

# Más Divinas

**Oración por los hijos**

**ENTENDIENDO  
LOS NIÑOS DESDE  
LA ASTROLOGÍA  
CHINA**

**Heridas  
de la  
*Infancia***

**Ejercicios  
para sanar  
niño  
interior**

*Heridas  
por  
elemento*

**LOS HUEVOS  
DE  
PASCUA**

**CONDUCTAS**



## DIRECTORIO

Directora editorial  
Lety Neri

Colaboradores en esta edición  
Adriana Giannini  
Lety Neri  
Leo García  
Trece  
Veronika con k

Diseño  
ServiPrint

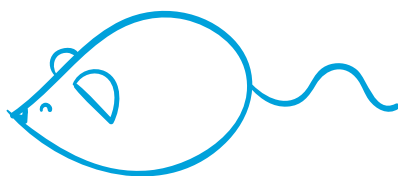
Editorial  
Todo está bien  
Todas las marcas y  
el contenido registrados

Año 5  
Abril 2022

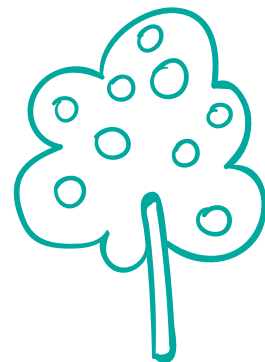




Sobreviviendo el horario de verano 5



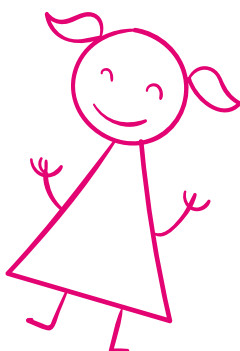
Entendiendo los niños desde la Astrología China 7



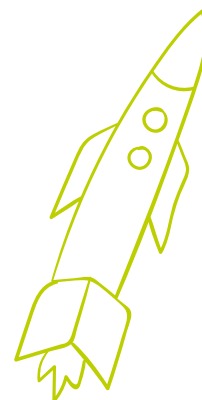
Conductas 13



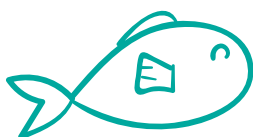
Cuida tu piel 17



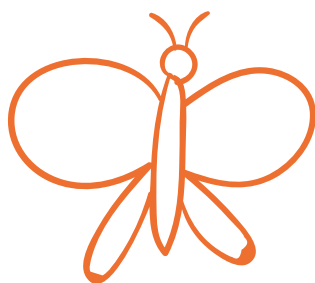
Heridas de la infancia 21



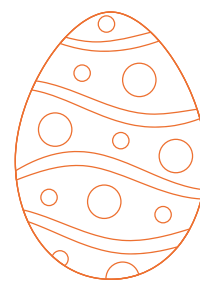
Oración por los hijos 29



Ejercicios para sanar el niño interior 31



Hadas por elemento 35



Huevos de Pascua 43





## **Editorial ABRIL**

Hola Mujer Divina.

Este mes ha entrado de una manera magnífica a impulsar nuestros sueños. Es por ello que con mucha alegría hemos preparado una divertida revista para ti.

Que la luna nueva de Aries con la comenzamos abril te impulse, que la energía de renovación de la Pascua te renueve y la magia de las hadas haga que tus pasos sean en tierra fértil.

Deseamos que la información sea de tu interés y contribuya a que seas una MUJER DIVINA cada vez MÁS DIVINA conviviendo con tu niña interior cada vez más sana y feliz

Gracias, gracias, gracias.

Lety Neri

# Cómo sobrevivir al horario de verano



LEO GUZMÁN










La pérdida de una hora de sueño que conlleva cambiar el horario de verano en la noche del sábado puede resultar incómoda si no se toman algunas medidas sencillas para prepararse, señalan los expertos en salud mental

Nuevamente como se ha hecho en México desde 1996, se puso este domingo 3 de abril en marcha el horario de verano que termina el último domingo de octubre.

Los días se harán más largos y aunque las personas podrán disfrutar de más horas de luz, también verán afectado su "reloj biológico", por lo que el cuerpo deberá adaptarse a esta nueva rutina.

El impacto del cambio de hora de invierno a verano es el más complicado, ya que las personas con complicaciones para dormir, especialmente con dificultades en la conciliación del sueño, van a tener una reducción mayor de su tiempo destinado al descanso. Esto, en contraste con el cambio de horario de verano a invierno, el cual no es significativo en el común de las personas.

### Consejos que te pueden ser útiles

-  Mantener horarios fijos para acostarte y levantarte de acuerdo a tus necesidades. Evitar pasar tiempo en la cama y en el dormitorio en otro horario que no sea el destinado al sueño nocturno.
-  Cenar un par de horas antes de irte a dormir, ya que eso facilitará el quedarte dormido sin sentir pesadez o molestia.
-  En el caso de los niños, es fundamental realizar un reordenamiento de sus horarios. Para ellos puede resultar más difícil entender este cambio en su rutina, dado que no se rigen por el reloj sino por la presencia de luz solar.
-  Haz entre 30 y 40 minutos de ejercicio cuando todavía haya mucha luz (antes de las 5 p.m.) todos los días.
-  No tomes bebidas con cafeína después del mediodía.
-  Limita la ingesta de alcohol a una copa con la cena, y no tomes alcohol después de cenar.
-  No hagas ningún trabajo en la computadora una hora antes de acostarte. Mejor relájate leyendo, escuchando música tranquila o viendo la tele.

# ENTENDIENDO A LOS NIÑOS DESDE LA ASTROLOGÍA CHINA

CARMEN CHONG



RATA. Nacidos en 1996, 2008, 2020

Los pequeños acumuladores. Guardan todo, hasta las envolturas de los regalos que reciben. Aunque son muy sociables, tienden a escabullirse y jugar solos. Pueden ser muy dependientes para fortalecer su seguridad. Los nacidos en 1996 tienden a ser muy intensos en sus actividades, por lo que se les debe enseñar a entender sus emociones y canalizarlas de alguna manera, de lo contrario pueden llegar a ser autodestructivos. Los nacidos en 2008 suelen ser solitarios y se basan en cosas reales y no en la imaginación.

