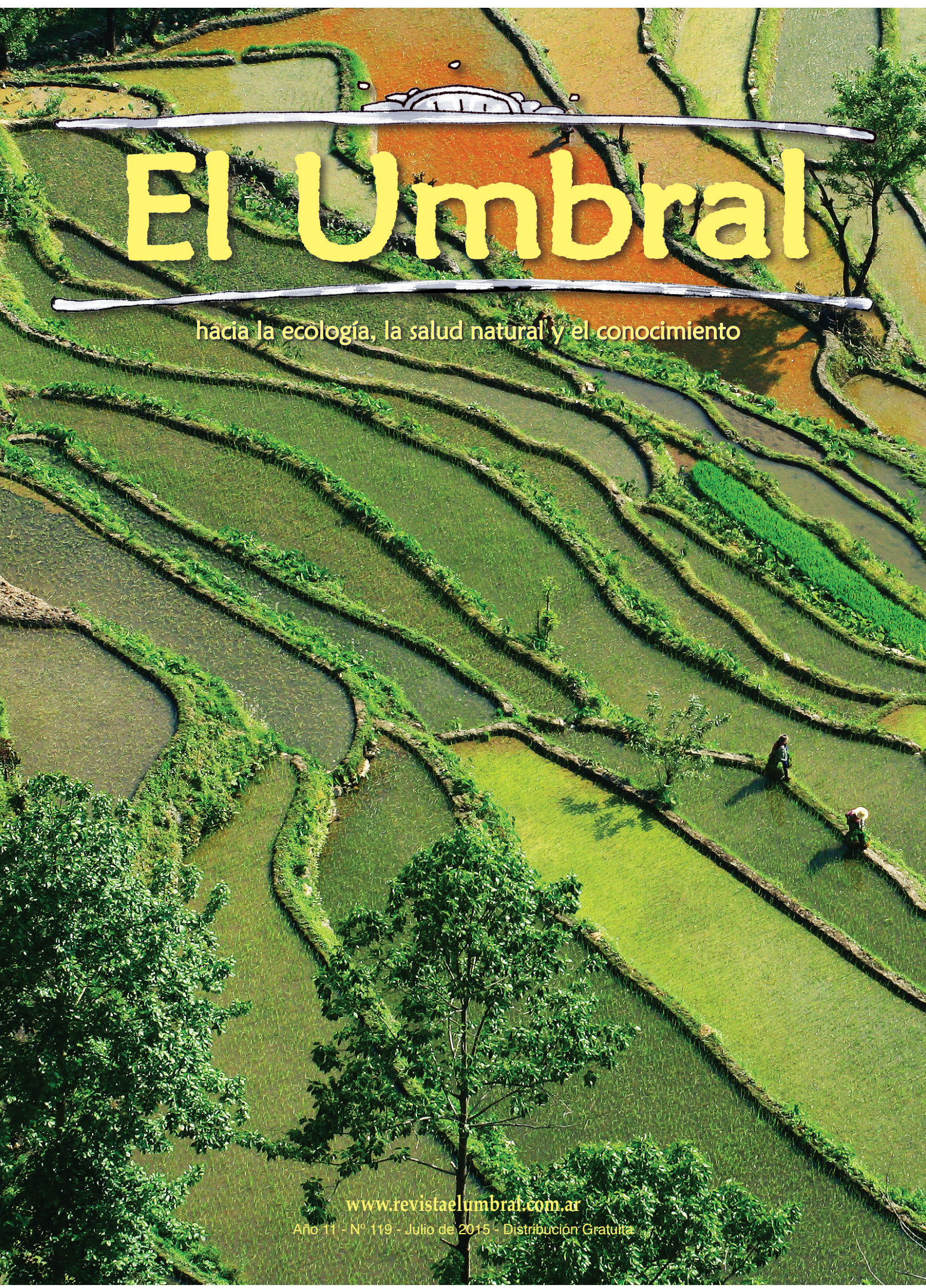


An aerial photograph of terraced rice fields, showing a series of green, water-filled terraces separated by earthen walls. A stylized sun with rays is positioned above a horizontal line that spans the width of the image, just below the title. The fields are lush green, and a few small figures of people can be seen walking on the terraces. The overall scene is a beautiful representation of traditional agriculture.

