

COPLANET

NO. 18 SEGUNDA ÉPOCA

REVISTA PARA EL DESARROLLO HUMANO

SOLSTICIO

VERANO BOREAL
INVIERNO AUSTRAL

(22 DE JUNIO DE 2024)

0° DEL CANGREJO DEL AÑO LXXVII DE LA N.E.

ÍNDICE

COPLANET

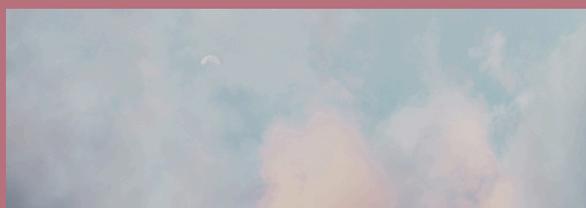
Editorial	3
Física cuántica: la ciencia de lo posible	4
El universo como un ser pensante	13
Indagaciones sobre la existencia del alma en los animales	18
Desintoxicación del intestino grueso	24
¡Por amor a la vida! Biodanza®	31
La ira, una granada sin espoleta	35
Terapia a través del tarot	38
Cuento: El condominio de los dioses	40
Cuento: Pintando a mamá	45
Poema: Recuerdos	46

No. 18 SEGUNDA ÉPOCA

0° del Cangrejo del año LXXVII de la N.E.
(22 de junio de 2024)

SOLSTICIO

VERANO Boreal / INVIERNO Austral



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

H. Consejo Mundial (HCOMUN)

Departamento Editorial Coplanet

Presidencia:

Andrea Cossani (Sudamérica Austral)

Andrea Cortés M. (Sudamérica Ecuatorial)

Carolina Jiménez (Centroamérica)

Sotero Herrera L. (Norteamérica Norte)

Edgardo Córdova L. (Norteamérica Centro)

Miguel Ángel Mora (Norteamérica Sur)

Roger Fontaine (Europa)

Promoción, Revisión y Corrección de estilo: Zulay Toro (Venezuela)

Revisión y edición: Jesús Hernández C. (España) y Edgardo Córdova L. (México)

Diseño y Formación: Yazmín Lesage. (México)

Derechos Reservados

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

Departamento Editorial COPLANET



EDITORIAL

Estamos cruzando por momentos complejos, de pesimismo, de escepticismo, de contrariedades, de desconfianza, de problemas diversos (en lo económico, en lo tecnológico, en lo climático, en lo ecológico, en lo antropológico, etc.) Algunos presagian desgracias mayores, otros tratan de explicarlo por los malos aspectos planetarios. Los más optimistas ven que estamos por llegar al punto de inflexión que permitirá un cambio hacia una vida más agradable, bella y justa. La verdad es que urge un cambio en la manera de pensar y de actuar. Un nuevo estado de consciencia es necesario. La mayoría de los países más influyentes están aferrados a mantener la hegemonía y optan por la violencia, la guerra, la mentira y la manipulación. Esto crea un clima de preocupación, de ansiedad y de estrés. Poco son aquellos que han propuesto soluciones fiables y efectivas. La mayoría se han dejado llevar por la ambición, la fuerza, la violencia y la soberbia. Principales ingredientes de las guerras.

Los países más espirituales, carecen de influencias en la población mundial. Los más influyentes carecen de la más modesta espiritualidad. Obviamente no nos referimos a la población de esos países, sino a sus líderes, a los políticos, a quienes tienen la posibilidad de tener un control real en la prensa, en las acciones militares, en las sociedades.

Es importante y urgente adoptar un control de sí mismos, una autodisciplina que permita una reflexión sobre el contexto mundial y actuar en consecuencia. Menos del 0.01% de la población mundial tiene el hábito de la meditación, de una dieta responsable, saludable, con consciencia ecológica y, sobre todo, ética. Y aquellos que se deciden a actuar desde un nicho de poder, de acuerdo con una consciencia ética son de inmediato relegados, juzgados por locos y en el peor de los casos, acusados de corruptos y encarcelados. La idea es mantener el 'statu quo' que conviene a las élites del poder económico, sin importar consecuencias adversas para el planeta y por ende para el ser humano.

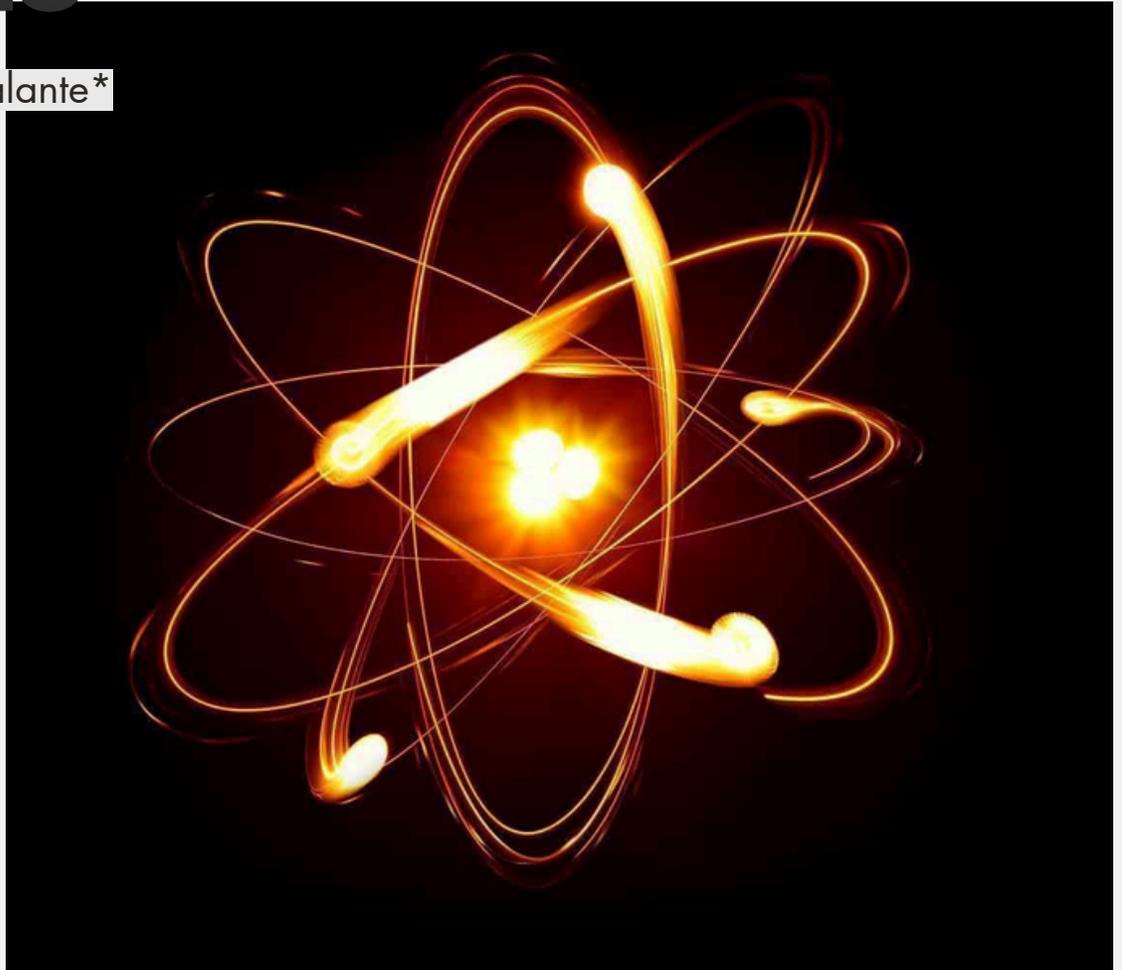
Urge emprender una autodisciplina que opere como catalizador para el crecimiento de la consciencia. Nuestros Maestros recomiendan la práctica sistemática del Yoga, de la meditación y de una dieta saludable, con estas tres elementales acciones se puede asegurar una sociedad más saludable, un mundo sin guerras y una familia feliz.

PAX!

Atte. Comité Editorial de la Revista Coplanet del HCOMUN y a nombre de la Red cultural para la Fraternidad Humana RedGFU.

Física cuántica: la ciencia de lo posible

Manuel Andrés Escalante*

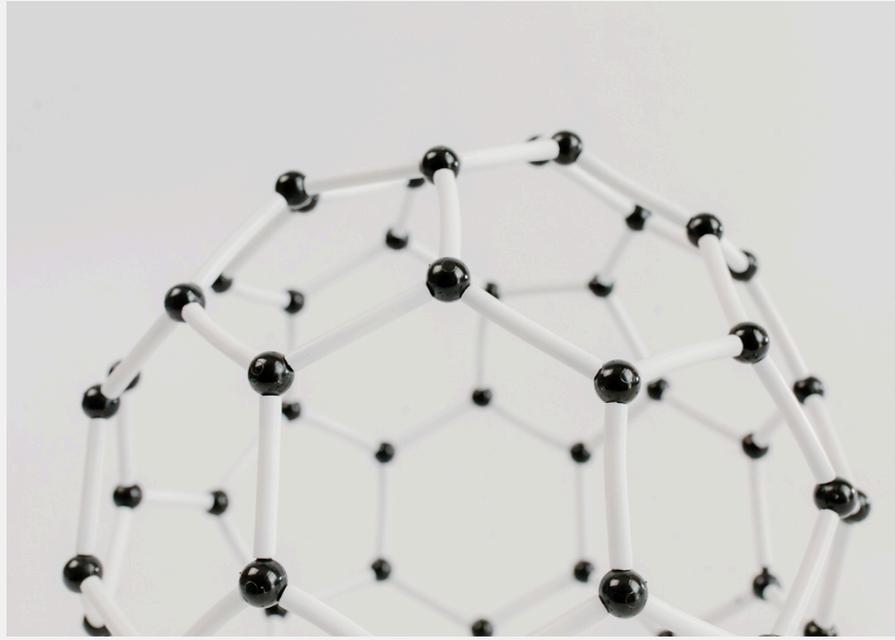
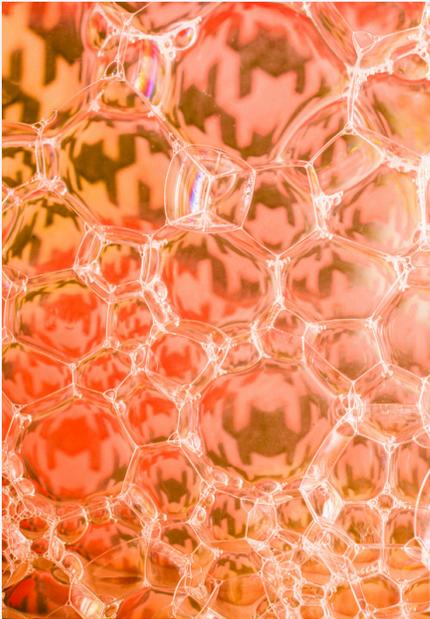


Desde los albores del pensamiento, el hombre ha estado fascinado por los misterios de la materia y la energía, y como éstas se comportan e interactúan en función del espacio y el tiempo. El porqué del día y la noche, el origen de las mareas, la comprensión del movimiento, la naturaleza del sonido y de la luz, entre muchas otras interrogantes, dieron lugar al desarrollo de la física como ciencia natural que, precisamente, estudia estos elementos y fenómenos utilizando un lenguaje matemático.

