



CONVERSACIONES INTERDIMENSIONALES

Tríada de Apoyo al Puente (TAP)

Tarragona (España) – Lima (Perú) Sala Armonía de Tseyor (Sistema Paltalk)

8 de junio de 2014

Núm. 5

tseyor.org

En el día de hoy se ha celebrado una convivencia en Perú, ha habido una exposición sobre el consumo de leche y sus repercusiones en la salud. Shilcars nos ha dado el siguiente comunicado.



5. LA TRÍADA DE APOYO AL PUENTE

ES VUESTRO PROPIO EQUIPO, VUESTRO PROPIO PUENTE

.

Shilcars

Amigos, hermanos, atlantes todos, soy Shilcars del planeta Agguniom.

Buenos días, buenas tardes a todos en esta feliz conjunción mundial, por cuanto desde nuestro amado Perú se nos propicia la oportunidad de celebrar comunión juntos.

Verdaderamente es interesante todo cuanto se relaciona con la salud, la alimentación y las buenas costumbres, con los hábitos que siempre habremos de tener en cuenta, si queremos mantener nuestro cuerpo sano y equilibrado. Es un proceder que nos facilita un posicionamiento.

Acostumbramos a inclinarnos hacia el deseo a través, en este caso del gusto, del sabor, pero también hemos de ser conscientes de que no solo habremos de agradecer al paladar, sino también que el propio organismo nos lo agradezca.

Todos sabemos que disponemos del Púlsar Sanador de Tseyor, y este actúa de forma eficiente, cada vez con más intensidad, con más fuerza, con más energía, porque el colectivo, en general, está concienciándose de su valor intrínseco.

Sin embargo, de poco valdrá una buena parte de su esfuerzo en cuanto a la regeneración de cuerpos y mentes, por parte del Púlsar Sanador de Tseyor, si todos nosotros no ponemos de nuestra parte ordenando un poco más nuestra vida, nuestros hábitos y costumbres.

Agradezcamos al Púlsar Sanador de Tseyor sus desvelos pero pongamos también, como digo, de nuestra parte para que en todo caso tenga que intervenir solamente en aquellos aspectos que verdaderamente nos afectan, indirectamente tal vez, debido principalmente a la contaminación y a efectos adversos que nuestro organismo se ve imposibilitado de superar.

Y más se verá en adelante porque las cuestiones de contaminación, que poco se han hablado aquí en el grupo, irán incidiendo poderosamente en nuestra salud, favoreciendo la aparición de enfermedades, entre comillas “raras”, que son aquellas que no entendemos, en este caso vuestros científicos aún no entienden pero que en definitiva forman parte de un desarrollo mundial de vuestro planeta en cuanto a cambios, y habrase de tener en cuenta.

Sin embargo, en todos estos aspectos estamos trabajando todos los de la Confederación. Recordad el hilo de oro en el apéndice, aquellos ejercicios de inmunización que años atrás se trataron, para precisamente inmunizaros de ciertas repercusiones que preveíamos se iban a producir debido a este efecto contaminador, general, global o mundial.

Sabed también que todos y cada uno de vosotros, al adquirir el nombre simbólico, regularizáis dicha situación y por afinidad restablecéis este hilo de oro en vuestro apéndice, y buena parte de la inmunización de vuestros cuerpos se debe a ello.

Esperamos que en un próximo futuro podamos decir que en algunos aspectos nuestra inmunización ha dado su fruto.

Más adelante hablaremos largo y tendido de todo este proceso regenerador. Ahora, ante estos tímidos aportes, pero esenciales y muy importantes que estáis haciendo, conviene la debida organización.

Para ello el departamento correspondiente, el equipo que se cuida de la Universidad Tseyor de Granada, lo tendrá en cuenta y si es necesario supervisará, consultará o tratará de que entre todos pueda efectuarse un trabajo de campo interesante, que ya lo es, pero todo es perfeccionable.

Hay puntos de vista que entre todos podéis perfeccionar, y lo importante es siempre lo que estáis haciendo, que es pensando en los demás. Ahí una faceta importante, porque pensando en los demás es cuando afloran mejores ideas y pensamientos, la intuición se pone en marcha y el resultado ya lo veis, está ahí, ante vosotros.

En otro orden de cosas, agradecemos desde la Confederación el esfuerzo en realizar estas convivencias. Y esperamos que cunda el ejemplo, que seáis cada vez más los que os decidáis a celebrarlas conjuntamente en hermandad, como es el caso ahora mismo de Perú. Esos pequeños escauceos formarán parte de un gran patrimonio, cultural, científico, y será para todos, para disfrute de todos vosotros en un futuro.

Así que os animo a que continuéis en esta labor. Y los frutos os darán la razón, más temprano que tarde.

También recordad que la Tríada de Apoyo al Puente ha servido de hilo conductor para que estas convivencias puedan celebrarse a nivel mundial y para todos.

La Tríada de Apoyo al Puente sabed ya definitivamente que no es otra cosa que facilitar la comunión entre todos. Entre todos vais a formar parte de esta Tríada, porque todos sois Puente.

En realidad la Tríada del Puente favorece la aproximación de pareceres y no es otra cosa que buscar la unidad de pensamiento. La Tríada del Puente, tal vez conviene también refrescarlo en cuanto a su razón de ser, puede contemplarse a través de tres básicos aspectos.

El de la comunicación interdimensional, a un nivel general, público, sin ninguna restricción o restringido.

