

El Umbral



Año 10 - Nº 108 - Julio de 2014

Ecología, terapias naturales y vida interior



www.revistaelumbral.com.ar

Distribución Gratuita

Mago-10

Mantenga su salud y su columna alineada con Quiropraxia.

Si padecés algunos de estos síntomas podrías necesitar un chequeo quiropráctico:

Zumbidos, mareos, vértigo, cifosis, escoliosis, cervicalgias, dorsalgias, hernia de disco, lumbalgias, ciático, s. del túnel carpiano, cefaleas, migrañas, pinzamientos, adormecimientos de pies y manos, espolones, contracturas, dolores articulares y en extremidades.

Recordá que la causa mental es muy potente a la hora de generar subluxaciones en nuestra columna vertebral. Si padeces Estrés o algún pensamiento negativo, es un buen momento para comenzar a liberar tus subluxaciones y permitirle a tu sistema nervioso trabajar sin interferencias entre tu cerebro y organismo.

Ajusta tu interferencia y recupera tu potencial innato!!!

Algunas preguntas frecuentes:

¿Qué significa subluxación vertebral?

Es la pérdida de posición normal de una vértebra con respecto a la de arriba, abajo o ambas. Al producirse este pequeño movimiento, lo que ocurre es que se comprimen los nervios periféricos que salen de la columna. La información que viene del cerebro y se dirige hacia los órganos y músculos no llega con la integridad que debería hacerlo.

¿Cómo se si estoy subluxado?

Básicamente todos lo estamos ya que la columna es

una unidad móvil y dinámica que se subluxa en mayor o menor medida.

¿Cómo se produce una subluxación?

Básicamente son tres causas:

- 1) **Causas Físicas.** Se producen al realizar deportes, caídas, dormir mal, todo lo que tenga que ver con el movimiento y postura.
- 2) **Causas Químicas.** Mala alimentación, exceso de drogas legales e ilegales, alcohol, tabaco, etc.
- 3) **Causas mentales.** Estrés, angustias, fobias, pánico, malos pensamientos.



- Tratamientos personalizados.
- Filosofía vitalista.
- Equipos de última generación.
- Camilla especializada para hernias discales.
- Sin dolor y sin medicamentos.

Lic. Sebastián Hodara
Quiropráctico



Solicitar turnos al 15-6203-9501. Fijo: 2046-0779
Tomas Lebreton 5825 PB "A". Villa Urquiza, CABA.

ESTUDIO JURIDICO DRA. NORA EDITH GRANILLO ABOGADA

Ex Integrante del Club de Divorciadas

- Derecho de familia
- Violencia familiar
- Divorcios
- Permiso de viaje
- Alimentos
- Derecho laboral
- Daños y perjuicios
- Defensa del consumidor

Miller 4680 - Ciudad de Buenos Aires
Tel.: 4546-3849 / Cel.: 15 6443-6655
Mail: nora_granillo@hotmail.com



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.
+ Menú del día (carne o vegetariano)
+ Platos Balanceados

DEMETRIA

Restaurante

Un nombre y un lugar para disfrutar la mejor Gastronomía

Saavedra

11 4703-0020

Ramallo 2626 (Capital)

www.demetria.com.ar

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

Quintana 1540 - Florida - Vicente 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 \$ 20.-



STAFF

Propietario y Director:

Lic. Jorge Martín Kruuse

Colaboradores:

José M. Doria
(desde España)

Eduardo Goldín

Dr. Marcelo Nasberg

Lic. Mariana Veracierto

Md. Psy. Nicolás Pierry
(desde Chile)

Claudio M. Dominguez

Cristina Echeverría

Lic. Norma Gurri

En Bahía Blanca:

Dr. Marcelo Nasberg

En Capilla del Monte:

Vana Nissen

Diseño de Tapa:
M. Margarita Menéndez

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

Jesús va al fútbol



Jesucristo nos dijo que nunca había visto un partido de fútbol. De manera que mis amigos y yo le llevamos a que viera uno. Fue una feroz batalla entre los "Punchers" protestantes y los "Crusaders" católicos.

Marcaron primero los "Crusaders". Jesús aplaudió alborozadamente y lanzó al aire su sombrero. Después marcaron los "Punchers". Y Jesús volvió a aplaudir entusiasmado y nuevamente voló su sombrero por los aires.

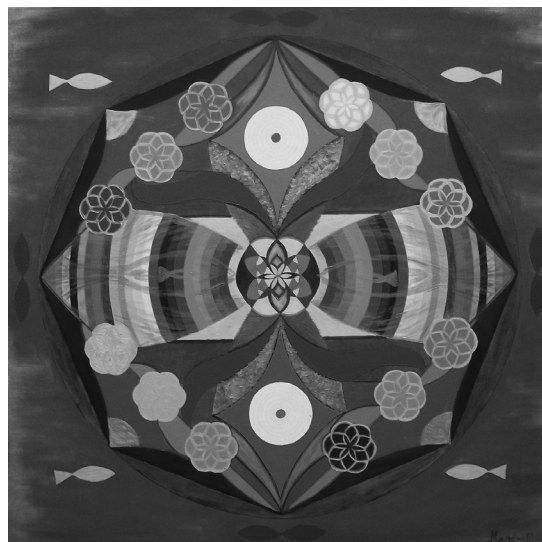
Esto pareció desconcertar a un hombre que se encontraba detrás de nosotros. Dio una palmada a Jesús en el hombro y le preguntó: "¿A que equipo apoya usted, buen hombre?".

"¿Yo?", respondió Jesús visiblemente excitado por el juego. "¡Ah!, pues yo no animo a ningún equipo. Sencillamente disfruto del juego.

El hombre se volvió a su vecino de asiento y, haciendo un gesto de desprecio, le susurró: "Humm... ¡un ateo!".

Anthony de Mello

La autora de los mandalas de las tapas de junio y julio es María Margarita Menéndez



ENTUSIASMO

Hoy es el primer día del resto de mi vida.

En el momento en que uno despierta por la mañana, si está un poco entrenado, será capaz de observar como transcurren unos fugaces instantes en los que su ser pasa de existir como Totalidad a contraerse en la identidad persona que uno vive normalmente durante el día. ¿Es usted consciente de ese peculiar espacio entre los dos mundos?, ¿se suele dar cuenta al despertar del tránsito entre las dos orillas de sueño-vigilia?, ¿se ha percatado, alguna vez, del proceso de despertar en el que aparece la consciencia de que uno es, y el consiguiente mundo que, a continuación, su mente crea?

Lo normal es que no se haya dado cuenta, sin embargo, tal vez, mañana al despertar, se acuerde en ese fugaz instante y atestigüe el proceso de devenir "yo". Tal vez, si lo logra, llegará a sentir que usted "existe" sin que todavía haya aparecido el mencionado yo-persona con carné de identidad. Como consecuencia de ello, relativizará el estado de yoidad, y se tornará consciente de que usted es algo más que el yo superficial experimentado durante la vigilia. Si logra darse cuenta del puente mencionado, se activará una forma de salir del "yo separado" y ampliar la visión común e ilusoria de la caverna.

