



El Umbral



Año 7 - N° 78 - Octubre de 2011

Ecología, terapias naturales y vida interior

La vida es como un viaje por mar:
hay días de calma y días de borrasca.

Lo importante es ser un buen
capitán de nuestro barco.

Jacinto Benavente

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



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)

TAROT de Marseille



Los
Angeles
Serranos

REIKI

Marisa: 4761-1025

marisafrrs@hotmail.com



- Viandas 150 y 250 cal.
- Postres 50 cal.
- Helados Cormillot

Envíos a Domicilio
de 12 a 16 hs.

4504-3699

CUENCA 3514 ESQ. BEIRO - CAPITAL

ABIERTO TODO EL DIA

PAOLA LOSPINOSO

Licenciada y Profesora de Psicología (UBA)

Atención de niños,
adolescentes y adultos

Parejas
(problemáticas vinculares)

Talleres de reflexión para
niños y adolescentes

Clases particulares de
Psicología

4796-5783 / 15-3386-3006

Atención : Villa Devoto y Olivos

Escuela Reiky Dar®

Sesiones - Tratamientos
Armonizaciones

- Transmisión del Conocimiento Reiky
- Iniciaciones en todos los Niveles
- Maestría Usui - Linaje



Reiky Fusión

Sistemas combinados de Sanación

Eduardo Goldin ~ Reiky Sensei

Ayacucho 1466 PB "A" Florida - Vte López

4718-3348 / 15-5013-5915

www.reikidar.com.ar

www.facebook.com/rasareikydar

info@reikidar.com.ar

Servicio Reiky: Viernes desde 18 hs.

Contribución Solidaria \$10.-



ESPACIO DE PUBLICIDAD

El polen reconvertido

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

Se trata de un dietario 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 dietario 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



COMIDA, sabrosa y con calidad nutritiva más el detalle de una esmerada y creativa presentación.

- + Exquisito Salad bar
- + Menú del día (carne o vegetariano)
- + Platos Balanceados

DEMETRIA

Restaurante

Un nombre y Dos
lugares para disfrutar
la mejor Gastronomía

San Isidro

11 4765 7634
Von Wernicke 3065
(San Isidro)

Saavedra

11 4703-0020
Ramallo 2626
(Capital)

www.demetria.com.ar

FARMACIA DUBIN

HOMEOPATIA

FITOTERAPIA

MEDICAMENTOS FLORALES

SUPLEMENTOS NUTRICIONALES

Av. Mosconi 3199 C.A.B.A.

4571-0637 4572-1198

farmaciadubin@arnetbiz.com.ar



ENVIOS A DOMICILIO

STAFF

Propietario y Director:

Lic. Jorge Martín Kruuse

Colaboradores:

W. Chan Kim

Renée Mauborgne

Lic. Adrián Tucci

María Cristina López

Andrés Vargas Ferro

Cristina Echeverría

Dr. Salomón Szapiro

Lic. Margarita Rebozov

Marisa Frers

Cristina Teruel

Eduardo Goldín

Ale Giusto

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

El sonido del bosque

Cerca del final del tercer siglo antes de Cristo, el rey Ts'ao envió a su hijo, el príncipe T'ai, al templo a estudiar con el gran maestro Pan Ku, porque el príncipe T'ai sería el que sucedería a su padre como rey.

Pan Ku sería quien le enseñaría las bases para ser un buen gobernante.

Cuando el príncipe llegó al templo, el maestro lo envió solo al bosque Ming-Li. Después de un año el príncipe tenía que regresar al templo para describir los sonidos del bosque.

Cuando el príncipe T'ai regresó, Pan Ku pidió al niño que describiera todo lo que había podido escuchar.

"Maestro", replicó el príncipe, "yo he podido escuchar el canto de los búhos, el susurro de las hojas, el vuelo de los insectos, el canto de los grillos, el toque del pasto, el zumbido de las abejas y el murmullo del viento".

Al concluir el príncipe su relato, el maestro le pidió que regresara al bosque a escuchar más allá de lo que ya había escuchado. El príncipe estaba desconcertado por lo que le pidió el maestro. ¿No habría escuchado cada sonido realmente?

Día y noche, el joven príncipe permaneció sentado solo en el bosque, escuchando. Pero no percibió otros sonidos que los que antes había oído. Entonces, una mañana, cuando el príncipe estaba sentado en silencio bajo los árboles, empezó a discernir ligeros sonidos diferentes de aquellos ya escuchados. Agudizó su oído y los sonidos comenzaron a ser más claros. En ese momento tuvo una sensación de lucidez que lo envolvía.

"Estos deben ser los sonidos que el maestro quería que yo escuchara", reflexionó.

Cuando el príncipe T'ai regresó al templo, el maestro le preguntó qué más había escuchado.

"Maestro", respondió el príncipe reverentemente, "cuando yo escuché más de cerca, escuché lo no escuchado: el sonido de las flores cuando abren, el sonido del sol calentando la tierra y el sonido del pasto cuando prueba el rocío de la mañana".

El maestro aprobó con la cabeza:

"Escuchar lo no escuchado", remarcó Pan Ku, "es una disciplina necesaria para ser un buen gobernante. Sólo cuando un gobernante ha aprendido a escuchar con atención el corazón de las personas, a escuchar sus sentimientos no comunicados, el dolor no expresado, y demandas no habladas, puede él esperar inspirar confianza en su gente, entender cuando algo está mal, y encontrar las verdaderas necesidades de sus ciudadanos.

La caída de los gobiernos sobreviene cuando los líderes sólo escuchan palabras superficiales y no penetran profundamente en el alma de las personas para escuchar sus verdaderas opiniones, sentimientos y deseos".

Parábolas de Liderazgo

*W. Chan Kim y Renée A. Mauborgne.
Harvard Business Review*

Del aburrimiento a la creatividad

Desde que la Revolución Industrial se empeñó en medir y pesar todas las cosas, nuestra vida diaria se hizo cada vez más cuadrículada.

Nada hay más monótono que una pared lisa prolijamente pintada, que un edificio dividido en cientos de viviendas iguales, que las calles simétricas que se cortan en ángulo recto.

Nada atenta más contra el espíritu que las tareas mecánicas y repetidas que ejecutamos todos los días en una ciudad.

Inventamos una gran cantidad de aparatos que nos ahorran esfuerzos, pero luego vamos al gimnasio para hacer movimientos iguales y en serie para que nuestros músculos no se atrofien.

Decidimos de común acuerdo con la "ciencia" y la "técnica" tipificar, clasificar y dictaminar las cantidades de todo aquello que debemos tener para una "buena vida". Y así consumimos comida pre digerida, medicina prepa y diversión predeterminada.

A fuerza de vivir en la rutina nuestra mente se ve atrapada en un laberinto y comienza a arrinconarse cada vez más. Nos convencemos de que el único espacio posible está limitado. Ya no imaginamos que podemos saltar, volar, derribar muros, tender puentes y crear nuevos caminos.

