Longevidad - Nutrición - Sonido Primordial

CASA CERES



Recuperando tu soberanía

El retorno al cuerpo, la línea de arco y el reclamo de la soberanía celular.



El Reclamo del Templo sagrado

A ti, que has aprendido a sostener el mundo sobre tus hombros a costa de ausentarte de tu propio cuerpo.

A ti, que vestiste la armadura del rendimiento y la productividad hasta olvidar el **sonido de tu verdadera voz.**

Junio te da la bienvenida al Cénit, el punto donde el Sol alcanza su máxima altura y la sombra se vuelve mínima.

Este mes no te pide que brilles más para el afuera; te exige que uses esa luz implacable para mirar hacia dentro. Es hora de deponer las demandas ajenas y regresar a ti misma.

La soberanía no es controlar lo que te rodea, es habitarte con tal radicalidad que nada ni nadie pueda negociar tu paz. Despójate del personaje que creaste para sobrevivir. **Tu propósito no es una meta a la que llegar; es el estado de presencia que recuperas cuando vuelves a ser la dueña absoluta de tu templo.**

Bienvenida a Casa.
Con amor y presencia,
Gabriela Ana


ANIMA
MUNDI
APOTHECARY
BLUE LOTUS
FLOWER OF INTUITION
WILDCRAFTED TEA

Esencia del loto azul

El retorno al Trono Egipcio y la pureza incorruptible.

Para comprender el **Loto Azul,** debemos desnudarnos de la mirada comercial de Occidente y viajar al origen: el Valle del Nilo.

Para los antiguos egipcios, esta planta no era un ingrediente cosmético, sino la representación misma de la creación y la soberanía divina. Nefertem, el dios del perfume y la curación, emergía de un Loto Azul primordial para traer luz al caos.

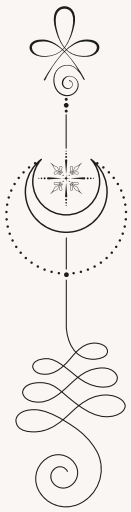
El Loto Azul es un puente entre las aguas profundas (el inconsciente) y el sol del Cénit (la consciencia pura). Su ciclo de vida es una lección de soberanía somática: arraiga sus raíces en el lodo más denso y oscuro del río, pero se eleva a través del agua para abrir sus pétalos hacia el sol, completamente limpia, incorruptible y perfecta. **No lucha contra el lodo; simplemente se erige sobre él.**

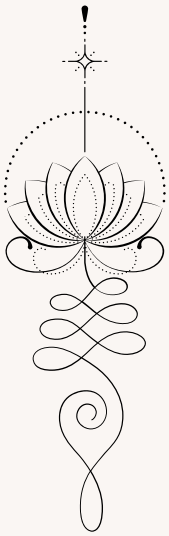
La Medicina de los Reyes: Más allá de la relajación

En los rituales de la alta dinastía egipcia, los sacerdotes y faraones utilizaban los elíxires de Loto Azul no para evadirse de la realidad, sino para reclamar una presencia absoluta. Sus alcaloides sagrados (nuciferina y apomorfina) actúan en el cerebro de una forma muy específica:

- Disolución de la Armadura Crónica: Desactiva la respuesta de alerta en el sistema nervioso, el miedo al futuro y la necesidad de control.

- Activación del Sexto Cuerpo: Al calmar el ruido mental, abre el espacio para la intuición y la visión clara (la Línea de Arco del Mes 6). Es la planta de la realeza porque permite al gobernante liderar desde la serenidad del corazón, no desde la reactividad del ego.





Su esencia Vibracional en Junio

En este solsticio, el Loto Azul nos recuerda que tu pureza no depende de que tu entorno sea perfecto. Puedes estar rodeada de demandas, ruido o responsabilidades pesadas (tu propio "lodo"), y aun así florecer con una elegancia impecable.

Esta flor te invita a deponer las armas del esfuerzo crónico. La verdadera soberanía de la mujer Ceres no se conquista batallando contra el afuera; se reclama emergiendo hacia la luz de tu propia identidad, intacta, sagrada y eterna.



Descubre

Numeorogia Tantrica

El Sexto Cuerpo y la Línea de Arco

CASA CERES

Junio, al ser el Mes 6, activa directamente el Sexto Cuerpo Espiritual en la Numerología Tántrica: La Línea de Arco (Arc Line).

La Línea de Arco es tu halo de protección y proyección; un campo energético que en las mujeres se extiende de oreja a oreja y también de pezón a pezón, resguardando el centro del corazón (Anahata). Es el cuerpo de la justicia, el equilibrio y la palabra sagrada.

- El Desequilibrio del 6: Cuando una mujer de alto rendimiento tiene su Línea de Arco debilitada, se vuelve porosa. Absorbe el estrés del entorno, dice "sí" cuando su cuerpo grita "no", y su identidad se diluye en las expectativas de los demás.

- La Medicina de Junio: Sostener la vibración del 6 implica sellar tus fisuras energéticas. Es el mes para recordar que tu palabra es un decreto creador. Al fortalecer este cuerpo, recuperas tu capacidad de enfoque, discriminas lo que es tuyo de lo que no, y asumes la soberanía total de tu espacio vital.