Si observa el proceso de "aterrizaje", verá que la consciencia de su propio Yo es una contracción de la Totalidad que se convierte en dos. Por una parte, el Yo-ego que acaba de emerger al despertar encapsulado "de la piel para dentro", y por otra, el mundo, el gran Otro, lo ajeno. En realidad, durante el sueño, uno "existe" antes de la aparición del yo-persona. El Yo en su dimensión más existencial es algo más que ese yo opuesto al tú, en realidad, es SER, espaciosa neutralidad.

Cuando se logra salir, por vez primera, de la única realidad que existe para el yo-persona y, se accede a una más amplia modalidad de conciencia, puede afirmarse con entusiasmo que ese día es el primer día del resto de la vida, ¿por qué con entusiasmo? Porque sentirse entusiasmado significa sentirse pleno de Expansión y Totalidad. Cada instante que pase usted Despierto con mayúsculas, puede decirse que es en la Unidad, y eso significa entusiasmo con el momento presente. Pregúntese al despertar "¿quién soy?", y no permita que las memorias saboteen la Gracia que supone darse cuenta del juego de ampliar y puentear mundos.

Somos mucho más que nuestra mente. Cuando se abra usted a un sentimiento de Totalidad, permita que ello se manifieste en alegría in-causada y observe que se expresa como servicio sostenido a la vida. Ábrase a la serena neutralidad y déjese fluir por entre los pliegues del gran viaje. Cada instante, conscientemente vivido, es un don y no importa si el signo de lo acontecido es de placer o de dolor o bien de lucidez o de narcosis. Todos los estados son pasajeros. Lo importante

es que algo en usted despierta y retorna a la inmediatez del momento presente. Lo único definitivo es ahora. Y sucede que ahora está usted aquí, en plena atención al despliegue de su consciencia.

¿Acaso hoy se abre un libro blanco en el que reinventar la vida? ¿Acaso ahora brota el manantial de renovación que nos lava de pasado? Usted ya sabe del poder de las pequeñas cosas bien hechas. Permita que su mente se inunde de Espíritu y atestigüe el fluir por entre los pliegues de la vida.

Sólo tenemos el Hoy. Permita que el Río de su Vida fluya en el ahora. Somos Océano de Totalidad y Consciencia. Algo que no es menester buscar, ni perseguir, ni tan siquiera perder, porque ya lo somos y no cabe la posibilidad de dejar de serlo. ESO. Algo que siempre fuimos y siempre seremos.

*Texto perteneciente al libro del autor:
"Inteligencia del alma"
Stanislav Grof*

*Jose Maria Doria
jmdoria@escuelatranspersonal.com*

25 de julio, Día Maya

Otro tiempo
despojado de tiempo,
conciencia de Vida
que vuelve al Encuentro,
conciencia del Alma
despertando de un sueño.

Inhala Alción en
el fondo del silencio
y exhala Brillo desde
el centro de su Centro!

Otro día
fuera del tiempo...
Otro latido eterno
en el infinito
tiempo vacío
del Universo.



Eduardo R. Goldin.



Trigo Limpio
Almacén Naturista



Bucarelli 2687 - Capital





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
"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

Coiffeur
Garbis

disfrutá tu pelo
natural, un
buen corte e
hidratación

Tel. 4784-3216
Virrey Arredondo 2548 (Belgrano)
coiffeurgarbis@yahoo.com.ar

(Mencionando este aviso ganas una nutrición gratis)

La Homeopatía puede cambiar nuestro carácter

En la medicina psicoanalítica se sabe que cada uno de nosotros tenemos una personalidad determinada y un carácter, en sí una forma de ser y actuar en función de nuestros genes y de la formación que tenemos según pasan los años y las circunstancias que vivimos, esto último forma nuestro carácter.

Dejando para los Psicólogos y Psiquiatras los trastornos de personalidad que merecen un capítulo aparte, la medicina Homeopática y Floral de Bach puede ayudar a muchos pacientes a modificar y atenuar o acentuar caracteres de la personalidad que muchas veces son generadores de conflictos o no permiten al paciente tener una adecuada relación ya sea en nuestro medio familiar, social, laboral y/o escolar.

Es así que buscando el remedio constitucional, el carácter de una persona irritable, intolerante, crítica, censora, se puede "suavizar" y por tanto permitirle al paciente un mejor desarrollo personal y relacional.

Un niño en edad escolar timorato, con falta de confianza en sí mismo, que sufra con anticipación ante un examen, puede efectivamente superar esta característica de su personalidad y mejorar notablemente su rendimiento escolar.

Una persona temerosa, y con distintos tipos de fobias, puede con el tratamiento tener menos miedos y superar trabas que le impiden desarrollarse como persona.

Los remedios constitucionales amplían nuestro campo de conciencia y nos permiten ver más claramente nuestra situación personal y nuestra relación con nuestro medio permitiéndonos así de esta manera modificar nuestras conductas. Todo esto nos permite estar mejor, con nosotros mismos y con los demás.

Por todo esto la homeopatía es una medicina que nos permite desarrollarnos y superar conflictos que nos inhiben y condicionan, muchas veces los que rodean al paciente, llámense familiares, amigos, compañeros de trabajo son los primeros en advertir estos cambios y todo redunda en relaciones más armoniosas. Que cumplen con uno de los objetivos de esta medicina natural: mejorar nuestra calidad de vida...

Dr. Marcelo D. Nasberg



Dr. Salomón Rafael Szapiro

HOMEOPATÍA UNICISTA • TERAPIAS BIOENERGÉTICAS

MEDICINA SINTERGÉTICA

una medicina integrativa, sintética e individualizada.

ATENCION: BELGRANO / OLIVOS

Tel.: 4787-4051

e-mail: srszapiro@hotmail.com

WWW.DRSALOMONSZAPIRO.COM.AR

Los Remedios Florales de Bach

Edward Bach, creador del sistema floral que lleva su nombre, fue un médico británico destacado en el campo de la patología, inmunología y bacteriología.

Para él la enfermedad, era algo más que una disfunción del cuerpo. Él creía que era el efecto de una falta de armonía entre el cuerpo y la mente, y que respondía a una manifestación corporal de estados emocionales negativos.

Bach, observó la relación directa entre el estado emocional desequilibrado y la enfermedad.

Su postulado era: "trata a la persona, no a la enfermedad". Cada ser humano, es único, en consecuencia sus estados anímicos también lo son, y es a esos síntomas individuales, que debe apuntarse para prevenir y evitar la enfermedad. Para poder indagar en lo profundo del mundo emocional, crea el Sistema de Esencias Florales que lleva su nombre.

El tratamiento con Esencias Florales lleva al paciente a un estado de autoconocimiento y autodescubrimiento, posibilitando restaurar la salud física, emocional y espiritual.

Cuando una persona enferma, debemos prestar atención a la opinión médica y, desde nuestra perspectiva, la psicológica, debemos observar e intentar comprender lo que hace a su subjetividad y su vida emocional.