Tanta monotonía nos extravía del contacto con nuestro ser, nos hace perder el rumbo, el sentido de nuestra vida y nos sume en el gris de la tristeza y la depresión.

Una existencia cuadrículada genera soledad, hastío, frustración y violencia.

Por fortuna en las últimas décadas hubo quienes quisieron reinventar la realidad y nos llenaron de nuevos colores, músicas y sueños: los hippies, los pacifistas, los rebeldes, los nuevos místicos,



artistas y escritores.

Gracias a ellos despertamos a otras opciones.

Nuestra esencia es ser creadores y cocreadores con la Naturaleza y con Dios.

Miremos los campos, los bosques y los ríos. Ellos desbordan de variedad y multiplicidad, color aroma y sonido. La vida se reinventa y se renueva a cada instante.

Comencemos hoy, ¡ya! a atrevernos a algo diferente.

Lic. Adrián Tucci

Centro Kalapa
Armonía entre cuerpo y mente

Pilates
reformer
Yoga
Tai chi
Kung Fu
wíng chun
Cursos
pilates
yoga
tailandés
zen shíatsu
Meditación

Instructores calificados
Seguimiento individualizado
Ambientes amplios y climatizados

Av. Mosconi 2709 C.A.B.A.
Tel.: 15 3 367 2213
Email: centrokalapa@hotmail.com





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 -**

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

Dietética Integral
Alicia de los Olivos
de Alicia Paganelli

- Herboristería - Aromaterapia
- Cosmética natural: Just - Weleda
- Alimentos orgánicos:
Pollos - Huevos - Yogurt - Miel pura
- Milanesas mijo - Algas - Seitán
- Panadería integral: Pan de arroz yamani
- Purificadores de agua
- Asesoramiento Alimentación Terapéutica

Estrada 2587 - Olivos - Tel.: 4711-5664
frente a Farmacia Vassallo

Dietética Arrayanes
ALMACEN NATURAL

- Especies
- Legumbres
- Harinas
- Hierbas
- Frutos secos
- Tinturas madres
- Productos para celíacos y diabéticos
- Suplementos dietarios

Av. Congreso 2514 (y Ciudad de la Paz)
Tel.: 4783-0163

Frutas secas: propiedades y beneficios en la salud

Los frutos secos son uno de los alimentos más completos, energéticos y ricos en minerales y nutrientes como la vitamina A, la E, vitaminas del grupo B, ácidos grasos Omega-3, etc., además de minerales como el zinc, calcio, fósforo, magnesio, cobre, hierro etc.

Son altos en contenido de fibra, oligoelementos y antioxidantes, y poseen una composición única que los pone en uno de los niveles más altos en la alimentación saludable y preventiva de enfermedades cardiovasculares y aquellas relacionadas con el deterioro de la edad. Laura Kohan explica, en su libro Alimentación Saludable para el siglo XXI, que "Otra característica remarcable es su gran aporte proteico, que puede llegar al 20% en el caso de las almendras. Pero hay que tener en cuenta que estas proteínas son deficitarias en un aminoácido esencial llamado metionina. Este aminoácido abunda en los cereales, así que combinando ambos alimentos conseguiremos unas proteínas muy completas". Las propiedades y compuestos alimenticios de los frutos secos los convierten en herramientas muy valiosas para la nutrición y medicina preventiva.

¿Qué es un fruto seco?

Se conoce como fruto seco aquel fruto que en su composición natural (sin manipulación humana), contiene menos de un 50% de agua. Los frutos secos vienen rodeados por lo general de una cáscara dura, como la almendra, el maní, las castañas, la nuez, piñones, pistachos, etc. Los frutos desecados entran en otro grupo y no hay que confundirlos, los frutos desecados o deshidratados como las guindillas (ciruelas pasas), las uvas pasas, los orejones (manzana desecada), los dátiles, pertenecen a otro grupo de frutos secos.

¿Cómo aprovechar al máximo los beneficios de los frutos secos?

Para aprovechar todas sus propiedades y beneficiarse de ellos al máximo es recomendable seguir las indicaciones que Laura Kohan nos hace en su libro*. Una de ellas es evitar los frutos secos que vienen tostados, fritos y salados, o que vienen saturados de aceites de segunda clase, con un contenido empobrecido de nutrientes y sin muchos beneficios, incluso pueden nocivos ya que son altos en colesterol nocivo si se comen fritos o aceitados, y la sal que contienen resulta exagerada para el cuerpo, provocando, entre otras cosas, padecimientos de los riñones, sequedad de las mucosas, etc. Como ejemplo de un mal consumo de frutos secos encontramos el maní, la almendra o las nueces tostadas y saladas que suelen servirse como aperitivo en reuniones y demás. Lo más benéfico es, como ya supondrá, consumir estos frutos sin sal, aceites hidrogenados o condimentados: en su forma más natural posible.

A continuación te damos una breve lista de los frutos secos más destacados que se recomiendan en el libro Alimentos Saludables para el siglo XXI.

Almendras: este fruto es uno de los más ricos en fibra, comer 3 o 4 almendras al día favorece el tránsito intestinal y provee cantidades

abundantes de calcio. Tiene poderosos efectos antioxidantes que se acentúan cuando se consume su piel. Las almendras ayudan a prevenir y combatir el estreñimiento y enfermedades intestinales como la diverticulosis. Además, su gran aporte en fibra permite retrasar la absorción de azúcar, lo que permite disponer de la energía progresivamente y durante más tiempo, sin que sea convertida a grasa. Las almendras, además, previenen la osteoporosis, y son ideales para el buen crecimiento de los niños, las embarazadas, las mujeres lactantes, deportistas, veganos, vegetarianos, personas intolerantes a la lactosa, etc.

Pistachos: este fruto oleaginoso posee un alto valor nutritivo, "su peculiar color verde" dice Laura Kohan, "único en este grupo e alimentos, nos da una pista de su elevado contenido en vitaminas, entre la que destaca la vitamina A, con niveles muy superiores a los de otros frutos secos." Es una excelente fuente de energía, y contiene proteínas y aceites vegetales de gran calidad, además de ser ricos en Tiamina, vitaminas B, Vitamina B6, Cobre, Manganeseo, Potasio, Fibra, Fósforo, Magnesio, etc. El pistacho es muy sano para prevenir y ayudar en padecimientos del corazón, ya que no contiene grasas nocivas o saturadas. Es rico en grasas polinsaturadas (sanas), las cuales ayudan al cuerpo a absorber las vitaminas A, D, E y K. Contienen gran contenido de fitoesteroles y ácido oléico, que ayudan a disminuir la absorción del colesterol y a mantener sus niveles normales. Además, ayuda a reducir o prevenir el endurecimiento de las arterias, y a protegerlas para evitar enfermedades cardiovasculares y cerebrovasculares.

