordimientos

27 Dios si existe

31 Nutrición para el Alma para tus
pequeños



habla *Arte* *

CON KARLA CEREZO

LUNES 20:00 HRS.

CULTURA, ESPECTACULOS, ARTE,
DISEÑO DE IMAGEN Y HOGAR



Reconocer

CON ALEJANDRO MADRIGAL

MARTES 11:00 HRS.

ESPIRITUALIDAD Y
DESARROLLO HUMANO



Vida y TRABAJO

Victor Manuel Huacuja comparte...

MARTES 20:00 HRS.

COACHING EMPRESARIAL
Y PERSONAL



¿TE GUSTARIA PARTICIPAR COMO CONFERENCISTA EN EL FESTIVAL ALAS DE LUZ?

TE INVITAMOS A SER PARTE DE ESTE GRAN PROYECTO
LUGAR Y FECHA: 3 Y 4 DE DICIEMBRE DE 2016 EN LA CIUDAD DE QUERÉTARO, QRO

TE OFRECEMOS UN ESPACIO PARA EXPONER TU TRABAJO, TUS HERRAMIENTAS Y/O
TECNICAS EN UNA CONFERENCIAS MAGISTRAL CON UNA DURACIÓN DE 1:15 MINUTOS
CON UN FORO DE 80 A 90 PERSONAS

TE HACEMOS PARTICIPE DEL 40% DE LOS INGRESOS RECAUDADOS POR LAS ENTRADAS A LA
CONFERENCIA, TAMBIEN TE OFRECEMOS LA DIFUSIÓN DE TU TRABAJO POR MEDIO DE LA
FAN PAGE DEL FESTIVAL Y LA PAGINA OFICIAL, ASI COMO PUBLICIDAD IMPRESA Y DIGITAL
PARA PROMOCIONAR TU CONFERENCIA.

TE PEDIMOS NOS ENVIES VIA CORREO ELECTRONICO TU CURRICULUM, TITULO DE TU
CONFERENCIA, UNA PERQUEÑA RESEÑA DE LA MISMA, UNA FOTOGRAFIA TUYA (EN
FORMATO DIGITAL), ASI COMO TAMBIEN SI TIENES ALGUN REQUERIMIENTO EN CUESTION
DE LOGISTICA PARA EL DESARROLLO DE TU PONENCIA.

CONTACTA CON NOSOTROS



Festival Alas de Luz



festivalalasdelluz.com



festivalalasdelluz@gmail.com



En este número de nuestra revista tengo varios puntos importantes que compartir contigo. En primer lugar, esta nuestro nuevo formato de publicación, pues hemos tenido la necesidad de realizar publicaciones trimestrales, lo que ahora nos dará oportunidad de compartir contigo 4 números de revista al año. Y hablando de 4 números, pues te cuento que estamos arrancando ya con el 4º año de la revista, y eso nos pone de manteles largos, y por qué no celebrar juntos con esta tan enriquecedora publicación.

Por otro lado, me es grato anunciarte que, dentro de la programación en la estación de radio, tenemos nuevos programas que seguro enriquecerán tu día a día, así que recuerda escucharnos diariamente en www.abracadabraradio.mx

Por último y no menos importante, tenemos un nuevo colaborador en la revista, esperamos que sus aportaciones nutran tu alma y corazón.

Recuerda que el compartir nos enriquece, así que lee, ¡opina y comparte!!!

Yo Soy Patricia Tanus :: Ausra ::
La luz sea contigo

**HERRAMIENTAS
PODEROSAS DE**

Kabbalah

POR: MARYANDY



HERRAMIENTAS PODEROSAS DE KABBALAH

La Kabbalah significa "recibir" y es una sabiduría antigua que revela cómo el universo y la vida funcionan, a través de esta sabiduría se nos enseña una serie de tecnologías (o herramientas) que, si se usan apropiadamente, pueden eliminar caos e incrementar la satisfacción en nuestras vidas y en el mundo entero, para utilizar estas tecnologías, uno sólo debe estar dispuesto a aprenderlas y a aplicarlas.

Una de las herramientas que se emplean dentro de la kabbalah son **las Letras Hebreas** que son una herramienta, que a simple vista son solo unas grafías muy sencillas pero en realidad en ellas se albergan profundos secretos, el alfabeto hebreo consta de 22 letras, visualizar cada letra tiene un efecto muy poderoso y te conecta con el lenguaje de tu alma, la vibración de cada letra es capaz de armonizar una parte diferente del cuerpo humano, existe la combinaciones de tres letras, que con ellas se formaron los **72 nombre de Dios**, los cuales son otra herramienta altamente poderosa, el simple escaneo constante de estas combinaciones realiza una conexión espiritual infinita con el ADN de tu alma, solo debes pasar tus ojos sobre cada letra de derecha a izquierda; cada letra tiene una