"No se puede resolver un problema pensando de la misma manera en que lo creamos"

Albert Einstein

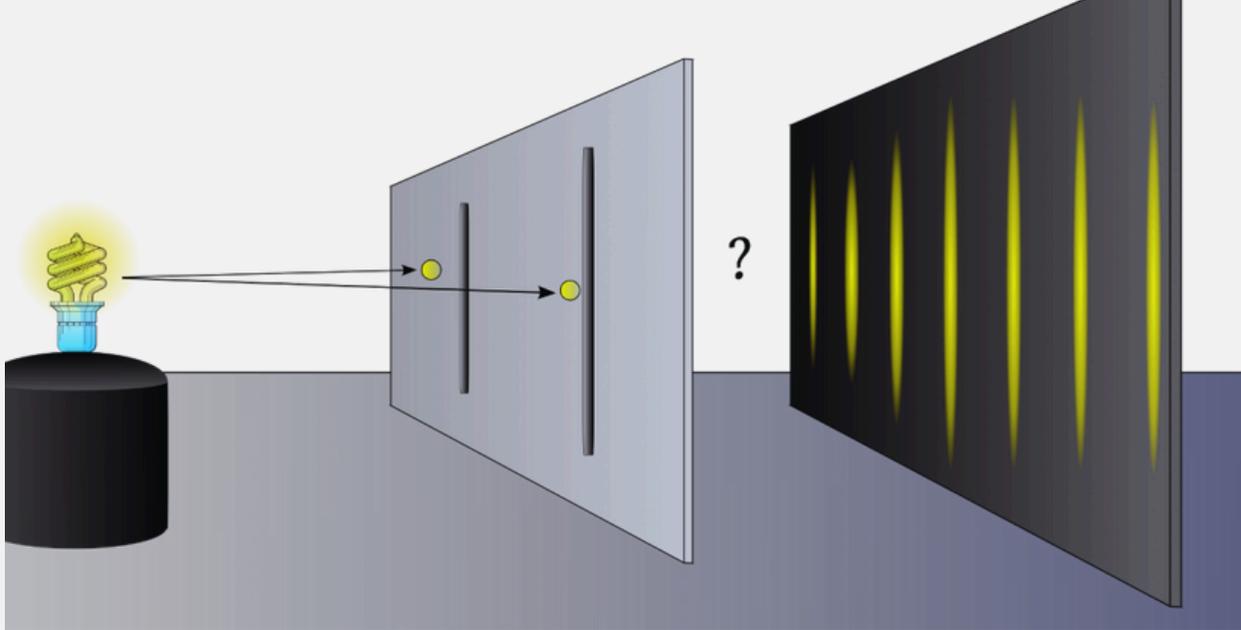
Se trata de la llamada física clásica, que nos ha permitido comprender el mundo en macro, aquello que observamos de manera evidente y directa.



Los orígenes de la física clásica se remontan quizá a la antigua Grecia, pues muchos reconocen a Tales de Mileto como el primer físico. Vendrían, mucho después, los aportes del Padre de la Física, el italiano Galileo Galilei, quien en 1604 estableció la primera ley del movimiento. Luego, los hallazgos del prominente físico y teólogo inglés Isaac Newton, quien promulgó la ley de gravedad y la ley de gravitación universal, demostrando que las leyes naturales que gobiernan el movimiento en la Tierra y las que rigen a los cuerpos celestes son las mismas. Finalmente, los revolucionarios enunciados de Albert Einstein, genio universal de origen alemán, con su teoría de la relatividad especial publicada en 1905, la de relatividad general publicada en 1915 y la explicación del efecto fotoeléctrico en 1921, por el cual demostró que la luz está compuesta por partículas llamadas fotones, mismo que le mereció el Premio Nobel, para solo mencionar algunos de los hitos más determinantes de este campo de la ciencia

Ocurre, sin embargo, que el llamado mundo macro se compone, acaso en última instancia, de átomos a su vez comprensivos de los protones -con carga eléctrica positiva- y los neutrones con los que integran su núcleo, y de los electrones, de carga negativa, que vibran en nubes orbitantes a su alrededor.

Adentrémonos, entonces, en los maravillosos descubrimientos de la ciencia y cómo éstos expanden nuestra comprensión del universo a partir de sus manifestaciones más diminutas, y que le son sustanciales.



Surgimiento de la física cuántica

La física cuántica estudia los sistemas físicos a escala atómica y subatómica, donde las leyes aplicables difieren significativamente de aquellas aplicadas a nivel macro por la física clásica. Su nombre se deriva de los descubrimientos de su precursor, el físico alemán Max Planck, quien a finales de 1900 determinó que la energía emitida o absorbida por la materia no fluye de manera continua, sino en ondas de diferente frecuencia, en pequeños paquetes que denominó "cuantos", que en el caso de la luz se llaman fotones.

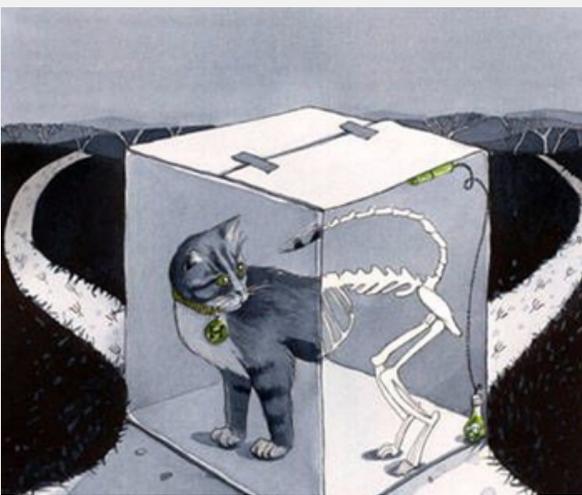
Demos una breve mirada a los postulados más sobresalientes de la física cuántica, sin apelar a fórmulas o algoritmos en aras de hacer este recorrido lo más comprensible y ameno posible:

"Todo lo que llamamos real está hecho de cosas que no pueden considerarse reales"
Niels Bohr

Dualidad Onda-Partícula: Uno de los fundamentos de la física o mecánica cuántica es la dualidad onda-partícula de la luz, que consiste en que las partículas de luz, los fotones, pueden comportarse ya sea precisamente como partículas o como ondas, tal como lo demuestra el "experimento de la doble rendija", conducido originalmente por el físico inglés Thomas Young en 1801, mucho antes de los descubrimientos de Planck.

Al lanzar electrones, que por definición son minúsculas partículas de materia, a través de dos rendijas de una lámina hacia una pantalla de control al fondo, en lugar de formarse un patrón de impacto en la pantalla en forma de dos franjas similares a las rendijas, se observa múltiples franjas paralelas, indicativas de una trayectoria ondulatoria de las partículas, que evidencia un esquema de interferencia característico de las ondas, pues en su expansión éstas chocan entre sí.

Lo más sorprendente es que, si se repite el experimento lanzando los electrones uno por uno para descartar que el choque entre ellos pudiese ser el causante del patrón de interferencia que resulta en varias franjas en la pantalla, igualmente aparecerán múltiples franjas en ella, lo que demuestra que cada electrón habría pasado por ambas rendijas a la vez en forma de ondas, para finalmente impactar la pantalla como partículas.



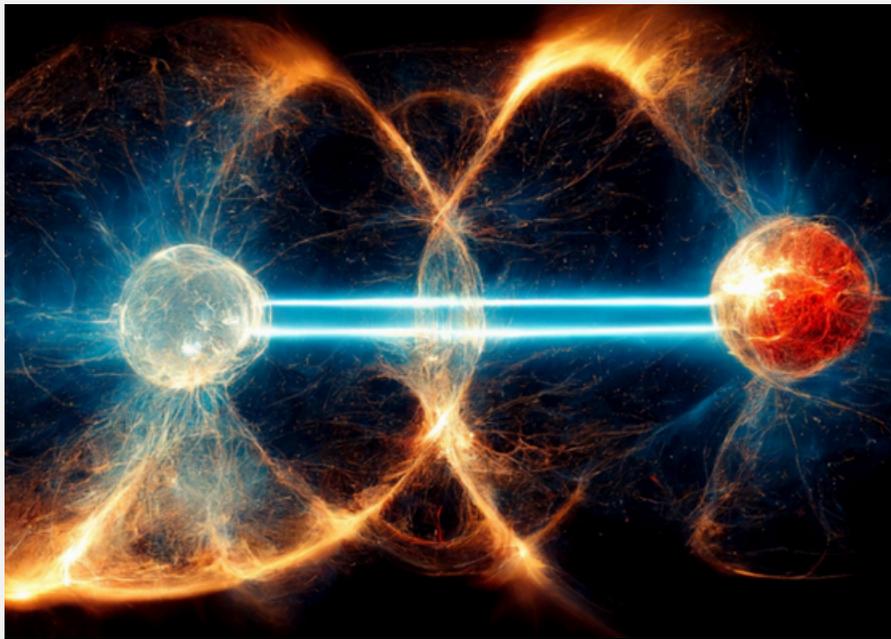
Sin embargo, si se realiza una observación mediante un detector electrónico para determinar por cuál de las dos rendijas pasó cada partícula, el patrón de impacto en la pantalla de fondo será el correspondiente a partículas en sí, es decir, se configurará en forma similar a la de las rendijas, sin comportarse como ondas.

