ESPAÑOL
LSD
MÉTODO LSDD
SECRETOS DE BELLEZA
LINENNAIVE
MI ROPA - MI CONFORT
MODA
TENDENCIAS
SOMBREROS PRIMAVERA - VERANO
DECOHOGAR
WABI: LA ESCURRIDIZA BELLEZA
DE LA IMPERFECCIÓN
PSICOLOGÍA,
SEXOLOGÍA Y PAREJA
CON LA PSICÓLOGA
MIREIA MUÑOZ
STEF
ARTE
DIGITAL
+
PRODUCTOS
DE BELLEZA
EDICIÓN No. 13 JULIO - AGOSTO 2023

Productos antiedad, reafirmantes y reguladores

www.theordinary.com

it
YOUR SKIN BUT BETTER
CC+
Color Correcting
Full Coverage Cream
+
Hydrating and
Anti-Aging Concealer
SPF/FPS
50
UVB
UV Protection
Protection UV
Crème Correctrice
Haute Couvrance
+
Hydratante et
Anticernes Anti-Âge
Clinical Formulations
with Integrity
The Ordinary.
Niacinamide 10%
+ Zinc 1%
High-Strength
Vitamin and Mineral
Blemish Formula
30mL
1 fl. oz. US
Clinical Formulations
with Integrity
The
Ordi
HYDRATORS &
Natural Moist
Factors + HA
Surface Hydration
Formula
100mL

Excelencia y Eficacia probada

www.sesderma.com

Revista LSDD
© Todos Los Derechos
Reservados.

La Revista LSDD
es propiedad de
la Editorial FEME,
para cuya entidad están
Reservados
Todos los Derechos.

Queda prohibida la venta,
reproducción parcial o
total, y/o la transmisión por
cualquier medio electrónico,
impreso, mecánico, de
fotocopiado, grabación, etc.,
de la totalidad o parte de
las Ediciones de la Revista
LSDD, así como todo el
contenido que se encuentra
en nuestro sitio web sin
autorización previa del
propietario de la Revista
LSDD & Los Secretos de
Dorian y los autores de sus
artículos.
Consulte todo el contenido
de nuestro Aviso Legal en:

https://lossecretosdedorian.com/aviso-legal

Email: ceo@feme.company
WhatsApp: +1 305 239 5889
Soporte en Español: +52 55 3234 3972
Copyright © 2023 REVISTA LSDD DIGITAL
FEME Company | Todos los Derechos Reservados

12 ROSTRO
EL SECRETO DE LA MASCARILLA DE TOMATE

18 YOGA
PRASARITA PADOTTANASANA
PONTE EN FORMA

26 DIETAS
¿ARROZ O PASTA?

SUM

EDICIÓN NO. 13

32 RECETAS SALUDABLES
ADEREZO DE MOSTAZA Y MIEL

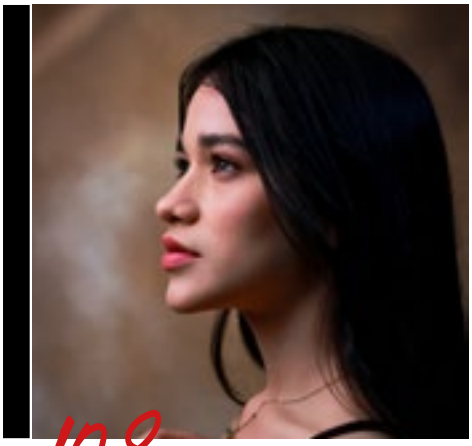
38 PSICOLOGÍA, SEXUALIDAD Y PAREJA
"SÍNDROME DEL IMPOSTOR"
Por Mireia Muñoz

46 LINENNAIVE
EN PORTADA
MI ROPA - MI CONFORT

74 LSDD CELEBRA
DÍA INTERNACIONAL SIN DIETAS
EFEMÉRIDES

86 MODA
SOMBREROS QUE SERÁN TENDENCIA ESTA TEMPORADA PRIMAVERA-VERANO 2023

104 LSDD INVESTIGA
EL PODER DE LOS ANTIOXIDANTES



108 REDES SOCIALES
#NOFILTER
¿VERDADERO O FALSO?

ARIO

JULIO - AGOSTO 2023

112 ARTE
STEF: EL HADA MADRINA DEL ARTE DIGITAL

126 DECOHOGAR
WABI-SABI
LA ESCURRIDIZA BELLEZA DE LA IMPERFECCIÓN

148 HORÓSCOPOS
LA PREDICCIÓN DE TU SIGNO ZODIACAL CON DORIAN

La Revista LSDD
Digital
te presenta:

¡LSDD INTERACTIVA!

Con una nueva edición que incorpora Botones Interactivos en cada una de las secciones de nuestro Magazine, con nuestro sitio web para que descubras los Secretos que en él te develamos.

¿Cómo Funciona?

En cada sección o página podrás ver un botón que te indicará su función, las cuales pueden ser: visitar nuestros sitios webs, una sección específica dentro de los mismo, o visitar nuestras Redes Sociales, tanto las de nosotros como la de nuestros Invitados y Colaboradores.

Anímate y ¡HAZ CLICK!

Encontrarás un sinfín de ofertas e información que de seguro te interesarán.

DESCARGO DE RESPONSABILIDAD

Los artículos relacionados con la salud que aparecen en la Revista LSDD, sus sitios webs y sus redes sociales son meramente informativos.

No pretendemos sustituir la opinión de un profesional de la salud. Recomendamos encarecidamente consultar con su médico o un especialista antes de seguir alguno de nuestros consejos, recetas y/o entrenamientos.

La Revista LSDD y su Equipo no se hacen responsables de las acciones que usted tome bajo su libre albedrío.

VISITAR SITIO WEB

HAZ CLICK PARA VISITAR NUESTRAS REDES SOCIALES

Carta de la Editora

Una nueva edición, un nuevo reto, un desafío sin límites, siempre entregando lo mejor para hacer de LSDD la mejor Revista que pueda llegar a tus manos, y sí, a tus manos, porque nuestra Revista ya no es sólo digital, ahora puedes adquirila impresa a través de nuestra tienda en MagCloud:
https://www.magcloud.com/user/lsddmagazine

En esta nueva entrega queremos mostrarles una vez más los Tips de Belleza y Salud del Método LSDD, la conjunción de la Práctica del Yoga con la Ley Universal de la Atracción, una potente unión que logra Conectar tu Mente con el Universo, dominar tu entorno en toda la extensión de la palabra, tomar las riendas de tu destino con la firme convicción de que una vida mejor es posible, que tú y sólo tú eres la dueña/o de tu destino y puedes lograr cada una de las metas que te propongas.

La Moda es algo que no puede faltar en LSDD, y esta vez te traemos la exquisitez y el glamour que derrama LINENNAIVE, una marca que ha sabido combinar el confort con la sensualidad y la femeneidad.

La obra la de la artista Británica Stef se impone como vanguardista del Arte Digital, con dibujos y pinturas que te transportarán a un fascinante mundo de fantasía.

Wabi nos devela el estilo del wabi-sabi, una filosofía que tiene el poder de cambiar nuestras vidas y traer alegría y paz al mundo, llevando la belleza y la sencillez a cada rincón del planeta con sus hermosos diseños y su extraordinaria capacidad de trabajar la cerámica y crear con sus manos una infinidad de piezas que ocuparán un espacio único en tu hogar.

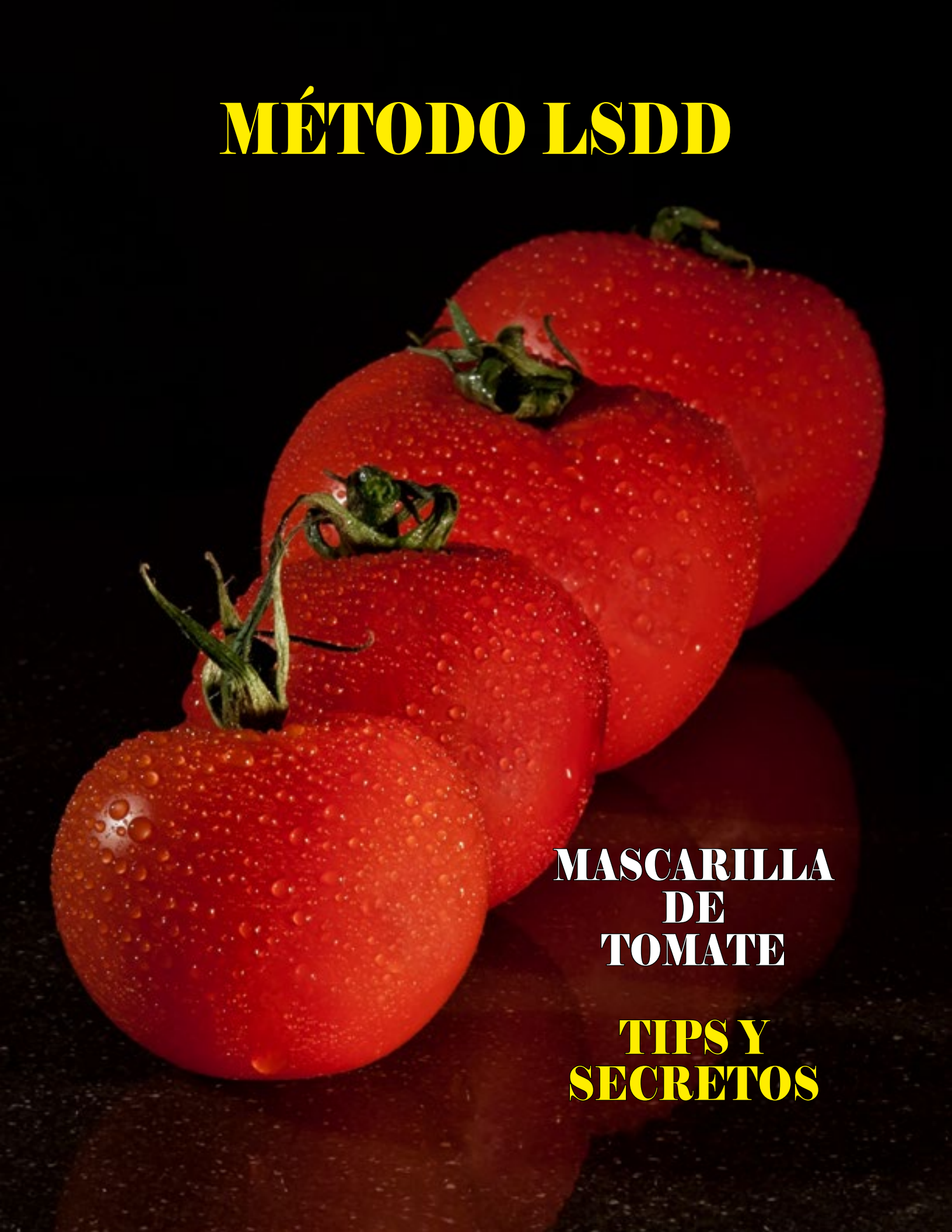
Como lo prometido es deuda, en nuestra Revista todos pueden estar, mostrándoles también en cada edición el trabajo de muchos profesionales, aquéllos que aportan su granito de arena al mundo en el ámbito de la salud. Esta vez lo hacemos de la mano de la Psicóloga Mireia Muñoz.

Con un Máster en Psicología Clínica y de la Salud, Sexología Clínica y Salud Sexual, un Posgrado en Terapia de Pareja, entre otros, Mireia nos deleita con uno de sus artículos: El síndrome del impostor, recomendación de LSDD.

Los caminos hacia el éxito siempre están ante nosotros, son nuestros bloqueos mentales los que nos proporcionan una oscuridad que no nos deja ver. Busca la luz en tu interior, deshazte de todo lo que te haga daño y camina por el sendero de tu vida cosechando éxitos, abrazando la felicidad y alcanzando todas tus metas.

Miss Basil 11

MÉTODO LSDD



MASCARILLA DE TOMATE

TIPS Y SECRETOS

Hola queridas amigas y amigos de Los Secretos de Dorian!

Las manchas en la piel es probablemente uno de los problemas que más afrontamos las personas que vivimos en el trópico, cerca del mar, o que estamos expuestos de manera continua y excesiva a los rayos UVA, aún protegiéndonos la piel.

Es importante conocer el tipo de piel que tenemos, para, de este modo, poder acudir al mejor remedio que, no sólo logre los objetivos que deseamos, sino que también nos deje una sensación de bienestar en nuestra piel.

Hoy te traemos una sencilla mascarilla que te ayudará a reducir poros, afinar líneas de expresión y aclarar las manchas de la piel, se trata de la mascarilla de tomate.

El tomate es, además de un exquisito vegetal, una mina de oro para nuestra piel ya que es un antioxidante por excelencia.

La mascarilla es sencilla, basta con cortar cualquier especie de tomate a la mitad y extraer su jugo, aplicándolo posteriormente en la piel de nuestro rostro, cuello y pecho, y dejándolo reposar por unos 30 minutos.