Es recomendable que practiquen algún deporte para prevenir y canalizar su energía. Los nacidos en 2020 serán niños rígidos y decididos, aunque son arriesgados, por lo que no hay que perderlos de vista.



BUEY. Nacidos en 1997, 2009, 2021.

La curiosidad innata los lleva a descubrir muchas cosas y maravillarse ante la naturaleza. Siempre llegan a donde se lo proponen, aunque lo hacen a su ritmo. Les gusta tener las cosas claras y bien direccionadas. Siguen reglas y respetan los límites. Los nacidos en 1997 pueden ser destructivos y caen con facilidad en el enojo profundo, por lo que se les debe enseñar a ser pacientes. Los nacidos en 2009 necesitan paciencia por parte de los padres, cada avance personal será a su ritmo, les gusta disfrutar de la soledad. Los nacidos en 2021 serán niños llenos de vitalidad, siempre en la búsqueda de actividades estimulantes.





TIGRE. Nacidos en 1998, 2010

Rebeldes por naturaleza siempre estarán a la búsqueda de experiencias nuevas, investigando y aprendiendo. Necesitan la seguridad que le brinda su familia y sentirse apapachados en todo momento. Los nacidos en 1998 son poco arriesgados y necesitan el contacto con la naturaleza. Los nacidos en 2010 pueden llegar a ser egoístas y no les gusta compartir los mimos de mamá.

CONEJO. Nacidos en 1999, 2011

Son los grandes soñadores del zodiaco, nacidos con buena estrella y listos para triunfar. Son traviesos, divertidos y sensibles. Necesitan grandes demostraciones de afecto. Sufren mucho por las injusticias del mundo, aunque no les afecten directamente. Los nacidos en 1999 son sumamente competitivos, lo que los lleva a retar las reglas y límites para medir su capacidad de manipulación; necesitan aprender a fortalecer su autoestima. Los nacidos en 2011 disfrutan de la compañía de amigos y tienden a hacer todo en grupo. Cuando se sienten presionados, pueden reaccionar con agresividad.

DRAGON. Nacidos en 2000, 2012

Llenos de vitalidad y energía, siempre con la mira puesta en el objetivo. Desde pequeños, a su modo y estilo personal, saben convencer a sus padres de lo que desean. Les gustan las actividades arriesgadas y disfrutarlas al límite. Cuando se enojan, apaciguar su ira puede llegar a ser una tarea titánica. Los nacidos en el 2000 suelen ser ambiciosos para concretar sus planes; finalmente, llegaron a este plano para triunfar. Los nacidos en 2012 son niños misteriosos y sabios, al punto en que llegan a desconcertar a los adultos con sus comentarios; son resueltos y generosos.



### SERPIENTE. Nacidos en 2001, 2013

Llenos de vitalidad y energía. Sumamente hábiles para manejar sus celos, ya que no toleran la competencia ni compartir sus amores familiares, tienden a envolver a los demás para que le presten atención. No les gusta ser controlados, el amor es el mejor camino para guiarles y obtener de ellos lo que deseas. A los nacidos en 2001 les encanta disfrutar de regalos, cuantos más, mucho mejor; son de respuesta rápida a los estímulos. Los nacidos en 2013 son sumamente alegres y disfrutan de trabajar en equipo; poseen una capacidad innata para todo lo relacionado con las artes y la ciencia.

### CABALLO. Nacidos en 2002, 2014

Llenos de ternura y rebeldía al mismo tiempo, por donde pasan dejan huella: rompen cosas, se golpean los pies. La frase de pareces "caballo desbocado" es la forma más segura de describirlos. Les gusta disfrutar de su tiempo, espacio y energía para realizar las actividades que le complacen. Altamente competitivos, entregan todo para ser el primero en llegar. Los nacidos en 2002 suelen ser carismáticos y divertidos. Pueden caer en estados de ansiedad, debido a que se distraen con facilidad y pierden momentáneamente el rumbo de su carrera. Adoran viajar, sobre todo con la familia. Los nacidos en 2014 suelen ser los más solidarios de los caballos, sobre todo, cuando se trata de injusticias personales o ajenas, serán los primeros en rebelarse. Son los mejores para trabajar en equipo. Si se sienten relegados, pueden acumular mucho dolor y no sentirse suficientes para los demás.

### CABRA. Nacidos en 2003, 2015

La estabilidad del hogar es una base fundamental para motivar su autoestima y confianza en su entorno. Requieren grandes dosis de amor, comprensión durante su infancia. Disfrutan del contacto con la naturaleza y las actividades manuales. Los nacidos en el 2003 son grandes platicadores, les encanta hablar de todo y de nada, rehúyen a las confrontaciones y prefieren buscar un intermediario antes que tomar la sartén por el mango. Los nacidos en el 2015 sufren por los menos favorecidos y siempre están compartiendo sus cosas: lunch, juguetes, ropa, etcétera, aunque para realizar sus actividades prefieren hacerlo de forma individual.





MONO. Nacidos en 2004, 2016

Ágiles y divertidos, en realidad disfrutaban de una feliz infancia. Son creativos y desde pequeños tienen claro en la mente lo que desean, aunque el pequeño problema radica en que se distraen con facilidad, lo que los lleva a tener todos los juguetes dispersos en su habitación. Ordenar es otro asunto. Es necesario fomentar su autoestima para lo que se requiere una buena dosis de paciencia y demostraciones amorosas. Los nacidos en 2004 son sumamente curiosos e inquietos, lo que genera que pocas veces dejen pasar las oportunidades; pueden tener problemas en sus relaciones personales, debido a que tienen a ser individualistas. Los nacidos en el 2016 poseen mucha vitalidad, lo que puede hacer que sean demasiado exigentes y acaparen la atención. Les encantan los desafíos y tienen un camino lleno de suerte para triunfar, todo depende de la confianza que les den en su infancia.