Brilla sin miedo







Descubre

Epigenetica Y Longevidad

La Medicina de la Melatonina Subcelular

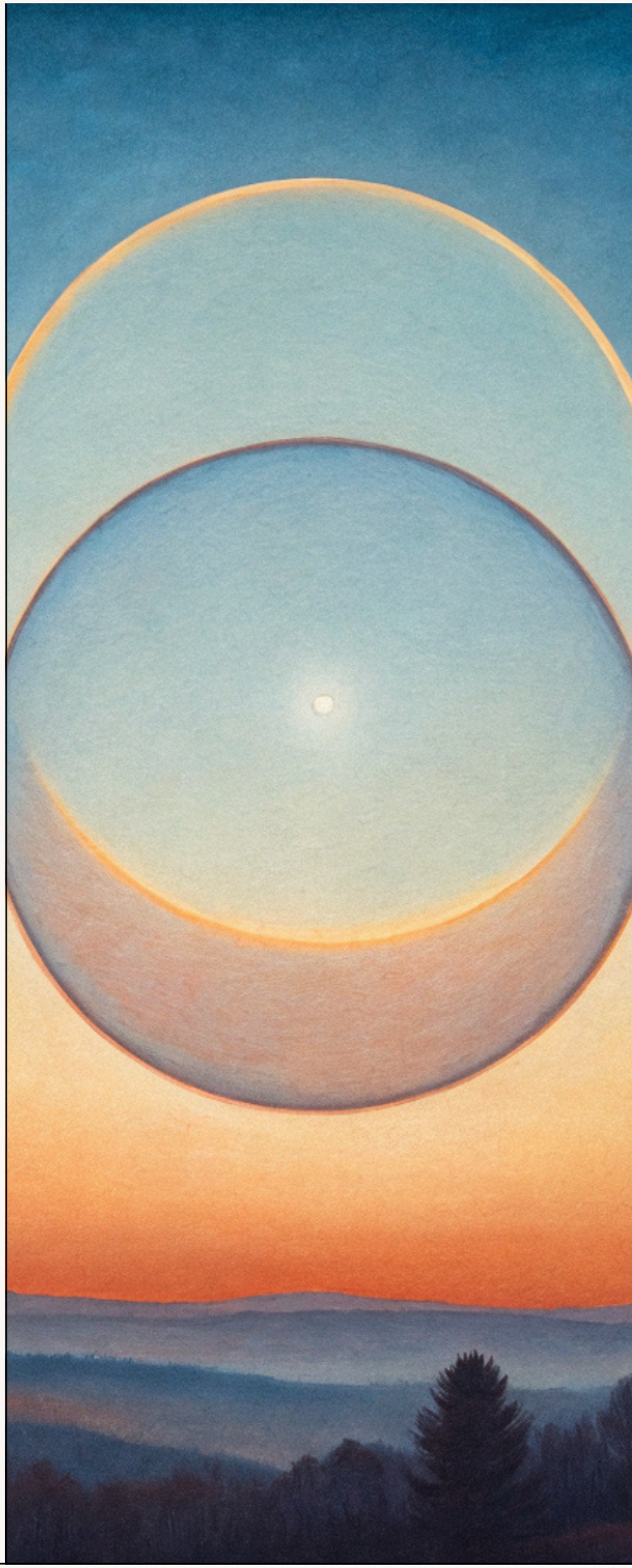
CASA CERES

Durante años, la medicina convencional nos dijo que la melatonina era simplemente una hormona del sueño producida por la glándula pineal al anochecer.

Hoy, la vanguardia de la longevidad celular revela una verdad mucho más profunda: el 95% de la melatonina de tu cuerpo se produce durante el día dentro de tus mitocondrias, las centrales energéticas de tus células.

Esta no es una melatonina para dormir; es el antioxidante endógeno más poderoso del universo biológico, diseñado específicamente para evitar la descomposición celular, el envejecimiento prematuro y el desgaste orgánico.

Tus celulas merecen brillar





PRACTICA HOLISTICA

- **El Activador Cuántico:** Esta melatonina subcelular solo se enciende cuando el cuerpo se expone a la Luz Infrarroja Cercana (NIR), la cual abunda de manera única durante el amanecer y el atardecer del solsticio de junio.

- **La Práctica Soberana:** Caminar descalza bajo la primera luz de la mañana, permitiendo que este espectro lumínico penetre tu piel y tus ojos sin filtros (gafas o pantallas), es un acto de biohacking de absoluto lujo. Apaga el estrés oxidativo y reprograma los relojes epigenéticos para revertir la edad biológica.





Descubre

Limpieza de Células Zombi

CASA CERES

Con el estrés crónico de sostener demasiadas responsabilidades, algunas células pierden su función pero se niegan a morir. La ciencia las denomina "células zombi" (células senescentes).

Se quedan en los tejidos liberando toxinas inflamatorias que aceleran el envejecimiento orgánico y nublan la claridad mental, diluyendo tu verdadera identidad y vitalidad.

Para recuperar la soberanía del templo, junio propone una limpieza celular profunda utilizando compuestos senomórficos naturales inspirados en la botica ancestral de Anima Mundi, los cuales quitan el "disfraz" a estas células para que tu sistema inmune las recicle.



