



El Umbral

hacia la ecología, la salud natural y el conocimiento



*¡Delicioso otoño! Mi alma está muy
apegada a él, si yo fuera un pájaro
volaría sobre la tierra buscando los
otoños sucesivos.
(George Elliot)*

www.revistaelumbral.com.ar

Año 12 - Nº 128 - Mayo de 2016 - Distribución Gratuita

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

gimnasia
consciente
integradora

una forma diferente de conocerse, sentirse y moverse en plenitud

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



Ganesha

“Salón de encuentro de almas”

Miércoles y viernes
de 18 a 19 hs.: Hatha Yoga
de 19,30 a 20,30 hs.: Yoga con esferas
Lectura de aura – Con turno previo

Sesiones de Reiky y Aqualead- Con turno previo
Masajes relajantes- Con turno previo
Todos los servicios son con contribución voluntaria
Contacto: María del Carmen ~ Cel: 153-077-9115
Mail: ganeshaencuentroalmas@gmail.com
Atención en Zona de Olivos

LECHUGA MORADA

Verdulería Orgánica



VERDURAS ORGANICAS
de hojas, flores, frutos y raíces

ROQUE S. PEÑA 1604 - OLIVOS
Tel.: 4459-0271 - Cel.: 15 3880-7568
lechugamoradaverduraorganica@gmail.com

Psicoterapia Holística



- Enfoque Transpersonal
- Gestalt
- Meditación
- Terapia Floral (Bach)
- Abordaje desde el tarot (Tarot Marsella / Osho Zen) para orientarte
- Reiki
- Técnicas para el manejo de la ansiedad (Emotional Freedom Technique)
- Uso de la voz

Un espacio para el encuentro con vos mism@, a través de la entrevista psicológica (reflexión) y los aportes de diferentes elementos y técnicas que complementan el trabajo, tendiente a la búsqueda del propio Ser, a la conexión con uno mismo.

Entre estos recursos están: la Meditación, ejercicios Gestálticos, el uso del Tarot de modo orientativo, técnicas para el manejo de la ansiedad que conjugan la visión de Oriente y Occidente, el Canto Terapéutico para abrir el Corazón, Terapia Floral, entre otros.

LIC. SILVINA P. MARCZYK (Psicóloga UBA)
Contacto: 156-791- 9113
silvinapaula313@hotmail.com

Distribuidora

El Umbral



- Aceite de Girasol Orgánico
- Plata Coloidal
- Harina de Vino (de Mendoza)
- Queso rallado Vegano (tipo parmesano)
- Graviola líquida (de Perú)
- Moringa en cápsulas y natural
- Yerba Mate Orgánica (Roapipó, Jesper, etc.)
- Café de Cereales (gustos varios)
- Veganis (cremas para manos y cuerpo)
- Polen y Maca peruana
- Clorofila líquida y en cápsulas
- Yacón en cápsulas (de Perú)

4796-5783 // 15-5905-9570

El polen reconvertido

ESPACIO DE PUBLICIDAD

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 15 hs. de lunes a viernes www.crinway.com

**ANTIOXIDANTE
X
NATURALEZA**



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 ~ Maestro Sensei
4718-3348 - 15-5013-5915
www.facebook.com/reikydar 
www.facebook.com/reikydarmono

Servicio de Reiky y Meditación

Sábados 18:00 hs - M. J. Haedo 1637
Lunes 15:30 hs - H. Quintana 1540
Florida - Vicente López (A 1 cuadra Av Maipú)
CONTRIBUCION \$ 30.-



STAFF

Propietario y Director:

Lic. Jorge Martín Kruise

Colaboradores:

Arq. Eduardo Cavallaro

Aída Cavallaro

Cristina Echeverría

Eduardo Goldín

El Mensajero

Lic. Juana Tucci

Prof. Alejandra Trasché

María del Pilar Moreno

Hernán Contento

Diseño Gráfico:

Walter Vega

11 6824-8812

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

15 5905-9570

elumbralrevista@gmail.com

www.revistaelumbral.com.ar

Una exquisita lección de cinismo

El cinismo no es una creación contemporánea. Aquí hay un ejemplo refinadísimo. Y no digo más, para no caer en el lenguaje soez.

Diálogo entre Colbert y Mazarino durante el reinado de Luís XIV de Francia, el 'Rey Sol' ¡Hace cuatro siglos!

Colbert: Para conseguir dinero, hay un momento en que engañar al contribuyente ya no es posible. Me gustaría, Señor Superintendente, que me explicara cómo es posible continuar gastando cuando ya está endeudado hasta al cuello...

Mazarino: Si se es un simple mortal, claro está, cuando se está cubierto de deudas, se va a parar a la prisión. ¡Pero el Estado...! ¡Cuando se habla del Estado, eso ya es distinto! No se puede mandar el Estado a prisión. Por lo tanto, el Estado puede continuar endeudándose.

¡Todos los Estados lo hacen!

Colbert: ¿Ah sí? ¿Usted piensa eso? Con todo, precisamos de dinero, ¿y cómo hemos de obtenerlo si ya creamos todos los impuestos imaginables?

Mazarino: Se crean otros.

Colbert: Pero ya no podemos lanzar más impuestos sobre los pobres.

Mazarino: Es cierto, eso ya no es posible.

Colbert: Entonces, ¿sobre los ricos?

Mazarino: Sobre los ricos tampoco. Ellos no gastarían más y un rico que no gasta, no deja vivir a centenares de pobres. Un rico que gasta, sí.

Colbert: Entonces, ¿cómo hemos de hacer?

Mazarino: Colbert, ¡tú piensas como un queso de Gruyere o como un orinal de enfermo! Hay una cantidad enorme de gente entre los ricos y los pobres. Son todos aquellos que trabajan soñando en llegar algún día a enriquecerse y temiendo llegar a pobres. Es a esos a los que debemos gravar con más impuestos..., cada vez más..., ¡siempre más!

A esos, ¡cuánto más les quitamos, más trabajarán para compensar lo que les quitamos!

¡Son una reserva inagotable!

¿Se reconocen, gente de clase media?



Trigo Limpio

Almacén Naturista



Bucarelli 2687 - Capital



Los valores

Diré, con riesgo de equivocarme, que los Valores son las convicciones que definen la manera de ser y la conducta. Las cosas se hacen según los valores que se tienen. De esa forma algunos son trabajadores, no mienten, respetan al prójimo, piensan en el futuro, no son agresivos, disfrutan del arte... y otros son negativos, rencorosos, egoístas, mentirosos...

