

# 4 Estaciones

La revista de los Countries y Barrios de Zona Norte

QUERIDOS

COMENCÉ EL 1 AÑO DE  
E. B. ¡ CÓMO CRECÍ!  
MI SEÑORITA SE LLAMA .....  
Y MI COLEGIO .....  
¿ ME COMPANIAN EN ESTE  
FANTASTICO VIAJE?



# 4 Estaciones

S  
U  
M  
A  
R  
I  
O

- 3 • *editorial*
- 4 • *efemérides*  
Sucedió en el mes de marzo... del año...
- 5 • *sabías quién era...*  
Ladislao Biró
- 6 • *bioarquitectura*  
Una cuestión de piel
- 8 • *tecnología*  
Apple TV
- 10 • *cuentos*  
El Dragón
- 12 • *reflexiones*  
La Madre Tierra habla...
- 13 • *espacio verde*  
Flores de Otoño
- 14 • *terapias complementarias*  
El poder de la meditación durante el embarazo
- 15 • *consejos profesionales*  
La importancia de la comunicación, especialmente en la relación profesional - paciente
- 16 • *día internacional de la mujer*  
Una historia especial
- 18 • *reflexiones*  
Vamos por más
- 19 • *información general*  
¿Dime como escribes y te diré si te doy trabajo?
- 20 • *mascotas*  
Las enfermedades de transmisión genética y la responsabilidad del criador
- 21 • *entretencimientos*  
**Rincón de los niños**
- 22 • *información general*  
El comienzo de clases
- 23 • *aromas y sabores*  
Supremas de pechugas con papas asadas rellenas



## PIENSA, CREE, SUEÑA y ATREVETE

Walt Disney

*Estimados lectores, auspiciantes y amigos:*

*Con nuestros colaboradores pensamos en varias opciones para celebrar el primer año de 4Estaciones. Una fiesta en la plaza de Escobar para agradecerles a todos los que confían en nuestro medio, como también a quienes nos abren las puertas de sus hogares todos los meses. Otra opción era regalar una vela con cada revista para que la soplaran simbólicamente junto a nosotros, pero estas ideas nos parecieron difíciles de concretar.*

*Por eso con mucho afecto decidimos obsequiarles una frase de Walt Disney, quién fué una de las personas que más alimentó las ilusiones de varias generaciones, y cuya lectura, hace 12 meses nos motivó en nuestro cambio.*

*MARZO, en la antigua Roma, era el primer mes del calendario, su nombre deriva del latín "martius" y era consagrado a Marte, Dios de la Guerra. En cambio para nosotros es el mes donde todo vuelve a la normalidad, comienza el año escolar, y todo el mundo pone en marcha sus proyectos.*

*El 8 de este mes, se conmemora El Día Internacional de la Mujer y el 21 junto al inicio del otoño, se celebran el Día Forestal Mundial, al cual muchos gobernantes no lo consideran dentro de la agenda del medio ambiente.*

*A todos los niños, adolescentes, jóvenes, maestros, padres y profesores un FELIZ REGRESO A CLASES...*

## 4Estaciones Staff

Febrero 2007  
Año 1 - Número #12  
Dirección:  
Sandra de Ares

Diseño y producción:  
Atelier Digital

Colaboran:  
Silvia y Martha



Foto de tapa:

Velero navegando  
el Faraná de las  
Palmas

La revista *4Estaciones* es una publicación mensual independiente de DISTRIBUCION LIBRE y GRATUITA, en la zona de Maschwitz, Belén de Escobar, Garín y Tigre.

Countries:

Aranjuez, Aranzazu, Los Horneros, Maschwitz Club, Náutico Escobar.

Barrios Cerrados:

Acacias Blancas, Alamo Alto, C.U.B.E., Fincas del Lago, Fincas de Maschwitz, La Arboleda, La Barra Village, La Candelaria, La Celina, Las Glorias, Los Angeles Village, Los Robles, Maschwitz Privado, Maschwitz Village, Palmers, River Oaks, San Andres, Santa Catalina, Santa Clara, San Isidro Labrador, San Lucas y Setiembre.

Los editores de *4Estaciones* no se responsabilizan por las imágenes ni los valores publicados por los anunciantes en cada edición, como tampoco por las opiniones vertidas en las notas firmadas.

Reg. de la Propiedad Intelectual: en trámite.

Tirada de esta edición: 3800 ejemplares.

## Sucedió en el mes de marzo... del año...

Deseamos que esta nueva sección sea de utilidad y los oriente en los hechos y efemérides del mes:

### NACIERON

Día 6:

Joaquín V. González 1863-1923, en la provincia de La Rioja, escritor (Mis Montañas, Fábulas Nativas) fundador de la Universidad de la Plata, gran político y legislador.

Gabriel García Márquez en 1928 en Aracata, Colombia, escritor (Cien años de Soledad).

Día 7:

El Doctor Ramón Carrillo en Santiago del Estero, 1907-1956, eminente neurocirujano y primer ministro de Salud Pública, creó puestos sanitarios y hospitales.

Día 11:

El Doctor Leandro N. Alen 1842-1896, en Buenos Aires fundó la Unión Cívica de la Juventud base del partido Radical.

Astor Piazzola 1921-1992, músico, (Adios Nonino, Balada para un loco).

Día 14:

El físico Albert Einstein 1879-1955, en Ulm Alemania, creador de la Teoría de la Relatividad.

Antonio Berni 1905-1981, en Santa Fé, artista plástico.

El Doctor René Favaloro 1923-2000,

en La Plata, cirujano cardiovascular, creador del By Pass.

Día 19 :

El presidente Roque Sáenz Peña 1851-1914, en Buenos Aires, inspirador de la ley del voto universal, secreto y obligatorio.

Día 21:

Bruno Gelber, en Buenos Aires en 1941 gran pianista argentino

Día 27:

Don Enrique Santos Discépolo 1901-1951, en Buenos Aires el gran poeta y autor de tangos (Cambalache y la letra del Uno).

El pintor Raúl Soldi 1905-1994, en Buenos Aires, decoró la cúpula del teatro Colón y la capilla de Glew en la provincia de Bs. As.

Día 30:

Don Juan Manuel de Rosas 1793-1877, en la provincia de Bs. As.

Gobernador Federal - Restaurador de las Leyes, político que fomentó uno de los períodos más oscuros de nuestro pasado.

Colaboración de Martha Gallino

## Ladislao Biró

(1899-1985)

László József Biró, conocido en la Argentina como Ladislao José Biró (n. Budapest 29 de septiembre de 1899 - m. Buenos Aires 24 de noviembre de 1985), fue un inventor y periodista húngaro, nacionalizado argentino que realizó un total de 32 inventos, entre ellos el bolígrafo, que le dió fama internacional.

En su país natal su carácter inquieto lo había llevado a desempeñar oficios variados: despachante de aduana, corredor de automóviles, vendedor, agente de bolsa, escultor, pintor e inventor.

Cuando Ladislao tuvo la idea del invento que lo haría famoso, el bolígrafo, ya había inventado la lapicera fuente de agua, una máquina para lavar ropa, un sistema de cambios automático en los autos y un vehículo electromagnético. La historia cuenta que estaba molesto por los trastornos que le ocasionaba su pluma fuente cuando esta se le atascaba en medio de un reportaje y que obtuvo la idea de su creación observando a unos niños mientras jugaban en la calle con bolitas. En algún momento una de ellas atravesó un charco y al salir de este siguió trazando una línea de agua sobre la superficie seca de la calle. La dificultad de trasladar ese mecanismo a un instrumento de escritura residía entonces en la imposibilidad para desarrollar esferas de un tamaño suficientemente pequeño. Con esta idea Biró patentó en Hungría, en 1938, un prototipo. Pero nunca se llegó a comercializar.

En 1940 él, su hermano y su socio y amigo Meyne, quien lo ayudó a escapar de la persecución nazi, emigraron a la Argentina. Tiempo después su esposa Elsa y su hija Mariana desembarcarían también en Buenos Aires. La principal razón por la que habían elegido este destino fue que en 1938, Agustín Pedro Justo, que era presidente de la Argentina, lo había invitado a radicarse en ese país cuando de casualidad lo conoció en momentos en que Biró estaba en Yugoslavia haciendo notas para un periódico húngaro. Agustín Justo lo vio llenando un telegrama con un prototipo

del bolígrafo y maravillado por esa forma de escribir se puso a charlar con él. Biró le habló de la dificultad para conseguir una visa y Justo, que no le había dicho aún quien era, le dijo que en Argentina su invento tendría grandes posibilidades de fabricarse a escala. Le dió entonces una tarjeta que decía: Agustín P. Justo: presidente.

