

# Coplanet

Revista para Desarrollo Humano

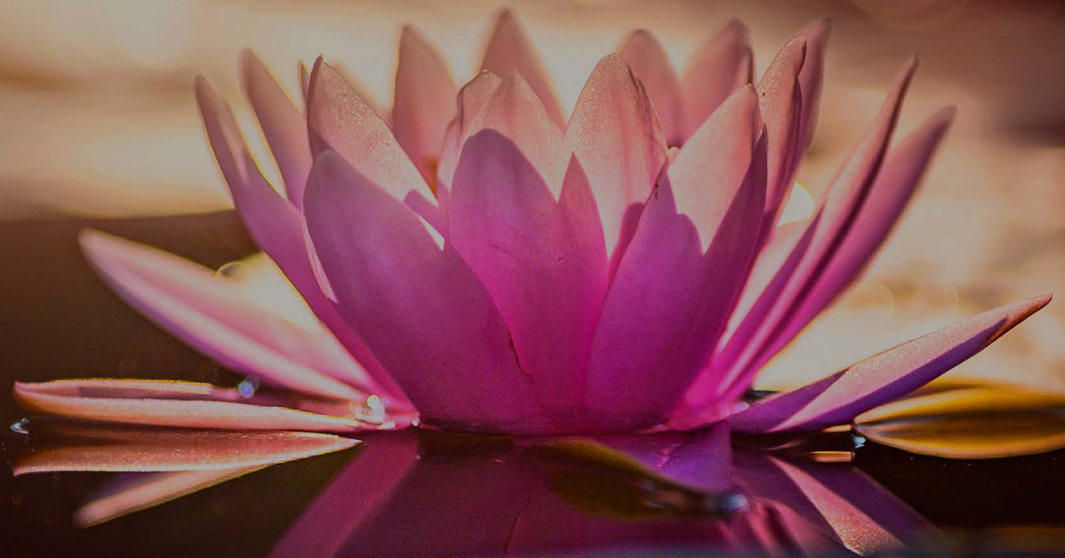
[www.redgfu.org](http://www.redgfu.org)

Red  
Cultural **GFU**  
Para la fraternidad humana

No.5 SEGUNDA ÉPOCA

0º del Carnero del año LXXIV de la N.E. (21 de marzo de 2021)

## EQUINOCCIO DE PRIMAVERA 2021



**EDICIÓN PRIMER ANIVERSARIO**

# Índice

DEPARTAMENTO EDITORIAL  
**COPLANET**  
Red Cultural **GFU**  
Para la fraternidad humana

4

**¿POR QUÉ TENEMOS QUE MORIR?**  
Dr. Jorge Rodríguez Moreno

7

**ARCANO MAYOR 1: EL MAGO**  
Daniel Furman

10

**LOS OLIGOELEMENTOS Y SU  
APLICACIONES TERAPÉUTICAS**  
Zulay Toro V.

14

**AÑO NUEVO CÓSMICO**  
Edgardo Córdova López

16

**VIVIRNOS ASÍ, SENCILLAMENTE,  
COMO SERES HUMANOS EN EL  
CUERPO**  
José Fabio Castillo Baltodano

20

**LAS DIVISIONES EN NUESTRA  
MENTE, CUERPO Y ESPÍRITU**  
Vidal Silva

22

**EL ARCOIRIS: CIENCIA, ESENCIA Y  
VIBRACIÓN**  
Lorena Elizabeth García de la Rosa

24

**LA CONJUNCIÓN JÚPITER  
SATURNO EN LOS ELEMENTOS**  
Miguel Antonio Aranda Troncoso

29

**SONETO AL AÑO NUEVO CÓSMICO**  
Edgardo Córdova López

## COPLANET

No. 5 SEGUNDA ÉPOCA.  
Edición de aniversario. UN AÑO

0º del Carnero del año LXXIV de la N.E.  
(21 de marzo de 2021)

Equinoccio de Primavera

Revista electrónica gratuita de difusión cultural y científica del HCOMUN de la Red Cultural para la Fraternidad Humana RedGFU

Honorable Consejo Mundial (HCOMUN)

Departamento Editorial Coplanet

Presidencia:  
Andrea Cossani (Sudamérica Austral)  
Joaquín Cuartielles (Europa)  
Hernán Ovando (Sudamérica Ecuatorial)  
José Fabio Castillo (Centroamérica)  
Edgardo Córdova (Norteamérica)

Revisión y Edición:  
Jesús Hernández C. (España)

Diseño y Formación:  
Angelina Jiménez ( México )

Derechos Reservados  
[www.redgfu.org](http://www.redgfu.org)

Todos los textos firmados son responsabilidad de sus autores. Los editores no comparten necesariamente el punto de vista de sus autores. Cualquier duda, sugerencia o comentario, así como si desea hacerse colaborador como articulista pueden dirigirla a [editorialredgfu@gmail.com](mailto:editorialredgfu@gmail.com)

# EDITORIAL

El inicio de este año cósmico es una fecha emblemática porque celebramos un año exacto en que arrancamos con nuestra primera edición de la nueva época de la revista Coplanet que permaneció pasiva durante algún tiempo.

El Departamento Editorial del HCOMUN agradece a articulistas, dictaminadores, colaboradores y al staff del Consejo mundial así como a los lectores y comentaristas porque entre todos ha sido posible mantener vivo este proyecto que, de manera periódica, presentamos con el único afán de lograr un espacio cultural en nuestra institución RedGFU para beneficio de todos aquellos que se interesen en un crecimiento personal.

Hemos incursionado en diversos temas, todos de gran interés en diferentes dominios. Las secciones que se ofrecen son básicamente las siguientes: Ciencia, filosofía, Arte, Esoterismo, Literatura. Sin embargo la Revista Coplanet está abierta a cualquier otra área que agregue valor a la cultura y al conocimiento.

Todos estamos convocados para enviar nuestros artículos sobre éstos y otros temas, todos son bienvenidos. Esta revista también representa una bella oportunidad para lograr un paso importante en uno de los retos humanos más determinantes: el de escribir. En efecto, enfrentarse a la hoja en blanco, sea en papel o electrónico, es la abstracción más compleja que pueda haber. Por eso agradecemos infinitamente los esfuerzos en mantener vivo este proyecto editorial que esperamos perdure muchos años. Por supuesto también es posible documentarse y apoyarse en soportes bibliográficos de prestigio, sobre todo, para artículos científicos, filosóficos o artísticos. También son bienvenidos ensayos literarios, poemas, cuentos o cualquier otra obra de ficción literaria. En este apartado no hay restricción de tema o lenguaje usado. Todo es aceptado y ampliamente apreciado.

Por ahora la revista Coplanet se publica cada tres meses en cada uno de los dos equinoccios y los dos solsticios que se presentan cada año, los cuales siempre han representado puntos de inflexión de gran importancia para la vida en la naturaleza y por ende en la del ser humano.

Coplanet es una revista electrónica y gratuita para todos, no se requiere suscripción y se nos pide hacerla circular en donde pensemos pueda ser de interés sin necesidad de solicitar ningún tipo de autorización. Igualmente los colaboradores, principalmente los articulistas pueden ser miembros de la RedGFU o no. Siempre nos place recibir sus contribuciones y hacerlos revisar por un comité de dictamen para su posible publicación. El correo electrónico donde pueden enviar sus contribuciones o sus comentarios es [editorialredgfu@gmail.com](mailto:editorialredgfu@gmail.com)

Hasta la próxima edición en el solsticio de verano. Saludos y nuevamente gracias por su aportación a la cultura. ¡PAX!

# ESOTERISMO

## ¿POR QUÉ TENEMOS QUE MORIR?

Dr. Jorge Rodríguez Moreno\*

Cuando dejamos la infancia y alcanzamos la madurez, es inevitable que surja esta pregunta en la vida de todo ser humano, a la que, necesariamente se le asocian los cuestionamientos: ¿de dónde vengo? ¿Para qué nací? ¿A dónde iré cuando muera? Indudablemente, algún día tendremos que dejar el mundo en que vivimos. Y, a todo aquél que ama, le parecerá injusto el que debamos despedirnos de nuestros seres queridos, de los sueños que hemos forjado en nuestra vida, proyectos y anhelos que más profundamente arraigan en fondo de nuestra alma.

Intelectualmente, nos es comprensible que todo lo que nace, tendrá que morir, pero la observación de este fenómeno, libre de todo prejuicio, nos confirma que únicamente es el cuerpo, hecho de materia química, el que está inevitablemente sujeto a las fuerzas naturales de la desintegración. Pero ¿qué fuerza es la que hizo posible su concepción y nacimiento, haciéndolo crecer, madurar y, durante cierto tiempo, conservar unidas las partículas que lo constituyen?

La vida, por sí misma, es un fenómeno independiente de la materia química que la reviste; ciertamente, utiliza los elementos del reino mineral para formar un cuerpo y, con ello, obtener experiencia y evolucionar a través de los reinos vegetal, animal y humano. Así, nuestro cuerpo físico está formado de la misma substancia que compone el cuerpo de los animales, vegetales y minerales de este planeta. Pero, a diferencia de ellos, la vida que se manifiesta e

los humanos tiene ya una consciencia individualizada, por poseer, además de un cuerpo vital, un cuerpo astral para sentir, y la mente como instrumento para pensar.

De esta manera, nuestro cuerpo físico resulta ser el más valioso instrumento que tenemos para hacer la experiencia y recibir lecciones en esta gran Escuela que es nuestro planeta. Para ello, hace miles de años, el Espíritu humano comenzó su peregrinación terrestre incorporándose alternadamente en cuerpos masculinos y femeninos, desde fines de la época Lemuria, cuando la Luna se separó de la Tierra, y permitió las condiciones para la separación de los sexos. Desde entonces, todos los seres humanos hemos "nacido y muerto" físicamente ya cientos de veces, aunque actualmente la mayoría no lo recuerde debido a la firme unión entre los vehículos vital y físico, que necesariamente sucedió a fines de la época Atlante, con la finalidad de abrir completamente los ojos al mundo externo. Así es como la humanidad adquirió gradualmente la consciencia de vigilia, y dejó de percibir los mundos internos, de donde provenía, y los Seres que le asistían en su proceso evolutivo.

Es a partir de la actual época Aria, que el ser humano perdió gradualmente el recuerdo de sus previas existencias, y con ello la conciencia de lo que vive entre la muerte y su nuevo nacimiento. En cierta manera, esto mismo le sucede mientras duerme, al separarse temporalmente de su cuerpo físico y vital, e ingresa en los mundos internos utilizando su cuerpo astral y su mente. De allí que el sueño sea denominado: "el hermano menor de la muerte". Así que, investigando el estado del sueño, podemos tener una idea de lo que significa la muerte, con la diferencia de que, al morir, dejamos definitivamente el cuerpo físico. Al dormir, nuestros vehículos se encuentran unidos mediante el llamado "cordón plateado"; pero al momento de la muerte, dicho cordón rompe primero su unión con el corazón, por lo cual deja de funcionar. Es entonces que comenzamos a visualizar retrospectivamente el panorama de la vida que acaba de terminar, con el fin de grabarla en el átomo-simiente de nuestro cuerpo astral. Finalizado dicho proceso, que generalmente se cumple en un promedio de 24 a 48 horas, se rompe la conexión del



cordón en el plexo solar, causando la separación completa del mundo físico.

Entonces nos encontramos funcionando en nuestro cuerpo anímico, en la subdivisión inferior del plano astral, el cual se encuentra en el espacio entre la superficie de la Tierra y la órbita sideral de la Luna. De allí su denominación de "sublunar". La Religión lo llama "Purgatorio", debido a que vuelve a desplegarse allí el panorama retrospectivo de nuestra vida terrestre, visualizando primero cada una de las escenas en las que causamos sufrimiento a otros, con la característica especial de que ahora sentiremos nosotros exactamente el dolor que hemos causado con nuestra palabra, acción o indiferencia. Desde el punto de vista Científico-Espiritual, la finalidad no es el castigo, sino hacernos conscientes de nuestros errores, lo cual quedará grabado en nuestra alma

Acerca del autor: Originario de Colima, México, médico psiquiatra por la Universidad de Suiza, conferencista internacional, autor de tres libros.

## ¿POR QUÉ TENEMOS QUE MORIR?

para evitar el sufrimiento en futuras existencias, manifestándose desde el corazón como “voz de la consciencia”.