Comprender el alcance de lo emocional y lo psicológico de la enfermedad, nos dará la posibilidad de elegir el abordaje terapéutico adecuado, logrando, de esta manera que la persona recupere su bienestar, su autonomía y su armonía.

Las Esencias actúan ante diferentes desequilibrios emocionales, que presenta la persona que llega a la consulta: miedo, pánico, inseguridad, desgano, depresión, indiferencia, tristeza, angustia, ansiedad, preocupación excesiva, autoexigencia, baja autoestima, soledad, vulnerabilidad ante influencias ajenas e insomnio, desesperanza entre otras.

La terapia floral hoy es una terapia complementaria muy considerada, y administrada junto a un trabajo psicoterapéutico se obtienen excelentes resultados.

Lic Mariana Veracierto
Psicóloga Clínica UBA - MN 26086
47850865 / 1544068523
marianaveracierto@gmail.com



Rasayana Yoga
Centro de Unión y Evolución

PROFESORADO DE YOGA 2014 - INICIA EN MARZO

CLASES - TALLERES - MEDITACION

Quintana 1540 - Florida - Tel.: 4796-3122 - Cel.: 15-5944-9534

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

GRAFOLOGÍA

Cursos bimestrales y anuales.
APERTURA MARZO 2014

GRAFOTERAPIA

Ejercicios de reeducación

MANDALAS

Terapia del color y sus formas



CONSULTAS: A **Nora Guaragna**

Cel. 15 5817-9820

Tel. 4433-1480/ 4553-1056

Zona Belgrano y Caballito

Mail: grafo_orientacion@hotmail.com

Revista

El Umbral

**Publicidad
y Mensajes**

4796-5783

elumbralrevista@yahoo.com.ar

Suscripción

Por 6 números \$ 60.-

Por 12 números \$ 100.-

Será enviado por correo

(se incluyen en el costo los gastos de correo)

www.revistaelumbral.com.ar

Dietética Integral

Alicia de los Olivos
 de Alicia Paganelli

- Herboristería - Aromaterapia
- Cosmética natural: Just - Weleda - OMS
- Alimentos orgánicos:
 Pollos - Huevos - Yogurt - Miel pura
- Milanesas mijo - Algas - Seitán
- Lentejas y garbanzos
- Purificadores de agua
- Asesoramiento Alimentación Terapéutica

Nueva dirección:
Ricardo Gutiérrez 1136 - Olivos
Tel.: 4711-5664

 **Productos Naturales**
El Angel

Granos café verde x 100 gs	\$12,00
Arroz Yamani x 1kg	\$ 12,00
Levadura "Calsa" x 200gs	\$ 23,00
Aceite Eco Oliva x 1lt.	\$ 45,00
Mix Energetico por 1kg	\$ 64,00
Spirulina x 90 comp.	\$ 70,00
Polen "Crinway" x 10 ml	\$ 115,00

25 años en zona norte

Venta exclusiva en Olivos **"25 Años en Zona Norte"**
El Angel

Ugarte 1863 - Olivos - Pedidos: 4794-8360

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)

Ambiente, Identidad y Salud Mental: Intervenciones Terapéuticas en el Espacio Habitacional. Un apoyo Psico-espacial para los cuadros clínicos desde la Psicología Ambiental y el Feng Shui.

En los procesos psicoterapéuticos emergen diversas temáticas, las personas presentan diversos problemas y muchas veces "trastornos mentales", cuya nomenclatura y nosología conceptual existe para facilitar en el terapeuta la comprensión del patrón dificultoso de comportamiento que aqueja al paciente.

Personalmente, pienso que los trastornos mentales son en su gran mayoría trastornos adaptativos. Dificultad del sujeto para abordar y reaccionar de manera positiva y sana consigo mismo y con los demás dentro de un escenario o entorno determinado. Al no encontrar soluciones viables a sus necesidades o problemas, utiliza otras que son defectuosas y así cae en un patrón rígido que lo desajusta y lo hace estrellar dolorosamente con el entorno, con las personas, sus vínculos, sus resultados esperados, etc., agravando sus síntomas y el malestar percibido.

En terapia, se va promoviendo el autoconocimiento, la resignificación del mundo, la ampliación del juicio, el desarrollo de recursos personales, el manejo emocional y tantas cosas más, que forman parte de un todo que es la identidad del paciente. En este sentido, algo fundamental es promover la integración de todos estos aspectos en este "todo" sólido y estable que se va transformando alquímicamente: la identidad.

Como psicólogo ambiental y enfocado en esta dimensión clínica e intrapsíquica de la cual les hablo, hago hincapié en el "escenario", espacio o plataforma donde esta conducta desadaptada se gesta, desarrolla y expresa. El lugar donde ha emergido la identidad o donde se ha sostenido en el tiempo.

El espacio guarda una relación íntima con la identidad, en la medida en que vamos creciendo vamos incorporando cualidades del espacio a nuestra autodefinición e identidad, por ejemplo, en la dimensión física del espacio incorporamos a la identidad cualidades como: alto o bajo, ancho o delgado, claro u oscuro, grande o chico, angular o curvo, colorido o desabrido, etc., también incorporamos significados que se desprenden de la dimensión social del espacio en el que estamos insertos: dependiente o independiente, social o retraído, amigable o distante, extrovertido o tímido, expresivo o parco, hermanable o egoísta, asertivo o agresivo. Incorporamos igualmente, elementos simbólicos del clima o cultura donde habitamos por ejemplo: alegres o depresivos, dinámicos o rígidos, cálidos o fríos, expresivos o inhibidos, extravagantes o sencillos, abundantes o tacaños, suaves o áridos, sensuales o austeros. También incorporamos significados socialmente construidos y compartidos de acuerdo al entorno social y físico en el que crecemos, por ejemplo, nos sentimos

de una casta en la cual hemos congeniado que "somos": educados o ignorantes, inteligentes o tontos, cultos o incultos, refinados u ordinarios, bellos o feos, saludables o enfermizos, ricos o pobres, admirables o insignificantes, especiales o comunes, románticos o racionales, etc. Hay muchísimos ejemplos más e imagino que a estas alturas ya comprenden la idea.

El espacio no es sólo un conjunto de elementos físicos, es igualmente social y simbólico, inexorablemente, y de esta manera, cuando usted analice el lugar donde vive ya sea un lugar nuevo o el de hace 30 años, advertirá que hay algo que ha permanecido igual, incluso que arrastra desde su infancia, desde esa casa y barrio donde usted creció.

Por esto que ocurre casi sin que lo advirtamos, es que el espacio se transforma en un reflejo de su identidad, ya que refleja quien usted es y a su vez, usted lo transforma en un lugar que lo representa usted, tiene un halo conmemorativo y simbólico, tanto en sus objetos decorativos como en las actividades ahí desarrolladas.