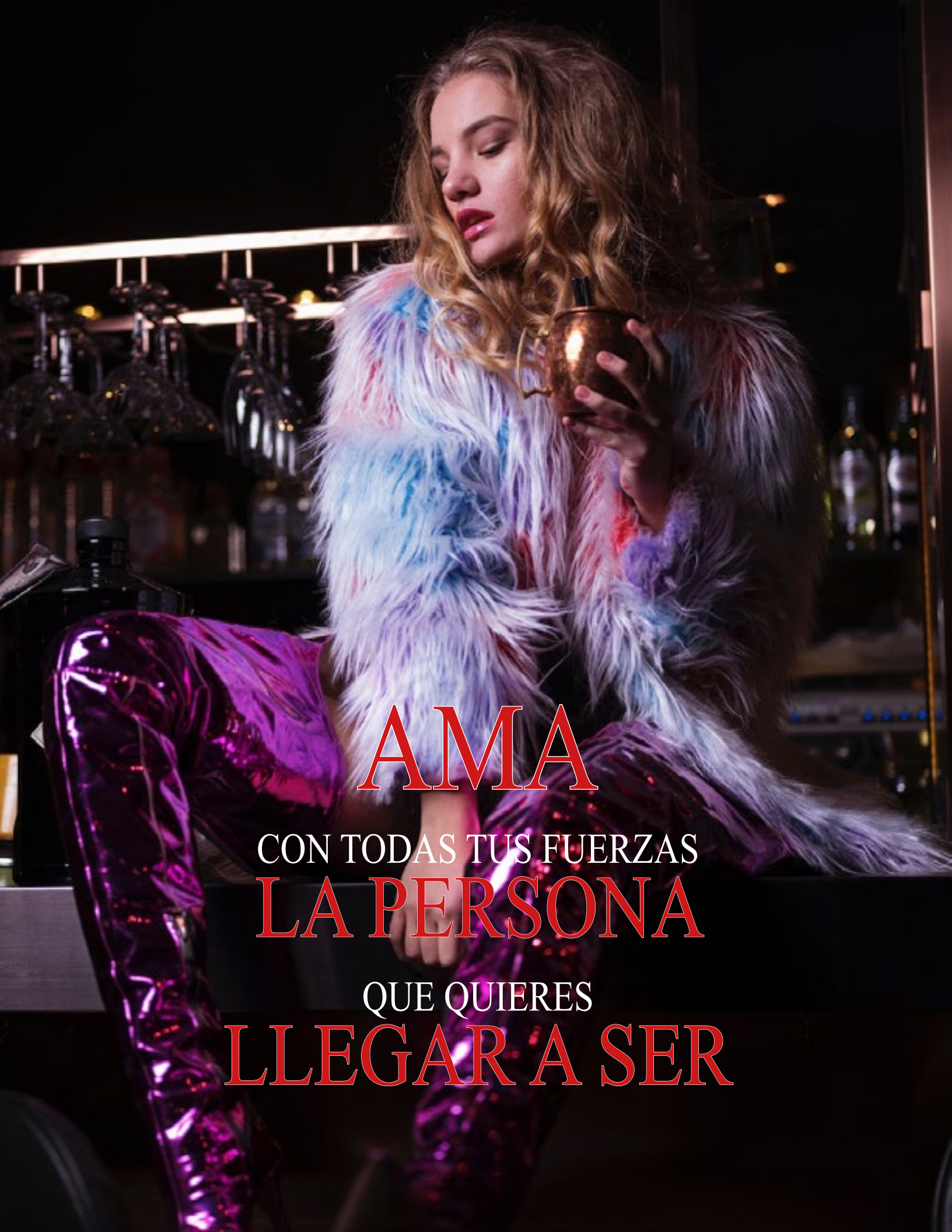
Es importante que aclares con abundante agua tibia pasados los 30 minutos sin usar ningún limpiador. Tu cara quedará completamente resplandeciente y podrás continuar aplicando los productos que normalmente utilizas.

Puedes hacer esta mascarilla una vez por semana, siempre en las noches para evitar cualquier reacción a los rayos UVA. Los resultados se ven desde la primera aplicación, pero, si eres constante, tu piel irá recobrando cada vez más la luminosidad perdida en cada rutina que realices.

¿Cuál es el Secreto de Hoy?

El secreto de esta mascarilla para que funcione con todos los tipos de piel está en mezclarlo con unas gotitas de Vitamina E, ya que, al ser tan ácido, podría crearle a algunas personas un poco de enrojecimiento o irritación.

El aceite de Vitamina E no influye en la acción del zumo del tomate, pero estabiliza el PH ayudando a que su acción sea aún más profunda, proporcionando hidratación y potenciando las vitaminas que este contiene.


AMA
CON TODAS TUS FUERZAS
LA PERSONA
QUE QUIERES
LLEGAR A SER

MÉTODO LSDD

PRASARITA PADOTTANASANA

El Yoga es, sin duda, una de las prácticas más exigentes en cuanto a ejercicios se refiere. Es una disciplina fuerte que a su vez trae muchos beneficios para la salud. En nuestro Método LSDD te enseñamos cómo lograr una conexión mente, cuerpo y universo para lograr que cada asana se convierta en un verdadero milagro para tu organismo, logrando así avanzar con pasos agigantados en la obtención de los resultados que quieres alcanzar.

Hoy te hablaremos del Prasarita Padottanasana, una asana que, aunque parece sencilla, requiere de toda tu atención para poder ejecutarla correctamente.

Entre los múltiples beneficios que obtienes cuando realizas esta postura de yoga se encuentran:

- Fortalecer los muslos en su parte interior.
- Fortalecer y estirar los isquiotibiales.
- Estirar la espalda.
- Fortalecer el cuello.
- Mejorar el equilibrio.
- Aumentar la capacidad pulmonar.
- Mejorar el estado emocional.

Como todos los nombres de las asanas de yoga, esta también tiene su significado.

«Prasarita»: Posición extendida / amplia.
«Pada»: pierna / pie.
«Ud»: Intensidad.
«Tana»: Extensión.
«Uttana»: Estiramiento profundo.
«Asana»: Postura de yoga.

Pasos a seguir para realizar esta postura:

– Inhala y separa ampliamente los pies, sobrepasando todo lo más que puedas la distancia de los hombros.

– Pon las manos en tu cintura y exhala lentamente.

– Relaja los hombros echándolos hacia atrás. Estira la espalda sin enconvarte, es importante que tu zona lumbar no sienta ninguna molestia. Inhala mientras te acomodas en la posición.

– Comienza a inclinarte lentamente hacia debajo hasta apoyar tus manos sobre el suelo o tu Mat. Mientras lo haces, exhala lentamente.

– Cuando hayas apoyado completamente las manos en suelo, vuelve a inhalar lentamente.

– Apoya la cabeza sobre el suelo o Mat, una vez te hayas estabilizado, comienza a exhalar lentamente.

– Mantén la postura durante 5 respiraciones.

– Comienza a levantar el cuerpo lentamente mientras inspiras y mantienes tu mente concentrada en el movimiento de retorno a la posición inicial.

¿CÓMO CONECTARNOS AL UN

En cada inspiración que realizas con esta postura absorbes la energía del universo que circula a tu alrededor, llenándote de fuerza y buena vibra, pasando a través de todo tu cuerpo llenándolo de vida y poder.

MÉTODO

IVERSO CON ESTA POSTURA?

Cuando exhalas, esa energía positiva se queda dentro y sólo estarás expulsando el estrés, la negatividad y todos esos factores que obstaculizan tu camino hacia el éxito.

LSDD

ÚNETE AL MÉTODO LSDD

Los caminos hacia el éxito siempre están ante nosotros, son nuestros bloqueos mentales los que nos proporcionan una oscuridad que no nos deja ver, perdemos la capacidad de escuchar y mantienen nuestra mente en tinieblas.

La vida siempre estará llena de obstáculos, la responsabilidad de apartarlos de nuestro camino es sólo nuestra.

Busca la luz en tu interior para que puedas deshacerte de todo lo que te haga daño y caminar por el sendero de tu vida cosechando éxitos, abrazando la felicidad y alcanzando todas tus metas.

CLICK PARA VER +

Toma las Riendas de tu Destino

LSDD

EL PODER LO TIENES TÚ

MÉTODO LSDD

DIETAS PARA ADELGAZAR

CLICK PARA VER +

Arroz o Pasta

¿Qué engorda más?

Depende la cultura de cada país, solemos acompañar nuestros platos con arroz o pasta, Sin embargo, existen muchas dudas acerca de cuál es mejor como complemento nutricional, pero a su vez, nos ataca el pensamiento de cuál engorda más.

Hablemos de cada uno a profundidad para, además de conocer sus beneficios, tener la idea de por cuál decantarnos a la hora de satisfacer nuestras necesidades calóricas.

El arroz es un carbohidrato complejo, esto significa que no pasa por un proceso de refinamiento, convirtiendo este punto en algo a favor en cuanto a salud se trata. El arroz integral no es más que el arroz virgen que no le ha sido retirada su cubierta, la cual aporta gran cantidad de fibra, tan importante para el buen funcionamiento de nuestro proceso digestivo. Dicho esto, podrías correr ahora mismo a desechar todo el arroz blanco que tienes en la dispensa y atacar la tienda más cercana en busca de arroz integral. Pues no, esto sería un grave error, primero que todo, porque no todas las personas toleran la fibra del arroz integral, ya que es mucho más densa y completamente insoluble en agua que otras. Las personas que padecen de intestino irritable o dificultad para digerir los alimentos no deben consumirlo, ya que, lejos de aportarle algún beneficio, podrían enfermarlos aún más.

Aún si eres una persona completamente saludable, no es recomendable abusar de la fibra. Antes de escoger el platillo que vas a consumir en el día, supervisa la cantidad de fibra que vas a poner a tu plato, si ves que estás cargada de vegetales y frutas con piel, semillas y granos, lo mejor es que optes por arroz blanco. Recuerda siempre nuestro slogan: ¡Menos es Más!

La pasta en cambio es un carbohidrato simple, lo que significa que ha pasado por un proceso largo y lleno de pasos antes de llegar a tu despensa, por lo que lo hace perder en esta competencia frente al arroz ya que la cantidad de nutrientes es mucho menor. Sin embargo, en estudios médicos realizados, se ha probado que la pasta es capaz de regular la glucosa en sangre mejor que el arroz, ya que se digiere más rápido y llega a la sangre en menos tiempo. También es menester saber que las personas que padecen de resistencia a la insulina no deben abusar de este exquisito alimento, ya que, aunque es un proceso a largo plazo, puede afectar negativamente la salud de estas personas y empeorar su condición.

Factores y Diferencias

Dos factores importantes a tener en cuenta para reducir la capacidad de ambos alimentos de aportarnos más calorías de las deseadas, se encuentra en su forma de cocción. Tanto la pasta como el arroz se deben cocinar hasta que su interior quede completamente blando, pero nunca que exceda el término de: "al dente". Muchas personas tienen la creencia de que la comida "al dente" está cruda en su interior, cosa que es totalmente falsa. Este término se utiliza sencillamente para definir un alimento completamente cocido, sin que llegue a aguarse al punto que derrame todo su almidón.

Las diferencias calóricas entre el arroz y la pasta son insignificantes, por lo que podemos concluir que ninguno engorda más que el otro. El secreto está (además del modo de cocción) en la porción que sirves, ya que, al ser la pasta un alimento que ocupa más lugar en el plato, que se digiere con más rapidez (por lo que de antemano ya sabes que vas a sentir hambre más rápido) y que siempre viene acompañado de alguna salsa, solemos servir mucho más, eso sin contar las calorías que estamos consumiendo con cualquier salsa que le pongamos.