GALLO. Nacidos en 2005, 2017

Hiperactivos hasta el límite, hay que saber recargar la pila para satisfacer sus demandas de atención. Desde que el día comienza y hasta el atardecer, despliegan toda su energía para aprender e investigar. Les gusta que les celebren sus descubrimientos y hazañas, odian pasar inadvertidos. Disfrutan de la naturaleza y todo lo relacionado con las artes. La sobreprotección les destruye y son capaces de sacar su ira a todo lo que da para defender su independencia. Los nacidos en el 2005 suelen ser soñadores y a veces necesitan alguna dosis de realidad para entrar en crisis existenciales. Les gusta rodearse de amigos que comparten sus mismos intereses. Los nacidos con el 2017 disfrutaban hacer felices a quienes los rodean; son sumamente independientes y no les gusta que les pongan límites. Son muy exigentes con quienes les rodean e incluso con ellos mismos y es precisamente esto último lo que los lleva a concretar sus sueños.

## PERRO. Nacidos en 2006, 2018

Leales, honestos, soñadores; son los que más sufren por las injusticias y el hambre en el mundo. Normalmente carecen de filtro para decir lo que piensan y esto los pone frecuentemente en aprietos. Aunque trabajan muy bien en equipo, siempre están buscando su espacio personal y que éste no sea invadido. Duermen poco, porque permanecen alerta, vigilando su entorno y a su manada. Los nacidos en el 2006 poseen un magnetismo especial ante el sexo opuesto y siempre están rodeado de amistades. Poseedores de una fuerza de voluntad acérrima, son capaces de triunfar en lo que se proponen. Los nacidos en el 2018 suelen ser sumamente exigentes en el dar y el recibir. Son sentimentales y dependientes del entorno familiar.

## CERDO. Nacidos en 2007, 2019

Son niños entregados, atentos, cordiales en sus relaciones, capaces de dar lo que tienen para cubrir las necesidades de sus seres queridos. Toman la vida con ligereza, despiertan de buen humor, realizan sus actividades como algo normal en la vida, incluso ordenar su habitación, sin que esto les cause la menor molestia. Llevarles la contraria puede desatar su enojo y generar conductas agresivas, es mejor motivarlos para que crean que ellos solitos "tomaron la decisión". Los nacidos en el 2007 son idealistas y perseverantes para conseguir lo que desean, aunque su terquedad no tiene comparación. Tienden a dar demasiado de ellos mismos y pocas veces piensan en sí mismos. Los nacidos en el 2019 son altamente responsables y emprenden cualquier tarea. No les gusta que nada altere su tranquilidad.



Carmen Chong  
Consultora en Tradiciones Orientales  
WhatsApp 55.2083.3029



#Vinocolibrí es un vino tinto inspirado en brindar amor, delicadeza, belleza y buena suerte para aquellos amantes de disfrutar bellos e inolvidables momentos con alguien especial!.

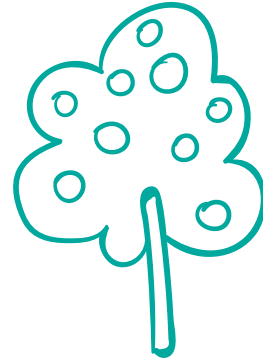


Solicita nuestro catálogo  
de Canastas y Regalos  
☎ 246 11 00641



# CONDUCTAS

Ese enemigo silencioso, el trauma  
Revivir un trauma es, en el fondo,  
buscar reparación y justicia



2da. parte

*Autora: Adriana Giannini, Lic. en Comunicación y Coach Ontológico con  
Diseño en Liderazgo, Conferencista Internacional. Coaching a distancia.  
Whats app +54911 3155563*



Muchas veces, hablamos de trauma pero asignándole un significado trivial. El trauma es mucho más que una situación desagradable. En este segundo artículo, se arrojará luz, sobre los diferentes tipos y duración, los factores de los que depende que se desarrolle o no, un trastorno por estrés postraumático (TEPT), y las formas de detectarlo para aplicar un plan correcto para recuperar la paz.

Qué es un trauma: Según la Asociación Americana de Psicología (APA), el trauma es una respuesta emocional y física a un evento aterrador como un accidente, una violación o una catástrofe natural.

Hay traumas agudos y traumas crónicos: Agudos, cuando el trauma se suaviza y desaparece a los seis meses de acontecido el hecho que lo desencadenó. Y crónicos, cuando han pasado más de 6 meses y, a veces, hasta décadas, y el trauma sigue agobiando a quien lo sufrió, casi como si fuese el primer día. Obviamente, el crónico es el más desgastante.

Multifactores que inciden en el trauma

¿Por qué hay personas que desarrollan TEPT (Trastorno por Estrés Post Traumático y otras que superan horribles situaciones, con mayor facilidad?

El desarrollo del trauma está directamente relacionado con la calidad de los estresores emocionales. Pero, ¿qué son los estresores emocionales y cómo actúan en la generación de un trauma?

Hay mucha gente que sufrió traumas espantosos como haber sobrevivido en campos de concentración o haber sido secuestrado por largo tiempo pero no desarrolla este síndrome, Por eso, los estresores son decisivos en el desarrollo del trastorno.

Entonces, se trata de estímulos disparadores de pensamientos y sensaciones que llevan a revivir el trauma, una y otra vez.

Imágenes, pensamientos o percepciones que generan gran malestar hacen que quien lo padece, se estrese y si bien, racionalmente, sabe que los recuerdos son solo recuerdos, vive la situación como si estuviera en ese lugar, ese mismo día del hecho. Y sufre lo mismo que sufrió e, incluso, aquello que reprimió para seguir viviendo, resurge imprevistamente.

Además de comprender racionalmente el hecho ocurrido (accidente de aviación, robo violento, terremoto), hay una percepción individual que varía en cada uno y que se apoya en la amenaza de vida y riesgo de violencia física, en la incapacidad para defenderse, en la adicción a sustancias o la influencia de factores genéticos.

Todas esas condiciones hacen que el episodio traumático tenga mayores o menores consecuencias para la salud.