Y también puede englobar temas restringidos, de ámbito de la Tríada, por ejemplo.

Y otros ya restrictivos que incluso se pueden dar a través de esa Tríada de Apoyo al Puente, como son los talleres de interiorización en los Muulasterios. Y confiamos que próximamente en las propias Casas Tseyor o Pueblos Tseyor.

Este caso de hoy, el debate de hoy, la información de hoy, puede considerarse de carácter restringido, por cuanto su ámbito es el de la Tríada. Esto es, primero habremos de cubrir unas primeras expectativas, primero habremos de entender el proceso nosotros mismos, para en su comprensión pasar a un carácter público.

Por eso es que la Universidad y su equipo correspondiente son los encargados de valorar cada circunstancia. De todas formas, todos los comunicados que por ahora podamos considerar restringidos, no lo serán en muy poco tiempo. Por cuanto el egrégor de Tseyor, su masa crítica, habrá comprendido y asumido su proceso y luego libremente podrá darse a luz pública.

Todo este proceso nos indica sencillamente que al pertenecer a la Tríada de Apoyo al Puente logramos la unificación de criterios. Y permitimos democráticamente que todos y cada uno de nosotros podamos sentirnos parte de este proceso.

Como es lógico, en una organización horizontal totalmente, como es la nuestra, conviene que recordemos siempre que todos pertenecemos al todo, que todos somos iguales, que todos somos todo. Y que, en ningún caso, ninguna circunstancia nos va a permitir crear un sistema piramidal, supongo que eso habrá quedado claro en vuestras mentes.

La Tríada de Apoyo al Puente es permitir que todos nosotros podamos participar igualmente, igualitariamente de dicho menester.

Y hay más, aún hay más. Vuestras mentes, aún es lógico no comprendan el significado intrínseco de haber creado este equipo. Y es que en la medida en que vaya transcurriendo el tiempo, nos encontraremos, y de hecho ya podéis apercibirnos de ello, despuntes significativos en la intuición de vosotros mismos, en esos aspectos imaginativos.

Algunos de vosotros despuntáis ya la intuición, el sexto sentido, recibís información de otros planos. Es lógico pues que tal extremo se organice, se canalice debidamente. Y permitáis que el propio equipo de la Tríada de Apoyo al Puente pueda canalizar dichas inquietudes, contrastarlas, homogeneizarlas y partir siempre, después del debido análisis de la situación, de un proyecto que permita consecuentemente establecer un paralelismo claro, conciso, correcto, sin errores, sin confusiones, sin dispersiones entre la adimensionalidad y vuestra dimensión 3D.

Entonces para ello es preciso que todos tengáis presente que este equipo de Apoyo al Puente es vuestro propio equipo, vuestro propio apoyo y vuestro propio puente en conexión con la adimensionalidad.

Repito, tengamos en cuenta los procesos que van a marcar ya, y cada día con más intensidad, ciertos despuntes de intuición, y entonces habréis de contrastarlos. Lógicamente son pequeños chispazos de imaginación creativa y esto puede inducir a ciertos errores, incluso errores del propio individuo creyéndose, por ejemplo, que puede ser un especial elemento destinado a trabajos o realizaciones fuera del ámbito de un equipo grupal.

Y todo lo contrario, dichos despuntes son para proporcionar la debida motivación de vuestras personas, para que os deis cuenta precisamente que trabajando en equipo, trabajando en unión, sin separaciones, sin dispersiones, sin desconfianzas se logra lo que de una forma anhelante estamos persiguiendo.

Pero no nos engañemos, no es una busca de la individualidad, por eso la Tríada de Apoyo al Puente recibirá en poco tiempo, en la medida en que vuestro proceso vaya perfeccionándose, aportaciones interesantes que van a marcar una trayectoria muy clara y concisa de lo que el grupo Tseyor y toda su estructura organizativa pretende.

Pero no olvidemos que ha de ser en unión, no en individualidades. La unión de pareceres va a ser muy importante, las opiniones, experiencias y trabajos de campo que cada uno de vosotros realicéis, lo será en función de vuestra capacidad de unión y de hermandad. Y observaréis que trabajando en equipo, sabiamente organizados, lograréis hitos importantes en vuestra manifestación espiritual.

De lo contrario, si ahora que recibís los primeros impulsos energéticos o de intuición empezáis a redundar en un aspecto individual, os encontraréis solos.

La Confederación trabajará siempre como lo ha venido haciendo, a través de la Tríada de Apoyo al Puente. Aceptará a todos aquellos que hayan entendido perfectamente la unidad. La unidad puede comprenderse desde un punto de pensamiento, de acción.

Tenéis elementos de divulgación que han partido de la propia función organizativa del equipo Tseyor, de su Universidad, de la ONG, de los Muulasterios. Aprovechadla, aprovechad esta fuente de información y de divulgación. Unid criterios.

Lógicamente los elementos de divulgación que actualmente están funcionando en Tseyor merecen todo nuestro respeto. Pero en algunos casos no toda nuestra aprobación. Habéis de demostrar precisamente que estáis unidos, que tenéis un solo pensamiento, una sola voz, un solo círculo de hermandad.

Aprovechad estos momentos, hermanos y hermanas, son momentos de cambio. Vuestras mentes están despuntando hacia un horizonte clarificador. No os dejéis llevar por esas voces discrepantes, esos cantos de sirena.

