



El Umbral



Año 6 - Nº 69 - Diciembre de 2010

Ecología, terapias naturales y vida interior



En este número:

- Luces “verdes” para celebrar la Navidad.
- La complejidad y la mente humana.
- Finlandia, un ejemplo de sostenibilidad.
- Acupuntura. El pequeño maestro y el gran maestro.
- El otro Génesis

www.revistaelumbral.com.ar

Distribución Gratuita

Laura Pacheco

Terapeuta Floral

Bach, California, Aguas de Luz

Atención en Nuñez:

Turnos: 15 5043 8141

lpacheco09@gmail.com



Sin dietas, Cirugía ni Fármacos y comiendo tus manjares preferidos

Baje de Peso dedicando sólo 3 hs.

Método Gorayeb (USA)



Usando una combinación triple de Imaginería Dirigida, Terapia Cognitiva y antiguos métodos de Meditación y Relajación, elimine el comer en estado de estrés, compulsiva o impulsivamente, además de las adicciones a los dulces, las comidas grasosas y su ansiedad por comer. Esta ansiedad y estos deseos irrefrenables desaparecieron para siempre en cada uno de los asistentes a los seminarios y puede pasar

lo mismo con cualquiera con sólo atender un seminario. El Método Gorayeb es impartido en menos de tres horas y dura para toda la vida.

RESERVA TU LUGAR EN EL PRIMER SEMINARIO Seminarios Newbery de Argentina

Galería Santa Fé - Avda. Santa Fé 1660 - Local 33
Directo: (011) 3221 1790 • Celular: (011) 15 5141 0631
www.siyquieropuedo.com.ar

INSTRUCTORADO DE YOGA



En 1 año

**Abierta la Inscripción
Ciclo 2011**

Informate!!!

Centro de Armonización
Av. Maipú 3294 - Olivos - 4799-5718
caiyoga@yahoo.com.ar

Elena Valdéz



*Lectura con
canalización
psicográfica
personal.
Libros para
analizar, meditar
y pintar.*

Todos los 20 a las 20 hs.

*En la confitería "La Estación"
del Shopping Bella Vista Hollywood*

Te esperamos para una charla de Angeles y Metafísica

4666-0332 / 4804-5031 • www.elenavaldez.com.ar

Cartas Psicográficas del
contenido del libro "Almas"
Juego de cartas
"La Reina de los Angeles"
(Para conexión y
autoayuda)

Centro de Educación en Terapias Naturales

Promociones de Verano en Cursos y Talleres
Comienzan en enero y abril de 2011

Flores de Bach
Aromaterapia

Taller de Psicología y Arte (Mandalas)
Grafología.

Psicología del Estrés

DANZA MOVIMIENTO TERAPIA

Grupos Terapéuticos

TALLERES y Seminarios De Verano

TERAPIA INDIVIDUAL / Grupal

Lic. Cristian A. Pacino 15 5018-3584

Lic. Celia E. Vera 15 5569-3323

**Te ayudamos
a sentirte mejor,
naturalmente**



Av. Santa Fe 2265
Martínez - Pcia. de Bs. As.
Tel.: 4793-3499
chpedace@intramed.net.ar
<http://industriadelbienestar.blgspot.com>

Cama de masajes con
piedras calientes de jade
y musicoterapia



Nutrición • Obesidad (síndrome metabólico) • Cosmiatría y esteticismo
Radiofrecuencia • Luz pulsada • Peeling químico • Puntas diamantadas
Electroestimulación muscular • Ondas rusas • Reiki • Yoga
Masoterapia y drenaje • Flores de Raff

ESPACIO DE PUBLICIDAD

El polen reconvertido

En Argentina se radica la única empresa productora mundial de "polen reconvertido".

Se trata de un alimento natural que funciona como rejuvenecedor biológico y antioxidante.

Es un extracto purificado, concentrado, libre de alérgenos, sin conservadores y no posee contraindicaciones.

Compuesto por más de 110 complementos aminoácidos, vitaminas, minerales, aceites esenciales, proteínas, etc.; ayuda a los mecanismos de defensa del organismo y a su recuperación orgánica.

El producto no crea adicción, no engorda y es apto para celíacos.

Crinway lo produce hace ya más de 35 años, bajo normas estrictas de profesionales farmacéuticos.

En una conferencia para profesionales del arte de curar, realizada en el Centro Cultural Gral. San Martín, el Dr. Ciancio Cano expuso los resultados obtenidos sobre 100 pacientes tratados con polen reconvertido: Aplasia medular por leucemia

se revirtió en el 100% de los casos, estrés y depresión 100%, diabetes 70%, hepatitis pre cirrosis 100%, impotencia 100%, adenoma de próstata 100%, osteoporosis 100%, cardiopatías 100%, artrosis 80%, arteroesclerosis 80%. Se acompañó con medicación homeopática.

El Dr. Ciancio Cano (ex titular de la Dirección de Hemoterapia MCBA, ex jefe titular del Depto. Servicios Centrales de Diagnóstico y Tratamiento del Hospital Durand, ex jefe de Hemoterapia de los hospitales Rawson, Ramos Mejía, Alvear y Durand) consideró que el Polen reconvertido debería ser incorporado al vademécum clínico como elemento de gran valía médica, dada su naturaleza inocua y efectiva.

El Dr. Jorge Esteves investigó el producto con resultados beneficiosos en artrosis, reuma, asma, caída del cabello, hemorragias, pico hipertensivo, esclerodermia, colesterol elevado, lupus, esterilidad, rinitis alérgica, obstrucción de arterias, etc.

El Dr. Gerardo O. Villada, médico geriatra de la U.B.A., master psicoimmunoneuroendocrinología, osteopatía médica Universidad Favaloro, opina del polen reconvertido que reúne los requisitos moleculares para prevenir y combatir el envejecimiento. Prescribe el polen reconvertido en osteoporosis post menopausia, senil, en trastornos circulatorios diversos y edemas de causa varicosa, por su acción antioxidante y desintoxicante (en cansancio psico-físico), stress, depresión y sobrepesos, con resultados sorprendentes y satisfactorios, en poco tiempo de ingesta, con una respuesta rápida.

Para mayor información: (011) 4738 - 4628



Rejuvenecedor biológico Energía transformada en acción

OLEOS ESENCIALES CONCENTRADOS DE POLEN



Compuesto por más de 110 complementos diferentes:

Aminoácidos + Vitaminas + Minerales + Aceites esenciales + Proteínas
Complejo vitamínico de origen vegetal, hidrosoluble. NO ENGORDA. Totalmente atóxico. No tiene conservadores

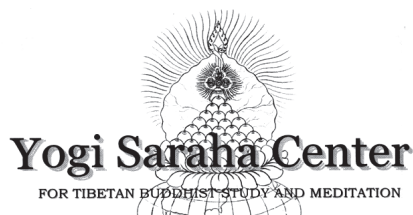
¿A quiénes se recomienda? A personas que por su actividad sufren un gran desgaste psicofísico. Se observaron beneficios en stress, depresión, diabetes, reuma, osteoporosis, próstata, circulación, cansancio generalizado, anemias, impotencia, esclerosis múltiple, mejoramiento de la piel.



El alimento POLEN RECONVERTIDO CRINWAY® es producido por Crinway S.A.

Centro de atención al cliente: (011) 4738-4628 de 8 a 12 hs. de lunes a jueves

www.crinway.com



Curso de meditación

La meditación constituye una de las prácticas esenciales del Budismo. Mejora la capacidad de concentración, la atención y la inteligencia, permitiendo discernir lo real y desarrollar la sabiduría innata y esencial.

Aprenda diferentes técnicas budistas de meditación y entrenamiento para mejorar la calidad de su vida.

Sesiones: sábados 17 hs.

PROGRAMA ANUAL:

Introducción al Budismo

Lam-Rim (El Camino Gradual a la Iluminación)

"La Preciosa Guirnalda de Consejos" de Nagarjuna

Taller sobre Emociones

Teléfono: 4541-7112 (11 a 16 hs.)

Email: yogisaraha@gmail.com

Pág. web: www.yogisaraha.com.ar

Escuela Reiky Dar®

Iniciaciones
Maestría Usui

VIERNES 18 Horas.

SERVICIO SOLIDARIO

Ayacucho 1466 PB "A" Florida M

Eduardo R. Goldin

Reiky Sensei

Sesiones * Tratamientos

...todos merecemos la tibia caricia de Reiky!