כחה TAV HEH KAPH DESACTIVANDO ENERGÍAS NEGATIVAS Y ESTRÉS	אבא ALEPH KAPH ALEPH EL ADN DEL ALMA	ללה HEH LAMED LAMED ESTADO DE ENSUEÑO	מהש SHIN HEH MEM CURACIÓN	עלם MEM LAMED AYIN ELIMINANDO PENSAMIENTOS NEGATIVOS	סיט TETH YOD SAMEKH HACIENDO MILAGROS	ילי YOD LAMED YOD RECAPTURANDO LAS CHISPAS DE LA VIDA	והו VAV HEH VAV VIAJE EN EL TIEMPO
הקם MEM GOFH HEH DESACIENDO DE LA DEPRESIÓN	הרי YOD BETH HEH VISIÓN DE LARGO ALCANCE	מבה HEH BETH MEM ADIÓS A LAS ARMAS	יזל LAMED ZAIN YOD EL PARAISO EN LA TIERRA	ההע AYIN HEH HEH AMOR INCONDICIONAL	לאו VAV ALEPH LAMED DISIPANDO LOS VESTIGIOS DEL MAL	אלד DALETH LAMED ALEPH LAS MIRADAS PUEDEN MATAR	הזי YOD ZAIN HEH INFLUENCIAS ANGELICALES
חהו VAV HEH CHETH CELOS	מלה HEH LAMED MEM DETENER LA ATRACCIÓN FATAL	ייו YOD YOD YOD ERADICAR LA PLAGA	נלך KAPH LAMED NUN VICTORIA SOBRE LAS ADICIONES	פהל LAMED HEH FEH COMUNICÁNDOSE CON DIOS-DIOSA	לוו VAV VAV LAMED FERTILIDAD	פלי YOD LAMED KAPH EL GRAN ESCAPE	לאו VAV ALEPH LAMED EL GRAN ESCAPE
ושר BETH SHIN VAV RECUERDOS	לבב BETH KAPH LAMED CONCLUIR LO QUE COMIENZO	אום MEM VAV ALEPH CONSTRUYENDO PUENTES	ריי YOD YOD BETH ELIMINANDO EL ODO	שאה HEH ALEPH SHIN ALMA GEMELA	ירת TAV RESH YOD COMPAÑERA SILENCIOSA	האא ALEPH ALEPH HEH ORDEN A PARTIR DEL CAOS	נתה HEH TAV NUN DECIR LO QUE SE PIENSA
ייו ZAIN YOD YOD ACIENDO LAS PALABRAS CORRECTAS	רהע AYIN HEH RESH DIAMANTE EN BRUTO	העם MEM AYIN CHETH SISTEMA DE CIRCUITOS	אני YOD NUN ALEPH EL CUADRO COMPLETO	מנד DALETH NUN MEM SIN TEMOR	פוק GOFH VAV KAPH ENERGÍA SEXUAL	להח CHET HEH LAMED OLVIDARSE DE SÍ MISMO	יחו VAV CHET YOD REVELANDO EL LADO OSCURO
מיה HEH YOD MEM UNIDAD	עשל LAMED SHIN AYIN TRANSFORMACIÓN GLOBAL	ערי YOD RESH AYIN CERTeza ABSOLUTA	סאל LAMED ALEPH SAMEKH EL PODER DE LA PROSPERIDAD	ילה HEH LAMED YOD SUAUIZANDO LOS AVUCOS	וול LAMED VAV VAV DESAFIANDO LA GRAVEDAD	מיד KAPH YOD MEM REVELANDO LO OCULTO	ההה HEH HEH HEH AUTOESTIMA
פוי YOD VAV FEH DISIPANDO LA IRA	מבה HEH BETH MEM DEL PENSAMIENTO A LA ACCIÓN	נית TAV YOD NUN LA MUERTE DE LA MUERTE	ננא ALEPH NUN NUN SIN AGENDA	עמם MEM MEM AYIN PASIÓN	החש SHIN CHETH HEH SIN CULPA	דני YOD NUN DALETH LO SUFFICIENTE FÍSICA ES SUFFICIENTE	והו VAV HEH VAV FELICIDAD
מחי YOD CHETH MEM PROYECTÁNDOME BAJO UNA LUZ FAVORABLE	ענו VAV NUN AYIN APRECIACIÓN	יהה HEH HEH YOD PADRES EDUCADORES, NO PREDICADORES	ומב BETH MEM VAV AGUA	מצר RESH TZADOK MEM LIBERTAD	הרח CHETH RESH HEH CORRECCIÓN LINGÜÍSTICA	ייל LAMED YOD YOD DEJANDO IR	נמם MEM MEM NUN ESCUCHANDO NUESTRA ALMA
מום MEM VAV MEM PURIFICACIÓN ESPIRITUAL	היי YOD YOD HEH PROFECÍA Y UNIVERSOS PARALELOS	יבם MEM BETH YOD RECONOCIENDO LA REALIDAD BAJO EL DESORDEN	ראה HEH ALEPH RESH PERDIDO Y ENCONTRADO	חבו VAV BETH CHETH CONTACTANDO A ALMAS QUE PARTIERON	איע AYIN YOD ALEPH GRANDES EXPECTATIVAS	מנק GOFH NUN MEM RESPONSABILIDAD	דמב BETH MEM DALETH RESPECTO A DIOS-DIOSA

función específica, la primera es una carga positiva, la segunda una carga negativa y la tercera es un cable a tierra, que activan la luz en tu interior y conectan con un nivel de conciencia específico, es algo muy parecido al funcionamiento de un foco para poder encender. Te comparto la tabla de los 72 nombres de Dios para que diariamente hagas un escaneo y dejes fluir esta energía de conexión hacia tu interior.

Otra de las herramientas es el uso de los **42 nombre de Dios** o mejor conocida como la oración del Ana B'koach es una oración muy poderosa, de 7 líneas cada una de ellas nos conecta con un nivel de conciencia.

1era línea. - Conecta con el poder de la unidad

2da línea. - Apaga nuestro sistema reactivo

3era línea. - Abre las puertas del sustento y la abundancia

4ta línea. - Nos otorga el poder de la Perseverancia

5ta línea. - Abre nuestro sexto sentido

6ta.línea. - Impacto de nuestra proactividad a la masa critica

7ta.línea. - Nos otorga el rejuvenecimiento (físico, emocional y espiritual).

Te invito a leer el número 17 de la revista abracadabra, ahí se encuentra una nota

אבג יתן	אנא בכוח, גדלת ימיןך, תתיר צרורה	חסד
	TSERURA TATIR ,YEMINEKHA GEDULAT ,BEKOACH ANA	Chesed
קרע שטן	קבל רנת, עמך שגבנו, טהרנו נורא	גבורה
	NORA TAHARENU ,SAGAVENU AMEKHA ,RINAT KABEL	Gevurah
נגד יכש	נא גבור, דורשי יוודך, כבבת שמרם	תפארת
	SHOMREM KEVAVAT ,YICHUDEKHA DORESHE ,GIBOR NA	Tiferet
בטר צתג	ברכם טהרם, רוזמי צדקתך, תמיד גמלם	נצח
	GOMLEM TAMID ,TSIDKATEKHA RACHAMEI ,TAHAREM BAREKHEM	Netsach
חקב טנע	וזסין קדוש, ברב טובך, נהל עדתך	הוד
	ADATEKHA NAHEL ,TUVEKHA BEROV ,KADOSH CHASIN	Hod
יגל פוק	יויד גאה, לעמך פנה, זוכרי קדשתך	יסוד
	KEDUSHATEKHA ZOKHEREI ,PENEH LE-AMECHA ,GE-EH YACHID	Yesod
שקו צית	שויעתנו קבל, ושימיע צעקתנו, יודע תעלמות	מלכות
	TA-ALUMOT YODE-A ,TSA-AKATENU USHMA ,KABEL SHAV-ATENU	Malkhut
בשכמלו	ברוך שם כבוד מלכותו לעולם ועד:	כלתש
	VA-ED LE-OLAM MALKHUTO KEVOD SHEM BARUKH	Whispered

con información más amplia acerca de los 42 nombres de Dios.