Cuando no estamos satisfechos con lo que hemos logrado, con como nos resultan las cosas, en quienes nos hemos transformado, ¿no es acaso esto una insatisfacción con una parte de nuestra identidad? Pues lo es y seguramente su casa o lugar de trabajo, impregnado de usted, se lo recuerda, refuerza y sostiene diariamente, sea esto positivo o negativo. De esta manera, usted alcanza un sentido de estabilidad y permanencia, algo fijo y perdurable que es su identidad, la cual se expresa a través de su personalidad (un patrón de conducta) comportándose de igual manera en el mismo escenario diario: su casa, oficina, barrio o ciudad.

Las intervenciones psico-espaciales entran precisamente una vez desentrañada esta lógica ¿qué significados yacen a su alrededor? ¿Cuáles recrea a diario en su espacio? ¿Cuáles son saludables? ¿Cuáles contribuyen a sostener su insatisfacción?. Le aseguro que será mucho más fácil para usted cambiar si los símbolos y significados que lo rodean se asemejan más a lo que usted necesita y desea ser, antes que a lo que ya no quiere ser, aunque sea a nivel preconciente.

A veces para cambiar y lograr esta alquimia interior, es necesario apoyar igualmente la transformación con un soporte externo, algo que apoye este arduo trabajo al que tanto se resisten los seres humanos: cambiar. Es para esto y en virtud de la transformación y la alquimia interior que he integrado estas disciplinas y así, ofrecer la asesoría en administración terapéutica del espacio individual o familiar, para acceder a una terapia continua y estable en su propio hábitat.

Por ejemplo, en mis asesorías psicoespaciales de Feng Shui, me he encontrado con casos repetitivos en los cuales observo que los rasgos de personalidad e incluso los trastornos tienen formas semejantes de relacionarse con su espacio y de administrarlo. Por esto es que les he recomendado algo más que el Feng Shui a la hora de armonizar y sanar sus hogares. Me he encontrado con casos que presentan trastornos cognitivos, abuso de sustancias, somatomorfos, trastornos del sueño y de la personalidad con patrones muy similares en la manera en que administran y utilizan sus espacios.

Los trastornos del estado de ánimo son uno de los más frecuentes en la población y en éstos los episodios depresivos, maníacos o hipomaniacos son los más recurrentes. Me he encontrado con bastantes clientes que en su familia o ellos mismos cursan con sintomatología depresiva. Al observar sus hogares, éstos se caracterizan por ser



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

PSICÓLOGA

Lic. Vanesa M. Kiguelman
Psicóloga U.B.A. - MN. 54012

Terapeuta Gestáltica
Adolescentes - Adultos

Cel.: 15-3692-7590
vanesak3@hotmail.com

Psicología

Lic. Miryam Ethel López
TERAPIA INDIVIDUAL Y GRUPAL

En un clima de escucha, respeto y
ausencia de críticas te ofrezco
compartir la experiencia de relatar y
pensar tu malestar en compañía.

Tel. 4711-6839 Cel. 155-927-3473

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 / 15-2170-1534

Atención : Villa Devoto y Olivos

El Umbral
4796-5783

Salat...

la Sal Rosada
Saludable
de los Andes!



Salat Sal Rosada

Con **TODA** la memoria de los minerales marinos mas los nutrientes de la Tierra.

Distribuidor:
salatsalrosada@gmail.com
15-6829-4638



Consultá por actividades gratuitas

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

PSICOLOGIA

Lic. Nora Silva

Psicoterapias Breves – focalizadas
Orientación Vocacional
Adultos - Adolescentes

4821-6980 15 6168 7030

Reiky Fusión®

Armonización – Desbloqueo – Sanación

• Sesiones Individuales •

Reiky

- + Masajes Articulares
- + Reflexología
- + Gemas y Sonidos
- + Vibraciones de Luz

Turnos / Información: Centro Rasayana
4718-3348 / 15 5013-5915

Auspicia: **Escuela Reiky Dar** Eduardo Goldin / Reiky Sensei

www.reikydar.com.ar

www.facebook.com/reikydar

oscuros, ya sea por falta de luz natural o bien porque intencionalmente cierran las cortinas para que no entre la luz. La decoración tiende a ser casual y mas que decoración parece una posición aleatoria de objetos varios que no guardan relación entre si. Los colores que prefieren tienden a ser neutros, pasteles o desvitalizados, es como si el espacio fuese tímido, frío y retraído. Tienden a dejar algunas cosas en desorden y a hacer uso de un solo espacio en la casa, el cual generalmente se trata de la habitación, donde se encierran a hacer casi todas sus actividades diarias: comer, leer, ver televisión y dormir. Su compañía tiende a ser un televisor o una radio y habitualmente una conversación de chat.

Han transformado su espacio en un mausoleo, un lugar funerario donde se han encerrado a vivir inertemente junto a sus objetos de transición más cercanos a modo de no tener que salir de un mismo espacio.

En estos casos las indicaciones parecen drásticas, no obstante las cualidades físicas, sociales y simbólicas del ambiente, las cuales yacen en un estado totalmente Yin y por sobre todo, ausente de energía o Qi vital, deben ser compensadas con su contraparte Yang. Por esto, la indicación es ordenar, limpiar, clasificar objetos y deshacerse de lo viejo e inútil. Abrir ventanas y cortinas, prender luces, aromaterapia cítrica, colocar cuadros coloridos y plantas verdes, entre otras cosas. Todo para activar al sistema nervioso central, la producción de cortisol y estimular desde el ambiente un organismo que está hipoactivo. Muchas veces me pregunto si no fue la casa la que agudizó un fracaso y los hizo depresivos, me asombra igualmente cómo el lugar se impregna de soledad o tristeza.

Luego, dado que la emoción predominante es la pena, hay que poner atención al sector metálico de la casa, ya que el metal que representa a la mente, tiene una fuerza centrípeta e introspectiva que suele apoderarse del organismo cuando la evaluación del si mismo se ha vuelto negativa. Hay que darle vitalidad al lugar y evaluar igualmente los espacios de la casa donde yacen los órganos metálicos vinculados con esta emoción, que corresponden a la piel, el pulmón y el intestino grueso. Hay que trabajar las zonas yang de la casa como son el comedor y el living para nutrir al organismo y promover los encuentros y el intercambio social que se ha perdido. Trabajar igualmente el sector de las comunicaciones y el amor, para fortalecer los lazos y las redes de apoyo.

Otro punto importante es el centro de la casa, pues aquí está el corazón y la visión negativa de sí mismos que tienen las personas con sintomatología depresiva. Este sector debe ser luminoso, abierto y

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

sólido, para sostener y resignificar la imagen que tienen de sí mismos.

Luego, al indagar en otros datos se van realizando más cosas, si la depresión es a causa de un duelo, de un fracaso, de un problema con la madre, padre o pareja, hay sectores de la casa donde yacen estos arquetipos y hay que evaluarlos para ver qué hay y cómo trabajarlos a modo de ir resolviendo y cerrando círculos con el pasado.