15/5013-5915 ~ 4718-3348

www.reikidar.com.ar

info@reikidar.com.ar

STAFF

Propietario y Director:

Lic. Jorge Martín Kruise

Colaboradores:

Stella Maris Melo

Félix Rodríguez

(desde España)

Lic. Bernardo del Guercio

Lic. Norma Gurri

Inma Casas

Rubén Fistraiber

Alberto Newbery

Lic. Carlos Scardulla

Lic. Laura Pacheco

En Bahía Blanca:

Dr. Marcelo Nasberg

En Capilla del Monte:

Vana Nissen

Diseño Gráfico:

Walter Vega

El Umbral es una publicación mensual y gratuita

Las notas firmadas y el contenido de las publicidades son exclusiva responsabilidad de sus autores y anunciantes.

Todas las personas que escriben en esta publicación, lo realizan en carácter de "Ad Honorem".

R.N.P.I. en trámite

PUBLICIDAD y MENSAJES:

4796-5783

elumbralrevista@yahoo.com.ar

www.revistaelumbral.com.ar

Permitida la reproducción con solo citar la fuente

Editorial

Desde el comienzo del mundo nunca ha existido y nunca existirá un hombre capaz de dividir para siempre el tiempo histórico de la humanidad en un antes y un después de su existencia física. Sólo una persona pudo hacerlo porque su legado fue demasiado trascendente como para pasar desapercibido. Su legado trasciende a las mismas religiones cristianas, porque era una persona llena de Amor que aceptaba a todos y a todas más allá de sus actos o ideologías. Él buscaba también a las personas excluidas o marginadas socialmente para que lo acompañaran a lo largo de su Misión de Vida.

En este mundo lleno de maldad y confusión en ocasiones es fácil perder de vista la meta, en ocasiones se nos hace fácil desviarnos de un camino más espiritual a causa de seguir los mandatos de este mundo materialista.

Los caminos de las diferentes religiones pueden ser diversos pero el fin es el mismo en todas, y por eso mismo todas deberían respetarse unas a otras porque Dios se manifestó de muchas maneras en diferentes períodos históricos y bajo distintos nombres o a través de diversos avatares.

Pero este editorial de diciembre tiene que ver con que este mes se celebra el nacimiento de Jesús. En muchos lugares de nuestra querida Madre Tierra esta fecha tan especial se ha convertido en un tiempo para los negocios, un tiempo donde los mercados obtienen grandes ganancias a causa de todas sus ventas y nada más que eso. En otras palabras se reemplaza el verdadero significado de la Navidad, que es la celebración del nacimiento de Jesús, por cuestiones materiales y grandes comilonas. Se ha cambiado el verdadero regalo que Él nos trajo, por regalos y objetos no duraderos. Pero el nacimiento de Jesús fue uno de los acontecimientos más grandes que este planeta ha presenciado, ha sido el único acontecimiento que ha impactado, y continuará impactando al mundo desde su inicio hasta el fin. Mucha gente puede negar su existencia, divinidad, gloria y poder, pero la realidad del caso es que casi todos en el mundo miden el tiempo de la misma manera, a.C (antes de Cristo) y d.C (después de Cristo).

Recuerda que la Navidad no es solamente para hacer regalos materiales, la Navidad no es solamente acerca de un arbolito (costumbre que viene de creencias de los antiguos pueblos germanos y celtas), y tampoco es solamente acerca de Santa Claus o los reyes magos (dejemos esto para los más chicos). La Navidad es acerca del nacimiento del Maestro Jesús.

Que esta fecha nos sirva para la reflexión, para la meditación, y para elevarnos espiritualmente.

Feliz Navidad y un muy buen 2011 para todos!!

JMK



El otro Génesis

Es probable que pertenezcas a ese grupo de personas, que han tenido el privilegio de haber vivido en esta vida... *dos estilos de épocas*. Es indiscutible que durante el Siglo XX han ocurrido los mayores cambios de aspectos evolutivos a nivel crecimiento tecnológico. Tal ha sido la envergadura de su desarrollo que muchas mentes humanas tuvieron que enfrentarse a graves dificultades de entendimiento. Pues los inventos más destacables de la historia tuvieron lugar durante ese período. Hoy..., (cien años después), continuamos cuestionándonos el funcionamiento de algunos aparatos que utilizamos cotidianamente de manera automática.

Cuando el individuo no termina de comprender de qué manera trabajan tales artefactos, cree analizar con lujos de detalles una serie de porqués cuyas respuestas nunca acaban por satisfacerle. Desde el teléfono, hasta la radio y desde el televisor a la computadora hay todo **"un mundo de Ciencia"** que destacados cerebros se encargaron de legarnos. Ellos han tenido el honor de recibir esa inspiración divina para crearlos.

En cierta oportunidad leí: "Somos Testigos de la Historia y Pioneros del Futuro" (por *Drunvalo Melchizedek*). Nada más oportuna su frase para identificar nuestro período. Tanto para quienes aún se asombran de los cambios, como para quienes hemos nacido con ellos y para quienes pertenecen a la nueva generación (es decir: quienes traen el avance incorporado). Todos formamos parte del crecimiento.

Pero a veces resulta inexplicable que el adelanto, en la mayoría de los casos (solo tenga que ver con lo tecnológico) apartado del tan importante nivel humano. Si nos comparamos con los hombres que fuimos desde el comienzo de la humanidad, notaremos marcadas diferencias. Pero éstas no alcanzan para cubrir las expectativas en cuanto a un crecimiento evolutivo espiritual de avanzada. En síntesis el marcado progreso no incluye de la manera que debiera, hacia la Superación del Hombre como tal.

El Ser Humano es como es y como lo fue desde sus inicios. Muchos conservan el instinto animal sin poder controlarlo, otros luchan por superarse trabajando duro consigo mismos. Y están quienes nos acompañan para ayudarnos durante el dificultoso sendero de la vida siempre que nos mostremos condescendientes a reconocer que en nuestro interior debe de haber un progreso evolutivo espiritualmente hablando.

El conocido escritor y fundador de Cienciología (Ronald Hubbard) solía decir: "El día que el hombre llegue a Marte comenzarán los problemas".

Refiriéndose **"al hombre"** más que a los supuestos habitantes de ese planeta. En definitiva el desarrollo evolutivo conlleva una desigualdad muy marcada entre los hombres. Sea quizás por ello que a medida que pasan los años y prosperan los adelantos, todavía existen personas que no se ajustan a esta Nueva Era. Estamos atravesando por los últimos vestigios que quedan de un mundo de personas jóvenes con almas pretéritas.

Solo espero que las mejoras alcancen a la Esencia del Hombre, a su Alma, a su Corazón a su Espíritu, recién entonces así, habrá llegado el verdadero progreso. Más de uno podrá describir con orgullo que ha sido testigo de cada uno de ellos. Pero que de todos... es **"éste"** el que ha marcado rotundamente un Gran Final y un Maravilloso Comienzo.

Un Abrazo de Almas
Stella Maris Melo

Herboristería del Plata

Rivadavia 2525 4954-2535
Ciudad de la Paz 2040 4782-7903
www.hierbasdelplata.com.ar

Descubra las virtudes del te
Calidad en hierbas medicinales
para diferentes dolencias

Cosmetología para pieles sensibles

- Cremas para manchas
- Cremas antiarrugas
- Cremas para acné y cutis graso
- Tratamientos capilares
- Tratamientos de belleza: facial - cuerpo - piernas

Rosa Mosqueta - Aloe Vera
Extractos puros de la colmena

Productos para spa:

- Arcillas
- Algas
- Perfumes
- Jabones
- Aromatizantes de ambiente

Miel - Polen - Jalea Real
Propoleo - Aloe vera bebibile
Espirulina - Lapacho
Libros

Productos de Nutrición Deportiva

Mejor Precio del Mercado

Polen Reconvertido Crinway
Levadura Calsa \$20.-
Jugo de Arándano 1,5 lts
Mermeladas diet

El Umbral

NUEVA LINEA
TELEFONICA

4796-5783

elumbralrevista@yahoo.com.ar

Luces “verdes” para celebrar la Navidad

Grupos ecologistas denuncian el derroche energético de la iluminación navideña. Durante los próximos días las grandes ciudades se engalanan con todo tipo de motivos navideños: abetos, belenes, flores de Pascua... pero, sin duda, la decoración que más atrae las miradas de todos es el espectáculo de luz y color del amplio alumbrado en las calles y monumentos. Sin embargo, esta iluminación no es inofensiva, sino todo lo contrario, supone una amenaza medioambiental, debido a su importante consumo energético. Según el Instituto para la Diversificación y el Ahorro Energético la iluminación navideña española consumirá este año 30 millones de kilovatios hora y emitirá 10 millones de kilos de dióxido de carbono. Hace dos años el ingeniero industrial Francisco Pujol, presidente del Grupo de Protección del Cielo (GPC), aseguró que España es el país europeo con más derroche energético en iluminación, un consumo energético que sube “varios puntos por encima” del PIB cada año.