Nueces: se considera uno de los alimentos obligatorios en las dietas vegetarianas, ya que aportan mucho más proteínas que la carne, siendo más beneficiosa para el organismo porque no contienen las grasas nocivas de la carne ni su dificultad digestiva. Contiene gran cantidad de ácidos grasos omega-3, es un alimento ideal para personas que padecen artritis, que tiene problemas de piel y para prevenir ciertos tipos de cáncer. Las nueces contienen sustancias que impiden el aglutinamiento de la sangre, lo que beneficia al corazón, porque, entre

otras cosas, contienen ácido linoleico y alfa-linoleico, ácidos grasos Omega 3 y 6. Además de todo esto, la nuez es uno de los alimentos más beneficiosos para el cerebro y el sistema nervioso, entre otras cosas, tiene un potente efecto sedante que ayuda a relajar, ideales por la noche o cuando hay estrés intelectual.

Además de estos frutos secos, encontramos en el libro de Laura Kohan otros importantes frutos como las castañas, avellanas, piñones, etc. En su libro también nos indica las formas de consumo apropiado, y nos explica el porque estos alimentos pueden producir alergias, la utilización en la cocina y nos da recetas deliciosas.

Algunas sugerencias extras acerca del consumo apropiado de los frutos secos es que estos se deben consumir lo más fresco posible, ya que su alto contenido en grasas provocan que se arrancien fácilmente. También debe considerarse que su mala combinación con otros alimentos puede provocar fermentaciones en el intestino, provocando flatulencias. Esto se puede evitar o suavizar si se evita combinarlos con frutas o con otro tipo de proteínas.

F:biomanantial



Trigo Limpio
Almacén Naturista



Bucarelli 2687 - Capital



PRODUCTOS NATURALES

CUMELÉN

Frutas secas • Miel pura
Legumbres • Cereales
Especias Nac. e importadas
Mermeladas • Fitoterápicos
Cosmética natural
Productos para diabéticos,
celíacos e hipertensos

"Pensando en su salud"

Atendido por sus dueños

Juramento 3084 • Belgrano "R" • Tel.: 4781-1944

Tienda Naturista

Ventas por mayor y menor - Delivery

Productos naturales para todas las dietas

Diabéticos - Celíacos - Hipertensos

Suplementos Dietarios

Hierbas - Cosmética Natural

Milanesas de Soja y Gluten

Tofu - Algas - Jalea Real - Polen

ALBARELLOS 1913 - MARTINEZ

5788-5145

tiendanaturista@hotmail.com

DIETETICA

CONJURO DE LOS AROMAS



Ciudad de la Paz 1389

Tel.: 4781-7266



**FARMACIA
"PORTEÑA"**
Horacio Romero
FARMACEUTICO

Homeopatía
Recetas Magistrales
Flores de Bach y California
Polen Reconvertido

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



FARMACIA
Santa Catalina

RECETAS MAGISTRALES
HOMEOPATIA - ALOPATIA
ACCESORIOS - PERFUMERIA

Tel/Fax: 4521-0036/5481
Av. Triunvirato 4900 - C.A.B.A
santacatalina@hotmail.com.ar

FARMACIA "ROMA"
Fernando Rossi
FARMACEUTICO

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

Lic. Paola Lospinoso
(Psicóloga Clínica)
U.B.A.

Asistencia Psicológica

Niños - Adolescentes y Adultos

TERAPIAS BREVES

Consultorios en
Olivos / Devoto

4796-5783

Síndrome de Burn Out, y su tratamiento Homeopático y Floral

El hombre es un ser que transforma la realidad a través del trabajo; muchas veces somos lo que hacemos y nos definimos o nos definen los demás de acuerdo a la actividad que desarrollamos. El trabajar puede ser "ganar el pan con el sudor de la frente" o una actividad placentera; esto último sería el objetivo o el ideal: ganar nuestro sustento haciendo lo que más nos gusta. Pero la mayoría de las veces esto no ocurre, o si nos gusta la actividad que realizamos, el entorno o las circunstancias pueden hacer que perdamos ya sea el incentivo o el entusiasmo, al ser el trabajo poco gratificante o reconocido, al tener conflictos interpersonales, tener sentimientos de frustración, incompetencia o aburrimiento; y finalmente un estrés extremo caracterizado por cansancio psíquico y físico o Burn Out (síndrome del quemado), que se caracteriza por un agotamiento emocional, irritabilidad, incumplimiento laboral, uso de alcohol o drogas. Todos estos aspectos pueden ser mejorados con tratamiento homeopático y flores de Bach, mejorando la irritabilidad, falta de motivación, susceptibilidad a las agresiones etc.

En los tiempos que vivimos, de falta de trabajo, o remuneraciones insuficientes, sobreexigencia laboral y competencia por parte de los pares, a veces desleal, la medicación ayuda en forma efectiva a ver la realidad o a que cambiemos nuestra relación con el trabajo, o tal vez nuestra forma de vida, consumiendo lo que necesitamos y no lo que nos hacen desear a través de los medios masivos de comunicación social, sin despersonalizarnos o sentirnos menos o reaccionando con maltrato hacia los demás. Este maltrato puede ir desde no ser cortés hasta conducir mal un vehículo o crear ruidos molestos. Por ello el tratamiento individual ayuda a los pacientes y también indirectamente al medio, tanto laboral como familiar; por lo tanto considero que estas terapias deberían formar parte del tratamiento de este síndrome cada vez más frecuente en el medio laboral.

Dr. Marcelo Nasberg



Renacimiento de América

Como poseedora de algunos cuadros de Elena Valdéz, suelo medirlos sirviéndome de los medios que me ofrece la Radiestesia, y he comprobado que todos emiten una energía fuera de lo común.

Si tenemos en cuenta que una persona en perfecto estado de salud mide alrededor de 6500 unidades Angstrom, lo que mida menos tendrá que ser tomado como patógeno, así como lo que mida más será revitalizador.

Como ejemplo, podemos observar, el cuadro "Renacimiento de América" canalizado por Elena no hace mucho, que medí en dos ocasiones; asombrosamente comprobamos que la primera vez midió 70.000 A° y quince días más tarde llegaba a 84.500 A°.

No solo esos datos son fantásticos, sino que su fase magnética varió de 89 a 93% y su polaridad positiva fue de 88 a 94%. Además esta energía la emite en un radio de 20 metros.

Por otra parte, el cuadro irradia la vibración de colores armonizadores puesto que todos son magnéticos.

Por lo tanto, se puede afirmar que el lugar donde esté el "Renacimiento de América" será altamente sanador, sin contar la belleza intrínseca de la composición.

Dado que habitualmente canalizo a los seres de los cuadros de Elena, puedo aseverar que los que aparecen en este, ofrecen cualidades de Seres de Luz.



Este cuadro ilustró la tapa de nuestra revista en el número anterior, septiembre de 2011.