El Umbral

hacia la ecología, la salud natural y el conocimiento

www.revistaelumbral.com.ar

Año 11 - N° 119 - Julio de 2015 - Distribución Gratuita



TERRANOVA COMPOSTERAS

Recicladoras de residuos orgánicos
hechas en madera reciclada de pallets



NUEVO SISTEMA MODULAR CON LOMBRICES

\$750

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

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

PUNTOS DE ENTREGA EN OLIVOS Y VILLA MAIPÚ;

ENVÍOS A DOMICILIO EN CABA Y GBA: \$50.-

15 5617 8467 . terranovacomposteras@gmail.com

facebook.com/composteras

Mantenga su salud y su columna alineada con Quiropraxia.

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

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

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

Ajusta tu interferencia y recupera tu potencial innato!!!

Algunas preguntas frecuentes:

¿Qué significa subluxación vertebral?

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

¿Cómo se si estoy subluxado?

Básicamente todos lo estamos ya que la columna es

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

¿Cómo se produce una subluxación?

Básicamente son tres causas:

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



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

Lic. Sebastián Hodara
Quiropráctico



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

El polen reconvertido

ESPACIO DE PUBLICIDAD

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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



Rejuvenecedor biológico Energía transformada en acción

OLEOS ESENCIALES CONCENTRADOS DE POLEN



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

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

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

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

www.crinway.com



COMIDA, sabrosa y con calidad
nutritiva más el detalle de una
esmerada y creativa presentación.
+ Menú del día (carne o vegetariano)
+ Platos Balanceados

DEMETRIA
Restaurante

Un nombre y un
lugar para disfrutar
la mejor Gastronomía

Saavedra
11 4703-0020
Ramallo 2626 (Capital)
www.demetria.com.ar

Escuela
Reiky Dar®

Sesiones - Tratamientos
Armonizaciones

- Transmisión del Conocimiento Reiky
- Iniciaciones en todos los Niveles
- Maestría Usui - Linaje



Reiky Fusión

Sistemas combinados de Sanación
Eduardo Goldin ~ Maestro Sensei
4718-3348 - 15-5013-5915
www.facebook.com/reikydar
www.facebook.com/reikydarmono

Servicio de Reiky y Meditación

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

STAFF

Propietario y Director:

Lic. Jorge Martín Kruuse

Colaboradores:

Dr. Antonio De Santis

Santiago Miranda

Chef Nat. Karina Mariani

Lic. Silvina Marczyk

Ing. Jorge Kruuse

En Bahía Blanca:

Dr. Marcelo Nasberg

En Capilla del Monte:

Vana Nissen

Diseño Gráfico:

Walter Vega

11 6824-8812

El Umbral es una publicación mensual y gratuita

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

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

R.N.P.I. en trámite

PUBLICIDAD y MENSAJES:

4796-5783

15 5905-9570

elumbralrevista@gmail.com

www.revistaelumbral.com.ar

Permitida la reproducción con solo citar la fuente

Avalom

Centro de Yoga
Directora Maria Isabel Fernandez

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

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



La Ciencia de los Nombres

Cristina Teruel
4541-1142

Desde 1975 en
la investigación
numerológica

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

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

Dr. Salomón Rafael Szapiro

HOMEOPATÍA UNICISTA • TERAPIAS BIOENERGÉTICAS

MEDICINA SINTERGÉTICA

una medicina integrativa, sintética e individualizada.

ATENCION: BELGRANO / OLIVOS

Tel.: 4787-4051

e-mail: srszapiro@hotmail.com

WWW.DRSALOMONSZAPIRO.COM.AR

PRODUCTOS NATURALES

CUMELÉN

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

"Pensando en su salud"

Atendido por sus dueños

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

Miedos, pánico y fobias

Método DeBioSan

Vivimos en una época de inseguridad en nosotros mismos lo cual hace vulnerable a nuestro yo. El yo es a nivel psicológico lo que a nivel biológico es el denominado sistema inmunológico. Este representa a nuestras defensas y podríamos decir que equivale al alma del ADN, lo cual nos invita a pensar al síntoma "miedo" como un parámetro psicoimmunológico de nuestra fuerza vital. Los paradigmas de esta época en términos de enfermedades son las enfermedades oncológicas y autoinmunes, las cuales representan el ochenta por ciento de las patologías crónicas y degenerativas. Entre las mismas podemos mencionar al cáncer, la fibromialgia, la fatiga crónica, la diabetes, la tiroiditis de Hashimoto, esclerosis múltiple, psoriasis, lupus, etc.

Si incorporamos al denominado sida o sea la inmunodepresión podremos observar que estamos viviendo la época del sistema inmunológico y del yo a nivel de nuestro psiquismo. Podemos afirmar que en las enfermedades llamadas modernas el factor miedo, pánico y fobia juegan un valor trascendental a la hora de diseñar un modelo de abordaje racional y exitoso ya que en cualquiera de estas patologías buscamos encontrar en las células afectadas el tipo de miedo y su cuantificación, lo cual para nosotros representa un parámetro de un valor fundamental para tratar con éxito dichas enfermedades.

