

El Umbral

hacia la ecología, la salud natural y el conocimiento

*Como una sólida roca no se mueve con el viento,
así el sabio permanece imperturbado ante la calumnia y el halago.*

Buda

www.revistaelumbral.com.ar

Año 11 - Nº 117 - Mayo de 2015 - Distribución Gratuita



TERRANOVA COMPOSTERAS

Recicladoras de residuos orgánicos
hechas en madera reciclada de pallets



NUEVO SISTEMA MODULAR CON LOMBRICES

\$750

- // Capacidad: 40 litros
- // Medidas: 40 cm ancho x 40 cm largo x 65 cm alto*
- // Tratada con aceite de lino, apta para exteriores
- // Fuerte tamiz de polietileno de alta densidad
- // Totalmente cerrada, a prueba de mascotas
- // Sistema de acopio de líquidos
- // Tablas gruesas de 15-20mm de espesor
- // Terminaciones de calidad

INCLUYE: COMPOSTERA CON SUS 3 (TRES) MÓDULOS, BASE Y TAPA
RECIPIENTE HERMÉTICO PARA RESIDUOS DE COCINA
RECIPIENTE DE ACOPIO DE LÍQUIDOS
NÚCLEO DE 50 LOMBRICES CALIFORNIANAS
GUÍA DE USO
* LAS MEDIDAS PUEDEN VARIAR EN +/- 5 cm

PUNTOS DE ENTREGA EN OLIVOS Y VILLA MAIPÚ;
ENVÍOS A DOMICILIO EN CABA Y GBA: \$50.-
15 5617 8467 . terranova.composteras@gmail.com
facebook.com/composteras

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.

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.



Rejuvenecedor biológico Energía transformada en acción

**OLEOS ESENCIALES
CONCENTRADOS DE POLEN**

CRINWAY®



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:

Stella Maris Melo

Cristina Echeverría

Prof. María Isabel Fernández

Eduardo Goldín

Juan Manuel Otero Barrigón

Santiago Miranda

Mario Petrella

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@gmail.com

www.revistaelumbral.com.ar

Permitida la reproducción con solo citar la fuente

El fenómeno de la aceleración del tiempo

¿Has sentido últimamente la sensación de que no te alcanza el tiempo?

Pudiera atribuírsele a factores tales como los relacionados a un cambio de conciencia. Según el escritor estadounidense Dannion Brinkley, asegura que el tiempo sigue siendo el mismo, pero que son las personas quienes perciben tal alteración.

Brinkley experimentó el llamado "regreso de la muerte", luego de un accidente cuando fue alcanzado por un rayo. El escritor relata lo vivido en ese plano de multiniveles de conciencia. El afirma que existe un evento cósmico que causa que las 24 horas del día no nos alcancen. La energía que se mueve en el Universo tomando como referencia los 26.000 años denominados como procesión de los equinoccios con los 1.1 (billones) de Planetas y Estrellas conocido como Vía Láctea...tardaron 26.000 años en dar la vuelta a todos los signos zodiacales (a través de cada una de las 12 constelaciones) que es nuestra parte del Universo.

Recordarán los majestuosos cambios de conciencia de la humanidad ocurridos el 21 de diciembre de 2012. Debido particularmente a que la Tierra, en esos momentos se había desplazado hacia el cinturón de fotones y el solsticio se encontraba alineado con el ecuador galáctico. Tal evento natural provocó que las personas que se encontraban preparadas (consciente o inconscientemente) pasaran al siguiente estado multidimensional.

Tanto los indios Hopi como los Mayas creían que el 2012 se convertiría en el período de transición hacia un Nuevo Mundo con un Hombre Nuevo. Hasta los grandes profetas dijeron que el 21 de diciembre de 2012 se convertiría en El Fin de los Tiempos (de los tiempos... tal como hasta ahora lo habíamos conocido). La Madre Naturaleza siempre acompaña de forma armoniosa aunque el humano no coincida con el significado de "armonía" como concepto de lo que estamos experimentando.

El caso es que la humanidad siente que el tiempo avanza rápido. Pero... ¿qué ocurriría si dijésemos que el tiempo es una mera ilusión? Según David Icke (escritor y conferencista británico) acompañando las sabias deducciones de Einstein, afirma que: ... "el tiempo no existe, solo hay un infinito ahora". Nuestro concepto del tiempo se ha arraigado en nuestro cerebro porque nos ha sido impuesto (con el único propósito de manipular nuestra vida). ¿Cómo? muy simple: "para producir" convirtiéndonos en esclavos, controlando nuestro desenvolvimiento de enfoques para nuestro propio futuro.