Otra herramienta que se considera la herramienta física **más elevada de conexión espiritual**, es el escaneo del **Sónar, o también llamado el Libro del Esplendor**, es el libro central de la kabbalah , se encuentra en su totalidad escrito en arameo, fue escrito por Rav Shimón bar Yójai mientras estuvo escondido durante trece años en una cueva en las montañas de Galilea con su hijo Elazar, hace dos mil años; se escondió allí después de haber sido sentenciado a muerte por los romanos; después de darse a conocer el Zohar durante la generación de Rav Shimón, el Zóhar estuvo oculto durante 1.200 años, más tarde se llevó a la luz pública en España por parte de Rav Moisés de León hace más de 700 años y posteriormente fue revelado a través de los kabbalistas de Safed y el sistema de Luriánico de Kabbalah hace más de 400 años, época donde solo los eruditos del tema podían tener acceso al Zohar, es hasta hace aproximadamente 40 años

que se ha difundido el Zohar a todo el mundo, gracias al trabajo y mérito del Rav Berg.

Los Kabbalistas, explican que al simplemente estar en posesión de un Zóhar traemos poder, protección y plenitud a nuestra vida, al escanear las páginas se establece una conexión profunda con la Luz del Creador, el escaneo diario del Zóhar escrito en arameo incluso sin ningún intento de entenderlo, llenará nuestra conciencia de Luz, llevándonos hacia actitudes proactivas que nos proporcionaran bienestar y plenitud verdadera estableciendo, una conexión a nivel metafísico con el propósito de nuestra alma.



MaryAndy

Angeloterapeuta Certificada
Columnista de Abracadabra Radio Magazine
maryandys@hotmail.com



el OTOÑO y el *Reiki*

POR: FLOR TANUZ

EL OTOÑO Y EL REIKI

Desde el punto de vista energético y místico, cada estación del año tiene su propia esencia y encanto, sin embargo, el otoño es especialmente mágico, ya que es el inicio del cambio, de la renovación y del desprendimiento.

Es una época en donde los sueños que se crearon en la primavera y se lograron en el verano, traerán a los individuos nuevas ilusiones, nuevas formas de pensamiento e incluso de añoranza por los tiempos pasados. Se comienza a tener una sensación de duelo por lo que ya pasó.

El olor a tierra mojada nos invita a los recuerdos de tiempos pasados e incluso de épocas pasadas en otras vidas, donde la cercanía con la naturaleza era más plena. Damos paso a activar nuestros sentidos con los aromas y colores del otoño y dejamos que nuestra esencia se llene de una vibración de renovación, dando paso a querer deshacernos de lo que ya no sirve, dejando volar las emociones y experimentar una conexión divina con nuestro interior.

En esta época de añoranza es necesario avivar el fuego de nuestro corazón, mantener activo nuestro plexo solar, para mantener la alegría, ya que con el caer de las hojas de los árboles, los colores ocres, podemos incurrir en un poco de depresión.

Es aquí donde Reiki puede apoyarnos en mantener el equilibrio necesario ya que el pensar en "soltar" puede generarnos dolor, en despegarnos de todo lo viejo y querer reescribir nuestra historia, por lo que necesitamos una guía que nos oriente, que nos haga sentirnos fuertes y pisar con paso firme hacia ese nuevo camino.

De acuerdo a la filosofía china, la energía está relacionada con nuestro cuerpo, mente y espíritu y cada época está regida por los 5 elementos, que interactúan en forma constante con el ser humano. Los elementos son la Madera, el Fuego, la Tierra, el Metal y el Agua y todos están relacionados e interactúan en forma constante, manteniendo la armonía en la vida de todo ser vivo. La época de otoño está regida por el elemento metal y este elemento generalmente está relacionado con la tristeza profunda, la melancolía, afectando los pulmones, que controlan el Qi (energía vital) de todo el cuerpo; son los que purifican el aire y el órgano que de acuerdo a la filosofía china está asociado con el pulmón es el intestino grueso, por lo que al estar en este estado de ánimo se pueden producir estreñimiento o bien diarrea.

Por lo tanto, es indispensable reforzar el elemento metal en cada uno de nosotros, para poder equilibrar nuestra energía y atrevernos a desprendernos de cosas materiales o sentimentales o incluso emocionales. Con el Reiki podemos encontrar la forma de equilibrar nuestra energía (Qi o Chi), así como guiarnos en tener una

introspección y aislarnos de los demás en forma positiva. Reiki nos puede ayudar en los procesos de meditación, de relajación y de expresar nuestras emociones de manera equilibrada, ya que la sensibilidad estará a flor de piel.

Con una terapia de Reiki podemos lograr sentir la bella esencia de los sabores, fragancias, tonalidades naranjas ocre y sonidos del otoño, para gozar de esta época de cambio y de nuevos comienzos. Una de las formas en que el especialista en Reiki nos puede apoyar en una sesión es equilibrando nuestro chakra raíz y el chakra sacro, activando nuestro chakra del Plexo Solar, además de realizar una limpieza energética de nuestros pulmones para no albergar dentro de ellos tristeza profunda que pueda afectar nuestra salud.

El terapeuta de Reiki, seguramente equilibrará con diversas herramientas y técnicas la energía de nuestros pulmones y de nuestros Chakras, para mantener nuestra salud en forma integral. Además, nos puede guiar en una bella meditación para ese encuentro con nosotros mismos y con la naturaleza plena del otoño. Nos puede guiar a un bosque o a un lugar especial para vivir la esencia de la vida misma, visualizando el mejor momento y lugar donde podamos sentirnos plenos y conectar con nuestro Ser, ya que la época de Metal nos hace sentirnos sin tiempo, como seres eternos.