María Cristina López
Maestra de Registros Akáshicos

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 bebible
Espirulina - Lapacho
Libros

Productos de Nutrición Deportiva

Mejor Precio del Mercado
Polen Reconvertido Crinway
Huang He
Jugo de Arándano 1,5 lts
Mermeladas diet

www.circulocero.com.ar



El nuevo "sitio" de Numerología de
"La Ciencia de los Nombres"

...¡Allí los espero!

...Para comunicarnos, de una manera diferente!

Cristina Teruel; 4541-1142

También en: www.cristinateruel-numerologa.blogspot.com

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)



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.

Actualmente llevamos a cabo meditación los días martes de 19 a 20 en la sala de Cabildo y Virrey del Pino.

La meditación de los días miércoles iniciará el 21 de este mes en el horario de 18 a 19 hs.

Teléfono: 4541-7112 (11 a 16 hs.)
Email: yogisaraha@gmail.com
Pág. web: www.yogisaraha.com.ar

portal 1111
entrada al universo holístico

Un faro de luz para volver a formar parte del todo...

Guías de Profesionales Holísticos
Guía de Productos y Comercios
Agenda de Actividades y Eventos

Notas & Noticias
Turismo Alternativo
Alimentación natural
y mucho más...

www.portal1111.com.ar

El Umbral

**NUEVA LINEA
TELEFONICA**

4796-5783

La monje budista pionera del periodismo de rock

Una confesión en el tercer encuentro en un café. En un principio las conversaciones eran sobre espiritualidad, tras la revelación, ahora también las palabras vibrarían con un toque de *rock and roll*.

Susana Contreras o Thubten Kundrol como se llama espiritualmente y que en tibetano significa: la capacidad de ayudar a otros mediante las enseñanzas de Buda. Es pionera del periodismo de rock en la Argentina, además de ser la única monje budista en el país del linaje espiritual al que pertenece el Dalai Lama.

"Hay que dejar los zapatos en la entrada", advierte César, uno de sus estudiantes y discípulos. Cantos tibetanos ambientaban con sonido la sala de meditación. En frente a una de las paredes hay una mesa principal donde descansa una estatuilla dorada de un buda. "Buda es el iluminado", explica Kundrol con un leve tono foráneo.

Los estudiantes ocupan la sala sentados sobre delicados cojines dispuestos sobre el piso. Kundrol, siempre con una sonrisa, se sitúa frente a ellos. Lleva puesta una túnica de color violeta, unas cuentas tibetanas y como la mayoría de las monjas budistas como símbolo de renuncia, no lleva el pelo largo. De hecho, su cabeza es totalmente rapada. "Algunos presienten que tengo algo de oriente, me respetan, escuchan los pocos consejos que les puedo dar... en la calle pueden haber agresiones, lo que me molesta, porque preferiría andar vestida de monja que es lo que me gusta. Su *look*, explica, es una forma de mostrar que renunció a una vida laica.

Saca unos fascículos de *Rock Superstar*. Hace las cuentas y asegura que entró a trabajar en la revista desde enero del 78. La mayoría de los volúmenes están deteriorados después de una inundación que sufrió en su casa. En las páginas de la sexta edición de mayo del mismo año, hay un artículo de León Gieco firmado por ella sobre su gira por Latinoamérica. Así por cada número leído, aparecen reportajes a Serú Girán, Toquinho, Pappo o Yes, también hay fotos que les tomó a Queen en el Madison Square Garden de Nueva York, hay cada vez más firmas que la señalan como una de las pioneras en el periodismo de Rock.

Ser monja es renunciar a la familia y la cual, por motivos personales, prefiere no hablar del tema. Lo omite con la discreción





que brinda el silencio y que obtuvo a través de los años con la práctica budista. Ser monja también, es dejar a un lado los romances, la búsqueda de poder y la ambición. Pero asevera no tener el problema de la satisfacción de los sentidos y eso le crea felicidad porque no tiene que estar pendiente de ellos, dice sentirse libre.

Tras tres largos *om* y los ojos abiertos, los estudiantes se disponen a hacer un *mudra* o postura con las manos, ellos van formando paso a paso una flor de loto que, algunos con dificultad, la van dejando reposar sobre su estomago, mientras Tiki el gato de la maestra ronronea y se pasea por la sala. Tiki fue un regalo, también fue su única compañía cuando se encontraba sola en Mendoza tratando de cumplir el sueño que la habría traído de vuelta a occidente; un monasterio budista de meditación, y que, por el robo de los materiales que dejó mientras hacía un viaje a Buenos Aires, le ha tocado nuevamente empezar desde la nada. “Estoy en cero”, afirma Kundrol o Ven, como la llaman cariñosamente quienes la conocen.

Por ahora además del monasterio que anhela construir en el interior y el manejo de su centro de meditación en Capital, también trajo en mayo de este año nuevamente las reliquias -con más de 2500 años de antigüedad- del primer iluminado o Buda a Buenos Aires, y que ya han residido también en otras ciudades de América Latina como Bogotá o Santiago de Chile. “También se podría interpretar que en el universo no hay casualidades, todo sucede por algo. Quizás es una oportunidad para nosotros participar en la formación de los proyectos. A veces se pierde la idea de resolver cuestiones prácticas, pero Kundrol siempre hace un auto análisis y genera una revolución en su interior para ponerse a la altura de las circunstancias”, explica César, uno de sus alumnos que practica el budismo hace cinco meses con ella.

Desde niña, tuvo una aspiración muy grande de ser religiosa. “Encontré una hoja de una monja francesa en el piso y eso me identificó un poco, no encontré en Argentina el budismo pero si la vida de San Francisco de Asís. Me identifiqué con sus principios compasivos”. En los 70 se fue a los Estados Unidos y dice que nunca llegó a vivir la liberación del *hippismo* propia de la época, pero le tocó presenciar estando allá el asesinato de John Lennon. Más adelante, viajó a Nepal en 1994 y allí conoció a su maestro. “Llamó a varios que queríamos tomar votos monásticos. Sólo a tres nos dijo que sí”, recuerda Kundrol.

También estuvo en Birmania, uno de los países más famosos por

el vipasana, que es la meditación practicada a través de un voto estricto de silencio. “Me fui a un monasterio que tienen en el bosque, se practica la meditación caminando”, relata. Tras su experiencia espiritual en oriente, en el 2004, decide volver a la Argentina para realizar el proyecto del monasterio en su ciudad de origen, Mendoza.

El proyecto, es para ella y sus alumnos un gran sueño que poco a poco y con la paciencia que se necesita para ser budista va tomando forma. “Lo veo factible, hay buena predisposición de hacerlo”, afirma Guillermo Grass compañero y amigo de la ciudad en la que ella nació. Kundrol, confía en que llegará la colaboración de la gente que se sienta identificada con la causa del budismo para realizar la edificación, y aún, espera el terreno que le prometió el Gobernador de Mendoza por medio de su secretario de turismo, Luís Eduardo Bohm, para poder empezar con el proyecto nuevamente y por el cual se vino decididamente desde Oriente.