Les diré lo mismo que les digo a mis alumnas: "No me crean... ¡investiguen!"

Se ha demostrado de manera científica que la Tierra emite pulsaciones (similares al latido de nuestro corazón). Ella se mantiene en un nivel estable de 7.8 ciclos por segundo (algo que lo viene efectuando desde milenios) solo que desde los '80 los latidos de nuestra Madre Tierra se han venido acelerando y hoy de aquellos 7.8 ciclos por segundo, alcanzan los 12 ciclos por segundo.

Ni que hablar de aquellos científicos que aseguran que al llegar a los 13 ciclos por segundo la Tierra dejará de girar sobre su eje, lo



que provocará aquello tan nombrado y poco comprendido de los 3 días de oscuridad en donde se acomodará y descansará para luego retomar el giro "en sentido contrario" (como en algún momento de su existencia ya lo había efectuado).

El período de 24 horas pasó a convertirse en 16 horas (reitero solamente a nivel de sensación, debido al aumento de la frecuencia de la Tierra). ¿Qué intento decirles con esto? que como humanos estamos avanzando ya no desde la tercera Dimensión (que hace tiempo hemos dejado atrás) sino desde la cuarta a la quinta Dimensión. Desde donde nuestro pensamiento se manifiesta de forma instantánea, desde donde las personas se vuelven más conscientes y espirituales alejándose de lo que la materia les significó hasta ahora. Desde donde nos volvemos más solidarios ayudando con buena predisposición a quienes (no sentimos como "otros" sino como "uno mismo").

*Un Abrazo de Almas
Stella Maris Melo*



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



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

ELIGE OTRA VEZ

Stella Maris Melo

EDITORIAL DUNKEN

"Elige Otra Vez" contiene enriquecedores testimonios que les ayudará a escuchar los dictados del corazón y a descubrir los mensajes que se ocultan detrás de las actitudes humanas en armonía y de la mano del autoconocimiento como enfoque principal hacia la solución de "aparentes" dificultades de la vida.

Stella Maris Melo, nacida en Buenos Aires, Argentina, el 26 de junio de 1956. Desde muy joven se interesó en los Orígenes de la Humanidad, en los estudios de la Antroposofía y la Historia Oculta de la Creación.



Facilitadora de Un Curso de Milagros, Instructora en Conocimientos Metafísicos y Autoconocimiento. Reiquista Usui System, Coach Ontológica con bases de Programación Neuro-lingüística.

Ganadora del Certámen Literario North American Open Poetry Contest, en California, por la obra: "The Reason of my Life", en 1977, como Literatura del Desarrollo Evolutivo en lo Espiritual. Alumna de Fabio Zerpa, facilitadora de las Investigaciones y de los estudios concernientes a la salud física, mental y espiritual.

melostellamaris@hotmail.com
Cel.: 15 6568-7406

Terapias del 3º Milenio

By Cristina Echeverría

Agosto: Taller de Ballenas

Vive una experiencia única

Viaja por tu universo interno

Baila, canta, respira, relájate

en compañía de una mágica amiga

**TRATAMIENTOS ORIENTACIÓN
INCLUSIVE MASCOTAS**



informes - turnos - inscripciones

(011) 4553-0026

www.terapiasdel3milenio.com

www.chamanacosmica.com

LIC. SILVINA P. MARCZYK

PSICOLOGA



- * Psicoterapia con Enfoque **Transpersonal**
- * Gestalt
- * Flores de Bach para acompañar el tto.
- * Técnicas para el manejo de la ansiedad
- * Abordaje desde el **Tarot** para orientarte

Cel: 15 6791-9113

Mail: premanjali5@hotmail.com

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

www.revistaelumbral.com.ar

Poniendo límites (vibracionales y tratamientos)

Dame dame dame darme, quiero quiero quiero quiero ... Cuántas veces mamá abuela/os, tías y demás parentela cercana o lejana hemos escuchado en boca de nuestros pequeños estos comienzos. Si no le damos lo que piden, quien haya incurrido en "interferencias con los pedidos de su majestad" se encuentra con un concierto de: berrinches, gritos, alaridos y demás repertorio utilizado por el pequeñín de marras. Esto en consulta lo escucho diariamente; cuando requiero el método de poner límites me miran cual marciano recién aterrizado y la frases que privan son: "no puedo", "no se como se puede hacer sin que deje de quererme".