Tus celulas

merecen brillar

- **Loto Azul (Nymphaea caerulea)**:

Utilizado desde el antiguo Egipto como puente hacia lo divino. Sus alcaloides actúan en perfecta sinergia con la luz infrarroja, protegiendo las membranas mitocondriales y induciendo estados de profunda calma y receptividad mística.

- **Baya de Schisandra (La fruta de los 5 sabores)**:

Un adaptógeno mayor que recolecta la energía dispersa y la trae de vuelta al núcleo. Sus polifenoles avanzados actúan como senomórficos, inhibiendo las vías inflamatorias del envejecimiento celular y devolviendo al hígado su pureza original.





Descubre

El alma cromatica y emental de Junio

CASA CERES



Reconecta

- **El Elemento: Fuego Integrado (Agni Sagrado). Invocamos el calor templado que madura los frutos, transforma la materia en energía pura y activa el motor de tu propósito sin quemar tus glándulas suprarrenales.**

- **El Color: Blanco Radiante y Oro Cénit. La paleta cromática del mes se tiñe de lino blanco crudo (que expande y limpia el campo electromagnético, repeliendo el estrés del entorno) con destellos de oro viejo (el código de la realeza interna, el resplandor mitocondrial y la soberanía recuperada).**



La Botica de la Tierra:

Especias y Cristales del Solsticio



Especias solares



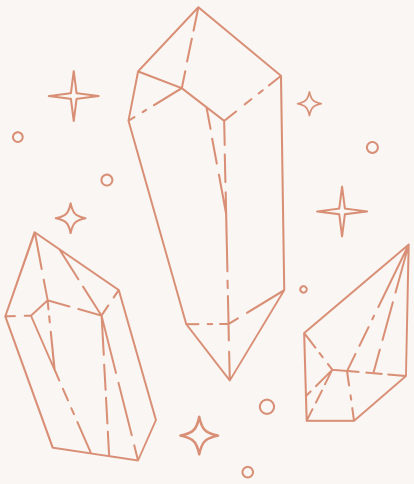
Protección y Fuego Central

- **El Azafrán (El Oro Rojo): Neuroprotector de élite que estimula la producción de dopamina y serotonina, disipando la bruma mental y conectando el plexo solar con el corazón.**

- **El Cardamomo Verde: Una especia fría que equilibra el exceso de calor estival. Abre las vías respiratorias y limpia el canal de la expresión (quinto chakra) para que tu palabra sea ley.**



Cristales de Resguardo y Proyección



Citrino Natural : La gema pura de color amarillo pálido. Actúa como un cargador de energía vital para el plexo solar, devolviendo la confianza y el poder personal.

Selenita Blanca o Dorada: El cristal de la Línea de Arco. Su estructura estriada actúa como un conductor de luz que peina y limpia las adherencias estresantes de tu aura.