La intensidad de esos disparadores, a grandes rasgos, está relacionada con el tipo de infancia que se ha vivido, el escaso apoyo familiar o social recibido, ser demasiado vulnerable, haber sido culpado del hecho ("por qué es-

tabas ahí, por qué no gritaste, por qué no me lo contaste antes”) y sufrir otras alteraciones como dependencia emocional extrema o necesidad de absoluta aprobación.

Cuando se te acerque alguien a contarte ese dolor íntimo que lo agobia, jamás le digas que podía haber hecho algo distinto de lo que hizo ni le insinúes indicio alguno de culpa. Esa pequeña acción puede ser decisiva en el desarrollo o alivio del trauma.

Si una persona se encontró inmersa en una situación de abuso o violación, es seguro que no llegó allí buscando que le pasara lo que le pasó. Revictimizarla es lo peor que puedes hacer. Y lo hacen familiares e, incluso, profesionales de la salud, jueces y hasta, los medios de comunicación, que aun hoy siguen disculpando al agresor.

Si quieres ayudarte a ti mismo porque has vivido una penosa situación o ayudar a alguien que pasó por lo mismo, tienes que empoderar a la víctima.

Nadie sale de su problema sintiéndose víctima o culpable, caras de una misma moneda. Ambas conducen al mismo fin: revivir el trauma, sentirse culpable o desvalido e iniciar un ciclo que nunca acaba.



El hilo se corta por lo más delgado

## 12 señales que indican un trauma

- \* Respuestas físicas o psicológicas como taquicardia, dolor de cabeza, angustia, depresión cuando algo te recuerda el episodio pasado (una foto, un aroma, una cara, una película, una forma de hablar), estrés, reacción desmedida frente a un problema cotidiano, fobias, obsesiones.
- \* No eres capaz de recordar un aspecto importante del trauma
- \* Te esfuerzas por evitar lugares o personas que motivan recuerdos del trauma así como sentimiento y ocasiones que recuerden el evento.
- \* Pierdes interés en actividades que eran significativas para ti, antes del episodio
- \* Sientes desapego frente a los demás, experimentas una sensación de irrealidad como si te observaras desde afuera.
- \* Restringes tu vida afectiva: es como si el amor hubiera pasado al último plano.
- \* No tienes metas porque a raíz de lo que te ocurrió, sientes indefensión absoluta.
- \* No crees poder lograr un buen trabajo, una pareja, familia, hijos o lo que sea que te haga llevar una vida "normal".
- \* Estas tan absorto en lo que te sucedió que estas metas apenas si se te cruzan por la cabeza. Sigues enfocado en el suceso traumático
- \* Estás hipervigilante y te sobresaltas ante el mínimo ruido o gesto.
- \* En los niños pequeños y jóvenes, aparecen episodios de enuresis.

De más está decir que estos malestares deterioran áreas significativas de la persona traumatizada, como el estudio, trabajo, integración familiar-social y tiempo libre.

En el próximo número, se hablará del síntoma por excelencia: la anestesia emocional, que aparece para anular el recuerdo y el dolor. Y las estrategias más adecuadas para tratar estas situaciones y recuperar el bienestar físico y emocional, y la calidad de vida, pese a todo lo que pudo haber pasado.



# CUIDA TU PIEL

## con amor y aceites esenciales.

VERÓNICA



La piel es una de nuestras principales cartas de presentación y, probablemente, la primera cosa que notas sobre ti cuando te levantas de la cama y te miras al espejo en las mañanas. Si tienes o has tenido algún problema en la piel, seguramente sabrás del efecto que puede tener en el bienestar emocional y mental. Así, es más probable que una piel hermosa te otorgue mayor confianza, autoestima y bienestar general. Sigue estos siete pasos para lograr una piel brillante que seguramente te hará brillar.

Procura dormir bien: no te concentres solo en el número de horas que duermes; centráte en la calidad del sueño. Usa Vetiver, Serenity, Lavanda, Bergamota y Manzanilla Romana, ya sea aromática o tópicamente con Aceite de coco fraccionado doTERRA para ayudar a proporcionar un sueño reparador.

Alivia el estrés: el estrés puede causar deshidratación, aumentar las manchas y arrugas faciales y también quitarte el tiempo que podrías dedicar a concentrarte en lograr una piel clara y de aspecto saludable. Los niveles de estrés pueden reducirse al meditar, respirar profundamente, hacer ejercicio, recibir un masaje y tomarse el tiempo para relajarse. Usa los aceites esenciales y mezclas Petitgrain, Lavanda, Salvia (Clary Sage), Albahaca, Cilantro, Semilla de Cilantro y Citrus Bliss® para ayudar a combatir el estrés.

En la tienda de  
**Todo Está Bien**  
puedes conseguir  
aceites esenciales  
Tel. 55 5519 2018



Bebe más agua: toma por lo menos ocho vasos de agua al día para ayudar a eliminar las toxinas de tu piel y ayudarla a recuperar el brillo y la humedad que merece. Intenta agregar aceites esenciales de Limón, Hierbabuena, Naranja Silvestre, Pomelo, Lima o Menta en tu agua para obtener más sabor y beneficios.

Usa productos para la piel de buena calidad: doTERRA ofrece una línea diversa de productos para el cuidado de la piel suaves y naturales para ayudarte a obtener una piel hermosa y suave.

Come de manera saludable: reiteramos este punto porque la dieta no solo afecta tu salud interna, sino también la salud de tu piel. Las dietas que son altas en azúcar pueden hacer que la piel se vea más vieja y en contraste, las dietas que comprenden principalmente frutas y verduras pueden darte los nutrientes que necesitas para proteger mejor la piel.





CREMAS Y  
JABONES  
NATURALES

☎55 4080 7109





# HERIDAS DE LA INFANCIA

TRECE



Los problemas que vivimos en la infancia pueden influir en nuestra calidad de vida cuando seamos adultos. Cuando nuestros aprendizajes en la infancia son experiencias dolorosas, se va conformando una parte de nuestra personalidad con creencias negativas hacia nosotros mismos que van a influenciar en nuestro día a día cuando seamos adultos y en muchas ocasiones van a ser la causa de no poder avanzar en la vida de una forma sana y adecuada.