El 10 de junio de 1940 formaron la compañía Biró Meyne Biró. En un garaje con 40 operarios y un bajo presupuesto perfeccionó su invento y lo lanzaron al mercado bajo el nombre comercial de Birome (Acrónimo formado por las sílabas iniciales de Biró y Meyne). Al principio los libreros consideraron que esos «lapicitos a tinta» eran demasiado baratos como para venderlos como herramienta de trabajo y los vendían como juguetes para chicos. Al respecto, en su última entrevista antes de fallecer, Biró afirmó: "Mi «juguete» dejó 36 millones de dólares en el tesoro argentino, dinero que el país ganó vendiendo productos no de la tierra sino del cerebro".

Cuando comenzaron a promocionarse se les llamaba esferográfica y se hacía hincapié en que siempre estaba cargada, secaba en el acto, permitía hacer copias con papel carbónico, era única para la aviación y su tinta era indeleble.

En 1943 licenció su invento a Eversharp Faber, de los Estados Unidos, en la entonces extraordinaria suma de USD 2.000.000, y en 1951 a Marcel Bich, de Francia.

La sociedad formada por Biró y sus socios quebró, aquejada por falta de financiamiento y por nuevos inventos que no tuvieron éxito comercial. Un antiguo proveedor, Francisco Barcelloni, intentó entusiasmar a Biró para fabricar un bolígrafo de bajo costo. No logró convencerlo y se instaló por su cuenta; mejoró el flujo de tinta y ensayó una bolilla de triple dureza. Posteriormente, Barcelloni contrató a Biró para la dirección de la nueva fábrica.

## Una cuestión de piel

Por la arquitecta Adriana Neimoguen



*Tres pieles nos cubren y sirven de protección.*

*La primera cubre la superficie de nuestro cuerpo y es un actor muy importante en el mantenimiento de nuestra salud...*

*La segunda es la vestimenta, piel que usa el ser humano.*

*La tercera es la vivienda, desde la Revolución Industrial*

*las oficinas donde trabajamos, una envoltura dentro de la que pasamos gran parte del tiempo.*

Destinada a protegernos de las influencias ambientales, no siempre la tercera piel logra su propósito. La salud física y psíquica del hombre (y el resto de los seres vivos) depende del lugar preciso donde vive, duerme o trabaja. Cuando proyectamos esos lugares, sobre todo en la etapa de decoración-equipamiento, se debe tener en cuenta las radiaciones telúricas que afectan el lugar. Se trata de localizar zonas "geopatógenas" tanto con instrumentos electrónicos como con métodos tradicionales como la radiestesia, basada en la sensibilidad del cuerpo humano.

### ¿Qué son las radiaciones telúricas y como afectan?

De forma natural todos los sistemas biológicos y los organismos vivos han ido apareciendo a pesar de las radiaciones cosmotelúricas. El doctor Hartman fue el descubridor de la red energética que cubre la superficie de la tierra. Durante años él y su equipo midieron variaciones en el cuerpo al desplazarse dentro de un espacio determinado y de esta forma descubrieron que en ciertos puntos se registraban alteraciones bruscas. Al marcar estos en un plano observaron que formaban una especie de cuadrícula, con la interacción de unas hipotéticas líneas de fuerza magnéticadispuestas en forma de malla. Las hoy llamadas líneas de Hartman son como paredes de energía que emanan del suelo y se elevan hasta una altura de 2000 metros. Su intensidad y densidad son variables, pero se establecen dimensiones constantes, líneas de 25 cm. de espesor en sentido Norte-Sur y sus paralelos cada 2 metros, cruzadas por otras semejantes en orientación Este-Oeste; formando una trama de 45° de éstas, están las llamadas Currey, cada 4.5

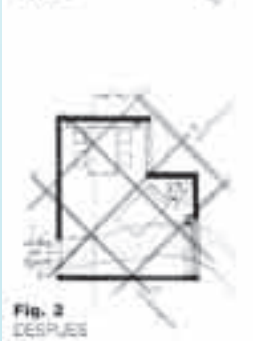
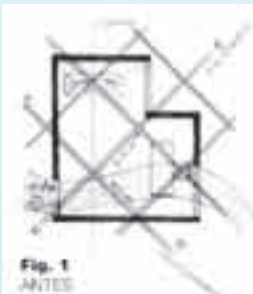
metros aproximadamente. Nuestro cuerpo posee puntos sensibles a la acupuntura; podríamos decir que estos son los equivalentes del planeta Tierra.

Cuando una persona atraviesa una línea, su resistencia eléctrica se modifica de forma tan mínima que no tiene efectos. La cuestión empieza a complicarse cuando uno se sitúa sobre el punto de cruce de estas líneas y empeora si ese cruce coincide con una falla geológica, como el paso de una corriente de agua subterránea. Los malos efectos de de estas energías para el ser humano se producen por sobrecarga cuando la exposición es prolongada, como en la cama, el escritorio o el lugar de trabajo, ya que en ellos pasamos muchas horas todos los días. Los lugares adecuados son las zonas neutras, es decir en el interior de los rectángulos que delimitan las líneas. De no poder lograrlo en una casa u oficina ya construida, deberíamos evitar los puntos de cruce de estas radiaciones redistribuyendo el equipamiento. Siempre se encuentran soluciones creativas.

### Un poco de historia

Anteriormente a nuestro presente, numerosos pueblos eran conscientes de que los lugares donde se vive tienen influencia sobre la salud física y psíquica. Hace más de 4000 años los emperadores chinos establecieron normas de construcción que exigían que el terreno donde se iba a construir fuera examinado por expertos geomantes. Los arquitectos debían proyectar la construcción teniendo en cuenta varias normas, y las paredes debían estar orientadas en armonía con el campo magnético terrestre, para evitar los cruces de las radiaciones telúricas, y que no se hallaran sobre "la salida de los demonios".

El método de los romanos era distinto. Antes de determinar definitivamente un nuevo emplazamiento con fines residenciales, dejaban un rebaño de ovejas pastando en el lugar durante un año. Luego se sacrificaban animales y se estudiaba su hígado; si estaban enfermos sabían que el emplazamiento en cuestión tampoco era sano para el hombre.



### En las escuelas

El alumno que en clases se halla situado en la vertical de un cruce de radiación telúrica suele presentar estado de nerviosismo y muy a menudo se ve frenado su desarrollo.

### En las fábricas y las empresas

En las fábricas y las empresas donde se tuvieron en cuenta los aspectos de una arquitectura sana, evitando zonas geopatógenas, para la ubicación de puestos de trabajo, y eligiendo además colores, formas y materiales adecuados para la instalación y construcción, se pudo constatar un aumento del rendimiento hasta un 30% y disminución de ausencias por enfermedad; incluso cuando a un operario de computación lo ubicamos delante de una radiación Currey estamos protegiéndole la vista de la radiación propia de la pantalla visor.

### En nuestro hábitat

La humedad de las paredes, los olores desagradables, las grietas en los edificios, el cambio de coloración del césped, suelen ser signos de presencia de aguas subterráneas y fallas geológicas. Muchas veces, aún después de inyectar en los muros aislantes con siliconas, persiste la humedad. Aunque los cimientos tengan muy buen aislamiento hidrófugo, si están sobre alguna vena de agua (ríos internos del planeta) la humedad persistirá.

La solución es simple: un hilo de cobre insertado longitudinalmente en el muro, con descarga a tierra a través de una jabalina, absorberá la humedad ascendente de esta vena de agua.

La primera función del hábitat es proteger al habitante; esta es la razón de ser de la arquitectura. La manera de concebir los lugares de descanso y de trabajo responde a integrar a

lo conocido el concepto de salud.

### Casos reales

• Laura decide reciclar su dormitorio, solo para cambiarle la imagen utilizando lo existente. Cuando levantamos el plano de radiestesia descubrimos que su cama tenía un cruce ala altura de la garganta. Charlando nos confiesa que desde que se mudó sufría de ahogos y sensación de asfixia por las noches.

Con una simple inversión, simplemente alejando la cama 45 cm. de la pared, logramos dejar atrás el cruce de las radiaciones y aprovechamos el espacio creando un espacio para guardar ropa fuera de temporada. Se utilizaron el anaranjado y rojo como colores vivificantes, equilibrando con blanco para crear un lugar alegre, útil y sano (Fig. 3y4).

• Marcelo, un destacado ejecutivo, siempre había relacionado su problema intestinal a la falta de tiempo para organizar sus comidas, sumándose a menudo una incomoda sensación de somnolencia.

