



# El Umbral

Año 7 - Nº 76 - Agosto de 2011

Ecología, terapias naturales y vida interior

El que murió, simplemente se nos adelantó, porque para allá vamos todos. Además lo mejor de él, el amor, sigue en tu corazón.

*Facundo Cabral*

1937 - 2011

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



**Destellos de Amor y Luz®**  
Sistema de Protección,  
Armonización y Preparación

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

Próximo Seminario con inscripción previa:  
Sábado 6 de agosto a las 10hs en Almagro

Maestra Guardiania y Canalizadora  
**Laura Pacheco**  
lpacheco09@gmail.com  
Cel. 155-043-8141

**El Umbral**

PARA  
COMUNICARTE:

**4796-5783**

**PAOLA LOSPINOSO**  
Licenciada y Profesora de Psicología (UBA)

Atención de niños,  
adolescentes y adultos

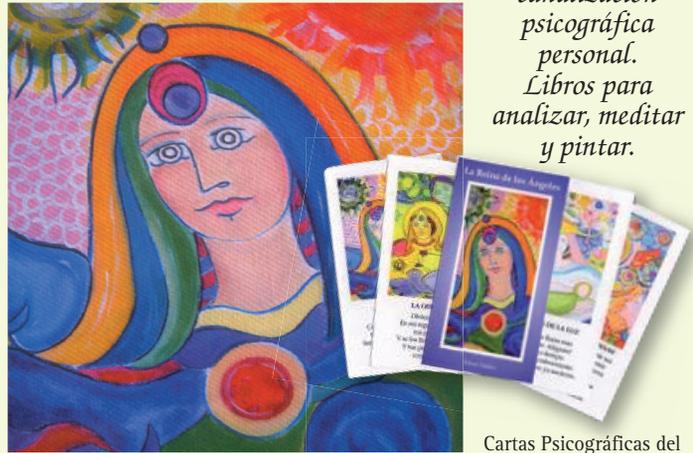
Parejas  
(problemáticas vinculares)

Talleres de reflexión para  
niños y adolescentes

Clases particulares de  
Psicología

4796-5783 / 15-3386-3006  
Atención : Villa Devoto y Olivos

**Elena Valdéz**



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

Todos los 20 a las 20 hs.  
En la confitería "La Estación"  
del Shopping Bella Vista Hollywood  
Te esperamos para una charla de Angeles y Metafísica

Cartas Psicográficas del contenido del libro "Almas"  
Juego de cartas "La Reina de los Angeles"  
(Para conexión y autoayuda)

4666-0332 / 4804-5031 • [www.elenavaldez.com.ar](http://www.elenavaldez.com.ar)

**REIKI**

SESIONES INDIVIDUALES  
DE ARMONIZACION ENERGETICA  
cuerpo - mente

ALINEACIÓN DE CHAKRAS  
LIMPIEZA DEL AURA  
DINAMICA MENTAL

Te invitamos amorosamente a participar de estas sesiones, que van a ser realmente un Spa para tu Alma.

Namaste

Juan Sosto Cerchí  
reiki master usui - aromaterapia - gemoterapia  
musicoterapia en sanscrito - dinámica mental

**CENTRO DE TERAPIA HOLÍSTICA**  
Solicitar Turno al: 15-57383226  
Córdoba y Corrientes - Olivos (Bs. As.)  
Consultas: [info@reikiarmonizador.com.ar](mailto:info@reikiarmonizador.com.ar)  
[www.reikiarmonizador.com.ar](http://www.reikiarmonizador.com.ar)

## El polen reconvertido

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

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

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

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

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

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

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

se revirtió en el 100% de los casos, estrés y depresión 100%, diabetes 70%, hepatitis pre cirrosis 100%, impotencia 100%, adenoma de próstata 100%, osteoporosis 100%, cardiopatías 100%, artrosis 80%, arteroesclerosis 80%. Se acompañó con medicación homeopática.

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

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

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

Para mayor información: (011) 4738 - 4628



### Rejuvenecedor biológico Energía transformada en acción

#### OLEOS ESENCIALES CONCENTRADOS DE POLEN



Compuesto por más de 110 complementos diferentes:

Aminoácidos + Vitaminas + Minerales + Aceites esenciales + Proteínas  
Complejo vitamínico de origen vegetal, hidrosoluble. NO ENGORDA. Totalmente atóxico. No tiene conservadores

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



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

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

www.crinway.com

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

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

## DEMETRIA Restaurante

Un nombre y Dos  
lugares para disfrutar  
la mejor Gastronomía

#### San Isidro

11 4765 7634  
Von Wernicke 3065  
(San Isidro)

#### Saavedra

11 4703-0020  
Ramallo 2626  
(Capital)

www.demetria.com.ar

## Escuela Reiky Dar®

Iniciaciones  
Maestría Usui

VIERNES 18 Horas.

### SERVICIO SOLIDARIO

Ayacucho 1466 PB "A" Florida M

Eduardo R. Goldin  
Reiky Sensei

Sesiones \* Tratamientos

...todos merecemos la tibia caricia de Reiky!

15/ 5013-5915 ~ 4718-3348

www.reikidar.com.ar

info@reikidar.com.ar

## STAFF

### Propietario y Director:

Lic. Jorge Martín Kruise

### Colaboradores:

Facundo Cabral

Dr. Salomón Szapiro

Laura Pacheco

Fernando Malkún  
(Colombia)

Margarita Rebozov

Susana Guariglia

Cristina Teruel

Cristina Echeverría

*En Bahía Blanca:*

Dr. Marcelo Nasberg

*En Capilla del Monte:*

Vana Nissen

### Diseño Gráfico:

Walter Vega

### El Umbral es una publicación mensual y gratuita

Las notas firmadas y el contenido de las publicidades son exclusiva responsabilidad de sus autores y anunciantes.

Todas las personas que escriben en esta publicación, lo realizan en carácter de "Ad Honorem".

R.N.P.I. en trámite

### PUBLICIDAD y MENSAJES:

4796-5783

elumbralrevista@yahoo.com.ar

www.revistaelumbral.com.ar

Permitida la reproducción con solo citar la fuente

## Dedicado a Facundo

Que decir sobre este hombre tan especial, este Ser de Luz cuyo mensaje era escuchado por miles de personas en todo el mundo. Más allá de su música.

Facundo Cabral más que música nos deja toda una filosofía de vida.

Hay muchos cantautores inteligentes, pero pocos sabios.

Nosotros tuvimos el honor de contar con un par de artículos escritos por él y que publicamos en anteriores números de El Umbral, como homenaje a su persona los volvemos a publicar en este número.

Me gustaría repetir aquí lo que puse en Facebook el día que lo mataron...

"Otro Ser de Luz que se llevan, no toleran a seres como John Lennon, Martin Luther King, Gandhi...sos uno más en nombre del Amor".

Aunque ahora se cree que los disparos no estaban dirigidos a Facundo, sino a quien lo contrató, siempre me quedan dudas. Su mensaje de libertad podía molestar a muchos poderosos.

Cierro esta introducción a la revista con una frase del mismo Facundo:

"No hay muerte... hay mudanza.

Y del otro lado te espera gente maravillosa:

Gandhi, Miguel Ángel, Walt Whitman, San Agustín, la Madre Teresa, mi abuela y tu madre..."

Gracias por ser un ejemplo de vida.



JMK

### HUMILDAD

*\*Facundo Cabral\**

*Aprende del agua porque el agua es humilde y generosa con cualquiera, aprende del agua que toma la forma de lo que la abriga: en el mar es ancha, angosta y rápida en el río, apretada en la copa, sin embargo, siendo blanda, labra la piedra dura.*

*Aprende del agua que por graciosa se te escurre entre tus dedos, tan graciosa como la espiga que se somete a los caprichos del viento y se dobla hasta tocar con su punta la tierra, pero pasado el viento la espiga recupera su erguida postura, mientras el roble, que por duro no se doblega, es quebrado por el viento.*

*Sé blando como el agua para que el Señor pueda moverte graciosamente en cumplimiento de tu destino, y serás eterno como EL, porque sólo el que se deja trascender por lo trascendente será trascendente.*

# Recuerda

*Mahatma Gandhi nos dejó*

## Recuerda...

Que siempre existen tres enfoques en cada historia: mi verdad, tu verdad y la Verdad.

Que toma mucho tiempo llegar a ser la persona que deseas ser.

Que es más fácil reaccionar que pensar.

Que podemos hacer mucho más cosas de las que creemos poder hacer.

Que no importan nuestras circunstancias, lo importante es cómo interpretamos nuestras circunstancias.

Que no podemos forzar a una persona a amarnos, únicamente podemos ser alguien que ama.

El resto depende de los demás.

Que requiere años desarrollar la confianza y un segundo destruirla.

