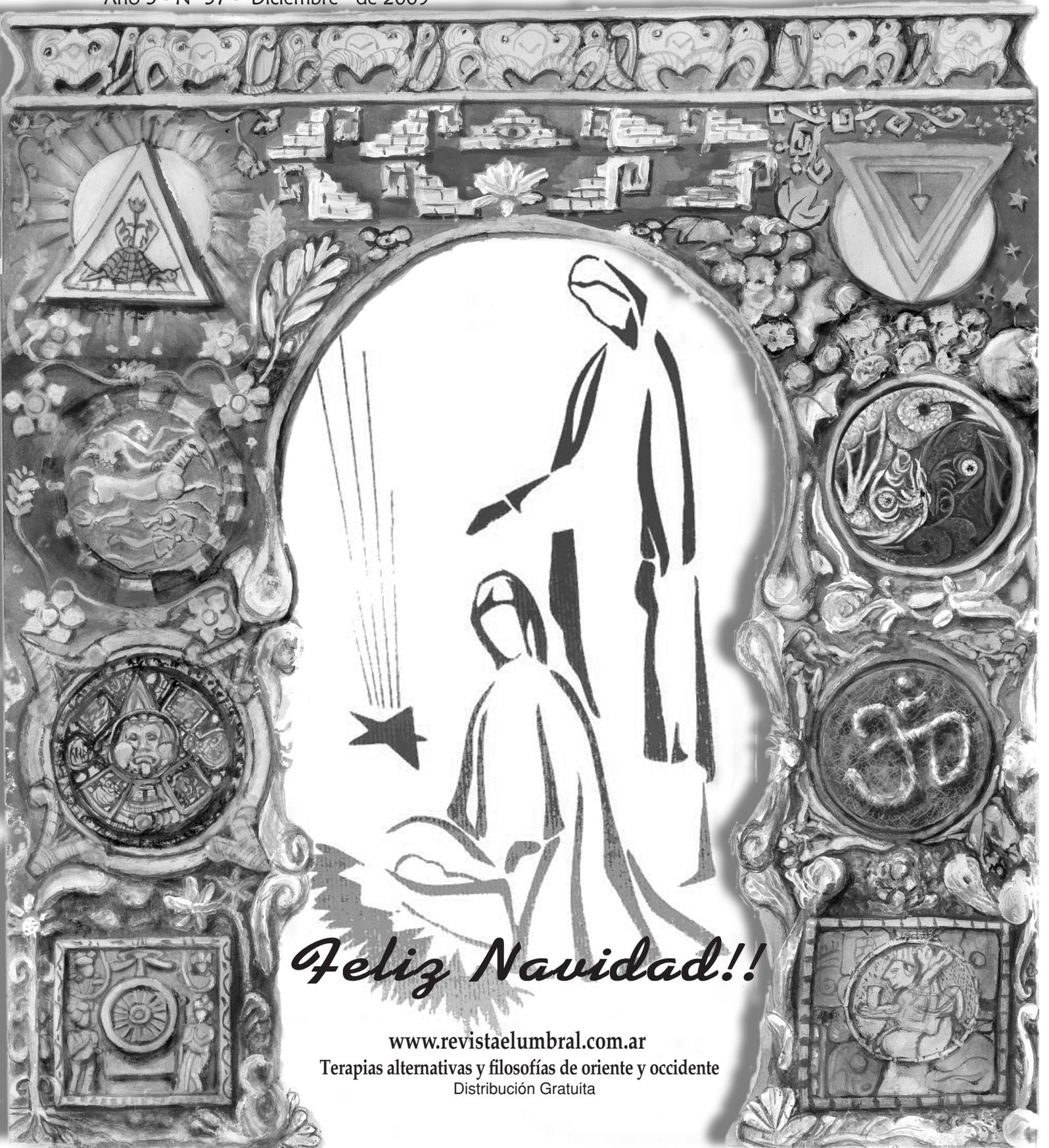




# El Umbral

Año 5 - Nº 57 - Diciembre de 2009

Revista para la nueva humanidad



*Feliz Navidad!!*

[www.revistaelumbral.com.ar](http://www.revistaelumbral.com.ar)

Terapias alternativas y filosofías de oriente y occidente

Distribución Gratuita

## El polen reconvertido

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

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

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

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

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

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

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

100%, diabetes 70%, hepatitis pre cirrosis 100%, impotencia 100%, adenoma de próstata 100%, osteoporosis 100%, cardiopatías 100%, artrosis 80%, arteroesclerosis 80%. Se acompañó con medicación homeopática.

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

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

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

Para mayor información: (011) 4738 - 4628



Rejuvenecedor biológico Energía transformada en acción

OLEOS ESENCIALES  
CONCENTRADOS DE POLEN



Compuesto por más de 110 complementos diferentes:  
Aminoácidos + Vitaminas + Minerales +  
Aceites esenciales + Proteínas  
Complejo vitamínico de origen vegetal,  
hidrosoluble. NO ENGORDA. Totalmente  
atóxico. No tiene conservadores

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



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

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

www.crinway.com

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

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

**DEMETRIA**  
Restaurante

Un nombre y Dos  
lugares para disfrutar  
la mejor Gastronomía

**San Isidro**  
11 4765 7634  
Von Wernicke 3065  
(San Isidro)

**Saavedra**  
11 4703-0020  
Ramallo 2626  
(Capital)

www.demetria.com.ar



FUNDACIÓN  
DR. PUIGGRÓS

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

23 años en una trayectoria  
de investigación clínica  
al servicio de la salud

DIAGNOSTICO Y TRATAMIENTO DE ENFERMEDADES

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

• FARMACIA HOMEOPATICA • PRODUCTOS DIETETICOS Y NATURALES

Informes: Tel./Fax: 4954-4569/5141 / 4951-3870 / 4951-1919  
Riobamba 434 - Capital Federal

E-mail: info@fundacionpuiggrós.org.ar - Web: www.fundacionpuiggrós.org.ar  
Anexo: Riobamba 436 8º Piso Dto. 15 - Capital

Se aceptan Tarjetas de Crédito / Débito

## STAFF

### Propietario y Director:

Lic. Jorge Martín Kruuse

### Colaboradores:

María Beatriz Chobo  
Lic. Karina García Pose  
Lic. Carlos Scardulla  
Prof. Raquel Levy  
Marisa D'Alessandro  
Eduardo Goldín  
Prof. Felipe Oliver  
Prof. Juan Laso  
Marisa Fernández

#### *En Pergamino:*

María Beatriz Chobo

#### *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:

4524-3089

elumbralrevista@yahoo.com.ar  
www.elumbralrevista.com.ar

Permitida la reproducción con solo citar la fuente

## El Mesías

En las lejanas montañas del Himalaya vivía en una retirada cueva un Sabio, al que vino a ver un monje de un célebre Monasterio. El Monasterio era floreciente de vocaciones religiosas, al que venían a convivir con los monjes, personas de todo el mundo ansiosas de paz y buscando una vida superior y más espiritual.

Pero en los momentos presentes estaba el Monasterio en completa decadencia. No había vocaciones, y nadie se acercaba por allí, por lo que tampoco recibían ayuda alguna.

El monje preguntó al Sabio: - ¿Habremos cometido algún pecado por el que hemos llegado a esta difícil situación?

El Sabio, con sus ojos absortos, en un estado de profunda meditación, le dijo al monje:

- Vuestro pecado es de una grave ignorancia. Ignoráis lo más importante. No os habéis dado cuenta de que entre vosotros está el mesías, el enviado de Dios disfrazado, oculto en apariencia común y vulgar.