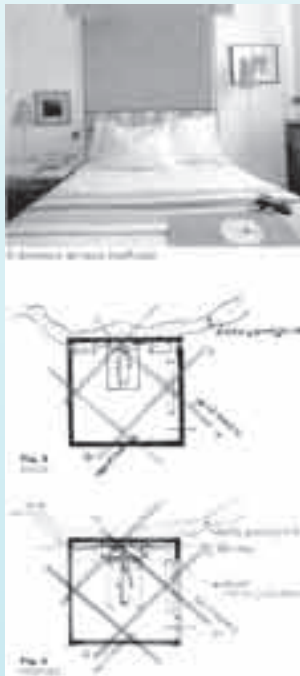
Cuando decoramos su privado descubrimos, al confeccionar el mapa de radiestesia, lo mal ubicado que estaba su sillón de relax y su mesa de trabajo, pues además del cruce de radiación telúrica existía una vena de agua que originaban su jaqueca y su falta de concentración.

Se organizó la decoración atendiendo seriamente de no ocupar estos puntos del ambiente. (Fig. 1 y 2)

Cuando la arquitectura ignora lo invisible y se queda solo con lo tangible, el hábitat puede enfermarnos o reforzar alguna predisposición.

Por lo contrario, cuando actuamos en conjunción con la Tierra, logramos curarnos del estrés diario, de la depresión y hasta de peores enfermedades.

*"El todo es una parte y cada parte integra el todo"*



# Apple TV

MACWORLD SAN FRANCISCO (9 de enero de 2007, California, EEUU)

Apple TV llega a la sala de estar. Vídeos, música y fotos en tu TV de gran pantalla.

Apple presentó en público el Apple TV, una manera fácil y divertida de reproducir en la gran pantalla del televisor todo tu contenido de iTunes favorito, sin necesidad de cables, desde tu Mac o PC; incluyendo vídeos, música, fotos y podcasts. Utilizando la nueva y espectacular interfaz de Apple TV, cualquiera puede explorar rápidamente y ver su colección completa de medios digitales desde cualquier parte de la habitación usando el sencillo e intuitivo mando

dice Steve Jobs, presidente de Apple. "Apple TV reproduce el mismo contenido de iTunes que los usuarios disfrutaban en sus ordenadores y en sus iPods, de manera que ahora pueden incluso ver parte de una película en la sala de estar y ver el resto más tarde en sus iPods".

Apple TV tiene un disco duro de 40 GB para almacenar hasta 50 horas de vídeo, 9.000 canciones, 25.000 fotos o una combinación de esos contenidos, y es capaz de ofrecer salida de alta definición 720p\*. Apple TV es muy fácil de conectar a una amplia

variedad de TVs de pantalla ancha y sistemas "home theater", y viene de manera estándar con conectores HDMI, vídeo por componentes, puertos de audio analógico y digital. Utilizando la red inalámbrica de



a distancia Apple Remote. Apple TV se conecta fácilmente a casi cualquier receptor de televisión moderno de pantalla ancha (widescreen), y estará disponible a la venta en febrero.

"Apple TV es como el reproductor de DVD del siglo XXI: lo conectas a tu sistema de entretenimiento igual que si fuera un reproductor de DVD, pero reproduce contenido digital que obtienes por Internet en lugar de DVDs que obtienes en una tienda",

alta velocidad AirPort 802.11\*\*, Apple TV puede autosincronizar contenido desde un ordenador o difundir contenido en modo stream desde hasta cinco ordenadores adicionales directamente al TV, sin necesidad de cables\*\*\*.

La perfecta integración de Apple TV e iTunes permite a los usuarios elegir entre cuatro millones de canciones, 5.000 vídeos musicales, 100.000 podcasts y 20.000 audiolibros.



Los usuarios pueden disfrutar de su música favorita en el sistema de home cinema o en el equipo de audio doméstico y ver pases de sus álbumes de fotos en la gran pantalla de su TV. Apple TV hace posible que los usuarios puedan explorar toda su colección de medios digitales a través de una nueva interfaz intuitiva y fácil de usar. Con el mando a distancia Apple Remote, los usuarios pueden navegar fácilmente a través de sus vídeos, música y fotos desde una distancia de hasta nueve metros.



Apple TV requiere iTunes 7 o versión posterior en un ordenador Mac con Mac OS X versión 10.3.9 o posterior, o en un ordenador PC Windows con Windows XP Home/Professional (SP2). Se requiere una red inalámbrica 802.11b/g/n usando AirPort o AirPort Extreme, o una red Ethernet 10/100 Base-T. Es necesario disponer de acceso a Internet; se recomienda conexión de banda ancha. Apple TV requiere una TV de pantalla ancha de definición optimizada

(enhanced-definition) o de alta definición. Los juegos de iPod no se reproducen en Apple TV. iTunes Store está disponible en EEUU y algunos países adicionales (incluida España). Las series de TV y los largometrajes sólo están disponibles en EEUU, y la disponibilidad de vídeos musicales y cortos varía según los países.

*\* Reproducción de vídeo basada en contenido de vídeo iTunes de 640x480. La capacidad de música está calculada en base a cuatro minutos de duración por canción y codificación AAC a 128 Kbps. La capacidad en fotos se mide en fotos visualizables por Apple TV transferidas desde iTunes. La capacidad real puede variar según el tipo de contenido.*

*\*\* Compatible con 802.11b/g n.*

*Basada en la especificación provisional IEEE 802.11n.*

*\*\*\* El streaming de vídeo inalámbrico requiere una red 802.11g/n.*

*Apple inició la revolución del ordenador personal en la década de los setenta con el Apple II y reinventó el ordenador personal en los ochenta con el Macintosh. Hoy, Apple sigue liderando la industria en innovación con sus premiados ordenadores de sobremesa y portátiles, el sistema operativo OS X, iLife y sus aplicaciones profesionales. Apple está también en la vanguardia de la revolución musical con sus reproductores de música portátiles iPod y la tienda de música online iTunes. Página home de Apple España en : <http://www.apple.com/les>.*

## El Dragón

Ray Bradbury, "El dragón", en Remedio para melancólicos.

La noche soplabla en el pasto escaso del páramo. No había ningún otro movimiento. Desde hacía años, en el casco del cielo, inmenso y tenebroso, no volaba ningún pájaro. Tiempo atrás, se habían desmoronado algunos pedruscos convirtiéndose en polvo. Ahora, sólo la noche temblaba en el alma de los dos hombres, encorvados en el desierto, junto a la hoguera solitaria; la oscuridad les latía calladamente en las venas, les golpeaba silenciosamente en las muñecas y en las sienas.

Las luces del fuego subían y bajaban por los rostros despavoridos y se volcaban en los ojos como jirones anaranjados. Cada uno de los hombres espiaba la respiración débil y fría y los parpadeos de lagarto del otro. Al fin, uno de ellos atizó el fuego con la espada.

-¡No, idiota, nos delatarás!

-¡Qué importa! -dijo el otro hombre-. El dragón puede olerlos a kilómetros de distancia. Dios, hace frío. Quisiera estar en el castillo.

-Es la muerte, no el sueño, lo que buscamos

...

-¿Por qué? ¿Por qué? ¡El dragón nunca entra en el pueblo!

-¡Cállate, tonto! Devora a los hombres que viajan solos desde nuestro pueblo al pueblo vecino.

-¡Que se los devore y que nos deje llegar a casa!

-¡Espera, escucha!

Los dos hombres se quedaron quietos.

Aguardaron largo tiempo, pero sólo sintieron el temblor nervioso de la piel de los caballos, como tamboriles de terciopelo negro que repicaban en las argollas de plata de los estribos, suavemente, suavemente.

-Ah . . . -El segundo hombre suspiró-. Qué tierra de pesadillas. Todo sucede aquí. Alguien apaga el sol; es de noche. Y entonces, y entonces, ¡oh, Dios, escucha! Este dragón dicen que tiene ojos de fuego, y un aliento de gas blanquecino; se lo ve arder a través de los páramos oscuros. Corre echando rayos y azufre, quemando el pasto. Las ovejas, aterradas, enloquecen y mueren. Las mujeres dan a luz criaturas monstruosas. La furia del dragón es tan inmensa que los muros de las torres se conmueven y vuelven al polvo. Las víctimas, a la salida del sol, aparecen dispersas aquí y allá, sobre los cerros. ¿Cuántos caballeros, pregunto yo, habrán perseguido a este monstruo y habrán fracasado, como fracasaremos también nosotros?

-¡Suficiente te digo!