De acuerdo, tenéis intuiciones, vais a ir despertando, este es nuestro propósito, vais a ir despertando en un pensamiento aglutinador, en una función armonizadora, creativa, imaginativa. Pero esto solamente es para que reforcéis al conjunto, en unidad. Abrazad la humildad, nadie es más que otro, sois todos iguales, y el esfuerzo de unos repercutirá en todos. Y el esfuerzo de todos repercutirá en uno. Aquí vale únicamente la unidad, la hermandad.

Desarrollad vuestras acciones en función de este proceso, no os dejéis llevar por esos pensamientos que a veces pueden inducir a la dispersión. Sois una granada.

Amigos, hermanos, atlantes todos, gracias por permitirme este espacio de expresión. Recibid mi bendición.

Amor, Shilcars.

Gallo que Piensa Pm

Quería preguntar a Shilcars, a los hermanos mayores, el espacio que se encontró para México, que nos digan, que nos informen si es un espacio para trabajar todos o simplemente un espacio para trabajar. Y ya se encontrará algún otro espacio para trabajar todas las personas de la ciudad de México y del país de México. Si nos puedes dar una orientación en eso. Gracias.

Shilcars

Nunca vamos a indicaros lo que tenéis qué hacer.

Tenéis elementos además muy claramente diferenciados y sobre todo y muy especialmente la libertad de elegir. Teniendo en cuenta además que cualquier fracaso nunca lo será.

Estado Pleno Pm

¿Por qué, hermano Shilcars, aún no puede comenzar el quinto taller de Noiwanak?

Shilcars

Precisamente porque no habéis demostrado que seáis capaces de dialogar, debatir y sacar conclusiones unificadas.

Sí Voy La Pm

Primero agradecer el gran mensaje que nos ha dado nuestro hermano Shilcars. Ha sido algo muy serio, muy impactante para nosotros.

Noventa Pm

Hermano Shilcars, quería hacerte una pregunta. Hace unos meses en una convivencia en Perú te preguntamos acerca de un hecho sorprendente para nosotros. En el blog de Tseyor en Perú aparecían muchas presentaciones de Malasya, algo insólito en este blog y nos dijiste que si ellos nos decían algo, nosotros les respondiéramos. No nos dijeron nada y después ya no hubo estas presentaciones de estos hermanos. Después supimos que un avión con hermanos de Malasya había desaparecido. Este viernes, en la sala del curso holístico, se presentó un hermano de Venezuela solicitando con mucho cariño, en nombre de la hermandad universal, si te podíamos preguntar, a tu amor profundo, si habría alguna referencia con respecto a los hermanos que iban en este avión. Pues era un familiar de uno de ellos, y esa es la inquietud que te traslado de este hermano que se acercó a la sala.

Shilcars

Nada que decir a ello, por cuanto se trata de una vertiente que la Confederación no tiene asignada al equipo Tseyor. Hay concomitancias respecto al espiritismo, que si bien respetamos, no es un área en la que podamos intervenir.

Además habréis de tener muy presente siempre que el grupo Tseyor tiene una estructura que está formada básicamente de una canalización. Esa canalización está reforzada por nuestra anuencia total. Nunca vamos a permitir, por precisamente favorecer el buen desarrollo de la no dispersión y de la hermandad, el que dicho canal no se mantenga siempre en su estructura. Una estructura de confianza.

Y para ello nada mejor que deciros, con respecto a que el movimiento se demuestra andando, que habréis de valorar precisamente los escritos y comunicados de Tseyor, toda la estructura funcional que tenéis a vuestro abasto. Y ello ha sido debido precisamente a la unidad en la canalización, a la objetividad de criterios, a haber marcado previamente con la Confederación una línea de actuación que se deriva siempre de la divulgación del mensaje cósmico-crístico.

En vuestro mundo existen muchos pensamientos, gente que está despertando a muchas inquietudes, y también muchos elementos distorsionadores de la propia adimensionalidad que penetran en vuestro espacio mental y pueden llegar a ocasionar incluso con muy buena fe, grandes dispersiones y confusiones.

Creo que están suficientemente aclarados dichos pormenores y ruego los tengáis en cuenta, y meditéis sobre ello, sobre lo que más os conviene a partir de ahora. Porque a partir de ahora la confusión del medio lo será cada vez más. Y habréis de tener muy clara vuestra actuación, cómo lo queréis y hacia dónde queréis ir.

Y sobre todo creo que ha quedado muy claro que tenéis que ir hacia la unidad de pensamiento, en libertad de pensamiento, claro está.

Luz Naranja La Pm

Amado Shilcars, te agradecemos tu mensaje, que fue maravilloso para cada uno de nosotros, y si nos puedes aconsejar a todos los hermanos de cómo podríamos prepararnos de la mejor forma ya que está pronto el alineamiento de los planetas. Sé que debemos que tener algún tipo de preparación, estamos ansiosos por tu respuesta. Gracias.

Shilcars

Lo siento, pero no podemos aconsejar.

Si Voy La Pm

Agradecerles a todos su apoyo en esta convivencia que hemos realizado y si alguien tuviera alguna pregunta, y si no estaríamos cerrando, agradeciendo a todos su presencia y su amor por esta mañana.

Ayala

Amado Shilcars, muchas gracias por este tan hermoso y profundo mensaje que nos acabas de dar.