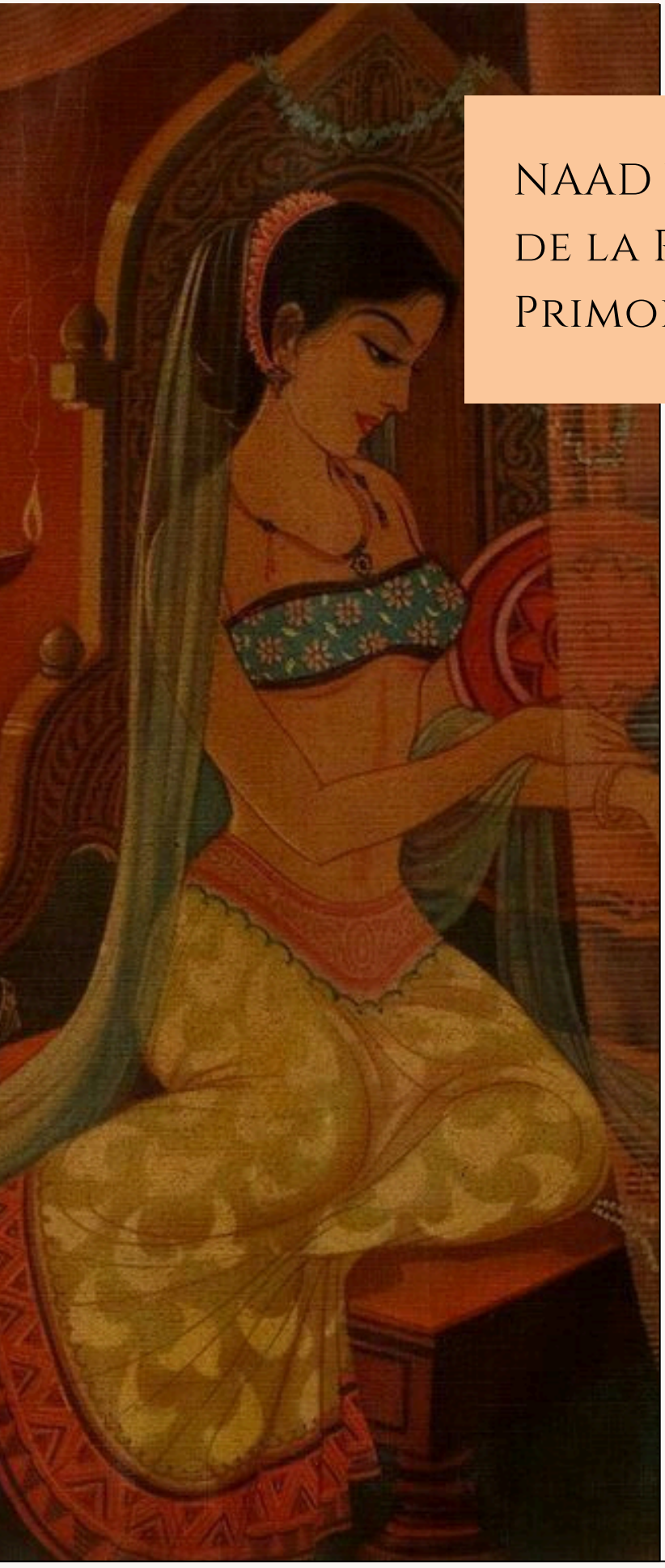


CASA CERES UMBRAL CASA CERES BELLEZA

Descubre

Sonidos Sanadores

Descubre Naad yoga



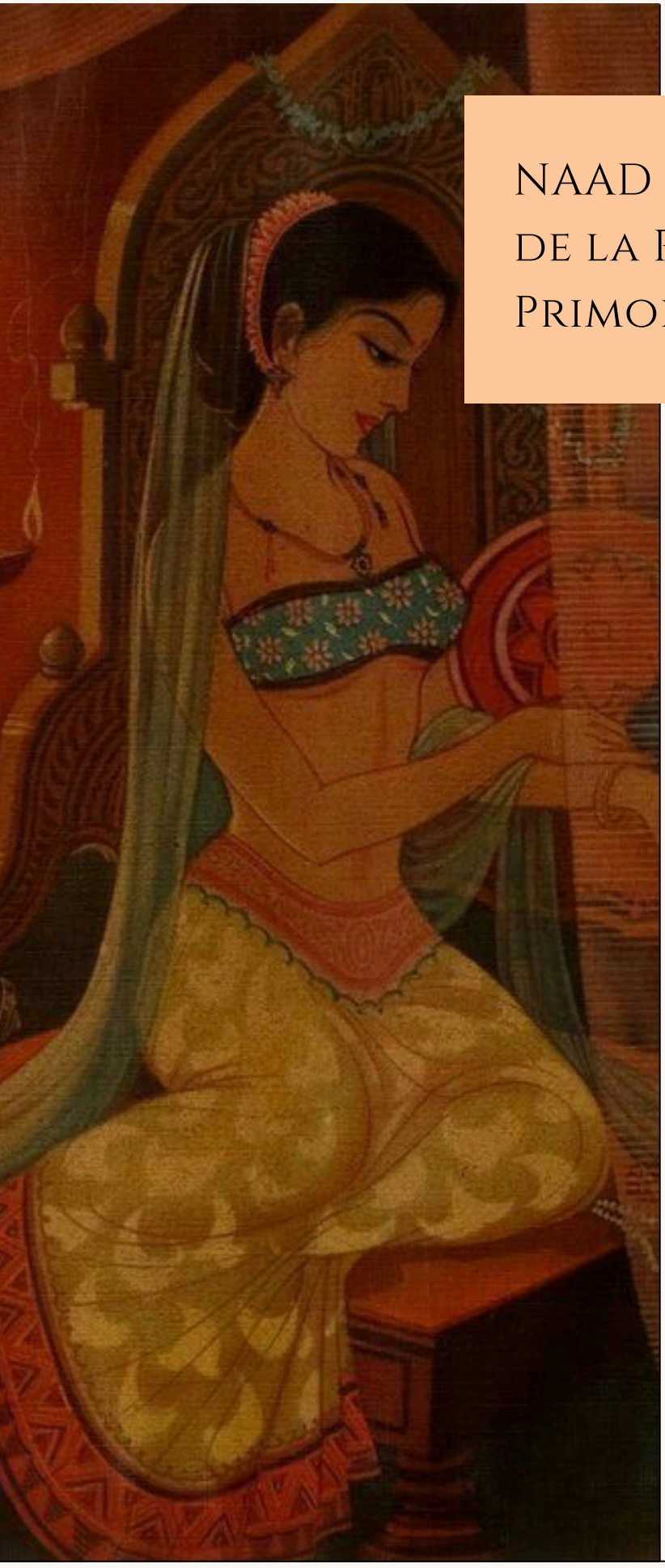
NAAD YOGA: La Frecuencia de la Reina (Sonido Primordial)

Existe un punto ciego en la alta productividad: el ruido mental.

Cuando una mujer sostiene demasiadas responsabilidades, su mente genera un monólogo interno de alerta que debilita su sexto cuerpo espiritual (La Línea de Arco: el halo protector y proyectivo que en la mujer se extiende de oreja a oreja y de pezón a pezón).

La tecnología del Naad Yoga demuestra que cantar ciertos mantras altera la química cerebral a través del paladar, donde existen 84 puntos reflejos que envían señales directas al hipotálamo, regulando el cortisol de inmediato.

◇



NAAD YOGA: La Frecuencia de la Reina (Sonido Primordial)

- El Código Sónico: ANG SANG WAHE GURU (Significado: "Cada célula, cada átomo de mi ser, vibra con la Fuente Divina. Estoy integrada, a salvo y en mi centro".