Con semejantes datos la respuesta de los grupos ecologistas no se ha hecho esperar, y alertan de la necesidad de reducir ampliamente ese gasto energético, no tanto por el gasto económico que supone,



como por la factura medioambiental, pues el consumo energético de estas luces contribuye al calentamiento global.

El pasado 21 de noviembre de 2010 *Ecologistas en Acción de Las Palmas* solicitó formalmente a su Ayuntamiento la reducción, como mínimo en un 80%, del gasto energético producido por el alumbrado navideño. Ellos proponen las siguientes medidas:

- Retrasar la inauguración de las luces hasta el día 24 de diciembre.
- Apagar las luces al cierre de los comercios.
- Sustituir las bombillas incandescentes por bombillas de bajo consumo.
- Reducir el número de luminarias navideñas callejeras.
- Reemplazar las decoraciones lumínicas por otro tipo de ornamentación.

No obstante, la contaminación lumínica en Navidad ha disminuido bastante con respecto a hace unos años, ya que muchas ciudades españolas han invertido en bajar la potencia instalada en sus bombillas mediante la utilización de LEDs, (*light emission diode*) y los hilos de luz, que suponen un ahorro energético del 70%. Estas bombillas gastan diez veces menos energía y son un 90% más eficientes que las luces tradicionales, porque duran muchas más horas. Además, tienen protección en el cristal y son frías al tocarlas, por lo que disminuyen las posibilidades de que se produzca un incendio.

Sevilla es una de las ciudades que apuestan por una iluminación más ecológica, en concreto el alumbrado navideño hispalense supondrá este año un 17% menos de consumo eléctrico que en 2008, lo que conlleva a un ahorro de 26.000 euros diarios. Esta reducción se debe a que el 96% de las lámparas utilizadas serán de bajo consumo. Asimismo, el ahorro energético se incrementará con el apagado de las luces a las 11 de la noche, salvo en Nochebuena, Nochevieja y la Cabalgata de los Reyes Magos. Antonio Rodrigo Torrijos, concejal de Infraestructuras para la Sostenibilidad en Sevilla señala que “en dos años se ha reducido el consumo un 40%, casi un 23% en 2008 y un 17% este año”.

En resumen, la celebración de la Navidad no tiene que estar reñida con la protección del medio ambiente, sólo hay que seguir algunas pautas que garanticen el desarrollo sostenible.

Félix Rodríguez (desde España).



Trigo Limpio
Almacén Naturista



Bucarelli 2687 - Capital



Terapia Integral Armonizadora

Hemos denominado Terapia Integral Armonizadora al tratamiento psicosomatoespiritual que devuelve la armonía al Homo Patiens, al hombre que sufre, previniendo enfermedades antes que las emociones alteradas se manifiesten en una afección orgánica, levantando las defensas (álmicas, mentales y corporales) y colaborando desde lo anímico con la prescripción médica en las patologías más severas.

No existe con este método natural ninguna contraindicación, sino que se trata de contener y equilibrar holísticamente al paciente, escuchando el lenguaje del cuerpo y sanando la emoción que afecta su espíritu, su psique y su organismo.

El paciente toma elixires florales, fórmulas herbales, disfruta de aceites esenciales aromaterapéuticos y reflexiona con su psicoterapeuta acerca del disturbio emocional que lo aqueja y lo llevó a este estado de desasosiego.

La logoterapia consiste en ayudar al paciente a encontrar el sentido de su vida, más allá del dilema que lo conmueve. La plenitud existencial y la armonía en el alma, la mente y el cuerpo, le devolverán la calma y la salud perdida.

No se trata, por lo tanto, de tapar síntomas en forma artificial con alopátia, sino de entender empáticamente su significado, para que este mensaje valioso lo ayude al paciente a crecer y avanzar en su camino, con el auxilio psicoterapéutico idóneo y objetivo de un profesional experimentado.

Recién entonces, parafraseando a Rabindranath Tagore, no suplicará que se calme su dolor sino que tenga ánimo para dominarlo.

Daremos como ejemplo el tratamiento con esta terapia de la mujer que está atravesando el período de la Menopausia, durante el cual es común que aparezcan las siguientes manifestaciones: Angustia, depresión, labilidad emocional, sofocos y obesidad.

El alcance de estos padecimientos y la forma en que la mujer climatérica acepta y experimenta el cambio, dependerá de su postura ante la propia femineidad y de cómo ha sido hasta ese entonces su vida sexual.

Con los sofocos intenta figurar calor sexual. Sus metrorragias son anhelo de aparentar lozanía y fertilidad. Los miomas uterinos simbolizan un embarazo: la mujer nutre en su útero un tumor benigno del miometrio que posteriormente será necesario extirpar por medio de una intervención que semejará un parto. Estos tumores de matriz indican un deseo inconsciente de gravidez.

Cada mujer vive su sexualidad de acuerdo con las características de su personalidad, las huellas de su historia y los prejuicios de su cultura. El peso de la represión, las prohibiciones que hereda una mujer, los miedos que aprende, sus cambios corporales, le dificultan aceptar que su cuerpo sigue siendo erótico: deseable y deseante.

La menopausia es un cambio pero no necesariamente una pérdida.

La terapia hormonal de reemplazo puede tener efectos perjudiciales en la mujer menopáusica, como ser cáncer mamario, de endometrio, de cuello uterino, trombosis, diabetes, hipertensión arterial. A veces este tratamiento hormonal es recomendado a mujeres con síntomas

perimenopáusicos (osteoporosis, cistitis a repetición, incontinencia urinaria, sequedad vaginal, sofocos), pero es peligroso en las pacientes que tengan cáncer de mama o historia de un familiar cercano (hija, hermana, madre) con cáncer mamario, epilepsia, alguna vasculopatía aguda, insuficiencia hepática, o hipertrigliceridemia a nivel familiar.

El tratamiento de sustitución hormonal, que ofrece a la paciente una combinación de progesterona y estrógeno, ha sido considerado como una manera eficaz de evitar la pérdida de calcio en los huesos de la mujer, pero este peligroso tratamiento hormonal para conseguir una notable reducción del riesgo de fracturas, debe continuar más de cinco años; en este plazo tan largo son más las complicaciones que la solución.

En cambio, con la terapia integral armonizadora femenina, no existe ninguno de estos riesgos, y sí el beneficio preventivo, curativo y rejuvenecedor de los fitoestrógenos.

*Lic. Bernardo del Guercio
(Tel.: 4797-6621)*



**FARMACIA
"PORTEÑA"**

Horacio Romero
FARMACEUTICO

Homeopatía
Recetas Magistrales
Flores de Bach y California
Polen Reconvertido

OLAZABAL 5297
Tel.: 4521-6539 - Fax: 4523-1604

FARMACIA "ROMA"
Fernando Rossi
FARMACEUTICO

HOMEOPATIA

Monroe 3195 - Esq. Freire
Envíos a Domicilio 4542-7780

La complejidad y la mente humana

Suele escucharse muy a menudo decir: "Qué compleja es la mente humana"; "Qué complejos son los seres humanos". "Qué compleja que es la vida"

Nos detenemos verdaderamente a considerar esto que escuchamos?... ó las más de las veces repetimos sin siquiera evaluar?

Pues si estuviéramos atentos a esto que circula comprenderíamos que va más allá de simples expresiones verbales.

Podríamos estar ante posibles concreciones o futuras frustraciones.

Porque la mente... es compleja, sí.

Por qué?

La mente es compleja, porque el ser humano es complejo...por qué?

Porque no es un ser aislado; el "ser humano" se constituye en sociedad y la sociedad es compleja...por qué?

Porque en el vínculo, se juega lo propio y lo del otro y esto es complejo...por qué? Porque en el interjuego la más de las veces proyectamos lo propio sobre el otro ó introyectamos lo del otro y esto es complejo...por qué?

Porque solemos con-fundirnos con ó en el otro y eso es complejo... por qué?

Porque de ser así terminamos por no reconocernos en lo que sentimos, pensamos y /ó hacemos y esto también es complejo...por qué?

Porque es aquí donde se con-funden, se desdibujan las fronteras...y esto es complejo...por qué?

Porque podríamos seguir infinitamente cuestionándonos y lo complejo seguiría formando parte de cada respuesta...por qué?