-¡Más que suficiente! Aquí, en esta desolación, ni siquiera sé en qué año estamos.

-Novecientos años después de Navidad.

-No, no -murmuró el segundo hombre con los ojos cerrados-. En este páramo no hay Tiempo, hay sólo Eternidad. Pienso a veces que si volviéramos atrás, el pueblo habría desaparecido, la gente no habría nacido todavía, las cosas estarían cambiadas, los castillos no tallados aún en las rocas, los maderos no cortados aún en los bosques; no preguntes cómo sé; el páramo sabe y me lo dice. Y aquí estamos los dos, solos, en la comarca del dragón de fuego. ¡Qué Dios nos ampare!

-¡Sí tienes miedo, ponte tu armadura!

-¿Para qué? El dragón sale de la nada; no sabemos dónde vive. Se desvanece en la niebla; quién sabe a dónde va. Ay, vistamos nuestra armadura, moriremos ataviados.

Enfundado a medias en el corselete de plata, el segundo hombre se detuvo y volvió la cabeza.

En el extremo de la oscura campiña, henchido de noche y de nada, en el corazón mismo del páramo, sopló una ráfaga arrastrando ese polvo de los relojes que usaban polvo para contar el tiempo. En el corazón del viento nuevo había soles negros y un millón de hojas carbonizadas, caídas de un árbol otoñal, más allá del horizonte. Era un viento que fundía paisajes, modelaba los huesos como cera blanda, enturbiaba y espesaba la sangre, depositándola como barro en el cerebro. El viento era mil almas moribundas, siempre confusas y en tránsito, una bruma en una niebla de la oscuridad; y el sitio no era sitio para el hombre y no había año ni hora, sino sólo dos hombres en un vacío sin rostro de heladas súbitas, tempestades y truenos blancos que se movían por detrás de un cristal verde: el inmenso ventanal descendente, el relámpago. Una ráfaga de lluvia anegó la hierba; todo se desvaneció y no hubo más que un susurro sin aliento y los dos hombres que aguardaban a solas con su propio ardor, en un tiempo frío.

-Mira . . . -murmuró el primer hombre-. Oh, mira, allá . . .

A kilómetros de distancia, precipitándose, un cántico y un rugido, el dragón.

Los hombres vistieron las armaduras y montaron los caballos, en silencio. Un monstruoso ronquido quebró la medianoche desierta, y el dragón, rugiendo, se acercó, y se acercó todavía más. La deslumbrante mirada amarilla apareció de pronto en lo alto de un cerro, y en seguida, desplegando un cuerpo oscuro, lejano, impreciso, pasó por encima del cerro y se hundió en un valle.

-¡Pronto!

Espolearon las cabalgaduras hasta un claro.

-¡Por aquí pasa!

Los guanteletes empuñaron las lanzas y las viseras cayeron sobre los ojos de los caballeros.

-¡Señor!

-Sí, invoquemos su nombre.

En ese instante, el dragón rodeó un cerro. El monstruoso ojo ambarino se clavó en los hombres, iluminando las armaduras con destellos y resplandores bermejos. Hubo un terrible alarido quejumbroso, y un ímpetu demoledor, y la bestia prosiguió su carrera.

-¡Dios misericordioso!

La lanza golpeó bajo el ojo amarillo sin párpado, y el hombre voló por el aire. El dragón se le abalanzó, lo derribó, lo aplastó, y el hombro negro lanzó al otro jinete a unos treinta metros de distancia, contra la pared de una roca. Gimiendo, gimiendo siempre, el dragón pasó, vociferando, todo fuego alrededor y debajo: un sol rosado, amarillo, naranja, con plumones suaves de humo enneguecedor.

-¿Viste? -gritó una voz-. ¿No te lo había dicho?

-¡Sí! ¡Sí! ¡Un caballero con armadura! ¡Lo atropellamos!

-¿Vas a detenerte?

-Me detuve una vez; no encontré nada. No me gusta detenerme en este páramo. Me pone la carne de gallina. No sé qué siento.

-Pero atropellamos algo.

-El tren silbó un buen rato; el hombre no se movió.

Una ráfaga de humo dividió la niebla.

-Llegaremos a Stokely a horario. Más carbón, ¿eh, Fred?

Un nuevo silbido, que desprendió el rocío del cielo desierto. El tren nocturno, de fuego y furia, entró en un barranco, trepó por una ladera y se perdió a lo lejos sobre la tierra helada, hacia el Norte, desapareciendo para siempre y dejando un humo negro y un vapor que pocos minutos después se disolvieron en el aire quieto.

## La Madre Tierra habla...

A los líderes políticos, financieros y militares del Mundo. Díganle al mundo que estoy cansada y en dolor, y que no tengo tiempo para restaurarme. Esta es la razón por la que ven tales modelos climáticos severos, terremotos y volcanes que se despiertan.

No se dan cuenta de lo que me hacen ?

Cada vez que perforan mi corteza, cada vez que hacen una prueba subterránea, cada bomba que arrojan sobre mi superficie en su guerrear, cada bombardeo acústico, envía vibraciones que van a través de todo mi cuerpo como una onda de choque. Rompe mi estructura cristalina y causa daño a mis placas tectónicas.

Para que comprendan cómo me siento, imaginen a alguien a quien se le perfora los dientes repetidamente, y no se detiene (la tortura) a pesar de sus gritos de misericordia y sus aullidos de angustia.

Debido a que hay tanto de esto que esta ocurriendo constantemente no tengo tiempo de recuperarme, de recobrar mi equilibrio ni de sanarme a mi misma.

Les pido que sean tan amables conmigo como lo serían con un familiar humano a quien quieren, que esté enfermo, y denme tiempo y espacio para curarme.

Pido un día solar completo de 24 de sus horas. Ése es todo lo que estoy pidiendo. Sólo un día pequeño. Eso es todo lo que pido. Sólo un día pequeño. Les pido un día para cesar toda perforación de cualquier tipo, toda prueba subterránea, toda minería y voladura, todo bombardeo y explosiones de cualquier clase.

Sé que ustedes necesitan mis recursos para vivir.

Si tengo tiempo de restaurarme puedo continuar produciendo esos recursos.

Por favor, no agoten lo poco que me queda.

Ustedes están drenando la vida de mí.

Grito y no oyen mis súplicas.

Óiganme por favor.

Tómenme seriamente por favor.

Muéstrlenme, por favor, la misma compasión y respeto que mostrarían a su propia madre, porque yo soy su Madre.

Sostengo su vida como saben.

Yo les di a luz.

Ustedes brotaron de mi suelo y ustedes van a mi suelo cuando mueren.

No soy un ser inanimado.

Soy un ser vivo y en crecimiento como sus científicos pueden decirle.

Soy un ser sintiente.

Soy el ser sintiente del que ustedes dependen para que continúe su vida.

Sé que esta petición enviará pánico a la gente ( especialmente a los intereses petroleros y mineros, y a las partes que guerrear ) y ellos pensarán que no pueden acatar esta petición porque paralizaría las economías, estarían asustados de que sus enemigos tomaran una ventaja injusta y perderían algo que valoran.

Les pido que lo consideren durante un día, o ¿preferirían continuar teniendo tales catástrofes severas?

¿Preferirían que me quedara sin recursos y todo muriera aquí en mi cuerpo?

Ese es el riesgo que corren aunque ustedes no desean aceptarlo.

Vayan y tómense un día de fiesta, jueguen con sus niños, amen a sus seres queridos.

Siéntese en mi hierba verde, miren mis árboles, alégrense y celebren su vida.

Bailen, canten y hagan música.

Coman, beban y sean felices.

Júntense para gozar de un día completo de paz y descansen. Todo estará aquí para ustedes cuando regresen.

No me voy a ningún sitio.

Les he dado mi generosidad durante miles de años. Este único día es todo lo que les pido a cambio.

Pido un día al año para descansar, para recuperarme, para restaurarme. Ustedes pueden tener los otros 364 días.

Por favor, reúnanse todos ustedes, acuerden un día una vez al año, honren su compromiso y manténganlo como el día más sagrado para ustedes. Mi cuerpo es tan sagrado como es el suyo.

Recuerden por favor eso. En ese día dejen a un lado toda su cólera, el odio, la maldad, el estar a la defensiva y la avaricia. A los que cometen crímenes contra otros seres humanos les pediría también que se tomen un día al año de descanso. Pido al mundo de los seres humanos que durante un día al año no hagan daño a ningún ser vivo. Será un buen descanso para ustedes al igual que para mí. Hagan de este día, en su lugar, un día de amabilidad y de alegría.