Que dos personas pueden observar la misma cosa, y ver algo totalmente diferente.

Que las personas honestas tienen más éxito al paso del tiempo.

Que podemos escribir o hablar de nuestros sentimientos, para aliviar mucho dolor.

Que no importa qué tan lejos he estado de DIOS, siempre me vuelve a recibir.

Que todos somos responsables de nuestros actos.

Que existen personas que me quieren mucho, pero no saben expresarlo.

Que puedo hacer todo o nada con mi mejor amigo y siempre gozar el momento.

Que a veces las personas que menos esperamos, son las primeras en apoyarte en los momentos más difíciles.

Que la madurez tiene que ver más con la experiencia que hemos vivido, y no tanto con los años que hemos cumplido.

Que hay dos días de la semana por los que no debemos preocuparnos: ayer y mañana. El único momento valioso es AHORA.

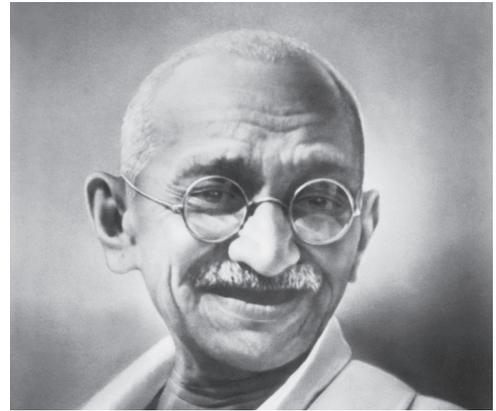
Que aunque quiera mucho a la gente, algunas personas no me devolverán ese amor.

Que no debemos competir contra lo mejor de otros, sino competir con lo mejor de mí.

Que puedo hacer algo por impulso y arrepentirme el resto de mi vida.

Que la pasión de un sentimiento desaparece rápidamente.

Que si no controlo mi actitud, mi actitud me controlará a mí.



Que nunca debo decirle a un niño que sus sueños son ridículos, que tal si me cree?

Que es más importante que me perdone a mi mismo a que otros me perdonen.

Que no importa si mi corazón está herido, el mundo sigue girando.

Que la violencia atrae más violencia.

Que decir una verdad a medias es peor que una mentira.

Que las personas que critican a los demás, también me criticarán cuando tengan la oportunidad.

Que es difícil ser positivo cuando estoy cansado.

Que hay mucha diferencia entre la perfección y la excelencia.

Que los políticos hablan igual en todos los idiomas.

Que es mucho mejor expresar mis sentimientos, que guardarlos dentro de mí.

Que al final de la vida me doy cuenta que las únicas cosas que valieron la pena son:

Dios, mi familia, un grupo muy selecto de amigos y unas experiencias que me dieron crecimiento personal.

Para ser exitosos no tenemos que hacer cosas extraordinarias. Hagamos cosas ordinarias, extraordinariamente bien.

"Si alguna vez no te dan una sonrisa esperada, se generoso y da la tuya, porque nadie tiene tanta necesidad de una sonrisa como aquel que no sabe sonreír"

*Namasté*



*En busca del equilibrio...*

**Centro Natural para la Buena Salud** ¡que estés bien! Mili Medina

**TAI CHI CHUAN - CHI KUNG:** Devoto, V. Parque, V. Pueyrredón, Caballito, Palermo...  
Instructorado - Relajación - Terapéutico

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

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

Consulta lugares de prácticas en [www.enbuscadeequilibrio.com.ar](http://www.enbuscadeequilibrio.com.ar)

por mail: [emedina\\_5@yahoo.com.ar](mailto:emedina_5@yahoo.com.ar) o a los teléfonos: **4502-4129** • celular: **15 5333 7629**

Asociación Ta Chen - Escuela Shu luen - Asociación Chung Chen de Xing Yi Quan:

[sifu\\_quintana@hotmail.com](mailto:sifu_quintana@hotmail.com) Discípula en 2º generación del Gran Maestro Tung Kuo Tsao.

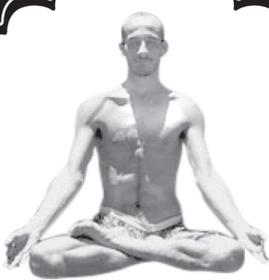
## "El viaje en círculos de luz"

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

Contacto: **María Margarita Menéndez**

Tel: 4784-0613 [bartok\\_10@hotmail.com](mailto:bartok_10@hotmail.com)

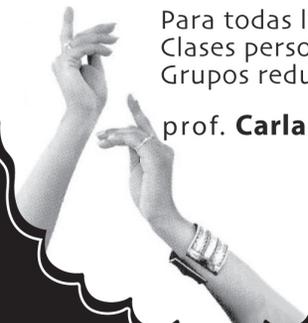
[www.elviajeencirculosdeluz.blogspot.com](http://www.elviajeencirculosdeluz.blogspot.com)



**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

## El sistema nervioso

En la historia infinita de la vida, el SN -sistema nervioso- representa el patrimonio más grande que el ser humano haya recibido del pasado ancestral y es la culminación de incontables modificaciones evolutivas. A través de una serie continua de adaptaciones al ambiente y al incremento de las exigencias funcionales, los organismos desarrollaron un SN más eficiente, capaz de responder a una diversidad de sensaciones y estímulos.

Durante la filogénesis fué aumentando el tamaño de la corteza cerebral, formándose pliegues o circunvoluciones con capas de sustancia gris, que asumieron el control sobre los sistemas sensoriales y motores, diferenciándose áreas especializadas de integración conformando el llamado *telencéfalo* o *neocortex*.

En el desarrollo embrionario el SN humano repite muchas etapas ancestrales y se verifica la *cefalización* al expandirse mucho su porción anterior -prosencefalo-. A su vez y a diferencia de lo que ocurre en la mayoría de los órganos que adquieren su forma definitiva en el segundo o tercer mes de gestación, el encéfalo continúa su complicado proceso de morfogénesis en los meses siguientes.

Del mismo modo, heredamos de esta memoria ancestral el temperamento o patrón de *reactividad*; mientras que el otro movimiento nos lleva a convertirnos en arquitectos de nuestra propia vida con la construcción del *carácter*.

La concepción filosófica clave en la neurociencia contemporánea es que toda conducta constituye la exteriorización de grupos neuronales con potencialidad de ser identificados. Eso incluye no sólo funciones motoras -mas o menos complejas-, como caminar y sonreír, sino también más elaboradas como los sentimientos, el aprendizaje y la vida psíquica.

La información provista por los receptores especializados periféricos, en conexión inmediata con el medio ambiente, es analizada por el SN descompuesta en componentes que son base de distintas percepciones, almacenándose algunas en la memoria y coordinándose una respuesta integrada. *"Todos los pensamientos, sentimientos, percepciones y actos son producto del SN humano. Estos logros dependen de la arquitectura del encéfalo y de la forma en que funciona"*.

Sin embargo, se ha observado que lo que distingue las distintas áreas del SN, no es sólo el tipo y número de sus neuronas sino cómo están conectadas entre sí. De estos patrones de interconexión, surge el comportamiento característico; de ahí que prácticamente todo el cerebro interviene incluso en conductas sencillas.

Como funciones de importancia del SN mencionamos:

- 1- Regular la actividad de los diferentes órganos y de todo el organismo;
- 2- Lograr una adaptación rápida frente a modificaciones del medio externo;
- 3- Enlazar órganos y sistemas, coordinar actividades y condicionar la integridad del organismo;
- 4- Configurar la base material del pensamiento, el lenguaje, el aprendizaje y la memoria.

En una visión simplificada, la función cerebral puede considerarse como producto del neocórtex junto al sistema límbico, que se complementan para generar la conducta humana *con propósito y objetivo*.

### Lic. Norma Gurri

Psicóloga UBA  
Terapeuta floral - lectura corporal

- \* Atención pacientes oncológicos y flia.
- \* Talleres de reconocimiento corporal
- \* Talleres de relajación

Villa Urquiza 4523-3141

El sistema límbico es el vínculo primordial con la *emocionalidad* y la *motivación* para la acción, así como el proceso de aprendizaje y memoria -se recuerda sólo aquello que emocionalmente nos interesa-.

Podríamos definir al SN junto con el inmune y endócrino como *instrumentos de aprendizaje*.

La gente que triunfa, que es feliz, no es necesariamente la de mayor coeficiente intelectual, sino la que tiene mayor capacidad de *relación-comunicación-adaptación-integridad-inteligencia emocional*. La integridad es honestidad en el plano emocional y coherencia en la triple personalidad. Pretender vivir con áreas emocionales turbulentas, teniendo una perfecta salud física y buenos vínculos es como cargar el tanque de un auto con gasolina adulterada y pretender una buena combustión.