Esto comprueba, por una parte, que la medición por sí sola afecta el comportamiento de los fotones limitándolo al de meras partículas. Por otra parte, demuestra que el fotón tiene las propiedades duales de partícula y de onda, es decir, finalmente se confirma que materia y energía son estados vibratorios diferentes de una misma esencia.

Superposición Cuántica: Es un fenómeno que consiste en que las partículas, el electrón, por ejemplo, pueden existir en varias posiciones o estados a la vez, hasta que se miden y como resultado de la medición la función de onda cuántica cesa y la partícula adopta un estado específico.

“El gato de Schrödinger” es un paradójico experimento mental ideado por el físico austriaco-irlandés Erwin Schrödinger en 1935. En él, un hipotético gato es colocado dentro de una caja sellada junto a un recipiente de cristal con veneno y un dispositivo con una partícula radiactiva, que al detectar radiación rompería el recipiente liberando el veneno que matará al gato.

Si no ocurre la detección de radiación, el recipiente no se romperá y el gato seguirá con vida. Según la teoría cuántica, el gato se encuentra en un estado superpuesto vivo y muerto al mismo tiempo, dado que la partícula también se halla en un estado de superposición, pues las partículas pueden estar en diferentes estados a la vez hasta que son observadas, provisto que la observación por sí sola modifica al mundo cuántico. Esta noción desafía nuestras interpretaciones sobre la naturaleza de la realidad subatómica, condicionado como está nuestro pensamiento por la física clásica que se aplica a las cosas en macro.

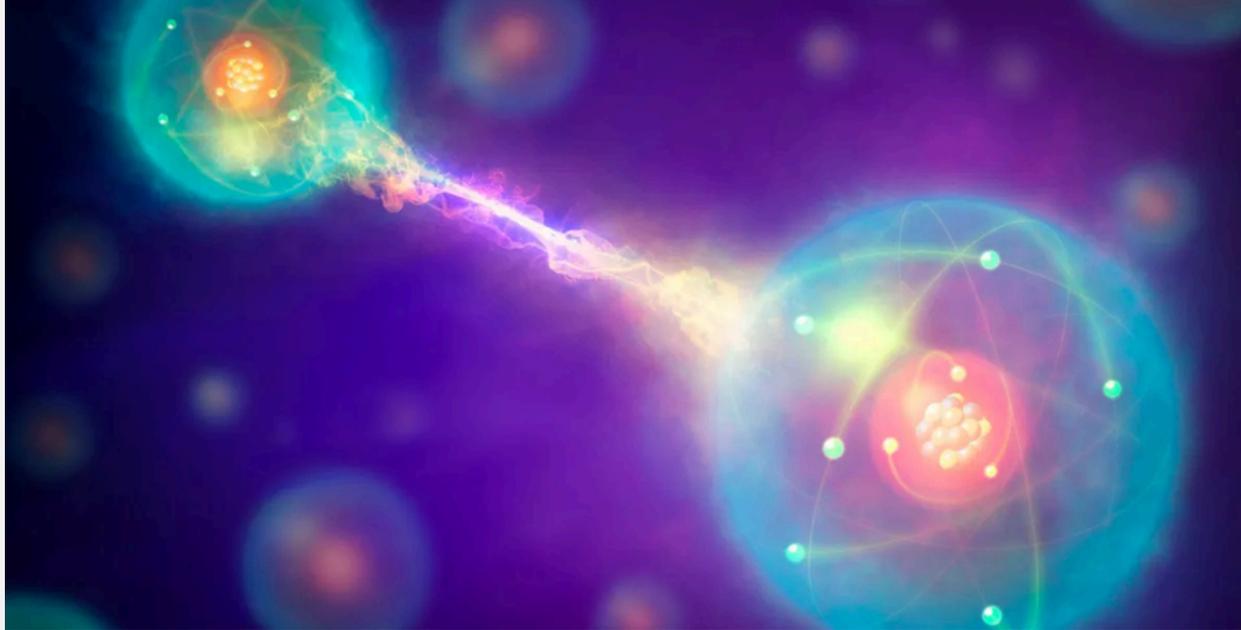


Un interesantísimo desprendimiento de la superposición cuántica, aunque carece de evidencias hasta el momento y se mantiene en el plano especulativo, es que por cada decisión o evento podrían surgir ramificaciones de la "realidad" que eventualmente se desarrollarían en infinitos universos paralelos, cada uno con sus propias condiciones.

Entrelazamiento Cuántico: Es la conexión entre dos o más partículas que comparten un campo cuántico aunque se les separe distancias de años luz entre sí, de manera que la medición de una propiedad física en una de ellas determinará lo observable en la otra, sin que existan señales físicas de comunicación. Esta propiedad ha sido demostrada experimentalmente de manera fehaciente.

Para entender mejor el entrelazamiento cuántico, utilicemos un ejemplo imaginativo y digamos que tenemos dos manzanas cuánticamente entrelazadas, ubicadas una al alcance de la mano y la otra en una remota galaxia: si mordiéramos la manzana a nuestro alcance, ambas manzanas mostrarían un idéntico bocado faltante al mismo tiempo.

Básicamente, ésta fue la conclusión del experimento conducido por los físicos Einstein, Podolsky y Rosen, llamado "EPR" por las iniciales de sus apellidos. El test consistió en intentar medir la velocidad y posición de una partícula sin observarla directamente para evitar el "efecto observador" que modificaría el estado de la misma, utilizando una partícula idéntica desprendida de ésta y disparadas en sentidos opuestos, pretendiendo determinar la posición de la segunda observando la primera, y la velocidad de la primera observando la segunda, pues el resultado en una sería igual al de la otra por tratarse de partículas gemelas o entrelazadas. .



El resultado no fue el que se esperaba, pues al observar una de las dos partículas se modificó igual y simultáneamente el de la otra, como si el espacio entre ambas no existiera, haciendo patente el fenómeno de entrelazamiento cuántico, confirmado posteriormente en numerosos experimentos hasta nuestros días. Cabe aclarar que el entrelazamiento no se refiere a un “viaje” de información a velocidad superior a la de la luz, misma que sería necesaria para una comunicación inmediata como la observada, sino al hecho que ambas partículas, llámense fotones, por ejemplo, forman parte de un mismo sistema fuera del esquema espacio-temporal.

Aunque los conocimientos y tecnología actuales no permiten que enviemos información mediante entrelazamiento cuántico, las posibilidades que este fenómeno sugiere son inconmensurables. Se ha relacionado el entrelazamiento cuántico con la conexión telepática atribuida a los hermanos gemelos, pero el caso es que no hay evidencia científica al respecto y, más aun, tal conexión entre gemelos tampoco ha sido demostrada. No obstante, una analogía entre el entrelazamiento cuántico y el pensamiento sincrónico propuesto por Jung resulta, cuanto menos, sugerente

Principio de Incertidumbre de Heisenberg:

Este principio, propuesto por el físico teórico alemán Werner Heisenberg en 1925, explica la imposibilidad de determinar con precisión y al mismo tiempo la posición y el momento lineal, definido como cantidad de movimiento de una partícula. A mayor certidumbre sobre la posición de una partícula, mayor incertidumbre sobre su momento lineal, y viceversa. Como ya hemos visto, a nivel cuántico la observación por sí sola modifica la realidad.

Así, la física cuántica, a diferencia de la física clásica, se caracteriza por no ser determinista, sino probabilística, como resultado de la naturaleza dual onda-partícula y del principio de incertidumbre.

Tengamos siempre presente que no hay dos mundos, uno clásico y otro cuántico: todo el universo es cuántico, solo que en su manifestación macro lo comprendemos bajo la física clásica, mientras que a escala atómica y subatómica solo aplica la física cuántica.

La Física Cuántica al Servicio del Ser Humano

Aunque la complejidad teórica y la naturaleza contra intuitiva inherentes a la física cuántica nos sugiera que su aplicación práctica en la vida cotidiana del hombre es una cuestión futurista, más cercana a la ciencia ficción que a la realidad, la verdad es que desde hace décadas disfrutamos de desarrollos tecnológicos basados en la mecánica cuántica que se encuentran plenamente incorporados a nuestra vida diaria, al punto que una parte importante y creciente de nuestra economía está vinculada a ella.



Basta con pensar en los rayos láser utilizados por los lectores de DVD, las células fotoeléctricas para control automático de apertura y cierre de puertas, los transistores de los computadores, la televisión digital, el horno microondas, los rayos X y la resonancia magnética, los teléfonos celulares, los satélites artificiales y un largo etcétera, para entender el enorme alcance utilitario de esta ciencia en casi todos los aspectos de nuestra vida diaria.

Ya se está desarrollando computadores cuánticos que más temprano que tarde producirán un cambio exponencial en la capacidad de cálculo.

Más allá, se abren posibilidades que desafían la imaginación, como podrían llegar a ser la teleportación cuántica y la telepatía... ¡y quizá mucho más!

"El universo ya no es como una gran maquinaria en la que todo está determinado. La física cuántica envuelve al observador en lo que está observando, el determinismo desaparece y da una visión completamente diferente del mundo que nos rodea."