Nuestro método de autocuración llamado DeBioSan, es un plan patentado de abordaje de todas las enfermedades reconociendo que en todas ellas hay dos factores en común: uno es el miedo y el otro muy ligado al mismo es la denominada acidificación. Llamamos acidificación a la contaminación de los fluidos biológicos por materiales tóxicos y de deshecho producto de un metabolismo con alta carga ácida debido al elevado estado de miedo presente en nuestra biología. Estamos en condiciones de afirmar que nuestros miedos son verdaderas partículas psicobiológicas que se desprenden de los denominados campos magnéticos de nuestras células cuando estas están muy ligadas a dicha emoción y estas cargas pasan a nuestros humores biológicos acidificándolos.

Nuestro método se encarga de eliminar estos residuos ácidos limpiando los llamados filtros biológicos, a saber: piel, pulmones, riñones y sistema digestivo y también repolarizando nuestras células para liberarlas de la despolarización biológica producto de

los miedos, toda esta tarea la realiza nuestro propio cuerpo y nuestro método colabora con la alcalinización y repolarización utilizando como base la nutrición e hidratación alcalina, y como recursos terapéuticos entre otros la medicina biológica homeopatía, terapia floral y acupuntura, el éxito está garantizado porque los miedos se depuran como cualquier otra toxina y se procesan mediante la individualización de los mismos para lo cual nos ayudan nuestro equipo de terapia floral y acupuntura entre otros. Nuestro método DeBioSan afirma que la autocuración es posible, de hecho se realiza constantemente, lo único que nos solicita nuestro cuerpo es que no bloqueemos estas respuestas autocurativas con drogas analgésicas o psicofármacos para lo cual nuestra medicina biológica está preparada con el fin de ayudar al paciente a superar estos síntomas.

Dr. Antonio De Santis
Asociación Terapeutas
Nuevo Milenio

Elizabeth Irala

CONSULTORA PSICOLOGICA
TERAPIAS BREVES

COUNSELOR - PSICOLOGA SOCIAL
TERAPEUTA FLORAR

*Belgrano Maschwitz Torcuato

elizabethirala@hotmail.com
Cel.: (011) 15 3784.8204



Centro Dr. Antonio de Santis
Método DeBioSan

Homeopatía - Acupuntura - Nutrición
Enfermedades oncológicas, autoinmunes,
dolor crónico.

Todos los tratamientos naturales en un solo lugar.

Talleres y seminarios
Próximo taller miedos y fobias

25 de julio de 10 a 12 hs inscripción previa
Fco. Lacroze 1882 P.B. (011)4773-4378
desantiscentro@hotmail.com



MEDICINA NUEVO MILENIO
ASOCIACIÓN TERAPEUTAS NUEVO MILENIO



ALMACEN

100% LIBRE DE GLUTEN

Chacabuco 2513 - Olivos - ☎ 11.4790.1401

Facebook: /chaugluten Twitter: @chaugluten

Email: chaugluten@hotmail.com



Lic. Melina García

Psicóloga U.B.A./ Terapeuta Gestáltica

Terapeuta Floral

(Flores de Bach, Australia y California)

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

Carta Numerológica

Magnified Healing

Regresión a vidas pasadas

Atención en El Palomar y Once

www.melinagarcia.com.ar

4751 - 1338 / 15-5842-4128

PSIQUIATRIA

Dra. Silvia De La Fuente

PSICOTERAPIA

MN. 121989 - M.P. 450443

Adultos y Adolescentes

Tel: 011-15 4405-6663

Consultorio en Florida - Vte. López



**22 años respetando
tu salud**

**Productos de
primerísima calidad**

Herboristería - Semillas

Alimentos para celíacos y diabéticos

Comidas diet naturales y frescas

Postres y golosinas diet

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



LIC. JOAQUIN GALLART

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

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

Sanación de campos, casas, negocios.

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

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

Tel.: 4572-0555

joaquinagallart@hotmail.com

Ovnis: secreto de estado

(segunda parte)

Acontecimientos ovni que cambiaron la historia

2/7/1947. Roswell. Estado de Nuevo México.