Podemos cambiar el significado de los eventos dolorosos del pasado al modificar el *código de lectura de los sentimientos*: un sentimiento intenso "congelado en el pasado" genera un resentimiento tóxico en el presente -el miedo se congela en el riñón y la rabia en el hígado-.

*Nos debemos perdonar, dejarnos pasar, fluir, ser más flexibles.*

Siguiendo la ley de 7, podemos clasificar el SN en: **a- médula espinal; b- bulbo raquídeo; c- protuberancia; d- mesencéfalo; e- cerebelo; f- diencéfalo y g- hemisferios cerebrales.**

Siguiendo la ley de 3, es posible considerar: **un cerebro reptil (incluye b, c, d y e), un cerebro mamífero (f) y un cerebro humano (g).**

Siguiendo la ley de 5, es factible consignar:

- 1) *Hemisferio cerebral derecho* (analógico emocional);
- 2) *Hemisferio cerebral izquierdo* (lógico-analítico lineal);
- 3) *Diencéfalo* (intuitivo homeostático)
- 4) *Cerebelo* (equilibrio automático y coordinación fina)
- 5) *Tallo cerebral* (circuitos de supervivencia)

Estos 5 cerebros corresponden a los 5 movimientos de la conciencia: *tierra, agua, fuego, aire y éter.*

*La conciencia es un patrón organizado de información y tiene que ver con el aprendizaje y la atención, llevándonos a descubrir la pausa, el vacío, el silencio; es el campo relacional que le da sentido a la vida.*

El cerebro es un campo totipotencial, coherente, complejo, capaz de leer el campo cuántico. En otras palabras, podemos definir al campo neuronal como la expresión más organizada del campo etérico, siendo el sistema nervioso agente de dicho campo.

El cerebro actúa como una antena receptora de energía e

información que luego procesa y distribuye en el sistema, pudiendo asimilarse a una bomba aspirante-impelente, que trabaja en 3 dimensiones: anteroposterior, lateral y sagital.

*"El hilo del universo es, tal vez, una cadena de ideas en resonancia. Si el universo es mental, si cada cosa más allá de su materia densa y sus campos electromagnéticos es la precipitación de una idea, explicaría por qué una acción tan sutil como la visualización tiene efectos tan poderosos. La mente humana es un poderoso instrumento cuyas posibilidades apenas empezamos a vislumbrar".*

Dr. Salomón R. Szapiro



**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

**Dr. Salomón Rafael Szapiro**

HOMEOPATÍA UNICISTA  
TERAPIAS BIOENERGÉTICAS

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

Tel.: 4787-4051

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

ATENCION: BELGRANO / OLIVOS

**FARMACIA "ROMA"**

Fernando Rossi  
FARMACEUTICO

**HOMEOPATIA**

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

## para ir agendando

Presentaciones de Elena Valdez. Para ir agendando: viernes 12 de agosto a las 19 hs. Hotel Milán, Montevideo 337. Entrada gratuita.

Domingo 14 de agosto de 14 a 20 hs. en El Jardín de los Angeles. Organiza Silvia Riccioppo.

El viernes 26 de agosto a las 19 hs. en Argentum, José Mármol 63. Elena Valdez con Brad Hunter



**Sabores  
y secretos  
de la India**

Casa de Alimentos  
Naturales • Orgánicos • Hierbas y Especies  
Diabéticos • Celíacos  
Productos Ayurvédicos y Orientales

CURSOS Y SEMINARIOS DE  
ALIMENTACIÓN AYURVÉDICA

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

**4783-3424**

**CIUDAD DE LA PAZ 1739  
- CAPITAL -**

**DIETÉTICA**  
*Nutrición Natural*

Lunes a Sábado de 9:00 a 13:30 hs.  
y de 16:00 a 20:00 hs.

**Cabildo 3610 - Tel.: 4701-8989**

 **naturvida**

**Dietética naturista**

Productos naturales, Diabéticos, Celíacos

Roca 1489 • (1638) Vte. López  
**4797-0645**

## ¿ Miedo o amor?

A menudo la vida nos plantea situaciones en las que tenemos que definirnos, obligándonos a decidir por diferentes roles...

Me sucede en esos casos plantearme qué postura adoptar frente a los variados sucesos que se nos presentan...

Tengo un buen amigo que suele enviarme mensajes que alientan a la lucha... de diferente índole, pero lucha al fin...

Y yo me cuestiono:

¿Donde me pongo?

¿Qué rol adopto?

¿Cómo contesto?

He estado tan desorientada...

Veo tanta gente desorientada...

La realidad tiene puntos en común con una partida de ajedrez... y alguna vez leí un texto con una interesante imagen:

“No se puede comprender una partida de ajedrez si únicamente se observan los movimientos desde una esquina del tablero”

Todos somos distintos... lo hemos escuchado tantas veces!

Tenemos compañeros que son excelentes peones... y otros que se mueven como alfiles... y todos, todos, estamos en la misma partida...

Y todos estamos trabajando en conjunto... como en una carpintería, construyendo un hermoso mueble... Hay gente como la sierra... que está hecha para cortar lo que haya que cortar...

Hay gente hecha como la lija suave... que apenas acaricia...

Y a veces vemos que el mueble nos está saliendo un poco torcido... y uno se asusta...

La realidad se puede comparar también a una escultura... todo depende del punto de vista del que se la mire, veremos diferentes partes de la misma obra, y la interpretación estará acorde a nuestra flexibilidad en cambiar de punto de observación...

¿Quién ve la partida, la escultura, el mueble desde todos los ángulos y todos los puntos de vista?

¿Dónde me pongo?

¿Qué rol adopto?

¿Cómo contesto?

Y entonces sucede que uno empieza a barajar respuestas... ¿Cuál es la mejor?

Aquel que intenta bucear en su interior, habrá escuchado alguna vez:

“Dios está en ti... busca a Dios dentro de ti...”

Recuerdo que pasé tiempo reflexionando acerca de esta afirmación... ¿Dónde lo busco? ¿Cómo hago? ¿Por dónde empiezo?

Todo eso me pregunté durante mucho tiempo, hasta que comprendí una de las enseñanzas que nos vienen repitiendo los

Grandes Maestros que han estado en la Tierra...

"Actúa con Amor, con el mayor Amor que puedas encontrar dentro de ti..."

Allí está! Allí reconoces a Dios! En esa parte tuya que está íntimamente conectada con el Amor...

Y entonces las respuestas surgen tan claras... con sólo preguntarse: ¿Cuál es el paso que muestre el Amor que hay en mí?

Pero estas respuestas claritas, se topan con un semejante muro... EL MIEDO...

El miedo que nos hace dudar, retroceder, atacar, huir, callar...

En verdad el miedo es lo opuesto al Amor, no lo es el odio...

El miedo nos hace reaccionar de la peor manera y nos impide tomar la mano de nuestro compañero y avanzar en este camino...

Entonces... cuando te hagas estas preguntas...

Donde me pongo?

Qué rol adopto?

Cómo contesto?

Y si me permites un consejo:

No te juzgues, no te culpes... ni lo hagas con los demás... sólo mira en ti y responde...

Cuál es la acción de mayor Amor que puedas elegir?

Cuál es el rol más Amoroso que puedas adoptar?

Cuál es la respuesta más dulce que puedas dar...

Sé que el planteo puede despertar en algunos la idea de ingenuidad...

Y me parece importante completar con lo siguiente:

Cuando miro atrás y veo las situaciones difíciles en mi vida, me encuentro reconociendo que las Verdades son simples... no es ingenuidad... es descubrir que la vida es más sencilla de lo que nuestro cerebro nos dice... LA VERDAD ES SIMPLE

Y yo también me enfrento ahora al Miedo:

¿Debo hablar del Amor?

¿Acaso no ha sido demasiado manipulado?

¿Acaso estas palabras serán juzgadas?

Y me respondo:

Toma lo que deseas, eso será suficiente

Y agrego: Gracias por estar aquí, por leer hasta aquí...