Sonia Fernández-Vidal

Energía Cuántica, Mente y Espiritualidad



Las principales religiones comparten, por lo general, ciertas premisas como la existencia de un Dios omnipotente, omnipresente y omnisciente, así como la hermandad entre los seres humanos, quienes debemos obediencia a las leyes divinas expresadas en los llamados textos sagrados. Una suposición razonable sería que para ser todo poderoso, estar en todas partes y saberlo todo, hay que ser todas las cosas.

La física cuántica acerca la ciencia a la comprensión de los misterios de la religión y del mundo espiritual de manera sobrecogedora. Si todo está conformado por átomos, y éstos contienen partículas de luz o fotones de doble naturaleza onda-partícula, somos, en efecto, seres hechos de luz. Somos materia y energía: materia que nos da estructura, y energía que nos proporciona la capacidad para el cambio.

La superposición de las partículas cuánticas, por la cual pueden estar en diferentes estados y lugares a la vez, así como el entrelazamiento que se condice con un plano o sistema compartido independiente del efecto espacio-tiempo, nos hablan a gritos de la unidad del todo. Esa unidad que está plasmada en el "ser uno con el padre" del cristianismo, la unión del alma individual o "jivatma" con el alma universal o "paramatma" de los yoguis, la ilusión del yo y el nirvana de los budistas. Dios es todo, por ende todo es parte de Dios: "Om Tat Sat", lo infinito es uno.





La perenne búsqueda de superación espiritual y de proximidad con la divinidad se ha canalizado mediante antiguas disciplinas que, bajo el faro del conocimiento cuántico, adquieren mayor significación. Si a nivel cuántico la sola observación modifica la realidad, ¿cuánto poder tendrá el pensamiento y la meditación, la oración y el mantra, la visualización?

El yoga, por ejemplo, ofrece técnicas que, acaso desde lo empírico, propendieron desde tiempos milenarios al manejo de la energía para la expansión de la conciencia y lograr la unidad o “yug” con el todo: el pranayama, para la absorción respiratoria de la energía (iones) del aire o prana; los mantras, vocalización de sonidos o palabras con vibración especial que impulsan la energía interior conectándola con la exterior; los mudras o posicionamiento de las manos, los pies, la cabeza u otras partes del cuerpo para crear circuitos de energía, y las asanas o posturas que estimulan los centros de energía del practicante.

*“Yo, un universo de átomos, un átomo en el universo”
Richard Feynman*

* Acerca del autor:
Reside en Caracas, Venezuela.
Es Administrador Comercial, Posgraduado en Finanzas.
Articulista y Comunicador por Vocación

EL UNIVERSO (O UN LÁPIZ) COMO UN SER PENSANTE

DAVID CEBRIÁN TARRASÓN*

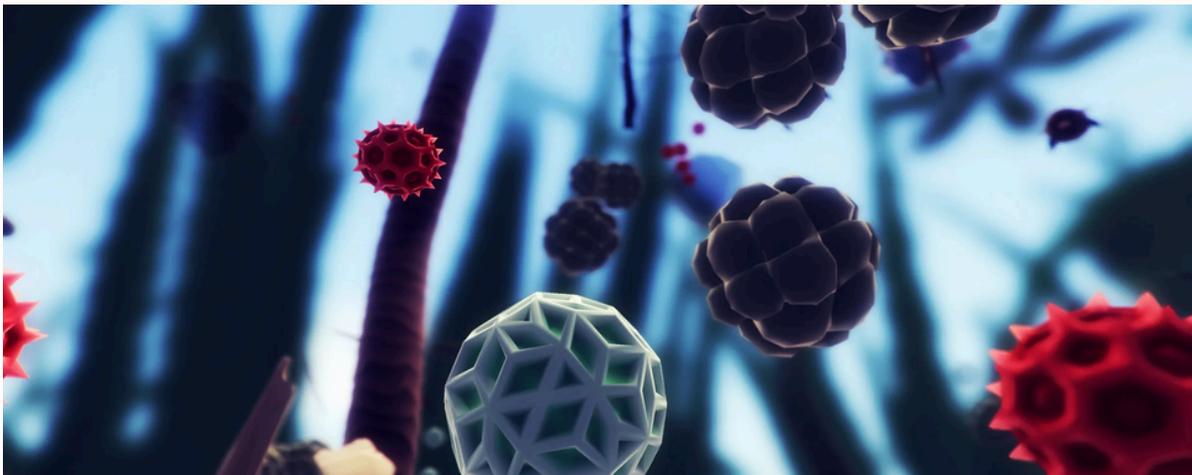
1. Introducción

Hace unos años, casi por casualidad, descubrí un videojuego muy singular. Se llamaba Everything [Todo] (O'Reilly, D. (2017). En dicho juego aparentemente no había que hacer (prácticamente) nada. Comenzaba en un planeta que podrías intuir como la Tierra. No había ningún personaje principal. De hecho, cualquier cosa, viva o inerte, se podía elegir para mover. Y una vez hecho eso, te empezabas a desplazar siendo esa cosa. Y cuando digo cosa, os tengo que especificar. Porque podías ser un animal, un insecto, una planta, una roca, (y hasta ahí normal...) y también, incrementando o disminuyendo la perspectiva, podías ser una bacteria, una molécula, un quark o un planeta, una galaxia, un agujero negro... y lo que se os pueda ocurrir. Lo simpático, además, era que cada elemento al seleccionarlo tenía conciencia y el juego te indicaba qué pensamientos podía tener.

Por ejemplo, una roca se podía sentir frustrada porque nunca podría crecer o tener familia. Y, además, todo ello amenizado con reflexiones aleatorias de Alan Watts (1972).

Después de jugar durante un tiempo, me quedé con la reflexión en la cabeza de que por qué no un lápiz podría tener consciencia o, dicho de otra forma, pensar. Y quién dice si un lápiz en base a lo que os comentaban que ocurría en el juego, podría reflexionar sobre su propia existencia. Lo llamativo es que no soy el único que piensa así. Y no tan solo desde la espiritualidad se ha indagado en este tema sino también desde el mundo científico lo consideran (y evidentemente desde la perspectiva de ficción).

Entre las diferentes referencias que se pueden encontrar al respecto, voy a explorar esta teoría desde diversas perspectivas: técnica, científica, filosófica, artística y esotérica.



2. La visión científica del universo pensante

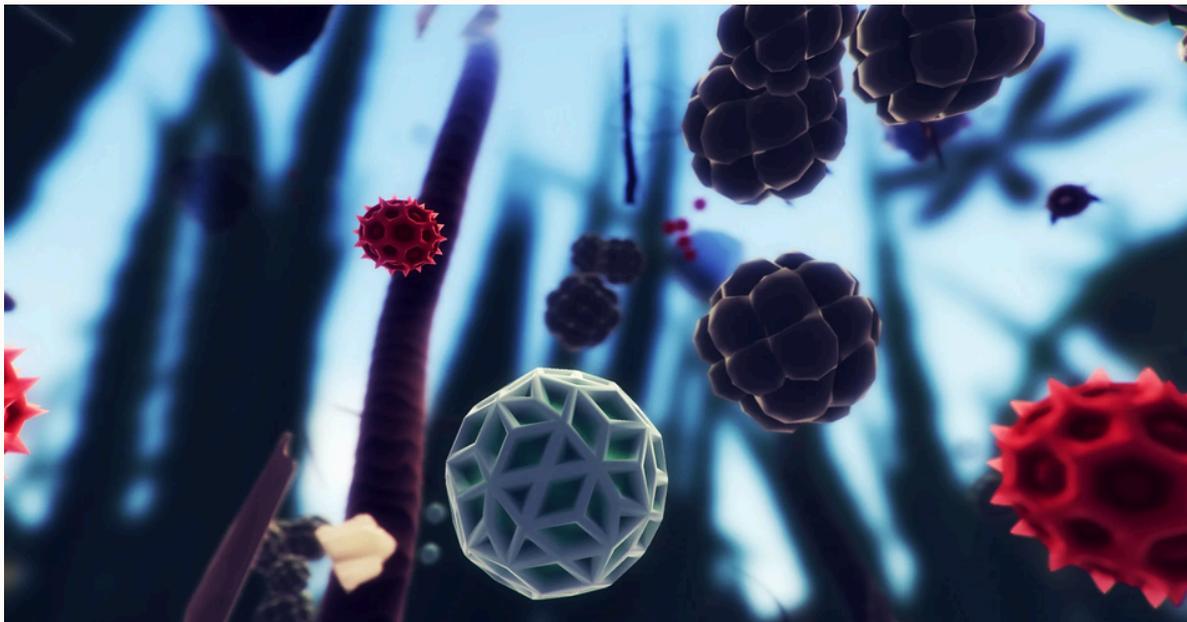
La teoría del universo pensante sugiere que el cosmos funciona como un cerebro, evolucionando y aprendiendo a través de una red interconectada similar a una red neuronal (Simard, 2021; Hossenfelder, 2016). Investigaciones recientes de científicos como Suzanne Simard y Sabine Hossenfelder revelan paralelismos estructurales entre el universo y el cerebro humano. Esta visión desafía la noción tradicional del cosmos, proponiendo un cambio de paradigma profundo en la ciencia y la filosofía. Además, observaciones astronómicas apoyan la existencia de conexiones no locales que podrían facilitar una comunicación rápida a nivel cósmico.



Si el universo es un pensamiento, entonces somos pensamientos dentro de ese vasto pensamiento (Simard, 2021).

Y si, por un momento, nos quedamos con la analogía centrándonos en el ser humano, podemos mencionar también a Rafael Yuste, neurocientífico y uno de los impulsores del proyecto BRAIN. Yuste sostiene que las reacciones cerebrales pueden tener un impacto significativo en el comportamiento humano a gran escala. Según Yuste, los cerebros humanos no solo operan de manera individual, sino que pueden influenciarse mutuamente a través de reacciones en cadena de respuestas emocionales y cognitivas (Yuste, 2017).

Esto significa que los comportamientos agresivos o empáticos pueden propagarse entre individuos, afectando a comunidades enteras y, potencialmente, a la sociedad en su conjunto. Su investigación sugiere que comprender y manipular estas reacciones cerebrales podría tener importantes implicaciones para la salud mental y el bienestar social.