En el rancho Mc Brazel, se estrella un Objeto Volador no Identificado. Su propietario, se comunica con el Sheriff, quien a su vez da aviso a las autoridades militares las que acordonan la zona, sin dar ninguna información del hecho a la Prensa. El teniente Coronel del Ejército Philipe Corso, se hizo cargo de la Investigación. Corso, quien falleció el 4/7/1998, junto con William Birnes, publicaron el libro: "The Day after Roswell" (El día después de Roswell), donde sostiene que la tecnología que se encontró en el lugar, permitió el desarrollo de: La fibra óptica, el circuito integrado (chip), el láser, y el Kevlar (Material utilizado por su alta resistencia para los chalecos antibala). Ni el entonces presidente Truman, ni los altos mandos militares, sabían como establecer contacto con los llamados "saurios grises". En ese momento nace el comité llamado Majestic 12 o MJ-12 el cual sigue operando hoy en día.

Su objetivo era y es, el contacto con diversas razas alienígenas y sus diferentes intenciones y agendas, a cumplir con respecto a la raza humana.

Como consecuencia, para ayudar al Gobierno, nacen diversas agencias, como la NSA (National Security Agency), fundada el 24/10/1952, operando como parte de Ministerio de Defensa, y reportando al Director Nacional de Inteligencia (CIA), y la NRO (National Reconnaissance Office), las Fuerzas Delta Security. Estas instituciones, tomaron completamente en sus manos, los aspectos de interacción con los Aliens y Discos voladores.

Caso argentino -boliviano

6/5/1978. Los habitantes del Norte Argentino, de las Provincias de Salta y Jujuy (Oran y Tartagal), así como las poblaciones del Sur Boliviano como La Mamora y Tarija, fueron testigos de que los cerros se vieron iluminados, por una bola de fuego que despedía humo azulado y emitía un ruido ensordecedor, estrellándose luego contra la ladera Sur del cerro El Zaire (del lado Boliviano).

Luego del impacto, se produjo una intensa luminosidad similar a un relámpago y una fuerte explosión, que provocó un fortísimo temblor en las poblaciones mencionadas en Argentina y Bolivia. Inmediatamente reportado el incidente por radio aficionados, la región selvática del cerro "El Zaire", fue declarada zona de emergencia militar, por las autoridades Bolivianas, y se impidió totalmente el acceso a periodistas y particulares.

Aún así el evento fue cubierto, por periodistas del diario El Tribuno de Salta, y el diario el Clarín en su edición del 13/05/1978: "Se trata de un objeto como acerado, y advirtieron que la estructura de 3.5 a 4 mts. de diámetro, presentaba deformaciones debido al impacto.

Continúa en página 11

Arroz integral en “crumble” con vegetales y almendras

Un hermoso delantal, un broche plateado para despejar el rostro, manos dispuestas y un corazón contento formaran la previa para un hermoso encuentro con alimentos naturales, integrales y de estación.

Un delicioso plato con arroz es siempre un aliado en la cocina. Por ello te invito a preparar juntos una delicia otoñal de la cocina vegana.



Ingredientes:

Zapallitos verdes, 3
Morrón rojo, 1
Cebolla preferentemente morada, 1
Tomates perita, 2

Cúrcuma, 1 cucharadita ¡infaltable!
Pimienta negra, 1 pizca
Sal marina o andina a gusto
Comino, 1 cucharadita ¡Queda muy bien!
Arroz yamani cocido, 250g
Perejil picado, ½ taza
Almendras molidas, ½ taza
Aceite de oliva o girasol de primera presión en frío, 1 a 2 cucharadas

Preparación

Cortamos las verduras en cubos, las espolvoreamos con cúrcuma, comino y salpimentamos.

Colocamos los vegetales sazonados en una fuente para horno, levemente aceitada. Cocinamos en horno, a fuego medio hasta tiernizar, aproximadamente 20 minutos.

En un cuenco unimos el arroz yamani junto al perejil picado, las almendras y una a dos cucharadas de aceite y salpimentamos. Unimos muy bien para formar el crumble.

Una vez tiernizados los vegetales los retiramos del horno y colocamos sobre ellos la mezcla de arroz, perejil y almendras por encima, (crumble)*

Acompañemos el arroz en crumble con una fresca ensaladita de hojas verdes.

Nos sacamos el delantal, soltamos nuestro cabello, unimos nuestras manos en un bendito agradecimiento y compartimos un corazón contento.

Servimos y disfrutamos.

NOTA:

*El crumble es un plato de origen británico que se puede hacer en una versión dulce o salado, dependiendo de los ingredientes utilizados, aunque la versión dulce es mucho más común.