Antes de la redacción de *Rock Superstar*, Kundrol, además de ir a conciertos de rock para hacer sus reportajes, trabajaba en la disquera *Music Hall*. Ella escribía los comentarios de los discos para su empresa. “Era muy apasionante, uno podía expresarse, oír música, la energía que había uno podía manifestarla en palabras y conocer gente muy reconocida. En esa época los veía como seres especiales porque la música es un arte”, define entusiasmada. En su labor como periodista de rock, entrevistó también a otros músicos como Piazzolla, Vinicius de Moraes, o hablaba de la vanguardia musical en Nueva York y confesó tímidamente: “cuando era joven no escribía muy bien, pero no importa”.

Ya como monja budista conoció personalmente a Richard Gere, el actor norteamericano es practicante del budismo y lo difunde por el mundo (ver foto).

Thubten Kundrol dice que la forma de unir al budismo con la música es a través del sentimiento. “Hay una relación de la espiritualidad con el arte” explica emocionada y, como la música, los mantras son vibraciones. A Argentina dice, le regalaría el mantra o canto de la composición *om mani padme hum*, que significa: “el poder de lograr la gran compasión para el beneficio de todos los seres”, cuenta sonriendo.

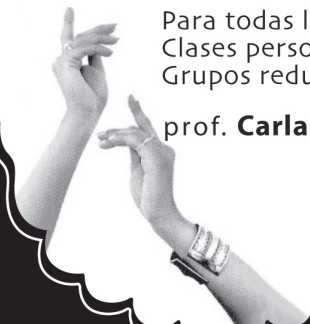
Andrés Vargas Ferro



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

Nicolás Jorge Lospinoso
Contador Público Nacional

Asesoramiento contable impositivo

**Comunicarse al 4501-0758
(Atención sólo en Capital)**

Los delfines, los vibracionales y las mascotas, en los grandes centros urbanos.

Como todos sabemos, las mascotas sufren en los espacios pequeños, en los cuales los (y nos) obligamos a vivir quienes habitamos los grandes centros urbanos, principalmente en los departamentos con dimensiones reducidas y en muchos casos con poco o nada de luz natural, en donde la familia tipo integra al nuevo ser como un miembro más de ella.

Los gritos de los niños, el televisor con el volumen alto, el centro musical a toda potencia, son parte común de nuestros sufrientes compañeros, sin dejar de olvidar la permanente cacofonía del tránsito que sin permiso penetra en la casa, sumándose al caos auditivo. Al llegar a nuestra casa después de un día de intenso trajín, descargamos nuestras frustraciones y mal humor en ese ser que nos espera con demostraciones de cariño y fiesta. Gestos de fastidio, frases cortantes y un "a la cucha" es lo que reciben a cambio.

Debemos cuestionarnos la tenencia responsable cuando deseamos adquirir una mascota.

Frecuentemente pasa que nos agrada el Gran Danés, pero en nuestro departamento de escasos 50 m2 no existe espacio adecuado para su total desarrollo armónico; y si adquirimos un gato persa, que también coincide con nuestra estética, nos demandaría gran parte de nuestro tiempo diario y tampoco disponemos del mismo. Esto nos frustra y olvidamos otras alternativas reales, posibles, como peces o pájaros, que también son excelentes opciones.

Ya tenemos a Bobby o Michi en casa; por nuestras actividades lo dejamos solo por lapsos de tiempo prolongados...; se siente abandonado, "traicionado" y es muy posible que llegue a destrozar, en demanda de atención o por revancha, elementos que conoce perfectamente el aprecio que el amo tiene por ellos (plantas, almohadas, zapatos, juguetes, el empapelado reciente, etc., etc.).

La contracara de lo anterior es la exteriorización de tristeza, angustia, miedo y dolor, a tal punto que derive en quejas de los vecinos. En casos muy severos, problemas cardíacos, pulmonares, pruritos, supuraciones cutáneas y piel "estropajo" pueden afectar a nuestras mascotas.

La solución y/o prevención de todo lo anteriormente descripto es bastante fácil si realmente se tiene amor por ese ser. Dedicuémosle períodos de tiempo diario, sólo y exclusivamente para él/ella, mimos, juegos o charlas; el tiempo es de los dos y de nadie más. Sin interferencia alguna, de ninguna índole. El cepillado o peinado diario, en un lugar tranquilo y cómodo para ambos, puede ser el eje de esta reciprocidad. El cepillado equivale a las caricias de la madre al cachorro y si agregamos música, canto o conversación, aromaterapia y toma, vaporización de vibracionales, Bobby estará muy agradecido y feliz.

En los felinos es más visible la alternativa del cepillado como forma demostrativa de cariño. No olvidemos de adecuar un lugar específico para estirar y afilar garras y uñas, un semillero con pasto para su uso exclusivo y juguetes.

Los pájaros y los peces también requieren un tiempo diario de cuidado y atención.

Si salimos al parque y no se le permite corretear a su gusto por razones de seguridad, conviene jugar con él para que gaste energías, principalmente si es grande y/o nervioso histérico, evitando así ser arrastrados como bandera de libertad viviente.

El estar atado con un área reducida de acción, observando todo ese espacio que no le permiten disfrutar, puede derivar a la contracara, el desinterés y la apatía. Invitarlo a caminar o trotar a su lado... y aprovechar Ud. también para ejercitarse un poco. Tengamos presente cuando vamos de vacaciones las posibilidades a nuestro alcance, las que básicamente son tres, a saber: dejarlo en casa con alguien de confianza, que la mascota conozca y sea de su agrado.

Para esta solución los florales, vibracionales, serán fórmulas para adaptación y reconocimiento durante un período anterior a la fecha de la partida de no menos de 15 días, sin olvidar de tomarlas todo el grupo familiar para evitar la preocupación y/o el temor y la angustia de la separación, principalmente en ancianos y niños, con un lapso igual a la de las tomas de la mascota. Comenzaremos a dosificar 48 hs. antes de la partida Vibracionales como Delfín, más Cuarzo Rosa más el Floral, más Ángel de la Guarda, según correspondan al carácter de Michi, Bobby o Caruso... y sus amos (no debemos olvidar el carácter simbiótico mascota-dueño).

Si optamos por un pensionado, la fórmula para áreas reducidas lo acompaña durante todo el período en el que estemos ausentes.

En el caso de llevarlo con el grupo familiar, la fórmula aconsejada es la de adaptación, agregándole algunos de los vibracionales para los miedos. No olvidemos que, si no está acostumbrado al automóvil puede sentir vértigos y/o mareos. Prevengamos esos problemas agregando algún vibracional adecuado a su personalidad. La fórmula debe empezar a dosificarse unos 10 días anteriores al viaje. Es muy conveniente que durante el transcurso del viaje se haga un alto cada 2 horas. Para estirar los músculos tomar conocimiento paulatino del nuevo paisaje que lo acompañará durante un tiempo prolongado. Cuando lleguemos a destino dejemos que se familiarice con los olores, sonidos y la visualización del sitio, todo el tiempo que sea necesario, sin acosarlo ni arrastrarlo al lugar designado para su descanso. Tener paciencia, él no sabe qué es lo que está pasando.