3. Perspectivas filosóficas y esotéricas

El pansiquismo es una corriente filosófica que sostiene que la conciencia es una propiedad fundamental del universo, presente en toda la materia. Esta idea desafía la visión tradicional de que solo los seres vivos poseen conciencia, proponiendo que incluso los objetos inanimados, como un lápiz, podrían tener algún nivel de experiencia consciente. Esta perspectiva ha sido defendida por filósofos como Alfred North Whitehead y David Chalmers, quienes argumentan que la conciencia no surge exclusivamente de la complejidad biológica, sino que es una característica intrínseca del cosmos (Whitehead, 1978; Chalmers, 1996).

Whitehead, en su obra *Proceso y realidad*, sugiere que todos los componentes del universo, desde los átomos hasta las galaxias, participan en una experiencia interna y poseen una forma de subjetividad. Esta visión nos invita a reconsiderar nuestra relación con el entorno, donde cada elemento del universo, por más pequeño o aparentemente insignificante que sea, contribuye a la totalidad consciente del cosmos.

Misticismo y Espiritualidad:

Desde el misticismo y la espiritualidad, la idea de un universo consciente no es nueva. Muchas tradiciones espirituales y religiosas han sostenido durante milenios que el universo está imbuido de un espíritu o conciencia universal. En el hinduismo, por ejemplo, el concepto de Brahman representa la realidad última, un principio cósmico que es la fuente de toda existencia y conciencia. Similarmente, en el taoísmo, el Tao es la fuerza fundamental que fluye a través de todas las cosas, dando vida y conciencia a todo el cosmos (Eliade, 1958; Watts, 1975).

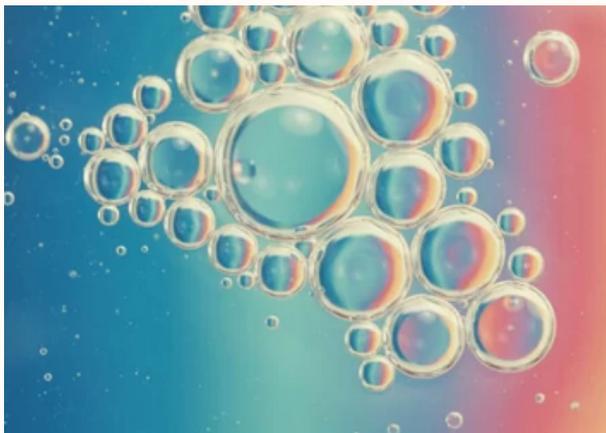
El esoterismo occidental también ha explorado estas ideas. La teoría hermética, con su famosa máxima "como es arriba, es abajo", sugiere una correspondencia entre todos los niveles de existencia, desde lo más macro hasta lo más micro. Esta correspondencia implica que las leyes que rigen los grandes sistemas cósmicos también se aplican a los pequeños, como un lápiz, otorgándole una dimensión de conciencia y significado (Hermes Trismegisto, 2001). Además, Serge Raynaud, en su obra *Los Grandes Mensajes* (1974), explora la interconexión de todas las cosas y la presencia de una inteligencia universal que permea el cosmos, sugiriendo que cada elemento del universo participa en una gran mente cósmica.

4. El Universo en la Terapia Gestalt y la Sociocracia

La Terapia Gestalt, con su teoría del self, ofrece una visión del ser humano como un organismo en constante interacción con su entorno. Esta perspectiva se puede establecer una analogía con la idea de un universo consciente, donde cada parte está en continuo intercambio con el todo. En Gestalt, el self no es una entidad fija, sino un proceso dinámico de adaptación y cambio. Este concepto puede extenderse al universo, visto como una entidad en perpetua evolución y auto-organización, donde cada elemento contribuye al equilibrio y la armonía del conjunto (Perls, Hefferline & Goodman, 1951).

Sociocracia y la Conciencia Colectiva:

La sociocracia, con su enfoque en la toma de decisiones consensuada y la participación equitativa, refleja principios que pueden asociarse a un universo pensante. En un sistema sociocrático, las decisiones se toman de manera colectiva, considerando las aportaciones de todos los miembros, similar a cómo podría funcionar una conciencia universal. Este modelo de gobernanza puede ser visto como un microcosmos de un universo consciente, donde la inteligencia colectiva emerge de la interconexión y colaboración de todas sus partes, promoviendo una armonía que se asemeja a la auto-regulación del cosmos (Endenburg, 1998).



5. Representaciones Artísticas del Universo Pensante

El arte y la literatura han explorado la idea de un universo consciente de diversas maneras. Obras como *El clamor de los bosques* de Richard Powers presentan la interconexión de todas las formas de vida y sugieren una inteligencia inherente en la naturaleza (Powers, 2018). En la pintura, artistas surrealistas como Salvador Dalí han representado la fusión de elementos cósmicos y cerebrales, evocando la idea de un cosmos vivo y consciente. Estas representaciones artísticas invitan a los espectadores a reflexionar sobre la naturaleza de la realidad y la posibilidad de un universo dotado de conciencia.

Las representaciones artísticas tienen el poder de influir profundamente en nuestra comprensión del cosmos. Al visualizar el universo como una entidad consciente, el arte nos permite experimentar una conexión emocional y cognitiva con el vasto cosmos. Esto puede alterar nuestra percepción de la realidad, fomentando una mayor apreciación por la interconexión de todas las cosas y promoviendo una visión más holística del universo.



El arte, en este sentido, no solo refleja ideas filosóficas y científicas, sino que también las moldea, ayudándonos a imaginar nuevas posibilidades para entender nuestra existencia en el universo.

6. Conclusión

A lo largo de este artículo, hemos explorado la teoría del universo pensante desde diversas perspectivas: científica, filosófica, esotérica, terapéutica y artística. Cada enfoque aporta una pieza única al puzle de esta fascinante idea, sugiriendo que el universo podría ser visto como un ser consciente, en constante evolución y aprendizaje. Desde el pansiquismo y la conciencia cósmica hasta las analogías con la Terapia Gestalt y las representaciones artísticas, la noción de un universo consciente desafía nuestras nociones tradicionales y nos invita a explorar nuevas formas de comprender la realidad.

Considerar el universo como un ser pensante nos lleva a reflexionar sobre nuestra propia existencia y nuestro papel en el cosmos. Esta perspectiva nos invita a reconocer la interconexión de todas las cosas y a adoptar una visión más respetuosa y armónica de nuestro entorno. En un mundo cada vez más fragmentado, la idea de un universo consciente puede servir como un recordatorio de la necesidad de cooperación y comprensión mutua, tanto a nivel individual como colectivo.

Finalmente, invito a los lectores a continuar explorando esta fascinante teoría desde sus propias perspectivas. Reflexionar sobre la posibilidad de un universo consciente no solo amplía nuestra comprensión del cosmos, sino que también nos conecta más profundamente con el misterio y la maravilla de la existencia. ¿Qué significaría para nosotros, como individuos y como especie, aceptar que formamos parte de una vasta red de conciencia universal? Esta es una pregunta que merece nuestra contemplación y diálogo continuo.

Referencias Bibliográficas

- Chalmers, D. J. (1996). *La mente consciente: En busca de una teoría fundamental*. Ediciones Paidós.
- Eliade, M. (1958). *Lo sagrado y lo profano*. Editorial Grupo Planeta.
- Endenburg, G. (1998). *Sociocracy: The Organization of Decision-Making*. Eburon.
- Hermes Trismegisto. (2001). *The Kybalion: A Study of the Hermetic Philosophy of Ancient Egypt and Greece*. Penguin.
- O'Reilly, D. (2017). *Everything* [Videojuego]. Double Fine Productions.
- Perls, F. S., Hefferline, R. F., & Goodman, P. (1951). *Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality*. Editorial: Los libros del CTP. Fecha: febrero 2002.
- Powers, R. (2018). *El clamor de los bosques*. Alianza Editorial.
- Rau, T. (2015). *Muchas Voces Una Canción*. Ed. Sociocracy for All.
- Simard, S. (2021). *Buscar el árbol madre: Descubriendo la sabiduría del bosque*. Ediciones Paidós.
- Watts, A. (1972). *El libro del tabú*. Editorial Kairós.
- Watts, A. (1975). *El camino del Tao*. Editorial Kairós.
- Whitehead, A. N. (1978). *Proceso y realidad*. Free Press.
- Yuste, R. (2017). *The Origins of Brain Activity: Neuronal Ensembles and the Emergence of Cognition*. Oxford University Press.

*Acerca del Autor:

Astrólogo y consultor organizacional.
Doctorado en Ingeniería del Conocimiento, miembro del Colegio Internacional de Tarot y del Colegio de Cosmobiología y especializado en creatividad y Sociocracia.
Reside en Castellón de la Plana (España).
Email: david@astrologiaorganica.es

Indagaciones sobre LA EXISTENCIA DEL ALMA EN LOS ANIMALES Y SU EVOLUCION Y PODER SANADOR

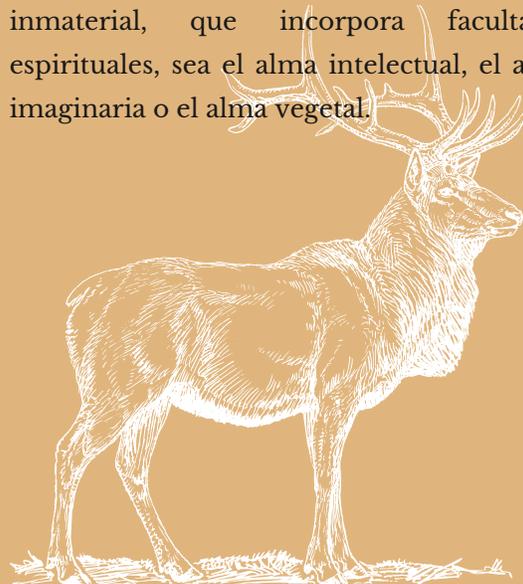
*Zaida. E. Urbina E.**

En este tema, siempre hemos considerado que la naturaleza humana es diferente de la animal. Su materia, forma del cuerpo tan distinta al del ser humano que son relativamente más finos y más perfectos. En este sentido siempre ha habido una interrogante en nuestra mente acerca de si existe el alma y el espíritu en los animales. ha sido un tema discutido por muchos filósofos e investigadores al respecto, tanto en el ser humano como en los animales.