Vamos a detallar a continuación algunos de estos problemas sufridos en la infancia:

### 1.- ABANDONO EN LA INFANCIA

Si nos abandonan en la infancia, tenemos muchas posibilidades de desarrollar un miedo a ser abandonados, al abandonarnos en la infancia el niño siente en gran medida un sentimiento de soledad, este sentimiento es el peor enemigo para el niño que sufre el abandono. A medida que vaya creciendo creará una constante vigilancia hacia esta carencia, esto significa que la persona que lo padece haga conductas parecidas, como abandonar a sus parejas o a sus proyectos de forma temprana por el temor a ser abandonado. Sería algo así como "te dejo antes de que tú me dejes a mí". "nadie me apoya, no estoy dispuesto a soportar esto", "si te vas, no vuelvas". Estas heridas son profundas y muy probablemente se convertirán en traumas infantiles que no nos van a dejar avanzar en la vida de una forma sana. En estos casos, la persona va a tener que trabajar su miedo a la soledad, su temor a ser rechazadas y las barreras invisibles al contacto físico. Estas heridas se habrán curado cuando el temor a los momentos de soledad desaparezca y en ellos empiece a fluir un diálogo interior positivo y esperanzador.





## 2.- SENTIRNOS RECHAZADOS.

Si en nuestra infancia nuestros progenitores, la familia o nuestros iguales nos han rechazado, esto nos va a generar pensamientos de rechazo, de no ser deseado y de descalificación hacia uno mismo. Es una herida muy profunda, pues implica el rechazo de nuestro interior. Con interior nos referimos a nuestras vivencias, a nuestros pensamientos y a nuestros sentimientos. Al convertirnos en adultos, la herida que nos ha producido esta experiencia hace que no nos sintamos merecedores de afecto ni de comprensión y nos aislamos en nuestro vacío interior por el miedo a ser rechazados. Es posible que nos convirtamos en persona huídas. Tendremos que trabajar nuestros temores, nuestros miedos internos y esas situaciones que nos generan pánico.

## 3.- SENTIRNOS HUMILLADOS

Si en nuestra infancia sufrimos humillaciones por parte de nuestros progenitores, o en la escuela por parte de nuestros compañeros o profesores, nos puede crear una herida al sentir que los demás nos critican o desaprueban, se puede generar este sentimiento diciendo al niño que no vale



nada, que es torpe, que es malo, que todo es por culpa suya, o explicando sus problemas a los demás de forma crítica o irónica, con estas conductas vamos a conseguir destruir la autoestima infantil . Cuando el niño se convierte en adulto es posible que hablemos de adultos dependientes, ya que tienen la creencia de que no valen nada, y siempre ven a los demás como superiores, cosa que los va a convertir en personas dependientes de los demás. También cabe la posibilidad que el niño haya aprendido a ser un tirano y egoísta como mecanismo de defensa, incluso es posible que utilice las mismas conductas y vaya humillando a los demás como escudo protector. Haber sufrido este tipo de experiencias requiere que trabajemos nuestra independencia, nuestra libertad, la comprensión de nuestras necesidades y temores, así como nuestras prioridades.

#### 4.- SENTIRNOS TRAICIONADOS

En la infancia nos podemos sentir traicionados cuando alguno de nuestros padres no cumple sus promesas o nos cambian de opinión después de haber pactado algo, estas conductas por parte de los progenitores genera al niño una desconfianza que se puede transformar en ira, envidia y otros sen





Sana a tu  
**niña interior**  
con la ayuda  
de los *ángeles*.

La caricia espiritual  
que elimina las  
huellas de dolor  
del pasado.



21 clases  
a partir de Abril 4  
\$444

**CURSO POR WHATSAPP**



INFORMES AL

**55 4097 3497**

timientos negativos, por no sentirse merecedores de lo prometido y de lo que otros tienen. Si has padecido este tipo de problemas en la infancia es posible que al ser adulto nos hayamos convertido en personas controladoras y que quieren tenerlo todo atado y cerrado, es posible que sientas la necesidad de ejercer cierto control sobre los demás para no volver a revivir este tipo de sentimientos de traición, cosa que hará que construyamos un carácter fuerte. Será necesario trabajar este tipo de sentimientos negativos que se han quedado en nuestro inconsciente y que es muy posible que nos den síntomas en nuestro día a día, como querer hacerlo todo nosotros, no delegar nada y sobrecargarnos de trabajo, etc.

## 5.- SENTIR INJUSTICIA

En la infancia si tenemos unos padres muy autoritarios, fríos y que nos exigen mucho nos puede generar un sentimiento de ineficacia e inutilidad que se puede proyectar a la etapa adulta. Las consecuencias pueden ser diversas, tanto podemos habernos convertido en personas con baja autoestima por la exigencia que se nos pedía y que no podíamos alcanzar, como el convertirnos en personas que intentan ser muy importantes y adquirir un gran poder.

En cualquier de los casos, es muy probable que siendo adulto nos persiga el malestar de tener que ser mejores, nos persiga el fantasma de nuestros progenitores diciéndonos que no hemos hecho lo suficiente y esto nos cree un sentimiento de frustración continua o de menosprecio hacia nosotros mismos.

Todos estos problemas en la infancia nos pueden quedar como traumas que seguiremos arrastrando en la edad adulta, es muy posible que solo veamos los síntomas de estos traumas, como el sentir miedo delante de situaciones, el sentirnos que no valemos nada, etc, los sentimientos negativos nos siguen perturbando porque no se ha trabajado el trauma originado por la experiencia ni se han trabajado las creencias que se han generado por estas experiencias sufridas en la infancia. Las creencias son muy potentes, una creencia de que no valgo nada nos puede generar mucho malestar y hacernos sentir mal en determinadas situaciones de nuestra vida.