Cerró sus ojos y siguió su meditación.

Con aquella revelación el monje volvió reconfortado, pero al mismo tiempo preocupado y perplejo, pensando quién podría ser el mesías. ¿Sería el hermano cocinero?, ¿el portero?, ¿el ecónomo?. Cualquiera podría ser. También podría ser él mismo. Él se veía con muchos defectos. Pero podrían ser esas mismas deficiencias el disfraz de Dios. Quienquiera que lo fuera, ¿sabría que lo era? Todas estas preguntas atormentaban su mente cuando llegó al Monasterio.

Reunió sus monjes y les contó la historia de su viaje y la consulta y la revelación del Sabio. Todos los monjes quedaron impresionados pensando siempre en quién podría ser ese mesías. Ese enviado de Dios oculto y disfrazado.

Todos y cada uno de ellos fueron revisando a todos y cada uno de los miembros del Monasterio. Desde ese momento el trato personal entre todos los que convivían en el Monasterio cambió. Todos se trataban con suma atención y delicadeza. Cada uno pensaba, ¿y si es este hermano el enviado de Dios? Hasta unos pobres e ignorantes servidores del Monasterio eran tratados con respeto y amor.

De esta manera el Monasterio volvió a recuperar su espíritu de paz, armonía y santidad, que había sido su característica en otro tiempo. La gente empezó a venir para encontrar energía para el espíritu, y los candidatos a monje se fueron renovando y aumentando día a día.

Aquellos monjes, habían olvidado que Dios estaba vivo en cada uno de ellos, como lo está en cada uno de los seres humanos. El mesías sigue disfrazado a nuestro lado y dentro de nosotros. Pero la ignorancia y la inconciencia, siguen siendo grandes pecados.

Número dedicado a la memoria de

**Javier Di Vito**

quien nos ha honrado como colaborador  
de este medio.

**El Umbral**

*Lic. Karina García Pose*  
ASISTENCIA PSICOLÓGICA

Adultos - Parejas  
Talleres de Autoconocimiento  
y Desarrollo Personal

Consultorios en San Telmo  
y Berazategui  
cel. 155-957-3421  
psicokarina@yahoo.com.ar

**FARMACIA  
"PORTEÑA"**  
Horacio Romero  
FARMACEUTICO

Homeopatía  
Recetas Magistrales  
Flores de Bach y California  
Polen Reconvertido

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

**FARMACIA "ROMA"**  
Fernando Rossi  
FARMACEUTICO

**HOMEOPATIA**

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

**Lic. Daniela Tagliani**  
Psicoterapia Integradora

Actividades Abiertas para Sentirse Bien:  
Meditación del Manantial del Amor  
Charlas con Aroma a Café

Consultorios en Corrientes y Callao  
Informes y entrevistas: 4372-7501  
www.danielatagliani.com.ar

## Alkimia de los Alimentos en la NAT-I-VIDA..!

En estos días todos es MAGICO pues el espíritu CRISTICO está muy cercano al planeta Tierra y nuestros corazones se preparan para

COM-PARTIR.

Así nuestra casa y nuestra mesa está llena de colores y de algo... especial: LA ALQUIMIA DE LA NAT-I-VIDA (Naturaleza y Vida) que brota por todas partes.

Aquí los ALIMENTOS cumplen un papel muy especial, pues a través de sus formas, colores y aromas nos impregnan del ESPIRITU DE LA TRADICION que se transmite de generación en generación, para ser recordado y rememorado.

Brindamos éste Taller con recetas ancestrales, el porque de las formas (redonda, triangular), los colores en los alimentos y el significado de los aromas.

Historia de la Al-Kimia en los alimentos.

Como dejar preparada la mesa para los ÂNGELES, la energia de María y el lugar reservado para alguien muy especial ..!

Te invitamos a compartir estos conocimientos para que nos se pierdan, para que se mantenga vivo ese ESPIRITU MAGICO, y a degustar las comidas tradicionales elaboradas con la

ALQUIMIA DE LA NAT-I-VIDA!!!

La invocación a María como Madre y Reina de los Ângeles.

Secretos de la mesa para los Ângeles y para "Él" invitado. Entrega de recetas, explicación de elaboración por formas, colores y aromas.

Lugares del encuentro:

Congreso: El Jardín de los Angeles.(18/12)

Villa del Parque: Lazos de Luz.(12/12)

Florida: Centro Rasayana.(11/12)

Bella Vista: Portal de Luz.(19/12)

Horario: de 17 a 20hs.

Costo del Taller: \$80.-

Si estas lejos, no puedes asistir, pero igual te gustaría recibir la información, te enviamos un CD con el taller, el cuadernillo con las recetas y el sobre con las oraciones.

Fechas, reservas e inscripción: (011) 15-6829-4638.

therapeutum@yahoo.com.ar

info@irradiandoamor.com

www.irradiandoamor.com

**Trigo Limpio**  
Almacén Naturista  
✽  
Bucarelli 2687 - Capital  


## Crisis Y Re-Nacimientos

Las crisis nos sorprenden, nos desaniman. Sentimos que se sitúan ante nosotros como obstáculos inesperados que desorganizan nuestra vida, haciéndonos tambalear en medio de la incertidumbre.

Según su etimología griega, Crisis significa "decisión" y deriva de Krino "yo decido, separo, juzgo". En la etimología china, la palabra "crisis" significa peligro y oportunidad.

Justamente, atravesar una crisis implica la necesidad de decidir, de accionar para superar ese momento caótico y lograr ordenarnos. Orden como sinónimo de verdad, de saber que estamos situados en el camino correcto, en ese lugar donde nosotros sentimos que deseamos estar, en nuestro centro.

El peligro?

Posicionarnos como víctimas, creer que no podemos, que no existe una salida. Actuar impulsivamente o paralizarnos, ambas conductas que son la cara de la misma moneda, el exceso.

El miedo a lo desconocido es humano pero el peligro es no comprender que lo nuevo se presenta en el instante justo en que necesitamos conocer aquello que nos permitirá conectarnos con nuestro ser esencial, aquello que nos llevará a activar y a descubrir nuestros recursos internos para sentirnos realizados.

Las crisis se suceden para generar un quiebre a través del cual sea posible un cambio que nos permita crecer. Una crisis nos moviliza, nos cuestiona y nos revela que en realidad ese orden anterior ya no nos servía. Entonces se presenta ante nosotros la posibilidad de modificar esa realidad y en medio de la tormenta nos damos cuenta que este sacudón era necesario para despertar. Este es el momento de recrear, con esos pedazos rotos, una nueva forma de seguir hacia adelante; el escenario se transforma y ya no somos los mismos.

Es la oportunidad de superar las crisis.

De qué manera?

Reflexionando acerca de quienes realmente somos, qué deseamos y qué estamos necesitando. En esta instancia se torna prioritario identificar ese algo que no funciona en nuestra vida y que requiere ser modificado. Para esto es preciso conectarnos con nosotros mismos, con nuestro ser más profundo y tomar conciencia de que ya ha llegado la hora impostergable de tomar decisiones, es el momento de morir para renacer.

Las crisis son diversas, sin embargo todas tienen algo en común. Tal cual una botella que llega a la orilla con un mensaje en su interior, estas experiencias siempre nos muestran una enseñanza que es preciso decodificar.

Aprendamos a escucharnos, de este modo la oportunidad se va construyendo. Aprendamos a desprendernos de los caminos que otros nos marcaron, aunque en su momento nos hayan aportado beneficios.