Con Reiki podemos reencontrarnos con nosotros mismos, en un ambiente de calma interior, para poner en orden nuestras ideas, reforzar nuestra esencia y encontrar el nuevo camino y prepararnos energéticamente para la época de invierno, en forma plena, equilibrada y saludable.

Quieres saber más, busca la información en nuestra siguiente publicación de Reiki.

Namasté

Flor Tanuz

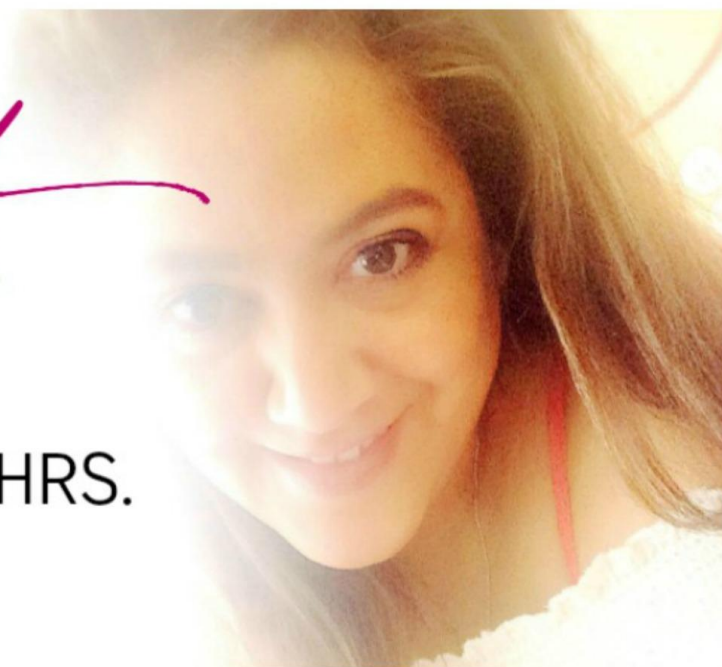
Shihan Gendai Reiki Ho, Master en Reiki
Directora de la Casa de la Energía Universal
Colaboradora de Abracadabra Radio Magazine
casaenergiauniversal@outlook.com

Por un Momento

CON PATRICIA TANUS

MARTES 2 1:00 HRS.

DESARROLLO HUMANO,
KABALAH Y PNL



Angeles compartite

CON ANGELES MANZANARES

MIÉRCOLES 1 1:00 HRS.

FINANZAS PERSONALES, YOGA
Y TEMAS PARA LA MUJER ACTUAL



NUTRICION Para el Alma

CON MARISOL PRADO Y CLAUDIA BRIBIESCA

MIÉRCOLES 19.00 HRS.

NUTRICIÓN
Y TERAPIAS
ALTERNATIVAS



contacto@abracadabraradio.mx

**fuera el estrés
y dolores musculares**

AROMATERAPIA arriba el ánimo

**una opción para
cada necesidad**

alcanza tus metas

**activa tu
sabiduría interior**

REIKI

**revitaliza tu
energía y sana
tu cuerpo**

Un espacio de Luz y Bienestar

**Citas al 044.55.5431.9673 o
flor@idcomservicios.com.mx
www.casaenergiauniversal.mex.tl**

Tel: 5768 5288

síguenos!!!

Soluciones Creativas en Diseño y Publicidad

Av. De las Torres No. 115-B Col. Arboledas del Sur,
Del. Tlalpan, México, D. F., C. P. 14376

web: www.solucionesenpublicidad.mx

Angélica Palacio García
**Terapias de Sanación Angelical,
Lectura de Cartas y Reiki.**

Queretaro, Qro. // angelik326@hotmail.com

EMOCIONES - DECISIONES

POR: ANGELICA PALACIO GARCIA



EMOCIONES- DECISIONES y fin del año 2016

**Cuando uno tiene una FE inquebrantable, puede conseguir lo que sea.
La vida se convierte en maravillosa y milagrosa!**

Sólo te pedimos Fe, en ti, en la vida, en los procesos, en lo que sientes, en lo que crees, en lo que sueñas, en lo que te impulsa, en lo que amas y en lo que no amas, fe en que tu vida puede ser maravillosa y milagrosa si así te lo permites. Se cierra un año, COMIENZA AHORA a integrar la fe en un mejor, maravilloso e inolvidable presente. 2017 Bienvenido seas con todo lo que mejor que puedas.

Estamos por concluir y finalizar uno de los años más transformadores e intensos que hayamos vivido en los últimos tiempos; movimientos energéticos, terrenales y espirituales, aperturas, duelos, muertes, despedidas y muchas emociones alteradas. Eclipses solares y lunares, Solsticios, Equinoccios, Portales. Con toda esa energía en movimiento, no nos queda de otra que MOVERNOS; si no lo elegimos con consciencia, la vida elige por nosotros.

Los ciclos se concluyen dando paso a una valiosa oportunidad de aprender, hacerlo diferente y lograr vivir de una manera más equilibrada, aunque nos duela, este nuevo orden trae consigo la paz y la armonía al corazón si elegimos vivirlo sin sufrimiento; soltando constantemente las emociones y viviendo con mucha atención en el presente, todo comienza a tener una nueva forma, se está alienando un nuevo nivel de consciencia y cada persona tomará el lugar que por correspondencia vibratoria y por esencia tenga que vivir para seguir creciendo y evolucionando, sin más pausa, todo aquí.

Sólo respira mientras pasa. Trata de sentir tu cuerpo con mayor naturaleza e intuición, escucha las señales que te da y anticipa que una emoción se pueda compartir en un bloque o enfermedad. Lo puedes evitar. Escribe constantemente sobre cómo te sientes, honra con honestidad tus emociones y expresa a los otros sin esperar cada emoción, la manera de reaccionar depende siempre de tu percepción, conocimiento y manejo de ti, no tienes que vivir una emoción de manera compulsiva sino sentirla y poderla expresar sin embargo trata de no acumular esas emociones negativas como el miedo, la tristeza, el enojo, la culpa y el asco; porque van generando profundos vacíos.