Esta es una pregunta de Esfera Musical Pm, que me pidió que la hiciera:

“Shilcars, en las convivencias de La Libélula se produjeron muchas roturas, dando paso a las correspondientes aperturas. Han sido revolucionarias, en mi experimentar he podido rasgar un poco más el velo y he podido descubrir que si somos capaces de parar nuestra mente, se abre nuestro corazón y entonces somos canales de transmisión. ¿Es así? ¿Lo que a mi llegó en esos momentos provenía de mi réplica en contacto con otras réplicas?”

Shilcars

Tú lo has dicho, provenía de tu propia réplica. Aplícate pues en dicho menester, centra tus objetivos hacia la unificación de tus propios pensamientos y sirve a los demás dentro de esta Tríada de Apoyo al Puente, que mucha falta hace de cara a este futuro prometedor en el que el despertar de la consciencia de todos vosotros será progresivo. Y habréis de contrastar, y habréis de unificar criterios, si queréis avanzar a través de estas autopistas adimensionales.

Solo con la unión, con la bondad de vuestros actos, que se hace patente poco a poco, lograréis alcanzar dicho objetivo. La bondad de vuestros actos os hace merecedores por parte de vuestra réplica correspondiente de esta apertura mental, aprovechadla, en unión, en hermandad y sobre todo con mucha humildad. Adelante, hermanos.

Apuesta Atlante Pm

En un comunicado pasado nos hacían referencia acerca de que todas las constelaciones y civilizaciones parten del pez, de la constelación del pez volador. ¿Nos podías ampliar cuál es la relación con las otras constelaciones y con las otras civilizaciones?

Shilcars

Lo mismo podrías preguntarme qué diferencia hay entre México y España, qué diferencia hay entre la civilización chilena y peruana, qué diferencia hay entre China y Japón, etc. etc. Todo parte de un mismo principio, el Cristo Cósmico, la micropartícula.

Gallo que Piensa Pm

Con todo respeto Shilcars, yo le quiero preguntar qué diferencia hay y por qué hay esas diferencias. La diferencia en que a algunas personas se les habla como hermanito amado, amado hermano fulanito, y a otras personas solamente el nombre y a veces sin el Pm. Y la duda y la pregunta surgió porque casi en todas las respuestas que se me han dado, ha sucedido eso. Y con la última pregunta que me hizo Shilcars, pues a lo mejor sea una respuesta para que yo lo entienda. Si me puede aclarar algo, por favor.

Shilcars

¡Ay, que todo se debe a la personalidad egoica! El ego precisamente lo quiere todo ordenado, limpio, envuelto en papel de celofán, que cause buena impresión. Este es el objetivo del ego, lo quiere todo perfecto, y cuando uno busca la perfección muchas veces la busca, la desea, precisamente por su gran imperfección.

Olvidaros de las presentaciones, lo que vale es la profundidad de las acciones que se desarrollan.

Qué importa que las lecciones nos lleguen desde un humilde pesebre, si en realidad lo que interesa es el mensaje intrínseco.

Qué importa que esté adornado de buenas palabras, de buenos dibujos o gráficos, con tomos de oro incrustado tal vez, si lo que importa es lo que contiene.

Abandonad precisamente la parte externa y concentraros en lo posible en la parte interna. Y os daréis cuenta que muchas veces actuáis en función de la representación, en función de la imagen, en función del exterior y no del interior del asunto.

Estado Pleno Pm

Hermano amado Shilcars, hace pocos días había obstáculos adimensionales en esa autopista y me doy cuenta de que yo mismo me pongo obstáculos, y que a veces esos obstáculos son muy grandes. ¿Puedes ayudarme para poder vencer esos obstáculos y circular libremente en esa autopista?

Shilcars

El principal obstáculo a nuestro entender es la dispersión. Estamos tratando temas muy sutiles, de una gran profundidad, temas que tal vez se entenderán cuando el propio individuo reflexione en su propia intimidad, lea los escritos y se deje guiar precisamente por la voz de su consciencia.

Cierto también que no nos queda otro medio que aprovechar este medio precisamente, y valga la redundancia, electrónico, que por otra parte es el gran dispersador.

Vamos a intentar por todos los medios, aun y todo esta gran dificultad, que vuestras mentes se unifiquen a través precisamente de la Tríada, esta Tríada soberana a la que damos todo el poder, porque creemos que este poder se debe precisamente a la unidad de pensamiento, al amor. Y el amor puro es muy poderoso. Es lo más poderoso que nos podamos imaginar.

Ciertamente nos falta precisamente unificarnos y estamos “luchando”, entre comillas, por medio de un sistema muy difícil de lograr dicha unidad. Por este medio penetran cantidad enorme de factores dispersadores, de confusión, de enemistad también. Recordad las infradimensiones y lo cerca que están de esta querida dimensión vuestra.

Así que estamos intentado que el proyecto de unificación global, a través de este mismo medio y la propia Tríada su protagonista, triunfe en ese quehacer. Vamos a tener la paciencia necesaria por ver si es posible mantener dicho equilibrio y el alcance de estos objetivos.

Esperaremos un tiempo, veremos vuestra reacción, y si acaso observamos una dificultad extrema renunciaremos a dicho proyecto y entonces tendremos que partir de otras premisas, de otras acciones. Tal vez la Tríada habrá cumplido su propósito: enseñarnos que a veces con los errores también aprendemos.