¿?...Dónde encuentro tu sentido común? prefieres que al no ponerle reglas básicas se electrocute amorosamente por hacer caso omiso a tus advertencias, o caiga al vacío al treparse a la baranda del balcón, se quemé al tomar una olla hirviendo, o caigan latas sobre él en un supermercado porque no sabe comportarse correctamente? Estás esperando, que pase realmente algo como lo descrito? Estamos en la tercera generación de niños sin limitaciones, sin reglas, y cuando dificultosamente papá y mamá haciendo tripas corazón han logrado algo, abuelo/a y demás parientes no desacreditemos al desarmar esto con: "aquí podés hacer lo que quieras".

Que se puede hacer al al recibir un niño en casa ajena: respetar a los padres y sus reglas o límites, procuremos contener al niño con parámetros ya conocidos por él. Nunca rebatir las indicaciones dadas por papi o mami.

Como comenzar a poner límites cuando poco o nada se ha hecho al respecto:

Primero y principal mucha paciencia y firmeza, no aflojar, ponerse de acuerdo la pareja. En esta instancia ayudan mucho los vibracionales; tanto al Padre como a la Madre les serán muy útiles tanto a nivel personal para los límites y las reglas, además de firmeza para hacerlas cumplir. Si el chiquitín o chiquitina está acostumbrado a salirse con la suya también pueden los vibracionales correctamente armados en sinergia ayudar en el tema. Según cada caso en particular la madurez de cada niño (la madurez de los padres) constancia, mucha constancia, sentido común y buen humor -las caras de vinagre, gritos, agresiones e insultos nunca terminan bien- al menospreciar a ese Ser que es el niño, muestran la poca valía que se tienen a ustedes mismos, como formadores.

Cristina Echeverría

Dr. Salomón Rafael Szapiro

HOMEOPATÍA UNICISTA • TERAPIAS BIOENERGÉTICAS

MEDICINA SINTERGÉTICA

una medicina integrativa, sintética e individualizada.

ATENCIÓN: BELGRANO / OLIVOS

Tel.: 4787-4051

e-mail: srszapiro@hotmail.com

WWW.DRSALOMONSZAPIRO.COM.AR

Qué es una lectura de aura?

El aura es el campo electromagnético que envuelve al cuerpo físico y refleja tu vibración energética. Todo lo que pasa en esta dimensión física es el resultado de lo que existe en un plano energético. Todo es energía, todo es vibración. Todo lo que tienes en tu vida, ya sea física, mental, emocional o espiritual, está basado en energía. Energía es la esencia de todas las cosas, incluso las relaciones con las personas se basan en energía.

El campo áurico contiene toda la información de los patrones energéticos o programas que se han ido acumulando a través de las experiencias vividas a lo largo de esta vida y de vidas anteriores, también registros de la información ancestral que conforma gran parte de la estructura psíquica del ser como así también el sistema de creencias que fue armándose a lo largo de toda la vida por lo aprendido y aceptado de la educación y enseñanza recibida por sistema familiar, educativo, social cultural, etc.



La programación está codificada dentro del aura, y durante la lectura se ven las imágenes mentales que simbolizan dicha programación.

Al leer, se transmite el significado espiritual de dichas imágenes, y al comprenderlas, la persona puede elegir soltar esas creencias que dan lugar a la realidad que está creando y viviendo, sin ser consciente muchas veces de cómo y por qué vive determinadas situaciones en su vida.

La lectura de aura (Método FSF)

te permite reconocer en qué punto de tu vida estás bloqueado y liberar las energías que sostienen esos bloqueos para que puedas elegir el camino de Ser, Verdadero, Sano, Completo y Feliz.

Hay siete tipos de lecturas de aura que responden a las diversas problemáticas del ser humano:

Temáticas, Generales, Relaciones, Prosperidad, Energía Femenina, Vidas pasadas, Caminos espirituales y Viajes.

Qué es Meditación I Método F.S.F.?

Es una meditación activa de limpieza y protección de tus siete chakras principales, que te permite diariamente mantenerte en alta vibración, aprendes a reconocer las energías que no te pertenecen y desbloquear y liberarte de todo lo que te impide manifestarte como un ser libre y feliz para crear la vida que quieres disfrutar.

En este curso aprendes las técnicas y los fundamentos de la F.S.F Freedom Spiritual Foundation, que propone que la verdadera y única LIBERTAD es la Libertad Espiritual, esto es reconocer y comprender que somos Espíritus libres viviendo esta experiencia humana, y que el poder encarnar esta idea es realmente llegar a la Realización de tu Ser.