Aprendamos a aceptar que hay que morir para poder renacer, que debemos renunciar a esa parte de nosotros que no nos deja avanzar. Toda transformación interna y profunda exige renuncia y determinación para acceder a un presente más auténtico.

Los cambios no son fáciles de transitar, entonces es bueno pedir la ayuda de un profesional que nos acompañe en este proceso para

evitar un sufrimiento innecesario.

Cuando logramos enfrentarnos con nuestros miedos y trascenderlos para convertirlos en una fuerza creadora, es sólo entonces cuando podemos fluir en consonancia con nuestra transformación personal.

Lic. Karina García Pose  
155-957-3421

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



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

**ESCUELA DE REIKI**

**Seminarios, todos los niveles y Maestría.**  
**Taller de ángeles.**

Seminarios de Gemoterapia, Mandalas y Radiestesia.	Sesiones de Reiki, Sanación con Cristales, Taller de Prosperidad
--	--

 **REIKI**   
*La Casa de los Angeles*

15-6194-2432 / 4704-9485  
www.lacasadelosangeles.com.ar

**SALUD MENTAL HOLISTICA**

Lic. Carlos Alberto Scardulla - Psicólogo (UBA)

**HIPNOSIS - REGRESIONES - T. DE VIDAS PASADAS**

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

**CURSOS MENSUALES:**

- Hipnosis Clínica Ericksoniana
  - Diagnóstico Kirlian
  - Aromaterapia
- Se entregan certificados

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

**calendario maya  
reiki - runas - radiestesia**

**Carlos Soberano**

Cel.: 15-6364-1780  
carlos\_soberano59@yahoo.com.ar

**Aliarse para  
Educación Holística Hoy**  
Seminario Interactivos del 24/11 al 6/12

Noemi Paymal de Bolivia  
PEDAGOOOGIA3000

Pascal Greub de México  
Taller de Transformación Creativa™

Deán Funes 1075-CABA  
54-11 4931-9293 15 5661 3363  
educacionholisticaohoy@gmail.com  
infoaliarse@speedy.com.ar  
www.aliarseweb.com.ar

**TAROT**  
de Marseille



Los Angeles  
Serranos

**REIKI**  
Marisa: 4761-1025  
marisatrers@hotmail.com

**La hipnosis y las regresiones,  
una antigua, actual y eficaz  
forma de curarse.**

Se recuesta en el diván, cierra los ojos, busca una posición cómoda. *"...La respiración es más lenta, suave, pausada y profunda... los párpados pesan... Sientes el cuerpo más pesado,... más pesado..."*

Más o menos, de esta forma, el paciente entra en hipnosis profunda. Depende lo que haya que hacer, será la frecuencia utilizada. Ésta podrá ser "alfa" para la inducción hipnótica o "delta" (más profunda) para aplicar anestesia.

La hipnosis es una técnica que no se sabe aún de qué tiempo data. Se habla de los tiempos de los pueblos originarios de América, cuando los mayas hacían lo que hoy llamamos "intervención quirúrgica" aplicando hipnosis. También se habla de oriente, cuando los indúes aplicaban las regresiones como método terapéutico hasta que el Imperio Romano se los prohibió por considerarlos herejes.

Se trata de un alterado estado de conciencia, donde el paciente tiene el control, el registro de lo que está ocurriendo en la sesión. Esto es así en el método de hipnosis ericksoniana. Es esa instancia intermedia entre estar dormido y estar despierto, pero con plenas facultades (sino no sería posible entrar y sostenerse en trance hipnótico).

Lo cierto es que para conflictos actuales o cuadros clínicos como trastornos obsesivos y compulsivos (TOC); trastornos de bipolaridad; fobias; ataques de pánico; estrés post traumático; fatiga crónica; angustia; trastornos de ansiedad; depresión; adicciones; terapias del dolor; entre otros, la hipnosis resulta una importante y eficaz herramienta.

Como todo tratamiento holístico, no posee efectos secundarios como la medicación.

La hipnosis es empleada también como anestésico, teniendo la ventaja de no requerir de droga alguna.

La hipnoterapia se utiliza para dejar de fumar, mejorar la comunicación con los hijos. También aplicando la "hipertermia hipnótica" (aumento de la temperatura en una determinada zona, una vez aislada la misma) se la emplea en oncología, fibrosis, estimulación glandular, cicatrización, cauterización, dilatación, etc., dependiendo de los tiempos de aplicación y cantidad de sesiones.

Como podrá apreciarse, el alcance de los usos de la hipnosis es muy amplio.

A través de la hipnosis se realizan regresiones. Se trata de una especie de "viaje mental" en el tiempo. Al paciente le aparecerán vivencias que les serán conocidas y otras de las que se enterará por primera vez. Esto ocurre con regresiones a la vida actual y con regresiones a las vidas pasadas, por igual. Allí también aparecerán emociones, por las que no deberá preocuparse, ya que el paciente no está solo en este "viaje". Además, como dice el Dr. Brian Weiss, no hay que preocuparse, se trata de emociones, no es otra cosa, y es bueno que aparezcan.

Hay regresiones a la vida actual (RVA), a vidas pasadas (RVP), y progresiones que pueden ser a la vida futura actual (PVA) o a otras vidas futuras (PVF).

Los alcances terapéuticos que se adquieren a través de las regresiones, las terapias de vidas pasadas y las progresiones son muy satisfactorios. Muchas veces buscamos desafortunadamente la causa,



el origen de determinado síntoma. Hacemos un minucioso rastreo en la historia del paciente y nos damos cuenta que el origen de ese síntoma no está en su vida actual, en su infancia, en su pasado, sino que se encuentra en una vida pasada.

Aplicando la técnica adecuada, hacer una regresión a una vida pasada, tiene como finalidad terapéutica la de poder reprogramar esa información en esa vida pasada, para producir las modificaciones necesarias en la vida actual.

En cuanto a las progresiones, estas también tienen sus finalidades terapéuticas. Algunas de ellas son: La búsqueda de la estabilidad generalizada (física, mental y espiritual). La toma de mejores decisiones hoy, si ya se vio el futuro. La toma de decisiones ahora, modifica el futuro de manera constante. La libertad de elegir otros caminos, ya que por el hecho de ver el futuro, no estamos obligados a vivirlo. Entre otras.

*"...ahora voy a contar desde diez hasta cero..., cuando llegue a cero, vas a estar fuera de hipnosis..., vas a abrir lentamente los ojos... te vas a encontrar en el sillón de mi consultorio, cerca de mí,... diez,...nueve,...la respiración es normal,...la temperatura de tu cuerpo es normal..."*

Lic. Carlos A. Scardulla  
Psicólogo (UBA)

scardulla@arnet.com.ar  
www.carlosscardulla.com.ar

## EL CAMINO del ARTISTA

UN CURSO PARA RECONECTARNOS CON NUESTRO PROPIO SER CREATIVO.

UN SENDERO DE AUTOCONOCIMIENTO QUE LE PERMITE A TODO NUESTRO POTENCIAL INTERIOR SALIR A LA LUZ.



Los **barcos** están seguros en el puerto sin embargo no fueron contruidos para eso ...