La palabra inglesa significa en castellano “desmoronarse, venirse abajo” razón por la cual lo que se pone encima del relleno, en este caso el arroz, no se liga sino que se pone tal cual se indica en la receta, como cubierta “a desmoronarse”.

por Karina Mariani
Chef Naturista
(IATENA)



Ganesha “Salón de encuentro de almas”

Lunes 18,30 hs. - Meditación
Miércoles y Viernes : 19 y 20,15 hs.
Yoga con esferas
Lectura de aura – Con turno previo

Sesiones de Reiky y Aqualead- Con turno previo
Masajes relajantes- Con turno previo
Todos los servicios son con contribución voluntaria

Contacto: María del Carmen ~ Cel: 153-077-9115
Mail: ganeshaencuentroalmas@gmail.com



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

gimnasia conciente integradora

una forma diferente de conocerse, sentirse y moverse en plenitud

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



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

Distribuye El Umbral:
4796-5783 // 15-5905-9570
(venta exclusiva a dietéticas)

Cambiamos el sufrimiento por placer

Las dificultades y complejidad que encontramos cada uno de nosotros en estos, los últimos tiempos, nos hacen vivir muchas veces en una atmósfera de sufrimiento o amargura, en un clima de preocupación o ansiedad.

En la actualidad notamos el auge de todo tipo de terapias o caminos de sanación, desde el clásico psicoanálisis hasta las llamadas "terapias alternativas", para aliviar el malestar.

Algunas personas buscan el sentido de su malestar, la función que éste está desempeñando en sus vidas, el "para qué" del conflicto. Siempre hay un "para qué", siempre hay un sentido en nuestras dificultades.

Otras personas acceden a la información sobre sí mismos, a través del cuerpo, por ejemplo con la Bioenergética. Otras veces se busca limpiar o curar eventos traumáticos intergeneracionales y se hacen trabajos a través del Alma, como por ejemplo en las Constelaciones Familiares en las que se trabajan los órdenes del Amor.

También se pueden utilizar técnicas que trabajan a nivel energético, en los chakras o centros de energía de nuestro cuerpo, técnicas de meditación, de memoria celular, sintergética, entre muchas otras.

Comprometernos con un proceso terapéutico, es una de las formas de transformarnos.

Pero también hay un recurso que puede utilizarse individualmente, en el intento de sentirnos mejor. Es totalmente gratuito y puede utilizarse en cualquier momento del día, aun en las circunstancias más adversas.

Este es el recurso de la ORACION.

La oración nos conecta con lo más genuino en nosotros. Un sabio Sufi (que actualmente es guía en la Orden Sufi a la que pertenezco hace 11 años -tariqat Naqshbandi-) una vez dijo que "hay alguien de quien nunca jamás podemos escondernos..." "hay alguien de quien jamás podemos escapar en esta vida, y ese es Dios...", que acude a nosotros cada vez que Lo llamamos, que Lo invocamos.




Su Salud merece un Buen Trato

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

Dietarios - Herboristería
Comidas Naturales - Diet

4504-3699

Cuenca 3514 esq. Beiró

Sea cual sea nuestra idea o concepto de Dios, la Vida, el Universo o Dios están siempre dispuestos a darnos Su Amor incondicional.

El Sol brilla y se nos regala, más allá de nuestros conflictos; el aire que nos permite vivir, se nos brinda más allá de nuestros aciertos o errores. Siempre que pedimos u oramos con el corazón en la mano, algo bello se nos muestra.

En nuestra Orden Sufi también se dice que los ángeles lloran si no les pedimos, cuando estamos en necesidad. Esa es la función para la cual fueron creados.

Si podemos hacerlo como una práctica constante, al menos una vez al día, más claras serán las señales de que vamos por un buen camino: la oración trae paz al alma, baja la frecuencia cardíaca, estabiliza la respiración, temple la mente y hace más nítidos nuestros sentidos.

Se dice que en el último tercio de la noche, es decir en el momento previo a que amanezca, un Viento Sagrado desciende sobre la tierra.



La vegetación por ejemplo, las plantas y las flores, conocen ésto y Lo toman. Pero los hombres generalmente dormimos.

Si podemos recuperar ese espacio de tiempo, ese momento, y rezamos, vamos a notar que cambia completamente nuestro día, porque recibimos esa bendición o baraka que descendió sobre nosotros, cuando vamos a Su encuentro.

El siempre nos espera, siempre nos acompaña. Necesitamos aquietar la mente, brindarle un espacio aunque sea pequeño de nuestro día, para ir a Su encuentro. Los resultados son visibles, nuestro día fluye, sentimos alegría en el corazón, estamos "menos mentales" y menos agitados, más centrados.