Nos guste o no, en gran medida los valores son lo que diferencia a las personas, familias, sociedades y naciones.

Esto lo aprecio claramente cuando veo lo que ocurre con algunas personalidades de esta época. Los mediocres no tienen virtudes ni defectos notables, pero algunas personas tienen la fortuna de sobresalir en algo, aunque en el resto, son tan vulgares como cualquiera. Hay futbolistas o músicos, que pueden ser eximios representantes en lo que saben hacer de manera sobresaliente, pero al mismo tiempo pueden ser vulgares, malas personas y viciosos irrecuperable.

Todos tenemos cualidades buenas y malas. Cada uno aprecia al otro según sus propias cualidades que le sirve de parámetro.

Un tío mío se hacía el siguiente planteo: que pasaría si en una nave imaginaria se embarcaran todos los japoneses y al mismo tiempo, en otra nave, todos los argentinos, y nos cambiáramos de país. Él decía que en pocos años nos morimos de hambre y China nos invadiría con lo que "desapareceríamos del mapa". Por otro lado, los japoneses, en un territorio tan rico como la Argentina, transformarían al país en potencia mundial.

Yo tengo dudas sobre este planteo, porque los valores, en alguna medida, también son fruto de las necesidades que impone el medio y posiblemente los japoneses y los argentinos de las nuevas generaciones se irían amoldando según las necesidades (y exigencias) del medio, de igual forma que la mayoría de los hijos de emigrantes no son tal como fueron sus padres cuando vinieron de Europa. Y entonces los japoneses en la Argentina no serían como eran en Japón y los argentinos en Japón no serían como eran en la Argentina.

Este planteo puede ser muy arriesgado y difícil de verificar, pero que sirva como para pensar en el tema y sacar conclusiones personales. ¿Por qué somos como somos, que define nuestra manera de ser?

Eduardo S. Cavallaro
cavallaroe@hotmail.com

PAOLA LOSPINOSO

Licenciada y Profesora de Psicología (UBA)

Psicología orientada al Budismo.
Tratamientos con profunda contención humana.

Cel. 15-2170-1534
paalospin@gmail.com

Terapeuta Floral Bach con Orientación Psicoterapéutica
Medicina Natural



Silvana A. Sparapani

Contacto:

mail: silvanasparapani@hotmail.com

Whatsapp: 15 5926-3496

Av. Santa Fe 2069 1° "E" - Recoleta

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



ALMACEN

100% LIBRE DE GLUTEN

Chacabuco 2513 - Olivos - ☎ 11.4790.1401

Facebook: /chaugluten

Twitter: @chaugluten

Email: chaugluten@hotmail.com

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

Facebook: "Más allá de los cinco sentidos."

El Umbral

www.revistaelumbral.com.ar



**FRUTOS SECOS,
ESPECIAS Y MÁS.**
Una opción rica y saludable
para cada momento.

VENTA MAYORISTA Y MINORISTA

SUPER PROMOS

Nueces, Almendras, Pasas de Uva, Ciruelas y más.

VENÍ A NUESTRO LOCAL Y ENTERATE!
N. Avellaneda 1531, Florida, Tel. 4797 5798
info@feriadesabores.com

www.feriadesabores.com



PRODUCTOS NATURALES

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

Atendido por sus dueños *"Pensando en su salud"*

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

Revista

El Umbral

**Publicidad
y Mensajes**

4796-5783
elumbralrevista@gmail.com

Suscripción

Por 6 números \$ 80.-
Por 12 números \$ 120.-
Será enviado por correo
(se incluyen en el costo los gastos de correo)

www.revistaelumbral.com.ar

Educación cívica

Esta nota es el resultado de mis muchos años como pasajera de ómnibus, que observa como las cosas van de mal en peor. Vemos en algunos vehículos un cartelito que dice "¿cómo conduzco?" y un N° de TE para llamar. Si ese cartel estuviera en los ómnibus de línea de pasajeros yo podría decir: ¿Por qué los choferes, generalmente, tienen tan mal humor? Años atrás se atribuyó a que debían cortar boletos, recibir dinero y dar el vuelto correspondiente. ¿Ahora qué?

¿Por qué no se acercan al cordón para el ascenso de pasajeros? Muchas veces no lo hacen porque autos mal estacionados lo impiden, pero ¿por qué se las ingenian para acercarse cuando hay una persona con bastón, muletas o un inspector de la línea? Al menos debieran acercarse la trompa del vehículo, ya que somos muchas las personas que tenemos dificultad para acceder al mismo.

Ahora, hablando de nosotros, ¿cómo viajamos? Acá sin N° de TE para llamar.

¿Dónde se ha visto que personas mayores cedan los asientos reservados a NIÑOS? Ojo, que no me refiero a mamás con bebés, sino a esas mamás que sientan al niño y ellas permanecen paradas junto a él, generalmente obstruyendo el paso en el pasillo, cuando en realidad debiera sentarse ella con el niño en su falda, sostenido por sus brazos, que es la forma más segura de viajar para ambos.

Además, supongamos que hay un niño y un adulto mayor parado y el colectivo realiza una maniobra más o menos brusca o inesperada; ¿quién puede sufrir una caída con consecuencias serias, el adulto o el niño? Con toda seguridad el "adulto".

Cuando viajamos con paquetes, bolsas, bultos varios, ¿por qué los colocamos en el pasillo si es que conseguimos asiento? Deberíamos llevarlos debajo de nuestras piernas o sobre la falda para no obstaculizar la circulación. Y si los bultos son muy grandes, como cajas de herramientas, cochecitos de bebés embalajes de cartón, mochilas grandes, etc. deberíamos ubicarnos en el espacio para discapacitados que generalmente está libre.

¿Por qué viajamos apoyados en los caños verticales que son para sostenerse?

¿Por qué nos estacionamos en los espacios frente a las puertas de descenso, obstaculizando el mismo?

¿Por qué apoyamos los pies en los caños de los cuales nos tomamos para sostenernos o circular en el vehículo?

¿Por qué no pensamos que una mochila en nuestra espalda ocupa el lugar de otra persona?

¿Por qué cuando queremos circular por un pasillo lleno, empujamos con violencia sin pedir permiso?

Si estamos sentados del lado de la ventanilla y queremos descender, ¿por qué no pedimos permiso al pasajero que está a nuestro lado en vez de realizar sólo una maniobra que le indica al otro que queremos bajar?