Cuando los pacientes presentan además de la depresión, sintomatología maniaca o hipomaniaca, el escenario es más complejo. Pero en mi experiencia tienden a reflejar sus polaridades en distintas zonas de la casa. Por ejemplo, he visto en la mayoría de los casos, que mantienen la habitación como el sector lúgubre, al igual que el depresivo, no obstante el living o sector social de la casa tiende a ser muy eléctrico, saturado e incluso agresivo. Mobiliario esquinado, minimalista con colores contrastantes, (por ejemplo rojo y negro) equipos de música y televisión grandes o con un rol prominente en el espacio. Mesas de centro descuidadas, muchas veces rotas, pero igualmente siendo utilizadas. Plantas secas o naturaleza muerta de decoración y cuadros con contenidos mórbidos, vulgares, irregulares y con colores oscuros. Estos espacios si bien son opuestamente activos o yang en relación a los dormitorios, tienen exceso de energía negativa, desvitalizada o Sha Qi, lo cual no contribuye a equilibrar el estado anímico opuesto por el que cursan, que corresponde a la euforia. En los episodios maniacos estos espacios son habitualmente utilizados en fines de semana donde los invitados rotan con igual rapidez que el alcohol, el tabaco, las drogas y otros excesos característicos de la fase maniaca.

Ante estos episodios maniaco-depresivos o bipolares, lo que hay que hacer es equilibrar las fuerzas, deshacerse de los símbolos que fomentan la desvitalización del espacio. No obstante, no se trata de hacer todos los lugares neutros, sino de ajustarlos a la personalidad del cliente-paciente, pero con un halo sano. Es por esto que, a parte de trabajar los temas personales en los sectores de la casa que corresponden a la alegría (euforia e impulsividad) ver qué está ocurriendo allí, e igualmente la agresión del sector madera, en estos casos es importante trabajar la integración de polaridades y los equilibrios universales entre el padre y la madre, el agua y el fuego, y por sobre todo, crear un espacio en la casa donde las polaridades se encuentren un lugar donde lo maniaco se encuentre con lo depresivo, un santuario donde la persona pueda acudir cuando sienta que alguna de las fuerzas opuestas lo está desequilibrando, sin eliminar del todo el carácter social donde actúa la manía o el carácter solitario donde actúa la depresión, pues son todas partes reales de la identidad. La integración se va adquiriendo con el tiempo y en este proceso ir acomodando el espacio y entender que la casa condiciona y fortalece distintos procesos es un apoyo fundamental.

Al realizar este poderoso anclaje experiencial y etimológico del patrón desadaptativo de conducta que la persona quiere modificar e investirlo en su hogar, he podido advertir que ocurren cambios progresivamente positivos en la vida de las personas. No sólo a nivel sintomático, (en este caso de los trastornos anímicos hay disminución de la fatiga, ánimo depresivo, anhedonia y mayor control sobre los impulsos o conductas riesgosas en el hogar), sino que comienzan a ocurrir mayor cantidad de sincronías en sus vidas, las cosas comienzan a avanzar y a cambiar para mejor. Ocurre finalmente de manera gradual y armónica lo que temían: cambiar y aprender a ser distintos, pero apoyados por una fuerza que es adicional a la voluntad.

Las intervenciones psicoespaciales con Feng Shui son complejas en tanto involucran la Psicodinamia, la Clínica, la Psicología Ambiental, la Filosofía Taoista, la Arquitectura, el Interiorismo, el Diseño, el Feng Shui, la Mediación, la Geobiología y la Astronomía, en fin, muchas aristas que forman parte de un mismo prisma. Es como un cristal facetado del que no advertimos su belleza hasta que fragmenta un haz de luz en un rayo de arcoiris, donde todo hace sentido de una armónica manera. Hay mucho campo aun por estudiar, descubrir y casos por compartir, por ahora espero que estos ejemplos que se desprenden de mi práctica profesional les abran las puertas de par en par.

MD. Psy. Nicolás Pierry
Psicólogo Ambiental

Consultor Profesional en Feng Shui
Magíster en Psicología, Mención Clínica
www.nicolaspierry.com



Lic. Melina García

Psicóloga U.B.A./ Terapeuta Gestáltica

Terapeuta Floral

(Flores de Bach, Australia y California)

**Depresión - Ataques de Pánico - Fobias
Baja Estima - Ansiedad - Estrés - Etc.**

**Carta Numerológica
Magnified Healing
Regresión a vidas pasadas**

Atención en El Palomar y Once
www.melinagarcia.com.ar
4751 - 1338 / 15-5842-4128

Maria Luz

*Te espera para ayudarte a encontrar armonía,
amor y prosperidad en tu vida...*

TAROT: El Camino al Autoconocimiento
y Evolución del Ser Consultas - Cursos

REIKI: Una Bendición del Universo Infinito
Tratamientos - Seminarios I, II y III nivel y
Maestría (cert.ofic.de Escuela Superior de Reiki
Tradicional)

**ARMONIZACION ENERGETICA
ESPIRITUAL:**

*Limpiezas, Liberaciones, Aperturas de
caminos en lo sentimental y laboral*

TAI CHI - CHI KUNG - MEDITACION:
Aprendiendo a manejar tu propia energía

4767-2487 15-5054-9362
universal_33@hotmail.com



**Para
anunciar
en
este medio**

**Comuníquese
al tel.:
4796-5783**

**por mail:
elumbralrevista
@yahoo.com.ar**

El Umbral

¿Cómo hacemos para no enfermarnos?

Gracias por estar siempre allí, con esa energía hermosa y movilizadora para seguir creciendo. El día nos trae tantas situaciones creativas, tantos ejercicios y desafíos que nos acercan tan rápidamente a la comprensión de quienes somos realmente. Nos están sobrepasando de amor. Cada minutito llega algún mail lleno de luz y unidad, de compasión y ternura, y claro, que estamos juntos; pero esa unidad tratemos de verla primero en nosotros mismos. No buscando refugio en el otro. No más carencia, intentando que el otro llene los huecos, las cicatrices.



Recién ahora estoy comprobando en mi propia vida que es mucho más fácil sanar que enfermar. Pienso, casi con humor negro, que hay que tener talento para enfermar el cuerpo y constancia para terminar enfermado este vehículo perfecto con el que nos movemos por el planeta. Sanar es la decisión en este instante de vivir desde el Ser, y no desde el ego, desde la divinidad en uno, no desde el rol limitado. El cuerpo es noble y acompaña rápidamente al decreto, a la conciencia manifiesta, a las ansias de vivir nuestra nueva energía, aquella que teníamos olvidada, relegada, adormecida. Donde está tu atención, está tu vida.

¿Qué atrae tu atención?, sería la pregunta del millón. ¿La oscuridad o la belleza? ¿El miedo o la fe? ¿El odio por el otro o el amor incondicional? ¿El negocio o la entrega? Con mucho menos esfuerzo, con la convicción clara y la imagen sostenida en el tiempo de lo que deseamos y merecemos de real en nuestra vida, la sanación está allí, en el menú del día, sólo hay que sentirla, percibirla, saborearla. Somos los dueños de nuestra salud y de nuestra enfermedad. ¿A cuál elegimos? ¿Con cuál nos vinculamos? ¿Quién tiene el poder?