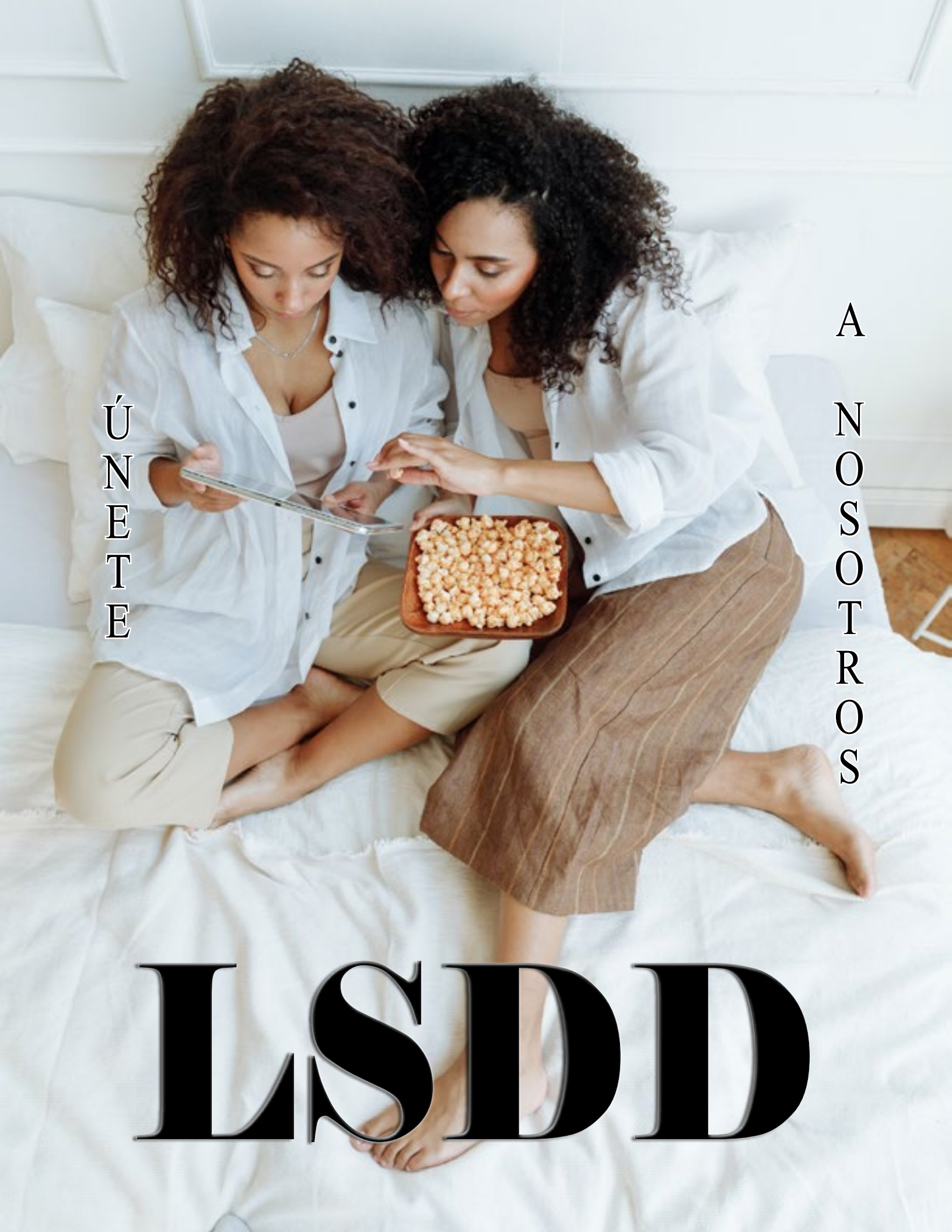
Entonces, ¿cómo saber las proporciones exactas entre uno y otro para poder disfrutar ambos sin correr el riesgo de pasarnos?

Sencillo, hazte de una pesa de cocina y pesa ambos en crudo. Es importante que sea antes de ser cocinados, por ejemplo, puedes hacer una olla de arroz o pasta para varias personas, pero mantén en tu mente cuánto pesó la cantidad que pusiste en la olla y luego divide las porciones en partes iguales para poder separar la que te corresponde ingerir a ti.

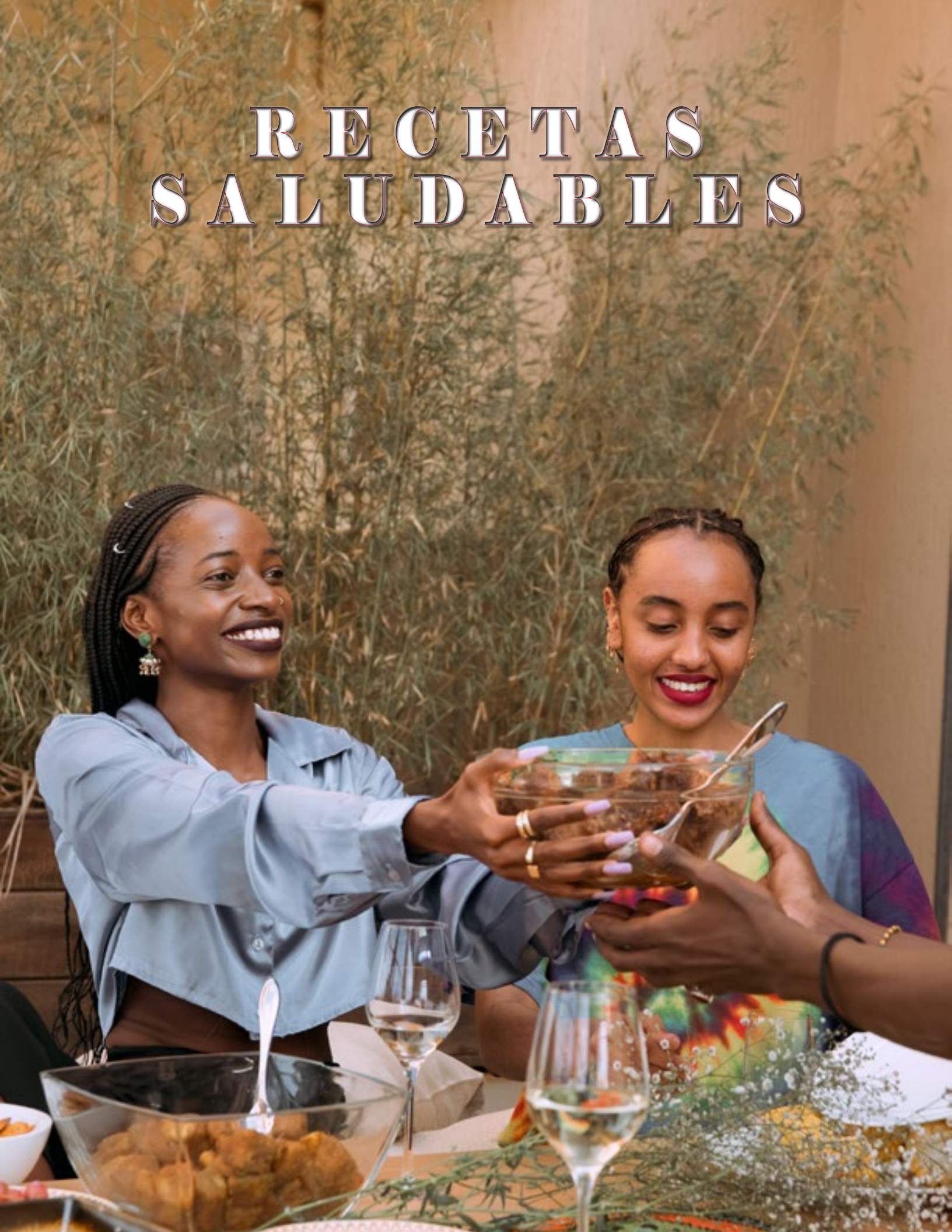
EN LA REVISTA LSDD
TE DEVELAMOS
TODOS LOS SECRETOS

¿Cómo saber el peso que te corresponde servir en tu plato?

Para ello deberás hacer un balance de tus necesidades calóricas diarias, siempre dándole paso a los vegetales y a las proteínas como reinas de tu plato. Una vez tengas las ¾ partes de tu plato completada con estos dos últimos grupos de alimentos, podrás proceder a completar el ¼ de plato que te falta con el carbohidrato que más te guste, o que se adapte en cuanto a sabor y textura al resto de lo que vas a consumir.


ÚNETE
A NOSOTROS
LSDD

RECETAS SALUDABLES



Aderezo de mostaza y miel

Tiempo de preparación: 5 minutos
Tiempo de enfriamiento: 30 minutos
Tiempo total: 35 minutos
Porciones: 6

Ingredientes:
1/2 taza de yogur bajo en grasas sin sabor.
3 cucharadas de leche sin grasa o del 1%.
1 cucharada de miel*.
2 cucharaditas de mostaza preparada (cualquier tipo).
Preparación:
Lávese las manos con agua y jabón.
Combine todos los ingredientes en un tazón pequeño hasta que estén suaves. Cubra y enfríe por 30 minutos antes de servir.
Refrigere las sobras en las siguientes 2 horas.

Notas:

Para un sabor más fuerte, añada 1 o 2 cucharaditas de mostaza.
¡Este tipo de receta funciona con todo tipo de mostaza!
*La miel no es recomendada para niños menores de 1 año.

"Cortesía de MedlinePlus de la Biblioteca Nacional de EE. UU."

“LA SALUD ES LA UNIDAD QUE DA VALOR
A TODOS LOS CEROS DE LA VIDA”
CLICK PARA VER +
Bernard Le Bouvier de Fontenelle

REVISTA LSDD
WWW.REVISTALSDD.COM
ANÚNCIATE

EL EQUIPO DE LOS SECRETOS DE DORIAN
TE AGRADECE QUE SEAS PARTE DE ESTA AVENTURA.
GRACIAS POR LEER
NUESTRA REVISTA.

Psicología, Sexualidad y Pareja

SÍNDROME DEL IMPOSTOR

Por Mireia Muñoz

Síndrome del Impostor | ¿Lo Estás Sufriendo?

El síndrome del impostor es un conflicto psicológico en el que la persona, por más habilidades que tenga, es incapaz de reconocerlas y valorarlas como merece e infravalora los logros, quitándoles mérito y dudando de sus propias capacidades.

A pesar de que haya pruebas de sus capacidades, cuesta ver el resultado positivo e incluso la persona se puede considerar «un fraude» (de ahí el nombre del síndrome del impostor) al sentir que no lo hace correctamente o que su desempeño nunca es suficiente. Desmerece sus logros y no se siente satisfecho/a con lo que consigue, teniendo la creencia de que no es apto/a para las actividades que lleva a cabo. Se puede aplicar tanto en el ámbito laboral como en el personal.

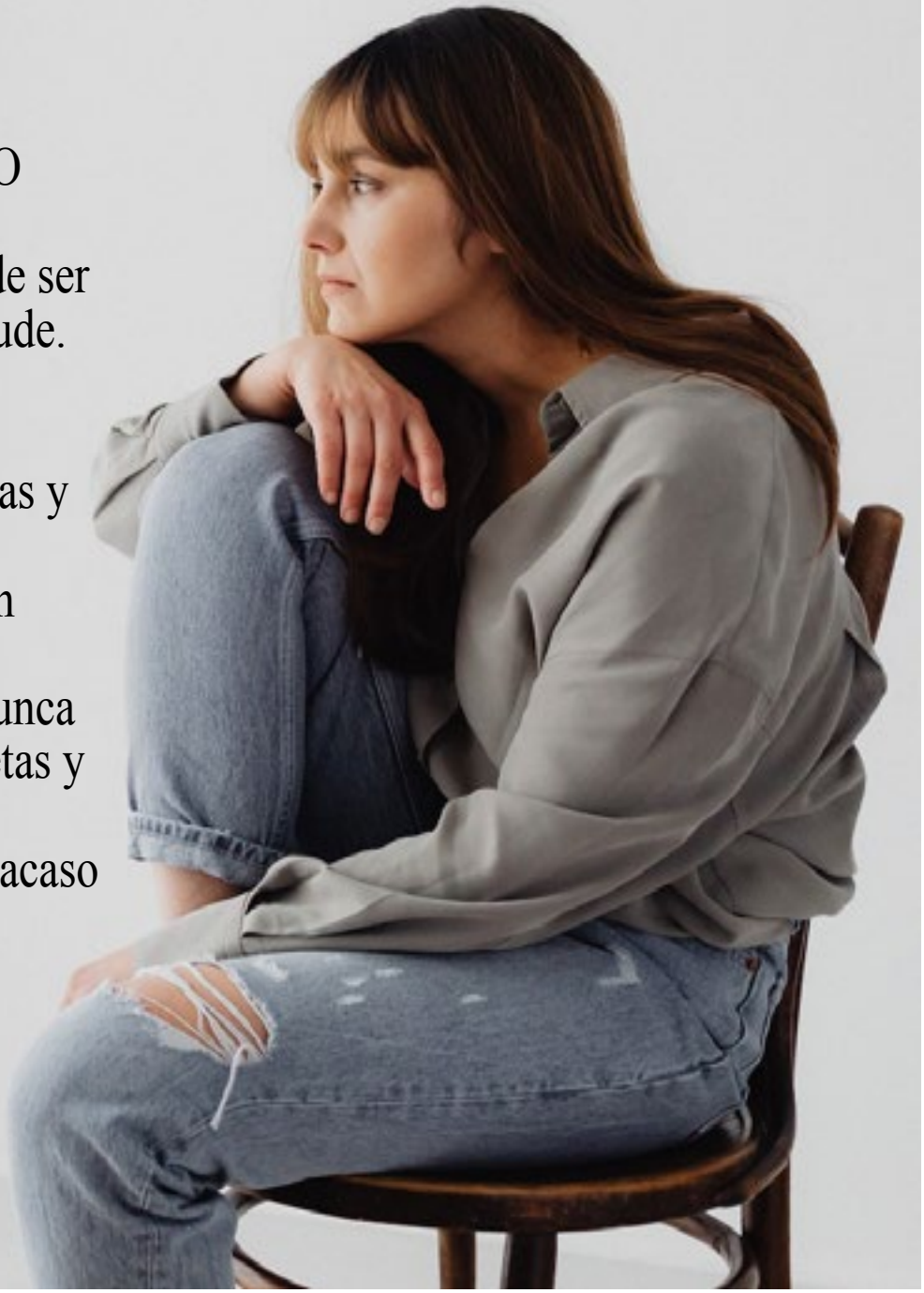
El síndrome del impostor te lleva a sentir que no mereces los logros que tienes en tu vida, sientes que tus habilidades no son suficientes, que no estás preparado/a, que no lo haces suficientemente bien. Dudando continuamente de tus capacidades y habilidades.