Los niños por ejemplo pueden recitar nombres sagrados o mantras. Puede ser un hermoso momento para compartir en familia, con instrumentos caseros o acompañándonos con música durante la recitación, celebrando, bailando, tomando conciencia de que la Vida está ahí para nosotros si queremos disfrutarla.

La recitación de mantras funciona como un bálsamo también, se genera una sensación de hermandad con cada persona que encontramos.

Vale la pena hacer el esfuerzo.

Mucho es el esfuerzo que utilizamos para sostener nuestro dolor, para no soltarlo, abrazándolo como si fuera lo más preciado

que tenemos. Entonces vale la pena que el esfuerzo conciente que hacemos, haciendo uso del libre albedrío del que fuimos dotados, sea a nuestro favor y no en contra nuestra.

La invitación de todos los Profetas y sabios de todos los tiempos, para la humanidad, fue "vayan al encuentro con el Amado".

Como dijo el Maestro Sufi Rumi, que fundó las milenarias prácticas de Giros Derviches:

"Ven, ven, quien quiera que seas, ven, vagabundo, adorador del fuego, ven, aunque hayas roto tus promesas una y mil veces, ven.

Este no es un camino de desesperanza..."

Lic. Silvina P. Marczyk (psicóloga)

Cel: 156-791-9113

Premanjali5@hotmail.com

LIC. SILVINA P. MARCZYK
PSICOLOGA



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

Cel: 15 6791-9113

Mail: premanjali5@hotmail.com

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**

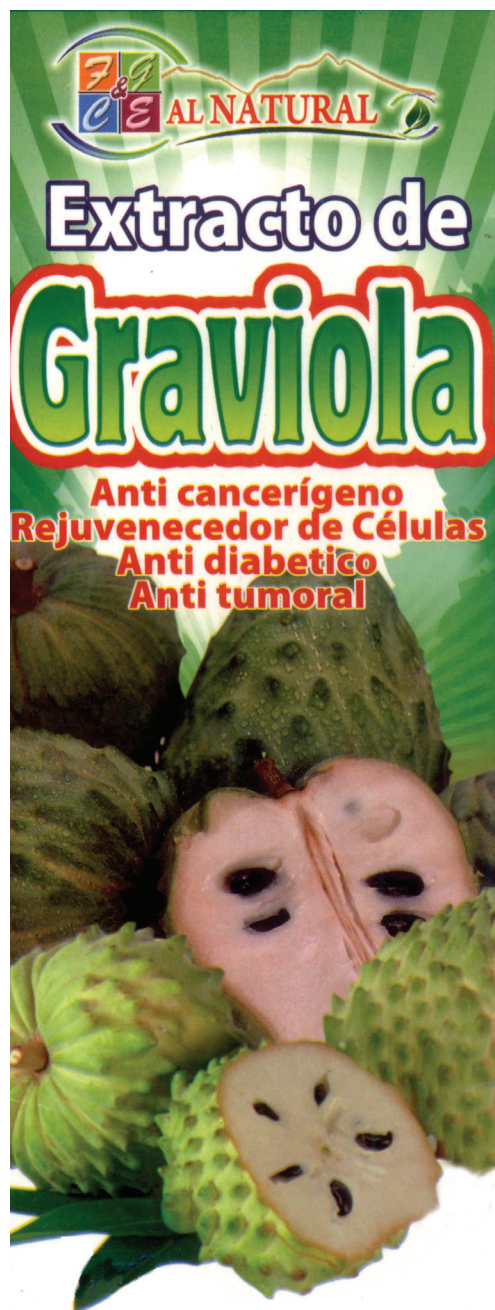
Cel.: 15-2170-1534



MEDICINA ESTETICA **Dra. Laura Campanelli**

- Flebología (Várices y Arañitas) •
- Masajes Descontracturantes •
- Depilación Médica Definitiva •
(Láser Light Sheer)
- Radiofrecuencia Médica •
(Lifting sin Cirugía)
- Spider •
- Tratamiento de Celulitis
y Obesidad Localizada •
- Mesoterapia Virtual •

Chacabuco 2519 - Olivos
Turnos: 15-5499-8327
15-6245-9468



Distribuye El Umbral:
4796-5783 // 15-5905-9570
(venta exclusiva a dietéticas y farmacias)



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

Distribuye El Umbral:
4796-5783 // 15-5905-9570
(venta exclusiva a dietéticas y farmacias)

Viene de página 6

El programa "Mónica Presenta", de Canal 13, conducido por Mónica Cahen D'Anvers, puso las imágenes registradas al aire, durante varios días. Cabe destacar, que el hecho se trató de mantener en silencio, ya que ambos países, estaban bajo el Gobierno de Dictaduras Militares.