Yo soy una persona mayor y aún sigo cediendo mi asiento porque como dice José Narosky "cuando cedo mi asiento, viajo más cómoda".

Como dije antes, acá no hay un N° de TE para llamar, sólo hay que pensar un poco, o bien, quizás poner un cartelito en cada ómnibus: "no olvide pedir permiso, por favor y muchas gracias". Sonreír o saludar, ya sería mucho, ¿no?

Aida Cavallaro

Mi ayudante polifacético : Citrus limonus LIMON

Siempre tengo en la cocina limones, como fruto se utiliza totalmente hasta las semillas.

Comenzando por la cáscara: sea rallada en diferentes preparaciones dulces o saladas, en tiras secas o confitadas, para aromatizar vinagres o aceites y por supuesto como ingrediente estrella del inefable lemoncello.

Los gajos dan base a un excelente dulce así en chutney; confitado es excelente tanto en decoración y/o acompañamiento de platos salados y dulces.

El jugo posee gran versatilidad culinaria y lo prescribo a nivel terapéutico para alcalinizar el PH ácido. **Es un poderoso desinfectante natural y depurativo de la sangre.**

Si te falta alcohol en casa y te lastimas, exprime una porción de limón **recien abierto** (cortar con **cuchillo limpio**) y deja caer el jugo **sobre la herida**.

A nivel terapeutico vibracional

El limonero como árbol es utilizado integralmente **sin lastimar, cortar ni herir en forma alguna** a la planta.

El vibracional típico es transmitido por las flores.

Está indicado principalmente para personalidades amargas, mentirosas, destructivas y envidiosas. El floral trabaja el despertar de la conciencia relacionada al sufrimiento que provocan en los demás su accionar; por lo tanto también se incluye en las sinergias de la polaridad opuesta: quien sufre sentimiento de amargura generada por causa del otro. Este vibracional floral **sondea en todos los cuerpos, limpiando los antiguos vestigios negativos, limitantes, que porta el individuo continuando con el mismo padron**, al eliminar estas barreras se abre y despliega un panorama que permite la superación integral, avanzar sin autosabotaje inconciente y/o conciente hacia las metas deseadas.



Aromaterapia, fitoterapia y otras formas de uso

Al poseer un enorme y comprobado poder terapéutico el limón: actúa en mas de 150 enfermedades accionando en su gran mayoría rápidamente.

En la temporada es muy usual combatir gripes y resfríos, como tónico o directamente con el fruto, el jugo y/o en forma de tisanas.

Disuelve depósitos reumáticos y ácido úrico, amenorrea, insomnio, arterioesclerosis, diabetes, ciática, anemia, parásitos intestinales, barritos y acné así como aclarante de la piel.

Cristina Echeverría

Terapias del 3º Milenio

By Cristina Echeverría

Bach - Korte PHI - Bush - Delphs
Saint Germain - Whales - Goddess

**orientación y tratamientos
inclusive mascotas**

Talleres y cursos 2016
Consultorios zona Belgrano - Nuñez



informes - turnos - inscripciones
(011) 4553-0026 C.A.B.A.

Email: delta_cristina@yahoo.com.ar

www.terapiasdel3milenio.com

VERDADERA PLATA COLOIDAL

S 650

- La plata coloidal mata e inhibe la presencia de microorganismos patógenos: bacterias, virus, hongos, gérmenes y parásitos.
- Su uso incrementa la energía y proporciona una sensación de bienestar.
- Refuerza el sistema inmunológico, aumenta el fluido y drenaje linfático que retira las toxinas de los tejidos.
- Mejora la oxigenación, la regeneración de las células y recuperación de los tejidos dañados.



Distribuye El Umbral:

4796-5783 // 15-5905-9570

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



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 auto-purificación 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.

**Próximos cursos en
Marzo y abril 2016
Informes e inscripción:
(011) 4541-7112 (11 a 19 hs.)**

- No se requiere conocimientos previos para el curso.
 - Cupos limitados. Reserve su lugar.
- <http://www.yogisaraha.com.ar>

Propiedades principales del Aloe Vera

El doctor Greg Henderson apoyado por pruebas de laboratorio menciona los siguientes compuestos con actividad biológica:

1) Inhibidora del dolor

El Aloe Vera reduce el dolor al aplicarla en el área afectada. A diferencia de la mayoría de otros productos, tiene la habilidad de penetrar muy profundamente. Quita y bloquea el dolor en las capas profundas de la piel, debido a sus componentes activos y a su poder desinflamante y penetrante.

2) Desinflamante y anti-alérgico

El Aloe Vera tiene una acción similar a los esteroides como la cortisona, pero sin los nocivos efectos de ésta. Existen varios compuestos en el Aloe que son los responsables de estas acciones; las más importantes son las que son mediadoras del dolor y la inflamación y también tiene compuestos de antraquinones y salicatos que son los mismos agentes antiinflamatorios y bloqueadores del dolor que se encuentran en la aspirina. El Aloe Vera es de mucha ayuda para curar quemaduras y abrasiones porque contiene magnesio lácteo, que es una sustancia que ayuda al sistema inmunológico cuando hay irritantes en el organismo.

3) Acción cicatrizante

Por el alto contenido de calcio, potasio y zinc así como de las vitaminas C y E en el Aloe Vera, provocan la formación de una red de fibras que atrapan los eritrocitos de la sangre, ayudando así a la cicatrización. El calcio es un elemento muy importante para la buena función del sistema nervioso y para la acción muscular.

4) Acción queratolítica

Esta acción es la que permite que se desprenda la piel dañada o herida, renovándose con células nuevas. Permite que exista también un mayor flujo sanguíneo por venas y arterias, despejándolas de pequeñas coagulaciones.

5) Acción antibiótica

a) Bactericida: Se ha comprobado que quita o inhibe la acción destructora de muchas bacterias como la salmonela y los estafilococos que producen pus, también combate la esterichia coli, los estreptococos faecalis además de ser eficiente contra los hongos Candida albicans, etc.

b) Antiviral: Es antiviral al usarse en concentraciones mayores al 75% estando en contacto directo con el virus. Es muy eficaz contra las cepas de Triconomas vaginales.

El acemman (acetil-manosa) encontrada en el Aloe Vera es una sustancia muy efectiva para combatir ciertos virus. En la actualidad se está estudiando como una ayuda junto con el AZT para combatir el virus el Sida.

c) Fungicida: Actúa como fungicida cuando se aplica directamente en los virus.