Principales causas del Síndrome del Impostor:

- Autoestima baja.
- Falta de seguridad y confianza en uno mismo.
- Inseguridades causadas por experiencias vividas anteriormente, que no han sido sanadas.
- Haber recibido muchas críticas durante la infancia y la adolescencia.
- Creencias arraigadas de cómo se puede llegar al fracaso si no se toman buenas decisiones (lo que crea miedo a decidir y presión ante ese posible fracaso).
- Presión excesiva durante la infancia y adolescencia por cumplir expectativas.

Principales síntomas del Síndrome del Impostor:

- Insatisfacción constante.
- Sentimiento de NO merecimiento.
- Temor constante de ser visto como un fraude.
- Dudas recurrentes acerca de las capacidades propias y habilidades.
- Tristeza, depresión y desesperanza, asociados a que nunca alcanzarán sus metas y sueños.
- Expectativas de fracaso ante situaciones importantes.

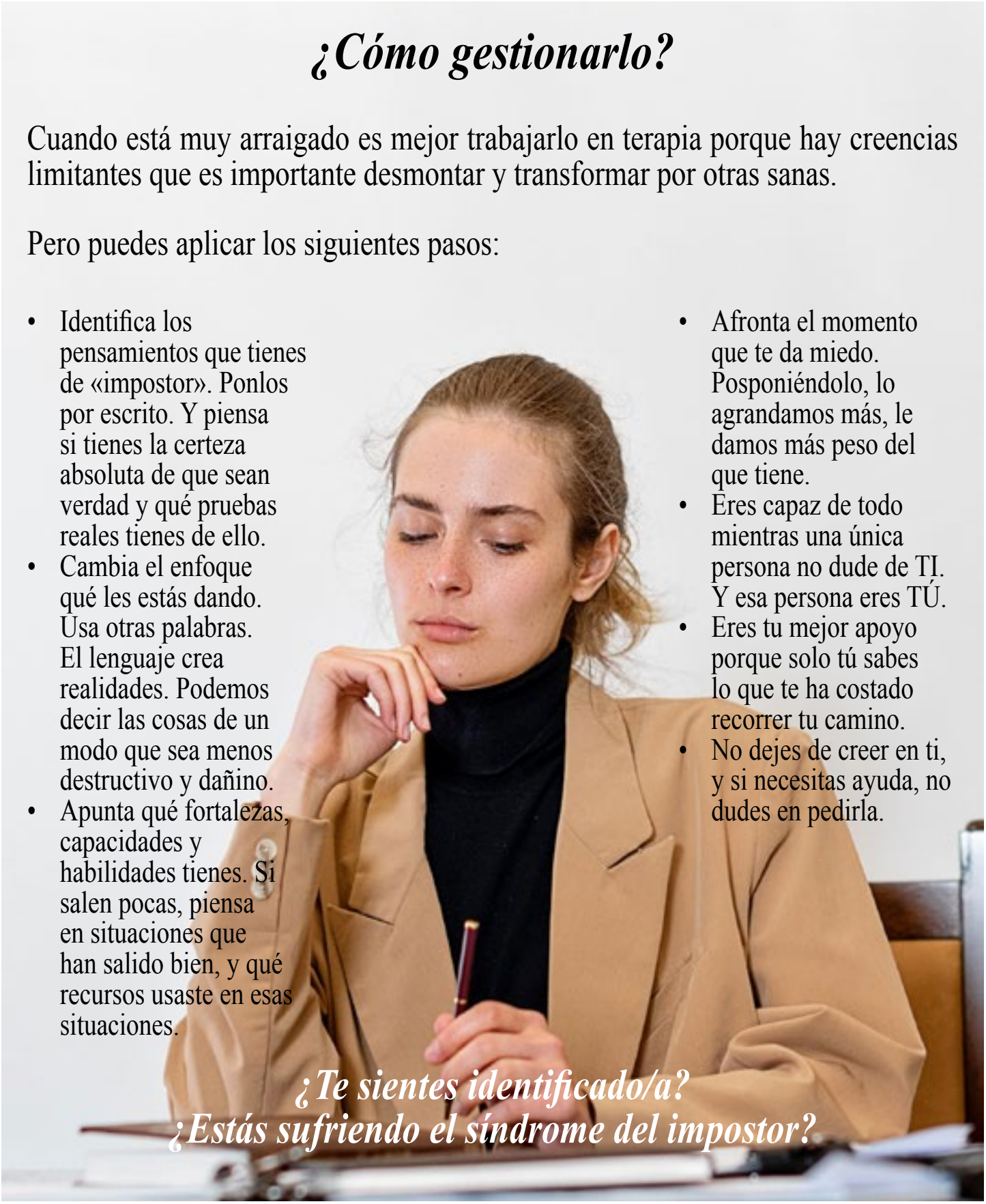


¿Cómo gestionarlo?

Cuando está muy arraigado es mejor trabajarlo en terapia porque hay creencias limitantes que es importante desmontar y transformar por otras sanas.

Pero puedes aplicar los siguientes pasos:

- Identifica los pensamientos que tienes de «impostor». Ponlos por escrito. Y piensa si tienes la certeza absoluta de que sean verdad y qué pruebas reales tienes de ello.
- Cambia el enfoque qué les estás dando. Usa otras palabras. El lenguaje crea realidades. Podemos decir las cosas de un modo que sea menos destructivo y dañino.
- Apunta qué fortalezas, capacidades y habilidades tienes. Si salen pocas, piensa en situaciones que han salido bien, y qué recursos usaste en esas situaciones.
- Afronta el momento que te da miedo. Posponiéndolo, lo agrandamos más, le damos más peso del que tiene.
- Eres capaz de todo mientras una única persona no dude de TI. Y esa persona eres TÚ.
- Eres tu mejor apoyo porque solo tú sabes lo que te ha costado recorrer tu camino.
- No dejes de creer en ti, y si necesitas ayuda, no dudes en pedirla.



¿Te sientes identificado/a?
¿Estás sufriendo el síndrome del impostor?

Mireia Muñoz.

Directora del Centro de Psicología Online Mireia Muñoz.

Empecé este recorrido profesional hace 15 años con el firme objetivo y deseo de poder ayudar y contribuir a que la vida de otra persona sea mejor y más feliz.

Adoro mi trabajo que es vocacional y por ello, he invertido muchas horas en él, y no sólo trabajando sino formándome y aprendiendo de los mejores referentes.

He realizado un máster en psicología clínica y de la salud, un máster en sexología clínica y salud sexual, un posgrado en terapia de parejas, un posgrado en terapia breve estratégica, curso experto en Mindfulness y gestión emocional y curso experto en dependencia emocional, además de una amplia formación en cursos sobre autoestima, ansiedad e inteligencia emocional.

Sigo una línea de psicología integradora. Es decir, me he formado en diferentes disciplinas de la psicología (cognitiva, breve estratégica, sistémica, aceptación y compromiso, etc) para ofrecer una terapia de calidad a cada paciente basada en la integración de múltiples técnicas y que siguen las personas de mi equipo.

En el centro de Psicología online Mireia Muñoz, encontrarás un equipo de psicólogas especializadas en:

- Sexualidad
- Pareja
- Ansiedad
- Autoestima
- Depresión
- Crisis Vitales
- Dependencia Emocional
- Trastornos Alimentarios
- Gestión Emocional

MIREIA MUÑOZ

- Máster Psicología Clínica y de la Salud (Instituto Superior de Estudios Psicológicos).
- Posgrado Terapia de Pareja (Universidad de Girona).
- Máster Sexología Clínica y Salud Sexual.
- Posgrado de Terapia Estratégica Breve (Universidad de Girona).
- Curso Superior en Mindfulness y Gestión Emocional (Universidad de la Salle).

En el Centro de Psicología Online Mireia Muñoz podrán encontrar un equipo de especialistas que siguen una metodología basada en resultados y años de experiencia enfocadas especialmente a las relaciones (relaciones de pareja y de sexualidad, dependencia emocional, dificultad sexual, ruptura, ansiedad en la pareja...)

Si estás enfrentando algunos de estos problemas en tu vida, sin duda alguna en el Centro podrás encontrar la ayuda que necesitas. Puedes contactarlos a través de:

Website: www.mireiamunoz.com
email: info@mireiamunoz.com

Teléfono: +34 620 63 17 01
(Citas vía WhatsApp)

LAS CRÓNICAS DE Miss Sibyl

LAS
CRÓNICAS
DE MISS SIBYL

Un espacio
para dejar volar
TU IMAGINACIÓN

LINENNAIVE

MI ROPA - MI CONFORT

Linennaive es mucho más que una marca de ropa. Es MODA en su máxima expresión. Sus diseños son la viva esencia de la femineidad, la sensualidad y el confort.

Con un estilo propio, Linennaive traspasa fronteras, edades y tallas, perpetuándose en el tiempo, donde cada una de sus prendas de vestir pueden ser usadas en cualquier época del año, imponiéndose ante cualquier tendencia del momento.

Muchos podrían catalogar la marca con un estilo Vintage o Naive, lo cierto es que Linennaive sabe combinar la excelencia que evocan sus diseños con las tendencias más exquisitas de la actualidad.

Maestros del tejido y el color, cada prenda confeccionada por Linennaive es sencillamente única, quien la vista será un ejemplo del buen gusto, la delicadeza y el glamour.

CONFORT REAL

Cuál es la historia detrás de LINENNAIVE?

Creemos que los diseños cómodos y bien pensados mejoran nuestra vida.

Mi Ropa - Mi Confort. La ropa no es cuestión de marca, corte, estampado o combinación de colores, la ropa es cuestión de sentimientos. Siempre digo que la ropa que llevamos tiene que tener sólo un impacto positivo en nosotros y nuestra experiencia psíquica al llevarla es muy importante.

Nuestros seguidores siempre conocen nuestro principio de diseño y control de calidad: "Confort Real - Realmente Tú". Sí, es muy sencillo, pero también muy difícil de hacer. Empezamos con los miembros de nuestro equipo y comprendemos por experiencia propia cuánto amor y energía se necesitan para que un negocio como éste, en una industria como la nuestra, funcione. Puede ser desgarradoramente despiadado y la competencia es feroz. Intensamente feroz. Por eso admiro mucho a los pequeños diseñadores independientes que se mueven más por la pasión que por el beneficio y siguen un camino que les permite expresar realmente su creatividad y lo que aman. Ahora, al menos me atrevo a decirlo, nuestra marca Linennaive es lo que, en mi opinión, hace que mis diseños sean tan especiales.

Hemos aprendido mucho sobre el lino y la cachemira. Una tela bien hecha es mucho más duradera, se siente mejor sobre la piel y, lo que es más importante, se vuelve más suave y bonita con cada uso. Con todo el respeto por las personas con las que trabajamos, las relaciones y nuestra cultura empresarial, dirigimos nuestra empresa según los principios del comercio justo, pagamos salarios honestos y apreciamos de verdad a nuestros especialistas. Pagamos a las granjas de lino y a los pastores nómadas un 50% más que a los comerciantes tradicionales.Fabricamos todo nosotros mismos (sin intermediarios). Usted paga un 50% menos. Justo para ellos, justo para nosotros, justo para ti. Así de sencillo.

¿Quieres conocer a la familia Linennaive? Sí, sigue nuestro instagram @linennaive. Encontrarás a nuestros miembros que confeccionan tu ropa, a nuestros proveedores que traen ese lino que puede crecer en tu cuerpo, así como muchos posts compartidos por nuestros felices clientes.

Confort real, realmente tú.

BERGAMOTE 20
FLORAL LINEN DRESS

TODAS LAS TALLAS

El escenario perfecto: cielo azul, mariposas revoloteando y flores en el pelo.
Pero aún falta algo.
Confeccionado en lino con un estampado de margaritas multicolor, este vestido de lino Linennaive aportará estilo a la imagen.
suspiro
Prepárate para que todos te miren.
Una propuesta femenina y coqueta para tu próximo evento.
Con estampado floral de margaritas, preciosos cordones en la parte delantera y bolsillos laterales.