Si su personalidad es triste o miedosa puede llegar a descompensarse, con el consiguiente susto de la familia. Tenga localizado de antemano algún terapeuta y/o veterinario de la zona.

Según cada caso y grupo familiar podemos determinar cuales vibracionales nos acompañan en las vacaciones para cada tipo de situaciones. No hay que olvidar que la simbiosis familiar-mascota juega un papel muy importante durante toda la vida. ¿Cómo actuamos nosotros? Así responderán ellos. Generalmente la fórmula para Bobby o Michi es, sino igual, un 50 a un 70% idéntica a la de su amo.

En realidad en las fiestas, y más puntualmente las de Fin de Año, lo desconocido es el mayor problema a enfrentar: el trajín, los olores, las personas, los elementos nuevos o poco conocidos, la angustia, miedos, temor y angustia al ver su territorio invadido, y para rematar, cuando en defensa del mismo atacan al "intruso" (generalmente adornos y/o el árbol de Navidad), son castigados o retados por la totalidad de los miembros de la familia.

Solución práctica además de los vibracionales: démosle a oler, tocar y familiarizarse con los elementos de ornamentación durante una semana y de ser posible rociarlos una vez al día como mínimo



con Delph y cuarzo rosa en dilución.

Otra problemática citada anteriormente con respecto a los estruendos de pirotecnia que se ven incrementados por la noche y en nuestra ausencia, puede llegar a aterrorizar de tal manera que la huida es lo más conocido como corolario. Comenzar a dosificar una semana antes de que los ruidos comiencen a alarmar a nuestro amigo, y durante todo el período de desarrollo de esta modalidad urbana, evitará disgustos a ambos.

Recordar que las mezclas aquí citadas son a título informativo general, ya que cada ser viviente tiene una problemática diferente, individual y única; por lo tanto hay que tenerlo en cuenta cuando se preparen las fórmulas.

Cristina Echeverría
4553-0026

Terapias del 3º Milenio

By Cristina Echeverría

TALLERES PARA LA SALUD

UNA BUENA MANERA DE CRECER EN ARMONIA

Cursos, talleres, actualizaciones

Utilizaciones poco convencionales.

Botiquín vibracional

Ballenas, delfines, dragones.

Consultas y tratamientos

Inclusive mascotas

Informes y turnos:

(011) 4553-0026

delta_cristina@yahoo.com.ar

www.terapiasdel3milenio.com.ar

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)

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

DRENAJE IONICO DE TOXINAS

LOGRE SALUD, BIENESTAR
Y BELLEZA

RETARDA EL

ENVEJECIMIENTO CELULAR

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

El despertar del chakra del corazón

El chakra cuarto, *anahata*- no emitido/intacto/sonido puro de la creación-, se ubica entre los omóplatos, a la altura de la cuarta vértebra dorsal y el punto de acupuntura VG11; se lo asocia al color verde esmeralda, al elemento aire, al sentido del tacto, a la energía magnética, al metal cobre, al sonido raíz "kam", al reino humano. Se lo visualiza como un dodecaedro o un loto de 12 pétalos, que forma dipolo con el tercer chakra, y sintetizando en el ajna, conforma el cuerpo emocional. Rige el sistema cardiocirculatorio, la caja torácica, las mamas, los miembros superiores, el sistema inmune y el nervio vago. La glándula endocrina asociada es el timo, que comanda la inmunidad celular.

Recibe la influencia del segundo rayo cósmico -amor/sabiduría- que predomina en nuestro sistema solar, y ha sido encarnado, históricamente, por el Cristo y el Buda, y ejemplificado en el Arcángel San Rafael -como arquetipo de la curación-. Sus fuerzas activas principales son: el equilibrio, la generosidad, la compasión, el perdón, la templanza, la tolerancia y la entrega del Ser.

Si el chakra está inhibido, hay poca capacidad afectiva y de expresión de los sentimientos, que suelen ser confusos, no compartidos y existe una dificultad en la superación de los traumas emocionales.

Tienen lugar frecuentes depresiones, llanto y quejas acerca del trato que le otorgan las otras personas -arquetipo del "víctima"-.

Si está exaltado, cae en la polaridad del egoísmo, escepticismo, la mezquindad y posesividad, con una conducta dura, insensible, irresponsable y despectiva hacia todo, teñida por el rencor y el odio

Se observa en situaciones de co-dependencia y apego excesivo.

Como arquetipo funcional lo vemos representado en una madre que ha dedicado la vida a sus hijos, que los ama y cuida incondicionalmente, con inquietudes elevadas de *veneración, compasión y autosacrificio*. Una persona así puede ser el Alma de una sociedad, su conciencia y el consuelo para los desgraciados de este mundo.

En los aspectos positivos se hallan la *comprensión, la armonía, la inclusividad, el autoreconocimiento, el amor a la vida y la verdad, la calma, el temperamento sereno y la inteligencia clara*.

Las lecciones a aprender son: a amar sin esperar recibir; a dar sin condiciones; a no absorber al otro.

En los aspectos negativos: represión del amor, inestabilidad emocional, indiferencia a los otros, pobre autoimagen e inadecuación.

Sus miedos principales son: a la soledad, al compromiso, y a "obedecer al corazón"; a la desprotección emocional -debilidad/ traición-.

Dentro de las disfunciones físicas atribuibles al funcionamiento alterado de este centro energético, encontramos:

- Enfermedades autoinmunes o inmuno depresivas.
- Problemas cardíacos funcionales o lesionales; arteriopatías.
- Problemas de mamas-benignos y malignos-.
- Distimias y formas psicopáticas de control de otros.

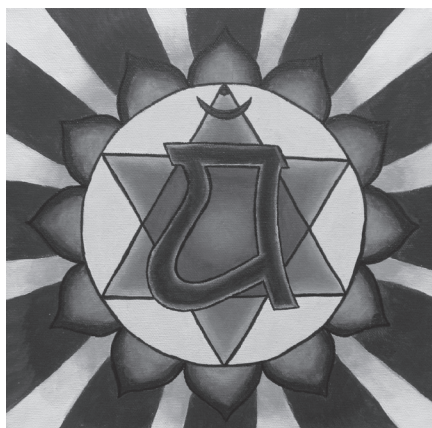
La verdad sagrada es "EL AMOR ES PODER DIVINO".

Nos pasamos la vida aprendiendo y cada uno de los desafíos es una enseñanza sobre algún aspecto del amor. A su vez, la forma en que respondemos queda registrada en nuestra biología: las crisis cuyo núcleo problemático es lo afectivo vincular -divorcio, abandono, maltrato emocional, pérdida del ser querido- suelen ser causantes de enfermedad física.