**CONTACTO**

Tel.: 54 11 4501 8964  
Cel.: 15 6845 4222



**MINDazzles**  
change words, change worlds

Un espacio para reflexionar, crecer, conocerse más y mejor al desarrollar competencias comunicativas flexibles que generan cambios sobre la percepción que tenemos del mundo, nuestras creencias y valores a través de cursos, talleres, encuentros y sesiones de coaching en las que aplicamos y enseñamos técnicas de PNL, coaching y hemisferología entre otras.

www.mindazzles.com.ar

## Transferencia de energía Sanación



*"la sanación es un camino con infinitas formas de abordaje, descubrirlo es también reencontrarse"*

Terapias  
Reflexología - Reiki - Desintoxicación  
Cartomancia - Velomancia - Runas

### KAROLINA

<http://energiaparaelalma.blogspot.com>

Tel 47 65 85 51

Consultorios Nuñez - Zona Norte  
Centro de Sanación La Horqueta



## TERAPIA INTEGRADORA CUERPO-MENTE-ESPIRITU

•ASISTENCIA TERAPEUTICA

- CURSOS DE TERAPIA FLORAL SISTEMA E. BACH
- CURSOS DE ASTROLOGÍA HUMANÍSTICA
- SEMINARIOS DE REIKI Y MAESTRÍAS

**Lic. Alicia Mabel Alfuso**  
en Terapia Floral Dr. E. Bach M.I. 0276-008  
Psicóloga Social  
Astróloga Humanística-Reiki Master  
**4308-4215 15-5835-3744**

Atención en Belgrano "Sendero del Despertar"  
y en Once  
[www.mirada-terapeutica.com.ar](http://www.mirada-terapeutica.com.ar)  
[aliciamabelalfuso@gmail.com](mailto:aliciamabelalfuso@gmail.com)  
<http://mirada-terapeutica.blogspot.com/>

## Espacio Tierra Mía

"habla con la Tierra y ella te enseñara..."

**Actividades:**

Yoga  
Masajes Orientales  
Reiki  
Didgeridoo  
Percusión  
Canto Armónico  
Terapias  
Meditación  
Viajes de Tambor

Zona: Olazábal y Mariano Acha  
Villa Urquiza  
[espaciotierramia@yahoo.com.ar](mailto:espaciotierramia@yahoo.com.ar)  
Contacto: 3530-9945  
155 064 6300

## PENDULO HEBREO

Antigua técnica de detección y sanación de enfermedades, y algo más.....!

Consultas para Talleres y atención en consultorio:  
(011) 4343-3598 / 15-6829-4638  
e-mail: therapeutum@yahoo.com.ar

## Ana Maria Lohle

*Master en Reiki*

Ante las épocas de grandes cambios que esta viviendo LA HUMANIDAD solamente en este momento me dedico a ayudar a sanar, alma, cuerpo y espíritu, con diferentes técnicas (especialista en depresiones)

**Sesiones de Reiki.**  
**Tratamientos con Esencias**  
**Sanadoras Florales de California.**  
**Técnicas de Meditación.**

Tel: 0054-011-4720-8175 / Cel: 11-681-99254  
www.anamariablohle.com.ar  
anaterapiaholistica@arnet.com.ar  
http://groups.yahoo.com/group/culturauniversal

## Lic. Paola Lospinosa

(Psicóloga Clínica)  
U.B.A.

Asistencia Psicológica

**Niños - Adolescentes y Adultos**

**TERAPIAS BREVES**

**Consultorios en**  
**Villa Urquiza / Devoto**

**4524-3089**  
**15-5110-3928**

## Nicolás Jorge Lospinosa

Contador Público Nacional

**Asesoramiento**  
**contable impositivo**

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

## Hacia el Olam a Bá (El Mundo Venidero)

*“Los sonidos del Shofar son como llaves, cada nota es una llave que abre una puerta en el camino a las Cámaras Reales mas intimas de D’s, pero la llave maestra es la del corazón humilde y quebrado”*

*El Rebe<sup>1</sup>*

En el Canto 5:8 del “Cantar de los Cantares” la amada dice: - Júrenme, hijas de Jerusalén, que si encuentran a mi Amado le dirán que estoy enferma de amor”

Los cabalistas haciendo de este Canto una hermosa alegoría de lo que fue es y será, han visto en él el romance de D’s con la Comunidad de Israel con su Shejiná ( Divina Presencia, Espíritu Santo o Su parte femenina) , a veces, y otras con las almas sedientas de Divinidad.

La amada fue visitada por muchos médicos para conocer el fin de su enfermedad, ocasionada por los golpes que recibió cuando después de la destrucción de su Templo y su Tierra por Roma en el año 70, fue obligada a exiliarse entre los pueblos, sus golpes son comparados con los sonidos del Shofar, y que están contenidos en las letras KRK, KShK Y Ksh R, llevadas cada letra a su valor numérico nos dan fechas donde hubo conversiones forzadas destrucción de libros Sagrados, acusaciones de crímenes rituales, Guerras Mundiales, persecuciones...

Ni el mejor especialista puede saber el fin de su enfermedad. La hijas de Jerusalén son las almas de los justos, que por estar mas cerca del Creador atestiguaran que ella lo busco y no lo halló, hubo mas desencuentros que encuentros. “Como la embarazada que en su parto se retuerce de dolor así ella dio a luz, pero era solo viento”... “mi alma te anhela en la noche, y mi espíritu en mi interior madruga por ti...” Isaías: Cap 26 y 27.

Los cabalistas calculan que la noche del Galut (exilio) durará lo que sumen las consonantes de las palabras Tekiháh, Shevarim, y Truháh mas 82 años que suma el despliegue del Tetragrámaton mas sus diez letras (72 + 10).

El Shofar es el cuerno de carnero que se toca en las Altas Fiestas y ocasiones muy especiales. El Shofar es como el grito de un niño en la noche su esencia es esa voz que parte del alma. El primer sonido “Tekiháh” viene del verbo “litkoa”, fijar, clavar. Es una voz lisa, llana, profunda. Al escucharlo tenemos que fijar dentro nuestro todas las cosas positivas buenas y altruistas que hay en cada uno y que son incommovibles. El segundo sonido “Shevarim” del verbo “lisvhvor”, quebrar, romper, quebrar al son de esta voz entrecortada de dolor, de llanto, las cáscaras negativas del corazón, quebrar las malas tendencias. El ultimo sonido “Truháh” es voz de clamor por las cosas buenas, emociona para purificar, elevarnos y tal vez llegar a la “bevekut” unión con D’s.

Tekiháh suma t 400 + k 100 + i 10 + h 70 + h 5 = 585

Shevarim suma Sh 300 + v 2 + r 200 + i 10 m 40 = 552

Truháh suma T 400 + r 200 + u 6 + h 70 + h 5 = 681

La suma de ellas es 1818 + 82 = 1900. Año en que siguen eventos mundiales que según las Escrituras llevará a la redención final, no se duda, pero ¿cuándo termina esta larga noche? - nadie lo sabe, 2012? 2027? 2038?....

Si recorremos la historia, vimos que en momentos terribles para un pueblo surgen en ese siglo, dentro de él o en otros pueblos, grandes figuras que proclaman los derechos divinos de la humanidad. Depende de nosotros, sólo de nosotros; sabemos que todo lo que pensamos y hacemos son fuerzas tremendas que influyen en el Planeta que ya nos esta dando grandes lecciones, nos esta diciendo que si no despertamos a una nueva conciencia el Mundo Venidero (Olam a Bá) esa Tierra Prometida, se aleja más y más.

D's hace lo suyo, tratemos de abrir una pequeña abertura como el ojo de una aguja, que El nos abrirá otras para que pasen caravanas.