MATERIAL:

Principal 100% lino-155g/gramos

Totalmente forrado y No es transparente.

ELOWEN 27 | LACE LINEN DRESS GOWN (2 WAY TO WEAR)

TODAS LAS TALLAS

¿Buscas algo que te mantenga elegante y a la vez impresionante? Entonces este vestido es justo para ti. Este vestido en particular se inspira en elementos medievales, pero en general tiene un diseño de fantasía.

Nos recuerda a las tardes que pasamos a la sombra de nuestro árbol favorito, nadando en el lago local o dando un paseo por la orilla musgosa de un río.

Este lino está acentuado con un atrevido ribete de encaje hecho por nuestros talentosos diseñadores tras mucha investigación sobre las formas de encaje de estampados quemados y recortes artesanales. Encontrará este ribete en las mangas y en el dobladillo. Este vestido está repleto de pequeños detalles que te sorprenderán.

Este vestido es precioso por dentro y por fuera y sabemos que te encantará.

MATERIAL:

Color beige: Principal 100% lino- 180g/ gramo. Peso medio Amarillo: 20% Seda, 80% Lino. 120g/ gramo. Peso ligero Violeta: 20% Seda, 80% Lino. 120 g/ gramo. Peso ligero.

Totalmente forrado. No es transparente.

JULIA 35 | LACE UP LINEN DRESS

TODAS LAS TALLAS

Combinando detalles sofisticados con un glamour desenfadado, este vestido de Linennaive está elegantemente estilizado con un escote cuadrado de pétalos retro que complementa la falda de línea A. La prenda está disponible en rojo brillante, verde bosque y coral para una estética **llena de vida.**

Como una rosa en flor, romántica y suave. Cada detalle muestra su exquisitez. El diseño con cordones y una silueta a capas digna de la lujuria, está destinado a arrasar. Este vestido es una visión del romanticismo.

MATERIAL:

100% lino, 210 g/gramo. Lino de peso ligero-medio especialmente escogido. No es tan grueso como otros linos, ya que este vestido está diseñado para ser vaporoso y poético.

No es transparente.

EVA | LACE & LINEN COCKTAIL DRESS

TODAS LAS TALLAS

Este vestido de Linenaive es perfecto para una fiesta o una ocasión especial: todas las miradas se posarán en ti con este romántico vestido. Concibe siempre el trabajo con la dosis justa de capricho. Confeccionado en lino de alta calidad, este vestido presenta una silueta ajustada y acampanada con detalles de encaje que le dan un toque encantador. El delicado bordado de encaje en el dobladillo creará un grácil movimiento al caminar, exudando elegancia y romanticismo sin esfuerzo. Póntelo con zapatos de salón para tu próxima ocasión especial. Estás a punto de robar el show.

Linennaive revisa su vestido de firma cada temporada y, aunque la silueta sigue siendo la misma, siempre hay algo nuevo que descubrir en los detalles. Esta versión está confeccionada en suave lino y decorada con bordados de encaje para conseguir una silueta chic.

MATERIAL:

100% lino. 230 g/gramo. Peso medio. Se lava con técnica especial y no es fácil de arrugar.

SPICED ROSÉ 11| CORSET STYLE LINEN DRESS

TODAS LAS TALLAS

Retrocede en el tiempo con el vestido de Linennaive. Adivina qué: Alicia ha crecido y ahora su País de las Maravillas es así de cómodo y mágico. Con este vestido maxi, Alicia sigue luciendo su silueta característica y está lista para cualquier evento social que le propongas.

¿Una fiesta de té? No hay problema. Diseñado con un corpiño tradicional, te transportará al pasado.

Un viaje al pasado.

Te servirá para un montón de ocasiones, así que nunca te quedarás corta a la hora de ir elegante y cómoda. Está adornado con una cintura de inspiración corsé. Tiene tirantes, un cinturón extraíble y una forma completa.

MATERIAL:

100% lino, puro lino natural. 300 g/gramo. Peso medio-pesado. Se lava con técnica especial y no es fácil de arrugar. Teñido naturalmente sin añadidos químicos. Puede desteñir ligeramente antes del primer lavado. Por favor, lávelo antes de ponérselo.

No es transparente.

ORCHIDS 33 | FRONT LACE-UP LINEN DRESS

TODAS LAS TALLAS

Los días más soleados acabarán volviendo a ti. Cuando lo haga, llevarás este vestido de volantes de tirantes de linennaive para poder saludarlo como es debido. Sabrás cuándo es el momento adecuado.
Este vestido se presenta en tono verde oliva, detalle de encaje en el pecho, cierre de botones delantero, detalles de volantes y smocking que añaden romanticismo a la pieza.
Este vestido con volantes es informal y elegante a partes iguales, por lo que lucirás coqueta y femenina en distintas ocasiones.

MATERIAL:

100% Lino, alrededor de 160 g/gramos

Todos los años tenemos un equipo dedicado a estudiar la evolución del lino. El lino es un tejido tradicional. Parece que el lino no cambiará aunque hayan cambiado las dinastías y haya pasado el tiempo. Añadamos aquí un poco de imaginación y curiosidad. Si las materias primas no cambian, ¿puede mejorarse el método de tejido?
Tras un año de investigación y desarrollo, por fin les presentamos nuestro lino teñido en hilo y la próxima edición de lino tejido en este trimestre.
El lino tradicional se teje primero y luego se tiñe. Una pieza de tejido utiliza un solo color. El tejido teñido en hilo consiste en que primero diseñamos diferentes colores, teñimos el hilo de lino y luego lo hilamos en telas, de modo que el lino puede mostrar colores muy hermosos y ricos.
Se lava con técnica especial y no es fácil de arrugar.

DAISY 03 | MUSTARD YELLOW LINEN SKIRT

TODAS LAS TALLAS

Fiesta, negocios, escuela, ¿dónde querrás llevar esta falda? Limpia, nítida y elegante: La falda YELLOW es un básico atemporal. El equipo de diseñadores quiere encontrarte algo perfecto para el comienzo del nuevo año :)
La colección de faldas linennaive celebra el estilo clásico con un toque moderno, como demuestra esta falda midi plisada en amarillo y lila ceniza. Con tiro alto, borde ancho, bolsillos profundos, efectos desgastados y largo medio.

CINTURA:

A veces sentimos que algo falla cuando nos ponemos una falda. Uno de los elementos más importantes es la posición de su cintura. Nuestros diseñadores han probado y confeccionado unas cuantas muestras con el fin de establecer una cintura correcta, y además no sacrificar la sensación de comodidad que debe tener una falda de lino. Cómoda ante todo. Nuestras faldas tienen ahora 6 tallas (para ajustarse a cinturas de unos 68 cm-95cm) ¿Necesita también otras tallas?

MATERIAL:

Lino de peso medio. 100% falda francesa.

DAISY 03 | MIDI LINEN SKIRT (6 COLORS)

TODAS LAS TALLAS

Fiesta, negocios, escuela, ¿dónde querrás llevar esta falda? Limpia, nítida y elegante: La falda YELLOW es un básico atemporal. El equipo de diseñadores quiere encontrarte algo perfecto para el comienzo del nuevo año :)

La colección de faldas linennaive celebra el estilo clásico con un toque moderno, como demuestra esta falda midi plisada en amarillo y lila ceniza. Con tiro alto, borde ancho, bolsillos profundos, efectos desgastados y largo medio.

CINTURA:

A veces sentimos que algo falla cuando nos ponemos una falda. Uno de los elementos más importantes es la posición de su cintura.

Nuestros diseñadores han probado y confeccionado unas cuantas muestras para fijar una cintura correcta, y también para no sacrificar la sensación de comodidad que debe tener una falda de lino. Cómoda ante todo.

Nuestras faldas tienen ahora 6 tallas (para ajustarse a cinturas de unos 68 cm-95cm) ¿Necesita también otras tallas?

MATERIAL:

Lino de peso medio. 100% falda francesa.

TEA DANCE 5 | LACE-UP MAXI LINEN SKIRT

TODAS LAS TALLAS

Es un complemento atemporal para cualquier armario.
Las románticas modernas colocarán esta falda de Linennaive en lo más alto de su lista de deseos.

Confeccionada en lino puro, con bolsillos laterales y cintura con cordones, la falda tiene un corte acampanado y se ciñe a la cintura para alargar la silueta.

MATERIAL:

100% lino, alrededor de 220 g/gramo

LONGITUD:

36-36,5 pulgadas

Linennaive vuelve a demostrar cómo reinventar las siluetas clásicas y confecciona esta falda con una cinturilla con cordones que le aporta un toque contemporáneo.

FLOWER HONEY 17 |
FRONT-SLIT LINEN SKIRT

TODAS LAS TALLAS

Falda de lino plisada con abertura frontal
Un diseño clásico combinado con un toque atrevido.
Esta falda plisada con abertura frontal de Linennaive revela la cantidad justa de piel. tus piernas nos lo agradecerán.

Confeccionada en un magnífico lino puro, con bolsillos laterales, el diseño plisado crea una sensación ondulada, mientras que la abertura frontal crea un look refinado a la par que caprichoso.

MATERIAL:

100% lino. 210 g/gramo. Peso medio. Se lava con técnica especial y no es fácil de arrugar.

LONGITUD:

31 pulgadas.

DARCY 13 | LACE UP LINEN BLOUSE WITH LACE

TODAS LAS TALLAS

Made from Linen, this shirt features a Peter Pan collar with cutout petal detailing for a romantic feel.
Cut for a relaxed silhouette, it has puff sleeves and elasticated lacing-up sleeves with pleated detail exude vintage elegance.
Winning combination.
The colors are soft and vibrant, perfect for spring.
Linennaive's penchant for cheerful and romantic designs is perfectly showcased in this shirt.

MATERIAL:

100% Lino, alrededor de 180 g/gramo.
Peso medio.

The piece 'evoke a wanderlust & free spirit' aesthetic and are crafted from high-quality materials in vintage-style designs.

SARAH 17 | LACE-UP LINEN SHIRT

TODAS LAS TALLAS

Esta camisa de Linennaive se inspira en el romanticismo y la fantasía de la navegación. Está confeccionada en suave lino con una silueta relajada y mangas en contraste que la hacen destacar. Los elegantes detalles de volantes añaden dramatismo a esta pieza, haciéndola desenfadada y romántica.

Detalle de cordones en contraste en la parte delantera: no dudes en anudarla con un lazo para darle un toque divertido.
Esta camisa crea un look fresco y desenfadado sin que tú tengas que hacer nada. Póntela y disfruta del día.

MATERIAL:

100% lino, alrededor de 220g/gramo

Exquisita textura de gama alta.

DAISY 33 | 100% LINEN BLOUSE IN WHITE

La afinidad por los estilos desenfadados y románticos define la estética con clase de Linennaive. Confeccionada en lino transpirable, esta blusa desprende un aire veraniego despreocupado. La silueta desenfadada para garantizar el ajuste más cómodo. Presenta un escote con volantes y lazos en contraste en la parte delantera para una silueta detallada pero atemporal. La silueta de mangas abullonadas añade frescura y ligereza a la pieza. Disponible en versión blanca y con estampado floral, esta blusa es una opción destacada para cualquier armario.

TODAS LAS TALLAS

MATERIAL:

100% lino, 160g/gramo. Peso ligero-medio.

VERY PERI 13 | CUTOUT LACE LINEN BLOUSE

TODAS LAS TALLAS

Blusa de lino con corte corsé.

Celebrando los conceptos de feminidad y elegancia atemporal, linennaive presenta esta camisa con detalle de recorte y estampado corsé como parte de la colección SS22.
El color es suave y de ensueño. Está inspirado en la flor de glicinia de primavera y teñido especialmente con la tecnología de teñido de hilo de Linennaive.
Confeccionada en suave lino, esta camisa luce un estampado gráfico de corsé en la parte delantera y detalles recortados.
La estética lúdica de esta prenda se realza con las mangas abullonadas.
Los lazos de mariposa se complementan con el cuello recortado para un look romántico.

MATERIAL:

100% lino. 210 g/gramo.
Peso medio.
Se lava con técnica especial y no es fácil de arrugar.

DAISY 33 | 100% LINEN BLOUSE IN WHITE

TODAS LAS TALLAS

Pocas cosas te darán ganas de salir de casa en un día frío, pero este abrigo vintage de lana de Linennaive te dará el ánimo que necesitas. Confeccionado con un largo a media pantorrilla y una gruesa estructura de lana, este abrigo a medida te garantiza una comodidad perfecta incluso en los días más fríos. Incluso querrás salir de casa para poder lucirlo.