Es mucho más simple ser feliz que infeliz. Es tan complejo el mecanismo de ese círculo que se hace crónico generando sufrimiento emocional, que cuando logramos observarnos a nosotros mismos desde una distancia, con discernimiento, se hace ridículo ver toda la energía puesta en sobrevivir como personajes que creen ser reales mientras la realidad de lo que somos, sonríe calma y sabe que pronto todas la esencia del Ser va a quedar al descubierto. ¿Cuán pronto? Eso depende de cada uno de nosotros. ¿Cuántas dosis más de sufrimiento están dispuestos a consumir? Ojalá sean muy pocas.

Todo aquello que estamos buscando ya está en nosotros. En realidad, el buscador, lo buscado, y el acto en si, de la búsqueda, son tres aparentes separaciones de un mismo fenómeno, sólo existe el Ser en distintos grados de despertar. No habría búsqueda posible si un buscador no deseara algo, si ya sabemos que eso que anhelamos es lo que ya somos, cesa toda búsqueda, sólo permanece la dicha de sabernos plenos.

Gracias por existir

Claudio M. Domínguez

Respeto

En esta nota haré mención a un término que muchos confunden con temor y nada mas lejos de ello, estoy refiriéndome al... RESPETO.

Conceptualmente es acción o efecto de respetar, apreciar, considerar, reconocer el valor de una cosa o persona. En su origen del latín, respectus, significa mirar de nuevo.

Si algo merece ser visto por segunda vez pareciere ser digno de respeto, de ser tenido en cuenta.

El respeto es un valor de suma importancia en la interacción social, a tal punto que para ser respetado es menester saber respetar, comprender o valorar los intereses, necesidades, deseos, límites y limitaciones del otro.

El respetar no implica acordar en todos los ámbitos con otra persona, se puede discernir sin ofender, enjuiciar o condenar al otro por las elecciones de vida que hace; esto implica aceptar las diferencias. Preguntémonos ahora...

Somos realmente respetuosos y honestos en nuestras relaciones? O muchas veces, sin darnos cuenta, manipulamos para obtener algún beneficio o simplemente para sentirnos bien?

Ahora bien, sólo se trata de respetar a un otro?...Pues nada mas errado que eso.



Qué pasa cuando estamos a solas, en contacto con la más poderosa e íntima de nuestras relaciones, aquella a la que no podremos eludir jamás? Nosotros mismos.

Que nos decimos cuándo nos encontramos frente a nosotros mismos? Toleramos nuestros errores? O nos castigamos por aquello que no pudimos alcanzar?

Cómo nos comportamos frente a ciertas situaciones?...Puedes decir no a ciertas exigencias? O asumes todo lo que se te pide sin evaluar? Te permites gozar del placer de un instante?

O Te presionas hasta el hartazgo?

Esto a lo que acabamos de hacer referencia, es el respeto por uno mismo. El respeto por este ser, único e irrepetible, que ocupa un lugar en el mundo y que sólo por ello merece ser valorado y amado... y para ello es necesario empezar por casa.

Te pido entonces que te mires de nuevo, que te tengas en cuenta, que aprendas a respetar, comprender, valorar tus intereses, necesidades y deseos a la vez que tus límites y limitaciones y entonces...sólo entonces... habrás empezado a amarte.

"Las personas con una imagen sana de sí mismas exigen respeto de los demás. Ellas mismas se dan buen trato, y con ello le indican al resto de la gente cómo debe tratarseles"

Andrew Matthes

Lic. Norma Gurri

Talleres corporales

Queridos todos, estoy reuniendo un grupo de no más de 10 personas que estén interesados en trabajar consigo mismos desde y con el cuerpo en el autoconocimiento y reconocimiento de recursos propios con técnicas varias.

Me interesa concertar entrevista previa para conocernos. Comunícate al 4523-3141 martes o jueves de 10 a 12 hs.

"Una vez que aceptamos nuestras propias limitaciones, vamos mas allá de ellas"

Albert Einstein

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



Adriana E. Chappetti

Terapeuta Holística

Producción y Conducción
programa

Alma de Flores y Aromas

FLORES DE BACH - REIKI
OPERATORIA ALQUÍMICA
SALMOS - ANGELOLOGÍA - AROMATERAPIA
LEY DE ATRACCIÓN - CREACIÓN

15-5734-2167

almadefloresyaromas@yahoo.com.ar
www.almadefloresyaromas.blogspot.com.ar

Haaat...chís

Tarzán en invierno

Fórmulas naturales básicas

Llegamos al invierno, y nuestro Tarzán en algún momento de descuido puede comenzar a dar señales de resfríos, gripe, o alguna otra lindeza por el estilo. Por lo tanto, alguna mañana al despertarnos, podemos encontrar a lado nuestro un par de ojos llorosos, nariz inflamada y una voz desconocida, ronca, plañidera que nos pide "desayuno en la cama" y nos confirma nuestro temor: estoy engripado. Esto en buen romance para nosotras es igual a : zafarrancho en puerta.

(Léase : reprogramar la agenda, cambiar las actividades de la casa durante un mínimo de diez días, reorganizar compras y aislar a Tarzan en forma de evitar contagio y muy importante tratar que Tarzán acepte la visita del Doctor.)

No olvidar que determinadas cepas de hepatitis muestran sintomatología similar.

Nuestro adorado macho antropopiteico/papá Oso/Tarzán generalmente es renuente en todo lo concerniente a visitas al facultativo (aunque sea a domicilio). El Doctor le recuerda debilidades que no nos quiere mostrar, estar débil para él, es estar en desventaja con respecto a su entorno y principalmente en desventaja respecto nosotras, " las brujas".

Como buenas samaritanas nos preparamos y dispondremos, todos los elementos necesarios para pasar estos días.

No hay que olvidar que tanto la gripe, como resfríos fuertes, tienden dejarnos totalmente doloridos, sin ganas, con debilidad general y tendencia a dormir.

Por lo tanto se justifica incrementar con alimentos, bebidas, infusiones y los elementos naturales disponibles en la casa, defensas y anticuerpos ad hoc.

En la cocina disponemos de verduras, frutas, y especias interesantes que combinadas correctamente y utilizadas en forma específica, dan alivio a condiciones que provoca la enfermedad. Un buen tónico puede realizarse combinando jengibre, limón, y agua con el agregado de miel.

Otra fórmula del mismo tenor puede utilizarse como alimento, conjugando verduras y especias en un minestrón -una sopa de verduras- el cual se integran :ajo, malvavisco-opcional-, zanahoria, brócoli, jengibre, acelga, choclo, tomillo, albahaca, nuez moscada,

alubia, zapallo o calabaza, clavo, laurel, orégano, papa o borraja.

A todo esto se le adiciona pesto.

