



Nº 73

MARZO 2020

TENDENCIAS

Veganos y vegetarianos
Pág. 4

SEGURIDAD ALIMENTARIA

Aditivos controvertidos:
nitratos/nitritos, sulfitos
y colorantes
Pág. 18

HABLEMOS DE

Pautas para disfrutar
de un sueño reparador
Pág. 24

LA ENTREVISTA

Miguel Ángel
Montesinos,
CEO de La Finestra sul Cielo
España
Pág. 32

Cada día la actualidad ecológica en:
www.bioecoactual.com

IMPRESO EN PAPEL ECOLÓGICO
100% RECICLADO

 [@bioecoactual](#)  [@bioeco_actual](#)
 Bio Eco Actual  Bio Eco Actual

¡ATENCIÓN TIENDAS! Visítad
www.masterorganic.es

BIO ECO

ACTUAL®

INFORMATIVO MENSUAL INDEPENDIENTE Y GRATUITO DE CONSUMO DE PRODUCCIÓN ECOLÓGICA

ESPECIAL FARMACIAS

"Los animales nacen como son, lo aceptan y eso es todo. Viven con más paz que las personas" GREGORY MAGUIRE

Pacto Verde Europeo

Apuesta por el clima y el medio ambiente



123rf Limited © rawpixel



ALIMENTACIÓN ECOLÓGICA

VITALBALANCE

Mix de Superfoods - Equilibrio nutricional y vitalidad



MACA Y VAINILLA
MIX DE SUPERFOODS



AÇAI, FRESCA Y PLÁTANO
MIX DE SUPERFOODS



CACAO Y ALMENDRA
MIX DE SUPERFOODS



CÁÑAMO Y PASAS
MIX DE SUPERFOODS



MANGO Y BAOBAB
MIX DE SUPERFOODS

NUEVOS

Con semillas de lino molido
Molido se asimila mejor

www.solnatural.bio Tel. 937 566 020 hola@solnatural.bio

 Solnaturalbio  Solnatural  Biosolnatural



Terapia Floral, más que remedios: una vía hacia el desarrollo interior

La Terapia Floral, método natural de salud que utiliza los remedios florales elaborados por Edward Bach, se ha convertido en las últimas décadas en una de las Terapias Naturales más solicitadas. Su expansión es constante en cuanto a popularidad y recomendación de uso por los profesionales de la Salud Natural.

Para la Terapia Floral lo fundamental es la congruencia: expresar lo que uno es, de acuerdo a su verdadera naturaleza. Por ello fomenta la individualidad, cómo fidelidad a uno mismo, pues fruto de ello emergerá la paz y la alegría. Nos adentramos en un nuevo paradigma, donde el sentido del ejercicio profesional se centra en el desarrollo de la conciencia y no en la erradicación de los síntomas.

Edward Bach decía que no se erradicaría la enfermedad hasta que no fuera abolida la ignorancia, refiriéndose

**Edward Bach
desarrolló un sistema
integral de salud,
en el que describe
12 tipologías de
personalidad y los
desvíos de estas**

dose con ello al desconocimiento de uno mismo y de las verdaderas leyes de la naturaleza.

Las personas que llegan a las consultas, sean estas de terapias naturales o médicas, buscan sentirse "en paz". Sus dolencias, ya sean físicas o psíquicas, les han sacado de esa dimensión donde la vida se percibe como creativa y luminosa, donde las cosas encajan y uno está en su "sitio" sin importar cuál sea éste. La visión actual de la medicina busca eliminar la enfermedad, como único objetivo, sin tener en cuenta el sentido que la enfermedad tiene en la vida.

El paciente quiere estar en paz, que le quiten un dolor, un pesar, un mal humor, una irritación o cualquier otra causa que le haga sufrir. Pero en realidad estos síntomas solo son los símbolos que nos "hablan" de su verdadera enfermedad: el alejamiento de su auténtico ser, de su genuina forma de sentir. Todos buscamos "ser", lo único que necesitamos es saber de nosotros mismos, conocernos, conectar con la vocación, y descubrir el sentido de nuestro sufrimiento.