Esta meditación la aprenderás por única vez para luego poder diariamente tomar el hábito de meditar y sentir rápidamente los efectos y beneficios de tomarte cada día el tiempo necesario para habitar en tu espacio sagrado y desde allí crear nuevas situaciones y manifestaciones que se irán dando naturalmente sin esfuerzo, estimulándote tu mismo para que cada día sea una nueva oportunidad para sentirte pleno y feliz.

Avalom Centro de Yoga
Directora María Isabel Fernández

HATHA YOGA- CLASES - TODOS LOS NIVELES
INSTRUCTORADO NIVEL INICIAL Y AVANZADOS
CURSOS DE MEDITACION Y RESPIRACION
METODO F.S.F. LECTURAS DE AURA- MEDITACION I-II -SANACION
ESCUELA DE AURA -FORMACION Y SEMINARIOS
BIODECODIFICACION DE ENFERMEDADES-
NUMEROLOGIA ALQUIMICA- CONSTELACIONES FAMILIARES

Espacios solidarios de Meditación - Sanación - Diksha-Reiki
Secretaría de 16 a 20 hs. - www.avalom.com.ar
facebook-avalomcentro - Tel. 4796-3122 - 15 5944-9534
HILARION DE LA QUINTANA 1540 - FLORIDA, VICENTE LÓPEZ

Aliviar tensiones y dolores musculares con técnicas de movimiento conciente, relajación y respiración

gimnasia conciente integradora

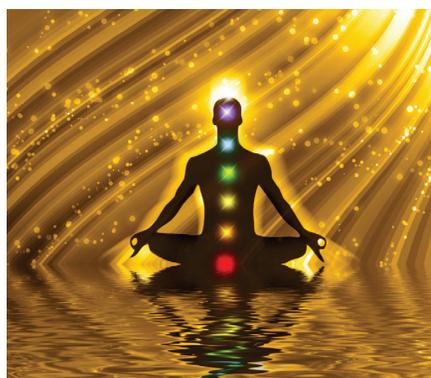
una forma diferente de conocerse, sentirse y moverse en plenitud

Patricia Finguerut
4802-7470
gimnasia.integradora@gmail.com

ACEITE DE OLIVA "EPU ANTU"
Extra virgen
APTO CELÍACOS CERTIFICADO

Distribuye El Umbral:
4796-5783 // 153-655-2835
(venta exclusiva a dietéticas)

Dentro de las herramientas de la Fundación para la Libertad Espiritual que brindamos en AVA-LOM CENTRO DE YOGA, tendrás la MEDITACION II y SANACION I, seminarios que profundizan y enriquecen las técnicas de la Meditación I.



También la Numerología Alquímica como un recurso de Autoconocimiento y encuentro con tu verdadera naturaleza basada en la fecha de nacimiento y nombre y apellido, que contienen toda la información del plan que te has propuesto llevar a cabo en esta vida, dado que los números y las combinaciones que surgen de dichos números, contienen vibraciones que se traducen al realizar el DIAGNOSTICO NUMERLOGICO y que junto con la firma que se analiza te permitirá conocerte en profundidad, saber en que año estas para tomar mejores decisiones y que energías debes mejorar o dejar ir para poder hacer de tu destino un viaje de luz y plenitud con todos los aprendizajes que conllevan al viaje pero que se pueden aprender con amor y alegría y no con sufrimiento y victimismo, creyendo que nada se puede hacer con lo que se conoce como DESTINO. El propósito de la Numerología Alquímica es confiar las fuerzas que vibran en tu Ser, y reconocer tus fortalezas para sustentarte en ellas y también tus debilidades para transformarlas en FORTALEZAS !!!

María Isabel Fernández
Biodecodificadora Celular-Facilitadora de Método F:S:F
Numerología Alquímica-Profesora de Yoga

en Avalom Centro en Florida -Vicente López
155-944-9534 - 4796-3122

EDUCO MI CUERPO
como motor de cambio
Enseñanza Integral del Potencial Humano

Coach + Yoga
Corporal

Desarrolla tu Inteligencia Corporal
Formación Florecimiento del Talento
INTENSIVO - Miércoles 14 a 20HS
REGULAR - Sábados 10 a 13 hs

Francisco Nicolás Laprida 1416 PB
Vicente López-Face Educo mi cuerpo
Consultas 15 5661 3363
Lic.Claudia Panza Robles Coach&Vida
Psicoterapeuta Corporal



**ENSEÑA PRONTO A TU HIJO
A EMPRENDER
SUS PROPIOS PROYECTOS
ANTES DE QUE APRENDA
LO FÁCIL QUE ES OBEDECER
TODA SU VIDA.**



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

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

manjarintegro

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
manjarintegro@gmail.com



Veganis

BY CANADIAN LAB



NUESTROS PRODUCTOS

Nuestros productos fueron especialmente formulados con materiales nobles y naturales y pensados para diferentes necesidades.