Al término de dicha etapa, en la subdivisión inferior del plano astral, ingresamos a la subdivisión superior, conocida como “1er Cielo”, donde ahora se despliega nuevamente el panorama retrospectivo, apareciendo ante nosotros cada uno de los eventos en los que ayudamos y servimos desinteresadamente a los demás. Esta fase genera un gozo indescriptible, pues experimentamos la alegría y la felicidad causada a nuestros semejantes, fortaleciendo en nuestra alma la virtud que se expresará en futuras vidas.

Habiendo finalizado la etapa en el 1er Cielo, abandonamos el cuerpo astral y ascendemos al plano mental inferior, conocido como el “2do Cielo”. Allí asimilamos las experiencias vividas y grabamos la consciencia resultante en el átomo simiente de nuestra mente, mientras colaboramos en la construcción de los arquetipos

Finalmente, abandonamos también nuestra mente y ascendemos al plano mental superior, llamado 3er Cielo, donde nuestra única posesión es la experiencia asimilada en el Espíritu, y que ha sido grabada en los átomos-simiente de nuestros vehículos. Es entonces que, después de una etapa de descanso, en estado inconsciente para la mayoría de los humanos, reaparece el deseo de nuevas experiencias y con ello es impulsado el Espíritu al renacimiento. En su descenso por el plano mental inferior atrae la substancia correspondiente al átomo-simiente para construir su nuevo vehículo mental. Al continuar en el plano astral, activa el átomo-simiente correspondiente a ese mundo, y atrae la materia para construir su nuevo cuerpo anímico. Es entonces que las fuerzas lunares acercan el Espíritu a la Tierra y, mediante la concepción, construye sus nuevos vehículos vital y físico, al activarse sus correspondientes átomos-simiente.

Así es como iniciamos un nuevo ciclo de vida terrestre, para seguir aprendiendo en la Escuela de la Experiencia.



# ESOTERISMO

## ARCANO MAYOR 1: EL MAGO

Daniel Furman

Ya incursionamos en el Tarot el número anterior con El Loco. Hoy jugando a hacer contrastes nos encontramos con El Mago, un sabio, justo lo opuesto a El Loco.

La letra hebrea que le corresponde a esta Clave es la Beth, que significa casa o morada. Aquí tenemos una profunda enseñanza, somos la casa o morada del Loco. El Loco tiene como clave El Espíritu, así pues El Mago es la morada del Espíritu.

El Loco es andrógino, y al relacionarlo con lo espiritual podemos decir que refleja lo Transpersonal. El Mago nos refleja un aspecto de estar atento al aquí y ahora, no perder detalle alguno para poder hacer su magia. Así las figuras masculinas nos reflejan el aspecto Auto Consciente de la personalidad, y su Clave es la Atención.

El Loco va fluyendo por la vida, con total inocencia, sin ser consciente del poder que lleva en su varita mágica. Aquí El Mago es plenamente consciente de ese poder y lo ejerce a través de los cuatro elementos que están en su mesa de operaciones.

La Vara se relaciona con el elemento fuego, la Copa con el elemento agua, la Espada con el elemento aire y el Pentáculo con el elemento tierra. De este modo El Mago usa todo su poder de poner Atención para manejar y combinar los elementos necesarios para operar

Arcano Mayor 1 El Mago

# EL MAGO

## ARCANO MAYOR 1: EL MAGO

conscientemente en control de las causas que origina para cosechar los efectos deseados.

El VSA don Jose Marcelli refiriéndose a la magia decía: El principio es sencillo, aquí y ahora, y sólo allí, es dónde puedes generar causas, con encanto o encantamiento; y recogerás los efectos en el futuro como suerte, o sortilegios.

Es decir que El Mago ejerce su poder en el Aquí y Ahora, en el Presente. El pasado no existe, cuándo lo recordamos lo estamos haciendo presente, y el futuro es una potencia del presente, tampoco existe, de manera que en el Presente, y sólo allí, es dónde podemos hacer nuestra magia.

Ese es nuestro secreto, todos somos Magos, y si prestamos Atención correctamente podremos oficiar de manera que recojamos lo que realmente deseamos. Poner Atención está íntimamente relacionado con la Concentración. Poner



Atención a algo es Concentrarme en algo. Concentrarse implica limitar mi rango de Atención, elegir algo y desechar lo demás. Nunca podremos hacer magia si no ponemos Atención.

La magia es un hecho consciente, y está basada fundamentalmente en la ley de Causa y Efecto.

Observando con atención las circunstancias y concentrándose adecuadamente nuestro Mago percibe los principios subyacentes de toda situación, percibe relaciones que otros no ven, y generando las causas adecuadas modifica los efectos.

Cómo Seres Humanos no tenemos límites, nuestro potencial es infinito, así esta insinuado por el símbolo del infinito sobre la cabeza, sólo es darnos cuenta que todos, sí todos, tenemos ese poder a nuestra disposición, sólo espera que lo tomemos.

Su ropa es blanca simbolizando la pureza y su manto rojo, relacionado con la fuerza de Marte, la fuerza de la acción que se manifiesta a través de él.

El Mago tiene un brazo hacia arriba, con su varita mágica que se conecta con lo superior (El Loco) y la otra mano señala hacia abajo con un mudra muy específico. Es el mudra de la atención. Allí está su poder. El precisa transmitir esa energía a la que se conecta. El es un medio, un canal, y su poder es la transmisión.

Es un transmutador de la energía. Su principal propósito es conectarse con su poder interno, El Loco.

Así El Mago nos hace responsables de nuestra vida, Todos somos Magos y al hacer nuestra magia, consciente o inconscientemente, creamos la vida que vivimos.

El mito con el cual podemos relacionar a éste arcano es el que corresponde a Hermes, de la mitología griega. Era hijo de Zeus que era el Rey de los Dioses del Olimpo, y su madre era una ninfa llamada Maya o Madre Noche.

Nacido en el monte Cilene, escapó de los cuidados de su madre y se lanzó a correr aventuras por la vida.

Le robó un rebaño de vacas a Apolo y éste al descubrirlo lo denunció ante Zeus. Hermes confesó su robo y le devolvió el rebaño a su dueño,



pero inmediatamente, haciendo uso de su astucia, comenzó a tocar una lira que fascinó a su hermano Apolo, el cual le ofreció todo el ganado a cambio del instrumento, canje que Hermes aceptó; luego fabricó otro instrumento con cañas volviendo a embelesar a su hermano, quién para obtenerlo tuvo que enseñarle a Hermes el arte de la adivinación del futuro.

Al regresar al Olimpo, Apolo le refirió a Zeus todo lo ocurrido, y éste admirado de las habilidades de su hijo, su ingenio y poder de persuasión, lo hizo su heraldo, no sin antes comprometerlo a no decir más mentiras y respetar la ley. Así Hermes se transformó en el mensajero de los dioses.

Luego Hades, hermano de Zeus, dios del mundo subterráneo le solicitó a Zeus que permitiera que también fuera su mensajero, y de este modo obtuvo el permiso de penetrar cuando quisiera a este mundo, ayudando a las almas desencarnadas a encontrar el camino. En una lectura cuando aparece al derecho la carta te sugiere que el consultante tiene plena consciencia de los poderes que posee, siente

seguridad ante los sucesos que le presenta la vida porque se afirma en su Ser interno, de acuerdo con el lugar que ocupa en la tirada puede indicar alguna fuerte influencia externa, siempre positiva.

Hace alusión al comienzo de algo pero en su fase de acción. Claridad de metas y canalizar las energías en esa dirección, grandes posibilidades de éxito. A través de su voluntad el consultante orienta sus energías hacia el objetivo.

Al revés, puedes inferir dificultad en orientar todo ese poder, confusión que puede llegar a paralizarte en el proyecto. En cuanto a la influencia de un tercero puede referirse a un mal uso del poder. Indica inquietud mental, miedo.

Queridos amigos, están todos invitados a poner su Mago en acción pero que sea Conscientemente. Buena Vida!!!



\* Acerca del autor: Psicólogo Social; Profesor de yoga; Profesor de Tarot; Lugar de residencia: Buenos Aires, Argentina. Email: [danieleliasfurman@gmail.com](mailto:danieleliasfurman@gmail.com);

## LOS OLIGOELEMENTOS Y SU APLICACIONES TERAPÉUTICAS

Zulay Toro V.\*

Los compuestos que forman parte del ser humano y desde la antigüedad se consideran sus cenizas, son los que no se consumen en la combustión. El proceso de incineración de cadáveres consume el carbono, nitrógeno, hidrógeno y oxígeno, quedando sólo después de la combustión los minerales macro y micronutrientes.

Todos los tejidos animales y vegetales contienen elementos minerales o inorgánicos en cantidades y proporciones muy variables. Los elementos inorgánicos se clasifican en dos categorías: 1. Electrolitos, minerales macronutrientes, macroelementos, elementos mayoritarios o simples minerales y 2. Minerales micronutrientes; elementos minoritarios, oligoelementos, elementos en traza o vestigiales. Se ha tomado como diferencia entre los macro y los microelementos la concentración sérica de hierro como límite de separación entre elementos mayoritarios y oligoelementos.

De esta forma se define elemento 'traza' o a lo que nos referiremos como Oligoelemento aquel que representa menos del 0,01% del peso total del cuerpo.

Los Minerales, que son tanto macro como micronutrientes, se entienden como los elementos indispensables para la vida.

Para considerar un mineral esencial del ser humano debe cumplir las siguientes premisas:

- a) Está presente en todos los tejidos sanos.*
- b) Tiene una concentración relativamente constante en los tejidos.*
- c) Su carencia en la dieta o suministro ocasiona alteraciones estructurales y/o fisiológicas de diversos tipos.*
- d) Previene o cura, mediante su aporte sea vía oral, enteral o parenteral, las afecciones patológicas provocadas por su carencia.*

**Enzimas**

Las enzimas son proteínas que actúan como biocatalizadores, o sea, son sustancias que en pequeñas cantidades y sin sufrir alguna modificación, permiten la transformación química de grandes cantidades de sustratos.

Todos los organismos vivos poseen estructuras bioquímicas



diferentes denominadas substratos los cuales constituyen la materia prima a partir de la cual se produce los diferentes componentes necesarios para todos los procesos vitales.

Hasta la fecha la ciencia sólo ha podido identificar cerca de 3.000 Enzimas diferentes, pero se sabe que su número es mucho mayor.

Las Enzimas se pueden agrupar entre sí formando diferentes combinaciones que constituyen los llamados sistemas enzimáticos.

Dentro de cada enzima existe una pequeña parte que le permite encajarse exactamente en el sustrato, esta pieza complementaria se conoce como coenzima. Nuestro organismo produce al día las miles de Enzimas que utilizamos, pero es incapaz de elaborar coenzimas, así que tenemos que recibir a través de la alimentación el material necesario para obtener las coenzimas.

Los componentes necesarios para la elaboración de coenzimas son las vitaminas, por ejemplo B1, B2, B6 C y K, minerales y **Oligoelementos**.

Las coenzimas a diferencia de las enzimas se degradan durante la actividad por lo que requieren de un aporte externo constante.

Un déficit crónico de vitaminas, de Oligoelementos y minerales puede comprometer la producción de enzimas, lo que trae como consecuencia la inhibición o paralización del funcionamiento de algún sistema enzimático.

Existe entonces una dependencia de vitaminas y elementos de la oferta nutricional externa.

Dependencia de vitamina-coenzima:

**Vitamina B1** es la coenzima que actúa en la degradación del azúcar y la formación NADPH (Niacin disfosfato).

**Vitamina B2**, favorece las acciones de óxido reducción y obra en sinergia con las vitaminas B-1, además de favorecer la absorción del magnesio y la elaboración de las hormonas tiroideas.

Influye en la absorción intestinal de los hidratos de carbono y de las grasas e interviene junto a la vitamina A en la formación de la púrpura retiniana.

Interviene en el metabolismo de las hormonas de la glándula suprarrenal, en la elaboración de la insulina, es un factor de crecimiento esencial en los niños y ayuda a regenerar los tejidos gastados en sobre esfuerzos musculares.

**Vitamina B3 (Niacina)** es la coenzima que actúa como donador de Hidrógeno necesario para la reducción de diferentes reacciones químicas. Interviene en la síntesis de algunos neurotransmisores y en el balance sodio-potasio de

las células, así como en la formación del colágeno. Regula los niveles de colesterol en sangre, impide la degeneración grasa del hígado y mantiene la belleza del cuero cabelludo y el color original del cabello.