Miedo, tristeza, enojo, culpa, asco; en mayor o menor medida, cada día, por todos tus cuerpos, especialmente mental, físico, lo resumo como un coctel que sube y baja por el cuerpo, generando cualquier cantidad de sensaciones y respuestas con la vida. El análisis emocional es intenso y tendríamos que revisarlo para comprender en donde hemos estado enfocando el mayor tiempo de nuestra energía y cómo hemos actuado cuando sentimos. Responde a las

preguntas con honestidad y una mano en el corazón, entonces podrás soltar y agradecer por todo.

Como terapeuta recibí y atendí procesos de muchas crisis a lo largo de los meses y mucha confusión mental y con cada paciente comienzo por hacer un diagnóstico de que tanta intensidad esas emociones estaban presentes; de los resultados más frecuentes es el enojo y el miedo, nos enojamos porque juzgamos y nos detenemos a tomar decisiones por el miedo, entonces en ese vaivén no avanzamos. Toca aprender a reconocer estas emociones y darle la cara, de manera que sepamos que existen pero no determina tu existencia.

Te presento una serie de preguntas que te pueden ayudar a orientar e identificar tus estados emocionales, conocerlos; de manera que puedas sentir sin temor y puedas vivir sintiendo sin necesidad de estacionarte en una sola emoción. Si este fue un año donde se te puso a prueba cada día de múltiples formas y te insistió en moverte, en cambiar, trascender e ir más allá de todo lo que tienes como real y no has podido, o solo en parte, responder esto te puede facilitar realizar los cambios y comenzar de nuevo.

Cómo te sientes hoy? Qué has estado pensando últimamente? en qué o quien piensas? Qué emoción estás sintiendo? miedo? enojo? tristeza? culpa? asco? De 1 a 5 cuánto es el nivel de enojo, tristeza, miedo... que sientes, siendo 5 muy enojado?

Qué te hace salir de tu centro? Lo has identificado?

Qué o quién te hace enojar? Qué o quién te produce tristeza? a qué le tienes miedo? te sientes culpable de algo? o no merecedor?

Pregunta ahora mismo a tu interior, respira y escucha tu corazón, siente cómo te estás sintiendo mientras te preguntas y respira mientras contestas; cada emoción tiene un lugar muy importante y entre más rápido aprendemos a identificarlas, sentirlas, darle lugar, abrazarlas y permitir las, más rápidamente podemos salir de cualquiera de estos estados.

El enojo lo sana la aceptación de las cosas como son, sin más ni menos. La tristeza la sana vivir en el presente y agradecer por todo. La culpa se libera cuando reconoces lo valioso que eres y mereces. y el Miedo se traspasa cuando realizas pequeñas acciones y te ubicas en el aquí y el ahora.

Con la práctica y el amor puedes sentir que cada vez es más rápido salir de estas emociones y entonces te abres de par en par a recibir las bendiciones que te MERECE.

Este año estaba dispuesto a darte TODO; pero estas emociones bloquearon o limitaron tus manifestaciones, estás dispuest@ ahora tu a sentir lo mismo, de la misma forma? o te permites soltar, comprender y aceptar tu vida para que todo pueda fluir libremente y entonces no te detengas.

La comprensión de que somos nosotros los que pensamos y sentimos y que podemos transformar esos pensamientos y sentimientos puede servirnos mucho para liberar y sanar. Una emoción puede destruir una persona, pero también la puede impulsar a ser mejor, responder mejor y clarificar el panorama para transformarlo.

Sólo siente y escribe: Qué te falta por cerrar? en este 2016 y ponte unas tres metas claras, priorizando lo que quieras hacer Qué te falta por abrir? la apertura a la vida, los sueños, las relaciones y todo aquello que quieras florecer te está esperando Qué te falta por permitirte? viajes, pareja, amigos, descanso, nuevos trabajos. etc.

Tienes vida, tiempo, oportunidades y diferentes escenarios para sanar, recoge valor para CAMBIAR y prepárate para vivir un 2017 con una nueva ruta emocional, conoces que también puedes vivir alegría, amor, gratitud, esperanza, sonrisas y magia? entonces sólo abre tu corazón a recibir estas emociones, tu salud, tu mente y todo tu ser lo agradecerá.

Angélica Palacio García

AngelicAlas

Angeloterapeuta Certificada
Columnista de Abracadabra Radio Magazine
angelik326@hotmail.com

FLORES DE BACH

POR: MARISOL PRADO



FLORES DE BACH

Las Flores de Bach son unos preparados florales artesanales que se utilizan como terapia alternativa para tratar distintas afecciones emocionales. Esta terapia fue desarrollada por el Dr. Edward Bach a principios del siglo pasado. Edward Bach fue médico clínico, cirujano, especialista en el sistema inmunológico y más tarde convertido a la homeopatía cuyos estudios e investigaciones le llevaron a concluir que cualquier enfermedad tiene un origen emocional que, si persiste en el tiempo, terminará por debilitar el sistema inmunológico y con ello favorecerá la aparición de distintos tipos de enfermedades. Según su teoría, las flores de Bach trabajan sobre el campo emocional de las personas, sanando aquellos campos que debilitan el sistema inmune, por lo que si se restablece el equilibrio emocional, también se restablecerá la salud.

Beneficios de las Flores de Bach

Las flores de Bach tienen múltiples aplicaciones:

- Para resolver enfermedades que tienen un origen emocional, mental o psicosomático.
- En los niños suelen ejercer un efecto más potente que en las personas adultas.
- Las flores de Bach también se utilizan en animales y plantas (cuando se ven expuestas a cambios o condiciones adversas).
- Las flores de Bach están indicadas en personas de cualquier edad o condición, sanas o enfermas y no se conocen contraindicaciones al tomar medicamentos u otras sustancias terapéuticas.