Con mucho Amor,

Laura Pacheco



**Trigo Limpio**

Almacén Naturista



**Bucarelli 2687 - Capital**



**Dietética Arrayanes**

---

**ALMACEN NATURAL**



- Especias
- Harinas
- Frutos secos
- Productos para celíacos y diabéticos
- Suplementos dietarios

- Legumbres
- Hierbas
- Tinturas madres

---

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

**DIETETICA**

**CONTURO DE LOS AROMAS**



Ciudad de la Paz 1389  
Tel.: 4781-7266

Tienda Naturista

Ventas por mayor y menor - Delivery

Productos naturales para todas las dietas

Diabéticos - Celíacos - Hipertensos

Suplementos Dietarios

Hierbas - Cosmética Natural

Milanesas de Soja y Gluten

Tofu - Algas - Jalea Real - Polen

ALBARELLOS 1913 - MARTINEZ

5788-5145

tiendanaturista@hotmail.com

**Luz**

**Naturista**

Productos Dietéticos



**Agüero 1406**  
**Tel: 4825-1820**

## Herboristería del Plata

Rivadavia 2525 4954-2535  
Ciudad de la Paz 2040 4782-7903  
[www.hierbasdelplata.com.ar](http://www.hierbasdelplata.com.ar)

Descubra las virtudes del te  
Calidad en hierbas medicinales  
para diferentes dolencias

Cosmetología para pieles sensibles

- Cremas para manchas
- Cremas antiarrugas
- Cremas para acné y cutis grasos
- Tratamientos capilares
- Tratamientos de belleza:  
facial - cuerpo - piernas

Rosa Mosqueta - Aloe Vera  
Extractos puros de la colmena

Productos para spa:

- Arcillas
- Algas
- Perfumes
- Jabones
- Aromatizantes de ambiente

Miel - Polen - Jalea Real  
Propoleo - Aloe vera bebile  
Espirulina - Lapacho  
Libros

Productos de Nutrición Deportiva

Mejor Precio del Mercado

Polen Reconvertido Crinway

Huang He

Jugo de Arándano 1,5 lts

Mermeladas diet

**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](http://www.portalalternativo.com)  
Tel. 4629-3916 (Gabriel)

## No estás deprimido... Estás distraído

Por Facundo Cabral

No estás deprimido, estás distraído.

Distraído de la vida que te puebla, distraído de la vida que te rodea: delfines, bosques, mares, montañas, ríos.

No caigas en lo que cayó tu hermano, que sufre por un ser humano, cuando en el mundo hay 5,600 millones

Además, no es tan malo vivir solo.

Yo la paso bien, decidiendo a cada instante lo que quiero hacer y gracias a la soledad me conozco..... algo fundamental para vivir.

No caigas en lo que cayó tu padre, que se siente viejo porque tiene 70 años, olvidando que Moisés dirigía el Éxodo a los 80 y Rubinstein interpretaba como nadie a Chopin a los 90, sólo por citar dos casos conocidos.

No estás deprimido, estás distraído.

Por eso crees que perdiste algo, lo que es imposible, porque todo te fue dado. No hiciste ni un solo pelo de tu cabeza, por lo tanto no puedes ser dueño de nada.

Además, la vida no te quita cosas: te libera de cosas... te aliviana para que vuelas más alto, para que alcances la plenitud.

De la cuna a la tumba es una escuela; por eso, lo que llamas problemas, son lecciones.

No perdiste a nadie: El que murió, simplemente se nos adelantó, porque para allá vamos todos.

Además, lo mejor de él, el amor, sigue en tu corazón.

¿Quién podría decir que Jesús está muerto?

No hay muerte... hay mudanza.

Y del otro lado te espera gente maravillosa:

Gandhi, Miguel Ángel, Whitman, San Agustín, la Madre Teresa, tu abuela y mi madre, que creía que la pobreza está más cerca del amor, porque el dinero nos distrae con demasiadas cosas y nos aleja, porque nos hace desconfiados.

Haz sólo lo que amas y serás feliz.

El que hace lo que ama, está benditamente condenado al éxito, que llegará cuando deba llegar, porque lo que debe ser será y llegará naturalmente.

No hagas nada por obligación ni por compromiso, sino por amor.

Entonces habrá plenitud, y en esa plenitud todo es posible y sin esfuerzo, porque te mueve la fuerza natural de la vida, la que me levantó cuando se cayó el avión con mi mujer y mi hija; la que me mantuvo vivo cuando los médicos me diagnosticaban 3 o 4 meses de vida.

Dios te puso un ser humano a cargo y eres tú mismo.

A ti debes hacerte libre y feliz. Después podrás compartir la vida verdadera con los demás. Recuerda a Jesús: "Amarás al prójimo como a ti mismo".

Reconcílate contigo, ponte frente al espejo y piensa que esa criatura que estás viendo es obra de Dios y decide ahora mismo ser feliz, porque la felicidad es una adquisición.

Además, la felicidad no es un derecho, sino un deber; porque si no eres feliz, estás amargando a todo el barrio. Un solo hombre que

no tuvo ni talento ni valor para vivir, mandó matar a seis millones de hermanos judíos.

Hay tantas cosas para gozar y nuestro paso por la tierra es tan corto, que sufrir es una pérdida de tiempo.

Tenemos para gozar la nieve del invierno y las flores de la primavera, el chocolate de la Perusa, la baguette francesa, los tacos mexicanos, el vino chileno, los mares y los ríos, el fútbol de los brasileños, Las Mil y Una Noches, la Divina Comedia, el Quijote, el Pedro Páramo, los boleros de Manzanero y las poesías de Whitman; la música de Mahler, Mozart, Chopin, Beethoven; las pinturas de Caravaggio, Rembrandt, Velázquez, Picasso y Tamayo, entre tantas maravillas.



Y si tienes cáncer o sida, pueden pasar dos cosas y las dos son buenas: si te gana, te libera del cuerpo que es tan molesto (tengo hambre, tengo frío, tengo sueño, tengo ganas, tengo razón, tengo dudas)... y si le ganas, serás más humilde, más agradecido.. por lo tanto, fácilmente feliz, libre del tremendo peso de la culpa, la responsabilidad y la vanidad, dispuesto a vivir cada instante profundamente, como debe ser.

No estas deprimido, estas desocupado.

Ayuda al niño que te necesita, ese niño que será socio de tu hijo.

Ayuda a los viejos y los jóvenes te ayudarán cuando lo seas

Además, el servicio es una felicidad segura, como gozar a la naturaleza y cuidarla para el que vendrá. Da sin medida y te darán sin medida.

Ama hasta convertirte en lo amado; más aún, hasta convertirte en el mismísimo Amor.

Y que no te confundan unos pocos homicidas y suicidas.

El bien es mayoría, pero no se nota porque es silencioso.

Una bomba hace más ruido que una caricia, pero por cada bomba que destruye, hay millones de caricias que alimentan a la vida.

Vale la pena, ¿verdad?.

Si Dios tuviera un refrigerador, tendría tu foto pegada en él.

Si él tuviera una cartera, tu foto estaría dentro de ella..

El te manda flores cada primavera.

El te manda un amanecer cada mañana.

Cada vez que tu quieres hablar, él te escucha

El puede vivir en cualquier parte del universo, pero él escogió Tu corazón.

Enfréntalo, amigo ¡él está loco por ti!

Dios no te prometió días sin dolor, risa sin tristeza, sol sin lluvia, pero él si prometió fuerzas para cada día, consuelo para las lágrimas, y luz para el camino.

Cuando la vida te presente mil razones para llorar, demuéstrale que tienes mil y una razones por las cuales sonreír".

**PREMASHANTI**  
Entidad de Bien Público  
Yoga • Reiki • Chi Kung  
Cantos devocionales

**Consultá por actividades gratuitas**

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

**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

"CARRERA DE TERAPEUTA HOLÍSTICO"  
SEMINARIOS INTENSIVOS de:  
"Hipnosis Clínica, Regresiones, Terapia de Vidas Pasadas (Método Brian Weiss)"

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

**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**

Revista  
**El Umbral**

**Publicidad y Mensajes**

**4796-5783**

elumbralrevista@yahoo.com.ar

**Suscripción**

Por 6 números \$ 40.-  
Por 12 números \$ 60.-  
Será enviado por correo  
(se incluyen en el costo los gastos de correo)

### ASTROLOGIA A LA CARTA

LLAMAR CON TU FECHA DE NACIMIENTO, HORA Y LUGAR  
 Los días lunes, miércoles y viernes desde las 16 horas hasta las 18, veremos la estructura básica de tu personalidad.