El 14/05/1978, llegaron a Bolivia ingenieros de la Nasa, que con varios helicópteros, y un enorme avión turbo hélice, de la Fuerza Aérea Norteamericana, se llevaron varias cajas, y un enorme bulto con lo que parecía ser plástico brillante, partiendo el contingente hacia EEUU, el 19/05/1978.

El 20/05/1978, se suspendió oficialmente la búsqueda del Objeto...

Huella del Pajarillo

09/01/1986-Capilla del Monte -Provincia de Córdoba

Doña Esperanza Gómez acompañada por su hermana Sara y su nieto Gabriel de 12 años de edad, se encontraban a las 22 hs jugando una partida de Naipes. La Señora Esperanza creyó escuchar el ruido de un auto y al asomarse a la ventana, vieron una luz roja que corría de un lado al otro del Cerro Pajarillo. La Sra. Gómez atemorizada cerró la ventana, y descubrió que la luz roja era un Objeto redondo con ventanillas y realizaba constantes cambios de luces rojas y claritas. : " Parecía una Pelota Achatada". Su nieto dijo que lo que vio no era un avión ni hacía ruido.

Al día siguiente, el hijo de Esperanza, Manuel Gómez al regresar de su trabajo pudo observar una mancha ovoide de color negro sobre la ladera del Cerro Pajarillo. Este caso fue estudiado por las autoridades de Capilla del Monte (Pvcia. De Córdoba), difundido por la Agencia Telam, e incluso estudiado por un investigador del equipo de Fabio Zerpa, Antonio Picco, que se encontraba vacacionando en la zona.

En 1987, se produjo un incendio forestal, pero donde estaba la huella, el pasto era de un color amarillo típico de la época del año, que contrastaba con todos los alrededores, quemados de un intenso color negro.

La respuesta fue una hipótesis formulada por la TV española, y por el conocido escritor del libro "Caballo de Troya" e investigador ufológico J.J. Benítez. Aquella nave ancló sobre el terreno una energía desconocida, que como efecto de campana protegió la huella del Fuego.

Continuará...
Santiago Miranda



**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



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

garbis

COIFFEUR

disfrutá tu pelo
natural, un
buen corte e
hidratación

Tel. 4784-3216

Virrey Arredondo 2548 (Belgrano)
coiffeurgarbis@yahoo.com.ar

(Mencionando este aviso ganas una nutrición gratis)

氣 Acupuntura y Masajes 氣
Talleres, cursos, tratamientos.

Próximo taller: Día: 23 julio 2015.

Digitopuntura de urgencia "La farmacia en la punta de tus dedos"

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

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

Terapias del 3º Milenio

By Cristina Echeverría

Agosto: Taller de Ballenas

Vive una experiencia única

Viaja por tu universo interno

Baila, canta, respira, relájate

en compañía de una mágica amiga

**TRATAMIENTOS ORIENTACIÓN
INCLUSIVE MASCOTAS**



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

www.terapiasdel3milenio.com

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

PSICÓLOGA

Lic. Vanesa M. Kiguelman

Psicóloga U.B.A. - MN. 54012

Terapeuta Gestáltica
Adolescentes - Adultos

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

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

TAROT

El Camino al Autoconocimiento y
Evolución del Ser Consultas - Cursos

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

El Umbral

4796-5783

Poema de un perro

Yo soy el que te espera...

Tu coche tiene un sonido especial y puedo reconocerlo entre mil.

Tus pasos tienen un timbre mágico, son música para mí.

Tu voz es el mayor signo de mi tiempo feliz y, a veces, no es necesario mencionar: oigo tu tristeza.

Si veo tu alegría, me hace feliz!

No sé lo que es olor bueno o malo, solo sé que tu aroma es el mejor.

De algunas presencias a veces me gusta. Otras, no tanto.

Pero tu presencia es lo que mueve mis sentidos.

Tu despierto, me despierta.

Tu durmiendo eres mi Dios, reposando en casa, y yo cuido tu sueño.

Tu mirada es un rayo de luz, cuando me doy cuenta de tu despertar...

Sus manos sobre mí, tienen la ligereza de la paz.

Y, cuando Tu sales, todo está vacío otra vez...

Y vuelvo a esperarte siempre y siempre...

Por el sonido de tu coche;

Por tus pasos;

Por tu voz;

Por tu estado siempre inconstante del humor;

Por tu olor;

Por tu reposo bajo mi vigilia;

Por tus ojos;

Por tus manos.

Y soy feliz así.

Yo soy el que te espera:

¡Soy tu perro!!!