Desde las tradiciones espirituales la ley a que debemos obedecer, si aspiramos a conocer a Dios como Amor es: "Amarás a Dios con toda tu alma, todo tu corazón, toda tu mente y toda tu fuerza. Y amarás al prójimo como a ti mismo". De aquí se desprende que "si no te amas a ti mismo no puedes amar a nadie".

Por todo ello vivificar el chakra del corazón es una tarea actual y representa un nuevo estadio en el sendero del autodesarrollo.

Según R.Steiner el foco central de estos cambios es la transformación del pensar puramente lógico en una enteramente nueva cualidad caracterizada por un pensar orgánico-vivo, con el corazón. Asimismo Leadbeater consigna: "el cuarto centro, cuando se despierta, dota al hombre del poder de comprender y simpatizar con las vibraciones de otras entidades astrales, de tal manera que pueda, instintivamente, entender algo de sus sentimientos"



El órgano que nos dotará de una mirada realmente profunda y al mismo tiempo poderosa, tiene su asiento potencial en nuestro corazón del presente que es manantial y fundamento de la futura evolución humana. Cuando llegue a ser tal, el conocimiento será cálido e íntimo, como sólo el Amor y la simpatía lo son en nuestros días. El corazón será el CEREBRO DEL PECHO, UN ÓRGANO DE CONCIENCIA.

La lógica del corazón está en la capacidad de vencer gradualmente al egoísmo y hacer de todas las personas parte de una toda abarcante comunidad humana.

El Conocimiento ayuda a que el Amor florezca, y el Amor a su vez trae el Conocimiento completo.

El propósito del saber de cada civilización es facilitar la APERTURA HACIA EL AMOR, que es el núcleo de toda la existencia.

Dr. Salomón Szapiro

Dr. Salomón Rafael Szapiro

HOMEOPATÍA UNICISTA
TERAPIAS BIOENERGÉTICAS

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

Tel.: 4787-4051

e-mail: srszapiro@gmail.com - www.briut.com.ar

ATENCION: BELGRANO / OLIVOS

PRODUCTOS NATURALES SUIZOS

Elaborados con aceites puros que mejoran tu calidad de vida: cuerpo y emociones. De uso externo
Consúltame sobre las ofertas y tratamientos.

**Si te interesa ampliar tus ingresos
o una actividad "con futuro",
con nosotros tenes esa oportunidad.**

Graciela: 4797-6234 - gracielajust@hotmail.com



Lic. Alejandro Quiroga
PSICÓLOGO
(U.B.A.)

A la larga, siempre es mejor enfrentar
los problemas que taparlos.

4826-1621

15-3595-8859

licenciadoquiroga@hotmail.com

SALUD MENTAL HOLISTICA

Lic. Carlos Alberto Scardulla - Psicólogo (UBA)

HIPNOSIS - REGRESIONES - T. DE VIDAS PASADAS

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

**"CARRERA DE TERAPEUTA
HOLÍSTICO"**

SEMINARIOS INTENSIVOS de:
**"Hipnosis Clínica, Regresiones,
Terapia de Vidas Pasadas
(Método Brian Weiss)"**

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

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

El Umbral

4796-5783

elumbralrevista@yahoo.com.ar

Oráculo del Arcángel Miguel

Cada Arcángel tiene su especialidad y la de Miguel es la de darnos protección, coraje, fortaleza, voluntad, además de ofrecernos su guía a través de los cambios en nuestra vida, respondiendo a nuestras preguntas.

Como los demás Arcángeles y Ángeles, Él respeta nuestro libre albedrío, por lo cual no intervendrá sin nuestro permiso. Pero cuando nosotros le pedimos ayuda, Él está en todos lados.

Adicionalmente, Arcángel Miguel sabe los detalles acerca de nuestro divino propósito en la vida. Esto significa que cada uno de nosotros tiene una misión, basada en nuestros talentos e intereses naturales que son de ayuda para los demás.

Si un ser humano está confundido acerca del más alto significado de su vida, el Arcángel Miguel podrá darle claridad y guía.

Las cartas de los Oráculos son un antiguo camino para conectar con los Arcángeles y los Ángeles. Ellas están basadas en la numerología pitagórica, que afirma que todos los números e imágenes vibran de un modo matemáticamente preciso.

No hay error en este Oráculo ya que las cartas operan con la infalible Ley de Atracción. Esto significa que cada pregunta siempre atrae las cartas perfectas con sus respuestas. Es decir, cada persona siempre tomará la carta cuya respuesta vibra con la pregunta que se ha hecho.

Lic. Margarita Rebozov

Tarot y Reiki "Una combinación Amorosa"

La cocina de mi casa, el lugar que elijo para la lectura del Tarot. La cocina, este lugar cálido, que junto con el tarot son los grandes alquimistas, así como los alimentos son transmutados a través del fuego y transformados, lo mismo ocurre con las cartas, ellas liberan, limpian, y el consultante al barajarlas entre sus manos tomando conciencia de lo que está haciendo plasma su energía en ellas y les transmite sus inquietudes, angustias, misterios, todo armonizado junto con la energía de Reiki (energía vital universal inteligente) la cual es activada por mi en cada consulta y tanto el tarot marsellés, el egipcio o el universal al tomar contacto con esta energía benefician a la lectura y al consultante a reencontrarse con uno mismo. Por eso creo que las cartas son espejos de las situaciones que vamos atravesando, nos dan fuerza, alegría, consuelo y con la ayuda amorosa del Reiki son la combinación perfecta. Mi maestra de Reiki me aconsejó hace tiempo utilizarlo en mis cartas, juntos son la combinación perfecta y amorosa.

La función de las cartas en la consulta siempre es para el bien de las personas, para que tengamos en claro la situación que estamos atravesando, y contenidos en un ambiente cálido como es la cocina resulta una suerte de "útero" en donde reímos, lloramos, nos enojamos, nos sorprendemos, transmutamos estados de ánimo, muchas veces nuestras lágrimas limpiadoras asoman a nuestra cara por sorpresa y hacemos de este encuentro una re-unión de almas, matizado con un cálido té de frutos o un abrazo, de esta manera queda sellada la consulta y cuando nos despedimos con alegría y emoción, agradezco al universo infinito por habernos encontrado. Gracias y bendiciones para todos.

Marisa Frers
4761-1025



REIKI ANGELICO
sanando con
ARCANGELES y
MAESTROS ASCENDIDOS
(Presente y Vidas Pasadas)

ARMONIZACION REIKI USUI

ORIENTACION PERSONAL CON PENDULO
ORACULO DEL ARCANGEL MIGUEL
LECTURA DE REGISTROS AKASHICOS
TERAPIA DE REGRESION

Lic. Margarita Rebozov
milarebozov@gmail.com 4792-2752





Productos Naturales *El Angel*

Incorpora estos nobles productos del Amazonas Peruano

MACA:	Energyzante 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"

Mesoterapia

La mesoterapia es una forma de aplicación de fármacos, ya sea alopáticos como homeopáticos, en la capa media de la piel o meso, sin producir efectos colaterales o adversos en el organismo, ya que los medicamentos permanecen un tiempo prolongado en esta capa de la piel, actuando en la zona que queremos tratar en forma prolongada.