Porque podríamos decir que la complejidad es parte de de lo que nos constituye, es parte de nuestra esencia y porque como es adentro es afuera.

Desde este ángulo, todo es complejidad. Toda nuestra vida está rodeada del concepto de complejidad, hasta nuestra mente...sí, ya que la mente humana tiene un doble potencial. En ella cohabitan el bien y el mal, ella puede amar hasta la locura u odiar hasta la muerte... puede crear la belleza más pura ó el páramo más desértico, es capaz de alegrarse o deprimirse.

Pero... se fijaron? Si hasta hablamos de ella en tercera persona, como si no fuera parte de nosotros mismos. La excluimos...no, proyectamos, ponemos en el afuera aquello que nos es difícil reconocer...por qué?

Porque estamos en permanente conflicto entre lo que aceptamos y rechazamos, entre lo que somos y lo que anhelamos ser... y como la dualidad confunde, genera inseguridades...entonces...pongámosla afuera, es preferible no ver.

Esto es lo complejo del pensamiento, ya que en él también la

emoción cuenta y por ende participa en la construcción de aquellos pensamientos que potenciarán ó diluirán nuestros proyectos.

La imagen que tenemos de nosotros mismos, las creencias respecto de cómo somos y de cuáles son nuestros talentos, defectos y posibilidades en la vida abrirán algunos caminos y cerrarán otros, facilitarán ciertos logros y no otros.

Tomando el pensamiento aquí en un sentido amplio, en el que están incluidas ideas, creencias, convicciones, supuestos e imágenes mentales, tanto en su aspecto conciente como inconsciente, podríamos conjeturar que nuestros pensamientos son co-creadores de nuestra realidad.

Si desde allí podría tejerse nuestra posibilidad de acción...qué hacer entonces?, es posible modificar nuestra mente?

Si...y cambiar la mente implicaría el propio cambio.

Cuál sería entonces un camino posible?

Como contamos con el don de la razón, de la reflexión autodirigida, de la autoobservación, de pensar sobre lo que pensamos, podríamos comenzar...

Discerniendo lo que me es propio de lo que me apropio, entonces...

Me reconozco

Si sumamos la...

Aceptación, podríamos conciliar la integración del "ser":

Emoción-pensamiento-acción como unidad

Y aunando la responsabilidad...

podremos reconocer cuándo y cómo **responder** frente a cada situación creando un ambiente motivador donde vivir mejor y en paz con uno mismo.

Lic. Norma Gurri

Lic. Norma Gurri

Psicóloga UBA

Terapeuta floral - lectura corporal

* Atención pacientes oncológicos y flia.

* Talleres de reconocimiento corporal

* Talleres de relajación

Villa Urquiza 4523-3141

Espera de nueve lunas

Como espiga de cobre, matinal y creciente,
satisfacción de lunas en número de nueve,
espacios incorruptos te atraviesan la frente
y te atrapan del cuento solamente sus héroes.

Cálido enigma, mi primer cosecha,
la que bordé en la vida noche a noche
entre sueños de mármol y memorias muy viejas.
Que sospechas de luz me trae el tiempo...

Los brazos se me vuelven cunas tibias
y empiezo a caminar con piernas nuevas.
Estás llenando el aire y te respiro,
mi cuarto canta lleno de violetas.

Vana Nissen



Productos Naturales **El Angel**

Incorpora estos nobles productos del Amazonas Peruano

- MACA:** Energizante excelente. Combate estrés Psico-Físico. Fortalece órganos reproductivos femenino y masculino ayudando en casos de infertilidad.
- YACON:** Antidiabético atóxico natural. Excelente complemento en insulino-dependientes.
- GRAVIOLA:** Inmunoestimulante. Complementa en casos severos declarados de pulmón, colon, próstata, pecho, páncreas y mamas.
- UÑA DE GATO:** Inmunoestimulante. Reforzador de las defensas del organismo. Antiviral. Antiinflamatorio.

Ugarte 1863 - Olivos
Pedidos: 4794-8360

Venta exclusiva en Olivos "15 Años en
El Angel Zona Norte"

Psicología y Medicina Natural

Psicología ~ Masajes Energéticos
Flores de Bach ~ Reiki ~ Homeopatía
Tratamiento del Dolor Físico
Emocional - Espiritual

Solicitar Turno al 15-5018-3584
Lic. Cristian A. Pacino
Honorarios Accesibles

Promoción Verano 2011 en Masajes
No sufra de contracturas, ni estrés!!

ENFERMERA María Elena



Aplico inyecciones,
higienizo, mido la presión,
hago cuidados a domicilio y en hospitales.

Tel. 4542-2834 • Cel. 153-384-2547

Portal Alternativo

Guía de Medicinas y
Terapias Alternativas
Profesionales, Cursos
Presenciales y a Distancia,
Notas de Interés, Foros,
Agenda de Actividades, y más.

Por costos, calidad y resultado, el mejor servicio
de publicidad por Internet del mercado.

www.portalalternativo.com
Tel. 4629-3916 (Gabriel)

Lic. Paola Lospinoso

(Psicóloga Clínica)
U.B.A.

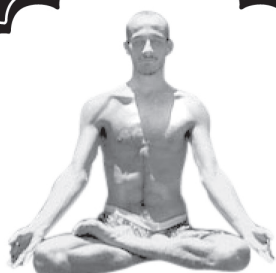
Asistencia Psicológica

Niños - Adolescentes y Adultos

TERAPIAS BREVES

Consultorios en
Olivos / Devoto

4796-5783



YOGA

Hatha y Ashtanga
Principiantes y avanzados

prof. **Juan Laso**
www.juanlaso.com.ar



DANZA del VIENTRE

Para todas las edades
Clases personalizadas
Grupos reducidos

prof. **Carla Weim**

Informes
e inscripción **4 776 5241**
Fitz Roy y Costa Rica

DRENAJE IONICO DE TOXINAS

LOGRE SALUD, BIENESTAR
Y BELLEZA

**RETARDA EL
ENVEJECIMIENTO CELULAR**

RESERVE SU TURNO AL: **4862-1040**

Finlandia, un ejemplo de sostenibilidad

La certificación forestal garantiza un desarrollo industrial respetuoso con la naturaleza

La Navidad ya ha inundado las calles de las ciudades de medio mundo y muchos ciudadanos decoran sus casas con abetos. El abeto, el pino y el abedul son las tres principales especies de árboles que forman los bosques de Finlandia.

Este país nórdico es el más boscoso de Europa, con el 65% de su territorio cubierto por bosques, de los cuales el 8% están protegidos, convirtiéndose así en el territorio con más espacios arbolados protegidos de Europa. También es el Estado más lacustre del mundo con alrededor de un 10% de su superficie cubierta por lagos. Su actividad económica está muy ligada a la naturaleza, según Jorma K.O. Ignatius, gerente de Marketing, de la fábrica de Stora Enso Oyj en Imatra, Finlandia se define como el país del "oro verde". Además, el bosque finlandés ayuda a mitigar los efectos del cambio climático porque absorbe unos 35 millones de toneladas de las emisiones de dióxido de carbono que produce esta nación escandinava al año. Todo ello explica que los finlandeses sientan un enorme respeto por el medio ambiente. El bosque es una fuente importante de materias primas, que ha permitido el desarrollo de industrias de celulosa, pasta de madera y papel, que suponen el 40% de todas las exportaciones del país. Finlandia es uno de los principales productores de papel y cartón del mundo, junto con Estados Unidos, Canadá y China.



Entonces, si se beneficia de la tala de árboles ¿cómo podemos considerar a Finlandia un ejemplo de país ecológico? La respuesta la encontramos en la certificación forestal, un sistema que garantiza que el producto forestal (papel, cartón...) proviene de un bosque gestionado con criterios de sostenibilidad. Esta idea surge en 1988, cuando organizaciones ecologistas británicas proponen establecer una etiqueta internacional que certifique los productos madereros de selvas tropicales producidas de forma sostenible, pero no fue hasta 1993 cuando se presenta en Montreal (Canadá), el Consejo de

Administración Forestal (Forest Stewardship Council), como órgano de la certificación FSC, con sede actual en Oaxaca, México. Al mismo tiempo, se desarrollaron una serie de Conferencias Ministeriales para la Protección Bosques de Europa, en las que se hacía referencia a la certificación forestal y a la Gestión Forestal Sostenible.