COMPOSICIÓN:

Forro Viscosa 100%
Exterior
Color tostado : 100% Cachemira
Color rojo: Lana virgen 80%, Cachemira 20%

BUDAPEST'S DREAM 14 | SAILOR COLLAR LINEN COAT

TODAS LAS TALLAS

Gabardina de lino con cuello de marinero cruzado

Si buscas una silueta atemporal que también destaque, esta gabardina de linenaive es perfecta para ti.
Acogedor y elegante a partes iguales, este abrigo está confeccionado en suave lino con una silueta holgada. El cuello marinero te dará un aspecto elegante y encantador.
Si estás cansada de los cuellos cuadrados y redondos, es sin duda la elección perfecta para tu otoño e invierno.
Hemos dado un sutil giro a este abrigo. El diseño de botonadura sencilla con detalle de ribete de volantes añade un toque romántico a la pieza, al tiempo que conserva la estética atemporal.
Es hora de actualizar su armario formal.

MATERIAL:

100% Lino, sobre 320g/gramo; Grueso y cálido.

THE NEW YORKER | HOODED CASHMERE CAPE

TODAS LAS TALLAS

Seamlessly merging boldness with elegance, Linennaive's approach to even the most casual of pieces ensures that you always look stylish. Spun from a cashmere-virgin wool blend, this black cape is timeless. Featuring a sleeveless design with deep pockets and a flared style. Pull it on and stand out from the crowd.

MATERIAL:

Exterior:
Cachemira 95%,
Lana 5%.
Forro Viscosa 100%.

OUTLANDER 2020 | 100% WOOL CLOAK COAT

TODAS LAS TALLAS

Few things will make you want to leave your house on a chilly day, but this cloak coat will provide the encouragement you need.
Since “Linennaive Cloak” being a hot keyword on social media these years, the team have upgraded till now 11 versions to create awe-inspiring quality wool cloaks.
Crafted with a maxi length and a thick wool construction this tailored outwerwear ensures you’ll remain perfectly comfortable on even the chilliest of days. Featuring the Grade A cashmere, deep side pockets, timeless and unique colors that were collaborated with talented color labs. Now it is time to make you shine. You’ll even just want to leave home so you can show it off.

MATERIAL:

Exterior:
Cachemira 95%,
Lana 5%.
Forro Viscosa 100%.

LINENNAIVE

https://www.linennaive.com/
https://www.instagram.com/linennaive
https://www.facebook.com/Linennaive
https://www.pinterest.com/linennaive/

El primer paso está en tus manos,
comienza tu rutina de skincare hoy.

www.fentybeauty.com

LSDD
CELEBRA
DÍA INTERNACIONAL
Sin Dietas
EFEMÉRIDES

EFEMÉRIDES

TAL DÍA COMO HOY

7 Secretos para Celebrar el Día Internacional sin Dietas

Si eres de las que sigue el Método LSDD para perder peso, o haces una rutina de dietas por tu cuenta o con cualquier otro método, o simplemente aún no has dado el paso para crear una disciplina sana que te lleve a perder esos kilos de más, ya sea por salud o por belleza, hoy te traigo un Secreto para que puedas celebrar un día sin restricciones de ningún tipo.

Secreto # 1

Comienza el día con un vaso de 8 onzas de agua a temperatura ambiente y, si te animas, intenta beberla ligeramente tibia. IMPORTANTE! No la bebas caliente, aunque en muchas rutinas aconsejan beber agua caliente en ayunas, a menos que tu cuerpo ya esté acostumbrado porque lo hayas hecho anteriormente, no lo hagas esta vez… Lo único que vas a lograr es arruinar tu día con sensación de náuseas y hasta podrías llegar al vómito.

Lo peor: Esa sensación te va a durar todo el día y no serás capaz de disfrutar ninguna comida, ni siquiera la que más te apetezca.

Secreto # 2

Bebe café, té negro o té verde en las primeras horas del día, pero no te excedas en cantidad ya que puede acelerar tu ritmo cardíaco, recuerda la primicia en Los Secretos de Dorian donde decimos que: ¡MENOS ES MÁS! Además, no deberás continuar haciéndolo después de las 4 de la tarde, a menos que acostumbres a hacerlo, ya que esto puede afectar significativamente el poder conciliar tu sueño en la noche.

Secreto # 3

Antes de cada comida repite el Secreto 1 y bebe un vaso de 8 onzas de agua y, después de que hayas disfrutado del manjar de tu preferencia, ingiere al menos la mitad de una pieza de fruta, de preferencia la Piña, pero puede ser cualquiera MENOS EL PLÁTANO O BANANO, ya que contiene un alto nivel de azúcares y estarás añadiendo calorías a tu ingesta.

Escoge una fruta del grupo de los cítricos y, MUY IMPORTANTE: debes ingerirla en su estado natural y bien madura, no en jugo o zumo, ya que perderás la oportunidad de que la fibra se encargue de limpiar las grasas de más que habrás consumido en esa comida.

Secreto # 4

De todas las comidas de tu preferencia, escoge la que más calorías y concentración de grasas saturadas tenga para ingerirla en la primer comida que vayas a hacer en tu Día Internacional de la No Dieta. De esta forma, como a tempranas horas y hasta mediados de la tarde tu metabolismo en estado natural está más acelerado y, encima de eso, lo estará un poco más al ingerir bebidas estimulantes como las que te comparto en el Secreto 2, tendrás la oportunidad de que tu cuerpo por sí sólo se encargue de quemarlas y desecharlas con mayor rapidez y efectividad.

Secreto # 5

Cada comida que ingieras hazlo de manera lenta, esto no quiere decir que te demores un siglo y se convierta en un infierno el poder disfrutar de todo aquello que más te gusta, se trata de que seas consciente de masticar bien cada bocado de comida ya que la digestión comienza en la boca y este proceso inicial ayuda al resto de los procesos digestivos.

Piensa en disfrutar el sabor de lo que estés ingiriendo, su olor, su textura y, de esta forma, podrás activar la hormona de la felicidad mientras lo estés haciendo.

Recuerda que el estrés contribuye a almacenar grasas en el cuerpo, por lo que es indispensable que mañana NO TE SIENTAS CON SENSACIÓN DE CULPA en ningún momento.

Secreto # 6

Antes de irte a dormir toma una infusión caliente, pero de tipo relajante, puede ser Tila, Manzanilla, Hierba Buena, Limón…

Puedes añadirle un poco de azúcar, edulcorante o miel de abejas, recuerda que es el Día Internacional de la No Dieta y ni siquiera con esta última infusión de tu día te vas a restringir de disfrutar del sabor de tu preferencia.

Esta infusión hará que tu cuerpo se relaje del exceso de calorías y estimulantes que habrás acumulado durante el día y hará que tu organismo se prepare para un sueño conciliador.

El Secreto de esta infusión es beberla caliente, ya que la temperatura durará más de lo habitual mientras pasa por cada órgano de tu sistema digestivo encargándose de limpiar y arrastrar los residuos de grasa que habrán quedado, ayudando además a que al día siguiente puedas tener un proceso exitoso en la depuración de tu cuerpo.

Secreto # 7

Como dice una vieja oración que fue compartida durante generaciones en mi familia, llegó hasta mis manos y ahora sigo compartiéndola con mis seres queridos y con el Mundo: ¡EL AGRADECIMIENTO TRAE CONSIGO NUEVOS BENEFICIOS!

Les deseo un Día Internacional de la No Dieta maravilloso, exitoso y lleno de sensaciones agradables.

DORIAN.

Cosmética Vegana, libre de crueldad animal
MERIT
www.meritbeauty.com

LA LUMINOSIDAD QUE ENERGIZARÁ TU PIEL

www.narscosmetics.com

VISITA NUESTRA TIENDA Y ÉCHALE UN VISTAZO A LAS EDICIONES DE NUESTRA REVISTA LSDD

LOS SOMBREROS QUE SERÁN TENDENCIA

M

O

D

A

A ESTA TEMPORADA PRIMAVERA - VERANO

Sombreros de Paja

No habrá nada más chic para este verano
que usar un sombrero de paja.

Gorras Bolcheviques

Con origen en el siglo XV, son ideales tanto para mujeres como para hombres.

Sombreros
con alas anchas

Ideales para bloquear el sol
sombreros de pescador

Gorra de Béisbol

Para ocasiones informales y

¡Apta para todas las edades!

Sombreros
de Pescador

Un accesorio lleno de glamour que no puede faltar en tu armario, no sólo en esta Temporada Primavera Verano, sino para llevarlo todo el Año.

Boinas

Las boinas marcan tendencia este año 2023.
ÚSALAS TODO EL AÑO.

Pañuelos

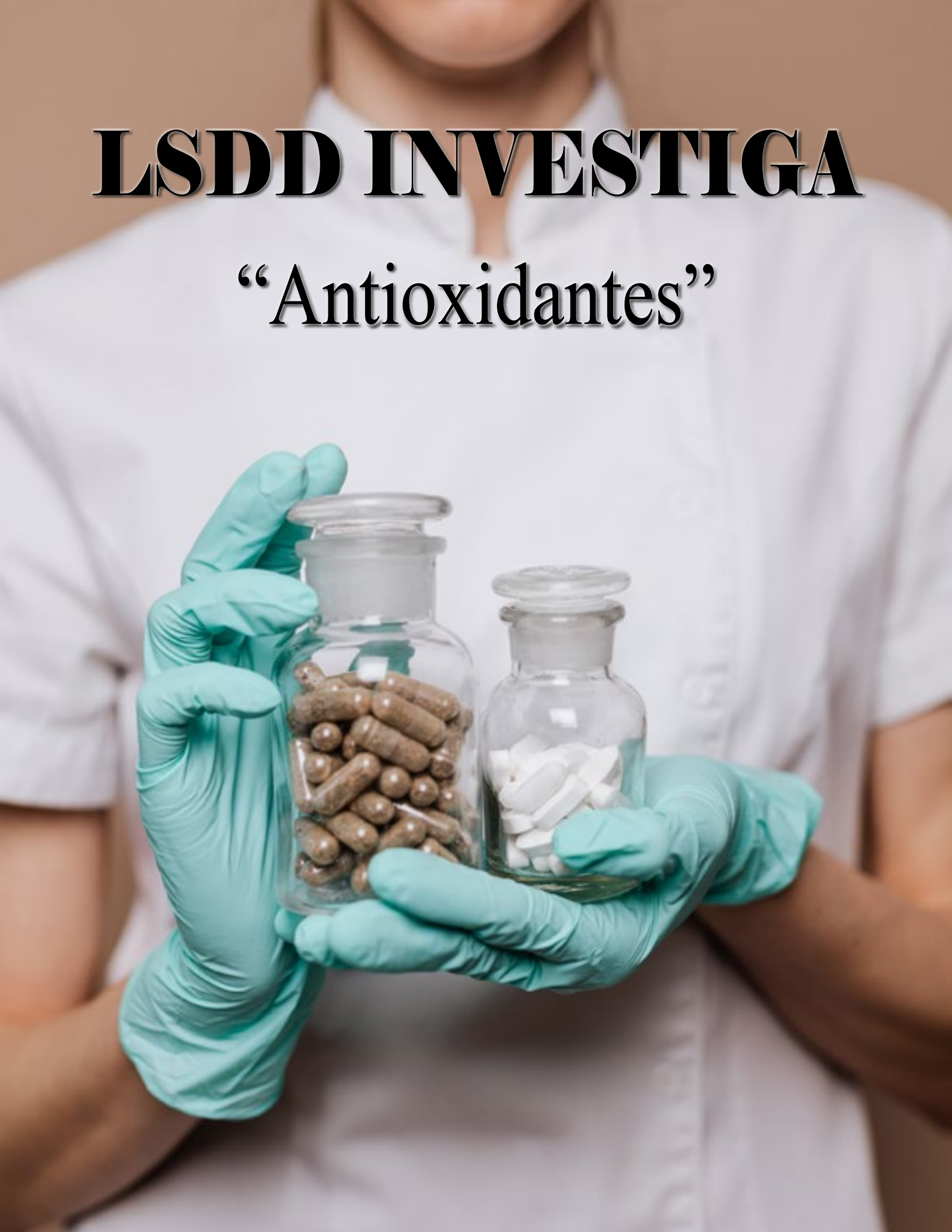
Inspirados en los años 60’s, los pañuelos en la cabeza vuelven a estar de moda esta Primavera - Verano.

“La personalidad comienza

donde las comparaciones
terminan”
Karl Lagerfeld

LSDD INVESTIGA

“Antioxidantes”



Los antioxidantes son sustancias naturales o fabricadas por el hombre que pueden prevenir o retrasar algunos tipos de daños a las células. Los antioxidantes se encuentran en muchos alimentos, incluyendo frutas y verduras. También se encuentran disponibles como suplementos dietéticos. Ejemplos de antioxidantes incluyen:

- Beta carotenos
- Luteína
- Licopeno
- Selenio
- Vitamina A
- Vitamina C
- Vitamina E

Las verduras y frutas son ricas fuentes de antioxidantes. Existe amplia evidencia que el consumo de una dieta con muchas verduras y frutas es saludable y reduce riesgos de sufrir ciertas enfermedades. Pero no está claro si esto es debido a los antioxidantes, a algo más presente en los alimentos u otros factores.