El hecho de que los animales puedan entender formas inmateriales e imaginarias, y el desempeño que tienen en diversas acciones ha sido cuestionado por la ciencia, y la duda de todo ser humano. El conocimiento presencial de los animales sobre su propia esencia, el rol que desempeña la voluntad en el comportamiento de un animal, la resurrección de los espíritus animales en la otra vida.

El alma animal como una de las manifestaciones del Espíritu visto desde la luz de la filosofía Sadriana, es decir; la Teosofía Trascendental.

Se habla acerca de la existencia en los cuestionamientos filosóficos en el tema del alma, donde se da una definición conceptual de ésta. Comúnmente es dividida en tres clases: Alma vegetal, alma animal y alma humana. A pesar que, cada una de esas clases posee sus propias particularidades, que la distinguen de sus contrapartes, todas comparten una realidad y esencia en común. El alma es un existente espiritual e inmaterial, que incorpora facultades espirituales, sea el alma intelectual, el alma imaginaria o el alma vegetal.

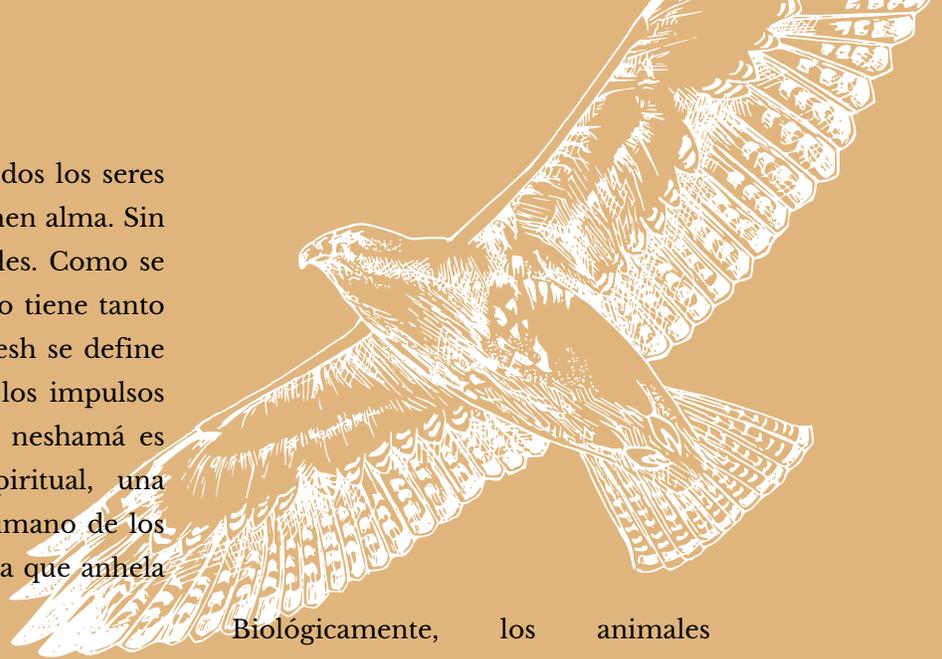


Los grandes cabalistas explican que todos los seres vivos, los humanos y los animales, tienen alma. Sin embargo, no todas las almas son iguales. Como se describe en Génesis 2:7, el ser humano tiene tanto un néfesh como una neshamá. El néfesh se define como el alma animal; la fuerza vital, los impulsos instintivos, animales. En contraste, la neshamá es un componente exclusivamente espiritual, una chispa Divina que diferencia al ser humano de los animales. Esta es la parte de la persona que anhela espiritualidad y cercanía a Dios.

Tanto los humanos como los animales tenemos respuestas emocionales como amor, temor, lealtad, imaginación, memoria, inteligencia, etc. Huimos del peligro, tenemos instinto de supervivencia y un impulso para procrear. Todo esto emana del alma animal, el alma inferior.

Sin embargo, en los humanos hay otra entidad espiritual, muy diferente y mucho más elevada. Los humanos también tienen un alma espiritual, Divina. Sólo esta alma tiene la capacidad de crear una relación con Dios, con la dimensión trascendental de la existencia. Es aquí donde los humanos ingresan al ámbito del libre albedrío, de tomar decisiones morales. Sólo los humanos tienen la capacidad de elegir placeres más elevados, placeres del alma, como ayudar a los pobres, incluso si eso implica recibir menos placeres físicos, como no acaparar más alimentos para nosotros mismos.

Los seres humanos estamos en una batalla constante para manejar nuestros pensamientos y que sea nuestra alma quien dirija nuestra vida. Es la finalidad de la “humanidad” es el grado en que uno controla al alma animal, porque de lo contrario la persona se comporta como un animal, actuando solo por instinto sin medir consecuencias. Con lo cual eso sería desperdiciar el potencial espiritual es algo por lo que sólo un ser humano puede ser considerado responsable).



Biológicamente, los animales vertebrados tienen todas las estructuras cerebrales y la fisiología para poder desarrollar emociones, y para demostrarlas, aunque no de una manera verbal humana, Los animales sienten, desde las aves hasta los mamíferos pasando por los peces y hasta los moluscos, los reptiles ,anfibios, todos.. sienten, porque tienen circuitos y estructuras neurológicas que generan conciencia, aunque a los humanos nos cueste interpretar lo que sienten sólo con observarlos.

Ser conscientes de que los animales sienten alegría, tristeza, dolor, placer, añoranza, miedo, seguridad y todos los demás sentimientos que nosotros solemos sentir, es el primer paso para garantizar su bienestar. Los consumidores cazadores de los animales, de la misma manera en que pueden sufrir y sentir dolor, también sienten alegría, placer, satisfacción y otros sentimientos positivos o negativos que pueden estar en un ser humano. Así lo demuestran no uno sino varios estudios científicos.

EJEMPLOS DE CÓMO SE COMUNICAN ALGUNOS DE LOS ANIMALES EN SU EVOLUCIÓN Y PROCESO

EL ESPÍRITU DEL LOBO: EL MAESTRO

Hacia lo Sagrado, el lobo nos transmite su energía a través de su presencia, de su mirada y de su conmovedor aullido. El Lobo representa la fe y la comprensión más profundas. Esa vibración nos manifiesta sus hechos. Los lobos son el símbolo de la resistencia y el aguante físico. Pueden correr 35 kilómetros diarios en busca de presas. Además, el lobo posee un gran intelecto, y han observado el uso de estrategias muy inteligentes en la caza, hábitat y migración. Los lobos son ferozmente leales a sus parejas y tienen un fuerte sentido de la familia, a la vez que mantienen su individualidad. “Si los lobos, de manera imprevisible, y sin inhibición, clavaran dentellada tras dentellada en el pescuezo de sus compañeros de manada y los zarandearan hasta matarlos, ya no habría lobos. Por eso es que la naturaleza ha desarrollado en ellos instintos llamados de “inhibición social” que impiden a un lobo morder a otro en el cuello cuando éste lo presenta a su contrincante en señal de rendición en medio de una pelea. El lobo vencedor nunca muerde al otro en esta situación, no porque no quiera, sino porque no puede. Un lobo que ofrece a otro la curvatura de su cuello, la parte más vulnerable, manteniendo la cabeza apartada, jamás es mordido. El otro gruñe y ronca chasqueando los dientes, pero esta actitud detiene súbitamente la pelea. Para bien del vencido, el vencedor experimenta la necesidad de levantar su pata junto al objeto adecuado más próximo, o sea, junto a algo que se eleva a cierta altura, para marcar el terreno.

El lobo domina el arte de enseñar y aprender. El espíritu del Lobo será el Gran Maestro, el que nos enseñará cual es el camino a seguir. En la historia, el símbolo tótem del lobo aparece con los fundadores de Roma, Rómulo y Remo. La leyenda cuenta que los dos hermanos fundadores fueron criados y amamantados por una loba. Probablemente los lobos son los animales salvajes más incomprende-



-dos. Abundan los cuentos de su sangre fría, a pesar de tener rasgos amigables, sociables e inteligentes. Verdaderamente son espíritus libres, aunque sus manadas son altamente organizadas. Es una criatura con un alto sentido de la lealtad y la fuerza.