Trigo Limpio

Almacén Naturista



Bucarelli 2687 - Capital

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

- **Rincón Natural**
Av. Maipú 3239 (Olivos)
Tel. 4799-5548
- **Conjuro de los Aromas**
Ciud. de La Paz 1389
(tel. 4781-7266)
- **Dietética Arrayanes**
Av. Congreso 2514
(tel. 4783-0163)
- **Küne**
Av. San Isidro 4722 (C.A.B.A.)
(tel. 4702-9634)
- **Sabores y Secretos de la India**
Ciud. de La Paz 1739
(tel. 4783-3424)
- **Casa Polti**
Juramento 2455 (tel. 4784-3081)
- **Dietética Cumelén**
Juramento 3084 (4781-1944)
- **Dietética Nutrición Natural**
Av. Cabildo 3610 (tel. 4701-8989)
- **Korín Do**
Ciud. de La Paz 754
(tel. 4553-6112)
- **Diet. Canela**
Conde 2512, casi Av. Monroe
Tel. 4541-6108
- **Dietética Bulnes**
Bulnes 1869 (tel. 4826-3055)
- **100 % Natural (Almacén Gourmet)**
Bulnes 2042 (tel. 4821-1674)
- **Dietética Cuenca y Beiró**
Av. Cuenca 3514 (tel. 4504-3699)
- **Trigo Limpio**
Bucarelli 2687
- **Dietética Argentina**
Av. Olazábal 5336
- **Dietética BuenaVida**
Bauness 2210
- **Dietética Cerviño**
Agüero 1621 (tel. 4821-2216)
- **Dietética Arenales**
Arenales 2040 (Martínez)
(tel. 4798-2087)
- **Tienda Naturista**
Albarelos 1913 (Martínez)
(tel. 5788-5145)
- **Dietética El Ángel**
Ugarte 1863 (Olivos)
(tel. 4794-8360)
- **Dietética Maipú**
Av. Maipú 2532 (Olivos)
(tel. 4794-5912)
- **Dietética Alicia de los Olivos**
Ricardo Gutiérrez 1136
(Olivos) (tel. 4711-5664)
- **Dietética Ña María**
H. Yrigoyen 1418 (Vte. López)
(tel. 4795-7946)
- **Dietética El Patriarca**
Av. San Martín 2185 (Florida)
(tel. 4797-6325)
- **Dietética Porteña**
La Pampa 5095
(cel. 15 6438-1803)
- **Dietética Nocciole**
B. Victorica 2324 (tel. 2074-0982)
- **Farmacia Porteña**
Av. Olazábal 5297 (tel. 4521-6539)
- **Farmacia Santa Catalina**
Av. Triunvirato 4900
(tel. 4521-0036)
- **Almacén Nat. Árbol de Vida**
San Martín 1602 - Florida
- **Centro de Yoga Vida Natural**
Charcas 2852 (tel. 4826-1695)

Dietética Integral
Alicia de los Olivos
de Alicia Paganelli

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

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

DIETÉTICA
ZAZEN

Orgánico y Natural
Hierbas, legumbres y harinas
Frutos secos y cereales
Vegetarianos y veganos
Celíacos y diabéticos
Aceites esenciales, aromaterapia y arte

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

Dietética Angélica

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

Av. Maipú 3105 Tel. 5788-8132

FARMACIA "ROMA"
Fernando Rossi
FARMACEUTICO

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

FARMACIA DUBIN

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

Obras Sociales
Tarjetas de crédito

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



ENVIOS A DOMICILIO



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

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

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

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



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



Cursos de cocina

Vegetariana, Vegana, Crudivegana y Ayurveda

sin ingredientes de origen animal, refinados, aditivos ni industriales

- Cursos básicos y avanzados
 - Talleres
- Degustación de los alimentos preparados

Escuela de Cocina Naturista "Dr. Ernesto Tiscornia"
Dependiente de IATENA,
Instituto Argentino de Terapias Naturales
Riobamba entre Marcelo T. de Alvear y Paraguay

Informaciones e inscripción

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



Veganis

BY CANADIAN LAB



NUESTROS PRODUCTOS

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

¿POR QUÉ ORGÁNICO?

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

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

Distribuye El Umbral: 4796-5783 // 15-5905-9570
(venta exclusiva a dietéticas y farmacias)



Aceite de Girasol Orgánico

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

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

Estos nutrientes:

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

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

www.madresavina.com.ar

Distribuye El Umbral: 4796-5783 // 15-5905-9570
(en Capital y Zona Norte)



Variedad Alto Oleico
Primera Prensada en Frío