¿POR QUÉ ORGÁNICO?

Elegimos que nuestros ingredientes sean orgánicos porque estamos en contra del uso de agroquímicos como herbicidas, pesticidas, entre otros. Estos agroquímicos perjudican la tierra contaminando los cultivos, las producciones, las semillas y su ecosistema. Perjudican la salud de los agricultores y de las personas que viven en los alrededores.

¡Apoyemos juntos la agricultura orgánica por el bienestar y la salud de todo el planeta!

Distribuye El Umbral: 4796-5783 // 15-3655-2835
(venta exclusiva a dietéticas y farmacias)



El hombre es la especie más insensata: venera a un Dios invisible y masacra una naturaleza visible, sin saber que esta naturaleza que él masacra es ese Dios invisible que él venera.

Hubert Reeves

Autopoema

Caminé por aquellas calles que olvidaron la palabra «soledad». Y ahora quiero quitarme los zapatos, para escapar de todo pisoteo incesante. Para huir, al menos por un rato, de tanta gente, de tanto ruido, de tantos pensamientos. Encontrarme con mi propio yo. Escribir para mí, para mi interior, para mi sexo, para mi conciencia. Tornarme un poco egoísta, ya que no es bueno vivir sin escribir el propio nombre. Silenciar a toda musa externa y comenzar viaje con el equipaje propio, a mi propio edén. Porque nunca, nadie, logró pronunciar mi nombre como deseo escucharlo. Porque a veces (tan sólo a veces) necesito tener valor para ser mi propia vida, mi propia muerte, mi propio soporte elemental... Mi propia iluminación.

Juan Manuel Otero Barrigón

REIKY... de Iluminación

Todos estamos a las Puertas del Satori !!

Todos somos Iluminados en Reiky.

La Energía Rei y la Energía Ki se nutren mutuamente, fluyen y confluyen en la interioridad de cada Ser, en la vida expresada.

Dios interno, Dios externo, cada quien en su creencia y en su fe iluminando e iluminándonos !

Sin embargo, buscar la Iluminación es una deficiencia abstracta de la mente, una arrogancia de la personalidad que convulsiona la pureza del Alma.

La búsqueda, es en si una avaricia, intentando llenar espacios cubiertos de inseguridades y temores, sin concientizar que en la profundidad del Vacío, donde Todo es Nada..., esta la Luz.

La Iluminación no se busca, no se encuentra ni se descubre, simplemente sucede... y no en el conocimiento del que la posee; sucede a través de la percepción y la mirada de los que ven y sienten su Brillo.

Saberse "Iluminado" es un desafío constante de humildad, virtud y grandeza; ignorando la virtud y dejando Ser lo que se Es..., aceptando y comprendiendo la propia Oscuridad en la propia Iluminación.

Escuela Reiky Dar®, pretende e intenta, en los encuentros, esclarecer y transmitir la Esencia Reiky y su Luz de Iluminación, compartiendo un tiempo de Práctica, Servicio e Iniciación.

Eduardo R. Goldin
Escuela Reiky Dar



TALLER:

Encuentro mi Vocación en Conexión con mi Ser

Permitir el florecimiento de tu Ser... volar con alas propias

**me colozco?*

**qué creencias me condicionan?*

Desbloqueo y Activación
Autogestión y Concreción

Sábado 16/5, 16 a 19 hs.
En Vicente López, Bs. As.