Apuesta Atlante Pm

En días pasados, mientras andaba en un evento de animación, me encontré con una persona de cierta importancia dentro del medio, y por las circunstancias de que estaba lloviendo, le acompañé para que no se mojara y le empecé a contar algunas historias, unas de Tseyor y otras de mi propia experimentación que he logrado entender o experimentar un poco más, gracias a todo lo que se nos proporciona aquí en Tseyor. Y me contestó que las registrara, que registrara mis experiencias, mis historias.

Pero en lo personal no me he atrevido a hacerlo, porque aunque unas haya sido el medio por el cual haya alcanzado ciertas experimentaciones o vivencias, no siento que me pertenezcan a mí, y que quizá por ello no me convenga registrarlas. No sé si me puedes dar alguna orientación sobre este punto, no me gustaría registrar ningún conocimiento bajo mi nombre porque creo que el conocimiento es del hombre, de la humanidad. No sé si me puedes ayudar en este aspecto.

Shilcars

Consejos no podemos dar, pero sí referencias. Y aquí tienes un claro ejemplo, que es el grupo Tseyor.

o0o

ANEXOS

He aprendido algo que para mi es muy importante, llevo toda la vida oyendo que es muy importante las formas...cuando vino Victoria, por causas que no vienen a cuento contar pero si el efecto que su actitud produjo, sus formas, en varias personas...desconfiamos de su técnica antes de exponerla, las formas nos confundieron y cuando empezó a practicar la Técnica, supimos que era auténtica.

De esas suposiciones o espejo o prejuicio o prueba, no se denominarla pues había un poco de todo, comprendimos que no hay que dejarse influenciar por las formas pues en la mayor parte de la veces, nos quedamos encandilados con las voces bonitas, con las expresiones suaves y amorosas pero en realidad nos gustan porque las escuchamos y no mueven nada en nuestras estructuras psicológicas y/o mentales o sólo porque nos emocionan.

Sin embargo, esas otras voces vehementes que son efecto de la convicción de lo que se siente al expresar algo que sale de lo más profundo del ser, con sinceridad, con claridad, sin tapujo de bellas frases...nos molestan, nos hacen sentirnos mal, nos hacen de espejos, nos impiden emocionarnos y que pasada la emoción se olvide???...esas otras formas tan desagradables nos molestan, nos mueven estructuras, nos presentan espejos, nos hace pensar muchas cosas desagradables de la persona, nos inquietaran, nos enfadarán...para que nos hagamos la pregunta de los espejos ¿por qué me molesta?

He aprendido en primer lugar que el fondo es lo importante y soy yo la que no me tengo que dejar influenciar por las formas, soy yo la que debe separar la paja del trigo. Y en segundo lugar que ni la apariencia, ni las formas me influyan negativamente. No son importantes.

En nuestra educación tenemos muchos prejuicios y discriminaciones que las han disfrazado con: "ir bien vestido", "hablar bien", "ser educados" y los que no siguen esas reglas...¿que pensamos que son?

Las personas que no saben o no siguen esos cánones, ¿No son dignas de ser escuchadas? ¿Sus palabras no tienen validez?... ¿Por qué pensamos que es diferente la forma de hablar en un Muulasterio que en la sala? ¿No están los HHMM en la sala?

La única diferencia, bajo mi punto de vista, es la implicación. ¿Estamos dedicados exclusivamente a escuchar atentamente lo que se dice o vamos interpretando cada palabra de lo que se dice? ¿Escuchamos con intención de comprender o llevamos cuatro conversaciones entre privados, pantalla etc. etc.? ¿Decimos lo que hemos interpretado? ¿Decimos lo que sentimos de lo que expresa el otro? ¿Decimos al otro lo que nos ha molestado de sus palabras?, en la Tríada, No. Y así se van creando enemistades, rencores, mal entendidos, ya hay que decir basta a nuestro ego. Si, Si.

Mucho Amor.

Liceo

GRACIAS POR CONVIVENCIA EN LIMA-PERÚ EL DOM 08 JUNIO

Muchas gracias amados hermanos, por su bella compañía en la convivencia en Lima-Perú, de ayer domingo 08 de mayo en Casa Tseyor de Reválida La PM.

Agradecemos a nuestro amado HM Shilcars por el hermoso mensaje que ha dado a todos y a nuestros amados hermanos de la *Tríada de Apoyo al Puente* que nos han acompañado con mucho cariño.

Dentro de la preparación en diferentes rubros para la extensión a la comunidad, la hermana Noventa PM presentó el tema *La leche animal en la salud*, cuya separata estamos adjuntando.

Nuestro infinito agradecimiento a todos amados hermanos por su amor, a nuestro amado HM Shilcars y a la *Confederación de Mundos Habitados de la Galaxia*.

Con amor,

Tseyor en Perú

Separata presentada en la convivencia en Lima, de la Delegación de Tseyor en Perú, del 8 de junio del 2014, por la hermana Noventa Pm.

LA LECHE ANIMAL Y LA SALUD

La presente separata solo da referencias de informaciones sobre la leche en el ámbito mundial, también menciono mi experiencia.

* * *

LECHE – PRODUCTOS LÁCTEOS

La leche animal y sus derivados (nata, queso, yogures, helados, batidos, etc.) se encuentran entre los alimentos de mayor consumo en el mundo, son muy agradables al paladar y se dice que son muy nutritivos.

Según el Codex Alimentarius, producto lácteo es un “producto obtenido mediante cualquier elaboración de la leche, que puede contener aditivos alimentarios y otros ingredientes funcionalmente necesarios para la elaboración”.

CONSUMO MUNDIAL

A nivel mundial más de 6 000 millones de personas consumen leche y productos lácteos.