Tu ascendente                      Tu imagen pública  
 Tu energía vital                  Tu energía emocional  
 Tu forma de amar

Revoluciones solares, tránsitos, estrellas fijas y su influencia en tu carta Natal. Sinastrias, comparación de dos cartas natales y su correspondiente afinidad, cursos y consultas.  
 Contacto 4543-4909 - astronel2003@yahoo.com.ar

## Nicolás Jorge Lospinoso

Contador Público Nacional

### Asesoramiento contable impositivo

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

## EL GRAN ARCANO Escuela Sendero de Luz

### Cursos Mensuales

KABBALAH: (teórico-práctico)  
 Grupo reducido, previa entrevista

### Tarot

a) La Sabiduría oculta del Tarot:  
 Se estudia el Simbolismo Hermético de los 22 Arcanos  
 b) Tarot Astrológico:  
 Predictivo, teórico-práctico

### CONSULTAS DE TAROT

Informes - Turnos al:  
 cel: 1530611688

email: elgranarcano2009@gmail.com

*Cambia tu Vida*

## “Ley de Atracción”

### Posibilidades Cuánticas

*“Piensen en grande porque seremos igual que nuestros pensamientos”*

Atención personal o grupal.  
 Informes: Alejandra 4812-1737

# Las 7 Profecías Mayas (2º Parte)

por Fernando Malkún

## Sexta Profecía

La sexta profecía Maya dice que en los próximos años aparecerá un cometa cuya trayectoria pondrá en peligro la existencia misma del hombre, los Mayas veían a los cometas como agentes de cambio que venían a poner en movimiento el equilibrio existente para que ciertas estructuras se transformen permitiendo la evolución de la conciencia colectiva, todas las cosas tienen un lugar que les corresponde en todas las circunstancias, aún las más adversas son perfectas para generar comprensión sobre la vida para desarrollar conciencia sobre la creación, por esto el hombre se ha enfrentado constantemente a situaciones inesperadas que le generan sufrimiento, es un modo de lograr que reflexione sobre su relación con el mundo y con los otros, así a lo largo de muchas vidas comprenderá las leyes universales de la razón de la creación, para los Mayas, Dios es la presencia de la vida que tiene todas las formas y su presencia es infinita.

El cometa del que habla la sexta profecía fue también anunciado por muchas religiones y culturas, por ejemplo la Biblia en el libro de las revelaciones aparece con el nombre de ajenjo. Si el cometa aparece, es posible que su trayectoria lo lleve a chocar con la tierra, o también por medio de físicos o psíquicos logremos desviar su trayectoria (informaciones recientes nos hablan de un enorme asteroide que se ha descubierto en el espacio que en su trayectoria puede chocar con la tierra en los próximos años), los cometas siempre han formado parte del sistema solar, miles de residuos atraviesan, cruzan, rozan, van y vienen periódicamente e incluso chocan con los planetas que se mueven siempre tranquilos en órbitas regulares, alrededor del sol.

Los Mayas siempre estudiaron y registraron los eventos del cielo, su alerta fue prevenir al hombre de los peligros de no conocer las órbitas y períodos de grandes residuos que se cruzan con la trayectoria conocida de la tierra, ellos sabían que para el hombre moderno descubrir con anticipación un asteroide tan grande que pudiera causar su extinción y luego desviarlo sería uno de los mayores logros de la historia humana y un hecho crucial que nos uniría como especie. Antiguamente la esfera celeste era el dominio de los dioses, la aparición sorpresiva de un objeto desconocido que dominaba la noche era motivo de miedo y misticismo, por ese motivo los Mayas construyeron observatorios dedicados a estudiar los fenómenos, querían entender los impredecibles movimientos en el cielo, especialmente después de que establecieron las posiciones de los planetas y las estrellas. El peligro inminente del que nos alerta la sexta profecía nos obligaría a construir un nivel de cooperación internacional, a establecer un sistema de comando y control por encima de los países y una estructura de comunicación mundial, sería la única manera que los países declinaran su soberanía a una identidad como la Naciones Unidas, dando paso a un gobierno mundial para el bien común, sería un cambio para aprender a trascender la separación que es la base de nuestra sociedad.

## Séptima Profecía

Esta profecía Maya nos habla del momento que en el que el sistema solar en su giro cíclico sale de la noche para entrar en el amanecer de la galaxia, dice que los 13 años que van desde 1999 al 2012 la



luz emitida desde la galaxia sincroniza a todos los seres vivos y les permite acceder voluntariamente a una transformación interna que produce nuevas realidades, Que todos los seres humanos tienen la oportunidad de cambiar y romper sus limitaciones, recibiendo un nuevo sentido: la comunicación a través del pensamiento, los hombres que voluntariamente encuentren su estado de paz interior, elevando su energía vital, llevando su frecuencia de vibración interior del miedo hacia el amor, podrán captar y expresarse a través del pensamiento y con el florecerá el nuevo sentido.

La energía del rayo transmitido desde el centro de la galaxia activa el código genético de origen divino en los hombres que estén en una frecuencia de vibración alta, este sentido ampliará la convivencia de todos los hombres, generando una nueva realidad individual, colectiva y universal, una de las transformaciones más grandes ocurrirá a nivel planetario, pues todos los hombres conectados entre sí como un solo todo, dará nacimiento a un nuevo ser en el orden genético, la reintegración de las conciencias individuales de millones de seres humanos despertará una nueva conciencia en la que todos comprenderán que son parte de un mismo organismo gigantesco. La capacidad de leer el pensamiento entre los hombres revolucionará totalmente la civilización, desaparecerán todos los límites, terminará la mentira para siempre porque nadie podrá ocultar nada, comenzará una época de transparencia y de luz que no podrá ser opacada por ninguna violencia o emoción negativa, desaparecerán las leyes y los controles externos como la policía y el ejército, pues cada ser se hará responsable de sus actos y no habrá que implementar un derecho o deber por la fuerza. Se conformará un gobierno mundial y armónico con los seres más sabios del planeta, no existirán fronteras ni nacionalidades, terminarán los límites impuestos por la propiedad privada y no se necesitará el dinero como medio de intercambio; se implementarán tecnologías para manejar la luz y la energía y con ellas se transformará la materia produciendo de manera sencilla todo lo necesario, poniendo fin a la pobreza de siempre. La excelencia y el desarrollo espiritual serán el resultado de hombres en armonía que realizan las actividades con las que vibran más alto y al hacerlo expandirán su nivel de comprensión sobre el orden universal, con la comunicación a través del pensamiento aparecerá un súper sistema inmunológico que eliminará las vibraciones bajas del miedo producidas por las enfermedades, prolongando la vida de los hombres, la nueva era no necesitará del aprendizaje del contraste inverso producido por las enfermedades y el sufrimiento que caracterizaron miles de años de historia.

Los hombres que conciente y voluntariamente encuentren paz interior, entran en una nueva época de aprendizaje por contraste armónico, la comunicación y la reintegración hará que las experiencias, los recuerdos individuales y conocimientos adquiridos

estén disponibles sin egoísmos para todos los demás, será como una Internet a nivel mental que multiplicará exponencialmente la velocidad de los descubrimientos, y se crearán sinérgias nunca antes imaginadas. Se acabarán los juicios y los valores morales que cambian con las épocas, como la moda, se comprenderá que todos los actos de la vida son una manera de alcanzar una mayor comprensión y armonía, el respeto será el elemento fundamental de la cultura, transformará al individuo y a la comunidad y colocará a la humanidad en la posibilidad de expandirse por la galaxia, las manifestaciones artísticas y las actividades recreativas comunitarias ocuparán la mente humana, miles de años fundados en la separación entre los hombres que adoraron a un Dios lejano que juzga y castiga, se transformarán para siempre, el hombre vivirá la primavera galáctica, el florecimiento de una nueva realidad basada en la integración con el planeta y todos los seres humanos para en ese momento comprender que somos parte integral de un único organismo gigantesco y nos conectaremos con la tierra, los unos con los otros, con nuestro sol y con la galaxia entera; todos los hombres comprenderán que el reino mineral, vegetal, animal y toda materia esparcida por el universo a todas las escalas desde el átomo hasta la galaxia, son seres vivos con una conciencia evolutiva, a partir de sábado 22 de diciembre del año 2012 todas las relaciones estarán basadas en la tolerancia y la flexibilidad, pues el hombre sentirá a otros como otra parte de sí mismo.



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

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

4826-1621

15-3595-8859

licenciadoquiroga@hotmail.com

**LIC. SOL BENARÓS**

PSICÓLOGA (UBA)

ADULTOS - NIÑOS

CONSULTORIO EN BARRIO NORTE

15 3790 2909

SOLBENAROS@GMAIL.COM

## Reiki Angelico

ANGELIC REIKI es el resultado de canalizaciones del Arcángel Metatrón, a través de Christine y Kevin Core, quienes lo fundaron en 2003.

Metatrón es considerado por la Cábala y otras tradiciones místicas, el líder de los Arcángeles y el más cercano energéticamente, a la Fuente Divina.

Este REIKI maneja las energías de más alta frecuencia en este Planeta, logrando sanación profunda, no solo a nivel físico sino a nivel multidimensional, de vidas pasadas (karmas y trastornos y ataduras ancestrales) y realidades alternas.

REIKI ANGELICO trabaja con los Angeles de la Sanación, los Arcángeles y los Maestros Ascendidos.

Se recibe en forma presencial.

Los fundadores de este sistema provienen de los linajes de REIKI USUI y SHAMBALLA.

ANGELIC REIKI también asiste a un moribundo a través de los seres angélicos de luz pura y lo ayudan a abandonar su cuerpo por el mejor lugar posible, lo cual le permitirá tener una muerte más armónica, que le dará acceso, posteriormente, a un plano más grato y elevado... un regalo verdaderamente hermoso e invaluable.