claudia.aliarse@gmail.com
eurekamichele@gmail.com

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)
- **Küne**
Av. San Isidro 4722 (C.A.B.A.)
(tel. 4702-9634)
- **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)
- **Dietética 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)
- **Dietética Cuenca y Beiró**
Av. Cuenca 3514 (tel. 4504-3699)
- **Trigo Limpio**
Bucarelli 2687
- **Dietética Argentina**
Av. Olazábal 5336
- **Dietética BuenaVida**
Bauness 2210
- **Dietética Cerviño**
Agüero 1621 (tel. 4821-2216)
- **Dietética Arenales**
Arenales 2040 (Martínez)
(tel. 4798-2087)
- **Tienda Naturista**
Albarellos 1913 (Martínez)
(tel. 5788-5145)
- **Dietética El Ángel**
Ugarte 1863 (Olivos)
(tel. 4794-8360)
- **Dietética Maipú**
Av. Maipú 2532 (Olivos)
(tel. 4794-5912)
- **Dietética Alicia de los Olivos**
Ricardo Gutiérrez 1136
(Olivos) (tel. 4711-5664)
- **Dietética Ña María**
H. Yrigoyen 1418 (Vte. López)
(tel. 4795-7946)
- **Dietética El Patriarca**
Av. San Martín 2185 (Florida)
(tel. 4797-6325)
- **Dietética Porteña**
La Pampa 5095
(cel. 15 6438-1803)
- **Dietética Nocciole**
B. Victorica 2324 (tel. 2074-0982)
- **Farmacia Porteña**
Av. Olazábal 5297 (tel. 4521-6539)
- **Farmacia Santa Catalina**
Av. Triunvirato 4900
(tel. 4521-0036)
- **Almacén Nat. Árbol de Vida**
San Martín 1602 - Florida
- **Centro de Yoga Vida Natural**
Charcas 2852 (tel. 4826-1695)
- **Farmacia Dubin**
Av. Mosconi 3199 (tel. 4571-0637)

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

DIETÉTICA
ZAZEN

Orgánico y Natural

Hierbas, legumbres y harinas
Frutos secos y cereales
Vegetarianos y veganos
Celíacos y diabéticos

Aceites esenciales, aromaterapia y arte

Holmberg 3606 (esq. Crisólogo Larralde)
Tel.: 4545-4654

Dietética Angélica

Productos Orgánicos
Prod. para Celíacos
Prod. para Veganos
Prod. Naturales

Av. Maipú 3105 Tel. 5788-8132

El Umbral

4796-5783

www.revistaelumbral.com.ar

PSICÓLOGA

Lic. Vanesa M. Kiguelman

Psicóloga U.B.A. - MN. 54012

Terapeuta Gestáltica
Adolescentes - Adultos

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

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

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)

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)

Para mis parientes del 2250

Si , las cuentas no dan mal, y las expectativas de vida siguen mas o menos como ahora, cosa que dudo, porque cada generación vive un poquito más, entre vos que lees esta carta, y yo que te la escribo, no solo habrán pasado 200 años, sino que tal vez seas mi nieto o biznieto.

Antes que nada, quisiera pedirte disculpas, ya que no sé en que condiciones estará nuestro planeta en 200 años. No quisiera ser apocalíptico, pero hay dos contextos en que puedes estar leyendo. El primero y deseado, en tu casa ultramoderna para mi . El segundo, en una nueva edad de Piedra (Quien sabe la causa, si fue una guerra, la superpoblación, la falta de recursos naturales, nos choco un asteroide, o tal vez algún colapso financiero... Solo la gran Energía, Dios, la Fuerza, o como le llamen en ese momento sabra...)

Medios de Comunicación: Cada generación, que nació, durante el siglo XX, se ha caracterizado por usar, un medio de comunicación en especial. Aquellos que nacieron en los 30, vivían escuchando la radio, los que nacimos en los 60, nos hemos pasado mirando la Televisión, y mis hijos, también la ven , pero disfrutaban de otros medios como las Redes Sociales, estando el Mundo Interconectado a través del Internet (Una red digital que conecta toda la humanidad). Si estás en tu casa moderna, es porque la humanidad logró evadir gracias a la tecnología el efecto Nostradamus (son profecías que hablan sobre el fin de los tiempos), del que tanto nos hablan, me pregunto cual será el medio de comunicación de tu generación. Tal vez la TV holográfica ¿??

Medio Ambiente: Aquí es donde me preocupo. Todas las generaciones del S XX sin excepción, (me incluyo) hemos entrado en una espiral de consumo. Hoy somos, casi 7000 millones de habitantes, en la Tierra, y todos debemos cubrir nuestras necesidades básicas, así como las no tan básicas. Con ese fin, explotamos la tierra y sus recursos más allá de sus límites. Si la población sigue creciendo al mismo nivel que ahora, según cálculos de la ONU, en 2150, serán 694.000 millones de habitantes, los pobladores de la tierra, me pregunto cuantos serán en tu época.

Hoy la mayoría de los vehículos en que nos movemos son propulsados con energías contaminantes como el Petróleo que dejan residuos de gases en la atmósfera, y están produciendo el calentamiento global, el agujero en la capa de ozono y el efecto invernadero. Los autos y ómnibus necesitan neumáticos por lo que talamos árboles para sacar el caucho y fabricarlos. Hasta la producción de electricidad con la que impulsamos todos nuestros electrodomésticos deja contaminación. Se usan fuentes para mover los generadores que la producen, que no son renovables, ni sustentables y perjudican el medio ambiente (petróleo y energía Nuclear). Cuando leas esto, tal vez ya hayan descubierto y apliquen la fusión fría, y la atmosfera que respiran este limpia, al igual que ríos y mares.