La difusión de este tratamiento ha sido masiva en los últimos años, para el tratamiento estético de diversas patologías como: estrías, arrugas de expresión, celulitis, adiposidades localizadas y profundas, manchas en la piel, etc.

Es un tratamiento de excelencia para el dolor reumático ya que los antiinflamatorios no esteroides, como los corticoides, producen una analgesia prolongada, sin fenómenos de descalcificación.

Los médicos acupunturistas usamos esta técnica en pacientes con severas lesiones articulares, ya sea de hombro, columna, codos, tobillos, rodillas, etc., en los cuales la acupuntura o láser no son suficientes.

En estética se usan sustancias muy bien toleradas como ácido hialurónico, oligoelementos, etc., hasta otras muy potentes que requieren un manejo experimentado como el bótox.

Este enfoque en manos de profesionales bien entrenados en las técnicas de aplicación y con criterio, siempre sin estimular en demasía a los pacientes ya que éstos pueden incurrir en una "adicción a la estética", o viceversa, presionar al médico para hacer varios tratamientos, es de suma efectividad para mejorar nuestro aspecto y tratar enfermos reumáticos.

Dr. Marcelo Nasberg



TAI CHI CHUAN - CHI KUNG:

Devoto, V. Parque, V. Pueyrredón, Caballito, Palermo...

Instructorado - Relajación - Terapéutico

MASAJES: energía a través de las manos - Gabinetes: Devoto - Caballito - Congreso
Medicina China: Reflexología, Ta Mo Mi Kung, Tui Na, Masoterapia, Chi Kung

TALLERES: técnicas de relajación, corrección postural, alimentación con semillas, oxigenación, hierbas e hidroterapia básicas...

Consulta en www.enbuscadeequilibrio.com.ar - por mail emedina_5@yahoo.com.ar
o a los teléfonos: 4502-4129/ celular: 15 5333 7629

Asociación Ta Chen- Escuela Shu Iuen.; Discípula en 2° generación del Gran Maestro Tung Kuo Tsao.

SHAOLIN- XINGYI- I CHUAN- TAI CHI CHUAN

Asociación Chung Chen de Xin Gy Quan :15 3788 0169 sifu_quintana@hotmail.com



ASTROLOGIA A LA CARTA

Consultas, turnos personales, cursos para principiantes, veremos la estructura básica de tu personalidad, tu ascendente, tu energía vital, tu imagen pública, tu energía emocional, tu forma de amar.

Sinastrías. Comparación de 2 cartas natales y su correspondiente afinidad.

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



PREMASHANTI

Entidad de Bien Público

Yoga • Reiki • Chi Kung
Cantos devocionales

Consultá por actividades gratuitas

Martín J. Haedo 1637 - Florida
Tel. 4791-7423 • nigus@arnet.com.ar

Rita Galarza

Terapeuta Floral Bach
Auxiliar en Kinesiólogía
(Mat. 1233)

Masajes Descontracturantes (analgésicos)

Dolor de Espalda - Rigidez Muscular

Circulatorio - Dolor de Piernas

Digitopuntura - Reflexología

4572-3036

"El viaje en círculos de luz"

- Realización de tu mandala personal
- Sesiones de reiki
- Trabajo energético para conectar con tu misión
- Talleres y Seminarios

Contacto: **María Margarita Menéndez**

Tel: 4784-0613 bartok_10@hotmail.com
www.elviajeencirculosdeluz.blogspot.com

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

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

• YOGA

Prof. Maria Eugenia Iglesias
clases particulares a domicilio
Tel.: 4788-3111

• LENGUA QUICHUA

Gramática - Mitos - Leyendas
Prof.: Alejandra Trasché
Tel.: 4790-2972

Reiky... calma y sanación

Encontrar la calma en un medio tan hostil como en el que se vive, es tarea difícil para la mente. Retener la calma en el corazón, mas difícil es aún y conservar la calma en el espíritu, es un privilegio divino que pocos disfrutan.

Con deseos de bienestar, se traduce en vacaciones la solución del cansancio acumulado; pero, mucho mas de lo que se cree, en esos días la mente se agita, se excita y se sobrecarga de acción desmedida. No descansa, simplemente se distrae.

Lógicamente, de regreso, el síndrome post-vacaciones se manifiesta.

Angustiante! Con desconcierto y confusión se desea descansar del descanso...

Una vez mas la energía Reiky ayuda en éste proceso de encuentro personal, en ésta desintoxicación mental, en ésta rehabilitación emocional.

En relajación, con la quietud de la materia, como en un juego de entradas y salidas se accede a serenar la mente y a tranquilizar las emociones, abriendo portales internos, logrando lentamente y en armonía la calma perdida, la paz desconocida; mostrando, enseñando el camino a la sanación para recorrerlo en sosiego cuando sea necesario.

Reiky... calma y sanación, un sendero para compartir todos los viernes de 18 a 20 hs. en Centro Rasayana, Ayacacucho 1466 PB "A" Florida - Vte Lopez . Tel.: 4796-3122 / 15-5013-5915

Amorosamente, Eduardo R. Goldin



ECO-COMICS

por Ale Giusto



CURSOS DE COCINA VEGETARIANA Y VEGANA

sin ingredientes de origen animal,
refinados, aditivos ni industriales.

ESCUELA DE COCINA NATURISTA "Dr. Ernesto Tiscornia"

dependiente de IATENA
Instituto Argentino de Terapias Naturales
Riobamba entre Marcelo T. de Alvear y Paraguay

**Informes
e inscripción:**
info@verdeynatural.com.ar
Tel.: 4822.8814/4201
www.verdeynatural.com.ar
www.blogverdeynatural.com.ar

- CURSOS BÁSICOS Y AVANZADOS
- TALLERES

Degustación de los alimentos preparados



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

FUNDACIÓN DR. PUIGGRÓS

27 años de trayectoria
en 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 • Acupuntura
• Ginecología • Psicología
Kinesiología • RPG • Laboratorio de Análisis Clínicos

• FARMACIA HOMEOPATICA • PRODUCTOS DIETETICOS Y NATURALES
• REMEDIOS FLORALES • LIBRERIA DE TEXTOS ALTERNATIVOS

Informes: Tel./Fax: 4954-4569/5141 / 4951-3870 / 4951-1919
0800 222-1474 - Riobamba 434 / 436 - Capital Federal
E-mail: info@fundacionpuiggrós.org.ar - Web: www.fundacionpuiggrós.org.ar
Se aceptan Tarjetas de Crédito / Débito



Postales
Lilas

La Gratitude es la memoria del Corazón...



FRENÁ A LA BARRICK

Salvá a los Glaciares

Entrá a www.greenpeace.org.ar