Desde comienzos del decenio de 1960, el consumo de leche per cápita casi se ha duplicado.

LA LECHE SEGÚN LAS NECESIDADES DE LAS ESPECIES

El ser humano es el único mamífero que ingiere leche procedente de otro animal pasado el periodo de lactancia. La leche producida por cada mamífero es específica para su especie, según las necesidades de su cría.

La naturaleza ha previsto que los mamíferos obtengan la leche directamente de las mamas de sus madres sin contacto con agente

externo alguno al tratarse de una sustancia que se altera y contamina con gran facilidad.

LA LECHE EN LA SALUD

El principal componente de la leche es el agua y su interés nutritivo radica en que además contiene elementos nutritivos muy importantes.

Pero ¿es realmente saludable ingerir leche y productos lácteos?, hay varios investigadores a nivel mundial que disienten de esta opinión y cada vez más estudios que la cuestionan.

CARACTERÍSTICAS DE LA LECHE DE VACA

Es un excelente alimento para los terneros, no destinada por la naturaleza para ser consumida por otra especie. Los mamíferos silvestres, toman la leche de su madre hasta máximo dos años y luego se alimentan de frutas, vegetales u otros animales (según la especie), siendo el hombre la única especie que consume leche siendo adulto.

Contiene altos niveles de calcio, no completamente asimilable por el ser humano. En su lucha por procesarlo, el organismo lo deposita en las articulaciones, generando artritis, artrosis, reumatismo, entre otras enfermedades.

En la leche de vaca hay bastante mayor caseína que en la leche humana para que los terneros desarrollen huesos mucho más grandes. Este exceso produce en el ser humano una gran cantidad de flema (mucosidad), como mecanismo de defensa para librarse de estas toxinas. Esta mucosidad genera catarros, alergias, otitis, trastorno de tiroides, obesidad.

Sus niveles de proteína son los adecuados para que el ternero crezca rápidamente, pero son excesivos para el ser humano, generándole cálculos renales y biliares.

Reduce el hierro en los niños pequeños. En 1993, la Academia Nacional de Pediatría de los Estados Unidos publicó un comunicado oficial expresando que los niños no deberían beber leche animal antes de los 18 meses de edad porque también contribuye a la carencia de ácidos grasos esenciales y Vitamina E.

Contiene excesivos antibióticos aplicados a las vacas para que no cesen la producción de leche por enfermedades en las ubres.

Tiene cantidades excesivas de hormonas, aproximadamente 59 tipos (pituitarias, esteroideas, adrenales, sexuales, otras) que contribuyen a la aparición de diversas enfermedades.

Las vacas tienen un estómago conformado por cuatro cámaras y regurgitan, mastican y tragan sus alimentos varias veces antes de digerirlos. Su aparato digestivo es diferente al de los humanos y con diferentes necesidades de minerales y químicos, que al ser ingeridos por los humanos con la leche, perturban nuestra digestión y afectan la absorción de nutrientes.

Es una de las sustancias que contienen más dioxinas, que son liberadas al calentar la grasa de la leche y contribuyen a la producción de cáncer.

Contiene sangre animal de los pezones de la vaca que sangran debido a heridas provocadas por las máquinas ordeñadoras.

Hace aproximadamente 60 años la crianza natural de la res fue modificada por una artificial. Por los años 1800, la vaca promedio daba aproximadamente 2 litros/día de leche, en 1960 alrededor de 9 litros/día. Ahora con las nuevas técnicas de crianza artificial con: antibióticos, selección genética de la cría, cereales genéticamente modificados en lugar de pastos y el uso de hormonas de crecimiento, la vaca proporciona hasta 50 litros de leche al día, con la vaca promedio dando alrededor de 8,760 litros al año o 24 litros por día.

Los cereales que consumen las vacas manipuladas genéticamente incrementan su grasa corporal. Una vaca que consume pastos posee alrededor de 18-20% de grasa corporal y la que come granos y cereales alrededor de 42-44%. La leche también es alta en colesterol.

La relación calcio/fósforo de la leche de vaca es muy elevada en fósforo por lo que su ingesta acidifica el organismo.

EL CALCIO DE LA LECHE Y LA OSTEOPOROSIS

En muchos países del mundo recomiendan tomar leche y sus derivados porque la consideran muy nutritiva y especialmente rica en calcio, sobre todo para los huesos. Pero en los países donde

mayores cantidades de leche consumen a nivel mundial, es donde existe una mayor incidencia de osteoporosis en su población.

Incidencia de fractura de cadera en países con alto y bajo consumo de Calcio

TABLA 2 Tasas de incidencia de fractura de cadera segun sexo, paises seleccionados.

Países o áreas	Mujeres	Hombres	Razón M :H
EEUU (Rochester) **	101.6	50.5	2.0
Nueva Zelandia **	96.8	35.2	2.7
Suecia **	87.2	38.2	2.3
Israel (Jerusalén) **	69.9	42.8	1.6
Inglaterra **	63.1	29.3	2.2
Holanda **	51.1	28.5	1.8
Finlandia **	49.9	27.4	1.8
Antigua Yugoslavia **	39.2	37.9	1.0
Antigua Yugoslavia *	17.3	18.2	1.0
Hong Kong *	31.3	27.2	1.2
Singapur*	15.3	26.5	0.6
Sud Africa (Bantu)*	5.3	5.6	0.9

Tasas expresadas por 100.000 habitantes, ajustadas a la población de EEUU 1970. * Zonas con dietas con bajo consumo de calcio. ** Zonas con dietas con alto consumo de calcio.