6) Regeneradora celular

El Aloe Vera posee una hormona que acelera el crecimiento de nuevas células y además elimina las células viejas.

Gracias a la presencia del calcio, elemento que regula el paso de los líquidos en las células, éstas pueden mantener su equilibrio interno y externo, dando así mayor salud celular a todos los tejidos del cuerpo.

Una característica importante es que el Aloe Vera contiene 17 aminoácidos que requiere el cuerpo humano para la formación de proteínas y tejidos. Además contiene minerales como el calcio, fósforo, cobre, hierro, manganeso, magnesio, potasio y sodio, elementos indispensables para el metabolismo y operación celular.

7) Energizante

Ayuda al buen metabolismo celular, es decir, a la producción de la energía que requiere el cuerpo. Además, debido a su contenido de vitamina C, se produce una acción que mejora y estimula el flujo e la circulación y el buen funcionamiento del aparato cardiovascular. La vitamina C no la produce el organismo por lo que la tenemos que suministrar externamente. Esta vitamina es muy importante para el fortalecimiento del sistema inmunológico, del circulatorio y del digestivo e interviene en la prevención de la mayoría de las enfermedades.



8) Digestiva

El Aloe vera contiene una gran cantidad de enzimas. Algunas son producidas por el páncreas, pero otras no, de allí la necesidad de adquirirlas externamente. Las enzimas transforman en el proceso digestivo a las proteínas, convirtiéndolas en sus componentes los aminoácidos, a los carbohidratos en azúcares (glucosa) y a las grasas en ácidos grasos. De esta forma estos elementos transformados son absorbidos por el intestino y llevados al torrente circulatorio.

9) Desintoxicante

Desintoxicación = Eliminación + Regeneración + Asimilación

Debido al potasio que contiene mejora y estimula el hígado y los riñones, principales órganos de desintoxicación. El Aloe Vera contiene ácido urónico el cual elimina los materiales tóxicos a nivel celular.

10) Rehidratante de la piel

Penetra profundamente y restituye los líquidos perdidos en las tres capas de la piel, además de reparar los tejidos dañados de adentro hacia afuera, como sucede en los casos de quemaduras, tanto por fuego como por radiación o por el sol.

11) Nutritiva

El Aloe Vera contiene 18 de los 23 aminoácidos (componentes de las proteínas) que requiere el organismo para la formación de células y tejidos. Además contiene enzimas necesarias en el proceso de los carbohidratos, también en el de las grasas y en el proceso de las proteínas en el estómago e intestino. Contiene una gran variedad de vitaminas como son la B1, B5, B6, B12, A y C.

**TU ESCRITURA Y TU
FECHA DE NACIMIENTO, TE DAN
LA POSIBILIDAD DE ALCANZAR
MEJOR TUS OBJETIVOS!**

ASESORATE

**CURSOS Y SEMINARIOS
CONSULTAS PERSONALIZADAS
Prof. Irma Tizzano 2073-0194**

Avalom

Centro de Yoga
Directora Maria Isabel Fernandez

Hatha Yoga - Clases - Instructorado - Metodo FSF, Escuela de Aura,
Lecturas, Meditación, Sanación - Biodecodificación de
enfermedades - Numerología alquímica - Constelaciones familiares
Masajes - Reiki - Diksha y meditaciones guiadas.

www.avalom.com.ar

facebook-avalomcentro - Tel. 4796-3122 - 15 5944-9534
HILARION DE LA QUINTANA 1540 - FLORIDA. VICENTE LÓPEZ



LIC. JOAQUIN GALLART

Terapia floral, numerología pitagórica (alquímica),
psicología antropológica, cartas numerológicas.

Reiki. magnified healing, regresiones, akasha
registros, lectura corporal. Tarot Rider.

Sanación de campos, casas, negocios.

Tratamientos personales: baja estima,
parejas tóxicas, depresión, ansiedad, impotencias,
estrés, miedos, fobias.

Análisis cuántico bioeléctrico, chequeo
total de tu cuerpo y zapeado electrónico,
basta de virus y bacterias.

Hipnosis Clínica Reparadora:

regresiones a otras vidas y regresiones a la niñez.

Terapias Neuro-Lingüísticas.

Reprogramación Neuronal.

**"La solución a tu problema se encuentra
en tu ser, sólo te ayudo a encontrarla
explorando tu interior."**

Tel.: 4572-0555

joaquin gallart@hotmail.com

PSIQUIATRIA

Dra. Silvia De La Fuente

PSICOTERAPIA

MN. 121989 - M.P. 450443

Adultos y Adolescentes

Tel: 011-15 4405-6663

Consultorio en Florida - Vte. López

El corte perfecto

El otro día fui a cortarme el pelo con un coiffeur en Belgrano después de haber visto un folleto con un slogan que decía SI TE GUSTA QUE EN UN LUGAR Y MOMENTO INSOLITO PREGUNTEN POR TU CORTE PODES ATENDERTE con GARBIS.

Me llamó la atención y fui a ver de qué se trataba, me recibió un hombre muy simpático con un fuerte acento extranjero, me contó que era de Armenia y que vino a Argentina hace ya varios años. Le pregunté el por qué del slogan del folleto y me dijo que era porque tenía algunas clientas a quienes les preguntaron en USA, en Punta del Este y en Francia acerca de sus cortes de cabello, y les dijeron que eran cortes perfectos.

Me dijo que en Francia fue recomendado por colegas franceses de la HAUTE COIFFURE FRANÇAISE (ALTA PELUQUERIA FRANCESA) para pertenecer a esa asociación. Yo tantas veces me hice cortes en distintos lugares con intenciones de cambiar y renovarme pero no quedaba del todo conforme, así que decidí probar algo nuevo. Cuando terminó de cortarme, esta vez si quedé muy conforme y le dije antes de irme en tono de broma: - A ver si es verdad que ahora me van a parar en la calle, y se lo volví a repetir.

Apenas volví a casa, cuando estaba entrando al edificio se me acerca una mujer desconocida y me dice: - Disculpá, pero quien te cortó el pelo tan bien? Me empecé a reír y luego se lo conté a Garbis.

Pero todo esto sirve como introducción para contarles que además Garbis trabaja con productos totalmente naturales, alisado de pelo sin amoníaco ni formol, etc. etc.