Política: Tenemos un sistema político que se llama CAPITALISMO donde hay una reina: *la desigualdad social*. Hay cada vez menos gente, que acumula cada vez más riqueza, y cada vez menos las que la pueden disfrutar. El problema es que para todas nuestras transacciones de compra y venta de bienes y servicios usamos dinero. El dinero comenzó a existir, como medio para que la Humanidad pueda agilizar las transacciones. El gran Problema es que lo que comenzó como medio, terminó siendo un fin y en muchos casos el objetivo de vida, de mucha gente.

El dinero produce crisis que afectan a nuestras sociedades de hoy, a veces hasta las familias, padres madres e hijos riñen por el vil metal.

Cuando la gente que trabaja tiene un salario, que no le alcanza, tiene que gastar más, entonces toma deudas. Hay unos plásticos que se llaman tarjetas de crédito, que te dan la posibilidad de comprar, pero si gastaste \$ 10, probablemente devuelvas \$ 14 o \$ 15. Esa diferencia que te cobra quien te presta se llama interés.

Vivimos en Naciones, y a veces las Naciones más ricas, prestan su dinero a otras, cuanto más pobre es la que recibe, más alto es el riesgo de que devuelvan lo prestado, entonces más alto es el interés a cobrar. Como ves, el egoísmo está a la orden del día, ya que a veces las Naciones van a la guerra, para obtener lo que necesitan de otras naciones (sobre todo recursos naturales escasos, como el famoso petróleo).

Hay un Premio Nobel de Economía que dice que para evitar la Pobreza, hay que dar la libertad a la gente, para que pueda desarrollar sus capacidades, y con eso mejoren sus ingresos. Por lo tanto, no ve a la renta como el único método para medir pobreza. Sin embargo el reparto del dinero, no es equitativo, y hay mucha gente que pasa privaciones, y no llega a cubrir sus necesidades básicas. Es inevitable, el dinero es poder, y el que más tiene más poder tiene, y el que no tiene que ver como se las arregla.

El otro día ví en la Televisión un capítulo de STAR TRECK, un programa para nosotros de Ciencia Ficción. El protagonista estaba en una nave llamada Enterprise, en el Siglo XXIV y debían volver al siglo XX. Ya poseían la tecnología para vencer el espacio tiempo. Cuando una Señorita ve la nave exclamo: UAUUUU! Cuanto habrá costado construir una nave así !!!!. El viajero en el Tiempo, respondió: - En nuestro tiempo, ya no usamos el dinero, tenemos otras motivaciones...

Modestamente, pienso que vivir en un Mundo sin dinero debe ser fantástico. No tendríamos, que medir nuestros recursos, para acceder a las capacidades de desarrollo, que citaba el premio Nobel. Se erradicaría la pobreza !! NO deberíamos pensar, en términos de cuanto dinero se necesita, para cualquier cosa que deseamos realizar.

Para los ciudadanos de nuestro espacio/ tiempo es sencillamente vivir en un Mundo Sin Limites.

Solo me cabe preguntarme, cuáles son las motivaciones de las que habló el viajero espacial...

Si en 2250, ya tienen algunas de las tecnologías de la nave, que antes nombre, pasó por el siglo XXI y búscame, me gustaría ser teletransportado y conocer más sobre vos y la cultura de tu tiempo.

Aunque no te conozca, te saludo con afecto, y te deseo una buena vida, en un Mundo más libre, justo, equitativo, y sobre todo con un medio ambiente sano y limpio !!!!

Santiago Miranda
Ciencias Políticas



Trigo Limpio
Almacén Naturista



Bucarelli 2687 - Capital





**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

Más allá de los Cinco Sentidos



"Acércate a un espacio que te invita a explorar los rincones de la vida, sanando heridas y transformando tu ser. Despertando, más allá de tus cinco sentidos..."

- Talleres teóricos – vivenciales
- Tarot terapéutico
- Cartas numerológicas para bebés y niños

Elena del Carmen Fernández
15-3442-4579
masalladeloscincosentidos@gmail.com
f "Más allá de los cinco sentidos."

OTOÑO

El almanaque me sorprendió a mitad de camino
Entre el calor y el frío,
El canto del zorzal parece despedir al sol,
Melancolía que busca diluirse en un té caliente.