Según el cuadro adjunto, las zonas con mayor consumo de leche y productos lácteos tienen mayor incidencia en fractura de cadera, en Bantú (Sud África) no consumen leche y tienen la menor incidencia de fracturas.

Los principales países productores de leche en la década 1995-2005 según la FAO son: Estados Unidos (15%), India (6,7%), Rusia (6,7%), Alemania (5,7%), Francia (5%).

LA OSTEOPOROSIS

La osteoporosis se define como una enfermedad crónica durante la cual se pierde masa ósea progresivamente. Esta pérdida es superior a la pérdida natural generada por la edad y el sexo. Además, se produce una alteración de la microarquitectura del hueso. El esqueleto es cada vez más frágil y el riesgo de fracturas óseas aumenta. La osteoporosis puede afectar a todo el esqueleto o solo a ciertos huesos.

Las 4 naciones con mayor consumo de lácteos tienen los mayores índices de osteoporosis y cáncer de mama.

La osteoporosis afecta a una gran parte de la población mundial mayor de 50 años. Una de cada dos mujeres y uno de cada cuatro hombres mayores de 50 años tendrá una fractura relacionada con osteoporosis en algún momento de su vida.

En las mujeres, la tasa de incidencia anual de fracturas osteoporóticas es mayor que las tasas de incidencia de ataque cardíaco, accidente cerebrovascular y cáncer de mama

La osteoporosis es un problema global creciente a medida que la población mundial aumenta y envejece. Para el 2050 se proyecta que la incidencia de fracturas de cadera a nivel mundial aumentará un 310% en hombres y un 240% en mujeres. Debido a estos datos estadísticos, frecuentemente se hace referencia a la osteoporosis como una "epidemia silenciosa".

En un estudio a 78.000 mujeres de 34 a 59 años durante 12 años, por profesores de la Universidad de Harvard y publicado en 1997, en el

American Journal of Public

Health

la leche no redujo el riesgo de fracturas. Las mujeres que tomaban leche tres veces al día tuvieron más fracturas que las que rara vez lo hacían.

El Proyecto

Cornell Oxford-China

de Nutrición, Salud y Medio Ambiente realizó en 1983 un estudio de los hábitos de 6.500 habitantes de 65 provincias dispersas de la China rural, dando como resultados que la leche animal desmineraliza a los adultos. Las mujeres que no tomaban leche de vaca y su único alimento eran el arroz, los vegetales, la soja y sus derivados no padecían osteoporosis y si dejaban esa dieta e introducían la leche de vaca, sus niveles de calcio bajaban y aumentaba la incidencia de esa patología.

Según investigaciones del doctor John McDougall -médico del St Helena Hospital de Napa (California, Estados Unidos)- las mujeres de la etnia bantú (África) no toman leche pero sí calcio de fuentes vegetales, tienen una media de 10 hijos a los que amamantan durante largos periodos y no padecen osteoporosis.

Según estudios del doctor William Ellis, las personas que toman de 3-5 vasos de leche diarios presentan los niveles más bajos de calcio en sangre, e indican que tomar mucha leche implica ingerir grandes cantidades de proteínas lácteas que producen un exceso de acidez que el organismo trata de compensar liberando minerales alcalinos.

Según estudio publicado en el American Journal of Clinical Nutrition, ya en 1983, el exceso de proteínas de la leche es uno de los factores más importantes en el avance de la osteoporosis y se demostraba que hasta la edad de 65 años las mujeres que no toman leche y son vegetarianas tienen un 18% de pérdida de hueso y en las omnívoras es del 35%.

LAS HORMONAS DE LA LECHE

La hormona de crecimiento rBGH aplicada a las vacas incrementa la cantidad de leche y los niveles de la hormona IGF-I que es producida por la res, la cual incide en el desarrollo de cáncer y en la destrucción de las células beta del páncreas que producen la insulina, que a su vez controla los niveles de azúcar del cuerpo.

El 80% de las vacas están preñadas mientras producen leche, elevando el nivel de hormonas, también se les aplica hormonas sintéticas para incrementar la producción. La profesora Jane Plant, autora del libro (Tu vida en tus manos), explica que la hormona IGF-1 es especialmente activa durante la pubertad y el embarazo. En el caso de las niñas púberes estimula el tejido de la mama para que crezca. Y durante el embarazo ensancha los tejidos mamarios y los conductos de la leche materna para favorecer la lactancia. Agregando: "Niveles altos de esta

hormona incrementan hasta tres veces el riesgo de padecer cáncer de mama o de próstata por el consumo de leche y carne de vacas lecheras.

En áreas del mundo donde no se consume leche, las enfermedades asociadas con la falta de calcio son casi inexistentes y la osteoporosis y arteroesclerosis son muy raras.

SUSTANCIAS TÓXICAS QUE CON MÁS FRECUENCIA PUEDEN ENCONTRARSE EN LA LECHE DE VACA:

Metales y plásticos.

Detergentes y desinfectantes.

Pesticidas y fertilizantes.

Micotoxinas.

Antibióticos y otros fármacos.

Contaminación radioactiva.