Este sistema de sanación ha llegado recientemente a Argentina por primera vez, a través del Maestro Juan Carlos García Armendáriz (Rajwant Sing), de Guadalajara, México.

*Lic. Margarita Rebozov*

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

**ARMONIZACION REIKI USUI**

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

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



## Ganoderma - Reishi "Medicina de Reyes"

Por más de 2.000 años los hongos Reishi (*Ganoderma lucidum*) han sido reconocidos por los médicos chinos como un "remedio valioso". Su nombre en chino Lingzhi, significa "potencia espiritual". Los hongos Reishi son apreciados por los chinos como la "Medicina de Reyes". El doctor Shi-Jean Lee, el mas famoso doctor en medicina durante la Dinastía Ming, endosaba fuertemente, la efectividad del Reishi en su famoso libro "Ban Chao Gang Moo" ("La Gran Farmacopea"). El escribió que "tomar continuamente Reishi (Lingzhi) construirá un cuerpo fuerte y saludable y asegurará larga vida".

El nombre Ling Zhi, significa "hierba divina que activa el Chi o fuerza vital". El primer emperador chino Chin Shi Huang Ti, incluso lo llamó la "hierba de la inmortalidad". Los emperadores de la época antigua veneraban este hongo rojo, al que incluso llamaban "El elixir de la inmortalidad" y "Hierba de la potencia espiritual". El nombre japonés para el hongo rojo, Reishi, fue tomada de Reishi Senshi: "Una antigua diosa de la Salud, la Vida y la Eterna Juventud".

### Un hongo para los nervios

El Reishi ha sido recomendado tradicionalmente por los especialistas en hierbas, chinos y japoneses, para el insomnio debido a su "factor de promoción de sueño". Su uso continuado promueve las ondas bajas de sueño. El Reishi es prescrito en China para un gran número de afecciones siquiátricas y neurológicas, incluyendo los músculos, anorexia, y la debilidad que sigue a enfermedades largas.

En Japón se ha comprobado que el Reishi es altamente efectivo en el tratamiento de neurosis causada por "estrés ambiental". Adicionalmente, en un estudio realizado durante ocho meses de la enfermedad de Alzheimer, los pacientes que tomaron Reishi mostraron una mejora significativa.

En China, el Reishi es utilizado como analgésico y relajante muscular.

### Reishi como un cardiotónico

Por siglos, el Reishi ha sido conocido como una hierba cardiotónica. Investigadores en China encontraron que el Reishi mejora el flujo sanguíneo y baja el consumo de oxígeno del músculo cardíaco. Ellos encontraron que el Reishi contiene ácido ganodérico, el cual baja la presión sanguínea, baja el colesterol e inhibe la agregación plaquetaria, la cual puede conducir a ataque cardíaco y otros problemas circulatorios.

En un ensayo clínico de seis meses desarrollado en un hospital universitario de Tokio, cerca de la mitad (47,5%) de pacientes de hipertensión bajaron su presión sanguínea por 10-19 mmHg, y 10% de los pacientes bajaron su presión en 20-29 mmHg (lecturas sistólica y diastólica) después de tomar extracto de Reishi. Otro estudio prolongado de Reishi en China encontró que los niveles de lipoproteína de baja densidad (el colesterol dañino) bajaron en 68% de 90 pacientes que usaron Reishi por cuatro meses.

Recientemente científicos rusos han tomado interés en el



Reishi. Ellos encontraron que adicionalmente a los beneficios cardiovasculares mencionados antes, el Reishi mostró una acción preventiva y terapéutica significativa contra la construcción de "placa" (la "placa" es una especie de goma grasienta formada por la combinación de colesterol oxidado, calcio y glóbulos blancos degenerados; es depositada en las paredes de las arterias y restringe el flujo sanguíneo por estrechamiento del paso en las arterias resultando en arteriosclerosis).

### Reishi en la investigación contra el cancer

En Japón se han conducido extensos estudios del Reishi en la investigación contra el cáncer y se ha comprobado científicamente que posee efectos anti-tumorales. Esta investigación ha continuado en Corea, Japón y China.

Los constituyentes activos anti-cáncer presentes en el Reishi son llamados Beta-D-glucán. El Beta-D-glucán es un polisacárido, básicamente una enorme molécula de azúcar construida por muchas moléculas de azúcar de menor tamaño encadenadas entre sí a aminoácidos. Estos intrincados azúcares estimulan o modulan al sistema inmunológico por la activación de células inmunológicas tales como los macrófagos y las células T, así como también incrementan los niveles de inmunoglobulina para producir una alta respuesta contra bacterias, virus y células tumorales.

Un descubrimiento importante hecho por el Dr. Morishige, es que la efectividad del Reishi puede ser incrementada combinándola con altas dosis de vitamina C. Los polisacáridos son moléculas enormes que son absorbidas por el cuerpo con dificultad; la vitamina C ayuda a romper estas moléculas grandes en otras mucho más pequeñas llamadas "oligoglucan", las cuales son fácilmente absorbidas. Así, la vitamina C incrementa la biodisponibilidad del Reishi aumentando los efectos inmuno-estimulantes y anti-cáncer.

### Acciones anti-alérgicas/antiflamatorias

Durante las décadas de los setenta y ochenta se realizaron investigaciones en China y Japón de las propiedades antialérgicas del Reishi. Los extractos de Reishi inhiben de manera significativa cuatro tipos de reacciones alérgicas.

El extracto de Reishi eleva significativamente la habilidad de la sangre como antioxidante de los radicales libres, especialmente contra los particularmente dañinos radicales "hidroxil". El efecto antioxidante del Reishi sobre el "hidroxil" es tan fuerte, que

aún después de que el extracto de Reishi es absorbido y metabolizado, su acción continúa.

### Sanando el hígado

El Reishi es utilizado en China y Japón para el tratamiento de la hepatitis crónica. En estudios realizados sobre ratones con hepatitis inducida con tetracloruro de carbono, los extensos daños producidos al hígado fueron significativamente inhibidos por dosis continuadas de tintura de Reishi, promoviéndose la regeneración del hígado.

### Aplicaciones recientes

Utilizado en el tratamiento del asma alérgica, hipertensión, hipotiroidismo, bronquitis, artritis, insomnio, ansiedad generalizada y estrés, problemas cardiovasculares, y es el principal ingrediente en fórmulas de hierbas para síndromes de disfunción inmunológica, tal como el síndrome de fatiga crónica

Hoy en día, la gente disfruta los beneficios de salud de las setas rojas y nosotros tenemos el privilegio de poder tenerlo, pues DXN mezcla el Ganoderma con un riquísimo Café gourmet o Chocolatada en sus presentaciones Cafe Lingzhi 2 en 1, el Cafe Lingzhi 3 en 1 y el Cocozhi.

DXN cultiva y produce el mejor Ganoderma en el mundo.

Susana Guariglia  
 Representante DXN Argentina  
 sugg\_11@hotmail.com  
 www.ganoderma.es  
 www.reishi.com  
 www.viviganoderma.com



Probá el Cafe Gourmet Saludable Con Ganoderma Lucidum (reishi), de DXN, orgánico, alcalino, con menos cafeína que un té verde, y con el valor agregado del hongo ganoderma y sus múltiples beneficios.

**Susana Guariglia**  
 Representante DXN Argentina  
 sugg\_11@hotmail.com  
 01147860049  
 www.ganoderma.es  
 www.reishi.com



## “El hombre que quiso ser pez”

JACQUES IVES COUSTEAU  
 1 1 3 8 3 5 1 9 4 5 1 3 6 3 1 2 5 1 3  
 22 + 1 + 6 = (22 + 7) = (11) “EL VISIONARIO”

VOCALES= (9 + 5 + 9) = (5) = VIAJES- AVENTURA, CURIOSO

Fecha de Nacimiento: 11 Junio 1910=  
 11 + 6 + 11 = (22 + 6) = (1) “EL PIONERO”