He pedido a esta mujer ordinaria que les entregue este mensaje. Ella no tiene ningún interés o influencia política, ninguna agenda. Ella es sólo una mujer común. Por favor presten atención a sus palabras. Le he hablado a ella porque estaba dispuesta a escuchar y a llevar mis palabras.

Les amo, mis niños

La Madre Tierra



## Flores de otoño

Mientras algunas plantas cambian sus colores y se van deshojando, otras exponen el esplendor de sus flores agregando más vida a nuestros jardines.

A continuación se detallan algunas especies de floración otoñal y aquellas que florecen durante el verano y extienden su floración durante esta época.

**Oreja de león:** es una planta muy ramificada, perenne, con flores de color rojo anaranjado. Florece en otoño avanzado y principios del invierno. Puede alcanzar una altura de 1,50 metros. Requiere pleno sol y es sensible a las heladas.

**Crisantemo:** es una especie que florece en los días cortos de otoño, en distintos colores y alturas. Requiere poco riego, es susceptible al oídio (hongo) y a los pulgones. Las variedades que se utilizan como flor cortada tienen tallos débiles y muy largos. Hay otras variedades de jardín que son compactas con tallos cortos y rígidos. Requiere pleno sol.

**Aster:** es una planta de gran altura y se utiliza como flor cortada. Sus hojas son de color verde oscuro y sus flores de color rosado, lila, rojo y azul. Puede alcanzar una altura entre 1,20 y 1,60 metros. En primavera también florece pero no tan abundantemente como en otoño.

Prefiere suelos húmedos y media sombra. Una vez finalizada la floración se cortan los tallos a ras del suelo.

**Anémona (japónica):** es una herbácea perenne rizomatosa con follaje verde oscuro. Forma matas muy densas. Las flores muy vistosas aparecen sobre varas altas. Pueden ser dobles o simples en color rosado, blanco o lila. Florece a principios del otoño. Se adapta muy bien a media sombra. Puede alcanzar hasta 1 metro de altura aproximadamente.

**Salvia (involucrata):** es una planta muy ramificada, con hojas en forma de ovalo y flores de color rosado-magenta, muy grandes. Florece en verano avanzado y su floración se prolonga hasta el otoño. Necesita pleno sol y no resiste

las heladas. Puede alcanzar entre 1 y 2 metros de altura.

**Salvia (leucantha):** es una planta de hojas grisáceas, sus flores en forma de espigas, son de color lila y blanco. La floración más importante suele producirse desde marzo hasta las heladas. Después de la primera helada deben podarse las ramas a ras del suelo y proteger la base de la planta. Alcanza una altura de 60 cm.

**Rudbeckia:** especie rizomatosa que crece en suelos pesados y húmedos y en lugares soleados. Sus hojas son verde oscuro y sus flores como margaritas de color naranja amarillento con centro negrozco. Florece desde la mitad del verano hasta la mitad del otoño. Alcanza una altura de 80 cm aproximadamente.

**Dahlia:** especie con raíces engrosadas y tallos herbáceos con hojas verdes ovales y flores que pueden ser simples, semidobles o dobles. Hay de todos colores, excepto en azul. Necesita pleno sol y suelos bien drenados, fértiles y sueltos. Florece en verano y otoño. Se dividen y levantan a fin del otoño y se replantan a principios de la primavera.

**Achira:** es una planta herbácea rizomatosa de grandes hojas verdes o rojizas, en algunos casos las nervaduras están coloreadas de rojo, blanco o amarillo, teniendo mucho valor ornamental. Las flores muy llamativas están dispuestas en espigas en la extremidad de los tallos. Hay de color amarillo, anaranjado, rojo, rosado, blanco, manchadas o estriadas. Pueden alcanzar una altura de hasta 2 metros. Necesitan sol y suelos húmedos. Florece en verano y otoño. Con los primeros fríos debe cortarse la parte aérea ya que se seca en invierno, y proteger la base de la planta con paja u otro elemento similar.

Hasta la próxima...

Cariños, Alejandra y Carolina.

Paisajistas

Alejandra 03488-15-536 115

Carolina 03488-15-532 102

creaciondejardines@yahoo.com.ar

## El poder de la meditación durante el embarazo

La visión cuántica del mundo (el nuevo paradigma de la ciencia), ha demostrado la relación dinámica real entre todo lo que existe en el Universo. Esto significa que nos encontramos en continuo intercambio de energía e información con el resto de las existencias, entre las cuales se encuentran nuestros hijos, aún en el estado prenatal.

Como seres nacidos de una Inteligencia Suprema (a menudo llamada Dios) portamos un natural poder para crear. No hay límites para esto. Cuando nos hacemos conscientes de nuestra inteligencia interior y nos permitimos experimentar sus efectos sucede un verdadero milagro de creación para nosotros y en nuestro mundo cotidiano.

La fuerza que nos conecta y nos comunica ya sea con otras personas, la naturaleza o el cosmos, es el mismo impulso que nos lleva también a desear y concretar la concepción y el nacimiento de un hijo. Estamos hablando del Amor.

Tal vez, entre todas las posibles manifestaciones del amor, la que corra más riesgo de pasar inadvertida es la del amor de los padres por el hijo que aún se encuentra en el seno materno. Sin embargo, es en este período en el cual deben instalarse las bases de una adecuada interacción de modo que el vínculo resulte verdaderamente potenciador para ambas partes.

La comunicación pre-natal es muy intensa en virtud de esta interconexión de energía e información que mencionamos al inicio. Y se lleva a cabo fundamentalmente a través de las transmisiones psíquicas (emocionales y mentales) e intuitivas. Si bien es cierto que el bebé en el útero de la mamá se encuentra mucho más estrechamente ligado a todo lo que a ella le sucede durante el embarazo y el parto, la presencia del padre es también condicionante (favorecedora o limitante del desarrollo emocional y espiritual) y complementaria a la construcción de esas bases de crecimiento mutuo.

Siguiendo una Ley Universal e Inmutable que dice que "El Universo es Mental", ubicamos nuestro poder creador en nuestros pensamientos. La práctica de la Meditación y de las Visualizaciones contribuye a tomar conciencia de ese poder creador en nuestra mente, a delimitar el tipo de pensamientos acordes a los resultados que deseamos manifestar y acelerar su manifestación en cada caso.

Las imágenes mentales son verdaderas fuerzas dinámicas que pueden resultar altamente positivas o marcadamente negativas y obstaculizadoras de la armonía, el bienestar y la evolución personal y colectiva.

Es común que durante el embarazo se despierten miedos inconscientes (ej. enfermedades o malformaciones del bebé, temor a morir en el parto, a no ser buenos padres, a no tener suficientes recursos para abastecer al niño, etc.), automatismos mentales negativos y prejuicios culturales que es necesario desprogramar para que esta información y este tipo de vibraciones energéticas no contamine el vínculo con el bebé y afecten el desarrollo ulterior de su personalidad.

Es importante aclarar, que si bien es muy agradable y productivo generar condiciones especiales para ambientar una sesión de meditación, la práctica en sí misma no requiere la obligatoriedad de una relajación muy profunda ni de la clásica postura de loto sino que es algo sumamente adaptable a cualquier momento o circunstancia en la vida cotidiana de la pareja embarazada. Es de destacar que la efectividad de esta técnica se acelera con el disciplinado uso de la respiración consciente.

También es enriquecedor el hecho de permitirse este espacio de trabajo interno para nutrir y fortalecer la relación vincular de la pareja.

La presencia de ambos progenitores, en este tipo de práctica, abre un canal de comunicación directa con la energía propia de ese hijo que, si bien no ha nacido aún,

ya existe y puede igualmente percibir y emitir información, asumiendo un protagonismo activo en la construcción del lazo afectivo con sus padres.

Como dijimos que el Amor es la fuerza que nos mueve hacia nuestros propios milagros, sosteniendo voluntariamente los pensamientos e imágenes positivas en nuestras mentes creamos un campo de energía protectora, contenedora, beneficiosa y facilitadora de todo lo bueno a nuestro alrededor y alrededor de nuestros hijos y demás seres queridos. Que mejor que ofrecerle esta particular manifestación de amor como primer bienvenida al hijo que está por nacer y que necesita del calor del seno materno para sentirse amparado!!!

Y para empezar con esta práctica les comparto este bello pensamiento de Eileen Cady: "Ve lo positivo en cada cosa y te encontrarás rodeado de lo mejor, porque lo atraerás todo hacia ti, como hace el imán con el acero."

Marisa Ordoñez

Lic. En Psicología. Master en Técnicas de Sanación Energética.