El Terapeuta Floral debe cumplir esta función ayudando al paciente a encontrarse a sí mismo, ser testigo del Alma, de él mismo, y esto solo llega si uno atiende a los entresijos de su propia naturaleza, si atiende a las emociones y siente con la mirada

123rf Limited © Sharaf Maksumov

serena y dispuesta a saber de sí, si dirige su atención a las sensaciones que le inquietan, si le pone nombre a los miedos y habla de ellos, en definitiva si abre los ojos y se reconoce como lo que verdaderamente es.

Edward Bach desarrolló un sistema integral de salud, en el que describe 12 tipologías de personalidad y los desvíos de estas, que pueden estudiarse en las 38 descripciones que integran su sistema, como elementos constitutivos del psiquismo humano. Partiendo de las 12 tipologías de personalidad podemos definir las tendencias vitales que un ser humano desarrollará en su tránsito por la existencia carnal, por lo que conociendo la tipología de personalidad sabre-

mos, como escribe Bach: *Su objetivo y su trabajo en la vida y el remedio que le asistirá en este trabajo.*

A partir de aquí, y tras años de investigación, creamos la Terapia Floral Evolutiva, un modelo que fomenta el desarrollo de la conciencia, y utiliza las esencias florales como catalizadores y símbolos para explorar los arquetipos que constituyen el inconsciente de todo ser y el inconsciente colectivo de la humanidad. Para ayudar a cualquier ser humano a internarse con seguridad en su propio universo interior y recuperar la conciencia de sí, y con ello mantener su objetivo vital y el sentido de su propia existencia de acuerdo al mandato de su Alma, *su real ser*. ■

TERAPIAS NATURAIS

Asociación Nacional de Profesionales y Autónomos de las Terapias Naturales

Esto no pasa todos los días...

25% DE DESCUENTO

Llámanos y aprovecha esta oferta: 913 142 458

 **Cofenat**
Somos Profesionales. Somos COFENAT



NÚM 76

MARÇ 2020

TENDÈNCIES

Vegans i vegetarians

Pàg. 4

SEGURETAT ALIMENTÀRIA

Additius controvertits:
nitrats/nitrites, sulfits i
colorants

Pàg. 18

PARLEM DE

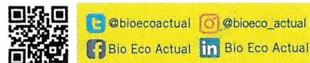
Pautes per a gaudir
d'un son reparador

Pàg. 24

L'ENTREVISTA

Miguel Ángel
Montesinos,
CEO de La Finestra sul Cielo
Espanya

Pàg. 32

Cada dia l'actualitat ecològica a:
www.bioecoactual.comIMPRÉS EN PAPER ECOLÒGIC
100% RECICLATATENCIÓ BOTIGUES! Visiteu
www.masterorganic.es

BIO ECO

ACTUAL®

INFORMATIU MENSUAL INDEPENDENT I GRATUÏT DE CONSUM DE PRODUCCIÓ ECOLÒGICA

"Els animals neixen com són, ho accepten i això és tot. Viuen amb més pau que les persones" GREGORY MAGUIRE

Pacte Verd Europeu

Aposta per el clima i el medi ambient



123rf Limited © rawpixel



ALIMENTACIÓ ECOLÒGICA

VITALBALANCE

Mix de Superfoods - Equilibri nutricional i vitalitat

NOUS

Amb llavors
de lli mòltMòlt s'assimila
millor

www.solnatural.bio Tel. 937 566 020 hola@solnatural.bio

(f) Solnaturalbio (t) Solnatural (p) Biosolnatural



Teràpia Floral, més que remeis: una via cap al desenvolupament interior

La Teràpia Floral, mètode natural de salut que utilitza els remeis florals elaborats per Edward Bach, s'ha convertit en les últimes dècades en una de les Teràpies Naturals més sol·licitades. La seva expansió és constant pel que fa a popularitat i recomanació d'ús pels professionals de la Salut Natural.