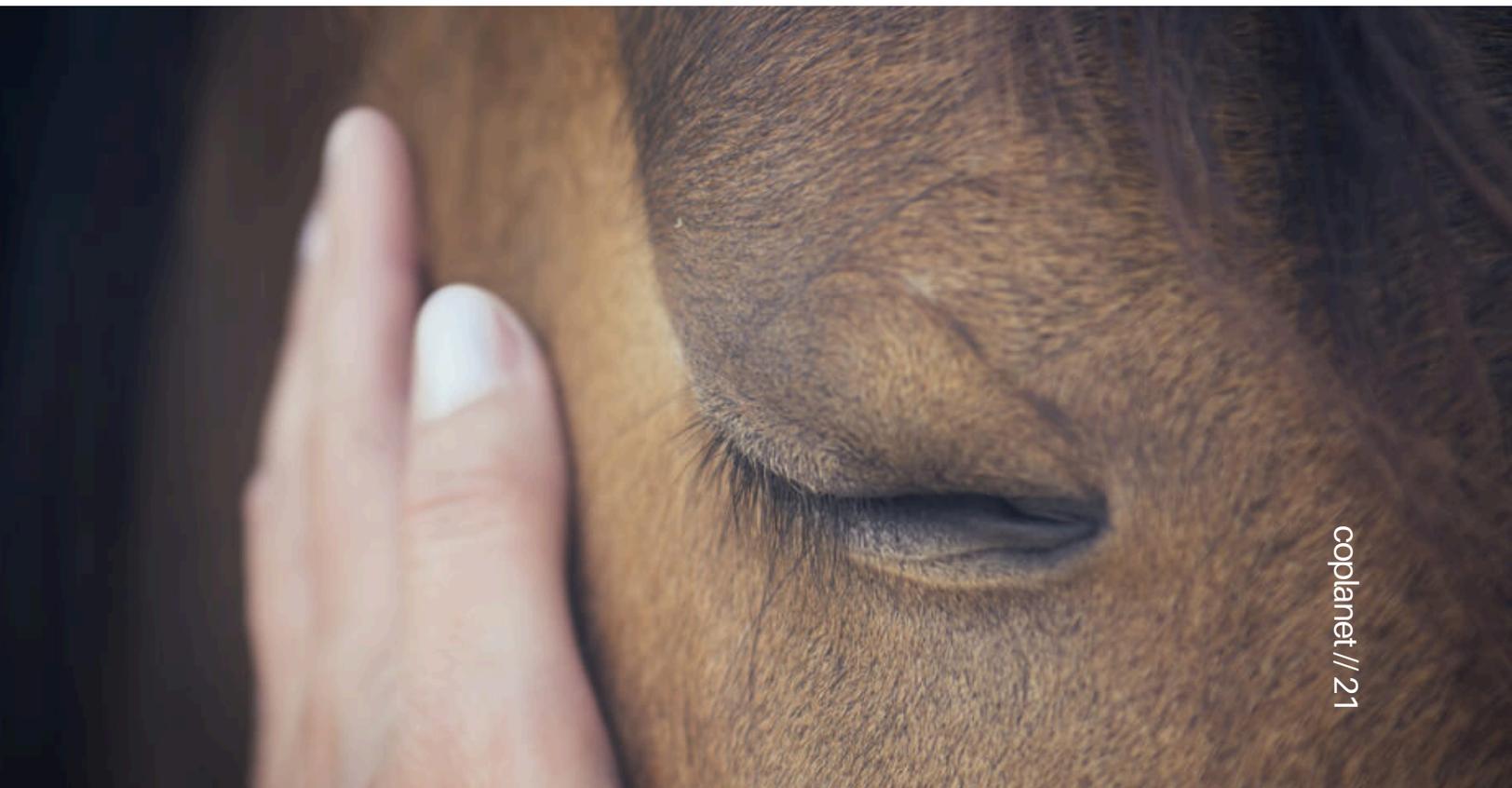
Tampoco es un ser “solitario”. Por el contrario, es en realidad una criatura social, amigable y sociable con sus homólogos o gestos. Los poderes del Lobo son: Acecho Invisibilidad Protección familiar.

LOS CABALLOS

Estos animales se los considera más que el rol tradicional que les han otorgado en la historia de la humanidad.

Los criadores de caballos los consideran como grandes Mensajeros de la quinta dimensión, enviados para ayudarnos a elevar nuestra vibración y sanar nuestras almas. Los caballos según los expertos en equinoterapia, se destaca la idea de que están aquí para guiarnos en un viaje interior, actuando como espejos de nuestras emociones y ayudándonos a liberar energías negativas. tienen una sensibilidad única que les permite ver más allá de nuestra apariencia física, directamente hacia el alma. Aseguran que, al interactuar con estos animales, las personas pueden experimentar una conexión más profunda consigo mismas y con el universo. Al permitirnos ser vistos por los ojos sabios de los caballos, podemos aprender a vivir en armonía con el entorno que nos rodea. Dentro de la rehabilitación con los años de experiencia como fisioterapeuta la equinoterapia es muy eficaz para niños con parálisis cerebral, falta de concentración, Asperger, baja autoestima, hiperactividad, etc.

En el proceso terapéutico, primero se produce un acercamiento con la rienda, luego se socializa con el caballo mientras se camina, y más tarde se monta para practicar distintas posturas de actividades neuromusculares en las que el animal se adapta a los ejercicios que se realizarán en su lomo lo cual resulta muy grato para estas sesiones de contacto con aquel que lo necesite.



PERROS Y GATOS

Son muchos los estudios y artículos científicos que respaldan la influencia positiva de convivir con los gatos y los perros, asociada a notables mejoras en la salud física y psicológica. Producto de la oxitocina, hormona en el cerebro que ayuda a sentirse bien”, precisa Carolina Arteaga, psicooncóloga y gerente de la una Clínica llamada “de mi Guarda”.

En tratamientos de personas con una enfermedad grave (física o mental), adultos mayores que viven en soledad, o niños que tienen capacidades especiales, entre ellos y su animal de compañía se crea un lazo afectivo excepcional que constituye un aporte sanador para sus estados emocionales. “Son un beneficio para la salud mental, física, espiritual y epigenética de cualquier persona, y en especial para estos grupos vulnerables, donde constituyen piezas importantes para dar una mejor calidad de vida”, argumenta Arteaga.

En mi experiencia como fisioterapeuta las personas que tienen algún padecimiento Como por ejemplo los adultos mayores, los niños con Asperger, síndrome de down, personas con trastornos emocionales, los gatos y los perros son considerados los mejores aliados ya que ellos perciben, son altamente sensibles a sus padecimientos y se conectan. Dónde se aproximan generan lazos, vínculos, a través del contacto.

El contacto a través de la caricia, el cepillarlos, hablarles, mirarles a los ojos, dejarse lamer zonas dolorosas, son muy particulares para los Canes que se convierten en grandes terapeutas, compañeros y amigos.

El gato llegó a ocupar un puesto muy importante en el Antiguo Egipto. Se le consideraba protector del Sol, de los humanos, del hogar, se le respetaba. Pero esto duró poco tiempo, al llegar a la Edad Media, el miedo, la superstición y la ignorancia acabaron con este animal tan importante. Actualmente estamos volviendo a concienciar sobre la importancia de estos animales pero no sabemos por qué.



LOS GATOS Y SUS NECESIDADES EMOCIONALES

Los gatos son felinos, animales con unas necesidades mínimas que si no se cumplen también se estresan o enferman. Igualmente esto puede verse la mayoría de las veces como una falta de conciencia en la persona, de estar en mil sitios menos en sí misma y su presente para no darse cuenta de que hay algo que no está equilibrado sino bloqueado en su propio hogar.

El abandono, maltrato y rechazo hacia los gatos (incluso la alergia con ellos), es una resistencia hacia nosotros mismos. Que al sentir, no queremos ver lo que nos están intentando mostrar, estamos demasiado anclados al plano físico y no vemos más allá. No queremos salir de nuestra zona de confort. Aparte, el gato es rechazado muchas veces por no ser un animal manipulable, que lo puedes agarrar y hacer lo que quieras con él, o dedicarle órdenes que pretenden a que obedezcan. Él solo busca cubrir necesidades de las personas que lo necesiten y ellos lo proveen. Los gatos al igual que los perros son muy sensitivos, perceptivos a las energía y sabe cuándo hay negatividad Y cuándo hay positivismo. Ante la negatividad los gatos son muy perceptivos y con su ronroneo limpian las energías. Inclusive han llegado a absorberlas en lugar de la persona que habita en el lugar haciéndolo por voluntad propia a modo de protección. Si tienes rechazo por los gatos, es un rechazo a lo femenino, lo intuitivo, a vivir desde el sentir y no tanto la razón, lo que no es tangible, lo más sensible, lo que no ves y puede darte miedo. Incluso aquél gato que te arañó de pequeño tenía algo que decirte, pero te dio tanto miedo saberlo que los rechazas pensando que todos son hostiles. Los gatos no tienen mala intención ni están locos, ni son agresivos, no tienen nada personal en tu contra, son seres verdaderos y fieles a su sentir y su presente. Este es un tema muy amplio acerca de la evolución el alma y el espíritu y cómo los animales pueden desarrollar también una evo-

lución a través de otras vidas. De hecho podemos decir que ya se ha ido corroborando cada vez más que ellos tienen una evolución cada vez mayor dentro de sus edades como animales que comparten en la vida humana.

Ellos traen también situaciones que trabajar y cuando eligen a una persona a una familia donde vivir, ellos también dentro de ese núcleo familiar pueden sanarse y evolucionar aspectos de su vida: canina, perruna, felino, lobino, etc y es donde vemos que cada vez hay mayor contacto con los animales que están cercanos a las poblaciones porque han evolucionado, han trascendido en su forma de comunicación y de contacto, para trabajar esa espiritualidad tan integrada que trae los seres vivos en el hábitat de la tierra.

AGRADECIMIENTO:

Agradecida infinitamente a todas la especies del Reino animal. Ellos han venido a evolucionar con nosotros aquí en la tierra, son también nuestros Maestros. De hecho en la astrología China o signos tienen los nombres de los animales, en la antigüedad se adoraban también a cada uno de ellos como representación de lo que teníamos que trabajar en nosotros, siendo ellos nuestros espejos.

Acerca de la Autora*:
Licda. En Fisioterapia.
Acupuntor. Naturópata.
Homeópata. Profesora de yoga Miembro
de la Red GFU.
Procedente de La Victoria, Estado
Aragua, Venezuela

DESINTOXICACIÓN DEL INTESTINO GRUESO

Zulay Teresa de Jesús Toro Vivas*

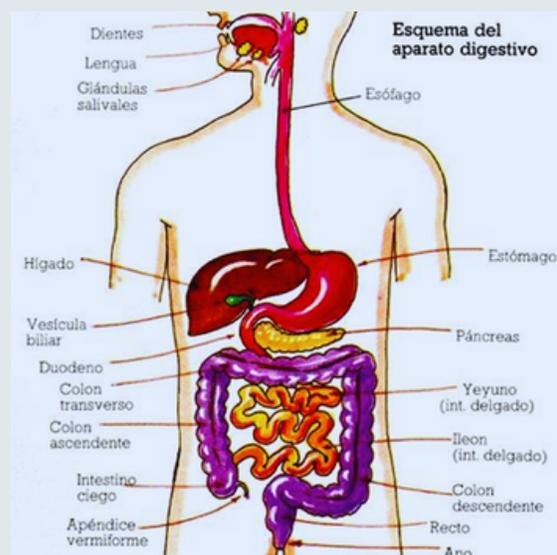
1. Forma y función del intestino grueso

El intestino grueso incluye el ciego, con el apéndice, el colon (dividido en las secciones ascendente, transverso, descendente y sigmoideo), la ampolla anal y el recto. Es un tubo de un metro y medio de longitud que comienza en la parte inferior derecha del abdomen en la válvula ileocecal (punto de unión con el intestino delgado) y asciende hacia el hígado. Por debajo el hígado dobla hacia la izquierda y atraviesa el cuerpo hasta el bazo donde vuelve a curvarse hacia abajo en el costado izquierdo del abdomen.