El Rebe enseña que "redención es liberación, liberarnos de la trampa oscura del mundo material, de una vida sin objetivos de dudas y temores, de los límites que confunden el espíritu humano, de salir de la atadura de nuestra parte oscura, que D's nos creó con una chispa Divina que hay que cultivar para eliminar la oscuridad y avanzar. ¿Cómo se hace? – apelando a la fuerza que hay en nuestra alma. Antes que podamos dejar el estado de exilio reconocer que estamos exilados, la oscuridad es oscuridad, el peligro es convencernos de que es luz". Luz es también detenernos a escuchar el susurro de toda la Naturaleza, todas las criaturas pequeñas y grandes nos envían mensajes, y ese susurro se convierte en una gran Canción Cósmica, unámonos a ella para que se cumplan las palabras del Salmista: - "En ese tiempo se oirán toda clases de instrumentos musicales. Que cada alma alabe a D's. Alabémoslo "Aleluyá" al son del Shofar, con arpas y violines, con danzas y panderetas, con sonidos de estruendos, con sonidos de Truháh"

*"Felices los pueblos que conocerán Truháh".*  
Raquel Levy

1 Algunos conceptos son del libro "Hacia una vida plena de sentido" basado en las enseñanzas del Rebe Menajem M. Schneerson (de bendita memoria) fallecido en 1994, líder espiritual y Maestro de Jabad (movimiento Jasídico Mundial).



**Clases de Tanaj (Biblia)  
Kabalá  
Zohar  
Hebreo**

**Profesora: Raquel Levy**  
Clases individuales / grupales  
Tel.: 4951-8389

**Dra. ESTRELLA M. ROSSI**

Trastornos de aprendizaje, fobias, pánico, depresión,  
ansiedad, angustia, stress, alergias, resfríos,  
trastornos emocionales y físicos

UNA MEDICINA QUE TRATA AL HOMBRE EN SU TOTALIDAD

Reintegros  
por prepagas. Cabildo 2327 1º "D" - Capital - Tel.: 4785-4993

**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

**Rita Galarza**

Terapeuta Floral Bach  
Auxiliar en Kinesiología  
(Mat. 1233)

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

4572-3036

Numerología

**Carmen Cinzano**

Estudios personalizados

- Autoconocimiento
- Asesoría vocacional
- Relaciones de pareja
- Relaciones laborales
- Desarrollo de la potencialidad

15 5841 2158

delosnumeros@argentina.com

**ACTIVIDADES MES DE DICIEMBRE**

Nuevos horarios de las clases de Yoga y  
Esferodinamia

Consultorio de Flores de Bach

Aprende desde las Flores de Bach a  
conocer mejor. Consultas individuales

Sesiones de Reiki Usui, Karuna Reiki y  
RA°C (Reiki Ascensional)



"Un camino para el conocimiento"

Informes al 4782-7604

<http://www.senderodeldespartar.com.ar>  
info@senderodeldespartar.com.ar

Escuela de Reiki  
de  
**Raquel F. Riera**  
REIKI MASTER



te ofrece

- más de 10 sistemas de Reiki
- Talleres especiales
- Angeles
- Meditaciones
- Tratamientos

**Raquel F. Riera**  
MASTER SHIJAN

General Paz 581 - (2700) Pergamino  
Pcia. de Buenos Aires  
Cel.: 02477-15663925



**REIKI**  
*Terapia individual  
de Sanación Energética*

**Juan Kehoe Toia**  
Cto. 02477-15332304



**Riera**  
-Perfumerta-

San Nicolás 699 Tel. 42-3892  
Pergamino - Buenos Aires

**Oración Milagrosa**  
Rezar 9 Ave María durante 9 días  
y pedir 3 deseos:  
- uno por negocios  
- dos por imposibles  
al 9º día publicar y se cumplirán,  
aunque no lo crea.

Isabel

## Las nieves del Kilimanjaro están derritiéndose



WASHINGTON (AP) - Las famosas nieves del Kilimanjaro podrían desaparecer pronto.

El pico blanco de la montaña africana, incluido en el título de un libro del escritor Ernest Hemingway, se está derritiendo con rapidez, informaron investigadores.

Aproximadamente el 85% del hielo que formaba los glaciares de la montaña en 1912 había desaparecido para el 2007, reportaron investigadores en la edición del martes de la revista Proceedings de la Academia Nacional de Ciencias. El paleoclimatólogo Lonnie Thompson de la Universidad del Estado de Ohio encabezó el estudio.

Y más de una cuarta parte del hielo presente en el 2000 ya no estaba en el 2007.

Si las actuales condiciones climáticas continúan "los campos de hielo en la cumbre del Kilimanjaro no perdurarán", afirmaron los investigadores.

Los dos glaciares de la montaña están contrayéndose a medida que se derrite el hielo en sus orillas, y su grosor está disminuyendo, hallaron los científicos.

Cambios similares están ocurriendo también en el monte Kenia y en las montañas Rwenzori en Africa, así como en glaciares en Sudamérica y en el Himalaya.

"El hecho de que tantos glaciares en todos los trópicos y subtrópicos estén mostrando respuestas similares sugiere que hay una causa común subyacente", afirmó Thompson en un comunicado. "El incremento de las temperaturas de la Tierra cercanas a la superficie, junto con aumentos cada vez mayores en la tropósfera tropical media y alta, como fue documentado en décadas recientes, explicaría (las observaciones) al menos parcialmente".

También podrían estar involucrados cambios en la nubosidad y la cantidad de nevadas, aunque parecen ser menos importantes, de acuerdo con el estudio.

En el Kilimanjaro, indicaron los investigadores, el campo de hielo del norte de la montaña adelgazó en 1,9 metros (6,2 pies), y el campo de hielo del sur en 5,1 metros (16,7 pies) entre el 2000 y el 2007.

Los investigadores compararon el área actual cubierta por los glaciares con mapas de éstos hechos en base a fotografías tomadas en 1912 y 1953 e imágenes de satélites captadas en 1976 y 1989.

El estudio fue financiado por las instituciones estadounidenses Fundación Nacional para la Ciencia y la Administración Nacional de los Océanos y la Atmósfera.

## Creencias

**“Tanto si crees que no puedes como si crees que puedes, estás en lo cierto”**

H.Ford

Soy consumidora de películas infantiles, me encanta reírme con todas las ganas como cuando era chica y no reparaba en si sonaba bien o no mi risa y mucho menos qué pensarían los demás, las disfruto con toda el alma, considero que de todo se aprende en la vida, si esas películas conllevan un mensaje para los chicos, ¿por qué no también para nosotros, adultos?...

De pequeños nos sentimos algo así como Super héroes, más tarde nuestro mundo interior sigue casi casi igual: se sienten deseos de asumir riesgos sin medir demasiado las consecuencias... esos momentos de la vida en los que nos creemos capaces de hacer cualquier cosa, lo que se nos ocurra... más allá de nuestros espantados padres... ¡ni que hablar de los docentes!

Sin embargo, en muchas ocasiones –la mayoría de los casos me atrevería a decir- con el correr del tiempo y al ir atravesando la adolescencia, vamos pasando por diferentes estadios y esa sensación va cambiando... ya no podemos todo, ni siquiera cualquier cosa... una voz interior señala “sos un desastre”, “¿no ves que hacés el ridículo?”. El temor al “qué dirán” y el solo hecho de imaginar la risa de nuestros pares es más fuerte que nuestros deseos de bailar o cantar, por ejemplo, sin mencionar actividades más “arriesgadas”. De esta manera de a poco el disfrute se va perdiendo para dar paso a una “prudencia” que viene de la mano de una autoestima de dudoso tamaño...