**Vitamina B6 (piridoxal 5-fosfato)**, es la coenzima para la formación de la cisteína, homocisteína y muchos otros procesos metabólicos.

**La vitamina B12 y ácido fólico**, se requieren para el metabolismo de la metionina y la maduración de los glóbulos rojos.

**Vitamina C**, es una coenzima donadora de hidrógeno, actúa sobre la dopamina hidroxilasa, enzima importante para el metabolismo del colágeno además de ser un potente antioxidante.

**Vitamina E**, antioxidante que inhibe la peroxidación de los fosfolípidos de la membrana celular por la actividad por las actividades de los radicales libres.

#### **Dependencia Mineral-coenzima**

Ejemplos de algunas Enzimas y su relación con minerales (coenzima).

**Magnesio**, actúa sobre las Enzimas: glutatión sintetasa, metionina adenosin transferasa.

**Zinc**, peptidasas y alcohol deshidrogenasa.

**Cobre**, enzimas oxidativas (citicromo-tiroxinasa y ceruloplasmina), dopamina hidroxilasa, Cu-Zn superóxido dismutasa (SOD).

**Manganeso-alginasa**, importante en la formación de úrea, iso-citrato deshidrogenasa, y una forma especial de SOD (Superóxido Dismutasa).

**Molibdeno**, sulfito-oxidasa, xantina-oxidasa.

**Hierro**, catalasa, citocromo P-450.

**Selenio**, glutatión peroxidasa.

**El potasio** conocido principalmente como electrolito, también tiene funciones como coenzima, coordinando 10 Enzimas caracterizadas hasta la fecha. Por tanto debemos estar conscientes que los minerales en general aunque no sean Oligoelementos también tienen funciones específicas dentro de las cadenas enzimáticas.

Podemos concluir que los procesos vitales dependen de la integridad y el normal funcionamiento de estos sistemas enzimáticos, por lo que la deficiencia de una coenzima o la

## LOS OLIGOELEMENTOS Y SU APLICACIONES TERAPÉUTICAS

presencia de un metal tóxico en su lugar, puede bloquear un sistema enzimático siendo la consecuencia final un trastorno metabólico o un proceso degenerativo.

Entonces todo dependerá del correcto suministro de nutrientes energéticos, carbohidratos, proteínas, grasas y coenzimas (tanto vitaminas como minerales, sin importar su pequeño requerimiento), si como la presencia de metales tóxicos o inhibidores de enzimas.

### **Oligoelementos Azufre S**

Neutralizador de desechos

Se encuentra principalmente en los bulbos como la cebolla y los ajos. Los alimentos ricos en proteínas como el pescado, la carne y los huevos. Las legumbres. Los cereales integrales. Los frutos secos, especialmente las avellanas y las almendras. Las hortalizas.

Funciones:

Desintoxica el hígado.

Síntomas de su deficiencia:

Además de las alteraciones propias de una carencia en proteínas, podemos encontrar otras ligadas a la carencia de zinc y selenio ya que sus acciones en la piel, cabello y uñas son similares.

### **Boro B (Amigo de los huesos).**

Es el elemento más común en alimentos de origen vegetal. Por tanto abundante en frutas, vegetales de aspecto sano, además muy abundante en nueces, alfalfa, coliflor, vino y cerveza.

Funciones:

Crecimiento normal, metabolismo del calcio, participa en el sistema inmune.

Síntomas de su deficiencia:

Crecimiento defectuoso, osteoporosis.

### **Calcio Ca (Ladrillo del cuerpo)**

Se encuentra en la leche, quesos y yogurt, almendras, queso hígado y moluscos.

Funciones:

Esencial para las vitaminas A, B6 y C, indispensable para la formación de huesos y dientes. Ritmo cardíaco, coagulación de la sangre. Coparticipa de la función tiroidea. Transmisión nerviosa. Desarrollo y contracción muscular. Permeabilidad de membrana.

Síntomas de deficiencia:

Palpitaciones, insomnio, calambre musculares, caída de dientes, osteogénesis imperfecta, uñas débiles. Para su asimilación es necesario el magnesio, silicio y vitamina D. Cobalto Co (El jefe de la vitamina B12)

Se encuentra en los estabilizadores de la espuma de cerveza. Levadura Vitamina B12, carnes (músculos y órganos).

Funciones:

Participa en el metabolismo de las grasas, carbohidratos, proteínas y en la síntesis de la mielina. Forma las hormonas tiroideas. Regula el sistema nervioso simpático. Mantiene la pared venosa en buen estado. Controla la motilidad intestinal. Favorece la síntesis de la creatinina muscular. Ayuda a la formación de los aminoácidos metionina y colina. Estimula la formación de ácido fólico y el DNA.

sangre y en

los procesos de producción de energía.

### **Cromo Cr (Anti-Obesidad. EL factor de la longevidad)**

Se encuentra en el Aceite de maíz, cereales integrales, pimienta negra, almejas, levadura de cerveza. En general es más abundante en los vegetales que en los animales.

Funciones:

Mejora la tolerancia de la glucosa, es necesaria para el metabolismo de la insulina y por ende para la producción de energía.

Síntomas de su deficiencia:

Arteriosclerosis, encefalopatía, intolerancia al alcohol y a la glucosa, pérdida de peso repentina, disminución de la fertilidad e espermatozoides.

### **Cobre Cu (Metal del color y la vida)**

Se consigue en Legumbre, nueces, soya, melaza, alimentos del mar. Jugos de frutas naturales.

Funciones:

Interviene en la formación de huesos, color del cabello y piel. En la retina y humores del ojo. En la síntesis de la hemoglobina. Coordinación muscular y la fuerza motriz. Protege a la vaina de mielina. Refuerza el sistema inmunitario. Es antioxidante. Controla el exceso de colesterol y evita la excesiva coagulación sanguínea.

### **Fosforo P**

Se encuentra en huevos, pescado, granos, carnes, queso amarillo, leche y yogurt.

Funciones:

Interviene en la formación de huesos y dientes, respiración celular, producción de energía ADP y ATP, contracción muscular, función renal.

Síntomas de deficiencia:

Dolor en los huesos, en los niños desarrollo imperfecto de los huesos, los dientes y retardando el crecimiento. Severa debilidad muscular. Anemia.

### **Germanio Ge (Apoyo al sistema inmune)**

Presente en todos los alimentos

Funciones:

Es un poderoso antioxidante. Incrementa la resistencia a las infecciones. Disminuye la mortalidad en los procesos tumorales.

### **Hierro Fe (El Transportador de Oxígeno)**

Se encuentra en la melaza, huevos, pescado, germen de trigo.

Funciones:

Producción de hemoglobina y la mioglobina, promueve el metabolismo proteico y el crecimiento, resistencia al estrés y a las enfermedades. Formación de dientes y huesos. Esencial para la función de la vitamina C, el Ca y el Cu.

Síntomas de deficiencia:

Uñas opacas, anemia por deficiencia de Fe, colitis, fatiga, lengua manchada o inflamada.

### **Iodo – Yodo I**

Se encuentra en la Sal marina, tabletas de Kelb, alimentos del mar, y según la zona el mango.

Funciones:

Es irremplazable para el funcionamiento normal de la tiroides.

Síntomas de deficiencia:

Obesidad, irritabilidad, bocio, apatía, debilidad muscular.

### **Litio Li (Limpia contactos de las neuronas)**

Se encuentra en la Sal marina, frutos del mar, granos enteros y

Tabla periódica de los elementos de la dieta

H																	He	
Li	Be											B	C	N	O	F	Ne	
Na	Mg											Al	Si	P	S	Cl	Ar	
K	Ca	Sc	Ti	V	Cr	Mn	Fe	Co	Ni	Cu	Zn	Ga	Ge	As	Se	Br	Kr	
Rb	Sr	Y	Zr	Nb	Mo	Tc	Ru	Rh	Pd	Ag	Cd	In	Sn	Sb	Te	I	Xe	
Cs	Ba	La	*	Hf	Ta	W	Re	Os	Ir	Pt	Au	Hg	Tl	Pb	Bi	Po	At	Rn
Fr	Ra	Ac	**	Rf	Db	Sg	Bh	Hs	Mt	Ds	Rg	Cn	Nh	Fl	Mc	Lv	Ts	Og
* Ce Pr Nd Pm Sm Eu Gd Tb Dy Ho Er Tm Yb Lu																		
** Th Pa U Np Pu Am Cm Bk Cf Es Fm Md No Lr																		

Los cuatro elementos básicos del organismo	Elementos importantes	Elementos traza esenciales	No se sabe si funcionan en el organismo
--	-----------------------	----------------------------	---

semillas. Agua y vegetales según el suelo.

Síntomas de deficiencia:

Depresión. Déficit del crecimiento, reducción de la fertilidad, reducción de la longevidad.

### Magnesio Mg (El atleta que todos llevamos dentro)

Se encuentra en Sal marina, vegetales verdes, granos enteros, nueces, miel, chocolate amargo.

Funciones:

Es cofactor enzimático y además electrolito. Participa en el equilibrio ácido-base. Evita la formación de cálculos de oxalato de calcio en los riñones.

Síntomas de deficiencia:

Calambres, temblores, desorientación, nerviosismo, pérdida del apetito, poca coordinación, arritmias cardíacas, ocasionalmente convulsiones, enfermedades degenerativas, descalcificación.

### Manganeso Mn. (El escultor del cuerpo)

Lo encontramos en el Té negro, Vegetales verdes, condimentos, plátanos, yema de huevo, legumbres, hígado, nueces, maní, granos enteros.

Funciones:

Indispensable para el metabolismo de las grasas, el colesterol y los carbohidratos.

### Molibdeno Mo (El metal de los dientes)

Se encuentra en semillas, repollo, brócoli, germen de trigo, vísceras, peces, moluscos, mariscos, algas marinas.

Funciones:

El esmalte dental contiene alto contenido de Mo. Está presente en diversos sistemas enzimáticos. Regula la oxidación de las grasas.

Síntomas de deficiencia:

Retardo en el crecimiento, caries, pérdida del apetito, disminución de la reproducción y fertilidad.

### Potasio K (Junto a Na: Directores de orquesta de la célula)

Se encuentra en las plantas ricas en K y los animales de Na frutas secas, duraznos, melocotones, plátanos (cambures).

Síntomas de deficiencia:

Trastornos cardiovasculares, alcoholismo, alergias, trastornos del ritmo cardíaco, tratamientos del cáncer.

### Silicio Si (Más fuerte que el acero)

Se encuentra en Cola de caballo (equisetum), perejil, zanahoria,

apio, pectina de manzana, acelgas, granos enteros.

Funciones:

Calcificación de huesos y solidificación de fracturas, elasticidad de tendones, músculos y tejido conectivo.

Síntomas de deficiencia:

Descalcificación. Osteoporosis, tendinitis, enfermedades degenerativas, fragilidad ósea y de ligamentos, detención del crecimiento en niños.

### Sodio Na. (Junto con el K: directores de Orquesta de la Célula)

Se encuentran en la sal marina o refinada. Los alimentos provenientes de animales tienen más Na que K.

Síntomas de deficiencia:

Pérdida del apetito, vómitos, pérdida de peso, hipotensión.

### Vanadio V. (La belleza de la piel. Metabolizador colesterol)

Se encuentra en la Pimienta negra, condimentos, hongos, mariscos, perejil, semillas de eneldo, grasas, aceites y frutas frescas.

Funciones:

Crecimiento retardado, problema de reproducción, exceso de hierro en la sangre.

### Zinc Zn (El Reproductor)

Lo encontramos en la Levadura de Cerveza, hígado, alimentos del mar, soya, espinacas, semillas de girasol, hongos, jugos naturales no procesados industrialmente.

Funciones:

Digestión de carbohidratos, componente de la insulina, base del sistema inmunológico, función de la próstata, crecimiento y desarrollo de los órganos sexuales, síntesis del ADN, protección de radicales libres.

Síntomas de deficiencia:

Fatiga, ceguera nocturna, flatulencia, pérdida del apetito, retraso en maduración sexual y crecimiento, disminución de la libido y fertilidad, hipertrofia prostática, pérdida del gusto y olor.