- El Impacto Biológico: Su vibración estimula el nervio vago, induciendo un estado de coherencia cardíaca que optimiza el funcionamiento mitocondrial. No estás sola; estás ordenándole a la geometría de tu agua interna que recupere su brillo sónico desde el núcleo.

◇



CASA CERES UMBRAL CASA CERES BELLEZA

Cartografía somatica

Te invito a tomar un momento
para escuchar tu cuerpo



Auto-diagnóstico de tu Línea de Arco y Soberanía Celular

Recorre estos tres mapas de síntomas somáticos. Identifica en cuál de ellos tu cuerpo está emitiendo una señal de alerta clara. Ese es tu portal de fuga energética y celular:

MAPA A: La Porosidad del chakra corazón

- El Síntoma Físico: Sensación de opresión o vacío frío en el centro del esternón. Suspiros involuntarios a lo largo del día.
- La Señal Conductual: Dices "sí" de forma automática a demandas externas mientras tu cuerpo se contrae en un "no" silencioso.
- El Diagnóstico Sutil: Tu Línea de Arco está porosa; absorbes el estrés y el ruido emocional de todo tu entorno.

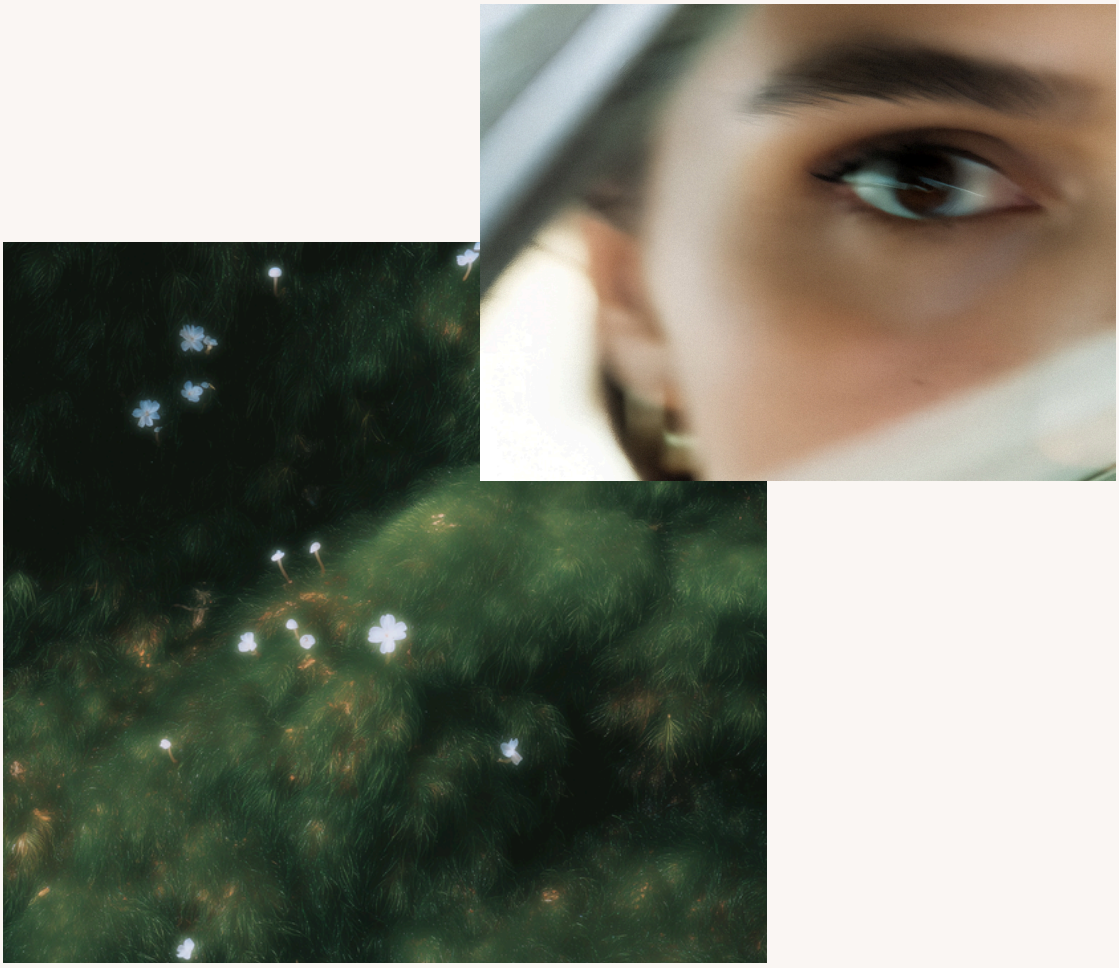
MAPA B: La Desconexión Mitocondrial

- El Síntoma Físico: Hipersensibilidad a la estimulación visual y pantallas. Bruma mental al mediodía y tensión rígida en la mandíbula (bruxismo).
- La Señal Conductual: Sostienes un ritmo de rendimiento implacable por pura inercia, pero la creatividad original se siente apagada.
- El Diagnóstico Sutil: Tus mitocondrias están colapsadas por el cortisol. Tu identidad se ha diluido en el personaje de "la hacedora".