Fuente PsicoAvanza







TALLER EN LÍNEA

# Elijo la paz

12 LUGARES PRESENCIALES

Libera las emociones que te atan,  
transita de la oscuridad a la luz,  
eliminando las falsas creencias  
de separación, ¡únete a *Dios!*  
y recupera tu bienestar en  
todas las áreas de tu vida.

9 y 10 de Abril  
de 11 a 14 hrs.



INFORMES AL

55 4097 3497

**\$333**



# Oración para Sanar la relación con los hijos

- Divino Creador, Padre, Madre, Hijo, todos en uno, limpia todas mis memorias, bloqueos, energías negativas, que me impiden aceptar las actitudes y decisiones de mi hijo.

Lo siento, Perdóname, Gracias, Te amo.

- Divino Creador, te entrego mis memorias de imperfección que manifiesto en mi hijo para que sean transmutadas en Luz.

Lo siento, Perdóname, Gracias, Te amo.

- Divino Creador, sana la rabia que siento cuando mi hijo no estudia o hace sus deberes.

Lo siento, Perdóname, Gracias, Te amo.

- Divinidad, borra mis memorias que me hacen percibir a mi hijo lejos del éxito.

Lo siento, Perdóname, Gracias, Te amo.

- Perdóname Hijo; el problema no eres tú, el problema son mis memorias manifestándose en ti. Pido a la Divinidad en mí que las borre.

Lo siento, Perdóname, Gracias, Te amo.

Puedes crear tu propia oración.

Lo primero que comenzarás a sentir, con tu práctica de Ho'oponopono o limpieza de memorias, es PAZ. Luego, vendrán lo que algunos llamamos milagros.



Productos basados en los más novedosos ingredientes de belleza, así como extractos que se encuentran en los recursos naturales de la tierra y del mar, combinados con activos científicos y alta tecnología, así como texturas brillantes y una armonía de exclusivas fragancias originales.

**Sin compromiso enviamos nuestro catálogo a tu WhatsApp, pídelo con Rosario Torres WA 55 2690 0467.**

# Ejercicios para sanar nuestro niño interior

Imagina tu etapa de la niñez. ¿Cómo eras con aproximadamente 8 años? Trata de visualizar cómo eras físicamente y, si te cuesta, puedes mirar alguna foto para refrescarte la memoria y captar todos los máximos detalles posibles.

Ahora haz un ejercicio de visualización e imaginación. Imagínate a ti mismo de pequeño, en tu habitación solo, ¿qué hacías cuando estabas en tu cuarto a solas? Imagina aquella etapa de la niñez, ve al pasado y recuerda cada detalle. Qué muebles había en tu cuarto, de qué colores, a qué jugabas, etc. Cuantos más detalles reales instales en la imaginación, mayor efecto tendrá el ejercicio.

## Niño jugando en barco de cartón

Ahora imagínate a ti mismo como eres ahora. Imagina que estás entrando a la habitación que tenías cuando eras pequeño. Abres la puerta y ves a un niño cabizbajo, inseguro. Ese niño eres tú cuando eras pequeño. En la habitación estás tú, tal y como eres ahora, acompañado por un niño, que es el de la etapa de tu infancia.



## 1. Acaricia a tu niño interior.

¿Y esto para qué sirve? Para sanarte de las heridas del pasado. Tu persona adulta puede conversar, acariciar al niño que fue, usando la imaginación.

Acércate a ese niño herido, sensible, temeroso y pregúntale qué le pasa. Ahora puedes comprenderlo, besarlo, abrazarlo, darle protección, apoyo, amor... Hazlo, trátate como te hubiera gustado que te trataran en la niñez. Dale cariño y comprensión, abrázalo fuerte y dile que a partir de ahora estará a salvo, que lo cuidarás y aceptarás como se merece.

Juega con él, diviértete, deja que salga tu espontaneidad. Sigue imaginando y visualizando que te llevas a tu niño a donde le apetezca. ¿Dónde deseabas ir cuando eras niño? ¿Qué capricho deseabas y no pudiste tener? ¿Qué afectos te faltaron? ¿Cuáles tuviste?

Ahora tú le puedes dar lo que desee. Cuando ya tu niño interior se sienta motivado y alegre, vuelve a la habitación. Déjalo allí a salvo y despídete de él, diciéndole que cada vez que lo necesite irás a ayudarlo, a comprender y a darle amor.

## 2. El reflejo de tu niño interior

Este es un ejercicio que puedes incluso llegar a convertir en parte de tu rutina diaria o hacerlo cada vez que necesites reconectarte con tu niño interior. Para realizarlo debes procurar estar en privado y en un lugar silencioso y tranquilo. Para empezar busca un espejo y mírate en él. Intenta progresivamente imaginar que la imagen que aparece en el reflejo es el rostro de tu niño interior.

Cuando hayas logrado consolidar esta imagen, puedes transmitirle pensamientos dulces y amables como, por ejemplo, que te sientes orgulloso de todas las cosas que este niño ha alcanzado, que estás trabajando cada día para sanar sus heridas y que él es importante para ti.

Deja que estos pensamientos te inunden y te permitan ir construyendo una imagen más amorosa y autocompasiva.

## 3. La magia de la sorpresa

Por último, puedes intentar evocar la sensación de sorpresa que solemos experimentar constantemente durante la infancia.





Para esto, busca hacerte preguntas sobre todo lo que te rodea e intenta darles respuestas de maneras absurdas e insospechadas, tal y como si fuera tu niño interior quien las está contestando.

Darte permiso de escapar de la racionalidad adulta y adentrarte de nuevo en el mundo de la imaginación y del asombro puede convertirse en una valiosa herramienta para sanar a tu niño interior, despertar de nuevo tu curiosidad por el mundo y darle rienda suelta a tu creatividad.

Los efectos de la imaginación

Si has llevado a cabo los ejercicios y has puesto en marcha tu imaginación, te darás cuenta de que tus partes más inseguras, crueles y temerosas pueden provenir de tu niño interior. Trata de cuidarlo, quererlo y aceptarlo, Y notarás mejoría emocional, a la vez que tu autoestima quedará reforzada.