ENFERMEDADES RELACIONADAS CON EL CONSUMO DE LECHE

Anemia ferropénica. El doctor Frank Oski -director del Departamento de Pediatría de la Escuela de Medicina de la Universidad de Johns Hopkins (Estados Unidos)- menciona en su libro *Don't Drink Your Milk!* (¡No bebas tu leche!) que en su país entre el 15 y el 20% de los niños menores de 2 años sufren anemia por deficiencia de hierro y que la mitad del resto de las anemias que se producen en Estados Unidos están relacionadas con el consumo de leche y sus derivados por los pequeños sangrados gastrointestinales que la leche puede provocar.

Artritis Reumatoidea y Osteoartritis, Asma, Autismo, Cáncer de estómago, de mama, ovarios, páncreas, próstata, pulmón, de testículos; Cataratas, Colitis ulcerosa, Colon irritable, Diabetes Mellitus Tipo I, Estreñimiento, Incontinencia urinaria, Úlceras pépticas.

ALTERNATIVAS A LA LECHE ANIMAL

Leche materna

La leche materna es el alimento natural producido por la madre para alimentar al recién nacido. Se recomienda como alimento exclusivo para el lactante hasta los 6 meses de edad, ya que contiene todos los nutrientes necesarios para su desarrollo (excepto en el caso del recién nacido pretérmino, en el que la leche materna es insuficiente y ha de fortificarse). Además contiene

inmunoglobulinas y otras sustancias que protegen al bebé frente a infecciones.

Actualmente se reconoce que no hay ninguna fórmula comercial que pueda igualar a la leche materna, que también contiene anticuerpos para evitar infecciones. Solo en el caso de la hipogalactia (poca leche) que es un 2% en las mujeres o enfermedades contagiosas como el sida o algunos tipos de hepatitis, el consumo de estupefacientes, alcohol o medicamentos incompatibles.

Tiene la proporción ideal de nutrientes.

El acto de amamantar crea y mejora la relación madre-hijo.

Fuentes naturales de alimentos con calcio biodisponible:

El calcio de los alimentos es asimilado por el organismo (es biodisponible), cuando la relación calcio/fósforo en la composición química del alimento ingerido es igual o mayor a 0,7.

Los alimentos pueden contener mucho calcio, pero si también contienen mucho fósforo, el calcio ya no es asimilado, lo que no significa que no consumamos alimentos con un menor índice calcio/fósforo, ya que una dieta equilibrada es conformada por una variedad de alimentos que permita compensar todos los requerimientos en diversos nutrientes de acuerdo a las necesidades de cada individuo.

Lista de alimentos con índice calcificante:

Frutas deshidratadas: avellanas, dátiles, higos secos, pasas.

hojas de quinoa, semillas de chía.

Algas, maca, algarrobo (harina y extracto).

Aceitunas, agua de coco.

Otros vegetales: acelga, achicoria, ají, albahaca, apio, batata (camote), berro, brécol (brócoli), caigua, calabacín, cebolla (blanca, china), cebolla de cola, chonta, col (blanca, china), colinabo, culantro, diente de león, endivia, escarolas, espinaca, grosellas, habas frescas, hinojo, judía verde (vainita), lechuga, muña, nabo,

orégano, ortiga, pallar con cáscara, pepinillo, perejil, puerro (poro), rabanito, soya (brotes), zanahoria, hoja de zanahoria, zapallo.

Frutas: acerola, aguaje, caimito, camu camu, capulí, cerezas, ciruela, frambuesa, fresa, grosella roja, guayaba, higo, lima, limón, mamey, mandarina, mango, manzana, melón, naranja, níspero, pan de árbol, papaya, pepino dulce, pera de agua, piña, sandía, uva.

Azúcar oscura (sin refinar, de melaza oscura de caña), brotes de alfalfa.

Espicias: Canela, clavo de olor, comino, curry, hierbabuena, huacatay, orégano, pimentón, pimienta blanca y negra, romero, tomillo.

MI EXPERIENCIA CON RESPECTO A LA LECHE DE VACA

He consumido asiduamente leche de vaca y productos lácteos desde muy niña en que ya no tomé leche materna. De adulta fue uno de los rubros principales de mi presupuesto en alimentos hasta hace aproximadamente diez años, en que dejé prácticamente de consumirlos, aunque me agradan, y los consumo muy de vez en cuando, pero por su sabor, no como elemento nutritivo.

En reemplazo de la leche tomamos en casa en el desayuno jugos de algas con frutas y algarrobina. Las algas tienen una buena cantidad de calcio y son ricas en sales minerales, proteínas, vitaminas y otros elementos nutritivos.

La algarrobina es un extracto de las vainas del Algarrobo, que también posee fierro, calcio, vitaminas, azúcar natural, otros elementos nutritivos y una proporción de colágeno.

Aproximadamente 8-10 gr de algas secas para un volumen final de un litro de jugo. Primero las cocino en un poco de agua, luego las licúo agregando las frutas de preferencia y algarrobina, camu camu o jugo de limón dependiendo del tipo de fruta que he añadido.

Algunas referencias de información:

<https://tseyor.org/e/sEQ4JX>

http://es.wikipedia.org/wiki/Leche_materna

<http://www.laligadelaleche.es/>

<https://tseyor.org/e/zKCrEL>

<https://tseyor.org/e/sEQ4JX>

<https://tseyor.org/d/CvvZcC>

<http://www.animanaturalis.org/1106>

<https://tseyor.org/e/Ciz7Mn>

<https://tseyor.org/d/CvvZcC>

Con amor,

Noventa PM

Lima, 08 de junio del 2014

o o o o o o o