Bibliografía: Pazos, Henry. Revelant, Vinicio. Oligoelementos. Editorial: Fundación SITA. / Caracas 1070 Venezuela. 2014

\*Acerca del Autor: Arquitecto de la Universidad de los Andes, MSc.Filosofía ULA. Residente en Mérida, Venezuela. Email: zulaytorovivas@gmail.com

# ASTROLOGIA

## AÑO NUEVO CÓSMICO (SIGNOS Y CONSTELACIONES)

Edgardo Córdova López



Este 21 de marzo entraremos al año LXXIV de la era del Acuario. Algunos científicos utilizan estos preceptos para afirmar que en realidad comienza el signo de Acuario y no el de Aries. Lo que implicaría que la ciencia astrológica quedara desquiciada al tener los signos desplazados más de 30° de arco y quedar sin fundamento todo el sistema astrológico. En realidad hay un fundamento científico que fortalece la ciencia astrológica a este respecto.

Ignoran que el zodiaco mental y el zodiaco de las constelaciones son dos conceptos similares, pero bien diferentes. El uno es la emanación psicomental del otro. Comprender esto queda fuera del alcance de la ciencia oficial que sólo estudia el aspecto físico, observable y medible de los astros. El aspecto psicológico y las influencias estelares están fuera de esos estudios. Hasta ahora no existen instrumentos capaces de revelar estas influencias que la ciencia más antigua del mundo siempre ha considerado. De hecho la astronomía fue una derivación de ésta. La Astrología no es una ciencia "intelectual" sino más bien intuitiva y pertenece más a las Ciencias Sagradas que a la llamada ciencia oficial, donde el científico logra un respaldo con un grado académico y no se acepta ni el autodidactismo ni el misticismo, so pena de que se clasifique de inmediato como charlatanería. Así se forman los gremios científicos que también llegan a ser dogmáticos.

Empecemos preguntando algo, ¿por qué el signo Aries no coincide con la constelación Aries? El zodiaco mental es una franja imaginaria (no se puede ver, pero se puede percibir) de

unos 18° de arco de amplitud a lo largo de la eclíptica, es decir el Sol parece trasladar por el centro de esta franja a lo largo de todo un año. El resto de los planetas hacen lo mismo con diferentes velocidades. En esa franja están los doce signos bien caracterizados y de una amplitud constante para cada uno de 30°. En cambio las constelaciones son agrupaciones de estrellas que se encuentran en esa misma zona, éstas no son "imaginarias", son reales y de diferente amplitud.

Ahora bien, el cuarto movimiento de la Tierra provocado por la oblicuidad de la eclíptica se denomina Precesión (el ecuador forma un ángulo de 23.5° con respecto a la eclíptica) tiende por el efecto gravitatorio a hacer que la tierra se "enderece" con respecto a la eclíptica. Esto provoca una resistencia que da origen a un movimiento de bamboleo en nuestro planeta, al igual que un trompo, este movimiento es muy lento, realiza un solo bamboleo en 25,920 años. Esto provoca que el cruce entre el ecuador y la eclíptica se desplace a razón a de 50.2" de arco cada año. Así el zodiaco mental, es decir los signos zodiacales se desplazan lenta y gradualmente por las constelaciones zodiacales. (Tal vez el llevar el mismo nombre, signos y constelaciones dé origen a esta confusión).

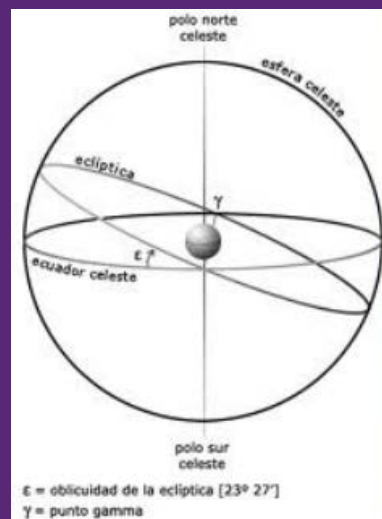
Ahora bien, los signos zodiacales generan una influencia bien caracterizada y suficientemente estudiada en los individuos. Incluso hay Centros de Investigación de diferentes universidades que han realizado estudios de carácter estadístico en miles de personas para validar las llamadas generalidades. Así se ha puesto en evidencia influencias más sutiles como los gemelos astrológicos y la herencia astral. Dos fenómenos bien identificados, pues hay planetas que suelen transitar por los mismos puntos celestes y hasta con aspectos similares de personas a como lo tuvieron sus padres y abuelos. Lo mismo ocurre cuando hay dos o mas personajes bien identificados con aspectos similares, posiciones planetarias y casas astrológicas similares, suelen llevar una vida llena de "coincidencias" que no pueden ser atribuidas al azar, incluso hasta con cierto parecido físico (por eso han sugerido el nombre de Cosmogénica para esta ciencia sorprendente).

Las constelaciones que forman las estrellas llamadas "fijas" hacen que se conforme un prototipo cósmico cada 2,160 años (en promedio) que pasa de una constelación a otra. Esta influencia permite que toda la humanidad asuma una actitud característica y logre así su propia evolución. Por ejemplo, hace dos mil años el punto vernal entro en precesión a la constelación de

Piscis, como consecuencia imperó la fe, y un proceso con un aparente retroceso en la cultura cuando había transcurrido la mitad de este periodo. También destacó el avance en la navegación y en la adoración de las deidades femeninas. Cercano al fin de esta era ya en el siglo XX dos grandes guerras presagian un nuevo ciclo que se hace necesario. El incremento acelerado de la ciencia, el inicio de la carrera espacial, la aviación y la introducción de un nuevo concepto religioso, rebelde y hasta ofensivo para el viejo régimen indican que debe haber un nuevo despertar, la era del Aquarius estaba por comenzar.

Estos estudios históricos que confirman los periodos astrológicos, llamados eras se pueden hacer desde tiempo remotos, también se puede predecir lo que podría ocurrir en las eras por venir. Pero eso sería tema de otra entrega.

Finalmente, celebremos el 21 de marzo este nuevo ciclo anual, el nuevo año



cósmico. No se acostumbra a celebrarlo con copiosas cenas, ni con fiesta pagana. Se acostumbra a celebrarlo con armonía, respeto y deseando buenos propósitos. Una oración vertida del corazón, una meditación, una reunión familiar donde no se use ni el alcohol ni las carnes es la mejor manera de recibir el influjo solar que nos trae cada año esta fecha especial.

¡Feliz Año Nuevo Cósmico!

Acerca del autor: Académico del I.T. de Puebla y de la BUAP, Maestro en Ciencias por la UDLAP, Doctor en Innovación Sistemática Empresarial por el Institut National Polytechnique de Toulouse, France. Email: ecordoval@gmail.com

## VIVIRNOS ASÍ, SENCILLAMENTE, COMO SERES HUMANOS EN EL CUERPO

**Cuerpo, Focusing y Enfoque  
Centrado en la Persona**

José Fabio Castillo Baltodano

Cuerpo y alma, la gran paradoja que ha estado presente en todo el desarrollo de la historia de la humanidad, ha dado lugar, para algunos, como en las filosofías orientales, a todas las manifestaciones corporales en función de la espiritualidad y, para otros, como en el mundo occidental, a la priorización de la razón sobre cualquier manifestación de otra índole que no sea el pensamiento racional.

Por mucho tiempo se ha tomado al cuerpo como algo meramente fisiológico, a tal grado que la misma medicina ha dejado aquel legado de “médico de cuerpos y almas” para dar paso, en la actualidad, a ocuparse en gran medida únicamente de asuntos especializados que tienen que ver exclusivamente con alguna parte del cuerpo, divorciándola de toda su integralidad.

La medicina china, al ser una medicina holística, contempla al ser humano como un todo, donde los órganos del cuerpo están interconectados por el sistema nervioso y por lo que ellos llaman los canales de energía o el chi; igualmente, la medicina natural y la homeopática tratan de recuperar esta visión integral, en la que lo importante no es un diagnóstico parcial por una dolencia específica, sino la persona en su totalidad; así, un severo ataque de estómago es reflejo de la tensión nerviosa que, de una u otra forma, la persona somatiza y, deviene, por ello, dolencia de otra índole.

Esta comparación con la medicina es una forma de indicar cómo hemos olvidado nuestro cuerpo y, sobre todo, su naturaleza orgánica y su sabiduría profunda. Si supiéramos leer el lenguaje corporal nos daríamos cuenta de cómo anda determinada persona en su marco de referencia interno y, si tan sólo escucháramos el lenguaje interno del cuerpo, podríamos evitar muchas situaciones dolorosas de las cuales luego nos arrepentimos o andamos procurando remediar.

Perls (1975, pp. 39-40) nos refuerza este planteamiento de la integralidad al manifestarnos que:

El hombre es un organismo vivo y algunos de sus aspectos se les llama cuerpo, mente y alma. Cuando definimos al cuerpo como la suma de células, la mente como la suma de percepciones y pensamientos y al





alma como la suma de emociones, y aunque añadamos una “integración estructural” (o la existencia de estas sumas como totalidades) a cada uno de estos tres términos, nos damos aún cuenta de cuán artificial y en desacuerdo con la realidad están esas definiciones y divisiones. La superstición de que son partes diferentes que pueden conjuntarse o separarse, es una herencia de las épocas en que el hombre (aterrado y reluciente a aceptar la muerte como tal) creó la fantasía de los espíritus y fantasmas que viven para siempre y se introducen o salen del cuerpo.

Pensamos muchas veces que el cuerpo tiene que ver solamente con nuestra parte física, con cómo nos vemos ante el mundo, ante los demás, ante nosotros mismos. Además, ponemos en consideración si somos bonitos o feos, si me siento flaco o gordo, con demasiada grasa o aspecto “cadavérico”, si hoy comí mucho, si tomé Coca Cola, si la pizza, si las carnes, en fin, todo lo que vivimos diariamente y que tiene relación con nuestro cuerpo físico, pero será eso el cuerpo?

¡Qué sutil tarea! Y además nada fácil por cierto, la de configurarte -configurarnos- como cuerpos: vivimos así sencillamente como seres humanos-en-el-cuerpo. Y no como grandes cabezas con pies pequeñitos o como ojos que vislumbran y descubren horizontes amplios y lejanos -curiosos y excitantes sin duda- pero que no saben mirar hacia el espejo y despertar al asombro dialogante -¿quién-soy-yo-en-mi-cuerpo?-. Y menos todavía saben mirar hacia adentro y esperar y permanecer así en actitud reverente, mientras muy lentamente va emergiendo esa conciencia unificante: “me doy cuenta, si, lo noto desde dentro, si, es eso”, mientras percibo cómo mente y cuerpo interaccionan armónicamente (Alemany, 1988, p. 59).

¿Quién soy yo?, ¿qué es mi cuerpo?, son preguntas cuyas respuestas chocan con esta paradoja que es el cuerpo, como lo plantea Alemany (1988). Podríamos sugerir algunas hipótesis para responder a estas inquietudes; sin embargo, esas serían respuestas de la mente, de la racionalidad, de tan sólo una de las partes que componen mi cuerpo. El cuerpo se relaciona con la totalidad de lo que nos conforma, de lo que somos; nos enfrentamos ante la vida con todo, no únicamente con mi rostro o mis palabras; interactúo con todas las personas de la universidad, no como el cerebro que viene caminando, sino como la persona que siente, piensa, espiritualiza y que se manifiesta al mundo por medio de un rostro, de un cuerpo que es el mío, y yo soy la única persona capaz de habitarlo y autoposeerlo (Alemany, 1988, p. 62). Esto es la posibilidad de encontrarme con el darse cuenta y tener la consciencia del aquí y ahora, de mi vida, de mi existencia, de mi

cuerpo.

Habitarlo significa prestarle atención, empezar a entender su lenguaje, conectar con su sabiduría orgánica, escuchar sus deseos o acompañar su cansancio y su dolor en un continuo y sorprendente proceso de aprendizaje. Es descubrir un día que además de tener un cuerpo, de padecerlo, servirnos, utilizarlo o escaparnos de él, más allá de todo eso, descubrimos que somos un cuerpo, que yo soy mi cuerpo, que lo puede empezar a vivir desde adentro, que lo puede tocar sin avidez o puedo conocer y reconocer cada una de las partes y reconocirme a mí-mismo en ellas (Alemany, 1988, p. 62).