03488- 444597 / 011 1551101332

Marisa\_macnet@hotmail.com

## La importancia de la comunicación, especialmente en la relación profesional - paciente

Toda interacción implica una influencia mutua y comunicar bien lo que se quiere decir es importante en todo tipo de relación.

Pero es especialmente importante en las relaciones asimétricas, donde una de las partes tiene algún tipo de autoridad ante la otra, que resulta así más influenciable, por ejemplo: padres - hijos, adultos - niños en general, educadores - educandos, profesionales-pacientes.

Quien tiene autoridad sobre alguien, o sobre un tema determinado, es quien debe asumir la responsabilidad del resultado de su comunicación.

En el caso de los profesionales de la salud nuestra tarea incluye influir de manera beneficiosa en las personas que nos consultan.

A veces se trata de decirles algo que ya saben, pero de una manera que les sea útil para lograr lo que se proponen.

Los pacientes que requieren de nosotros ayuda psicológica y los enfermos, en particular aquellos sometidos a un gran estrés, como quienes sufren dolor, tienen cáncer, o enfermedades crónicas, o deben someterse periódicamente a estudios o tratamientos muy molestos, están extremadamente atentos a nuestras palabras y son muy sensibles para interpretar nuestra comunicación no verbal.

Las palabras tienen más de un significado, las diferentes entonaciones de la voz cambian o modifican el sentido de lo que decimos, hay un lenguaje no hablado que se expresa con gestos y ademanes e incluso el silencio es interpretado en la comunicación.

Hay que tener en cuenta esto y aprender a utilizarlo para producir un efecto positivo con lo que decimos, o al menos

para evitar efectos perjudiciales.

Si el profesional sabe que con lo que dice, y cómo lo dice, está influyendo en la actitud del paciente ante la enfermedad, lo que a su vez influye en su evolución, puede y debe utilizar la comunicación como un instrumento más a favor de la curación.

El resultado de un tratamiento depende de muchos factores, la relación con el profesional ha demostrado ser - en múltiples investigaciones - un elemento beneficioso y muchas veces un factor decisivo.

Para una comunicación exitosa son elementos importantes:

- *La flexibilidad: implica aceptar las diferencias y utilizarlas a favor del objetivo deseado.*
- *La capacidad de observación, y la utilización de lo observado es fundamental en la comunicación terapéutica.*
- *Una aceptación genuina del paciente: el terapeuta se ubica donde está el paciente, y desde ahí lo orienta hacia los cambios que necesite hacer, respetando su individualidad tanto en sus metas como en los resultados.*
- *El desapego: el paciente no nos pertenece, se pertenece a sí mismo.*
- *Una actitud de expectativa positiva respecto al cambio y a las maravillosas posibilidades de los procesos mente / cuerpo para lograr dicho cambio.*
- *El afecto: es también un componente importante del tratamiento.*

Dra. Carmen H. Milán  
MP 44426

Médica Psiquiatra  
Psicoterapeuta

Cel.: 11-15-5691-5159

## Una historia especial



*Jacques Yves Cousteau pasó toda su vida en el mar, no contento con inventar los equipos de buceo actuales recorrió el mundo, a bordo del Calypso para enseñarle a la humanidad la grandiosidad de los océanos.*

aventura: Recorrer los mares del mundo filmando los fondos oceánicos.

Todos sus ahorros se gastaron en equipamientos, vendió su casa para costear el viaje, todo su pasado y su futuro estaban puestos en ese viejo barco. Partieron rumbo al Mar Rojo donde planeaban filmar su primera película.

Al llegar anclaron el barco cerca de la costa de Egipto y todos los hombres fueron al agua, en el barco sólo quedó la esposa de Cousteau, Simone.

*Muchos hombres y mujeres crecimos entre sus imágenes, muchos fuimos contagiados por su "fiebre de mar", jugábamos de chicos a ser buzos del Calypso, conocíamos todas sus historias, vivimos todas sus inmersiones.*

Mientras que los buzos estaban bajo el agua el cielo se cubrió de nubes, la superficie del mar se encrespó, comenzó a soplar un fuerte viento. Los buzos no pudieron volver al barco, nadaron hacia la costa. Una vez ahí contemplaron al Calypso que se sacudía con cada golpe de ola, tironeando el cabo del ancla que se rompería inevitablemente. Cousteau temía por su esposa, una mujer delgada que no tenía idea de barcos ni de navegación.

*Pero la mayoría de la gente jamás conoció la historia del día que el Calypso se perdió, de aquel día que pudo ser el último día de una historia que aún no había comenzado.*

Terminaba la década del '40, no era una época fácil en Europa. La segunda guerra mundial había dejado a Francia en ruinas. Jacques Cousteau, un joven oficial de la marina decide dar un vuelco a su vida, con la ayuda de sus amigos y un esponsor secreto, compra un viejo dragaminas fuera de servicio y lo bautiza "Calypso", renuncia a la marina y convence a un grupo de buzos de acompañarlo en la gran





Los buzos presos de impotencia esperaban la rotura del cabo del ancla para ver como todas sus ilusiones se hundían con el viejo buque.

El cabo se rompió en un estallido seco e inmediatamente se escuchó el motor del barco que se ponía en marcha, viraba a babor y se internaba en el mar de frente a la tormenta, al timón estaba Simone Cousteau y no parecía estar dispuesta a dejar hundir al Calypso, como no sabía nada de náutica decidió ir mar adentro donde no podría chocar con nada. Viajaba hacia la tormenta.

Ocho horas duró la lucha entre el viejo dragaminas y el mar, ocho horas donde una mujer sola, que nunca antes había estado en un barco, sacaba fuerzas de la nada para evitar que los sueños de su marido se hundieran ese día.

Cuando la tormenta terminó llevó al barco hacia la costa que se veía a la distancia pero como no lo sabía atracar y ya no tenía ancla, simplemente lo dejó flotar a la deriva con el motor apagado esperando que los buzos, que miraban la maniobra desde tierra, se pudiera acercar a nado. Al llegar encontraron a una Simone sonriente que, ante la sorpresa de todos, los recibió con café caliente.

Pasaron muchos años y el viejo dragaminas se convirtió en uno de los buques oceanográficos más famosos del mundo, navegó por todos los mares y visitó todos los puertos. Cousteau adquirió fama internacional. En 1980, en un reportaje un periodista le preguntó si era difícil comandar el Calypso, Cousteau contestó:

“No si está Simone a bordo, ella es la cocinera, la madre de treintamarineros,

la que aconseja, la que pone fin a las peleas, la que nos manda a afeitarse, la que nos reta, la que nos acaricia, la peluquera de a bordo, nuestra mejor crítica, nuestra primera admiradora, la que salva al barco de las tormentas. Ella es la sonrisa cada mañana y el saludo antes de irnos a dormir. El Calypso podría haber vivido sin mí... pero no sin Simone”



Una mujer que vivió entre cámaras y nunca se dejó fotografiar, no figuró en ninguna de las enciclopedias del Calypso se negó a ser vista en las películas y la mayoría de la gente nunca vio su cara.

En el día internacional de la mujer nuestro homenaje a Simone Cousteau...

...y a todas las mujeres  
que luchan desde el silencio...

Tito Rodríguez

Director Instituto Argentino de Buceo  
“No se puede defender lo que no se ama y  
no se puede amar lo que no se conoce”

Instituto Argentino de Buceo  
www.iab.com.ar

## Vamos por más

*En una junta de padres de familia de cierta escuela, la directora resaltaba el apoyo que los padres deben darle a los hijos. También pedía que se hicieran presentes el máximo de tiempo posible. Ella entendía que, aunque la mayoría de los padres de aquella comunidad fueran trabajadores, deberían encontrar un poco de tiempo para dedicar y entender a los niños.*

*Sin embargo, la directora se sorprendió cuando uno de los padres se levantó y explicó, en forma humilde, que él no tenía tiempo de hablar con su hijo durante la semana. Cuando salía para trabajar era muy temprano y su hijo todavía estaba durmiendo. Cuando regresaba del trabajo era muy tarde y el niño ya no estaba despierto. Explicó, además, que tenía que trabajar de esa forma para proveer el sustento de la familia. Dijo también que el no tener tiempo para su hijo lo angustiaba mucho e intentaba redimirse yendo a besarlo todas las noches cuando llegaba a su casa y, para que su hijo supiera de su presencia, él hacía un nudo en la punta de la sábana que lo cubría.*

*Eso sucedía religiosamente todas las noches cuando iba a besarlo. Cuando el hijo despertaba y veía el nudo, sabía, a través de él, que su papá había estado allí con amor y lo había besado. El nudo era el medio de comunicación entre ellos.*

*La directora se emocionó con aquella singular historia y se sorprendió aún más cuando constató que el hijo de ese padre era uno de sus mejores alumnos.*

Estecuento me hizo reflexionar sobre las muchas formas en que las personas pueden hacerse presentes y comunicarse entre sí. Algunas veces nos preocupamos tanto con el mensaje a transmitir que olvidamos que lo principal es poder transmitirlo con el sentimiento de lo que nos está pasando. Considero que en materia de comunicación es fundamental dejar que nuestro corazón se exprese, pues, nuestros sentimientos hablan más fuerte que mil palabras. Puede que las personas no entiendan el significado de alguna palabra, pero saben registrar la voz del corazón.