Para evitar que la habitación caldeada tenga sequedad en un hornillo con agua a punto de ebullición adicionar hojas de menta, romero o eucalipto, así mismo, en vez de hojas, se pueden colocar gotas de aceites esenciales naturales (nunca químicos)

Hay que tener en cuenta que lo expuesto es a título orientativo, dado que la gripe cubre un amplio abanico de posibilidades en cuanto a gravedad por cepas diferentes.

Existen gran variedad de hierbas y plantas que pueden ayudar a conllevar y mejorar estos estados y dado que tienen variadas contraindicaciones muy específicas para cada una corresponde que consideren pedirme consulta orientativa, que no es lo mismo a consultar o comenzar con tratamientos naturales - vibracionales.

Hasta la próxima!!!

M. Cristina Echeverría
Master y terapeuta holística
(011) 4553-0026 C.A.B.A.
www.terapiasdel3milenio.com

Terapias del 3º Milenio

By Cristina Echeverría

**"Bach-Bush - Korte PHI
San Germain - Delphs"**

"Abierta las inscripciones 2014"

"cursos, actualizaciones, talleres"

**TRATAMIENTOS ORIENTACIÓN
INCLUSIVE MASCOTAS**



**informes - turnos - inscripciones
(011) 4553-0026**

www.terapiasdel3milenio.com
www.chamanacosmica.com

**Una forma de conocerse,
sentirse y moverse
en plenitud**

Clases virtuales de gimnasia consciente
Clases individuales o grupales
Adultos - Adultos mayores

Patricia Finguerut
15-5865-0748 / 4802-7470

spf17@hotmail.com

El Umbral
4796-5783
www.revistaelumbral.com.ar

Descubra como canalizar la energía para usarla en la curación holística, relajación y crecimiento personal

Próximo Curso: SÁBADO 19 DE JULIO DE 10:30 A 15:30 HS

Curación y Autocuración

Los efectos curativos logran mejorar el malestar físico, mental y la ansiedad, sumando además, la obtención de una energía extra.

Los resultados pueden percibirse rápidamente luego de finalizar cada tratamiento. La continuidad del tratamiento refuerza la efectividad del mismo.

Otros de los beneficios que aporta: sensación de bienestar, relajación profunda, reducción de la ansiedad, mejor dormir, profundiza la espiritualidad y la paz mental.

Este sistema de curación puede ser usado además como complemento asistiendo cualquier tratamiento psicológico o médico. Aún los animales pueden beneficiarse con el poder curativo de las manos.

MÓDULO 1: Introducción al origen de las enfermedades. Purificación - Prácticas de autopurificación para antes de iniciar y después de finalizar cada sesión de curación.

MÓDULO 2: Generando el poder de la curación. Como trabajar y canalizar la energía en la curación holística. Meditación del poder espiritual.

MÓDULO 3: Desarrollo de la energía curativa. Ejercicios generadores de energía que armonizan. Iniciación y Mantra. Taller: el poder en las manos para tratar el cuerpo, mente, emociones y espiritualidad.

Instructora: Ven Thubten Kundrol es monje ordenada en el Budismo tibetano. Estudió diversas técnicas holísticas para el bienestar físico y espiritual en Asia. Trabajó la técnica durante varios años en Europa, y en el país.

Informes e inscripción: (011) 4541-7112 (11 a 19 hs)

❁ Inscripción hasta el miércoles 16 de Julio

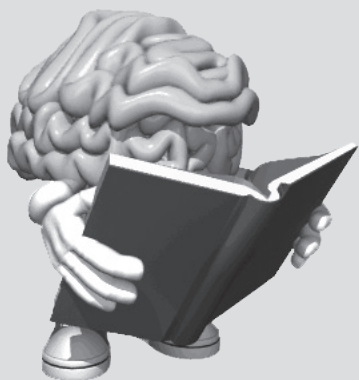
❁ Cupos limitados. No se requiere conocimientos previos para el curso.

www.yogisarah.com.ar

Algunas Dietéticas, Farmacias Homeopáticas, Librerías, Restaurantes, etc. donde pueden conseguir nuestra revista:

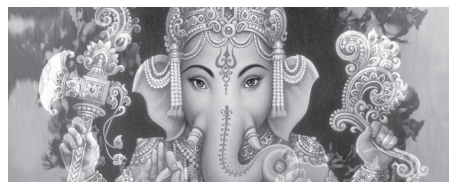
- **La Esquina de las Flores**
Av. Córdoba 1587 (tel. 4813-3630)
- **Conjuro de los Aromas**
Ciud. de La Paz 1389 (tel. 4781-7266)
- **Dietética Arrayanes**
Av. Congreso 2514 (tel. 4783-0163)
- **Herboristería del Plata**
Ciudad de La Paz 2040
(tel. 4782-7903) y Av. Rivadavia 2525.
- **Sabores y Secretos de la India**
Ciud. de La Paz 1739 (tel. 4783-3424)
- **Casa Polti**
Juramento 2455 (tel. 4784-3081)
- **Dietética Cumelén**
Juramento 3084 (4781-1944)
- **Diet. Nutrición Natural**
Av. Cabildo 3610 (tel. 4701-8989)
- **Korín Do**
Ciud. de La Paz 754 (tel. 4553-6112)
- **Manjar Integro**
Amenábar 2081 (tel. 4896-1242)
- **Dietética Bulnes**
Bulnes 1869 (tel. 4826-3055)
- **100 % Natural (Almacén Gourmet)**
Bulnes 2042 (tel. 4821-1674)
- **Diet. Cuenca y Beiró**
Av. Cuenca 3514 (tel. 4504-3699)
- **Trigo Limpio**
Bucarelli 2687
- **Dietética Argentina**
Av. Olazábal 5336
- **Diet. BuenaVida**
Bauness 2210
- **Diet. Cerviño**
Agüero 1621 (tel. 4821-2216)
- **Diet. Arenales**
Arenales 2040 (Martínez)
(tel. 4798-2087)
- **Tienda Naturista**
Albarellos 1913 (Martínez)
(tel. 5788-5145)
- **Diet. El Ángel**
Ugarte 1863 (Olivos) (tel. 4794-8360)
- **Diet. Maipú**
Av. Maipú 2532 (Olivos)
(tel. 4794-5912)
- **Diet. Alicia de los Olivos**
Ricardo Gutiérrez 1136
(Olivos) (tel. 4711-5664)
- **Diet. Ña María**
Hipólito Yrigoyen 1418 (Vte. López)
(tel. 4795-7946)
- **Diet. El Patriarca**
Av. San Martín 2185 (Florida)
(tel. 4797-6325)
- **Dietética Porteña**
La Pampa 5095 (tel. 4521-3756)
(cel. 15 3151-6764)
- **Dietética Nocciolo**
B. Victorica 2324 (tel. 2074-0982)
- **Farmacia Porteña**
Av. Olazábal 5297 (tel. 4521-6539)
- **Farmacia Santa Catalina**
Av. Triunvirato 4900 (tel. 4521-0036)
- **Farmacia Roma**
Av. Monroe 3195 (tel. 4542-7780)
- **Farmacia Mundial**
Av. Ricardo Balbín 4955 (tel. 4542-6681)
- **Farmacia Dubin**
Av. Mosconi 3199 (tel. 4571-0637)
- **Farmacia Belladonna**
Ramallo 2568 (tel. 4704-4700)
- **Farmacia de la Fund. Dr. Puiggrós**
Riobamba 438 (tel. 4954-4569)
- **Inst. Arg. de Terapias Naturales**
Av. Santa Fé 1769 (2º piso)
(tel. 4813-2131)
- **Restaurante Demetria**
Ramallo 2626 (tel. 4703-0020)
- **Bar/Rest. Arte Sano**
Mansilla 2740 (tel. 4963-1513)
- **Bar Cultural Gandini**
R. Gutiérrez 1082 (Olivos)
- **Arte-Bar Luna Córneá**
R. Gutiérrez 909, Est. Borges (Olivos)
- **Rest./Bar Patagonia**
Av. Maipú 2340 (Olivos)
- **Librerías Deva's**
Av. Corrientes 1752 (en subsuelo)
(tel. 5237-0916) y Juramento 2307
- **Librería del Norte**
R. Saénz Peña 1519 (Olivos)
(tel. 4794-5773)
- **Musaraña Libros**
José M. Paz 1530 (Vte. López)
(tel. 4791-8220)
- **Ananda (libros y tienda)**
La Pampa 2510 (tel. 4784-6828)
- **Centro de Yoga Vida Natural**
Charcas 2852 (tel. 4826-1695)