En la actualidad, existen numerosos sistemas de certificación: EMAS, ISO 14001, FSC CoC... Uno de los más destacados es la Certificación Forestal Paneuropea (PEFC) que promueve el desarrollo de bosques que permitan el equilibrio económico, ambiental y social. Aproximadamente más de 203 millones de hectáreas en todo el mundo están certificadas siguiendo este modelo. En 1998 el sector privado forestal europeo creó el PEFC como una iniciativa voluntaria, basada en los criterios presentados en las Conferencias Interministeriales de Helsinki (1993) y Lisboa (1998) para la protección de los bosques de Europa, en el que participan actualmente 18 países. Se calcula que en Europa hay 40 millones de hectáreas de bosque certificado mediante ese sistema.

En Finlandia el 95% de sus bosques están certificados, lo que supone más de 20 millones de hectáreas. Sin embargo, en la mayoría de países el porcentaje es muy inferior, eso explica que sólo el 9% de todos los bosques del mundo estén certificados.

Merja Simonen, gerente de atención al cliente de la empresa Stora Enso en Finlandia, afirma que la tala selectiva junto con la inmediata repoblación de la misma especie, permite el desarrollo de bosques de buena calidad, porque los árboles crecen mejor en áreas más abiertas. La explotación sostenible de los bosques exige que, como mínimo, el crecimiento sea igual a la tala.



En Suecia y en Finlandia, el crecimiento de los bosques es mayor que la tala y el volumen de árboles en crecimiento se ha incrementado notablemente. Además, en los bosques bien gestionados, se evitan más incendios forestales que en las zonas arboladas sin ningún tipo de supervisión humana.

En definitiva, Finlandia es todo un ejemplo a seguir porque como apuntan en la *Revista de la Dirección General de Medio Ambiente* "los finlandeses son conscientes de que los bosques son mucho más que un activo económico: también tienen un gran valor cultural, recreativo y medioambiental".

Por Inma Casas



Revista

El Umbral

**Publicidad
y Mensajes**

4796-5783

elumbralrevista@yahoo.com.ar

Suscripción

Por 6 números \$ 40.-

Por 12 números \$ 60.-

Será enviado por correo

(se incluyen en el costo los gastos de correo)

Drenaje Ionico de Toxinas (Driontox)

Un antiguo aforismo dice: "Somos lo que comemos", pero debemos agregar: "lo que respiramos, bebemos, tocamos y miramos".

Nuestro organismo, cotidianamente, lucha por sobrevivir; respira aire contaminado

cargado de CO, monóxido de carbono, combustión de las naftas de automóviles y gas-oil del transporte de carga y buses. Consumimos alimentos con conservantes, pesticidas, herbicidas. Las tinturas para el cabello, cremas de maquillaje, lápiz labial, sombras para ojos, delineadores, etc. jabones de tocador, elementos que en menor o mayor medida ingresan por los poros a la sangre.

Del resultado de nuestro metabolismo, producimos restos del mismo, llamados radicales libres, perjudiciales para nuestra salud, ya que es muy difícil desembarazarse de ellos. Más aún si estos radicales se combinan con algún elemento, las células no los reconocen como útiles, se fatigan tratando de eliminarlos y envejecen más rápido.

El "DRENAJE IONICO DE TOXINAS", conocido en el mundo entero desde hace más de 30 años, es un ingenioso invento que se aplica como Terapia Complementaria, para ayudar a limpiar el interior orgánico por un Proceso Triple: Electrólisis del agua del recipiente, Osmosis y Difusión.

El tratado: se introducen los pies o las manos en una tina con agua durante 30 minutos, en la misma se introduce también el ionizador; el cual rompe la molécula de agua en sus átomos Hidrógeno y Oxígeno, este último se va al aire y el Hidrógeno ingresa al interior del cuerpo, buscará las toxinas, las neutralizará y las llevara hacia el agua.

Ud. vera con asombro todo lo que sale a través de los poros de manos o pies: grasa, circulando por arterias o linfáticos, ácido úrico, nicotina, bilis, coágulos antiguos producido por traumatismo (golpes, caídas).

La figura física se afina, aparece el buen humor, el metabolismo se optimiza, se desinflama el hígado, los edemas ceden, los riñones se descomprimen y entonces escuchamos de las personas..."esto es una maravilla"!!

El STRESS: "el gran veneno de la época", lo vivimos diariamente. Stress o presión genera en el organismo disturbios neurobioquímicos-eléctricos. Éstos ocasionan que los neurotransmisores manden señales equivocadas a otras neuronas para formar respuestas. De ahí vienen la confusión, y alteraciones de distinto tipo en el comportamiento. La salud se resiente y aparece la enfermedad.

El DRENAJE IONICO es un saludable PREVENTIVO! CONOZCALO!

Caminando por las calles de una ciudad como Buenos Aires, respiramos MUCHISIMO "MONOXIDO DE CARBONO", de la combustión que nos entregan los escapes de los automóviles y buses, el monóxido de carbono se combina 250 veces mas rápido con la hemoglobina de los glóbulos rojos, que el oxígeno. Envenenándola.

Y produciendo en los habitantes: Cefaleas, mareos, zumbido de oídos, vértigo, etc.

Consejo: Limpie cada tanto su organismo como prevención con Drenaje Iónico.

Solicite un turno: VEA Y CREA!

Ruben Fistraiber
Teléfono: 4862-1040

DRENAJE IONICO DE TOXINAS

LOGRE SALUD, BIENESTAR
Y BELLEZA
RETARDA EL

ENVEJECIMIENTO CELULAR

RESERVE SU TURNO AL: **4862-1040**

Memoria Celular Maria Lucila Lopez

*Esta técnica adecua nuestro organismo a los desafíos
presentes librándonos de condicionamientos que
impiden el pleno despliegue de nuestras
potencialidades cuando nos hallamos en pos de metas.
Nos ofrece equilibrar nuestros cuerpos físico,
emocional y esencial profunda y suavemente
permitiéndonos trabajar miedos, fobias, obsesiones, etc.*

15-6231-1014

Consultorios en Capital y Provincia (Zona Sur)

13000 a.c.

fueron los pioneros...

cuevas de lascaux, francia

diseño gráfico
PIOXERO
pionerografica@yahoo.com

Acupuntura. El pequeño Maestro y el Gran Maestro

La Acupuntura como ciencia milenaria (sus orígenes se remontan a más de 5000 años) requiere una profunda formación por parte del médico que la practica; es así que podemos diferenciar a los conocedores de esta técnica en "Pequeños y Grandes Maestros", como se los clasificaba en la antigua China. Si consideramos el uso de la acupuntura para el tratamiento del dolor y otras enfermedades reumáticas mediante la puntura de los llamados Meridianos tendino-musculares, adscribimos a la primera denominación, ya que esta técnica es más simple y actúa como simple reflexoterapia. No obstante, la medicina Occidental ya determinó fehacientemente sus mecanismos de acción: el organismo libera (al ser estimulado con agujas) mediadores tales como la serotonina y las endorfinas.

Más apasionante es el tratamiento del "Gran Maestro", es decir el uso de agujas para equilibrar la energía en el organismo y diagnosticar la enfermedad antes de que se produzca. En general se emplea la "Teoría de los 5 elementos", que rige en los órganos y vísceras del organismo.

Esta Teoría de los 5 elementos dice que el elemento primero en el Universo, "El Fuego", engendra los planetas y en nuestro caso "La Tierra"; que ésta engendra "El Metal" (los metales, de las entrañas de la tierra) y de éste surge el elemento "Agua" (los océanos); y que el Agua engendra "La Madera" (árboles, etc.) y esta Madera engendra el Fuego.

A cada elemento le corresponde un Órgano y una Viscera. Ejs.: al elemento Madera le corresponde Hígado y Vesícula Biliar; al elemento fuego: Corazón e Intestino Delgado; al elemento Tierra le corresponde Estómago y Bazo-Páncreas; al elemento Metal le corresponden Pulmón e Intestino Grueso, y al elemento Agua le corresponden Riñón y Vejiga.

Mediante los llamados pulsos Chinos, que son 12, inferimos si un órgano tiene un exceso de energía o un déficit, y acorde a otras leyes llamadas de "Generación y Dominancia" podemos traspasar el exceso de energía de un órgano a otro al que le falta energía, previniendo enfermedades futuras.

Un simple ejemplo: el elemento Agua apaga el elemento Fuego; por lo tanto si existe un exceso de energía en el Corazón (por ej. una taquicardia), trabajando sobre el meridiano que representa al Agua (Riñón y Vejiga) y estimulando el mismo, podemos frenar por la ley de Dominancia el exceso en el corazón, mejorando esta taquicardia (El Agua apagó el Fuego...).