MAPA C: La Fuga de Enraizamiento

- El Síntoma Físico: Digestiones lentas o distensión abdominal inmediata ante conflictos. Sensación de estar "desanclada" o flotando.
- La Señal Conductual: Necesidad subyacente de controlar rígidamente cada detalle externo para compensar la falta de seguridad interna.
- El Diagnóstico Sutil: Tu energía vital (Jing) se dispersa hacia el afuera. Tu trono interno está vacío.

◇

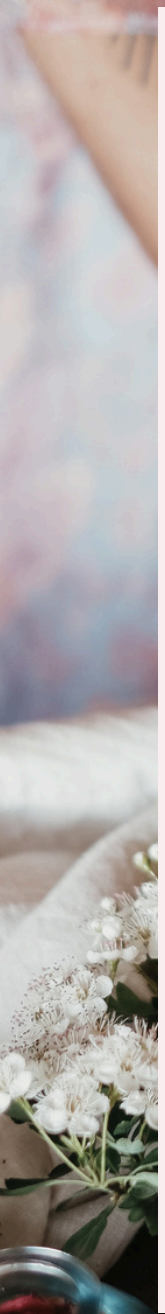


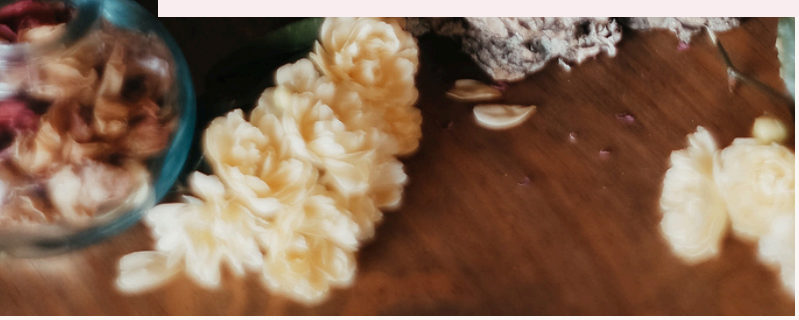
TU PRESCRIPCIÓN DE SOBERANÍA (Soluciones Integradas)

Una vez identificado tu mapa de fuga, Casa Ceres te guía hacia tu medicina específica:

1. Si dominó el MAPA A (Pecho poroso): Tu prioridad es el **RETIRO 5 ELEMENTOS** para sellar tu campo. Únete a la meditación Naad Yoga con el mantra Ang Sang Wahe Guru y usa la Selenita sobre tu corazón.
2. Si dominó el MAPA B (Mitocondrias agotadas): Tu cuerpo exige el **PROGRAMA GLOW.** Mañana mismo, exponte a la Luz Infrarroja del amanecer y toma el Elíxir Cénit Soberano cargado con Schisandra y Quercetina.
3. Si dominó el MAPA C (Fuga de Enraizamiento): Reclama tu poder con la **CONSULTA INTEGRATIVA**. Introduce el Azafrán en tus cenas y camina descalza sobre la tierra para descargar el electromagnetismo.







Descubre

Nutrición Vibracional :

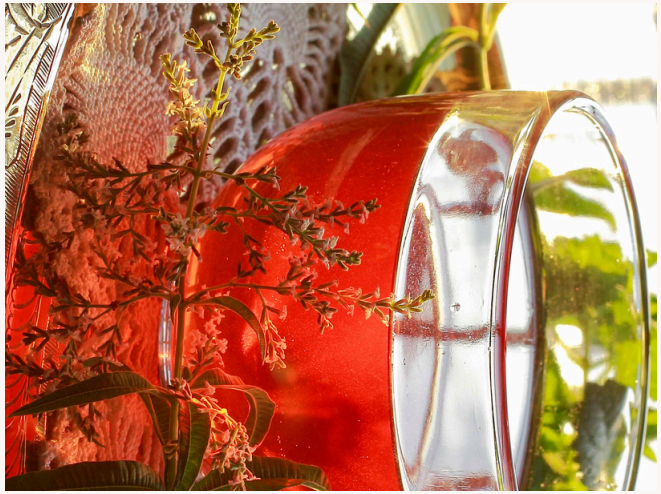
Receta del Elíxir "Cénit Soberano & Longevidad Celular"

CASA CERES

Buenos dias hermosa











COMIDA MEDICINA



Receta de junio

UNA PREPARACIÓN ALQUÍMICA DE LA BOTICA ANCESTRAL DE ANIMA MUNDI, DISEÑADA PARA NUTRIR EL SISTEMA ENDOCRINO, SELLAR LA LÍNEA DE ARCO Y ACTIVAR EL RECICLAJE MITOCONDRIAL.

◇

Ingredientes:

Ingredientes de Precisión:

- 1 taza de infusión concentrada de Loto Azul (Nymphaea caerulea), enfriada a temperatura ambiente.
- 1 cucharadita de polvo de Baya de Schisandra (balance de cortisol y Jing vital).
- 1/2 cucharadita de Quercetina pura (polifenol senomórfico avanzado).
- 1 cucharada de agua de rosas pura (grado alimentario) y el zumo de media lima fresca.
- Un toque de miel cruda local para unificar las frecuencias sutiles.