También en muchos Centros de Yoga, Consultorios Médicos y Psicológicos.



**SBAIAS QUE EL
CERBERO
PEUDE LEER LAS
COAS AUQNUE
ETSEN MAL
ESRCITAS?**

YOGA Método Jyengar



Con elementos que nos ayudan a realizar las posturas para lograr mantenernos en buen estado, mejorando nuestro sistema inmunológico, respiratorio, cardiovascular, nervioso, articular y muscular.

Confirmar asistencia a la primer clase de prueba con 24hs. de anticipación.

Prof. Marcela: Cel. 1567662194 • salondyogaganesha@hotmail.com
España 1294 - Florida - Vicente López • FacebookK: Salón de Yoga Ganesha



La Ciencia de los Nombres

Cristina Teruel
4541-1142

Desde 1975 en
la investigación
numerológica

- ★ Único análisis NUMEROLÓGICO.
- ★ con 8 códigos Numerológico diferentes.
- ★
- ★ Análisis esotérico de Nombre y Apellido.
- ★ Destino y Personalidad.
- ★ Karma Terrestre. (Misión de Vida).
- ★ Crisis de los 40 años. - (conciencia karmática)

<http://cristinateruelnumerologa.blogspot.com.ar>
www.facebook.com/cristina.teruel.946

Tomatis Solisten AliarseWeb

Lic. Claudia Panza Robles

tomatis.aliarseweb@gmail.com -Vicente Lopez-Capital-Zona SUR

Gabinete Pedagógico de la Escucha NEURO-ESTIMULACIÓN-SENSORIAL-AUDITIVA



**FRACASO ESCOLAR
DISLEXIA . CONCENTRACIÓN
DEFICIT DE ATENCIÓN-STRESS
TRASTORNOS DEL LENGUAJE
HIPERACTIVIDAD-MEMORIA
DIFICULTADES PARA LOS IDIOMAS
TRASTORNOS AFECTIVOS
EMOCIONALES Y PSICOMOTORES
INVASORES DEL DESARROLLO**

Niños
Jóvenes
Adultos
Mayores



VIDEO EN YOUTUBE-TV PUBLICA-CENTRO ALIARSEWEB

[Https://www.youtube.com/watch?v=y8_5Y1XSSko](https://www.youtube.com/watch?v=y8_5Y1XSSko)

**Francisco de Laprida 1416 1Piso-B Of.2 . Vicente Lopez
(011)15 5661 3363 o (011)4259.1460**

PRIMER CONSULTA SIN CARGO

Facebook MetodoTomatisGranBuenosAiresCapitalArgentina

FARMACIA DUBIN

HOMEOPATÍA

FITOTERAPIA

MEDICAMENTOS FLORALES

SUPLEMENTOS NUTRICIONALES

MEDICINA AYURVÉDICA

HIERBAS MEDICINALES

PRODUCTOS PARA DIABÉTICOS

PRODUCTOS PARA CELÍACOS

DIETÉTICA ESPECÍFICA

VACUNATORIA

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

4571-0637 4572-1198

farmaciadubin@arnetbiz.com.ar

Obras Sociales
Tarjetas de crédito



ENVIOS A DOMICILIO

Biblioteca Esotérica

El Sendero

Peregrino que transitas el sendero de la evolución, encuentra en este alto en tu camino, un lugar para crecer juntos, rodeados de naturaleza, calidez y conocimiento a través de:

Mientras disfrutas estará a tu disposición la Biblioteca Esotérica con asesoramiento personalizado.

- Charlas
- Seminarios
- Exclusividades en artesanías
- Aromas
- Talleres
- Regalos

Luminoso Salón en alquiler para diferentes disciplinas.

Cel.: 03548 15-63-4928

Mail: bibliotecaesotericaelsendero@gmail.com

Zona WiFi • Sahumerios

Te esperamos en Zanni y Triunvirato
B° Valenti - Capilla del Monte



En su cálida sala de lectura, los grandes sabios y profetas te esperan para revelarte antiguos misterios.



Su Salud merece un Buen Trato

**Productos para Diabéticos,
Celíacos, Hipertensos.
Panificados - Legumbres
Especias - Suplementos**

**Dietarios - Herboristería
Comidas Naturales - Diet**

4504-3699

Cuenca 3514 esq. Beiró



Lic. Mariana Veracierto

Psicóloga Clínica UBA
MN 26086

Terapeuta Floral egresada
Escuela Bach de Inglaterra

PSICOTERAPIAS BREVES

- Miedos
- Angustia
- Duelos
- Timidez
- Ataque de Pánico

Consultorio en Belgrano

marianaveracierto@gmail.com

4785-0865 / 15-4406-8523

manjarintegral

Vegetariano / Integral / Orgánico

**Productos orgánicos - Comidas para llevar
Frutas y verduras - Lácteos**

Lun. a Vie. de 10 a 20.30 hs - Sab. 10 a 16 hs

Amenabar 2081 • 4896 1242

manjarintegral@gmail.com



IATENA
Instituto Argentino de Terapias Naturales

Cursos de cocina

Vegetariana, Vegana, Crudivegana y Ayurveda

sin ingredientes de origen animal, refinados,
aditivos ni industriales

• Cursos básicos y avanzados

• Talleres

Degustación de los alimentos preparados

Escuela de Cocina Naturista "Dr. Ernesto Tiscornia"

Dependiente de IATENA,

Instituto Argentino de Terapias Naturales

Riobamba entre Marcelo T. de Alvear y Paraguay

Informaciones e inscripción

info@verdeynatural.com.ar / tel: 4813-2131 / www.iatena.com.ar / blogverdeynatural.com.ar



¡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