Los adultos que tienen a su niño interior saludable no se reprimen cuando les apetece hacer algo no propio de adultos. Como por ejemplo, pasar por un parque y montarse en un columpio, ya que no les importará que la gente se extrañe. Y hasta se ría de ellos.

Los adultos con el niño interior dañado se reprimen cuando desean hacer cosas propias de la infancia. Desean dar una imagen correcta, seria, de adultos. No se dan cuenta de que todos los humanos tenemos la necesidad de volver a ser niños de vez en cuando. Y no es malo, no es inmadurez, sino que están dejando que su niño interior se divierta.

Los adultos que tienen hijos pueden volver a divertir a su niño interior cuando juegan con ellos, quién no ha oído aquello de que "al padre le gustan más los videojuegos que al hijo". En cambio, las personas adultas sin hijos, se reprimen más a la hora de hacer cosas propias de la infancia. Ya no le dan golpes al balón, ni se ríen de cualquier tontería, es como en la edad adulta ya hay que ser correcto y todo lo demás es de inmaduros.

"Los hombres no dejan de jugar porque envejecen; envejecen porque dejan de jugar." -Oliver Wendell Holmes Jr.-

Lo cierto es que no hay nada más saludable que dejar que tu niño interior sea espontáneo. No lo reprimas, la edad adulta también necesita de vez en cuando sacar esa parte divertida.





El 30 de abril se celebra el Día del Niño, pero también es una noche mágica muy popular para quienes creen en las hadas. Esta noche tiene una magia especial, ya que es uno de los días en que el velo entre los mundos está abierto y los elementales de la naturaleza hadas, gnomos, sirenas, elfos y todos los seres de otras dimensiones están con nosotros.

La energía de este día es excelente para invitar a todos esos seres a nuestra casa y hacer rituales para pedir su ayuda. Hay que dejarles una ofrenda con cuarzos, piedras que brillen, dulces, mantequilla, jugos, frutas, monedas, flores, y también puedes dejar algún juguete.

Si tienes elfos o hadas, puedes hacer tu ofrenda y dejarlos ahí cerca de la Luz de la ventana para que la energía de la luna entre.



# *Fiesta de luz y hadas*



TALLER EN LÍNEA Y PRESENCIAL



INFORMES AL

**55 4097 3497**

Abril 30

16 hrs.

**\$222**



Esta noche es mágica para conectarte con estos maravillosos seres, puedes leer oráculos y pedir que te revelen los mensajes que hay para ti.

Conéctate con la poderosa energía de esta noche, invita a los espíritus de la naturaleza a tu vida. Enciende una vela, pon flores, baila, agradece, pide bendiciones, protección, amor y reconcílate con la tierra para poder ser fértil para tus proyectos.

## HADAS DE AGUA

Estas hadas se destacan por ser seres responsables de cuidar de su elemento. Se pueden encontrar en aguas grandes, chicas, dulces y saladas.

Su color característico es el azul y su estación es el otoño, se dice que son seres alegres y se relacionan con el amor y las curaciones.

Dentro de este elemento, podemos encontrar 3 tipos de hadas diferentes, sus nombres son :

Náyades  
Nereidas  
Ondinas





## Deliciosa Fortuna

Haz tu pedido vía WhatsApp:

5518669967

Atención a pedidos en Estado de México  
y CDMX solo con 48 horas de  
anticipación.



## HADAS DE TIERRA

Estas cuidan y protegen de su hábitat que son los bosques y los arboles.

Se caracterizan por su bondad y por ser las más antiguas que habitaron el planeta, se presentan en la estación del invierno y su color característico es el verde, el cual se interpreta como sanación y tranquilidad.

Dentro de este elemento también se encuentran 3 tipos de hadas, quienes son :

Alseides  
Dríades  
Oréades

## HADAS DE FUEGO

Estas hadas suelen representarse como esferas de luz que viajan a través del aire, se pueden encontrar en cualquier lugar sin ser percibidas.

También se dice que puedes saber por dónde pasó una ya que estas dejan una estela de humo con olor a azufre. EL color que las caracteriza es el rojo y su estación es el verano.





Existen 2 diferentes tipos de hadas dentro del elemento las cuales son :

Limniades

Salamandras

### HADAS DE AIRE

Las hadas de aire suelen vivir dentro de bosques, arroyos y troncos huecos.

El significado de estos seres esta relacionado con la inteligencia y la paz.

Tienen como misión purificar el aire, mover energía, transportar semillas, quitar las hojas muertas de los árboles y ayudar a todas las aves con la migración.

La estación de estas hadas es la primavera y su color característico es el amarillo.

Existen solo 2 diferentes tipos de hadas en el elemento del aire y sus nombres de estas son :

Fylgiar

Sílfides



## INVOCACIÓN DE LAS HADAS.

“Hadas del **Aire**, sílfides etéreas, atraigan sobre mi persona el poder del viento, que barre con las injusticias y los temores.”

“Hadas del **Fuego**, salamandras con rojo manto, otórguenme el fuego del amor y el poder del coraje que transmite su calor.”

“Hadas del **Agua**, sirenas, nereidas y ondinas, purifíquenme con el elemento agua, y alejen de mí tentaciones y vicios.”

“Hadas de la **Tierra**, junto con gnomos y elfos, atraigan hacia mí todo el bienestar material que necesito para vivir en paz.”

***¡Que la Magia Amorosa de la Naturaleza Transforme tu Corazón!***





# ASTROLOGÍA *Angelical*



Ángeles tutelares  
de tu horoscopo  
Ángel físico  
Ángel emocional  
Ángel mental

*además de  
Ángeles lunares  
y elaboración  
de talismanes*

**CURSO POR WHATSAPP**



INFORMES AL  
**55 4097 3497**

4 meses  
a partir de Abril 4  
\$222 x mes



Todo Está Bien



*Lily Neri*



# ¿Por qué se regalan huevos el Domingo de Pascua?

LETY NERI

Regalar huevos de chocolate en Domingo de Pascua no es solo una tradición consumista como algunos piensan. Su origen tiene una larga tradición que se ha vivido durante la Cuaresma a lo largo de generaciones desde hace muchísimos siglos.