Per a la Teràpia Floral el fonament és la congruència: expressar el que un és, d'acord a la seva veritable naturalesa. Per això fomenta la individualitat, com a fidelitat a un mateix, ja que fruit d'això emergirà la pau i l'alegria. Ens endinsem en un nou paradigma, on el sentit de l'exercici professional es centra en el desenvolupament de la consciència i no en l'eradicació dels símptomes.

Edward Bach deia que no s'eradicaria la malaltia fins que no fos abolida

Edward Bach va desenvolupar un sistema integral de salut, en el qual descriu 12 tipologies de personalitat i els desviaments d'aquestes

la ignorància, referint-se amb això al desconeixement d'un mateix i de les veritables lleis de la natura.

Les persones que arriben a les consultes, siguin de teràpies naturals o mèdiques, busquen sentir-se "en pau". Les seves dolències, ja siguin físiques o psíquiques, els han tret d'aquesta dimensió on la vida es percep com a creativa i lluminosa, on les coses encaixen i un està en el seu "lloc" sense importar quin sigui aquest. La visió actual de la medicina busca eliminar la malaltia, com a únic objectiu, sense tenir en compte el sentit que la malaltia té en la vida.

El pacient vol estar en pau, que li treguin un dolor, una pena, un mal humor, una irritació o qualsevol altra causa que el fa patir. Però en realitat aquests símptomes només són els símbols que ens "parlen" de la seva veritable malaltia: l'allunyament del seu autèntic ésser, de la seva genuina forma de sentir. Tots busquem "ser", l'únic que necessitem és saber de nosaltres mateixos, conèixer-nos, connectar amb la vocació, i descobrir el sentit del nostre patiment.

El Terapeuta Floral ha de complir aquesta funció ajudant al pacient a trobar-se a si mateix, ser testimoni de l'ànima, i això només arriba si un indaga en els secrets de la seva pròpia naturalesa, si escolta les emocions i sent amb la mirada serena i dispo-



123rf Limited © Sharaf Maksumov

sada a saber de ell mateix, si dirigeix la seva atenció a les sensacions que l'inquieten, si li posa nom a les pors i en parla, en definitiva si obre els ulls i es reconeix com el que veritablement és.

Edward Bach va desenvolupar un sistema integral de salut, en el qual descriu 12 tipologies de personalitat i els desviaments d'aquestes, que poden estudiar-se en les 38 descripcions que integren el sistema, com a elements constitutius del psiquisme humà. Partint de les 12 tipologies de personalitat podem definir les tendències vitals que un ésser humà desenvoluparà en el seu trànsit per l'existència carnal, de manera que coneixent la tipologia de personalitat

sabrem, com escriu Bach: El seu objectiu i el seu treball en la vida i el remei que li assistirà en aquest treball.

A partir d'aquí, i després d'anys d'investigació, vam crear la Teràpia Floral Evolutiva, un model que fomenta el desenvolupament de la consciència, i utilitzar les essències florals com a catalitzadors i símbols per explorar els arquetips que constitueixen l'inconscient de tot ésser i l'inconscient col·lectiu de la humanitat. Per ajudar a qualsevol ésser humà a internar-se amb seguretat en el seu propi univers interior i recuperar la consciència pròpia, i amb això mantenir el seu objectiu vital i el sentit de la seva existència d'acord al mandat de la seva Ànima, el seu veritable ser. ■

TERÀPIES NATURALS

Associació Nacional de Professionals i Autònoms de les Teràpies Naturals

Això no passa cada dia...

25% DE DESCOMpte
en la quota anual de nou Soci

Truca'nus i aprofita aquesta oferta: 913 142 458