Este es el concepto de Medicina energética y preventiva en su máxima aplicación. El médico que realiza esta terapéutica merece el apelativo de "Gran Maestro". En la milenaria China los médicos que prevenían las enfermedades futuras eran los más apreciados y hasta más valorados pecuniariamente.

Como médico que busca llegar a ser un "Gran Maestro", destaco la importancia y esmero del diagnóstico energético del paciente y de la entrevista personal; ésta llega a ser de suma importancia para un tratamiento efectivo. Por ello la Acupuntura no es sólo el colocar agujas en las zonas de dolor, sino más bien el verdadero arte de prevenir y curar.

Dr. Marcelo Nasberg.
(Tel.: (0291) 454-0791)

Luz Naturista

Productos Dietéticos



Agüero 1406
Tel: 4825-1820

DIETETICA

Nutrición Natural

Lunes a Sábado de 9:00 a 13:30 hs.
y de 16:00 a 20:00 hs.

Cabildo 3610 - Tel.: 4701-8989



Casa de Alimentos
Naturales • Orgánicos • Hierbas y Especies
Diabéticos • Celíacos
Productos Ayurvédicos y Orientales

CURSOS Y SEMINARIOS DE
ALIMENTACIÓN AYURVÉDICA

www.saboresdelaindia.com.ar

4783-3424

CIUDAD DE LA PAZ 1739
- CAPITAL -

ASTROLOGIA A LA CARTA

LLAMAR CON TU FECHA DE NACIMIENTO, HORA Y LUGAR

Los días lunes, miércoles y viernes desde las 16 horas hasta las 18, veremos la estructura básica de tu personalidad.

Tu ascendente

Tu energía vital

Tu imagen pública

Tu energía emocional

Tu forma de amar

Revoluciones solares, tránsitos, estrellas fijas y su influencia en tu carta Natal. Sinastrias, comparación de dos cartas natales y su correspondiente afinidad, cursos y consultas.

Contacto 4543-4909 - astronel2003@yahoo.com.ar

Rita Galarza

Terapeuta Floral Bach
Auxiliar en Kinesiología
(Mat. 1233)

Masajes Descontracturantes (analgésicos)
Dolor de Espalda - Rigidez Muscular
Circulatorio - Dolor de Piernas
Digitopuntura - Reflexología

4572-3036

EL GRAN ARCANO Escuela Sendero de Luz

Cursos Mensuales

KABBALAH: (teórico-práctico)
Grupo reducido, previa entrevista

Tarot

a) La Sabiduría oculta del Tarot:
Se estudia el Simbolismo Hermético de los 22 Arcanos
b) Tarot Astrológico:
Predictivo, teórico-práctico

CONSULTAS DE TAROT

Informes - Turnos al:

cel: 1530611688

email: elgranarcano2009@gmail.com

Nicolás Jorge Lospinoso

Contador Público Nacional

Asesoramiento contable impositivo

Comunicarse al 4501-0758
(Atención sólo en Capital)

TERAPIA DEL TALAMO OPTICO

(CENTRO EMOCIONAL)
CON FLORES DE BACH

Terror-Pánico,
Angustia-Opresión en pecho,
Desvalorización, etc.

Turnos: Tel. 4862-1040

R. Fistraiber • Terapia del Subconsciente

Entrevista Alberto Newbery Representante en Argentina, Brasil, Uruguay y Paraguay de Seminarios Gorayeb de los Estados Unidos

Alberto Newbery ayuda a las personas a dejar de fumar o de comer en exceso, programándolas para que eliminen el deseo, la necesidad y el impulso, las tres causas de este tipo de adicciones.

A simple vista parece increíble que se requiera tan sólo una sesión para dejar de comer en exceso o abandonar definitivamente el cigarrillo. Sin embargo, con la ayuda del Método Gorayeb se lo puede lograr. "Una persona bajó 10 kilos en un mes y continúa comiendo de todo. Lo fascinante de este programa es que conseguís disminuir o eliminar ciertos alimentos que engordan. Suprimís las grasas, comés más verduras y frutas. Todo esto está programado. -"Les cambio la manera de comer", explica con entusiasmo Alberto.

Comenzó en los Estados Unidos y el Canadá practicando métodos parecidos y allí fue que conoció a Ron Gorayeb, quien ha dedicado su vida a esta tarea con enorme éxito. Ya más de medio millón de personas han dejado de fumar en los Estados Unidos con su método y una cantidad aún mayor ha acabado con su problema de obesidad gracias a él. Por eso, Alberto Newbery decidió traer el Método a la Argentina, donde, después de varios trámites frustrantes ya se encuentra por fin comenzando a difundir este Método en nuestro medio. En Chile ya suman varios miles los que han pasado por esta experiencia y el resultado es casi un 100% de éxito.

Entre el Reiki, las terapias de desarrollo personal como el Método Silva y otros métodos llamados de "Control Mental", la meditación Vipassana y el programa de control de peso y para dejar de fumar que ha estudiado y probado con eficiencia a través de muchos años, Alberto confiesa sentirse muy feliz con los resultados obtenidos. "Este trabajo lo hago de corazón, con mucha pasión y consigo ayudar a la gente combinando lo que he aprendido a través de tantas técnicas confluyentes en una idea básica, que es el autocontrol y considerando que en ambos casos se trata de hábitos mentales, no fisiológicos, como ocurre con el alcoholismo y los estupefacientes. La clave es comer lentamente y en el caso del cigarrillo la férrea voluntad de abandonarlo". Divulgar este método en mi país es para mí un desafío importante. Este verano lo haré en Punta del Este a donde viajo a fin de mes para preparar todo y si me alcanza el tiempo lo repetiré en Pinamar. En Buenos Aires me quedan pocas fechas antes de Navidad pero pensamos lanzar con ímpetu al regresar de las Playas en Marzo/Abril.

Periodista: ¿De qué se tratan las sesiones?

Alberto: Al paciente le explico detalladamente el proceso que supone la aplicación del Método antes de practicárselo. Esto lo hago para que entienda de qué se trata. La persona debe saber qué es lo que va a hacerse con ella. Luego comienza el ejercicio principal. Relajo el cuerpo, de la cabeza a los pies y luego la mente. Después comienzo con las programaciones y al cierre se dan instrucciones para lo que debe hacerse durante los próximos 28 días.

Periodista: ¿En qué consisten estas programaciones?

Alberto: El subconsciente no entiende con palabras, sino con visualizaciones, en una suerte de lenguaje simbólico. Una vez que la persona está consciente, pero relajada a nivel sueño, se le instruye cómo programarse por medio de afirmaciones positivas. Al comienzo la persona va a moverse en su quehacer diario siguiendo estas programaciones pero, con el tiempo cada vez más, las reacciones le van a surgir en manera espontánea. Una vez que no hay deseo, necesidad o impulso, que son los tres elementos necesarios para que haya adicción, la urgencia no se presenta.

Periodista: ¿Cuántas sesiones se necesitan para comenzar a ver los primeros resultados?

Alberto: Una sola sesión de tres horas... Les entrego a las personas un CD con el ejercicio de relajación completa para que lo repitan en sus casas. Es un ejercicio de unos pocos minutos diarios por 28 días que es el tiempo que demora la Mente en registrar en manera permanente los cambios que se hagan.

Periodista: ¿Cuántos kilos puede bajar una persona con la ayuda de la Relajación?

Alberto: Todos llegan a su peso ideal. Una persona bajó 10 kilos en un mes, pero esto no es recomendable. Cinco kilos por mes es adecuado, yo diría que ideal.

Periodista: ¿Qué probabilidades tiene una persona de recaer en el exceso de comida luego de asistir a una de estas sesiones?

Alberto: Muy pocas. Si mantiene la disciplina, especialmente en cuanto a comer lento, no va a recaer.

Periodista: ¿Qué es más difícil, dejar de comer o dejar de fumar?

Alberto: El cigarrillo es más poderoso y cuesta mucho más dejarlo que la comida. La adicción a la nicotina es tan fuerte como la adicción a la heroína, claro que gracias a Dios en una sola semana desaparece del cuerpo sin dejar trazas. Pero para mí es más fácil atacar el problema que en el caso de los obesos porque simplemente el que quiere dejar de fumar tiene por lo general razones mucho más poderosas para hacerlo y no viene aquí para perder el tiempo o para tener algo que contar en reuniones sociales. El individuo tiene un problema serio y yo lo ayudo a resolverlo de un sólo golpe. Los obesos que realmente quieren bajar de peso lo logran a una velocidad pasmosa pero de esos que no son tan serios hay muchos ... y éstos suelen repetir los seminarios una y otra vez, mucho más que los fumadores porque no se comprometen con la misma intensidad. Por eso yo enfatizo antes de comenzar que los que no estén seriamente comprometidos con el propósito de bajar de peso, que no sigan y prefiero devolverles el dinero y que se vayan.