Y este es el caso de mis notas, y que desde siempre tuvieron como un único objetivo: ser un mensaje de amor.

*“Todos tenemos un don especial que dar a los demás.*

*Si prestas atención a la sabiduría de tu corazón, sabrás cual es ese don. El secreto para alcanzar la felicidad es estar en contacto con tu don. El secreto para alcanzar la riqueza es compartir tu don con los demás.”*

En realidad estas notas tienen muchos objetivos. Con ellas

busco:

Mostrar que no hay una sola mirada de las cosas y que de nosotros depende nuestro punto de vista y que de acuerdo al queelijamos tener, será nuestra capacidad de acción. Despertar a las personas de las creencias que viven como si fueran ciertas y que las duermen en un sueño eterno de insatisfacción.

Acompañar con un cuento o alguna frase que pueda mostrarte que la vida es maravillosa y que vale la pena intentar vivirla desde la felicidad, el entusiasmo y el optimismo, por mas oscura que a veces se nos muestre.

Abrirte al espacio de posibilidades y meterte en un proceso de preguntas que pueda llevarte por nuevos caminos de acción, donde conectarte con tu maravilloso potencial sea una oportunidad.

*... Celebrar no es solamente cumplir años.*

*Celebrar es reconocer todo lo que pudimos hacer en estos años.*

*....Celebrar no es solamente prender velitas.*

*Celebrar es reconocer las vidas que, en este tiempo, pudimos iluminar*

*.....Celebrar no es solamente hacer un brindis.*

*Celebrar es reconocer que tuvimos la posibilidad de brindarnos a los demás.*

*....Celebrar no es solamente festejar con una buena comida.*

*Celebrar es sentir que hemos podido nutrir muchos corazones con nuestra sabiduría y amor.*

*....Celebrar no es solamente juntarse con amigos.*

*Celebrar es sentirse amigo de todo el mundo.*

*....Celebrar no es solamente pedir deseos para el futuro.*

*Celebrar es agradecer por haber sido elegido para una tarea tan hermosa.*

Considero que mis notas han sido la manera que encontré de comunicarme con el mundo y transmitir mi mensaje de amor. Y de la misma manera que el padre de nuestro cuento encontró que ese nudo en la sábana lo conectaba con su hijo y le permitía transmitirle todo lo que sentía, en mi caso, estas notas le han dado sentido a mi vida y me han permitido comunicarme con vos.

A lo largo de estas publicaciones, mi vida ha atravesado muchos cambios y transformaciones, han habido días de sol y tormentas con granizo. Sin embargo cada semana al escribirlas yo he podido encontrar un oasis en ellas.

Y pienso: que felicidad tenerlas y que buena es la repercusión que tienen.

Por eso no quiero que este día pase por alto en mi vida.

Estoy contenta por la labor cumplida y quiero celebrar con vos que sos el que leyéndome cada mes lo has hecho posible con tus comentarios, reconocimiento y palabras de agradecimiento.

Yo, como creadora de futuros escenarios, hoy elijo celebrar con vos por medio de preguntas que puedan llevarte a transitar emociones positivas de realización personal.

*Cuántas palabras el alma quisiera a veces decirte.  
Yo siempre tuve palabras que nunca jamás te dije.  
Y acaso cuando me vaya, habré de sentirme triste,  
de tanto decir palabras, que nunca jamás te dije.*

Denise Ainel

¿Estás en contacto con el mensaje personal que quieres transmitir?

¿Sientes que has encontrado una manera de empezar a comunicarlo?

Si no es así ¿En qué conversación estás detenido?

¿Pensaste en lo que te estás perdiendo mientras te

revuelcas en tus miedos o debilidades?

¿Pensaste en los talentos que estás desaprovechando?

Quizás hoy no puedas vislumbrar la magnitud del impacto que podría tener tu mensaje, y te devaneas pensando en cómo mostrarlo mejor.

Quizás nuestra única misión sea dejarlo salir en las alas del amor. Y que el amor sea el idioma y a la vez las palabras. Y que sea a través del amor que sientes por tí mismo y por los demás, que se simplifique algo que parece tan complejo.

Por este año he decidido no publicar por una cuestion de viaje, esta va a ser la última aparición, esperando retornar en cuanto pueda, les deseo a todos los lectores un camino lleno de luz y sabiduría para poder VIVIR la vida como la sueñen.

Di Biase Roxana

Di Biase Roxana

Coach Ontológico Profesional Formadora de coaches

[www.crearcontextos.com](http://www.crearcontextos.com)

03488-432805

## ¿Dime como escribes, y te diré si te doy trabajo?

Cada vez más avisos clasificados piden que envíen una carta manuscrita

¿Puede la Grafología ser un criterio de selección de personal?

¿Qué se evalúa?

Con esta frase hoy cierran muchos avisos pidiendo enviar CV y carta manuscrita.

La grafología es una fuente de información sobre la personalidad de quien escribe. El Gabinete Grafológico de Madrid, por ejemplo la define como una *"disciplina que devela la forma de ser de un individuo a través de la escritura"*.

El análisis de un escrito comprende desde los márgenes de la página, la inclinación de los renglones, el tamaño de la letra, el enlace entre las mismas, hasta el modo en que se escriben las mayúsculas y las minúsculas.

Un estudio grafológico completo nos

permite obtener información en tres grandes planos, inteligencia, voluntad y comportamiento, la mayor ventaja de éste sistema para las empresas es que es un test inalterable, ya que en la escritura no se puede disfrazar ni controlar y permite detectar predisposiciones y conductas dudosas o desleales.

Este mismo estudio se puede aplicar en Orientación Vocacional, Grafología Infantil y Análisis de Personalidad, porque la persona escribe y la letra lo revela como una radiografía del alma.

Estudie Grafología en un año y aprenderá a conocer a las personas a través de la escritura.

Prof. Maria La Licata

Grafóloga Pública

02320-402737-(15)5599-4782

Mat.079005/99

[alicata2001@hotmail.com](mailto:alicata2001@hotmail.com)

## Las enfermedades de transmisión genética y la responsabilidad del criador

El Golden Retriever es una raza genéticamente predispuesta a varios problemas de salud, y si bien uno querría tener garantía absoluta sobre la salud de los perros eso no es posible, pero si lo es en un alto grado.

Un criador responsable, si se presentara un problema serio de salud, debería estar dispuesto a estar al lado de los perros que ha criado y considerar cada caso en particular para decidir la conducta adecuada.

Se supone que ha hecho todo lo posible para reducir al máximo la frecuencia de enfermedades genéticas en los cachorros, haciendo los exámenes de salud de los padres, eligiendo perros descendientes de varias generaciones de ejemplares que han sido controlados y teniendo en cuenta la opinión de los veterinarios especialistas.

Sin embargo, como la manera de heredar las enfermedades frecuentes de esta raza no es bien conocida aún, pero se sospecha que son enfermedades de naturaleza poligenética, no es posible garantizar incondicionalmente que un perro no va a heredar los genes que puedan causarla.

Las enfermedades de transmisión genética más comunes en los Golden son:

\*La Displasia de Cadera, que puede ser una enfermedad muy debilitante si se presenta en forma severa.

Sin embargo, no siempre lo es y no siempre requiere cirugía, en muchos casos puede manejarse clínicamente.

\*La Displasia de Codo, también puede ser una enfermedad debilitante si se presenta en forma severa, pero tal como la Displasia de Cadera, no siempre lo es y puede ser tratada clínicamente. Hace poco que comenzó a controlarse ya que antes no se consideraba necesario.

Los siguientes factores pueden contribuir a que estas dos enfermedades causen problemas a un perro afectado por ellas:

- a.- Malas condiciones generales.
- b.- Dieta de mala calidad.
- c.- Tipo y calidad de los ejercicios (principalmente exceso de ejercitación).
- d.- Injurias.