Trabaja también con productos naturales importados de primera calidad. Sé que a los lectores de la revista les puede interesar saberlo.

Ya que tuviste la curiosidad y la paciencia de leer esta nota, **te has ganado una nutrición**, ya que es fundamental para lucir un buen corte.

María del Pilar Moreno

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

12) Detergente natural (contiene saponinas)

El Aloe Vera es un emulsificante natural debido al contenido de saponinas (elementos utilizados en la elaboración de jabones). Por otro lado debido a la presencia de enzimas proteolíticas destruyen el tejido muerto limpiando de esta manera las heridas.

13) Antiprurítico

Elimina el ardor y la picazón

14) Vasodilatador

Dilata los capilares aumentando el flujo sanguíneo

15) Gran vehículo de transporte

Debido a la presencia de lignina, el Aloe Vera penetra y es un vehículo perfecto para transportar profundamente dentro de la piel a otras sustancias o elementos con los cuales está combinado.

16) El Aloe Vera (Sábila Barbadensis Miller) no tiene efectos secundarios conocidos

17) El Aloe Vera en la odontología

El doctor Timothy E. Moore de la Universidad de Oklahoma ha hecho investigaciones con fabulosos resultados en la aplicación de Aloe Vera en su práctica de odontología y asegura que como pasta de dientes o en forma de extracto, ayuda a combatir el sangrado y la gingivitis en las encías y controla la sensibilidad dental además de ayudar a la prevención de caries sin contar con elementos abrasivos que destruyen con el tiempo el esmalte de los dientes.

Mezclada con jojoba ayuda a eliminar la sequedad de labios y aftas bucales.

18) El Aloe Vera en la belleza

Es bien conocido que tanto Nefertiti como Cleopatra usaban Aloe Vera para embellecerse. La limpieza facial es muy importante debido a lo suave y flexible que debe ser la piel de la cara, sin embargo, el polvo, el aire y el sol alteran sus características y queda expuesta al maltrato diario. El Aloe Vera tiene dos componentes: ligninas (una celulosa) y polisacáridos (hidratos de carbono) que realmente penetran las tres capas de la piel: la epidermis, la dermis y la hipodermis y expulsan las bacterias y los depósitos de grasa que tapan los poros.

Por su poder regenerativo, cicatrizante, tonificador y de alta penetración en la piel, el Aloe vera se utiliza en cremas humectantes, cremas de noche, mascarillas, champús, cremas tonificadoras o reductoras de grasas, etc. Además se usa en cremas bronceadoras y protectoras de la piel. En cremas para dolores musculares y reumáticos y en forma de gelatina para combatir el acné.

¡EL ALOE VERA!

- 1) Incrementa la eliminación de toxinas
- 2) Mejora la asimilación
- 3) Mejora la nutrición
- 4) Incrementa la regeneración celular
- 5) Aumenta la energía

¡MEJORA LA CALIDAD DE VIDA

Vitalóe al 4796-5783 // 155-905-9570

Paso a paso... Reiky

No puede ser oculto lo divino, ni secreto lo sagrado.

No se puede esconder la luz, ni tapar el sol con las manos...

Aunque se quiera no se debe, aunque se crea no se puede!

Caminando al borde del espanto, la humanidad se nutre apasionada con una corriente de información inmediata, desmedida, a veces cruel y desgraciada. En el marco de una comunicación violenta, agresiva, vacía e invasora; envolviendo como en éste torbellino de palabras y ampliando la ansiedad sin satisfacer la insaciable necesidad de Informarse.

Hoy todo está al alcance de todo aquel que quiera, lo "bueno" y lo "malo", con ilusiones, sin ilusiones, sin temores ni cegueras.

Hoy todos los caminos son El camino. Pero hoy, disolviendo egocentrismos, el que entiende, entiende que: "Un día La Mona me dijo que el Maestro Chan le dijo: Mas allá de todo, todos somos Uno, siendo el Todo cada uno"

Ausente de silencios, desprovisto de misterios, Reiky es, como tantas otras, la senda responsable, seria y comprometida que nos devuelve al bienestar y al bien hacer que deseamos.

La decisión de iniciarse es propia. Simplemente, en un igual latir de corazón a corazón, se elige el "Maestro", el "Guía", el "Instructor"; buscando en él la misma responsabilidad, la misma seriedad y el mismo compromiso que Reiky ofrece inagotablemente.

Caminemos al borde del encanto, descubriendo la Información serena, desagitada para asimilar la esencia y la calma. Para llegar al Conocimiento sincero, con la verdad individual que nos une y también nos separa.

Juntos busquemos la Luz de la Iluminación básica, sencilla, primaria y cotidiana.

Paso a paso... Reiky, cruzando los umbrales...!



*Amorosamente,
Eduardo R. Goldin.
Escuela
Reiky Dar*

Clases en Vicente Lopez, La Lucila.
Consulta días y horarios!



Clases regulares
y a domicilio.

☎ 15 3011-6908

✉ info@ahorayoga.com.ar f ahorayoga

garbis

COIFFEUR

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)

DietetiCa
Canela
De Sandra Comesana

22 años respetando
tu salud

Productos de
primerísima calidad

Herboristería - Semillas
Alimentos para celíacos y diabéticos
Comidas diet naturales y frescas
Postres y golosinas diet

Conde 2512, casi Av. Monroe - Tel. 4541-6108

2200 a.c.
fueron los pioneros...

ESTUDIO
PIONERO
pionerografica@yahoo.com

sobre el leve surmido

¡NUEVO! La maravilla verde...
CLOROFILA
10 Razones para incorporar CLOROFILA:

- 1 Oxigena y desintoxica el organismo.
- 2 Favorece la eliminación de toxinas.
- 3 Ayuda a limpiar el colon y a mantenerlo en buen estado.
- 4 Considerada un anticancerígeno efectivo.
- 5 Excelente para fortalecer el sistema circulatorio.
- 6 Previene enfermedades cardiovasculares y mantener una buena salud en general.
- 7 Fortalece el sistema inmunológico, protegiendo las defensas.
- 8 Destacado alcalinizador (regula el Ph) de la sangre.
- 9 Beneficioso para el sistema digestivo.
- 10 Solución efectiva natural para quienes sufren de halitosis.

¡100% PURO JUGO DE ALETTA!

Felicitoso sabor lima-limón, sin conservantes ni agregados!!!