Suplementos con altas dosis de antioxidantes en algunos casos pueden estar relacionados con riesgos para la salud. Por ejemplo, altas dosis de beta-caroteno pueden aumentar el riesgo de cáncer de pulmón en fumadores. Dosis elevadas de vitamina E podrían aumentar el riesgo de cáncer de próstata y un tipo de ataque cerebral. Los suplementos antioxidantes también podrían interactuar con algunas medicinas. Para reducir el riesgo, cuéntele a su proveedor de atención médica sobre cualquier antioxidante que toma.

"Cortesía de MedlinePlus de la Biblioteca Nacional de EE. UU."

Redes Sociales que Impulsan

Y PROMUEVEN

Somos la primera Revista en el Mundo que te brinda la oportunidad de darte a conocer tú y tu trabajo al Mundo Entero de manera 100% Gratuita. Visítanos y Consulta los Requisitos en nuestra Página Web:

Encuentra el Éxito

#nofilter
¿Verdadero o Falso?

Un nuevo estudio dio a conocer que sólo el 11% de las personas que usan el #nofilter para publicar sus fotos en Instagram, verdaderamente lo están haciendo sin filtros.
Del este 11%, el filtro más usado fue Amaro (15%), seguido por Valencia (12%) y XPro II (10%).

No se trata de que sea un pecado subir fotos con filtro a tus redes sociales, pero, si hablamos de honestidad, deberías ser consciente del daño que le puede causar a terceros estar viendo una foto que se aleja mucho de la realidad.

Como es costumbre, en la Revista LSDD te traemos Tips y Secretos para saber si alguna foto ha sido realmente subida sin filtros. Para ello, sólo debes subir la imagen sospechosa a https://filterfakers.com/ y comprobar por tí mismo si verdaderamente está limpia de esta tecnología engañosa.

¿Sencillo, no? Pues ya sabes... como dice el refrán: “Entre cielo y tierra no hay nada oculto”

Stef
ARTE
DIGITAL

STEF
Coventry, UK
https://www.instagram.com/stef.with.f/

STEF
Coventry, UK
https://www.instagram.com/stef.with.f/

STEF
Coventry, UK
https://www.instagram.com/stef.with.f/

STEF
Coventry, UK
https://www.instagram.com/stef.with.f/

STEF
Coventry, UK
https://www.instagram.com/stef.with.f/

STEF
Coventry, UK
https://www.instagram.com/stef.with.f/

STEF
Coventry, UK
https://www.instagram.com/stef.with.f/

STEF
Coventry, UK
https://www.instagram.com/stef.with.f/

STEF
Coventry, UK
https://www.instagram.com/stef.with.f/

STEF
Coventry, UK
https://www.instagram.com/stef.with.f/

STEF
Coventry, UK
https://www.instagram.com/stef.with.f/

STEF
Coventry, UK
https://www.instagram.com/stef.with.f/

aCoventry, UK
https://www.instagram.com/stef.with.f/

Wabi
Descubre la esencia de la filosofía japonesa
con los artículos para el hogar bellamente
elaborados por
Wabi Sabi.

Sabi

WWW.WABI.ASIA

Aporta paz y satisfacción a tu vida Conoce la historia de Wabi-Sabi

Somos dos emprendedores apasionados por el wabi-sabi y su capacidad para aportar paz y satisfacción a nuestras vidas.

Al explorar el concepto de wabi-sabi y sus principios, nos dimos cuenta de que tenía el potencial de ser una fuerza poderosa y transformadora en el mundo.

Inspirados por esta idea, decidimos crear una empresa de comercio electrónico centrada en el wabi-sabi. Nuestro objetivo es acercar la belleza y la sencillez del wabi-sabi a un público más amplio y compartir sus enseñanzas con los demás.

Ofrecemos una gran variedad de productos que reflejan los principios del wabi-sabi, como cerámica hecha a mano, artículos naturales para el hogar y ropa sencilla y elegante.

Nos dedicamos a compartir esta hermosa filosofía con los demás y esperamos que nuestros productos inspiren y animen a quienes los utilicen. Gracias por apoyar nuestra visión y por abrazar la belleza del wabi-sabi.

"Creemos que la fuerza positiva de nuestra comunidad tiene la capacidad de inspirar y elevar a los demás, difundiendo positividad y felicidad dondequiera que vayan, ya sea con sus palabras, sus acciones o su presencia".

Wabi-sabi es una estética y filosofía japonesa centrada en la aceptación de la fugacidad y la imperfección. Es una forma de ver el mundo que abraza el ciclo natural de crecimiento, decadencia y muerte, y celebra la belleza que se encuentra en las imperfecciones, grietas y defectos de la vida. Esta estética valora la autenticidad y singularidad de cada objeto y celebra el paso del tiempo y los cambios que conlleva.

En el wabi-sabi, la atención no se centra en crear objetos perfectos y prístinos, sino en encontrar la belleza en lo ordinario y lo cotidiano, y en abrazar lo natural y lo hecho a mano.

Se trata de encontrar la sencillez y la discreta elegancia en lo rústico y lo imperfecto. El wabi-sabi se asocia a menudo con el budismo zen, ya que refleja la creencia budista en la impermanencia inherente a todas las cosas, y está estrechamente ligado a artes tradicionales japonesas como la ceremonia del té, los arreglos florales y la cerámica, que adoptan los principios del wabi-sabi.

Un aspecto clave del wabi-sabi es la idea de “mottainai”, que significa “qué desperdicio”. Este concepto fomenta la apreciación y el uso adecuado de los recursos, y el reconocimiento de que todo tiene valor y no debe desperdiciarse ni darse por sentado.

Es un recordatorio de que debemos ser conscientes de nuestro consumo y encontrar valor en lo que ya tenemos, en lugar de buscar constantemente más.

El wabi-sabi también puede considerarse una forma de vida que nos anima a encontrar belleza y significado en el momento presente y a apreciar los placeres sencillos y las imperfecciones de la vida. Es un recordatorio de que la vida cambia constantemente, y que sólo aceptando y abrazando esta impermanencia podemos encontrar la verdadera paz y satisfacción.

En un mundo que a menudo valora la perfección y la riqueza material, el wabi-sabi ofrece una perspectiva refrescante y alternativa.

Nos anima a aceptar nuestras imperfecciones y a encontrar la belleza en las cosas que a menudo se consideran defectuosas o imperfectas.

Es un recordatorio de que hay que estar presente y apreciar las cosas sencillas de la vida, y encontrar la alegría en el momento presente en lugar de esforzarse constantemente por conseguir más.

El wabi-sabi puede ser un concepto difícil de entender y apreciar, ya que va en contra de muchos valores profundamente arraigados en nuestra cultura. Sin embargo, cultivando activamente una mentalidad wabi-sabi, podemos aprender a encontrar la belleza en lo imperfecto y a aceptar la impermanencia de la vida. Esto puede aportarnos una sensación de paz y satisfacción, y ayudarnos a vivir más plenamente el momento presente.

¿Cómo ha cambiado Wabi Sabi mi forma de ver la vida?

Sentada en mi escritorio, rodeada de montones de papeles y desorden, no podía evitar sentirme abrumada y estresada. Intentaba mantenerme al día con las exigencias del trabajo y de la vida, y parecía que nunca había tiempo ni energía suficientes. Siempre buscaba la perfección, siempre intentaba hacer más y ser más, y eso afectaba a mi salud mental y física. Me sentía como si corriera en una cinta sin fin, tratando de seguir el ritmo de las exigencias de la sociedad y sin sentir nunca que era lo bastante buena.

Entonces, un día, me topé con el concepto de wabi-sabi. Wabi-sabi es una estética y filosofía japonesa centrada en la aceptación de la fugacidad y la imperfección. Es una forma de ver el mundo que abraza el ciclo natural de crecimiento, decadencia y muerte, y celebra la belleza que se encuentra en las imperfecciones, grietas y defectos de la vida. Esta filosofía valora la autenticidad y singularidad de cada objeto y celebra el paso del tiempo y los cambios que conlleva. Se trata de encontrar la belleza en lo ordinario y lo cotidiano, y de abrazar lo natural y lo hecho a mano.

Cuando leí más sobre el wabi-sabi, empecé a ver el mundo de otra manera. Me di cuenta de que había estado tan centrada en intentar ser perfecta y conseguir más cosas que había perdido de vista la belleza y la sencillez del momento presente. Había estado tan atrapada en la búsqueda de la perfección que me había olvidado de apreciar y disfrutar las cosas sencillas de la vida. El wabi-sabi me recordó que debía abandonar mis tendencias perfeccionistas y aceptar las imperfecciones y la impermanencia de la vida.

Empecé a practicar el wabi-sabi en mi propia vida, centrándome en el momento presente y encontrando la alegría en las cosas sencillas. Empecé a apreciar la singularidad y las imperfecciones de mis posesiones, en lugar de esforzarme constantemente por mejorarlas o sustituirlas. Empecé a centrarme en el momento presente, en lugar de luchar constantemente por el futuro. Empecé a apreciar las cosas sencillas de la vida, como pasar tiempo con mis seres queridos, disfrutar de la naturaleza y dedicarme a actividades creativas.

También empecé a practicar el wabi-sabi en mis relaciones e interacciones con los demás. Empecé a apreciar las imperfecciones y peculiaridades de la gente que me rodeaba, en lugar de intentar cambiarlas o arreglarlas. Aprendí a dejar de lado mi necesidad de control y a aceptar la impermanencia de todas las cosas.

Con el tiempo, noté un cambio significativo en mi mentalidad y mi bienestar. Me sentía menos abrumada y estresada, y más en paz y contenta. El wabi-sabi había cambiado de verdad mi vida, ayudándome a encontrar el equilibrio y el sentido del momento presente. Me ayudó a abandonar mis tendencias perfeccionistas y a aceptar las imperfecciones y la impermanencia de la vida.

WABI-SABI

Animo a los demás a que prueben el wabi-sabi. Puede parecer un cambio pequeño e insignificante, pero creo que tiene el poder de provocar una gran transformación y felicidad en nuestras vidas. Si cultivamos una mentalidad wabi-sabi, aprenderemos a encontrar la belleza en lo imperfecto y a aceptar la impermanencia de la vida.

Del caos a la tranquilidad: Los efectos transformadores de la música en la mente y el cuerpo

La música tiene la capacidad de influir poderosamente en nuestro estado de ánimo y nuestras emociones. Puede levantarnos el ánimo, alegrarnos y reconfortarnos en los momentos difíciles. Una de las formas en que la música puede ser especialmente útil es su capacidad para ayudarnos a sentirnos tranquilos y relajados.

La música puede tranquilizarnos de varias maneras. En primer lugar, la música puede actuar como una forma de distracción. Cuando nos sentimos ansiosos o estresados, nuestros pensamientos pueden abrumarnos y tener dificultades para concentrarnos en otra cosa. Escuchar música puede ser una distracción bienvenida, que nos permite desviar la atención de nuestras preocupaciones hacia algo más agradable.

En segundo lugar, la música puede ser una forma de relajación. Muchas personas descubren que escuchar música tranquilizadora y relajante les ayuda a relajar la mente y el cuerpo. Esto puede deberse al modo en que la música afecta al cerebro. Los estudios han demostrado que escuchar música puede alterar las ondas cerebrales, lo que puede ayudar a reducir la ansiedad y el estrés.

La música también puede estimular la liberación de sustancias químicas que nos hacen sentir bien en el cerebro, como la dopamina, que puede ayudar a mejorar nuestro estado de ánimo y aumentar la sensación de relajación.

En tercer lugar, la música puede ser una forma de evasión. Cuando nos sentimos abrumados o estresados, puede ser útil escapar de nuestras preocupaciones y sumergirnos en algo que nos aporte alegría y paz. La música puede proporcionarnos una vía de escape del estrés y las exigencias de la vida cotidiana, permitiéndonos relajarnos y recargarnos.

En conclusión, la música tiene la capacidad de mantenernos tranquilos de varias maneras. Puede actuar como distracción, forma de relajación y medio de evasión. Si se siente ansioso, estresado o simplemente necesita relajarse, la música puede ser una herramienta poderosa y eficaz para ayudarle a sentirse tranquilo y en paz.

Si te gusta la música ambiental, aquí tienes algunas obras maestras:

“Music for Airports” de Brian Eno

“The Pearl” de Harold Budd

“Ambient 1: Music for Airports” de The Orb

“The Disintegration Loops” de William Basinski

“The KLF Chill Out” de The KLF

Wabi es, sin duda alguna, algo que va más allá de una empresa de decoración de hogar. Con más de **157 mil seguidores** en su cuenta de **Instagram**: **https://www.instagram.com/wabi.asia/** a la fecha de esta Edición Julio - Agosto 2023 de la Revista LSDD, WABI tiene una historia propia, un concepto de luz, paz y energía positiva. WABI cuenta con miles y miles de consumidores satisfechos alrededor de todo el mundo, su exquisitez y buen gusto han establecido la marca como una de las mejores, trabajando con dedicación y ofreciendo sus servicios en más de 30 países.