Recuerdo mi infancia hipnotizada frente a la pantalla del televisor, observando la serie “Caza Submarina”, protagonizada por el actor norteamericano Lloyd Bridges y un poco mas tarde otra serie, “Los Acuanautas”. Que fantástico cuando este medio de comunicación nos sirve didácticamente y nos hace viajar a lugares insospechados. Nos permitía descubrir el mundo submarino, sus bellezas y peligros, pero sobre todo la bullente vida en el fondo de todos los mares del mundo. Fue así como llegaron a mis manos dos libros: “EL MAR VIVIENTE” y “EL MUNDO SILENCIOSO”. Habían sido escritos por un (entonces desconocido) francés, llamado Jacques Cousteau. Aun conservo esos dos libros como si fueran “incunables”. Me enamore del mundo submarino, de sus incalculables tesoros “ictícolas”, y me hizo amar a aquellas especies tan poco apreciadas por nosotros, los peces. Y comprendí que solo aquel que ama profundamente lo que enseña puede despertar en los demás el mismo amor... y Cousteau, lo logró. Hace poco salieron a la luz algunos sucesos de la vida familiar y personal del Comandante Cousteau que en lo personal me dolieron porque pareciera que se quisiera empañar su larguísimo trabajo de investigación, pero nadie podrá negar que fue Cousteau quien primero hizo tomar conciencia de algo que antes se desconocía en absoluto (excepto quienes hubieran seguido una carrera ambientalista) La Ecología, y que el ser humano estaba unido a



esa “cadena de vida.” Fue Cousteau quien despertó en la humanidad la conciencia del respeto por la naturaleza, luego años mas tarde surgiría el grupo “Greenpeace”, pero ¿quien puede ocultar que Cousteau fue un PIONERO como su fecha de nacimiento (1) lo indica.? ¿Quién podrá negar que produjo una verdadera “REVOLUCION” (como lo indica su N° 11) con sus investigaciones documentadas prolijamente con sus cámaras adaptadas a las profundidades y su famoso mini submarino, diseñado de acuerdo a sus propias instrucciones y necesidades? Los números 11, tienen la cualidad de “ver mas allá” del tiempo y del espacio, podríamos decir que el N° 11 es un “adelantado a su época, y como todo adelantado suele padecer muchas veces la incomprensión y la resistencia de aquellos que pretenden permanecer ciegos a las verdades que los números 11 suelen develar. Pero gracias a Dios el numero 11 es “el rebelde intuitivo” y sus altos ideales lo impulsan a seguir adelante para lograr hacer que este mundo sea cada vez mejor. Los nros. 11 han venido a romper con estructuras obsoletas para construir un mundo mejor y más justo. Es interesante ver que su YO INTERNO (vocales) suman un nro. 5 esto denota su sed de VIAJES y su CURIOSIDAD que lo llevo a la AVENTURA de bajar a las profundidades llenas de bellezas pero también de peligros. Pero además el nro. 5 esta relacionado con el gusto por los MEDIOS DE COMUNICACION, esto le llevo a escribir sus libros pero sobre todo a filmar esas películas maravillosas por las cuales fue galardonado en una oportunidad con un “Oscar” por mejor documental. También aparece un nro. 22 en su primer nombre, esto le garantiza como todo “numero maestro” convertirse justamente en un “maestro en lo suyo”, pero además el nro. 22, le garantiza “FAMA INTERNAIONAL” Y no podía falta el nro. 7, el numero de los INVESTIGADORES, ESTUDIOSOS, CON GUSTO POR LO MISTERIOSO.. ¡Y que curioso el nro. 7 esta relacionado con el planeta NEPTUNO, el “dios de los mares”!... ¡Lamentablemente el Comandante un dia partió definitivamente... “se hizo a la mar celeste”, tal vez se haya ido a explorar lejanas Galaxias en un barco probablemente más bello que su querido y respetado “CALIPSO”, alentado quizás por la curiosidad de descubrir la vieja leyenda que dice que los Delfines no son de este planeta...!

Cristina Teruel

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

El nuevo “sitio” de Numerología de  
 “La Ciencia de los Nombres”

...¡Allí los espero!  
 ...Para comunicárnos, de una manera diferente!

Cristina Teruel: 4541-1142  
 También en: [www.cristinateruel-numerologa.blogspot.com](http://www.cristinateruel-numerologa.blogspot.com).

## De pataletas !!!...

### Escuchando al cuerpo (Hígado y vesícula)

¡Hola! ¿Cómo te sientes hoy? Si no te ha pasado aún puedes haberlo escuchado en tu entorno y, por desgracia, en estos tiempos que corren, y que nos corren, cada vez más seguido y más doloroso. Estoy hablando del hígado y la vesícula, esos órganos que según la medicina china trabaja el ELEMENTO MADERA.

**AFECTA AL SENTIDO DE LA VISTA -OJOS-**

El desafío de la madera a nivel espiritual es el PROPÓSITO.

En el mental es JUZGAR.

En el físico trabaja la FLEXIBILIDAD de músculos y tendones.

En la parte emocional afecta lo VOLÁTIL.

**LA ESTACIÓN CORRESPONDIENTE ES LA PRIMAVERA.**

Por lo tanto niñitas y niñitos de mi corazón...Va por la armonización!!!

Considerando que el canal de la vesícula es YANG y el del hígado es YIN -si mis maestros me han informado y formado correctamente- no es difícil deducir que cuando se forman piedras en la preciosa bolsita vesicular, algo no ha sido digerido y hemos "tragado" amargas, dolor, agresiones no pedidas ni buscadas, desamor. No hemos podido, y en las mujeres con mayor frecuencia, no hemos querido devolver la o las "gentilezas", no hemos sacado la guerrera -Morrigan- que vive dentro nuestro, o no activamos a Durga poniendo límites a los abusos y/o manipuleos reiterados, sea esto en el trabajo o en el hogar.

Y por lo tanto acumulamos y acumulamos, y acumulamos... y PUUUUMMM! Explota, protesta y nos dice muy contundentemente: BASTAAA!!! HAZ "ALGO".

- Consulta los resúmenes si has concurrido a mis talleres.

Ese ALGO es colocarte de frente al punto cardinal con el color correspondiente y gritar y enojarte para descargar y posteriormente con los sonidos y sinergias ad-hoc quedar correctamente alineada/o.

### A por el hígado!

Este pobre y nunca bien visto órgano tiene variadas y vitales funciones, principalmente DESINTOXICA, ES RESERVORIO DE SANGRE y FUENTE PRIMARIA DE CALOR CORPORAL.

Según la medicina oriental, hospeda el Alma Etérea.

Asegura el fluido suave del QI. Y masss...

Por lo antedicho, si nos descuidamos y comienza a desarmonizarse, tendrás problemas como: visión, anemia y/o metabólicos en el físico.

Mental: planificar, establecer objetivos claros y creatividad.

Emocionalmente, te puedes sentir permanentemente con:

Frustración, depresión, enojos y estar volátil!

-Qué linduras- !!!

Pos lo tanto aprovechemos que estamos ceca de la estación propicia para depurar y armonizar tan importante dúo.

Sumemos las técnicas vibracionales, sinergias, sonidos, gemas, colores, aromas, música.

Y con tai-chi trabajemos en movimientos para desarrollar la energía del renacer.

*Están invitados a concurrir el 17 de septiembre a las 16 hs. al taller teórico práctico donde se desarrollarán y aprenderán las técnicas correspondientes de limpieza y armonización en todos los planos. Ver el aviso publicado en este número. Los espero.*

María Cristina Echeverría  
Terapeuta y  
Master Holística Vibracional  
Tel.: 4553-0026

### Terapias del 3º Milenio

Orientación terapéutica  
Tratamientos holísticos  
**Inclusive mascotas**



By Cristina Echeverría  
**Taller de Equinoccio de Primavera**  
en Septiembre

**Informes y turnos:**  
**(011) 4553-0026**  
delta\_cristina@yahoo.com.ar  
www.terapiasdel3milenio.com.ar



**SERVICIO TECNICO  
INFORMATICA  
REDES • INSUMOS**

- ARMADO, REPARACION Y ACTUALIZACION DE PC
- INSTALACION DE SISTEMAS Y PROGRAMAS
- CAMBIO DE SISTEMAS EN NOTEBOOKS
- MANTENIMIENTO Y LIMPIEZA DE EQUIPOS
- ELIMINACION DE VIRUS, TROYANOS, SPYWARE
- INSTALACION DE REDES WIFI O CABLEADAS

**Alejandro: Cel. 15-3044-0701**  
MIDWAYSOLUTIONS@HOTMAIL.COM  
WWW.MIDWAYSOLUTIONS.COM.AR

**El Umbral**  
**4796-5783**  
 elumbralrevista@yahoo.com.ar

**portal 1111**  
*entrada al universo holístico*

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

Guías de Profesionales Holísticos  
 Guía de Productos y Comercios  
 Agenda de Actividades y Eventos  
 Notas & Noticias  
 Turismo Alternativo  
 Alimentación natural y mucho más...

[www.portal1111.com.ar](http://www.portal1111.com.ar)

PRODUCTOS NATURALES



**CUMELÉN**

Frutas secas • Miel pura  
 Legumbres • Cereales  
 Especies Nac. e importadas  
 Mermeladas • Fitoterápicos  
 Cosmética natural  
 Productos para diabéticos,  
 celíacos e hipertensos  
*"Pensando en su salud"*  
 Atendido por sus dueños

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

Productos Naturales **El Angel**

**Incorpora estos nobles productos del Amazonas Peruano**

MACA: Energizante excelente. Combate estrés Psico-Físico. Fortalece órganos reproductivos femenino y masculino ayudando en casos de infertilidad.