Hace unos días dos de mis hijos miraban Space Jam y la volví a ver junto a ellos, es una película en la que Michael Jordan juega un partido de básquetbol con los Looney Tunes (Bugs Bunny, el Pato Lucas y varias caricaturas más). Durante el partido los Tunes se sienten terriblemente devastados puesto que van perdiendo, se sienten peor aún al enterarse de que los monstruos del equipo contrario ganan por haberle robado el talento a los grandes de la NBA. En el entretiem po Bugs Bunny les da una “poción mágica” a sus compañeros diciendo que es el secreto del éxito de Michael, todos beben de ella y llegan a tener una fuerza y valor inusitados. Al jugar el segundo tiempo aplastan literalmente al adversario, sin embargo al detenerse el partido por un momento se sienten agobiados otra vez y el Pato Lucas pide la “poción mágica” ya que, según él, no surtía más efecto, a lo cual Michael Jordan le responde: “¿Qué poción? ¡Era agua! ¡La magia siempre estuvo dentro de ustedes!” Ni más ni menos que un placebo\*. Por otro lado los monstruos gigantes del equipo contrario no se dan cuenta de que obedecían sin chistar a un gordote mandón mucho más pequeño que ellos...

Al ver y escuchar estas escenas, no pude dejar de relacionarlas con una de las presuposiciones (postulados) de la PNL: “las herramientas están dentro de nosotros” o sea somos lo que creemos ser, somos lo que pensamos, vemos lo que queremos ver en nosotros... salvo que le demos a otro el timón de nuestras vidas...

Las herramientas están dentro de nosotros... sería bueno que empezáramos a confiar en ellas y por ende en nosotros, a descubrirlas, a encontrarlas a sentir, a disfrutarlas, a saber que PODEMOS...

Si aún así siguen sin estar seguros de sus capacidades, les sugiero que echen un vistazo a este sitio en Internet [www.tonymelendez.com](http://www.tonymelendez.com) (la página está en inglés sin embargo la narración que él hace de su vida está en español). Tony Melendez es un cantante nicaragüense que no tiene brazos y sin embargo toca la guitarra y canta, verlo y escucharlo es una verdadera muestra de que pocas cosas en la vida no somos capaces de hacer...empiecen hoy mismo a proponerse viejas metas bajo nuevos ojos...después, si quieren, me cuentan....

\* Nota: En medicina es común el uso de placebos son sustancias inocuas que no tienen valor terapéutico pero que se administran a los enfermos por el efecto sugestivo benéfico que producen.

Marisa D'Alessandro © 2007  
Master Practitioner en PNL  
Coach con PNL  
4501-8964 / 156-845-4222  
[www.mindazzles.com.ar](http://www.mindazzles.com.ar)  
[contacto@mindazzles.com.ar](mailto:contacto@mindazzles.com.ar)



**SamaS**

*Un lugar diferente para el cuerpo  
y el espíritu!!!*

Flores de Bach, Gemas,  
Reequilibrio Energético de Chakras,  
Meditación, Arte,  
Color y Sonido.

Merced 695  
[www.irradiandoamor.com](http://www.irradiandoamor.com) Pergamino

### Oración Milagrosa

Rezar 9 Ave María durante 9 días  
y pedir 3 deseos:  
- uno por negocios  
- dos por imposibles  
al 9º día publicar y se cumplirán,  
aunque no lo crea.

Nieves

# GUIA DE PROFESIONALES

## • HOMEOPATIA

Dr. Marcelo Nasberg - M.P. 1167  
Tel.: 0291-454-0791 - Bahía Blanca

## • PSICOLOGIA

Lic. Paola Lospinoso  
Tel.: 4524-3089 / 15-5110-3928

## • AYURVEDA

Dra. Alejandra Kasaryian  
Médica Cardióloga  
Post grado Medicina Ayurveda  
Tel: 3526-2611 / 15-4927-0228  
www.consultorioayurveda.com.ar

## • MASAJE AYURVEDICO

Atención en Centro Rasayana  
Prof. Marisa Fernández  
Tel: 15-5944-9534 / 4797-7492 / 4796-3122

## • AURA-SOMA Colorterapia

Claudia Cánepa  
Consultas personalizadas.  
Tel: 4307-3353 / Cel: (15) 3608-7663.  
colorterapia@gmail.com

## Lic. GISELDA SANGUINETI

Psicóloga - Terapeuta Gestáltica

*...sentir  
...darme cuenta  
...crecer...*

Adultos - Asesoramiento y  
Orientación de Padres y Familia

15-5493-4113 magissa46@yahoo.com.ar

## Drenaje Linfático - Reflexología

Dolor de cuello o contracturas cervicales  
Esteticista (Obesidad-Celulitis)



Reiki

*permítte darte un mimo,  
llamame tu pregunta  
no me molesta.*

Tel. 4588-0156 marta2006-m@hotmail.com  
**Atención domiciliaria y en gabinete.**  
Nombrando la revista 25% de descuento.

## Diciembre, Unión y Reiky

Diciembre brilla abarcando un término y también un comienzo; evaluando y proyectando. Uniendo, unificando...

Con la esencia de la Luz en el aire, nos acerca el sol y la lluvia fresca del verano; desagitando el latido del alma, calmando la aceleración del corazón.

Tiempo Virgen, espacio Crístico, nacimiento Blanco; devoción y creencia. Redención del espíritu en la fe. Paz interna, compasión universal.

Como rabí esenio, como maestro Zen, como discípulo budista o monje tibetano, Diciembre da más de lo que recibe, trae más que lo que deja y deja más de lo que lleva. Se aquietta adoptando el Dhyana mudra, entra en profunda meditación emanando trascendentalidad y discernimiento. Despertando la mente, comprende el No principio, el No final, aceptando la Continuidad como elevación y liberación del verdadero Ser.

Desde la escuela Reiky Dar, fomentando la práctica, el servicio solidario y la transmisión del Conocimiento en todos los Niveles y Maestría pretendemos, humildemente, ese equilibrio de pensamiento, sentimiento y emoción.

Que la Energía Reiky ilumine el camino que sigue Diciembre y las energías de Diciembre acompañen este camino de unificación!

*Amorosamente*

*Eduardo R. Goldin.*

*Escuela Reiky Dar - reikidar@fibertel.com.ar*

- Iniciaciones
- Activaciones
- Tratamientos

Escuela  
**Reiky Dar®**

**Intercambio y Servicio de Reiky Solidario**

18:00 hs. a 20:00 hs.

\*Martes: Avellaneda 2076 - Olivos

\*Viernes: Ayacucho 1466 "A" -Florida M

Contribución \$5.-

:: Nos merecemos la tibia caricia de Reiky ::

Eduardo Rubén Goldin

Maestro de Reiky

15-5013-5915 ~ 4718-3348

www.reikidar.com.ar info@reikidar.com.ar



**Productos Naturales El Angel**

**Incorpora estos nobles productos del Amazonas Peruano**

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

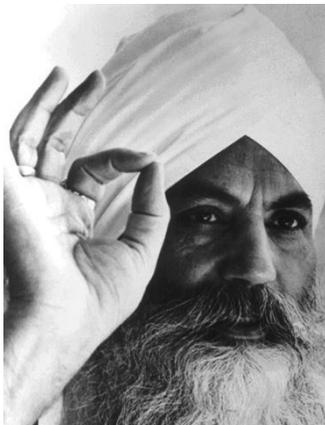
Ugarte 1863 - Olivos  
Pedidos: 4794-8360

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

## ¿Qué es kundalini yoga?

El arte del Kundalini Yoga y la Meditación fueron desarrollados hace más de 5.000 años por los sabios de la India y el Tibet, los cuales probaron y perfeccionaron de forma sistemática los movimientos, posturas, sonidos, y respiración precisos que activan distintas partes del cuerpo y el cerebro para así producir resultados específicos.