Qué flores tomar

A la hora de elegir las flores que vamos a tomar, podemos recurrir a un terapeuta especializado, o implicarnos investigando sobre los efectos de cada flor y elaborar nuestra propia mezcla. Para ello, es necesario revisar la lista de los 38 remedios y sus efectos. El Dr. Bach aconsejaba que no se tomaran más de siete flores en la mezcla de tratamiento, por lo que, si nos vemos reflejados en numerosos síntomas o aplicaciones de las distintas flores, lo mejor es priorizar y determinar qué problemas son los más importantes o con qué rasgos nos sentimos más identificados hasta completar las siete flores que conformarán nuestra mezcla. A continuación te mostramos una secuencia muy resumida de los efectos y aplicaciones de cada flor:

- Agrimony: Ocultar preocupación tras una máscara de alegría.
- Aspen: Miedo a lo sobrenatural y a la muerte.
- Bee: Intolerancia, arrogancia, crítica desmedida.
- Centaury: No saber decir "no".
- Cerato: Buscar la aprobación y consejo o aceptación de los demás.
- Cherry Plum: Miedo a perder el control, ataques de terror, miedo a la locura.
- Chestnut Bud: Incapacidad para corregir y aprender de los errores.
- Chicory: Sobreprotección y dominación egoísta.
- Clematis: Soñar en exceso sin vivir en la realidad.
- Crab Apple: Terror a estar sucio, a contaminarse a ser impuro.
- Elm: Exceso de responsabilidades, colapso.
- Gentian: Pesimismo, depresión, flaqueza, desesperanza.
- Gorse: Cuando se ha perdido la esperanza del todo.
- Heather: Egocentrismo desmedido, cuando todo gira entorno a uno mismo.
- Holly: Celos, envidia, rabia, odio, rencor.
- Honeysuckle: Anclarse en el pasado sin vivir el presente.
- Hornbeam: Agotamiento psicológico y físico.
- Impatience: Impaciencia, soledad, ansiedad.
- Larch: Baja autoestima, sentimiento de fracaso.
- Mimulus: Miedo a las situaciones cotidianas y conocidas.
- Mustard: Depresión sin razón aparente.
- Oak: Personas obsesivas que trabajan incansablemente y luchan contra corriente. Agotamiento profundo.
- Olive: Agotamiento por diversas causas físicas o mentales. Derrota.
- Pine: Exceso de sentimiento de culpa.
- Red Chestnut: Preocupación excesiva por los seres queridos.
- Rock Rose: Ataques de ansiedad, pánico incontrolable, estados de angustia.
- Rock Water: Personas perfeccionistas en exceso, rigidez, exceso de control.
- Scleranthus: Incapacidad para elegir entre varias alternativas.
- Star of Bethlehem: Conmoción física o emocional.
- Sweet Chestnut: Cuando se llega al límite de la desesperación y la desesperanza. Cuando ya no se vislumbra la luz.
- Vervain: Exceso de entusiasmo y euforia, fanatismo.
- Vine: Personas dominadoras, inflexibles y tiranas.
- Walnut: Terror a los cambios.
- Water Violet: Orgullo, sentimiento de superioridad.
- White Chestnut: Exceso de pensamientos y diálogo interno.

- Wild Oat: Dudas ante el cometido en la vida, falta de metas y ambiciones.
- Wild Rose: Apatía, falta de motivación, tristeza.
- Willow: Victimismo, resentimiento.
- Rescue Remedy

El Dr. Bach elaboró una mezcla estándar de cinco flores para utilizar en caso de duda o en caso de crisis de angustia, desesperanza, estados de shock o crisis nerviosas. Este remedio consta de cinco flores:

- Rock Rose
- Impatiens
- Cherry Plum
- Star of Bethlehem
- Clematis

Al iniciar un tratamiento con flores de Bach se pueden notar algunos efectos que, lejos de ser adversos, confirman el efecto del tratamiento. Estos son algunos síntomas:

El problema emocional que se quiere tratar puede manifestarse más severamente los primeros días de tratamiento.

La persona tratada puede manifestar cambios de humor, llanto, risa, euforia o algún tipo de desarreglo emocional los primeros días de tratamiento.

Tendencia a la introspección.

Estos efectos manifiestan el inicio de lo que los terapeutas florales llaman catarsis, o limpieza emocional del paciente. Los terapeutas recomiendan intentar sobrellevar los primeros días de tratamiento aunque estos síntomas aparezcan, aunque, si se hacen insoportables, se puede disminuir la dosis o cambiar la mezcla que se haya elaborado, te recomiendo que para hacer uso de esta terapia busques a un terapeuta pues para elegir que flor es la mejor para ti es necesario hacer un diagnóstico y el terapeuta debe decidir que flores son las que te ayudaran a tu sanación y como debes tomarlo.

Marisol Prado

Angeloterapeuta Certificada
Columnista de Abracadabra Radio Magazine
prado.marisol2014@gmail.com



EN VOZ DE LOS
ANGELES

CON YEYETZI CARDENAS

MIÉRCOLES 21:00 HRS.

FENG SHUI ANGELICAL PARA
LA ARMONÍA INTERIOR



CON PATRICIA TANUS

JUEVES 11:00 HRS.

ASTROLOGÍA, ÁNGELES
Y MEDICINA ALTERNATIVA



CON VIKINGO TYRSON

JUEVES 21:00 HRS.

SABIDURÍA ANCESTRAL
NÓRDICA Y PREHISPÁNICA.





LIBERATE DE LOS REMORDIMIENTOS

POR: YAZZ LIRA

LIBERATE DE LOS REMORDIMIENTOS

Remordimiento, sentimiento... fuerte, extenso, intenso, profundo, que suele ser olvidado o pasar desapercibido en los mejores momentos de tu vida en los que te encuentras emocionalmente hablando en la cúspide de un bienestar social o profesional, y todo lo contrario sucede cuando tus ánimos bajan, decaen o alguna situación que revive ciertos momentos que pasaste en algún momento de tu vida y esto suele llevarte hasta una profunda depresión o crisis de ansiedad.

Pero, ¿de dónde deriva este sentimiento?, ¿cuál es la raíz de su existir? Pues sucede que todos gozamos de un libre albedrío, ¿cierto?, para tomar nuestras propias decisiones ante cualquier situación que se presente en nuestra vida. Pero cuando estamos invadidos de dudas, de condicionamientos, tradiciones arraigadas esto genera una fuerte presión social sobre nosotros para tomar una decisión cuando algo tenemos que afrontar o aprender de la vida sobre nuestros propios actos, y esto nos hace actuar o tomar decisiones en función a los demás, para callar el qué dirán, el evitar los juicios y juzgamientos, y entonces ya no estás pensando en ti, sino en los demás.