Además, cuenta con un Programa Comercial, una iniciativa de marketing diseñada específicamente para empresas del sector del diseño de interiores. Estos programas suelen ofrecer una serie de ventajas y recursos para ayudar a los diseñadores de interiores a promocionar sus productos y servicios, conectar con otros profesionales del sector y mantenerse al día de las últimas tendencias y técnicas.

Algunas de las características comunes de los programas comerciales para diseñadores de interiores pueden ser el acceso a descuentos exclusivos en productos, apoyo de marketing y materiales promocionales, programas de formación y educación, y oportunidades para establecer contactos. Al participar en un programa comercial, los diseñadores de interiores pueden aumentar potencialmente su exposición, entablar relaciones con otros profesionales y hacer crecer su negocio.

Butterfly Stool by Reisaka

Este taburete mariposa de madera ofrece un aspecto elegante y es ideal para el salón o el dormitorio. Las modernas sillas mariposa son un hermoso acento en cualquier espacio y pueden darle espacio extra. Este taburete silla de madera es fácil de mover y aún más fácil de montar, por lo que es una adición práctica a su hogar. La Silla Taburete Mariposa Danesa ofrece un estilo fabuloso para su hogar y oficina. Con su acabado en dos tonos y su diseño campestre. Descanse sus pies en un nuevo taburete increíble.

Este magnífico taburete / otomana / silla es una adición perfecta a cualquier decoración del hogar. Actualice su casa, apartamento, condominio o estudio con este taburete único estilo mariposa. Viene en múltiples opciones de color para adaptarse a cualquier diseño de interiores.

Materiales

Madera contrachapada lacada

Dimensiones

44cm x 31cm x 40cm

Link

https://wabi.asia/products/butterfly-stool

Ceramic Mug Series by Kami

Servir bebidas en Japón es un verdadero arte y es importante contar con los mejores utensilios para respetar la tradición. Cada una de nuestras tazas está creada a partir de una cerámica de una finura inigualable para colmarle de felicidad. Podrá servir a sus invitados con tazas tradicionales que conservan perfectamente el calor de su bebida favorita.

Materiales

Cerámica / Porcelana

Peso

350g

Capacidad

300ml

Link

https://wabi.asia/products/ceramic-coffee-cup

Kyoto Ceramics Square Plate

La tradición de la ceremonia japonesa del té nos ha inspirado para crear una gama de vajillas terrosas. Un surtido sereno y sensacional, lleno de tonos terrosos quemados, para que le acompañe a lo largo de su propio bello ritual asiático. Todos los artículos de nuestra familia de cerámica se fabrican en Asia, su país de origen. Todos están acabados y esmaltados a mano, para darles el toque tradicional y único de Japón.

Materiales

Cerámica

Dimensiones

Variadas

Link

https://wabi.asia/products/kyoto-ceramics-square-plate

Zen Stoneware Asjiuro

Las macetas Retro Chinese Ceramic Flower son exquisitas piezas de arte que muestran el rico patrimonio cultural de China. Estas macetas rinden homenaje a cinco venerados dioses chinos: Guan Yu, Mazu, Yu Huang, Nuwa y Erlang Shen, cada uno de los cuales tiene rasgos y características únicos que se reflejan en el diseño de las macetas.

Estas macetas no son sólo funcionales, sino que también sirven como bellas obras de arte que añaden un toque de elegancia y encanto a cualquier espacio interior o exterior. Los intrincados diseños y motivos de cada maceta están inspirados en las cualidades específicas de los dioses, y cada maceta se elabora con esmero para resaltar la esencia de sus atributos divinos.

Cuando plantas tus hierbas, flores o suculentas favoritas en estas macetas, no sólo les das un hermoso hogar, sino que también creas una atmósfera única y significativa que honra a estos venerados dioses chinos. La presencia de estas entidades divinas crea una sensación de energía espiritual que puede ayudar a aportar equilibrio y armonía a tu entorno.

Tanto si decide utilizarlas como macetas de interior o como adornos de jardín al aire libre, estas macetas Retro Chinese Ceramic Flower seguro que añaden carácter, belleza y un toque de energía divina a cualquier espacio.

Materiales

Cerámica

Dimensiones

Guan Yu - 1,5 cm x 14 cm (diámetro x altura)
Mazu - 1,5 cm x 13,5 cm (diámetro x altura)
Yu Huang - 1 cm x 13,0 cm (diámetro x altura)
Nuwa - 2 cm x 8,5 cm (diámetro x altura)
Erlang Shen - 3 cm x 9,0 cm (diámetro x altura)

Innovaciones antienvejecimiento para el cuidado del cabello, el cuidado de la piel y el bienestar.

monatglobal.com

Pensamos en la mejor solución para tí...
W-LAB
cosmetics
WHITENING
CREAM
Licorice Root Extract - Peruvian Bark Extract
Shea butter - Alpha-arbutin
SKIN CARE CREAM
MOISTURIZING
For All Skin
100 mL
W
LAB
SULPHUR
CREAM
www.wlab.co.kr

HORÓSCOPOS

VISITAR

HORÓSCOPO SEMANAL

DORIAN PREVÉ

VISITAR

CALENDARIO ASTRONÓMICO

Julio - Agosto 2023

ARIES

Planeta Regente: Marte. Elemento: Fuego. Símbolo: El Carnero. Del 21 de Marzo al 20 de Abril.

Es muy posible que se conecte o establezca una relación muy conveniente a sus intereses con personas que tienen objetivos comunes, tanto en lo laboral o personal. Un impulso muy positivo puede hacerle aprovechar sus logros pasados y llevarlos a un nivel muy superior, es posible que se sienta inspirado e inspire a otras personas de su entorno a lograr las metas que se propongan.

TAURO

Planeta Regente: Venus. Elemento: Tierra. Símbolo: El Toro. Del 21 de Abril al 21 de Mayo.

Debes ampliar tu comprensión sobre ti mismo y los que te rodean. Ese entendimiento está respaldado por tu conexión y compromiso con los seres que aprecias, necesitas que aquéllos con los que te relacionas tengan puntos de vistas e ideologías cónsonas con tus principios. También es importante que tome en cuenta que es muy probable que le cueste más separar lo real de lo imaginario y esto lo lleve a tomar desiciones más subjetivas que objetivas.

Julio - Agosto 2023

GÉMINIS

Planeta Regente:
Mercurio.
Elemento:
Aire.
Símbolo:
Los Gemelos.
Del 22 de Mayo
al 21 de Junio.

Es un muy buen momento para aprovechar el impulso que te envía el cosmos para explorar o recorrer nuevas alternativas o posibilidades en su vida. Por otro lado, todo lo relacionado con las relaciones humanas y personales pudiesen verse afectadas, por lo que tenga cuidado de no ser demasiado dominante en su entorno social, ya que puede terminar alienando a los que le rodean.

CÁNCER

Planeta Regente:
Luna.
Elemento:
Agua.
Símbolo:
El Cangrejo.
Del 22 de Junio
al 21 de Julio.

Es posible que tropiece con ciertos contratiempos, pero nada que no se pueda solucionar con un poco de creatividad e inteligencia, por otro lado, todo lo relacionado con la impulsividad emocional y sentimental estará muy exaltado por lo que en estos dos meses es importante que evite ser en exceso reactivo o impetuoso, ya que esto puede llevarle a tomar desiciones a la ligera, sin pensar bien en las consecuencias de las mismas.

Julio - Agosto 2023

LEO

Planeta Regente: Sol. Elemento: Fuego. Símbolo: El León. Del 23 de Julio al 22 de Agosto.

Estos meses están influenciados por la posición de Saturno, Venus, Marte y el Sol en tu signo de nacimiento, haciendo que todo lo relacionado con las relaciones humanas y personales se vean afectadas, sobre todo en lo concerniente a la comunicación, por lo que será necesario que trate de comunicar sus ideas con claridad. Evite ser ambiguo o parco ya que posiblemente los demás les cueste o dificulte establecer una conexión diáfana entre lo que usted expresa y lo que piensa.

VIRGO

Planeta Regente: Ceres. Elemento: Tierra. Símbolo: La Virgen. Del 23 de Agosto al 22 de Septiembre.

Posiblemente esta jornada sientas que ciertos conflictos de orden existenciales se patenticen con mayor potencia. Quizás por un lado quieres comprometerte y profundizar en algún asunto, relación sentimental o laboral, y por otro deseas la libertad de movimiento y pensamiento, lejos de ataduras de ningún tipo. Será recomendable que medite y analice sobre lo anterior para poder conciliar o, al menos, equilibrar de manera efectiva esos sentimientos encontrados, pudiendo de esta manera avanzar hacia sus metas.

Julio - Agosto 2023

LIBRA

Planeta Regente:
Eris.
Elemento:
Aire.
Símbolo:
La Balanza.
Del 23 de Septiembre al 22 de Octubre.

Durante el pasado ha desarrollado hábitos poco saludables que le han acostumbrado a hacer las cosas cuando quiere y como quiere, pero la realidad de hoy le impone que desarrolle autodisciplina para que pueda organizar y planificar sus objetivos, actividades y prioridades de forma eficiente y práctica. Si logra establecer una metodología razonablemente eficiente para acometer sus emprendimientos estará un paso más cerca de sus metas durante los meses de Julio y Agosto.

ESCORPIÓN

Planeta Regente:
Plutón.
Elemento:
Agua.
Símbolo:
El Escorpión.
Del 23 de Octubre al 22 de Noviembre.

Posiblemente sienta mayor alegría y placer que de costumbre, siéndole más fácil comunicar sus sentimientos. Esto le parecerá atractivo a las personas que le rodean, por lo que estarán más dispuestas a apoyarle en asuntos en los cuales le sea necesario la ayuda de sus congéneres. Le será mucho más fácil transmitir sus planteamientos con mayor precisión y claridad, por lo que sería muy buena idea publicitar sus servicios, dar a conocer mejor sus habilidades a los demás para fortalecer su posición en el mercado laboral o negocio.

Julio - Agosto 2023

SAGITARIO

Planeta Regente:
Júpiter.
Elemento:
Fuego.
Símbolo:
El Centauro.
Del 23 de Noviembre al 21 de Diciembre.

La posición astral en su signo de nacimiento y en especial las ubicaciones de Marte y Júpiter le imprimen una gran energía a lo relacionado con logros y obtención de metas trazadas, por lo que estos meses serán propicios para que trate de consolidar planes y proyectos que tiene en mente. Quizás algunos desafíos e inconvenientes se le presenten al tratar de avanzar hacia sus objetivos, pero con trabajo y perseverancia logrará alcanzar esos retos que le traerán el bienestar que desea.

CAPRICORNIO

Planeta Regente:
Saturno.
Elemento:
Tierra.
Símbolo:
La Cabra.
Del 22 de Diciembre al 20 de Enero.

Durante los meses de Julio y Agosto será muy importante que ejercite su paciencia y la calma, ya que posiblemente todo lo relacionado con sentimientos y emociones esté muy susceptible a reacciones desproporcionadas, y esta impulsividad o irascibilidad podría dañar relaciones humanas o laborales con consecuencias perjudiciales a sus intereses. Piense dos veces antes de hablar o reaccionar, incluso, cuídese de los gestos que puedan ser malinterpretados.

Julio - Agosto 2023

ACUARIO

Planeta Regente:
Urano.
Elemento:
Aire.
Símbolo:
El Portador de Agua.
Del 21 de Enero
al 19 de Febrero.

En estos meses de Julio y Agosto posiblemente sienta un aumento de vigor físico y emocional, incluso la gente a su alrededor podrían sorprenderse de lo rápido que avanza hacia sus objetivos. Por otro lado la posición de Urano y Saturno en tu signo de nacimiento le potenciarán la necesidad de explorar nuevos lugares, conocer gente nueva, compartir sentimientos y experiencias con personas de intereses comunes.

PISCIS

Planeta Regente:
Neptuno.
Elemento:
Agua.
Símbolo:
El Pez.
Del 20 de Febrero
al 20 de Marzo.

Una fuerte influencia astral sobre su signo de nacimiento hará que se plantee cambios de actitud ante la vida en este momento. Estará inclinado a buscar respuestas no sólo a situaciones prácticas o mundanas, sino que se planteará cuestiones más profundas que incluyen el significado de la vida misma. Su sed de conocimiento lo empujará a estudiar filosofía, nuevos sistemas de creencias, perspectivas culturales, religiosas y progresistas. Serán meses de cambios significativos.

Lappen Fashion Bags

www.lappenfashion.com

www.lappenfashion.com

Lappen Fashion Jewerly

REVISTA LSDD

¡Donde tú también puedes estar!

DESCÁRGALA

EN INGLÉS

GET THE ENGLISH ISSUE