Distribuye El Umbral: Tel. 011 4796-5783



**Para
anunciar
en
este medio**

**Comuníquese
al tel.:
4796-5783**

**por mail:
elumbralrevista
@gmail.com**

El Umbral

Los pensamientos

El pensamiento es una de las más fantásticas energías del universo, que tanto pueden ser de edificación como de destrucción.

Como pensamos así somos, y como respuesta, así nos va en la vida.

Pero, qué es el pensamiento?: es una energía bioeléctrica muy sutil que forma una determinada onda, color y vibración, y se propaga a una velocidad más allá de la velocidad de la luz. Esto sería, en forma muy primaria, un concepto para definir un pensamiento, que en sí abarca una profundidad mucho mayor.

Pero veamos la parte práctica del mismo: como generemos nuestros pensamientos será la resultante de éxito o fracaso, enfermedad o salud, alegría o tristeza. Estas son solo algunas respuestas a nuestra forma de pensar. Veamos al respecto que dice la máxima autoridad mundial sobre el tema: Jesucristo.

En la Biblia encontramos en Marcos, 7:15 que lo que sale del hombre (los pensamientos negativos) es lo que contamina al hombre.

Aquí observamos que si nuestros pensamientos son positivos desde que nos levantamos hasta que nos acostemos, estaremos rodeados de vibraciones benéficas. Ejemplo: ya al levantarnos proclamamos que este día será de gran bendición, alegría, etc., etc. Generamos una frecuencia positiva que nos alcanzará porque atraemos lo mismo que generamos, es como si nuestros pensamientos fueran un imán que atrae la misma polaridad.

No debemos generar en sentido contrario por más problemas que tengamos, porque agravaremos el problema. Debemos rechazar todo lo negativo, alejarlo de nuestras vidas empleando el concepto que lo que pensamos luego nos alcanzará.

Ejemplo: no odies, no maldigas, no condenes, no envidies, no destruyas; porque lo que tú generas terminará destruyéndote a ti mismo.

El pensamiento en su forma vibracional energética tiene la capacidad de impregnar a las cosas, desde objetos a casas, lugares, etc. Es en sentido figurativo, como que derramas agua sobre objetos y éstos quedan en mayor o menor escala empapados o húmedos. El pensamiento, siendo una vibración dinámica, actúa y atrae por similitud tanto vibraciones positivas o negativas, de acuerdo a como fueron emitidas.

Ejemplo: en una casa, trabajo, oficina, etc. si los integrantes generan pensamientos de bienestar, alegría, amor, practican el arte de reír y oran para que todo les vaya bien, ese lugar les traerá vibraciones positivas de alegría, bienestar, salud, etc. Y los integrantes del hogar tienen el éxito asegurado sobre lo que pongan la mano, pero si por el contrario se la pasan rezongando, hablando de lo mal que las cosas están, maldicen, se pelean, se celan, en este caso las enfermedades, la miseria, la ruina y la depresión, junto con el fracaso serán una constante.

Recuerda que tú eres el arquitecto de tu vida, construye tu casa con amor, bondad, generosidad, justicia, y busca a Dios y todo lo que buscas lo encontrarás.

El Mensajero

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

- **Rincón Natural**
Av. Maipú 3239 (Olivos)
Tel. 4799-5548
- **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)
- **Diet. Canela**
Conde 2512, casi Av. Monroe
Tel. 4541-6108
- **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)
- **Todo Natural**
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)
- **Dietética Zazen**
Holmberg 3606 (tel. 4545-4654)
- **Centro de Yoga Vida Natural**
Charcas 2852 (tel. 4826-1695)

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

FARMACIA "ROMA"
Fernando Rossi
FARMACEUTICO

HOMEOPATIA

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

Conozca el selenio, un poderoso antioxidante

La alimentación del futuro es un campo que está en constante desarrollo y numerosos trabajos confirman a diario la importancia de algunos nutrientes, especialmente en la aparición o prevención de enfermedades incluso las más graves.

Este es el caso del selenio cuya función como elemento indispensable para el organismo se descubrió recién en el año 1973.

Ya en el siglo XIX comenzaron las investigaciones pero fue dejado de lado por considerarlo tóxico para el ser humano.

Sus propiedades terapéuticas empezaron a difundirse en 1979 cuando unos investigadores chinos consiguieron prevenir una afección cardíaca endémica en una provincia china mediante la administración regular y adecuada de un suplemento de selenio.

Investigaciones posteriores permitieron afirmar que su carencia contribuye a la aparición de problemas cardiovasculares tales como hipertensión arterial, accidentes vasculares cerebrales, insuficiencia cardíaca y una disminución de las defensas inmunitarias.

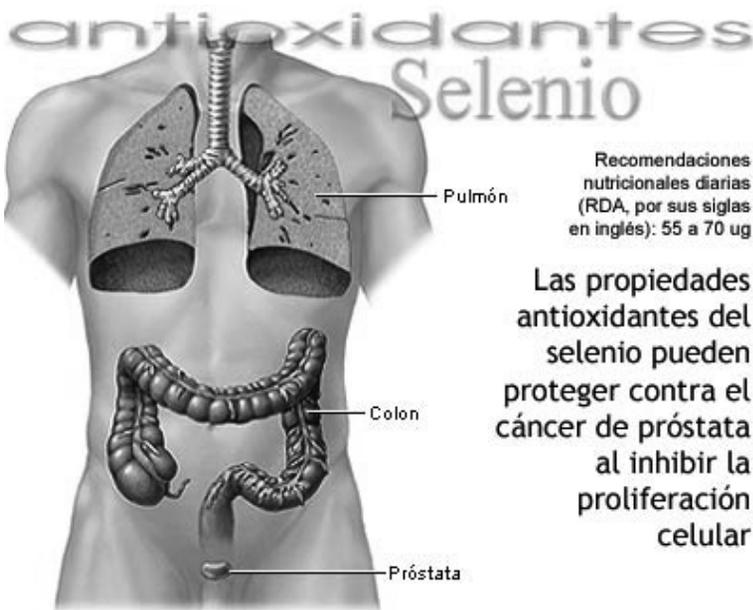
Poco a poco se ha ido descubriendo su importancia fundamental para la prevención del envejecimiento prematuro y especialmente contra algunos tipos de cáncer. Actúa en estrecha relación con la Vitamina E como una sustancia que protege las membranas celulares de la oxidación.

También favorecen su absorción la presencia de vitaminas A y C.