## Huevos de Pascua en Semana Santa

La tradición de los huevos, muy arraigada en Estados Unidos, el centro de Europa e Inglaterra, empezó debido a que los cristianos católicos que seguían la abstinencia de la Cuaresma, no podían comer, entre otras cosas, huevos ni productos lácteos. Los seguidores de esta tradición guardaban los huevos, y para mantenerlos frescos los bañaban con una fina capa de cera líquida. Una vez terminada la Cuaresma, se reunían delante de la iglesia de su ciudad, y los regalaban. Con el tiempo, la iglesia católica fue cambiando las tradiciones, y hoy solamente recomienda la abstinencia de carne los viernes de la Semana Santa.

Ofrecer una cesta de huevos frescos era sin duda un magnífico detalle, pero si además los huevos se coloreaban o se pintaban se convertían en un auténtico regalo.



En el siglo XII la Iglesia bendecirá la costumbre de regalar huevos como símbolo de resurrección a la salida de la misa de Pascua.

Sin embargo, la tradición de regalar huevos el domingo de Pascua siguió y de hecho continúa en muchos países del mundo. La única diferencia es que antes se pintaban y decoraban huevos de gallina y de pavo para regalar en pequeñas cestas.

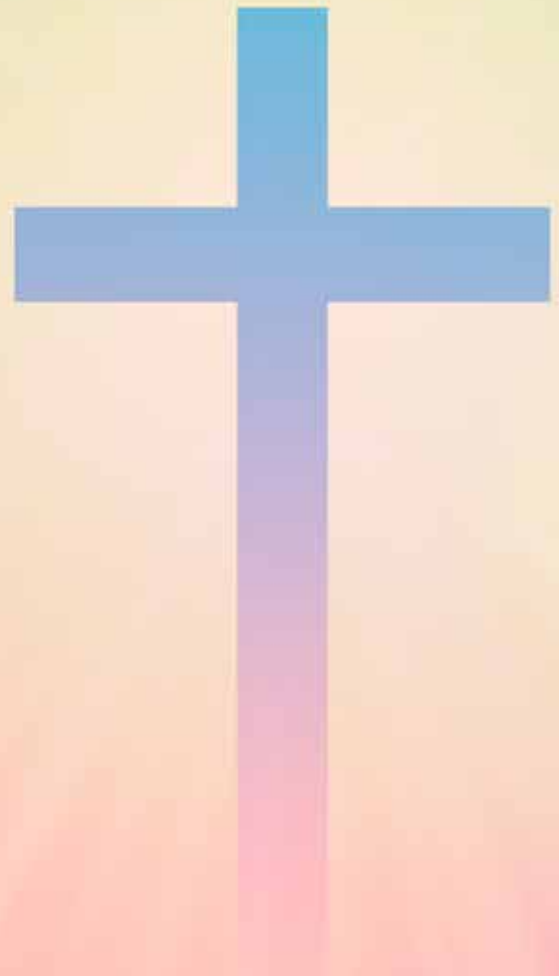
En cambio, hoy aunque se siguen regalando huevos de gallina en muchos países, desde principios del siglo XIX se regalan también los huevos de chocolate, los preferidos por los niños, claro.

En muchas culturas, los huevos representan 'vida' y 'fertilidad', y tanto en Roma como en Grecia, se regalaban huevos pintados en las fiestas y festivales de primavera.

Si hablamos de los huevos como símbolo cristiano, estos huevos tienen el sentido de una 'vida nueva', tal como significa palabra Pascua.

Una vida que nos da Jesús resucitado.

**Renueva tu vida  
en amor**



**Jesús resucitó**



Otras fuentes afirman que el huevo simboliza los cuatro elementos de la vida. La cáscara representa la tierra; la membrana, el aire; la clara, el agua; y la yema, el fuego.

Teniendo en cuenta que el huevo desde siempre ha simbolizado la fecundidad, la vida y la renovación, la asociación Pascua, Primavera y Huevo, es muy exacta.

Y el conejo, ¿qué pinta en toda esta historia? Pues el conejo ya ha sido una fantasía inventada por los padres para dar una pizca de ilusión al domingo de Pascua. Los niños creen que es el conejo es que trae los huevos. Los padres esconden los huevos de chocolate por el jardín o la casa y los niños van a buscarlos el domingo de Pascua. El conejo es un personaje para la Pascua, como papá Noel lo es para la Navidad. En todo caso, creo que con huevos de chocolate o sin ellos, la Pascua no cambiará su sentido para los cristianos.

*¡Una feliz Pascua para todas!*





**Podolog'a Integral**  
*El alma de tu pies*

Servicio Preventivo  
Uña enterrada o encarnada  
Hongos  
Pie de Atleta  
Pie diabético

**Cel. 55 7375 1362**

Chicoloapan, Chimalhuacán, Texcoco  
Servicio a Domicilio



**Regularización  
y apoyo de tareas  
Lecto-Escritura**

**Niños con Discapacidad  
Querétaro**

**WA 442 655 5972**

**PASTA FLEXIBLE y Pasteles**

**SANDRA NERY**

**WA 5524 178595**



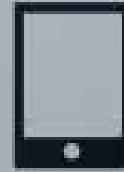
**Chicoloapan  
y Texcoco**



# BENEFICIOS BLUECONFERENCE

CONEXIÓN ILIMITADA

[blueconference.net](http://blueconference.net)



**BlueConference**

Solución digital para llevar acabo de manera segura y con una excelente calidad sus reuniones virtuales

WP +52 55 6641 4401

PREGUNTA POR NUESTROS PLANES

*Hermosa ropa  
para bebé y niños*

MARCAS NACIONALES Y ESPAÑOLAS



55 5409 8474





Si deseas comunicarte con nosotros, puedes mandar un whats al 5540973497. También puedes comunicarte, si deseas que tu negocio o tu artículo sea publicado en la revista.

Pide informes. Siempre puedes contar con el equipo.

¡Gracias por unirse al equipo de las Mujeres Divinas!



# Más Divinas