En tener tranquilas o contentas a las personas que te rodean generalmente algunos integrantes de tu familia o amigos. Lo más curioso que llegas a experimentar con el paso del tiempo que en ocasiones son de esos núcleos sociales de donde salen la personas de la cuales querías que pensarán lo mejor de ti u obtener una aprobación y lo que terminas enfrentando es que esas personas, son las que más te juzgaran de cualquier manera, por una u otra razón.

Y es entonces en donde se despierta tu enojo, una ira implacable dentro de ti, pero lo más triste es que ese enojo es hacia ti, te lastimas tanto de lo que los demás no podrían hacerlo juntos, te juzgas por las decisiones tomadas, porque pensaste en los demás antes que lo que realmente te dictaba tu corazón desde el interior.

Entonces es cuando comenzamos un proceso de sanación, de reflexionar que jamás podrás complacer a todo el mundo y que las acciones que hayas hecho en su momento el tiempo no tienen marcha atrás, así que con lo vivido tendrás que aprender a enfrentar tu realidad. Y aceptarte tal y como eres, quién eres y quién has logrado ser hasta el día de hoy es parte de cada experiencia vivida a lo largo de tu vida.

Libérate y perdona cada decisión que hayas tomado en tu vida pensando en los demás antes que, en ti mismo, recuerda que los tiempos de Dios son perfectos al igual que cada cosa que tiene preparada para nosotros, así que nada has vivido

por error o casualidad de esos has aprendido mucho, y algo de ello es que aprendiste en quién y con quién realmente puedes confiar.

Aprende a decir ¡no!, tienes todo el derecho y la libertad de hacerlo, que no te importe quién hable de ti, si te juzgan es porque algo están aprendiendo de ti y de tus decisiones, pues algo similar hubieran deseado para su vida, aunque en su momento no lo van a reconocer de tal manera.

Recuerda que somos humanos, nadie es perfecto, hasta Dios cometió errores y de ellos nos enseñó mucho.

Yazz Lira

Especialista en Colorología, Reiki y Diksha
Columnista de Abracadabra Radio Magazine
yazzlira@gmail.com



DIOS SI EXISTE

POR: MANUEL SPINOSA

Todos alguna vez hemos pensado si Dios existe, pensamos que si realmente nos ayuda cuando lo necesitamos, si está ahí, en esos momentos incómodos, estresantes o de incertidumbre y miedo. Todos sin excepción tenemos ante nosotros "alguien" "superior" qué tal vez nos resuelva la vida cuando no hayamos culpable, o no entendemos el porqué de las cosas.

Cuando niños nos enseñan a temer a los monstruos, brujas, el coco, el señor ropavejero, etc. Siempre la constante en nuestra vida es el miedo a algo o a alguien que podrá juzgar nuestro comportamiento, e incluso tomar nuestra vida y hacer con ella lo que no pudo hacerlo con la suya.

Al crecer dejas de creer en eso que de niño te sugestionaba a que tu comportamiento fuera sintonizado bajo la frecuencia de las reglas de papá y mamá, o aquella persona de mayor jerarquía en casa. Ahora tus miedos se centran en Dios como aquel ente, o ser superior que te juzgará y que te llevará al infierno para limpiar tus acciones negativas que llaman "pecados" y que si no haces lo que debe serás el ser más impuro y satanizado por tus comportamientos.

Toda tu vida será llevar un estilo de acuerdo a los designios de Dios. Pero en realidad así es la vida, digo, puede que te lo creas unos años de tu adolescencia, incluso de tu juventud, pero de tu adultez e incluso vejez y que sigas pensando o "creyendo" que Dios castiga, que te juzga, y que te hará que te fundas en las llamas del infierno... no lo creo.

En el transcurrir de tu vida vas recibiendo experiencias sobre aquel ser maravilloso que te da la oportunidad de ser mejor, de lograr tu misión, que te va indicando el camino de cómo amar, reír, compartir, y todo aquello que entra en sintonía con tu corazón y que te hace sentir qué haces lo correcto. Tal vez sea a temprana edad, tal vez ya adulto o en la tercera edad, pero todos en algún punto de nuestra vida hemos logrado sentir ese rostro de luz, que nos lleva a realizar una introspección y encontrar dentro de nosotros ese rayo que nace para lograr ser felices.

Cuando era niño y pensaba en Dios, venían a mi mente las imágenes de la iglesia, de los santos, de las nubes, de ver un rostro que nos vigilaba, pero muy dentro de mí no encontraba ese clic en todo aquello que me mostraban que era Dios. El miedo a que fuera enviado al infierno, la verdad nunca sentí que el infierno existiera como tal, incluso creo desde mi muy particular punto de vista, que ni siquiera existe satanás como tal, o sea, con sus cuernos y su cuerpo corpulento y una gran cola y en un ambiente de fuego, todo eso es un condicionamiento para manipular nuestra forma de actuar.

Con el paso y gracias a mi familia he comprendido que Dios no es más que lo que tú quieres que sea, es aquello que al sentirlo te genera un calorcito en el cuerpo, aquello que cuando haces algo que te nace sientes que se te enchina la piel, y que sabes que es lo correcto.

Todo en mi vida durante algún tiempo fue como a todos, penumbra, miedo, incertidumbre, enojo, ignorancia, en fin, todo lo que te produce frecuencia energética baja, y tuve sensaciones de vacío y de indiferencia hacia los demás, no creía que mi vida fuera llena de bendiciones o de la grandeza del amor de Dios, todo el tiempo sientes dudas, te sientes de malas o simplemente no encajas en esa vida.