Es un mineral que se fija sobre todo en el hígado, los riñones y la tiroides. En el hombre es excretado con la eyaculación.

Función

- * Neutraliza las toxinas.
- * Protege el sistema inmunitario
- * Previene el envejecimiento.
- * Favorece la formación de espermatozoides
- * Interviene en la agregación de las plaquetas para hacer más fluida la sangre



* Ayuda a eliminar los metales tóxicos como plomo y mercurio.

Dónde se encuentra

- Alimentos de origen animal: carne, hígado, riñones
- Pescados de mar
- Ostras
- Huevos
- Cereales integrales
- Germen de trigo
- Levadura de cerveza
- Champiñones
- Ajo
- Brócoli
- Zanahorias
- Lechuga

En cuanto a los vegetales, su contenido en selenio varía considerablemente porque dependen de la calidad de la tierra en que estén sembrados: dos parcelas inmediatas pueden dar distintas cantidades si una está agotada en selenio.

Reflexión final

Recuerde entonces la importancia de consumir alimentos que contengan este poderoso antioxidante que permite neutralizar la acción de los temibles radicales libres cuya aparición descontrolada se debe a factores como el tabaco, el alcohol, la contaminación ambiental, los rayos X, los rayos solares, el estrés, etc. Día a día aparecen nuevas sustancias que alteran nuestro organismo y nuestra invitación es a aprender para prevenir los efectos en nuestra salud.

Lic. Juana R. de Tucci
Directora del Instituto Argentino de
Terapias Naturales

“Quiero enseñarte lo que he aprendido, pero quiero dártelo gratuitamente, porque tú vas a hacer con ese aprendizaje algo distinto de lo que hice yo. Y sé que, de algún modo, encontrarás la manera de decirme qué hiciste de diferente manera y por qué”.

Bach

Planeta emite señales de vida, asegura astrónomo

MÉXICO, D.F., octubre 5 (EL UNIVERSAL).- Tras el anuncio del descubrimiento un planeta habitable fuera del Sistema Solar, el Gliese 581g, el astrónomo australiano Ragbir Bhathal, asegura haber captado un único y misterioso pulso de luz en 2008 procedente de la misma región del espacio en la que fue encontrado el nuevo planeta.

El también miembro del programa SETI, que busca inteligencia extraterrestre, registró en diciembre de 2008 una extraña señal, difícil de explicar por causas naturales, pero que fue captado mucho antes de que se supiera de que Gliese 518 tenía en órbita a seis planetas, así lo publicó el diario británico Daily Mail.

“Siempre que hay una noche clara, subo al observatorio y miro varios objetos celestes.



Fue mirando a uno de esos objetos como encontré la señal.

Encontramos un pulso muy largo, del tipo del que emitiría un laser, que es justo el tipo de cosas que andamos buscando”, dijo Bhathal en 2008.

Extrañado por su hallazgo, el astrónomo siguió indagando durante meses en los alrededores de Gliese 581 en busca de una repetición de la extraña señal, pero nunca volvió a captarla. La impresión que le causó la onda espacial provocó que una hoja de papel registrará el raro hallazgo mismo que lo dejó con la incógnita “¿Es un ET?”.

Aunque podría tratarse de una simple coincidencia, este misterio se agrega al anuncio de los investigadores de las Universidades de California y Santa Cruz y del Instituto Carnegie de Washington del hallazgo del planeta Gliese 581g en la constelación de Libra.

Meses después de la extraña señal de Bhathal, los astrónomos hallaron orbitando alrededor de la estrella Gliese 581 a tres planetas el Gliese 581e, Gliese 518c y el Gliese 581d, en la proximidad de una zona que permite la existencia de agua en estado líquido.

En septiembre de este año, Steven Vogt descubrió a Gliese 581g, un planeta que abre la imaginación mucho más que la crearon cuando hallaron los primeros planetas girando sobre esta estrella.

Vogt investigador de la Universidad de Santa Cruz afirma estar convencido “al cien por ciento” de que en Gliese 581g existe vida, de ahí relacionar este hallazgo con la misteriosa señal de Ragbir Bhathal.

Equinoccio

Alfombra de hojas crujientes
Otoño en ocre y marrón
Contraste de blanco-celeste
Sobre el llano la verde irrupción

Perdices asustadizas
Escondidas en la parva
Tempranez de la gramilla
adormecida bajo la escarcha

Curiosa entrometida
Calandria se arrima a la bomba
Bebiendo esos rayos de plata
Invita a las aves en ronda

Con su follaje perenne
Engalanando el paisaje
El señorial ciprés piramidal
Desafía al pampero con coraje

Perpetuidad de la campiña
Ella en sus brazos te aguarda
Sólo en vos está la dicha
de vivirla de gozarla

Hernan Contento



Árbol

El árbol del arte
contiene en sus ramas
la música pura
que brota del alma

Raíces profundas
lo unen a la tierra
su madre lo llama
a ella se aferra

Sus flores aladas
dorados capullos
albergan secretos
en tibios murmullos

Los frutos maduros
sutiles visiones
desde la distancia
nutren emociones



Mitos y leyendas

Santiago del Estero está repleta de mitos y leyendas. Cacuy, Salamanca, Alma Mula, Crespín, Sachayoj, Pampayoj, Mayup Maman, Orcko Maman, Runa Uturungu, Tanicu, Telesita y muchos más.

Hoy vamos a ver la Telesita.

Telésfora Castillo nació, según Angel L. López, en los pagos de Tolojna, en el departamento de Figueroa en 1888 aproximadamente. De regular estatura, tez trigueña, ojos negros y vivaces, muy simpática, de espíritu inocente y rara belleza. Llevaba sus pies descalzos y un vestido hecho jirones, que ella misma deshilachaba. Vivía en el monte, le gustaban mucho los bailes, donde había bombo y violín, ahí se presentaba ella. Bailaba sola, incansable. Todos la querían. Murió cuando tenía entre 18 y 20 años en un incendio.

El pueblo la hizo leyenda, la santificó y le otorgó el poder de hacer el bien. Para el santiagueño, el inocente o YANGA en quichua, debe ser protegido como algo sagrado, como si la locura o la disminución mental fuera un toque divino.

Las Telesiadas son los bailes que se realizan en su honor, como pago de alguna promesa a la Santa. No tienen lugar ni fecha determinada. Se pide por algún animal perdido, por las cosechas, por la lluvia, la salud. Los que realizan la promesa deben bailar siete chacareras en su honor y tomar él y su compañera una copa de vino o licor de caña después de cada vuelta, que si llega a sobrar, los únicos que pueden beberla son los músicos. Se hace un muñeco de trapo, se lo coloca en una mesa y se lo alumbra como un altar. Al finalizar el baile, se le prende fuego.