YACON: Antidiabético atóxico natural. Excelente complemento en insulino-dependientes.

GRAVIOLA: Inmunoestimulante. Complementa en casos severos declarados de pulmón, colon, próstata, pecho, páncreas y mamas.

UÑA DE GATO: Inmunoestimulante. Reforzador de las defensas del organismo. Antiviral. Antiinflamatorio.

Ugarte 1863 - Olivos  
 Pedidos: 4794-8360

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

**RASAYANA**  
 Centro integral para una vida sana

**YOGA**  
**CLASES - INSTRUCTORADO**  
**CHI-KUNG**

MASAJES AYURVÉDICOS  
 SANACION INTEGRAL  
 CON PENDULO HEBREO  
 (Desbloqueo emocional)  
 ESCUELA REIKYDAR  
 (Iniciaciones y Maestría)

CONSTELACIONES FAMILIARES  
 2º Sábado de c/mes de 15 a 19 hs

CURSO DE MEDITACIÓN:  
 Martes de 18 a 19 hs.

TALLERES ESPECIALES:  
 Consultar sitio web.

ESPACIOS SOLIDARIOS  
 (contribucion voluntaria)

MEDITACIÓN:  
 Jueves 18 hs. y Sábados 17 hs.

REIKI:  
 Viernes de 18 a 20 hs.

BENDICION DE UNIDAD  
 "DIKSHA": Viernes 19 hs.

ENCUENTROS DE  
 AUTOCONOCIMIENTO  
 Y DESARROLLO PERSONAL:  
 Todos los sábados 18 hs.  
 Contribución Voluntaria \$10.-

HORARIO DE SECRETARIA: Lunes a Viernes de 17 a 21 hs.

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

Tel. 4796-3122  
 15-5944-9534

TALLER  
 TEÓRICO-PRÁCTICO  
 27/8 "El Yoga en el Ayurveda"



**TODOS LOS SÁBADOS 17 HS.**  
**MEDITACIÓN**  
 (Espacio Solidario)

Mensajes  
<http://www.rasayanayoga.com.ar>  
[centrorasayana@gmail.com](mailto:centrorasayana@gmail.com)

Ensaladas, tartas y sándwiches / Cafetería / Servicio de lunch / Almacén Natural con frutas y verduras Orgánicas / Envíos platos naturales



AV. SAN ISIDRO LABRADOR 4722 esquina DEHEZA  
Nutridelivery 4702.9634 / ID: 690\*3834  
www.nutrideliweb.com.ar

www.bayne.com.ar

Sin dietas, Cirugía ni Fármacos y comiendo tus manjares preferidos

## Baje de Peso dedicando sólo 3 hs.

Método Gorayeb (USA)



Usando una combinación triple de Imaginería Dirigida, Terapia Cognitiva y antiguos métodos de Meditación y Relajación, elimine el comer en estado de estrés, compulsiva o impulsivamente, además de las adicciones a los dulces, las comidas grasosas y su ansiedad por comer. Esta ansiedad y estos deseos irrefrenables desaparecieron para siempre en cada uno de los asistentes a los seminarios y puede pasar

lo mismo con cualquiera con sólo atender un seminario. El Método Gorayeb es impartido en menos de tres horas y dura para toda la vida.

### RESERVA TU LUGAR EN EL SEMINARIO Seminarios Newbery de Argentina

Av. Pueyrredón 2318 PB "B" - C.A.B.A.  
Directo: (011) 3221 1790 • Celular: (011) 15 5141 0631  
www.sioquieropuedo.com.ar

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

Envíos a Domicilio de 12 a 16 hs.  
**4504-3699**  
CUENCA 3514 ESQ. BEIRO - CAPITAL  
ABIERTO TODO EL DIA

www.revistaelumbral.com.ar

DESTACADOS  
AGROGLIFOS REPORTAJE: ELENA VALDEZ

también en: facebook®

# GUIA DE PROFESIONALES

## • HOMEOPATIA

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

## • PSICOLOGIA

Lic. Paola Lospinoso  
Tel.: 4796-5783

## • AYURVEDA y ACUPUNTURA CHINA

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

## • YOGA

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

## • LENGUA QUICHUA

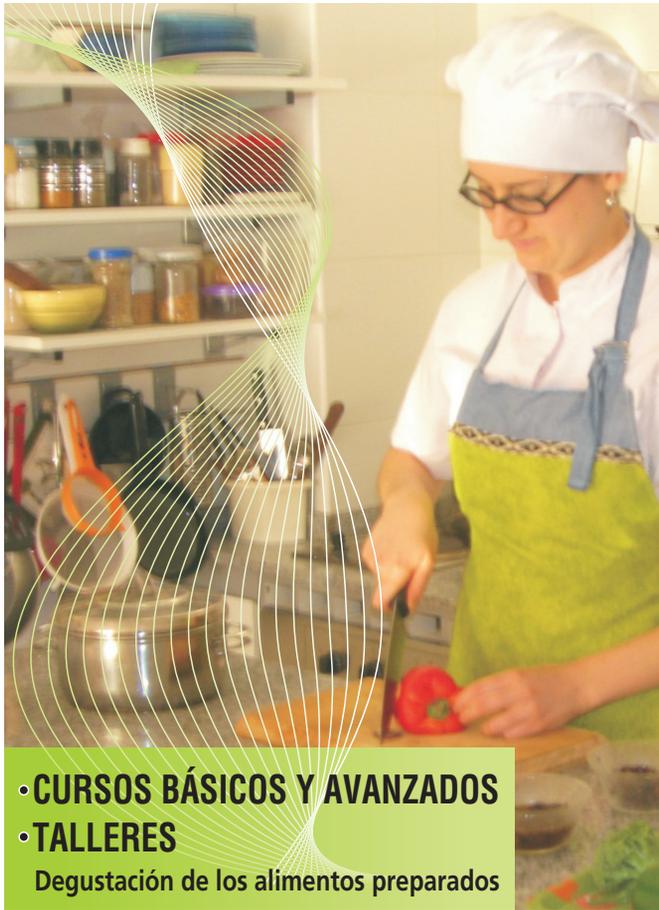
Gramática - Mitos - Leyendas  
Prof.: Alejandra Trasché  
Tel.: 4790-2972

## • TAI CHI PAI LIN

Tai Chi Chuan~Qi Gong~Meditación  
Instructora Tai Chi Pai Lin  
y Astróloga Humanista : Marini Acuña  
(011)15 5 120 -1103  
Taichipailin@gmail.com  
http://marini-artesdemovimiento.blogspot.com

## TAI CHI CHUAN-CHI KUNG -MASAJES :

Tui Na, Ta Mo Mi Kung, Reflexología,  
Medicina China...  
Turnos 4502-4129 - Celular:15 5333 7629  
emedina\_5@yahoo.com.ar  
www.enbuscadeequilibrio.com.ar  
Asociación Ta Chen- Chung Chen:  
sifu\_quintana@hotmail.com



# CURSOS DE COCINA VEGETARIANA Y VEGANA

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

## ESCUELA DE COCINA NATURISTA "Dr. Ernesto Tiscornia"

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

Informes  
e inscripción:

[info@verdeynatural.com.ar](mailto:info@verdeynatural.com.ar)

Tel.: 4822.8814/4201

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

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

• **CURSOS BÁSICOS Y AVANZADOS**

• **TALLERES**

Degustación de los alimentos preparados



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

## FUNDACIÓN DR. PUIGGRÓS

27 años de trayectoria  
en investigación clínica  
al servicio de la salud

### DIAGNOSTICO Y TRATAMIENTO DE ENFERMEDADES

- Alérgicas • Reumáticas • Inmunitarias • Neurológicas •  
Oncológicas • Pediatría • Clínica Médica General • Nutrición
- Gastroenterología • Dermatología • Psiquiatría • Acupuntura  
• Ginecología • Psicología
- Kinesiología • RPG • *Laboratorio de Análisis Clínicos*

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

Informes: Tel./Fax: 4954-4569/5141 / 4951-3870 / 4951-1919

**0800 222-1474** - Riobamba 434 / 436 - Capital Federal

E-mail: [info@fundacionpuiggrós.org.ar](mailto:info@fundacionpuiggrós.org.ar) - Web: [www.fundacionpuiggrós.org.ar](http://www.fundacionpuiggrós.org.ar)

Se aceptan Tarjetas de Crédito / Débito



Dios te puso un ser  
humano a cargo, y eres tú.  
A ti debes hacerte libre  
y feliz.

*Facundo Cabral*