Durante mucho tiempo fue un secreto reservado para brahmanes, príncipes y grandes yoguis por su gran poder y la extraordinaria rapidez de sus efectos, hasta que estas enseñanzas sagradas fueron traídas a Occidente en 1969, y presentadas al público por primera vez por Yogui Bhajan. Aparte de ser la primera vez de haberse enseñado en público, también es la primera vez que éstas han sido recogidas por escrito para occidente, y puestas a disposición de todos aquellos que deseen practicarlas, en vez de pertenecer a un selecto y reducido grupo de iniciados.



Kundalini Yoga es la ciencia, el arte y la tecnología que permite que uno pueda acceder a y utilizar su propio poder creativo para elevar su conciencia, para su curación y para otros fines aparte de la reproducción. Este poder (shakti), permanece adormecido en la base de la columna vertebral, hasta que la despertamos, tanto de forma espontánea como a través de técnicas yóguicas, y se alza para unirse con la Energía Universal, dotando al individuo de una conciencia más allá de la percepción ordinaria.

Kundalini Yoga combina de una manera precisa ejercicios físicos, técnicas de respiración, concentración mental, meditaciones creativas, relajación y mantras, para conseguir el perfecto equilibrio entre cuerpo, mente y espíritu.

Cuando la energía del sistema glandular se combina con el sistema nervioso, se crea tal sensibilidad en el cerebro que te permite recibir la totalidad de las señales e integrarlas. Cuando la kundalini se despierta, la persona comprende el efecto y el impacto de cualquier acción. LA PERSONA SE CONVIERTE EN UN SER TOTALMENTE CONSCIENTE, por eso al kundalini yoga se le llama el yoga de la conciencia (también se le llama el yoga del amor pues toda tu experiencia va directamente al corazón).

Es considerada la forma más completa y poderosa del yoga. El uso de la voz, fundamentalmente a través del canto de mantras, nos conecta con estados de gozo profundo, una forma divertida de trabajar aumentando la capacidad pulmonar e incorporando la respiración lenta y tranquila a la vida cotidiana.

En las prácticas de Kundalini Yoga según la enseño Yogui Bhajan se ofrece una inmensa cantidad de series con ejercicios diferentes (kriyas) y cientos de meditaciones creativas de modo que cada clase es única y especial.

### Meditaciones creativas

En la plegaria la mente esta focalizada en un punto y el ser humano

le habla a la infinitud. En la meditación la mente se vuelve totalmente limpia y receptiva y la infinitud le habla al ser humano. Eso es la meditación.

Existen dos niveles de meditación. En uno de ellos, la unidad del ser le habla a la infinitud. En la otra, la infinitud le habla a la unidad. Todos los otros estados son preparación para la meditación...

La mejor manera de meditar es una meditación creativa. La lógica detrás de esto es que la mente esta mayormente entonada con el intelecto. El intelecto comienza a liberar pensamientos y más pensamientos que se relacionan con tus emociones y temperamento. Se convierten en deseos, y el deseo entonces dirige al cuerpo para crear una creatividad para ganar el objeto o la meta. Esta creatividad es una experiencia práctica en la vida... No puedes vivir sin meditación. La imaginación y la actividad se mezclan para afectar el como se enfoca la personalidad. Esto es meditación. Tú relacionas tu actividad unitaria hacia tu palabra de infinitud. La pregunta es: ¿Eres creativo o no eres creativo? Esto decidirá la tendencia de tu vida.

Si tu tan solo te sientas por veinte minutos y te cierras, eso no es meditación... la meditación es creatividad y actividad que relaciona tu existencia a la existencia del cosmos. Es armonía individual en relación a la armonía universal.

*Felipe Oliver*

# Kundalini Yoga




**EL YOGA DE LA CONCIENCIA**

*Instructores: Gyanpreet Singh &  
Jap Prem Singh Khalsa.*

**Teléfonos: 4794-4350 /  
15-5766-5764 / 15-6756-6681.**

Consulta días, horarios y aranceles!

Clases en Belgrano (B. Encalada 2614),  
Palermo (Cabildo 220), Olivos, Flores,  
Floresta (Bogotá 4081), Caballito...  
y también **Yoga Personal Trainer!**

**www.casadel-sol-yoga.blogspot.com**  
**E-mail: casadelsolyoga@gmail.com**

mantras ♦ pranayamas ♦ asanas ♦ mudras ♦ bandhas ♦ kriyas ♦ yoganidra



## YOGA

Hatha y Ashtanga  
Principiantes y avanzados

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



## DANZA del VIENTRE

Para todas las edades  
Clases personalizadas  
Grupos reducidos

prof. **Carla Weim**

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

## Viajes Yóguicos Para empezar el 2010

Luego de organizar el viaje yóguico número 15, estamos convencidos que son experiencias que nos enriquecen tanto a nivel individual como también social.

La posibilidad de integrarnos a un grupo, compartir nuestra energía y abrirnos a diferentes tipos de personas, nos aporta datos sobre nosotros mismos y a la vez sobre cómo elegimos relacionarnos y vincularnos.

Los beneficios inmediatos de estar en contacto con la naturaleza, lejos de las obligaciones cotidianas son una sensación de calma y paz que se transforma en claridad mental.

Ocupados en brindarle herramientas a nuestro cuerpo para su adecuada tonicidad, flexibilidad y respiración a partir de la práctica de dos métodos de yoga: hatha y ashtanga

Cuerpo y mente se verán nutridos con aire puro, alimentación sana de tipo vegetariana y la belleza del entorno natural especialmente elegido.

También disfrutamos de algunas actividades recreativas para generar espacios lúdicos que colaboren con el desarrollo de nuestra creatividad, entonces continuando con el mismo eje de profundización podemos ver una película que nos invite a pensar en alguna temática en particular o encontramos en fogones a la luz del fuego para cantar mantras, oír un cuento y jugar, las mujeres están invitadas a una clase de danza del vientre siendo la danza una primitiva forma de expresión que nos ayuda a canalizar emociones o realizar alguna caminata para integrarse de lleno en la naturaleza y mucho tiempo libre que disfrutar.

La propuesta siempre es viajar a un entorno natural para generar un espacio vinculado a la salud, la alegría y la vida renovando nuestra energía vital tan desgastada en la vida moderna que tiene como resultado una experiencia transformadora.

Para empezar el 2010 tenemos dos propuestas de VIAJES YOGUICOS ambos a la provincia de Córdoba:

La primera en el ASHRAM PIEDRAS DEL SOL (Tanti) del 3 al 8 de enero

Un Ashram es un lugar de meditación, investigación espiritual, conexión con la naturaleza, enseñanza y convivencia.

Se encuentra en un predio de 60 has, destacadas por un bosque de Pinos, otro de Eucaliptos, un pequeño arroyo de vertientes y desniveles naturales del terreno que permiten apreciar diferentes paisajes y ampliar la visión del horizonte.

Sus cómodas instalaciones, una hermosa pileta y amplios salones con vista a las montañas ideados para la práctica de yoga y meditación, hacen que sea es un lugar óptimo para el encuentro, el desarrollo humano y para comenzar el año en muy buenas condiciones.