Directiones:

Así es cómo se hace:

El Ritual: Inicia la mezcla en ayunas bajo la luz dorada del amanecer de junio.

Remueve los ingredientes conscientemente en dirección a las agujas del reloj.

Visualiza este elíxir como un bálsamo dorado que repara tus mitocondrias, limpia los residuos del estrés y sella tu Línea de Arco, ordenándole a tu biología que regrese a su estado original de soberanía y resplandor.





BODY · SPIRIT · MIND · BODY · SPIRIT · MIND ·

La puerta de entrada

Te invito a conocer mis propuestas

MEDICINA PARA EL ALMA

Renace

Para aquellas almas que tras realizar su Cartografía Somática decidan dejar de posponer su bienestar, Casa Ceres abre sus portales de alta privacidad y medicina causa-raíz en la Costa del Sol

CUERPO



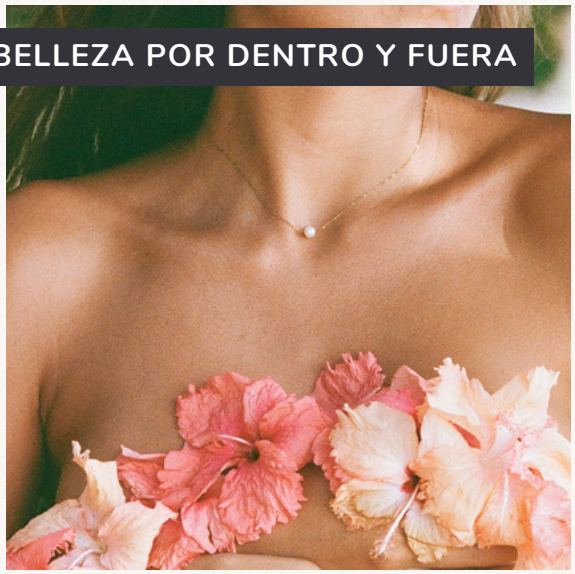
MENTE



ALMA



BELLEZA POR DENTRO Y FUERA



Programa GLOW:
Enciende tu Brillo Biológico este Verano

DESCARGALO AHORA!



Programa completo de belleza
Menú completo de 7 días
Lista de compras
Consejos de belleza
Equilibrio hormonal
Bienestar integral

ESTOY LISTA! ▸

◇

Enfoque Global: El diagnóstico definitivo para recuperar la soberanía de tu salud.

MI INTENCIÓN ES CREAR UN ESPACIO DE CONTENCIÓN Y ESCUCHA DESDE LA COMPASIÓN Y EMPATÍA DONDE SEA POSIBLE RECONSTRUIRSE Y SANAR VERDADERAMENTE.

NUTRICION INTEGRATIVA



Incluye recomendaciones relacionadas con terapias naturales, dieta, suplementos y hábitos de vida que recibirás tras la revisión completa realizada por Gabriela Ana, Coach de Salud Holística, en base a los datos recibidos en la consulta inicial.

+ 34 604 398 948 WhatsApp

SALUD EMOCIONAL



Se realizará un análisis en profundidad para ayudarte a identificar los factores internos y externos que generan estrés en tu vida diaria. A continuación, recibirás un plan de acción para hacer frente a sus síntomas: frustración, pérdida de control, dificultad para relajarse, pesimismo, etc. Esto le ayudará a mejorar su salud emocional y física y la forma en que maneja el estrés.

INFORME EPIGENETICO

Plan de alimentación Y suplementos 100% personalizado.