Nublado, triste,
Las nubes se rompen en mil pedazos,
¡Arde el sol y detrás el celeste!
Los abuelos muestran a sus nietos nubes de juguete,
Los enamorados obsequian nubes de joyas a sus amadas.

Pensar. Soñar. Desear.
Los amigos que se fueron,
La novia que no está,
Haré un gran fuego en la chimenea,
El viento sur traerá nuevos afectos.

Mario Petrella



Frutas secas • Miel pura
Legumbres • Cereales
Especias Nac. e importadas
Mermeladas • Fitoterápicos
Cosmética natural
Productos para diabéticos,
celiacos e hipertensos
"Pensando en su salud"
Atendido por sus dueños
Juramento 3084 • Belgrano "R" • Tel.: 4781-1944



La Ciencia de los Nombres

- ★ 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)

Cristina Teruel
4541-1142

Desde 1975 en la investigación numerológica

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

FARMACIA DUBIN

HOMEOPATÍA
FITOTERAPIA
MEDICAMENTOS FLORALES
SUPLEMENTOS NUTRICIONALES
MEDICINA AYURVÉDICA
HIERBAS MEDICINALES
PRODUCTOS PARA DIABÉTICOS
PRODUCTOS PARA CELÍACOS
DIETÉTICA ESPECÍFICA
VACUNATORIA

Obras Sociales
Tarjetas de crédito

Av. Mosconi 3199 C.A.B.A.
4571-0637 4572-1198
farmaciadubin@arnetbiz.com.ar



ENVIOS A DOMICILIO

TOMATIS SOLISTEN ALIARSEWEB

GABINETE DE DIAGNÓSTICO Y REEDUCACIÓN INTEGRAL

Face: TOMATIS SOLISTEN ALIARSEWEB . Cel:+54 9 11 5661 3363 tomatis.aliarseweb@gmail.com

NEURO. ESTIMULACION. SENSORIAL. AUDITIVA

Permitiendo a través de la música la activación del sistema nervioso central

SE PUEDE OIR BIEN Y ESCUCHAR MAL

TU OIDO ESTIMULA TU CEREBRO

MEJORA TU ESCUCHA MEJORA TU ATENCION

AMBITOS DE APLICACIÓN

Trastornos de -aprendizaje y lenguaje-
-de atención -afectivos y emocionales

CONTRIBUYE

- Desarrollo personal y bienestar-
- Mejora la voz y la musicalidad-
- Preparación para el parto-
- Integración lenguas extranjeras-

ATENCIÓN en ZONA NORTE: Francisco Laprida 1416 1ero B 2 -Vicente López
Cel . Cel:+54 9 11 5661 3363 ZONA CAPITAL Y ZONA SUR en QUILMES - LANUS

Solisten® -Sistema francés computarizado



Cursos de cocina

Vegetariana, Vegana, Crudivvegana 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



Aceite de Girasol Orgánico



El aceite de girasol orgánico Madre Savina es un producto elaborado combinando técnicas y prácticas tradicionales artesanales que permiten eliminar por completo el uso de agroquímicos y reducir el impacto agrícola en el ambiente. Las semillas seleccionadas para su elaboración, provienen de la producción orgánica biodinámica. Esta última encuentra su base filosófica en la antroposofía.

El aceite de girasol Madre Savina, variedad alto oleico, se elabora mediante primera presión en frío, lo que mantiene intactas todas las bondades de la semilla. De esta forma, se convierte en un alimento esencial que aporta nutrientes imprescindibles para la recomposición celular como la vitamina E (lo hacen un gran aliado de nuestra piel y le otorga un gran efecto antioxidante) y ácidos grasos no saturados como el omega 3 y el omega 9, entre otros. Además de estos beneficios aporta a los alimentos un delicioso aroma y sabor a semillas de girasol.

Estos nutrientes:

- Ayudan a reducir el riesgo de sufrir problemas circulatorios, infartos y diferentes tipos de problemas cardiovasculares.
- Regulan el metabolismo del colesterol, ejerciendo una acción de drenaje en los abscesos de colesterol, en los tejidos y sobre todo ayudando a mantener "limpias" las paredes internas de las arterias. Reduce el nivel de colesterol total, LDL (colesterol malo) y los niveles de triglicéridos.

Dado que los campos deben estar libres de agro tóxicos, nuestro producto cuenta con la certificación de LETIS, empresa encargada de auditar y certificar el cumplimiento de normas y protocolos de calidad y sustentabilidad.

www.madresavina.com.ar

Distribuye El Umbral: 4796-5783 // 153-655-2835
(en Capital y Zona Norte)



Variedad Alto Oleico
Primera Prensada en Frío