Periodista: La adicción al cigarrillo genera una dependencia física tremenda. ¿Cómo se logra bajar esta ansiedad con este Método?

Alberto: Hay técnicas muy puntuales de respiración que logran resultados increíbles. Es un hecho que las personas, por ansiosas que estén, consiguen superarlo en base a ejercicios de este tipo.

Periodista: Entonces, ¿por qué tantas personas vuelven a retomar el vicio?

Alberto: Porque no se han practicado cambiar la programación a nivel profundo en sus subconscientes. Con este método, el cambio es profundo y el Subconsciente queda sellado como de un No Fumador.

Periodista: ¿Cuántas sesiones se necesitan para dejar de fumar?

Alberto: Una. Después te apoyas con el CD durante 28 días.

Periodista: Cuando dejás de fumar ... ¿Subís de peso?

Alberto: Sí, el metabolismo cambia. Podés subir cuatro o cinco kilos, pero no más. Con el tiempo te regularizás y recuperás el peso ideal. De haber problemas en ese sentido, siempre está la posibilidad de asistir a un seminario de Bajar de Peso luego. Pero en muy pocos casos esto es necesario.

Enseñanzas del Budismo Tibetano Capital Federal

Lo jong: Adiestramiento del Corazón y de la Mente

Explorando la realidad última del ser mismo se llega a purificar la mente de sus defectos que son la fuente del sufrimiento. Las enseñanzas budistas ofrecen un sistema efectivo para explorar la realidad de la mente en sus niveles más profundos. Encamina a encontrar los verdaderos cimientos de la conciencia.

Día: Sábado 11 de Diciembre, 11:30 hs.
Lugar: Koyoukai Dojo, Santa Fé 1924, entpiso "A"
Teléfono: 4541-7112
Arancel: \$25

El Karma y las Emociones

Venerable Thubten Kundrol explicará sobre la importancia de atender nuestra motivación real en las acciones diarias y cómo el karma influye en lo que luego experimentaremos.

Realizar la verdadera naturaleza de nuestra mente es la curación última, si usamos ese poder podremos curar el dolor y crear felicidad aún a nivel físico.

Día: Sábado 18 de Diciembre, 17 hs.
Lugar: Centro de Yoga, Virrey del Pino 2435 - 2do "A", Belgrano (estación José Hernandez, subte línea D)
Teléfono: 4541-7112
Arancel: \$25

"Imagínate... Otra Salud"

Un documental que intenta mostrar que existe otra salud distinta a la salud hegemónica, a la salud de Occidente, a la salud alópata.

Se trata de saberes milenarios, que el poder farmacéutico, el poder médico y el capital, les quitaron a las comunidades.

El documental es una invitación al debate sobre los temas allí vertidos.

Cuandopensamosencómoabordamos una determinada problemática sobre la salud, generalmente pensamos en cómo nos acercamos y cómo organizamos la tarea para intervenir. Es fundamental que nos interroguemos por qué aportamos esas herramientas, o con qué herramientas intervendremos, porque si utilizamos las mismas que generaron pocos resultados y además crearon un reforzamiento del individualismo, entonces es peor el remedio que la enfermedad. La salud no es algo individual. La salud es algo nuestro, de otros y del medio.

En "Imagínate... Otra Salud" aparecen: una serie de enfoques, datos y saberes que, para la persona que lo ve, no le será indiferente. Además, contará con elementos para imaginarse, que otra salud es posible.

Una investigación de Carlos A. Scardulla, con dirección de Matías Barreto y producción de ambos.

Viernes 17 de diciembre a las 19:00 hs. ¡Puntual! En el Paseo La Plaza, local "The Cavern" (arriba). Entrada Libre y Gratuita.

D.E.I: Diagnóstico Energético Integral Primer Kinesiología Energética Latinoamericana

El D.E.I.® es una kinesiología energética creada por Elsa Noemí Am, por medio de la cual podemos detectar las diferentes desarmonías que afectan el equilibrio de nuestro biosistema.

El método permite diagnosticar mediante un test muscular llamado Arm Réflex, y un organizado protocolo, cuál es el nivel prioritario para restablecer el libre flujo de la energía.

Frente los diferentes shocks y stress de la vida, el cuerpo reacciona de diversas formas:

O bien la persona resuelve lo que la afecta por medio de sus recursos personales, o bien, si estas situaciones no pueden aún ser elaboradas, "guarda" el conflicto en alguna área del cuerpo por medio de la memoria celular (sobreadaptación)

Con el tiempo, si estas situaciones no se liberan, la enfermedad puede aparecer, es como si el cuerpo gritara auxilio a través de un órgano o sistema, aunque en verdad el conflicto tiene otros orígenes.

Con el D.E.I. se puede detectar qué áreas se encuentran acorazadas (bloqueadas) y el modo de intervenir para permitir liberar el acorazamiento traumático, garantizando el flujo bioenergético.

De esta forma, el cuerpo puede utilizar sus propios recursos para sanear las heridas emocionales profundas, drenar la toxicidad emocional negativa y dolorosa, resolviendo al fin los conflictos que originaron malestar y enfermedad.

En ocasiones, la solución al conflicto serán las esencias florales, o las esencias que regulan los meridianos. En otras oportunidades, la incorporación de un alimento adecuado a la dieta, la necesidad de un mineral, una vitamina será la corrección requerida por el cuerpo.

Los terapeutas D.E.I. son una verdadera caja de herramientas de donde el cuerpo del paciente selecciona qué recurso es el más efectivo para su conflicto prioritario.

De esta manera se cumple el propósito fundamental de las terapias holísticas que es acompañar al paciente en su proceso de sanación y permitir que el cuerpo pueda utilizar sus recursos para restablecerse.

Beneficios que aporta D.E.I:

- Mejora la calidad de vida y el recupero del bienestar
- Equilibra la homeostasis orgánica.
- Libera la energía vital anclada en la coraza muscular (caracterológica)
- Sanea las heridas emocionales profundas
- Drena la toxicidad emocional negativa producida por el estrés y el shock
- Trata toda desarmonía en cualquier nivel que se padezca
- Activa y potencia las habilidades innatas del cuerpo para autosanarse

SALUD MENTAL HOLISTICA

Lic. Carlos Alberto Scardulla - Psicólogo (UBA)

HIPNOSIS - REGRESIONES - T. DE VIDAS PASADAS

Trastornos Obsesivo y Compulsivo
Trastorno de Bipolaridad - Fobias
Ataques de pánico - Fatiga Crónica
Estrés Post Traumático - Angustia
Trastornos de Ansiedad
Adicciones - Terapias del Dolor

CURSOS MENSUALES:

- Hipnosis Clínica Ericksoniana
- Diagnóstico Kirlian
- Aromaterapia

Se entregan certificados

Tel.: 4781-9896 / 4786-2983 - Cel.: (011) 15-6134-7411
scardulla@arnet.com.ar • www.carlosscardulla.com.ar

- Reinterpreta la historia vivida a fin de asimilar el aprendizaje

En general son terapias breves. Los consultantes tratan todas las sobreadaptaciones urgentes que el cuerpo ya no puede readaptar, además del estrés actual y temas vinculados a lo que les inquieta de su vida, los resuelven y regresan cuando se sienten que hay nuevos enigmas planteados.

El D.E.I.® se inspira en la base de las Kinesiologías energéticas originarias y le da un giro inédito al comprender la mirada sobre le acorazamiento corporal humano, dando así origen a un método de intervención único, aplicando los conocimientos de diferentes fuentes como ser:

Dr. Wilhelm Reich: Vegetoterapia, Acorazamiento caracterológico muscular y orgonoterapia.

Dr. Carl Jung: Psicología profunda arquetípica.

Rapahel Van Assche Test muscular Arm Reflex A.R. (creador de Kinesiología Holística®, y el TROA)

Terapia Floral del Dr. Edward Bach para el reequilibrio emocional

Tratamiento de meridianos de energía de la Medicina Tradicional China

Tratamiento a nivel energético y chakras del Ayurveda

Medioambiente, geopatologías, toxicidad ambiental y alimentaria

Y mas...

El D.E.I.® es un método con larga clínica comprobada.