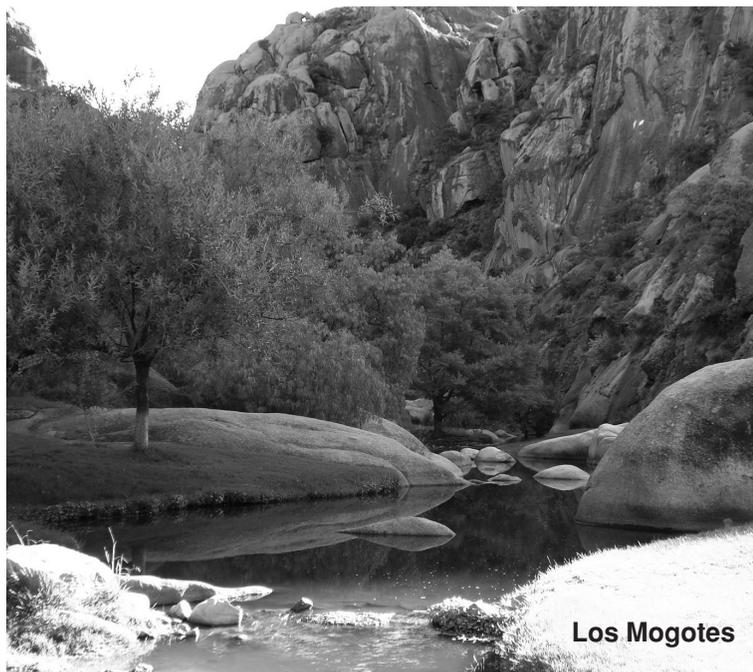
Durante los 6 días profundizaremos en la práctica de meditación, pranayamas, yoga nidra, asanas y satkarmas (prácticas de purificación). Realizaremos una excursión al imponente Macizo Los Gigantes, veremos el film Mahabharata (Peter Brook)

**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)**



Los Mogotes

La segunda propuesta es en el Complejo El Chamán (Capilla del Monte) del 23 al 28 de febrero

Este hospedaje fue morada de los antiguos Comechingones, un campo de 50 has. que combina las más sublimes vistas panorámicas, 700 metros de costa sobre el Río Dolores, Flora y Fauna autóctonas, y la más refinada infraestructura turística con apart cabañas de primer nivel, Salón de Usos Múltiples y casa de té.

Las prácticas y actividades que haremos cotidianamente en distintos momentos del día y de la noche, nos irán llevando a un estado de receptividad para poder conectarnos con la energía especial que tiene el lugar. También realizaremos excursiones a Los terrones, Paso del Indio, Los Mogotes y Las ollitas.

La coordinación está a cargo de Juan Laso y Carla Weim.

Para ver el costo, fotos y más información entrá a [www.juanlaso.com.ar](http://www.juanlaso.com.ar) o llamanos al 4776-5241. Espacio Avalon de Palermo.

## Los 28 pasos para la salud

La Medicina Tradicional China, básicamente, utiliza la prevención como principio de bienestar.

Con la milenaria sabiduría que la caracteriza, determina la idea del correcto flujo de energía por los meridianos del cuerpo humano; si este fluir se obstruye se produce un desalineamiento y deviene la enfermedad. Es simple de entender pero altamente complejo de ejercer.

Los verdaderos Maestros Médicos son holísticos conocedores de infinidad de combinaciones y tratamientos específicos para cada individuo y cada personalidad.

El estiramiento y la torsión del cuerpo físico en movimientos suaves y armoniosos, la ejercitación de los órganos internos mediante la respiración

y la concentración, el equilibrio y la meditación, son artes del CHI KUNG, recomendados por la Medicina China, sin restricción de edad ni contextura corporal.

En Centro Rasayana, los martes de 18:00 hs. a 19:30 hs. compartimos el sagrado espíritu del CHI KUNG en dinámicas clases a través de los 28 pasos para la salud, física, mental y emocional.

Centro Rasayana  
Ayacucho 1466 PB A - Florida  
4796 3122



### “Quinto Sol”

- REIKI Trat., Sem. 1, 2, 3 y Maestría
- ARMONIZACIONES CHAMANICAS Limpiezas, Liberaciones, Apertura de Caminos
- TAROT Autoconocimiento y Evolución del Ser
- CHI KUNG - MEDITACION ZEN
- REFLEXOLOGIA - GEMAS Y CRISTALES

TURNOS: 15 5054 9362 / 4764 5835 - [universal\\_33@hotmail.com](mailto:universal_33@hotmail.com)

Un libro excepcional

LA HISTORIA POR LA ASTROLOGÍA  
Incluye a la República Argentina



Pedidos al 155-121-9988



## CENTRO EVOLUCION Maria Rosa Lupinacci

Cursos abiertos todo el año

Co-creadora de los sistemas:

Terapias Florales con Elixires “ESPIRITU”

“Tesoros del Mar Argentino” y

Técnico en Fotos Kirlian, etc. Master Reiki.

Autora del libro “Reiki desde lo simple”

1º, 2º, y 3º nivel y maestría

Atención a Pacientes  
también otras áreas

[www.elixiresespiritu.com.ar](http://www.elixiresespiritu.com.ar)  
[elixiresespiritu@yahoo.com.ar](mailto:elixiresespiritu@yahoo.com.ar)

Turnos consultas:

4 641-1949 cel 11 3361-7325

Centro de LINIERS



# RASAYANA

## Centro integral para una vida sana

TERAPIA DE DESINTOXICACIÓN  
IÓNICO - CELULAR (Nuevo)

CURSO DE ALQUIMIA  
"El despertar de la nueva energía"

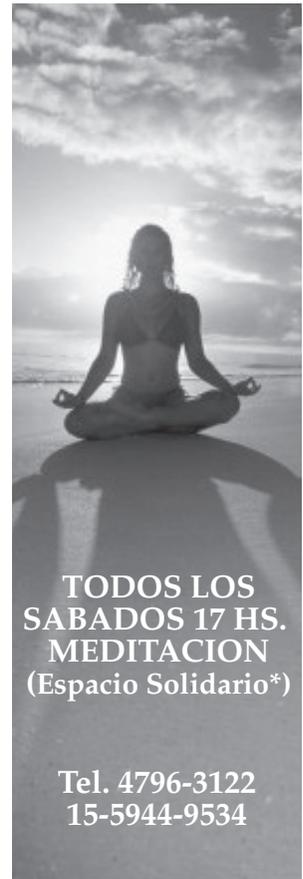
Chi Kun  
todos los martes de 18 a 19.30 hs.



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

- HATHA YOGA
- IYENGAR YOGA
- MASAJES CON PIEDRAS
- MASAJES AYURVEDICOS
- TERAPIA INTEGRADORA AYURVEDICA
- ASESORAMIENTO NUTRICIONAL S/DOSHA
- CLASES DE DANZAS ARABES

\* Espacio Solidario  
Entrada: un alimento no perecedero  
[www.rasayanayoga.com.ar](http://www.rasayanayoga.com.ar)



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

Tel. 4796-3122  
15-5944-9534

*Aloe es Salud*  
*Gel Puro Medicinal de Aloe Vera*

100% Natural – 100% Aloe

## "ALOE DE LOS COMECHINGONES"

LINEA MEDICINAL – COSMETOLOGICA – CORPORAL



Venta por mayor y menor  
Envíos a todo el país

011-4483-3287 / 011-153-206-9724  
[www.productosdealoevera.com.ar](http://www.productosdealoevera.com.ar)  
[aloeverasalud@yahoo.com](mailto:aloeverasalud@yahoo.com)

Este producto medicinal trata los siguientes problemas:

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



Buscamos revendedoras/es en todo el país