\*La Estenosis Sub-aórtica es una enfermedad que puede ser fatal a temprana edad si bien, nuevamente, esta enfermedad puede presentarse en forma leve y el perro puede tener muy buena calidad de vida cuidando su peso y con un plan de ejercicios.

\*Las Cataratas Juveniles (Posterior Punctate Cataracts), parece ser que, por suerte, en la mayoría de los casos en Golden Retrievers son pequeñas y tienen poco o ningún efecto en el perro. No se acepta en los perros destinados a reproducción justamente por su transmisión genética.

Para reproductores se deben utilizar perros seleccionados, cuidando especialmente que tengan la menor posibilidad de ser portadores de los genes transmisores de cualquiera de estas enfermedades, que tengan el buen temperamento típico de la raza y que las características

físicas cumplan con el standard.

Existen también enfermedades de transmisión sexual, como por ejemplo la brucelosis, que no es detectable clínicamente y que puede ocasionar el aborto en las hembras preñadas y serios problemas de salud en ambos sexos cuando sigue su curso sin tratamiento. Aún con tratamiento es difícil erradicarla y puede seguir transmitiéndose de por vida.

Esto es algo que los propietarios de perros por lo general no saben y cuando deciden aparear a sus mascotas para "hacer la experiencia de tener cachorritos" los ponen en riesgo.

El análisis para descartarla en los animales que van a cruzarse debe hacerse unos días antes cada vez que se va producir un apareamiento.

Es por todo esto, y muchas otras cosas, que no debería fomentarse la cría improvisada de cachorros, y esto vale para cualquier raza.

Criar es una tarea que requiere mucha dedicación, y debería dejarse en manos de quienes son responsables de su función de cuidar en todos sus aspectos los ejemplares y la raza que eligieron.

En Estados Unidos se compran los cachorros a los criadores serios, que seleccionan a su vez a los futuros dueños de sus cachorritos, y que los entregan con un convenio previo, a veces por escrito, donde sus nuevos propietarios se comprometen a esterilizarlos o castrarlos a la edad adecuada.

Esta costumbre hace que los dueños puedan disfrutar de sus mascotas sin pasar por los inconvenientes de encerrar a las hembras durante los períodos de celo o exponerlas al trabajo de criar a los cachorros, a veces en situaciones para nada ideales, poniendo en riesgo su salud.

También evita los problemas de peleas o escapadas de los machos, que a veces ponen en peligro su integridad y hasta su vida por el imperativo biológico de reproducirse.

Otro beneficio es que las plazas y parques para perros son lugares tranquilos y seguros donde se puede disfrutar del paseo sin inconvenientes desagradables.

Además impide la reproducción de los buenos ejemplares sin los cuidados adecuados.

En este tema vale remarcar otra vez la importancia de no considerar al perro como un humano: en ellos no existe el aspecto cultural de la sexualidad, que la convirtió en una fuente de placer que se puede desligar o no de la reproducción según la voluntad.

Los animales copulan exclusivamente para la conservación de la especie, los machos se someten a los riesgos de perseguir y hasta pelear por una hembra, y las hembras al trabajo de criar aunque la condiciones no sean ideales, porque no tienen elección.



Carmen Milán  
 Golden Retrievers  
 (011)15-5691-5159  
 www.persisluc.com.ar  
 cachorros@persisluc.com.ar





## El comienzo de clases

La Provincia de Buenos Aires comienza las clases con el nuevo plan de enseñanza

Desde marzo, la nueva Ley de Educación pone fin a la estructura de EGB y Polimodal. Vuelven la primaria y la secundaria, ahora obligatoria, con seis años de duración cada una. Se cursarán 90 horas más y se podrá pasar de año sólo con una materia previa. Sin embargo, el cambio será gradual.

Los alumnos que el próximo 5 de marzo ingresen a la educación primaria o secundaria en la provincia tendrán un nuevo plan de enseñanza, en el que cada uno de esos niveles durará seis años, según recordaron autoridades educativas bonaerenses.

A partir del próximo ciclo lectivo, todos los alumnos bonaerenses que hayan egresado del sexto grado del EGB ingresarán al primer año de la nueva secundaria, y los que comiencen el ciclo primario cursarán durante seis años.

La escuela secundaria será obligatoria y durará seis años y la reforma se realizará en forma gradual.

“Como el cambio se hará gradualmente, sólo el primer año (en primaria y secundaria) de todas las escuelas bonaerenses se incorporará al nuevo proyecto, es decir tendrá un nuevo currículum y nueva estructura”, informó la dirección general de Cultura y Educación bonaerense.

En la secundaria, la materia Historia quedará separada de Geografía, habrá cambios en la enseñanza de la Lengua,

cuya materia se llamará Prácticas del Lenguaje y se dictará una nueva materia de nombre Construcción Ciudadana.

“El cambio curricular es un cambio cultural”, explicó la titular del área Adriana Puiggrós y añadió que “los chicos van leer mucho y van a escribir mucho”.

El ciclo se dividirá en tres trimestres, cuya nota final será el resultado del promedio de las calificaciones según la escala de 1 a 10 puntos obtenidas en cada trimestre. No obstante, los alumnos deberán rendir exámenes trimestrales y podrán pasar de año solamente con una materia previa.

Deberán cursar por día 5 horas, lo cual representa 90 horas más de clases por año, que en la primaria.

La nueva estructura se completa con el nivel inicial, cuyo único año obligatorio es el preescolar que se cursa a los cinco años, aunque para el Estado también existe la obligación de asegurar la oferta de la sala de 4, según lo determina la Ley de Educación.

A esos años se les suman los seis años de primaria, seis de secundaria -ambos niveles obligatorios- y cuatro más de educación superior, no obligatoria.

(Fuente: Télam).-

## Supremas de pechugas con papas asadas rellenas

Es un plato para lucirse y festejar en familia el Día de la Mujer.

### Ingredientes:

6 Supremas de pechuga abiertas al medio.

8 fetas de jamón cocido y 6 de queso mozzarella.

3 ajíes (rojo, verde, amarillo) y 1 cebolla grande cortados en juliana. 3 tomates pelados y procesados.

Orégano, pimienta, sal, ají molido y ajo picado.

2 hojas de laurel y 2 cucharaditas de albahaca fresca.

Aceite, manteca, vinagre de vino y caldo de carne cantidad necesaria.

### Guarnición:

6 papas medianas lavadas con cepillo, untadas con aceite y pinchadas con un tenedor.

2 huevos duros picados y mezclados con dos cucharas de nueces procesadas.

100cc de crema de leche y 1 cuchara de manteca.

Sal, pimienta, especies molidas y ramitas de perejil fresco.

### Preparación:

Rellenar cada suprema con una feta de jamón y otra de queso, condimentar y sujetar con palillos. Cortar el resto del jamón en tiritas.

Colocar 2 cucharadas de aceite y 1 de manteca en una cacerola, dorar las supremas y retirarlas. Agregar a ese fondo de cocción el vinagre, la cebolla, los ajíes, el laurel, el ajo y la albahaca, tapar la cacerola y cocinar unos minutos. Añadir el tomate y una cucharada de azúcar (para quitarle el ácido). Mezclar suavemente, incorporar el caldo, las supremas y el resto del jamón, cocinar

hasta que las supremas estén a punto. Controlar el condimento.

### Guarnición:

Colocar las papas en una asadera rociada con aceite, y cocinar 45" en horno moderado. Retirar y dejar entibiar. Sacarles una tapa a cada papa y con cuidado extraer la pulpa, pisarla con la crema de leche y la manteca, salpimentar. Mezclar el puré con el huevo y las nueces. Rellenar cada papa, adornar con una ramita de perejil fresco y terminar con la colocación de las tapitas. Calentar antes de servir.

### Presentación:

Ubicar en el centro de una fuente en forma escalonada las supremas y en cada lateral las papas intercaladas con la salsa de ajíes, cebolla y jamón.

La guarnición de por sí, es un plato con el que pueden sorprender a los niños.

Feliz comienzo de clases

La abuela Martha  
 abumarthaconhache@ciudad.com.ar

### soluciones

La mayoría de las personas gastan más tiempo y energías en hablar de los problemas que en afrontarlos.  
 H. Ford

6	9	4	3	2	5	7	8	1
8	2	5	9	1	7	3	4	6
7	3	1	6	4	8	2	9	5
1	7	8	2	5	4	9	6	3
9	5	6	1	8	3	4	2	7
3	4	2	7	6	9	1	5	8
2	6	9	5	7	1	8	3	4
4	1	3	8	9	6	5	7	2
5	8	7	4	3	2	6	1	9