Qué lejos nos encontramos de vernos desde esta integralidad, desde la complejidad que nos caracteriza como seres humanos, que nos daría la oportunidad de vernos pero no ver al otro, sino verme a mí mismo con todos estos rasgos; pero, con asombro, descubro una gran verdad, el desconocimiento, no tan sólo de responder a la pregunta ¿quién soy yo?, sino el considerarme un cuerpo con todos sus componentes, es patente y real, porque estamos acostumbrados a observar únicamente pequeñas partes de lo que somos y no a ver la totalidad; la pregunta sería, ¿me doy cuenta de que soy una totalidad, un ser integral, holístico?; es como decir que la computadora es ella porque tiene un monitor y dejar de lado todo el resto de sus componentes, o decir que el árbol es árbol por los frutos que nos proporciona sin considerar sus raíces, su tronco, sus ramas, sus hojas, sus colores; qué tan lejos estamos de su realidad, qué tan lejos nos encontramos de nuestra propia realidad. Marroquín (1990, p. 145) menciona un viejo cuento de origen remoto sobre la creación del universo, mediante una alegoría en la cual los dioses trataban de ocultar la esencia de la vida para que el ser humano no la descubriera; dijo uno de ellos :

Ocultemos la vida dentro del propio cuerpo del hombre, en lo profundo de su corazón. Ahí no lo encontrará jamás, pues la belleza que hemos puesto en el exterior, hará que no vuelva nunca la mirada hacia la profundidad de sí mismo.

Acerca del autor: Residente en Costa Rica, profesor universitario. Licenciatura en Música con énfasis en Trompeta en la Universidad de Costa Rica. Maestría en Desarrollo Humano por la Universidad Iberoamericana campus Cd. de México. Email: josefabio63@gmail.com

## VIVIRNOS ASÍ, SENCILLAMENTE, COMO SERES HUMANOS EN EL CUERPO

¡Qué gran verdad! Estamos tan lejos de nosotros mismos que no podemos mirar hacia nuestras profundidades porque por lo regular consideramos al cuerpo como algo ajeno a nuestra personalidad, al mí-mismo y, por lo tanto, irrelevante a nuestro ser que está luchando con los problemas de vivir una vida plena y significativa.

La vida actual tiene al ser humano en un gran desconcierto con relación a su ser. Por una parte lo bombardea una cantidad desorbitada de publicidad para que cuide su belleza, su imagen, su postura ante el mundo, le da soluciones como los cosméticos, los ejercicios, los gimnasios, la meditación, el tai chi, en fin, toda una gama de opciones para que luzca y se sienta bien físicamente. Por otra parte, la misma publicidad lo insta a buscar la paz, la espiritualidad y el boom de los movimientos espirituales lo conducen a ir al encuentro de otras alternativas, ahora para “verse” bien espiritualmente y, por qué no decirlo, para seguir la moda del momento. Todo esto sucede y, sin embargo, el ser humano continúa poniendo atención en el afuera, en lo exterior, y por más que busque opciones de crecimiento espiritual, si la fibra interna no se dilata, la vibración del ser interno nunca llegará a manifestarse, es decir, si tan sólo dejáramos de buscar las soluciones en el mundo exterior y miráramos un instante hacia dentro de nuestro ser y contempláramos la integralidad que nos compone, el proceso sería otro; sin embargo, el mundo actual es tan poderoso en su manipulación publicitaria que el ser humano se encuentra en un estado de alienación y enajenación que, entre y una y otra tentación, le hace

ciertamente difícil encontrar una relación con el cuerpo -con su cuerpo- que sea auténticamente sabia (Alemany, 1988, p. 59); llegar a esta relación es llegar a la integralidad que mencionamos, al descubrir que nuestra existencia vale la pena vivirla, con nuestro cuerpo, aunque todavía queda un largo camino por recorrer hasta conseguir una lúcida y satisfactoria integración corporal y personal (Alemany, 1988, p. 59).

Muy a menudo prestamos atención a nuestro cuerpo porque se enferma, se llena de tensión, porque no nos sentimos como antes, por una u otra dolencia, por estar atentos para responder a los deberías exigidos por la sociedad, aprendiendo a pasar por alto los propios sentimientos, deseos y emociones y las exigencias de perfección que nos limitan como seres humanos. Cuando entramos en crisis somáticas empezamos a prestarle atención y a darnos cuenta de que el cuerpo no es tan sólo un vehículo que nos conduce por la vida, sino que somos el cuerpo, en su totalidad. De esta manera, la enfermedad nos lleva a considerarnos de una manera diferente. No son pocas las personas que luego de una profunda crisis de enfermedades cambian su estilo y visión de vida sustancialmente, así como sus propósitos y objetivos. Sin embargo, ¿por qué sucede esto únicamente cuando llegamos a situaciones límite? Es el resultado de un contexto cultural y social que está muy lejos de considerar al cuerpo desde su integralidad.

Para Kesselman y Volosín (1993, p. 128), especialistas en eutonía, bioenergética y lenguaje corporal, “el aumento de la sensibilidad, el afinamiento de la sensación y la percepción, de los sentidos, de la capacidad perceptiva de la piel, son una vía de entrada al cuerpo, al mundo interior [...] La dirección hacia el cuerpo, la dirección hacia el medio, la dirección desde el cuerpo”. Es el reencontrar el funcionamiento natural del cuerpo y el permanecer en contacto con él, dejándonos “perder” el control. Esto nos puede llevar a encontrarnos con nuestro cuerpo, con nuestras sensaciones, con la sensibilidad y la capacidad perceptiva que dirige nuestro cuerpo. Si dejo de controlar mi cuerpo, la circulación de mi sangre se verá facilitada (Stevens, 1990, p. 163).

El enfoque centrado en la persona puede brindar la posibilidad al ser humano de encontrar alternativas para conducirlo en esta visión que estamos presentando. La totalidad orgánica que propone Rogers en su teoría y la visión del organismo que presentamos en el constructo de la sabiduría orgánica son puntos de referencia que nos dan pautas para lograr esta integralidad corporal.

Rogers habla de organismo y no de cuerpo; sin embargo, ambos constructos están estrechamente relacionados. En lo referente al constructo cuerpo, haremos una mayor alusión a la importancia de considerar la integración corporal para alcanzar un desarrollo personal que actualice nuestra personalidad y, fundamentalmente, el desarrollo de un mí-mismo armónico, que se encuentre en un nivel de congruencia y autenticidad que dé lugar al encuentro de la sabiduría orgánica, a la consciencia no distorsionada que es la que escucha las voces del organismo, incluyendo el cuerpo.

Dentro de la propuesta del enfoque centrado en la persona, el aporte de Eugene Gendlin es de considerable importancia para comprender lo que es el cuerpo y su relación con la totalidad orgánica.

La focalización (focusing) surge de la obra realizado por Gendlin desde su encuentro con Rogers en la Universidad de Chicago, donde ingresa al Centro de Counseling, entonces dirigido por este último.

Con una gran influencia de la filosofía, Gendlin escribe en 1962 una primera obra, *La búsqueda y creación del significado* y, a partir de 1969, emplea la palabra focalización para titular uno de sus artículos, donde explica el papel que tiene el enfoque corporal dentro de la psicoterapia experiencial y de la orientación centrada en la persona (Alemany, 1997, p. 15).



Gendlin (1997a, p. 25) observa que :

A partir de las pocas distinciones que yo he conseguido diferenciar (o encontrar, o desarrollar [...]), hemos podido realizar la escala experiencial y toda la investigación se deriva de la misma. También ha surgido de ahí el "focusing" y el descubrimiento de que la terapia puede ser mucho más efectiva cuando los clientes prestan atención a su -al principio- poco clara sensación corporal del problema sobre el que están trabajando.

Gendlin hace referencia a la necesidad que tienen las personas de tomar contacto con sus sensaciones corporales; a partir de su experiencia en el trabajo de orientación, se da cuenta de esta limitación e introduce el experienciar como una fuente valorativa de la vida corporal del individuo y la focalización como una técnica para hacer surgir (crear, encontrar, sintetizar, diferenciar) un "esto" que antes no estaba (Gendlin 1997a, p. 24). El proceso de focalización es un darnos cuenta conscientemente de algo que ocurre en el cuerpo y que ha estado ahí grabado; lo que hacemos es reconocerlo y verlo frente a frente. Es observar y reconocer el significado-sentido que experienciamos a cada momento. Es atender a las sensaciones del organismo frente a cada una de las situaciones concretas que vivimos en todo momento e instante de la vida. Este significado-sentido es lo que está en nuestro cuerpo y lo que nos permite acceder a la información que ha ido acumulando y que está en relación con todas las vivencias y experiencias que vamos teniendo a lo largo de nuestra vida.

Con la focalización se busca alcanzar (Gendlin, 1997a, p. 22): Una persona suficientemente afortunada como para ser una persona sensitiva y lo suficientemente removida interiormente, como para ser capaz de sentir junto a las personas que hablan desde ese lugar más intrincado y complejo en donde las soluciones simplistas ya no sirven para nada.

Gendlin toma de Wilhem Dilthey la construcción de la experiencia como un proceso y una vivencia y lo traduce como un experienciar (experiencing), constructo que es considerado como un flujo de experiencias percibidas como un proceso organísmico cambiante, surgiendo de esta visión la técnica de la focalización (Alemany, 1991, p. 356).

No deseamos sólo un conjunto de conceptos. Si no asumimos que las afirmaciones deben de equivaler a las experiencias y las situaciones, si dejamos que las afirmaciones hablen desde la experiencia y las situaciones, sabemos por adelantado que siempre podemos ir más allá en la misma línea y hacerlo de una forma cada vez más diferenciada. Por lo que siempre podemos poner el "\_\_\_\_\_ " después de cualquier cosa que debamos y pensar no sólo desde lo que resulta claro y evidente sino también con la sensación experiencial de lo que estamos diciendo, el "\_\_\_\_\_ " (Este espacio en blanco es el silencio donde esperas que surja "ese algo más") (Gendlin, 1997a, p. 23).

Este punto es la relación del experienciar con los constructos; como algo que es más que lo lógico juega un papel primordial en nuestro pensamiento y en nuestro modo de hablar (Gendlin, 1997, p. 24). Este experienciar va más allá de los constructos; se refiere a la experiencia. "El pensamiento existencial no avanza de concepto a concepto mediante implicaciones lógicas. Más bien avanza mediante el detalle experiencial, mediante diferenciaciones que producen sensación experiencial y que habilitan experiencias posteriores" (Gendlin, 1997b,

p. 33). En el marco de este experienciar surge la relación experiencial, la cual indica que una relación personal viva es mucho más que dos personas y sus estructuras individuales más que lo que cada uno piensa del otro y cómo le ve (Gendlin, 1997b, p. 35). Es por lo tanto una relación yo-tú, como la plantea Buber, en un encuentro de dos personas que desde su integralidad se relacionan con el otro. Esto implica en su totalidad la propia continuidad vital (el fluir de la propia vida) (Gendlin, 1997b, p. 35). Lo que se experiencia es la clara permanencia de la existencia del otro y la sensación de la presencia activa del "nosotros" en la relación experiencial, lo que implica que, en el ámbito de las relaciones interpersonales, éstas pueden avanzar hacia esos encuentros, en tanto los espacios y la atención que se requieren para ello puedan surgir como sensaciones y percepciones en las personas.

Tomar contacto con nuestra interioridad hace que surja el significado-sentido, que es todo lo que tiene que ver con la problemática existencial de lo que la persona esté trabajando en ese momento. "Cualquier concepto, cosa o conducta es significativo (lleno de sentido) sólo si la cosa, evento o ruido interacciona con el experienciar sentido. Los significados se forman y desarrollan a través de una interacción entre el experienciar y los símbolos o cosas" (Gendlin, 1997e, p. 131).

La focalización actúa para ponerse en contacto con uno mismo para hacer surgir en nosotros respuestas a nuestras inquietudes. No es que yo hable de esas cosas, sino que, mediante el proceso de sensibilización corporal, el cuerpo me irá dando respuestas.

Nuestro cuerpo nos dice lo que necesita, pero va más allá, nos dice lo que integralmente estamos necesitando, desde lo físico, manifestado como una necesidad bioquímica, hasta lo emocional y mental. No es extraño que en una experiencia profunda, ya sea emocional o mental, nuestro cuerpo sufra procesos de transformación que reflejan lo que la persona internamente va experienciando. Cuando la focalización hace referencia a la consciencia del aquí y otros lugares, del ahora y otros tiempos, de nosotros y otras personas, de todo el universo, puedo percibir la relación existente entre nuestro desarrollo interno, personal, individual y, todo lo exterior, en el aquí y ahora, en el darnos cuenta de que nos estamos dando cuenta en este espacio de tiempo que contempla y resume en sí mismo, toda la historia contenida en un instante y que está presente en toda persona, en su cuerpo que articula lo emocional, psíquico, mental y espiritual.