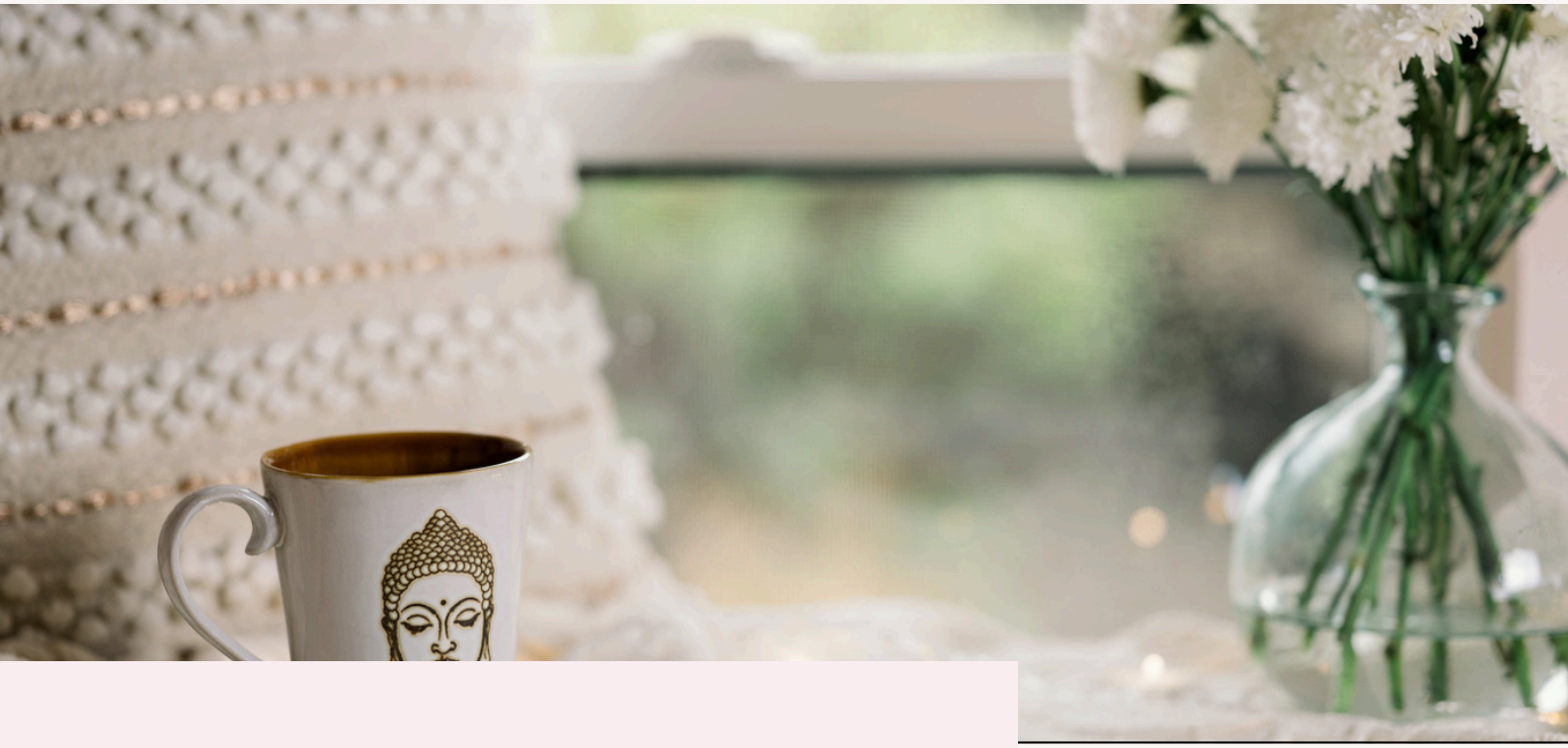
Una plan de 90 días basada en tu bioinformación para lograr tus objetivos.

- Bajar de peso y optimizar tu bienestar.
- Optimizar tu Sistema Inmune.
- Frenar el envejecimiento.
- Optimizar tus habilidades cognitivas.
- Contrarrestar tus niveles de radiaciones ambientales.

SOLICITA INFORMACIÓN



DESCUBRE EL PLAN DE 90 DIAS PARA TU SALUD Y BIENESTAR



ANEXO: REFERENCIAS Y CRÉDITOS INTELECTUALES

Para la creación de este número de junio, Casa Ceres se ha inspirado en las investigaciones y publicaciones de los siguientes autores, científicos y escuelas. Compartimos sus fuentes para honrar su legado y rigor intelecutal:

- Epigenética y Fotobiomodulación (Melatonina Mitocondrial): Investigaciones del Dr. Russell Reiter (Journal of Pineal Research) y Dr. Satchin Panda (El Código Circadiano).
- Longevidad Avanzada (Células Senescentes/Senomórficos): Estudios de la Dra. Tamara Tchkonia & Dr. James Kirkland (Mayo Clinic) y protocolos de Medicina 3.0 del Dr. Peter Attia (Outlive).
- Sustentación Somática y Trauma del Sistema Nervioso: Publicaciones de Kimberly Ann Johnson (El cuerpo sabe la salida) y Dr. Gabor Maté (Cuando el cuerpo dice No).
- Naad Yoga y Numerología Tántrica del Mes 6 (Línea de Arco): Dr. Gurucharan Singh Khalsa (The Mind) y sistema Karam Kriya de Shiv Charan Singh (Let the Numbers Guide You).
- Alquimia de la Botica Ancestral y Anima Mundi: Filosofía de Stephen Harrod Buhner (Las Enseñanzas Secretas de las Plantas).

◇



GRACIAS

Gracias por acompañarnos en esta edición de Casa Ceres.
Tu presencia nutre este espacio creado con calma y propósito.
Te invitamos a seguir explorando temas de bienestar, armonía y vida consciente en nuestro blog, donde compartimos
más reflexiones y guías para tu día a día.

CON AMOR - GABY

CASA CERES

www.casaceres.es
www.iamgabrielaana.com

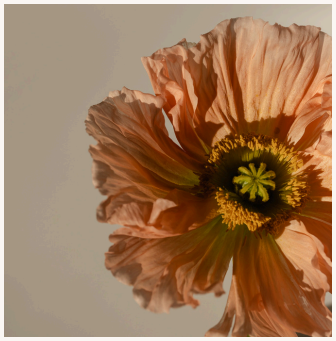
◇











"Gracias por habitar este
espacio de calma y propósito.
Que la medicina de mayo
bendiga tus cinco sentidos."

CASA CERES
[www.casaceres.es] ·
[www.iamgabrielaana.com]
Marbella, España.
Instagram: @casa_ceres |
@nutricion_epigenetic

Copyright

© 2026 GABRIELA DE PASQUALE

La reproducción total o parcial del contenido de este documento así como el derecho de divulgación con o sin ánimo de lucro queda limitado a su autora Gabriela De Pasquale

CASA CERES LLC

www.casaceres.es