La Telesita es una leyenda y no un mito, porque parte de un hecho histórico concreto, no sobrenatural.

"Telesita milagrera
curame, estoy empachao'
mí' comió' siete quesos
y catorce bolanchaos..."

Telesita milagrera
curame el dolor de panza,
abajo de un piquillín
te lo echaré las mudanzas..."

Telesita milagrera
abogada de los vagos,
bailando la chacarera
tomaré los siete tragos..."

Viva Santa Telesita
santísima Diospamaman *
si no cumplo la promesa
que me caiga de la cama..."

* Diospamaman: Madre
de Dios

Prof. Alejandra Trasché





*Lo contrario al miedo es el amor.
Donde existe el amor no hay miedo alguno.
Y el que no tiene miedo alguno no teme la violencia,
porque él no tiene violencia alguna.
Toda violencia viene del miedo y crea más violencia.*
Anthony De Mello
(Sacerdote Jesuita - Psicólogo)

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

氣 Acupuntura y Masajes 氣

Talleres, cursos, tratamientos.

A partir de Mayo - Nuevo Servicio
**Moxibustión - Ventosas - Digitopresión - Shiatsu
Reflexología - Auriculoterapia**

<https://www.facebook.com/alternativasycplementarias>
Turnos al 15 3361-3579

Horacio Girolidi. Terapeuta egresado de la Escuela de Técnicas Orientales del Maestro Wang Yu



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



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

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)

El Umbral

4796-5783

www.revistaelumbral.com.ar



Yerba orgánica con sabor tradicional y suave. Elaborada sin uso de agroquímicos, cuidando al medioambiente. No produce acidez.

Distribuye El Umbral:
4796-5783 // 15-5905-9570



Residuos sólidos de la vinificación artesanal. Aporta la gran riqueza en polifenoles antioxidantes que posee la uva. Estos flavonoides (resveratrol) retardan el envejecimiento, neutralizan los reactivos, radicales libres, mejoran la circulación sanguínea, fortalecen los capilares, previenen afecciones cardíacas al evitar la formación de coágulos, reducen el daño de la fibromialgia, protegen del cáncer, mejoran afecciones de pie (psoriasis, eccemas), detienen la degeneración muscular y mejoran la vista.

Poderoso Antioxidante Natural

Distribuye El Umbral:
4796-5783 // 15-5905-9570

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



IATENA

Instituto Argentino de Terapias Naturales

Cursos de cocina

Nuestra misión: Brindar herramientas para promover la salud y prevenir la enfermedad.

Escuela de cocina natural

- Vegetariana
- Vegana
- Crudivegana
- Ayurveda vegana
- Sin gluten
- Sin ingredientes refinados ni industriales

Se puede iniciar en cualquier momento del año

Informes e inscripción:

info@iatena.com.ar | Tel. 4813-2131
www.iatena.com.ar | www.iatenablog.com.ar

Cursos cortos y talleres

Teórico - prácticos

Dirigido a:

- ▶ Público en general
- ▶ Profesionales de la gastronomía
- ▶ Responsables de Almacenes Naturales



ALQUIMIA DEL ALMA FEMENINA

Talleres para mujeres que buscan recrearse a sí mismas.

MAYO: "El sentimiento de inadecuación y el encuentro con la propia manada."

JUNIO: "Ir en pos de nuestros deseos."

JULIO: "Diseñando la propia vida."

AGOSTO: "Despidiéndonos de nuestra ingenuidad. El enfrentamiento con el depredador interno."

SEPTIEMBRE: "Descansar y equilibrarnos antes de un nuevo amanecer en nuestras vidas."

OCTUBRE: "Reinos para sanar. El retorno de la vitalidad."

NOVIEMBRE: "El regreso a sí misma."

*¿Y si Dios fuera mujer?
Pregunta Juan sin inmutarse*

*Vaya vaya si Dios fuera mujer
es posible que agnósticos y ateos
no dijéramos no con la cabeza
y dijéramos si con las entrañas*

Mario Benedetti

Coordinadoras:

MARIEL ANDREA SCIGLIANO - MARIA DEL CARMEN ALTUNA

Psicólogas Sociales - Consultoras Psicológicas Junguianas

Contactos:

sciglianom@hotmail.com / 15 4051-9645 mariaaltuna3@yahoo.com.ar / 15 6131-2649
Zona Norte - Se requiere inscripción previa



TERRANOVA COMPOSTERAS

Recicladoras de residuos orgánicos
hechas en madera reciclada de pallets



APTA PARA HOGAR DE HASTA 3-4 INTEGRANTES
// Capacidad: 45 litros
// Medidas: 42cm ancho x 42cm largo x 52cm alto*



APTA PARA HOGAR DE 4 O MÁS INTEGRANTES
// Capacidad: 55 litros
// Medidas: 52cm ancho x 52cm largo x 62cm alto*

COMO FUNCIONA El compost es el abono resultante de la descomposición de cáscaras de frutas y verduras, saquitos de té, yerba, restos de poda, etc; se utiliza como abono 100% orgánico generado en el hogar. La compostera está diseñada para asegurar la correcta descomposición de la materia orgánica y su máximo aprovechamiento. No genera olores, ni atrae insectos o roedores.

ENTREGA PRODUCTO EN OLIVOS, GBA
ENVÍOS EN CABA Y GBA: desde \$100.-

15 5617 8467
terranovalcomposteras@gmail.com
facebook.com/composteras

// TRATADAS CON ACEITE DE LINO,
APTA PARA EXTERIORES
// FUERTE TAMIZ DE POLIETILENO
DE ALTA DENSIDAD
// TOTALMENTE CERRADAS,
A PRUEBA DE MASCOTAS
// SISTEMA DE ACOPIO DE LÍQUIDOS
// TABLAS GRUESAS DE 15-20MM
DE ESPESOR

INCLUYE TAMBIÉN:

- RECIPIENTE HERMÉTICO PARA ORGÁNICOS DE COCINA
- RECIPIENTE DE ACOPIO DE LÍQUIDOS
- GUÍA DE USO
- * LAS MEDIDAS PUEDEN VARIAR EN +/- 3 cm

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 se 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.