Laura Pacheco: atención en Nuñez

Cel.: 15-5043-8141

Para aprender la Técnica: único formador en Argentina: Eduardo Breitenberger

Publicación autorizada por Viento Solar escuela internacional de D.E.I.® (filial Argentina)

Fuente: www.vientosolardei.com.ar



Laura Pacheco
Terapeuta floral

Diagnóstico Energético Integral
Personas y mascotas

Atención en Nuñez:
15 5043 8141

Dr. Salomón Rafael Szapiro

HOMEOPATÍA UNICISTA
TERAPIAS BIOENERGÉTICAS

Medicina integrativa: una visión de síntesis entre las disciplinas tradicionales, modernas y vibratoriales.

Tel.: 4787-4051
e-mail: srszapiro@gmail.com - www.briut.com.ar
ATENCION: BELGRANO / OLIVOS

GUIA DE PROFESIONALES

• HOMEOPATIA

Dr. Marcelo Nasberg - M.P. 1167

Tel.: 0291-454-0791 - Bahía Blanca

• PSICOLOGIA

Lic. Paola Lospinoso

Tel.: 4796-5783

• AYURVEDA y ACUPUNTURA CHINA

Dra. Alejandra Kasaryian

Médica Cardióloga

Tel: 3526-2611 / 15-4927-0228

www.consultorioayurveda.com.ar

• ASTROLOGIA

Prof. María Cristina Gintar

Profesorado de Astrología: 3 años

Cel.: 1530611688.

E-mail: institutoastrologia@gmail.com

• TAROT JUNGUIANO

Cursos intensivos personalizados

Lectura del mandala personal

www.curso-de-tarot-junguiano.blogspot.com

Tel.: 4307-0575 / Cel.: 1550104577

• LENGUA QUICHUA

Gramática - Mitos - Leyendas

Prof.: Alejandra Trasché

Tel.: 4790-2972

• TAI CHI PAI LIN

Tai Chi Chuan~Qi Gong~Meditación

Maestra : Maríní Acuña

Cel:15 5 120 1103

taichipailin@gmail.com

RASAYANA

Centro integral para una vida sana

HATHA YOGA - IYENGAR YOGA
YOGA CONTEMPORANEO
KUNDALINI YOGA
MASAJES AYURVEDICOS

CONSTELACIONES FAMILIARES
DESINTOXICACION IONICA CELULAR
TALLERES DE DESARROLLO PERSONAL
REIKI

CONSULTE EN SITIO WEB
www.rasayanayoga.com.ar



AYACUCHO 1466 pb "a" - Florida
a 1 cuadra de Est. Florida del Mitre

- MANTRAS (Cantos Devocionales)
Viernes 19,30 hs.
- REIKI SOLIDARIO: Viernes de 18 a 20 hs.
- TALLER DE BENDICION DE UNIDAD "DIKSHA"
Viernes de 17,15 a 19 hs.

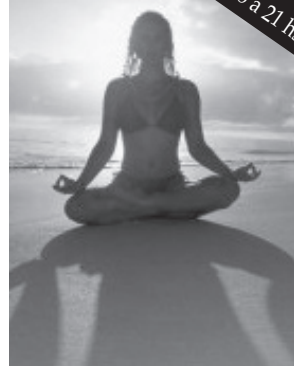
SABADO 18-12
DESPEDIDA DEL AÑO 2010
DE 14 A 17 HS.
TALLER ESPECIAL
"MAPA DE LA ABUNDANCIA"
"Para crear el proyecto 2011"

17,30 HS. MEDITACION ESPECIAL
"Despertando en tiempos de Paz"

HORARIO DE SECRETARIA:
Lunes de 9 a 12 hs. y miércoles 16 a 19 hs.

Tel. 4796-3122 / 15-5944-9534

JORNADA ESPECIAL
DE CONSTELACIONES FAMILIARES
Sabado 11/12 de 14 a 16,30 hs. y de 18 a 21 hs.



TODOS LOS
SABADOS 17 HS.
MEDITACION
(Espacio Solidario*)

Mensajes a
centrorasayana@gmail.com
www.rasayanayoga.com.ar

Aloe es Salud
Gel Puro Medicinal de Aloe Vera

100% Natural – 100% Aloe

"ALOE DE LOS COMECHINGONES"

LINEA MEDICINAL – COSMETOLOGICA – CORPORAL



Venta por mayor y menor
Envíos a todo el país

El gel puro de aloe vera trata los siguientes problemas:

Quemaduras, Quemaduras por radiación, Hemorroides, Limpieza profunda de cutis, Acné, Psoriasis. Dolores de músculos y articulaciones (artritis), Dolores de cabeza, Torceduras, Osteoporosis, Llagas, Erupciones, Hongos, Verrugas, Herpes, Quemaduras de sol, Ulceras por diabetes, Infecciones vaginales, Dolores reumáticos. Problemas vasculares: varices, inflamación. Golpes, Esguinces, Heridas. Alergias, Picaduras, Manchas marrones de la piel, Estrías.



011-4483-3287 / 011-153-206-9724

www.productosdealoevera.com.ar - aloeverasalud@yahoo.com



MEDICINA ENERGÉTICA
BIOLOGÍA CLÍNICA - HOMEOPATÍA
"Una mejor calidad de vida es posible"

**FUNDACIÓN
DR. PUIGGRÓS**

**25 años en una trayectoria
de investigación clínica
al servicio de la salud**

DIAGNOSTICO Y TRATAMIENTO DE ENFERMEDADES

- Alérgicas • Reumáticas • Inmunitarias • Neurológicas •
Oncológicas • Pediatría • Clínica Médica General • Nutrición
- Gastroenterología • Dermatología • Psiquiatría
- Psicología: niños / adolescentes / adultos
Kinesiología • RPG • Sexología

• FARMACIA HOMEOPATICA • PRODUCTOS DIETETICOS Y NATURALES

Informes: Tel./Fax: 4954-4569/5141 / 4951-3870 / 4951-1919

0800 222-1474 - Riobamba 434 - Capital Federal

E-mail: info@fundacionpuigros.org.ar - Web: www.fundacionpuigros.org.ar
<http://encuentrospuigros.blogspot.com/> Anexo: Riobamba 436 - Capital

Se aceptan Tarjetas de Crédito / Débito



Lic. Paola Lospinoso
Psicóloga Clínica (UBA)

**Atención de niños,
adolescentes y adultos.**

4796-5783 / 15-3386-3006
Capital y Zona Norte

Llega al fin a la Argentina la técnica que te hará respirar nuevamente

Deje de fumar dedicando sólo 3 hs.

Método Gorayeb (USA)

- Sin aumento de peso.
- Sin parches, placebos ni drogas.
- Sin dolor, ansiedad ni depresiones.
- Con un mínimo esfuerzo.

Utilizando Bio-Retro-Alimentación combina
Imaginería Dirigida, Terapia Cognitiva y
técnicas milenarias de control mental con
ejercicios de Auto-Hipnosis Motivacional.

Con un 98.6% de efectividad comprobada.



RESERVA TU LUGAR EN EL PRIMER SEMINARIO
Seminarios Newbery de Argentina

Galería Santa Fé - Avda. Santa Fé 1660 - Local 33
Directo: (011) 3221 1790 • Celular: (011) 15 5141 0631
www.siyquieropuedo.com.ar



EL PATRIARCA

Herboristería - Almacén Natural

- Comida naturales bajas en calorías
- Preparados de Hierbas, con opción consulta médica
- Cosmética natural
- Aromaterapia
- Cursos de cocina natural

Av. San Martín 2185 - Florida Tel: 4797-6325
Mail: elpatriarcadelashierbas@yahoo.com.ar



Norma Zambrino
Psico grafoanalista

Matriculada en el Colegio de Graduados
C.N. 1380, P.J. 5898

Con mi trabajo ofrezco un recurso noble que nos aporta,
mediante tres entrevistas, herramientas suficientes para
mejorar nuestra calidad de vida, ver como nos relacionamos
tanto en el ámbito social como familiar, sacar a relucir
fortalezas y potencial escondido, erradicar ciertas debilida-
des y encauzar temas a resolver.

**Psicodiagnóstico: niños - adolescentes - adultos -
parejas. Orientación vocacional. Selección de
personal.**

Tel: 4793-4248 - Cel: 15-6623-9462
Email: normazambrino@gmail.com

Esta campaña sólo es posible gracias al aporte de nuestros casi 80.000 socios. Unite vos también a Greenpeace.

¡DEFENDELO!



Greenpeace es una organización independiente que no recibe aportes de empresas, gobiernos ni partidos políticos. Sólo se financia con el aporte de personas como vos que creen que un planeta más sano, es posible.

UNITE AHORA LLAMANDO AL
011 4000 5566