#### BIBLIOGRAFÍA

- Alemany, C. (1988). ¡Esa paradoja que es el cuerpo! Arquetipo, (2), 59-72.  
Alemany, C. (1997). Psicoterapia experiencial y focusing. Bilbao: Desclee.  
Gendlin, E.T. (1997c). Focusing. En C. Alemany (Ed.), Psicoterapia experiencial y focusing (pp. 109-124). Bilbao: Desclee.  
Gendlin, E.T. (1997e). La significatividad del significado sentido (felt meaning). En C.  
Kesselman, S., & Volosin, S. (1993). Diálogo sobre lo corporal. Buenos Aires: Paidós.  
Stevens, B. (1990). Trabajo corporal. En J. Stevens (Ed.), Esto es gestalt (pp. 159-186). Santiago: Cuatro Vientos.

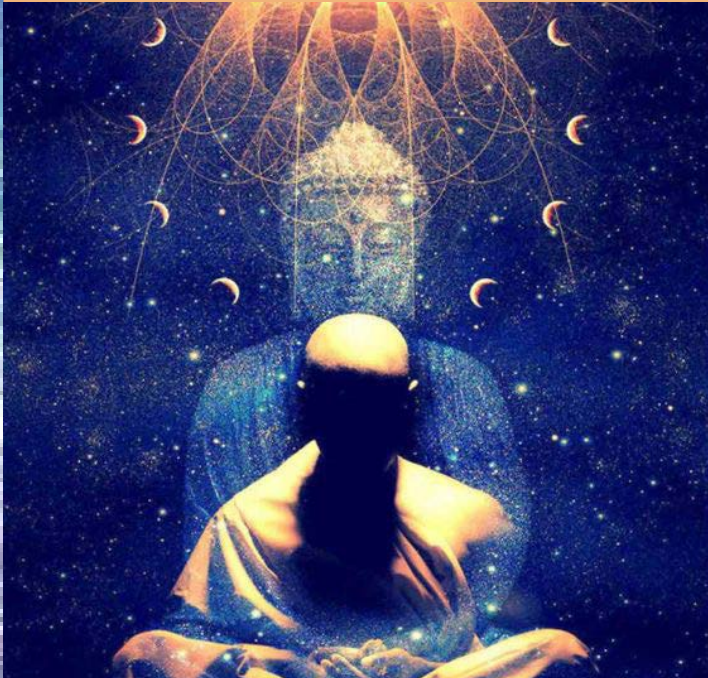
## LAS DIVISIONES EN NUESTRA MENTE, CUERPO Y ESPÍRITU

Vidal Silva

Cuando iniciamos a reconocer nuestra identidad, es común que nos preguntemos ¿Quién soy?; entonces decimos: soy un ser humano que pertenece a esta o aquella familia, vivo en esta Ciudad, en este País, en un Continente, trabajo para determinada empresa, pertenezco a esta o aquella organización etc., comenzamos a marcar divisiones en nuestra mente, entre esto y aquello, para después reconocer nuestra identidad entre esto que soy yo como identidad y aquello que no soy esa identidad. Cuando respondemos a la pregunta ¿Quién soy?, nos dedicamos a describir lo que hay en la parte limitada, es decir los límites que hemos marcado: soy alto, bajo, blanco, negro, rico, pobre, hombre, mujer, con posibilidades de éxito, sin posibilidades; con defectos reconocidos, sin defectos reconocidos, con problemas en el consumo de drogas, sin problemas en esos consumos, con emblema dentro de la orden, sin emblema, etc., comenzamos a tener una crisis de identidad, debido a los límites que trazamos de nuestra propia identidad. Como podremos ver, las respuestas pueden ser sumamente complejas, o bien seguir siendo simples e imprecisas

Cuando la persona, decide cambiar esos límites, empieza a reconocer territorios, que jamás había creído posibles, alcanzables y ni siquiera deseables. La frontera más común que trazamos, es nuestra piel, todo lo que está atrás de ella, no sirve para darnos esa identidad "Yo", todo lo que está afuera es un "No Yo", otra cosa es que aquello que está afuera, puede ser mío, pero no soy yo; es decir, puedo reconocer, mi auto, mi casa, mis hijos, mi esposa, mi cuenta en el banco, etc., para el cuerpo físico, el límite de la piel es una de las fronteras, mas básicamente aceptada; entre lo que soy yo y lo que no soy.

En nuestra mente, también hemos marcado como verdaderos, ciertos límites, que en algunas ocasiones, cuando decidimos romper esos límites, algo se libera, no sabemos qué es, insistimos en condicionarnos todavía, diciéndonos, es como saltar al vacío, tengo miedo, no puedo, que van a decir de mí, etc., entre el cuerpo y la mente, se dan los mayores conflictos, provocados por esos límites, trazados por nosotros mismos, comenzamos a utilizar mascarar; entramos al maravilloso juego del mundo de las apariencias, comenzamos a se-



ducir para controlar (ejemplo: el bebé llora, para que la mamá, le dé el pecho), cuando crecemos, aprendemos a reír, cuando en verdad, queremos llorar, nos hacemos los fuertes, cuando en verdad, somos más frágiles que una simple lechuga, en la mayoría de las veces decimos, no, cuando en verdad, queremos decir sí, en lo sexual, ni se diga; como consecuencia, nos convertimos en personas incongruentes, marchitas, sin brillo, trogloditas, que andamos por la vida, transmitiendo, solo nuestras cosas, no resueltas, entre el este y oeste, el bien y el mal, Dios y el diablo, entre el día y la noche, el amor y el odio, el placer y el dolor, etc., parece como si el progreso y la infelicidad bien pudieran ser el anverso y reverso de una misma moneda. Porque en nuestro intento de acentuar lo positivo y eliminar lo negativo, hemos olvidado por completo que lo positivo, solo se define en función de lo negativo; sin la noche no podríamos reconocer al día; en otras palabras, comprar y vender, son simplemente dos aspectos de un solo hecho: la transacción; si bien, estos dos aspectos son diferentes, uno del otro, ninguno de ellos podría existir sin que exista el otro

Todos los opuestos, comparten una identidad implícita, la diferencia entre tales opuestos, siguen siendo inseparables y recíprocamente dependientes; ninguno de ellos, podría existir, sin el otro; no existiría: dentro sin fuera, arriba sin abajo, ganancia sin pérdida, vida sin muerte, placer sin dolor, día sin la noche. El antiguo Lao Tse nos incita a la reflexión: ¿Hay diferencia entre el bien y el mal? ¿Debo temer lo que los hombres temen? Tener y no tener nacen juntos. Difícil y fácil se complementan. Entre largo y corto hay contraste. Alto y bajo uno a otro se apoyan. El frente y el dorso se siguen

En esta figura está trazada una línea, encuadrada en un gran todo, en una parte indica convexo y en su contraparte



cóncavo, no podemos afirmar que la línea separa lo convexo de lo cóncavo, porque no hay más que una línea, totalmente compartida entre ambos. La línea hace absolutamente imposible la existencia del uno sin el otro; porque la línea exterior de lo cóncavo es la línea interior de lo convexo. Así, jamás se encontrará algo cóncavo sin lo convexo, porque – como todos los opuestos- ambos están predestinados a estar siempre en íntimo y recíproco contacto. Lo importante es que la totalidad de las líneas que encontramos en la naturaleza, incluso las que nosotros hemos trazado para marcar nuestra identidad, no distinguen simplemente los opuestos, sino que también los vinculan en una unidad inseparable; por lo tanto, una línea ya sea mental, natural o lógica, no es algo que marca límites, demarcaciones divisiones o separa, como hemos creído que es, sino que también une y aproxima; esas esas fronteras creadas, son ilusiones en nuestra mente: fingen separar lo que de hecho no es separable

Puedo separar al placer del dolor, la vida de la muerte, al sujeto del objeto, al tiempo del espacio, al espíritu de la materia, al día de la noche, la libertad de la necesidad, el libre albedrío del derecho; en las palabras, en mis pensamientos, por más que en el mundo real, jamás se encuentre el uno sin el otro; dos nombres diferentes, para un único proceso. El espíritu humano incluye nuestro intelecto, emociones, miedos, pasiones, y creatividad.<sup>1</sup> Estos componentes del espíritu se generan en nuestro cuerpo producto de nuestra mente; por lo tanto, nuestro gran problema, es que trazamos un mapa convencional completo y con fronteras, del territorio real de la naturaleza, que no tiene fronteras y después confundimos totalmente ambas cosas; vivimos en el mundo de los mapas, los límites, las divisiones, los territorios como si fuera el mundo real. Podríamos comprender, que un iluminado, un liberado, un Maestro de Sabiduría, es aquel, que ve, a través de la ilusión de los opuestos, se ha liberado en esta vida de los problemas y conflictos fundamentalmente absurdos que ponen en juego la guerra de los opuestos

Libérese, Ya! Wilber K. (1979). La conciencia sin fronteras. Kairós / Master en Admón. Ing. en Ciencias Navales, HENM; Lic. Derecho con especialización Fiscal CEDIP, Lic. Psicología Clínica, UNAM; Originario de Monterrey, N.L. email: vidal\_silva13@hotmail.com

<sup>1</sup>[https://es.wikipedia.org/wiki/Espíritu\\_humano](https://es.wikipedia.org/wiki/Espíritu_humano)

\*Datos del autor: de Monterrey, NL; Master en Administración Naval, Ingeniero en Ciencias Navales, HENM; Licenciado en Derecho especialización Fiscal CEDIP, Licenciado en Psicología, UNAM; email: vidal\_silva13@hotmail.com

## EL ARCOIRIS: CIENCIA, ESENCIA Y VIBRACIÓN

Lorena Elizabeth García de la Rosa

“Y dijo Dios: Sea la luz; y fue la luz”...

Génesis 1:3.

La luz es Energía Universal en estado puro, se encuentra presente en cada rincón del universo. Viaja a una velocidad constante de 300 mil km/s y tiene la propiedad de ser partícula y onda a la vez. Gracias a la luz solar es posible la manifestación de la vida en la tierra, como la conocemos; de modo que nuestra misma existencia se haya completamente compenetrada con el poder de la luz, la cual podemos percibir a través de nuestros sentidos.

“Me gusta estar así, mirando el contraste del verde de las hojas y todo el cielo azul de fondo y que los rayos del sol transformen esos colores al pasar a través de las hojas y se vea un destello parpadeante...”

Lo que percibimos como color o gama de colores, son longitudes de onda de distintas frecuencias que emiten los objetos al interactuar con la luz. Así pues, el color en última instancia, depende de la luz interactuando con las propiedades de los objetos. Es decir, al percibir la luz, estamos percibiendo realmente energía, la cual, se transforma e interactúa con nosotros y con el medio que nos rodea.

Consecuentemente, el ojo humano no percibe todo el espectro electromagnético de colores, es decir, su frecuencia vibratoria. En realidad sólo percibimos una pequeña franja de estos, la cual va del violeta (380 nm) al rojo (750 nm). \*Nm = nanómetro.

Por otro lado, cada color emana una vibración que comunica su esencia y está constituido por una vibración que es su cualidad. En términos de lenguaje eléctrico, cada color es una frecuencia especial que es la manifestación de una forma definitiva. En términos generales, los colores oscuros absorben la luz y los

colores claros la irradian.

Cada vibración tiene un efecto especial sobre nuestro cuerpo físico, emocional o astral y mental; y sobre nuestro mundo en general. Los colores tienen la capacidad de afectar nuestras vibraciones energéticas, sintonizando a frecuencias vibratorias específicas, capaces de aportarnos salud y bienestar... tienen la capacidad de equilibrar las energías alteradas.

Los colores impactan nuestros sentidos, nos impresionan y nos permiten apreciar lo creado, al tiempo que son capaces de suscitar emociones en nosotros; los antiguos ya habían simbolizado por los colores todas las funciones y cualidades de nuestra existencia:

- Blanco: es la Luz Increada de la Verdad Absoluta, la Sabiduría Divina.
- Amarillo: es la Luz Celeste revelada, es la manifestación principal de la Divinidad, el símbolo de la Espiritualidad.
- Rojo: es el Amor Divino, la santificación del Espíritu, símbolo del fuego y del sacrificio.
- Azul: es el Amor Celeste de la Verdad, cuando es violáceo; es la verdad de la fe; el azul oscuro es el espíritu divino planeando sobre el caos (la intelectualidad, la razón); así, el azul claro (símbolo del aire) es la regeneración.
- Verde: es un color creativo, es el segundo nacimiento (en cierto modo el símbolo de la esperanza); es también el amor a la naturaleza.
- Rosa: amor a la Sabiduría Divina, religiosidad.
- Púrpura: amor a la Verdad.
- Escarlata: amor espiritual
- Violeta: amor a la religiosidad, devoción.
- Naranja: revelación del amor divino, unión de la criatura con el Creador.