Lo importante de creer en Dios o tu divinidad es que seas tú quien le dé un valor que llene tu vida, que le dé sentido a todo lo que haces, que te ayude a mejorar tu vida en todos los aspectos, que cambie tu forma de amar al prójimo, de dar lo mejor de ti, por ejemplo, si estarás acostumbrado a saber que para ti Dios tiene forma de Ángel, de virgen o de algún santo, eso no es lo importante, lo que realmente importa es que para ti tenga sentido creer en él, sea cual fuere su nombre, el Universo, Dios, Buda, Jesús, La Virgen María, en fin, cualquiera que sea tu divinidad, piensa en ella como parte de tu vida, y si además le das un rostro, tampoco importa solo será trascendente para ti, no permitas que nadie cambie tu percepción de tu divinidad, pues habrá mucha gente con ideas diferentes a la tuya, y eso está bien, pero siempre mantén clara tu posición con respecto a tus creencias, sea cual sea es lo que a ti te funciona, y si alguien busca que cambies de parecer tampoco está mal, simplemente analiza que quizás Dios está buscando darte una lección y te envía a alguien a darte un aviso.

Tómalo siempre o si Dios te hablara a través de las personas, las cosas, las acciones o eventos a tu alrededor, esa también es una señal que Dios quiere que escuches o percibas sus mensajes.

Particularmente yo creo en Dios y Los Ángeles, aunque en mi familia son cristianos, siempre respetaré su pensamiento y sus formas, pero no las comparto pues son diferentes puntos de vista, y eso hace la pluralidad en creencias y que cada cabeza sea un mundo. Trata con respeto todas las creencias, aunque no sean de tu agrado nunca expresas un comentario negativo, recuerda qué tal vez alguien no comparta tus creencias, y eso es muy respetable, analiza los puntos de vista que te puedan dar y busca las coincidencias con los tuyos, al final te darás cuenta que todas las religiones tratarán de llegar a lo mismo, a que Dios es Amor.

Cada persona sentirá de forma particular el amor de Dios, su ayuda y cuidado, deja que tu corazón sienta esa necesidad de estar cerca de Dios cuando amas a tu hermano, a tu pareja, a tus padres, a tus compañeros de trabajo, cuando las cosas no salen como quieres, cuando no logras tus metas, ese, es Dios dándote un mensaje de que confíes en él, de que él tiene el control de tu vida y que solo te dará lo mejor, lo que necesitas, en el momento que lo necesitas y más, eso también es parte de creer, es parte de tener fe en que Dios existe....

Manuel Spinosa

Especialista en Diksha y Metafísica
Columnista de Abracadabra Radio Magazine
spinosa.manuel@gmail.com



Nutrición para el Alma para tus PEQUEÑOS

POR: CLAUDIA BRIBIESCA

NUTRICIÓN PARA EL ALMA para tus pequeños

Hablemos de nutrición, qué les parece si iniciamos con los condimentos y aderezos en la crianza de los pequeñitos, "nuestras palabras", sí, las palabras que acompañan nuestras acciones.

Seguramente sabes que el uso apropiado de los condimentos puede hacer la diferencia en tus platillos. Ahora imagina que el platillo es un momento en el gran menú de la vida de tus pequeños.

En tus manos está el sabor que le inspiras, tú puedes hacerlo tan dulce, salado, amargo, insípido o especial como te lo propongas.

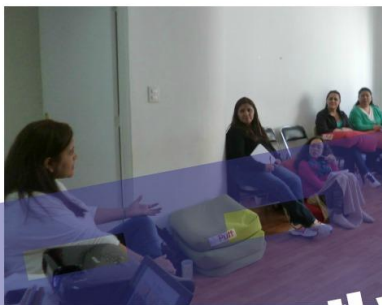
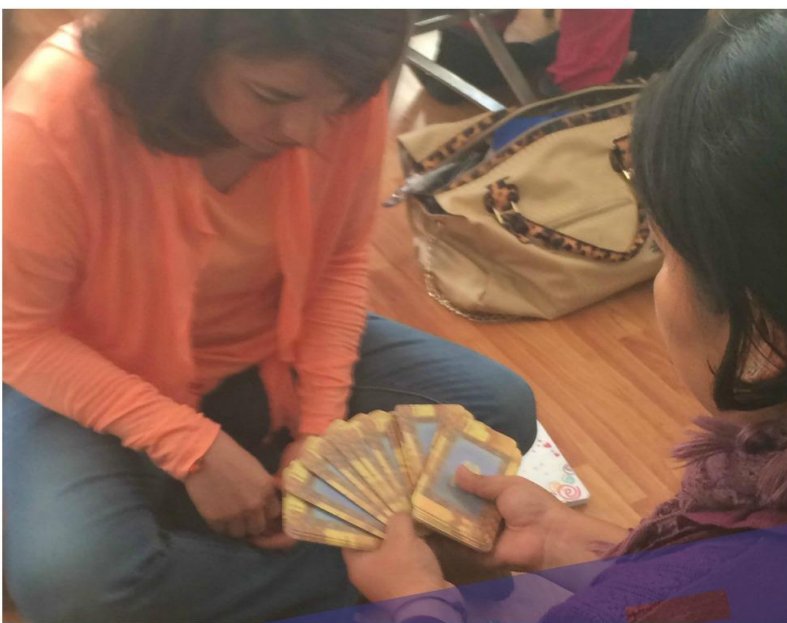
Tienes la posibilidad de acompañar su camino con todos los ingredientes que conozcas, crear aderezos únicos y re-invitar recetas que funcionaron para otros y que no forzosamente son útiles ahora.

Tus palabras añaden o restan sabor a la vida de tus hijos; tú los nombras y les das valor. Ellos aprenden todos los días de tu lenguaje, de la forma en que les calificas o descalificas, y cuando vayan al exterior a buscar ingredientes, seleccionaran con gran facilidad aquellos que les son conocidos; porque la sazón de mamá y papá es la referencia más importante para la construcción de sus propios guisos.

Escucha tus palabras con atención y sé empático con tus pequeños. Recuerda que los seres humanos somos energía en movimiento y como energía estamos en constante transformación; haz los cambios necesarios.

Claudia Bribiesca

Comunicóloga, Psicóloga y Terapeuta Gestalt
Columnista de Abracadabra Radio Magazine
spinosa.manuel@gmail.com



visita www.eljardindelosangeles.mex.tl y conoce el
programa de certificación como angeloteapeuta
da clic aquí



Angel's Interpreter®
Angelo Terapeuta