- Rojo oscuro: da la impresión de una baja bestialidad, sensualismo.
- Gris: aspiración de la materia hacia el Principio, es el gris el que hace la unión entre forma y color.
- Negro: marca la negación, el mal o la nada.

Los chakras y su relación con los 7 colores del Arcoíris:

- Muladhara: el chakra base, de color rojo, conectado con las energías básicas; controla el instinto de supervivencia.
- Svadhisthana: relacionado con la manifestación del color naranja, conectado a las pasiones, bazo, páncreas e hígado. Experiencias de placer y sensualidad.
- Manipura: el chakra del plexo solar, con la manifestación del color amarillo, controla la energía de la glándula suprarrenal; determina el deseo de poder y control.
- Anahata: el chakra del corazón (timo), color verde, la manifestación del amor.
- Vishuda: el chakra de la garganta, color azul, la manifestación de la creatividad, de la expresión creativa, las opiniones y la comunicación.
- Agna: el chakra del tercer ojo, color índigo, el psiquismo. La conexión con otras realidades. Mente y aspiraciones espirituales.
- Sahasrara: el chakra coronario, color violeta, la conexión consciente con nuestro espíritu. Intelecto, niveles superiores de la mente y la autorrealización.

### LA VIBRACIÓN DE LOS COLORES SAINT GERMAIN

○	BLANCO	Pureza, inocencia, optimismo, frescura, limpieza, simplicidad	○
●	ROJO	Fortaleza, pasión, determinación, deseo, amor, fuerza, valor, impulsividad	●
●	NARANJA	Calidez, entusiasmo, creatividad, éxito, ánimo	●
●	AMARILLO	Energía, felicidad, diversión, espontaneidad, alegría, innovación	●
●	VERDE	Naturaleza, esperanza, equilibrio, crecimiento, estabilidad, celos	●
●	AZUL	Libertad, verdad, armonía, fidelidad, progreso, seriedad, lealtad	●
●	PÚRPURA	Serenidad, místico, romántico, elegante, sensual, ecléctico	●
●	ROSA	Dulzura, delicadeza, exquisitad, sentimientos de gratitud, amistad	●
●	GRIS	Paz, tenacidad	●
●	NEGRO	Silencio, sobriedad, poder, formalidad, misterio	●

Explicación de La vibración de los colores, su efecto sobre la salud y perfección del individuo desde el punto de vista de la energía y la vibración.

La vibración de los colores, su efecto sobre la salud y perfección del individuo desde el punto de vista energético – vibratorio (Saint Germain).

Bibliografía:  
Saint Germain. LA VIBRACIÓN DE LOS COLORES. Explicación de los Colores, La vibración de los colores, su efecto sobre la salud y perfección del individuo desde el punto de vista de la energía y la vibración. <https://www.lailuminacion.com/temas/imagenestemas/la-vibracion-de-los-colores.jpg>  
Molina, Ana. Abriendo nuestro Interior. La Energía de los Colores. (2012). <http://abriendonuestrointerior.blogspot.com/2012/05/la-energia-de-los-colores.html>  
Raynaud de la Ferriere, Serge. El Arte en la Nueva Era. Introducción. Ed. Diana. (1981) Pág. 74.

\*Residente en México. Lic. En Administración de Empresas, egresada del Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey (ITESM). Miembro de la RedGFU Email: lore.eli.garcia@gmail.com

## LA CONJUNCIÓN JÚPITER SATURNO EN LOS ELEMENTOS

Miguel Antonio Aranda Troncoso

Tradicionalmente se ha llamado “gran conjunción” a la de los planetas Júpiter y Saturno, esto debido a que son los planetas visibles cuya conjunción marca los ciclos mayores. Mientras que las conjunciones de todos los demás se dan en solo poco más dos años, a esta le toma entre diecinueve y veinte años. El interés por estas conjunciones comenzó en Europa a partir de las traducciones del astrólogo árabe Abu Masar en el siglo IX y se les consideró de gran importancia durante el final de la edad media y el renacimiento, siendo mencionadas no solo por los estudiosos de la materia, sino también por escritores como Dante y Shakespeare. Aunque en aquella época la visión que se tenía se basaba principalmente en el ciclo de las conjunciones individuales de cada veinte años, por lo que, debido a la expectativa de una gran catástrofe durante las conjunciones de 1583 y 1603 en las cuales no sucedió nada significativo, esto aunado a una bula papal en contra de la adivinación, y al surgimiento de nuevos paradigmas en la ciencia, dieron por resultado que el interés por el estudio de este ciclo se fuese perdiendo.

Sin embargo, ya para entonces se sabía que estas conjunciones se daban en alguno de los cuatro elementos de la astrología antigua, es decir en signos de Fuego, de Tierra, de Aire o de Agua durante cierto periodo de tiempo, y que eventualmente pasaban a signos de otro elemento para permanecer en este nuevo elemento durante varias conjunciones y posteriormente pasar a otro. En realidad es este cambio de elemento el que marca los grandes cambios sociales, mucho más que las conjunciones en sí, ya que por ser éstas cada veinte años resultan de poco interés para observar los fenómenos históricos. Así que haremos una revisión del paso de estas conjunciones desde que entraron por última vez al elemento aire en el siglo XII hasta nuestros días,





en que están entrando nuevamente a este elemento. Este será un recorrido por cuatro periodos de la historia que marcaron grandes cambios sociales, además y ya para finalizar nuestro análisis veremos la más reciente transición al elemento aire, la cual viene ocurriendo desde la conjunción de 1981, y que terminó durante la que vivimos el pasado 21 de diciembre del año 2020 con la cual la conjunción entró definitivamente al elemento aire durante más de un siglo.

Estos cambios de un elemento a otro tardan entre cuarenta y sesenta años, es decir se trata de dos a tres conjunciones de ambos planetas, ya que una vez que la conjunción entra en un signo de cierto elemento regresa al elemento anterior una o dos conjunciones antes de establecerse en los signos del siguiente elemento durante unas siete conjunciones, esto es un periodo de alrededor de un siglo y medio antes de iniciar un nuevo periodo de transición, y el orden que sigue también es característico de este ciclo, ya que va de los signos de Tierra a los de Aire, continúa por los del elemento Agua y termina cruzando los signos de Fuego antes de regresar a los de Tierra. Otra de las características de este ciclo es que la conjunción avanza entre 225 y 258 grados cada veinte años, lo que hace que si la conjunción se da en un signo de naturaleza Cardinal, la siguiente conjunción será en un signo Mutable, para pasar entonces a uno Fijo veinte años después, y así hasta que eventualmente este avance valla llevando la conjunción a un signo de diferente elemento.

Dicho esto estamos listos para comenzar nuestro recorrido por la historia de las conjunciones de Júpiter y Saturno y sus cambios de elemento, para lo cual comenzaremos con la entrada de la conjunción al elemento Aire en el siglo XII de nuestra era.

#### **El cambio de la Tierra al Aire**

Este cambio comenzó en el año 1166, en el que la conjunción se dio en el signo de Capricornio, último signo de Tierra del ciclo anterior, y terminó en el 1226, año en el que se estableció el nuevo ciclo de conjunciones en el elemento Aire comenzando en el signo de Acuario. Durante este periodo se dieron las siguientes conjunciones. En Libra en 1186, signo de Aire y primera entrada de la conjunción en este elemento. En el año de 1206 regresó al elemento Tierra, esta vez la conjunción se dio en el signo de Tauro, y es la que ocurrió en 1226 en Acuario la que inició propiamente un periodo de siete conjunciones en el elemento Aire.

Veamos ahora los eventos históricos que

caracterizaron este periodo. En estos años se organizó la tercer cruzada iniciada en 1187 poco después de la primera conjunción en Libra, también se dio la cuarta cruzada. En esta época vivió Francisco de Asís, Gengis Khan creó el Imperio Mongol, cayó el gran imperio Tolteca en Mesoamérica y surgieron los órdenes mendicantes. Pero lo más interesante desde la perspectiva social es que este tiempo marca un periodo de incremento demográfico en Europa, lo que provoca el surgimiento de los burgos, barrios que se formaron en torno a un mercado y que impulsaron el comercio, dando así origen a la llamada burguesía, la que si bien en ese momento no parecía ser un fenómeno social de importancia, al paso de los años daría por resultado el surgimiento de nuevos valores y filosofías de vida.

Astrológicamente podemos observar que, durante la época feudal, la economía se basó en la agricultura y la ganadería, lo cual se relaciona de manera clara con el paso de la conjunción Júpiter-Saturno por los signos de Tierra, pero lo que se ha llamado el renacimiento del siglo XII se caracterizó entre otras cosas por el hecho de cuestionar el orden agrario y rural del feudalismo. Es en esa época en que surge un nuevo agente económico y social, la burguesía mercantil y artesanal, misma que se relaciona con el paso de la conjunción al elemento Aire, sobre todo porque el ciclo comenzó en el signo de Acuario, el cual se relaciona con cambios bruscos y revoluciones, y un evento como la creación de esta nueva clase, que en su momento era algo aparentemente sin importancia, provocaría una verdadera revolución con el siguiente cambio de elemento de la conjunción.

#### **El cambio del Aire al Agua**

El siguiente periodo a analizar comienza en el año 1345, último año de la conjunción en Aire, en el signo de Acuario nuevamente, que se caracterizó por la aparición, un par de años después, de una de las peores pandemias en Europa, la peste negra, para continuar durante la siguiente conjunción, la de 1365 que fue en Escorpio,

## LA CONJUNCIÓN JÚPITER SATURNO EN LOS ELEMENTOS

signo de Agua, para posteriormente regresar al elemento Aire en 1385 en Géminis, y en el año 1405 en Acuario. Posteriormente se establecería definitivamente en Agua en el año 1425 en Escorpio, conjunción, la de este año, que se caracterizó por otro detalle, ya que hay años en los que no existe una sola conjunción, sino tres, esto debido a la retrogradación de ambos planetas durante el periodo cercano a la primera conjunción.

El periodo de cambio del elemento Aire al elemento Agua en esta época abarcó ochenta años, o sea cuatro conjunciones y resulta también muy interesante en cuanto a los eventos que se dieron. En esta época entre otras cosas destaca el hecho de que los Mongoles fueron expulsados de China, también fue la época del último gran conquistador nómada del Asia central, Tamerlán. En este periodo Beijing se convierte en capital del imperio Chino, y fue también la época de Enrique el Navegante. Pero hay dos claves importantes para entender los cambios de este tiempo, el primero es que se empieza a desarrollar una nueva embarcación que daría origen a la carabela, por los portugueses, navío que más adelante permitiría los viajes transatlánticos. También en estos años inicia el siglo XV llamado "el siglo de las innovaciones". Nuevamente vemos como pequeños cambios, que tal vez en su momento no parecen importantes van dando un nuevo giro a la

historia. A partir del desarrollo de la carabela se inicia una era de exploraciones que llevará, hacia la mitad del ciclo de la conjunción por los signos de Agua, al encuentro de dos continentes y al predominio de las grandes potencias marítimas europeas.

Astrológicamente la entrada de la conjunción al elemento Agua marca el inicio de una época en que sería precisamente a través de los océanos que se lograrían nuevas rutas de comercio, y se descubrirían nuevas tierras hasta entonces desconocidas para los habitantes de buena parte del planeta, evento que daría origen a lo que hoy conocemos como globalización.

### El cambio del Agua al Fuego

El cambio entre estos dos elementos comenzó en el año 1583, en el que fue la última conjunción en Agua del periodo, en el signo de Piscis, pasando después al Fuego durante dos conjunciones, la de 1603 en Sagitario y la de 1623 en Leo, para después regresar al Agua en 1643 en Piscis y establecerse ya definitivamente en el elemento Fuego en 1663 en Sagitario.

Esta época resulta muy dinámica con respecto a los cambios que se dieron, es durante este periodo que Miguel de Cervantes publicó el Quijote, es también cuando llegó a Norteamérica el Mayflower y se estableció la primer colonia permanente en lo que hoy es Estados Unidos, se concluyó la basílica de San Pedro en Roma, también es la época de Kepler, y un joven Newton comenzaba a destacar. Pero existen algunos eventos muy importantes y no porque los anteriores no lo sean, sino porque marcaron de manera clara el inicio de un nuevo paradigma. Tal vez el más importante fue la publicación en Francés de un breve tratado llamado "El Discurso del Método", escrito por el filósofo René Descartes, y es que hasta ese momento cualquier escrito de esa índole se redactaba en latín que era la lengua culta de la época. En este trabajo se sientan las bases del método llamado cartesiano para llegar al conocimiento, y así Descartes junto con otros filósofos van estableciendo las reglas de lo que conocemos actualmente como el método científico. También se fundó la "Real Sociedad de Londres para el avance de la ciencia natural", una de las primeras sociedades científicas europeas, y comenzó un nuevo paradigma, la ciencia empezó a entender mejor a la naturaleza y se inició el desarrollo de nuevas tecnologías que desembocarían en las revoluciones industriales características de la siguiente mutación de elemento.

La influencia del elemento Fuego en este periodo se observa en el hecho de haber comenzado en el signo de Sagitario, el cual otorga nuevas visiones para el desarrollo de las posibilidades humanas, se amplían los horizontes, y la posibilidad de conocer y dominar a la naturaleza se convierte en una realidad. Así el paso de la conjunción por el elemento Fuego durante los siguientes años marcaría el avance de la ciencia y la tecnología con base en el método científico.

### El cambio del Fuego a la Tierra

Con esta mutación de elemento se cierra el ciclo iniciado entre los siglos XII y XIII al regresar la conjunción al elemento Tierra. Este comenzó en el año 1782 cuando la conjunción terminó su paso por el elemento Fuego en Sagitario, pasando a la Tierra en 1802 en Virgo, aunque



después regresó al elemento Fuego en Aries en 1821, y no es sino hasta 1842 cuando se establece nuevamente el ciclo en el elemento Tierra, comenzando en el signo de Capricornio.

Durante este periodo se dio la revolución agrícola en Europa, principalmente en Inglaterra, esta provocó que se liberara mucha mano de obra que emigró a las ciudades, lo que dio por consecuencia la primer revolución industrial unos años después. También este es el periodo de la revolución francesa, y posteriormente de Napoleón, es el tiempo de la ilustración, Lavoisier con sus descubrimientos inicia la química moderna, aparece la primera vacuna de la era actual, es también la época de Pasteur y Koch, Dalton desarrolla su teoría atómica, y se dan las luchas de independencia en América Latina.

Vemos así que de nueva cuenta la influencia de la conjunción en el elemento Tierra marca un periodo de cambios, ahora se trata de producir más en el campo, de independizarse para que el territorio se convierta en una nueva nación, o de conquistar territorio para gloria personal y de la patria. Por otro lado vemos que se empieza a conocer mejor la naturaleza de la materia y la existencia de la vida microscópica, lo que nos daría una mejor comprensión de nuestro entorno físico.

#### **El nuevo cambio de la Tierra al Aire**

Con esto llegamos a nuestros días, en los que nos ha tocado vivir un periodo de transición entre los elementos Tierra y Aire. Este cambio inició en 1961 con la última conjunción del ciclo en Tierra bajo el signo de Capricornio, y continuó con la primera del ciclo en el elemento Aire en Libra en 1981, para después regresar a la Tierra en el año 2000 en Tauro y establecerse de manera definitiva para el siguiente periodo en Aire el día 21 de Diciembre de 2020 a cero grados de Acuario.

Así que veamos que eventos marcan este periodo de transición, solo que ahora los veremos de acuerdo con cada una de las conjunciones a partir de la de 1961, la cual se dio a 25° de Capricornio el 18 de febrero de aquel año. Bajo esta influencia se dan algunos eventos como la aprobación de la píldora anticonceptiva, se inicia la revolución sexual de los sesentas, también la construcción del muro de Berlín y comienza el concilio Vaticano II. Además el presidente Kennedy hace el anuncio de que los Estados Unidos se comprometían a llegar a la Luna antes de terminar la década.

Astrológicamente el hecho de que la conjunción se diera en Capricornio marcó el surgimiento de limitaciones, tales como el muro de Berlín, o la limitación de la ovulación para evitar un embarazo, pero también marca eventos de cambio, al impulsar Júpiter una nueva propuesta que vendría a transformar las rígidas estructuras del pasado regidas por Saturno, así el concilio Vaticano II cambiaría viejas tradiciones en la iglesia católica, los Estados Unidos buscaban salir por primera vez de la limitación terrestre con una nave tripulada y se iniciaba la revolución sexual para dejar atrás actitudes limitantes y anacrónicas respecto a la manera de vivir la sexualidad.

La segunda conjunción de este periodo de transición se dio en el año 1981 con una triple conjunción en Libra ya entrando al elemento Aire, las fechas fueron; 1 de Enero a 9°, 6 de Marzo a 8° y 25 de Julio a 5°, todas en el primer decanato del signo de Libra regido por Venus (tanto el signo como el decanato). Durante esta influencia surgieron los gobiernos de Reagan en Estados Unidos y de Thatcher en Inglaterra, se publicó un artículo que mencionaba que algunos hombres homosexuales presentaban una disminución importante en su sistema inmunológico, lo que más adelante se definiría como la pandemia del SIDA, inició el boom de los videojuegos y comenzaron a surgir nuevas potencias económicas en oriente.

En este caso el hecho de que la conjunción se diera en el signo de Libra muestra los cambios políticos que fueron impulsados por los Estados Unidos e Inglaterra, y que de alguna manera influenciaron nuevas tendencias de tipo neoliberal en la economía, además surgió una nueva enfermedad venérea, misma que está en íntima relación con Venus, regente del signo y del decanato, y en general el balance económico mundial comenzó a cambiar.

La tercera conjunción se dio el 28 de Mayo del año 2000 a 22° de Tauro, regresando al elemento Tierra, por cierto ese año unos días antes de la conjunción exacta y a principios de Mayo, se dio una conjunción de los siete planetas de la astrología antigua en este signo, un poco antes de la luna nueva, lo que marcó una fuerte desaceleración de la economía mundial durante la segunda mitad del año. Este periodo se caracterizó por eventos como la llegada al poder de George W. Bush, el anuncio de la secuenciación del genoma humano, y en el 2001 el ataque terrorista a las torres gemelas en Nueva York, así como el inicio de la guerra de Afganistán.

En este caso es interesante analizar la carta de la conjunción en Tauro, ya que el disporitor de la conjunción era Venus que estaba en conjunción con el Sol en Géminis, ambos opuestos a Plutón en Sagitario, viendo así que el fundamentalismo religioso de Plutón en Sagitario se enfrentaba a una potencia mundial representada por el Sol, y que Venus regente de los valores y el dinero mostraba tensión debido a la oposición. Esto provocaría que cuando Saturno transitado hiciera la oposición con Plutón poco más de un año después, y estando sobre la conjunción Sol-Venus, se llevara a cabo el atentado contra

*Acerca del autor: Docente investigador de la U. Autónoma de Zacatecas, 40 años como consultor y profesor de Astrología. Reside en Zacatecas, Mex.*

las torres gemelas el 11 de Septiembre de 2001.

Así llegamos al término del periodo de transición entre el elemento Tierra y el elemento Aire con la conjunción del 21 de Diciembre del año 2020 a 0° de Acuario, y de lo poco que podemos decir hasta este momento es que precisamente el año 2020 tuvo como sello distintivo el surgimiento de una pandemia mundial debida al virus nombrado SARS-CoV-2 y que provoca la enfermedad COVID-19. Recordemos que estas conjunciones de Júpiter y Saturno ya las habíamos relacionado con pandemias en el pasado, específicamente con la peste negra en Europa cuando la conjunción cambiaba del elemento Aire al de Agua, y con el SIDA durante su paso por Libra en el presente cambio entre la Tierra y el Aire. Además sabemos ya que el cambio climático se encuentra cercano a un punto crítico, lo que pone en riesgo la continuidad de la vida tal como la conocemos, lo que se muestra entre otras cosas por un invierno especialmente extremo a fines del 2020 e inicios del 2021, temas que resultan de importancia para entender el cambio de elemento de la conjunción.

Veamos para finalizar, un panorama general de este periodo de transición, durante el cual uno de los cambios más importantes es el hecho de que todavía hacia la década de los setentas la idea de trabajo se relacionaba con productividad, tiempo y

esfuerzo, temas relacionados con el elemento Tierra, pero vemos que a partir de la conjunción de 1981 en el elemento Aire, las cosas comenzaron a cambiar, y que al llegar al siglo XXI el concepto de trabajo tiene más que ver con manipular, es decir se cambia del hecho de hacer, relacionado con la Tierra, al hecho de manipular, relacionado con el Aire, ahora los trabajos mejor remunerados tienen que ver con la manipulación de datos o de información, y no con la producción de objetos tangibles. Además, los efectos de la pandemia durante el pasado 2020 nos dejan nuevas formas de trabajo, mucho más aéreas que tangibles o presenciales. El dinero de los sesentas y setentas que era físico, ha dado paso al dinero electrónico. A fines de los cincuentas del siglo pasado comenzaron a tener aceptación las tarjetas de crédito y su auge coincide con la conjunción del 61 en Capricornio, así a lo largo del tiempo de esta transición hemos visto que el uso de las tarjetas se ha generalizado y que ahora surgen además las criptomonedas, nuevos paradigmas en la economía y todo esto relacionado con el nuevo ciclo de Aire. Otro de los conceptos que se ha desarrollado durante este periodo ha sido la red mundial, misma que comenzó como una idea a principios de los años sesenta y que para principios de los ochenta ya funcionaba entre algunas universidades, en coincidencia con dos de las conjunciones.

Debido a todo esto, vemos que este nuevo cambio de paradigma se centra en algunos ejes fundamentales, siendo el primero el cambio de tecnologías para establecer una sociedad sustentable, ralentizar el cambio climático y permitir un crecimiento de la población que nos permita la sobrevivencia como especie. El segundo tiene que ver con una nueva sociedad basada más en el ocio que en el trabajo, tema que sin duda será impulsado por la robotización de la producción y el desarrollo de la inteligencia artificial, ahora ya nos hemos acostumbrado a interactuar con las máquinas, y estas nos ofrecen nuevos horizontes de pensamiento y desarrollo de las capacidades humanas. Por último pero no menos importante, la necesidad del desarrollo de una nueva visión de lo humano que deje atrás la sociedad de consumo, ahora que disponemos de más tiempo y energía debemos empezar a buscar cual será nuestro lugar en el proceso evolutivo, cuáles serán las nuevas metas que nos fijaremos como humanidad, deberemos optar entre el espacio exterior y el espacio interior, en fin temas para reflexionar, sobre todo por parte de las nuevas generaciones ya que esta conjunción en Acuario nos presenta la necesidad de una nueva revolución, una revolución de la consciencia.

#### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Academy, Khan, (2021) en <https://es.khanacademy.org/science/>  
Breve Historia del Internet, (2021) en <https://www.internetsociety.org/es/internet/history-internet/brief-history-internet/>  
Enciclopedia de Historia, (2021) en <https://enciclopediadehistoria.com/>  
Geographic, National (2013), Historia. The National Geographic Society  
Lehman, Lee (2020), Generational Shifts and the Jupiter-Saturn Mutation. The Astrological Journal en [https://www.astro.com/astrology/aa\\_article201102\\_e.htm](https://www.astro.com/astrology/aa_article201102_e.htm) / Naranja, En (2021) en <https://www.ennaranja.com/>  
Wikipedia, (2021) en <https://es.wikipedia.org/wiki/>

# POESÍA



## SONETO AL AÑO NUEVO CÓSMICO

Edgardo Córdova López

*En el denso bosque los destellos  
sorprenden al caer la noche bella.  
Reencuentra en marzo la infalible estrella  
al sol que retorna al punto cero.*

*La trama vuelve, imperecedera  
un nuevo año que surgió del cosmos.  
para el flanco boreal, la primavera  
para el lado austral, oscuro otoño*

*Llega así la vibración celeste  
imantando al planeta con su aura,  
todo comienza por el este*

*Un cálido clima con fervor embarga,  
un dios ignoto con piedad protege,  
un sol brillante el amor derrama*

*Acerca del autor: Académico del I.T. de Puebla y de la BUAP, Maestro en Ciencias por la UDLAP. Doctor en Innovación Sistemática Empresarial por el Institut National Polytechnique de Toulouse, France. Email: [ecordoval@gmail.com](mailto:ecordoval@gmail.com)*