Se dobla a la altura del hueso de la cadera izquierda donde comienza el colon sigmoideo. Entonces dobla una vez más en el centro de la cavidad pelviana y termina en el recto y la ampolla anal.

Las curvas del intestino grueso, especialmente sobre el lado izquierdo, están imbricadas profundamente en las esquinas del abdomen y no son accesibles con facilidad. El alimento no digerido y otros productos se mueven a través del colon. Este absorbe toda el agua, nutrientes y vitaminas que puede y expulsa los materiales no absorbidos en forma de heces. En su paso del ciego al recto, el material es sacudido y batido mediante el movimiento peristáltico.

. Este movimiento alternado y propulsor, como el de un gusano al desplazarse, es causado por la contracción de los músculos longitudinales y circulares del intestino. Su acción se percibe claramente al mover el vientre, cuando se producen movimientos peristálticos breves y profundos.



2. Constipación

No siempre el movimiento peristáltico logra impulsar el contenido hacia el recto. A veces lo envía de regreso al intestino ciego. Durante este proceso, el intestino está absorbiendo el agua y las sales de la materia que contiene. La constipación puede ser el resultado de un intestino que absorbe demasiada agua y deja la materia fecal demasiado seca para desplazarse con facilidad. A veces la causa de este estado es muy simple, no se presta suficiente atención a la necesidad de eliminación. La materia fecal retrocede y se reseca. La constipación también puede ser el resultado de un funcionamiento deficiente de los músculos de los intestinos; han perdido fuerza y tono, o se han vuelto espasmódicos. Los laxantes envenenan a estos músculos, provocando retortijones en el intestino como los de una serpiente en agonía.

Para los chinos, la causa principal de la constipación es el exceso de calor en el estómago y los intestinos, lo que hace que se evapore demasiado líquido. Otra causa posible es el estancamiento de la energía Chi del hígado, lo que también produce recalentamiento.

El procesamiento de los alimentos no es la única causa de la constipación. Algunas personas carecen de capacidad para involucrarse y se retraen ante el normal compromiso humano, quizá porque sienten temor. Puede que ni siquiera se den cuenta que esta conducta puede ser la razón de su frecuente estado de constipación. Si el intestino grueso se constipa y se agranda, detiene el libre movimiento del diafragma. Roemheld, un doctor alemán, descubrió un síndrome que lleva su nombre (el Síndrome Roemheld).

Descubrió que la presión de gas acumulado en el intestino provoca una contracción creciente de las costillas y atrae la toxicidad estancada en toda la zona a lo largo del diafragma. Gradualmente esto llega a provocar presión sobre el área del corazón por debajo de las costillas, generando sensaciones de ansiedad, dolores cardíacos y dificultades respiratorias. Este retroceso y acumulación de la energía se llama a veces "constipación" cardíaca. La constipación puede también causar una acumulación de mucosidad en los pulmones, con síntomas asmáticos resultantes. También puede causar dolores en el músculo psoas y en piernas y espalda.



3. Diarrea

Se llama diarrea a la excesiva frecuencia y acuosidad de las heces. Puede ser causada por deficiencias del íleon (la parte inferior del intestino delgado) y el colon en la absorción de agua. En ocasiones demasiadas preocupaciones y ansiedad causan una sobreestimulación de los nervios que, a su vez, activan por demás el movimiento peristáltico y provocan descargas prematuras. La diarrea puede ser beneficiosa y el cuerpo está tratando de expulsar toxinas o parásitos.

4. Irrigación del Colon

El colon está lleno de grietas, fisuras y bolsas. Generalmente sus paredes están cubiertas de adherencias de materia fecal residual que se ha estado acumulando desde la infancia. La única manera de limpiarlo adecuadamente es hacer una buena lavativa. Hay que hacer circular entre ochenta y cien litros de agua filtrada (agua corriente pasada por un purificador). La presión constante del agua disolverá la placa y las acumulaciones. Es necesaria una irrigación completa del intestino grueso para restaurar su funcionamiento. Después de esto, una buena dieta y Chi Nei Tsang ayudarán a normalizar el proceso normal del intestino grueso. Ya que resulta muy sencillo confiar exclusivamente en la irrigación del colon, esta práctica puede llegar a interferir con el funcionamiento normal del intestino grueso y, por ende, sólo se la recomienda como limpieza inicial.

Dice V. E. Irons, un hombre que ha pasado su vida tratando de educar al público respecto a este importante órgano. Uno de sus escritos se refiere a los problemas que tiene este órgano. "No existe otra causa a la que se le pueda atribuir ni la décima parte de tal número de variados y diversos desórdenes. Podría decirse que casi todas las enfermedades crónicas conocidas se deben directa o indirectamente a la influencia de los venenos bacterianos que son absorbidos por el intestino grueso. Con toda justicia podemos considerar al colon como una verdadera caja de Pandora que produce más miserias y sufrimientos humanos, mentales y morales tanto como físicos que cualquier otra causa conocida.

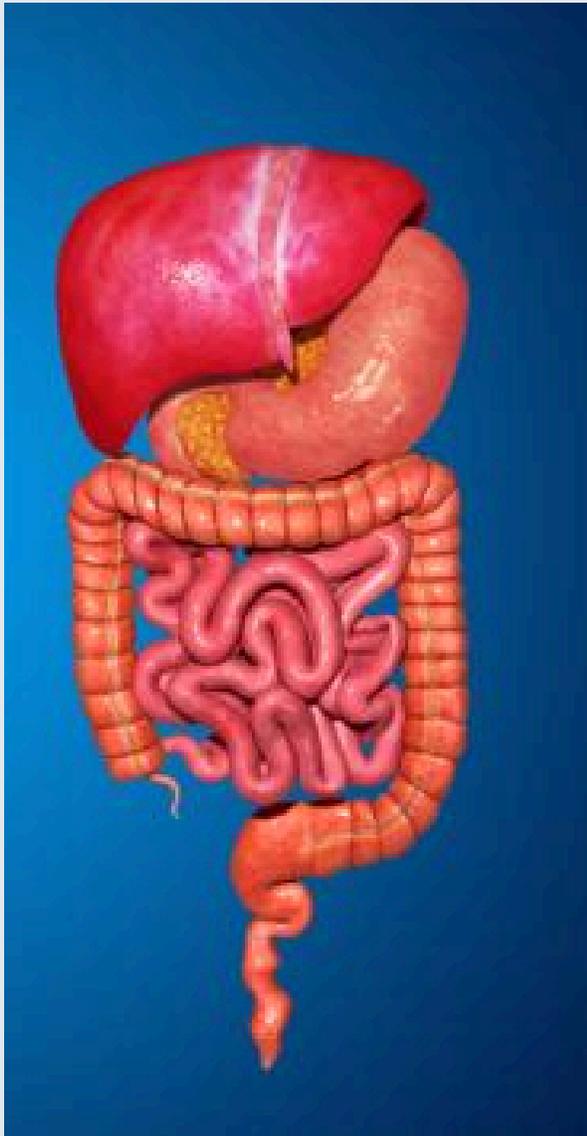
El colon es el sistema cloacal, pero debido al abuso y negligencia, se convierte en un pozo ciego. Cuando está limpio y normal, nos sentimos bien y felices; en cuanto se estanca y destila venenos de descomposición, fermentación y putrefacción, nos deprimimos mentalmente y nos volvemos irascibles.

Envenena el corazón, haciéndonos sentir débiles e inquietos; envenena los pulmones produciendo mal aliento; envenena los órganos digestivos causando molestias e hinchazón; y envenena también la sangre volviendo la piel amarillenta y enfermiza. En resumen, todos y cada uno de los órganos del cuerpo se envenenan, y envejecemos prematuramente, sintiéndonos viejos y con aspecto de viejos; las articulaciones están rígidas y doloridas, padecemos neuritis, ojos opacos y una actividad mental perezosa nos domina; perdemos el placer de vivir."



5. Intestino grueso

Un intestino grueso sano se puede palpar con las manos sin producir dolor o sensación de malestar alguno. En ocasiones sólo tiene el grosor de un dedo en la sección transversa. Un colon transverso flojo y colgante forma una gran curva. Debido a esta curvatura extremada, habrá un bloqueo de materia fecal en la curva izquierda. Esto se convierte en territorio fértil en el que pueden desarrollarse las bacterias, causando inflamación y dolores debido a gases. Un intestino grueso lleno de bolsas de gas presiona contra el lado izquierdo de las costillas, deformando la estructura y descentrándola.



6. Apertura del intestino grueso

Muchos de los problemas que tiene el intestino grueso se producen a la altura de la válvula ileocecal o del colon sigmoideo. Cuando usted palpe estas zonas el problema debería quedar en evidencia. Si el problema es en la zona del colon sigmoideo, no comience a trabajar por allí. Nunca trabaje directamente sobre una zona dolorida (en el intestino grueso o cualquier otra parte del cuerpo); prepare el lugar para aliviar el dolor y la congestión. Para aliviar la congestión en el intestino grueso, se debe comenzar a trabajar en el costado izquierdo de las costillas en la curva del bazo. Esto aliviará la congestión en esa zona y dejará espacio para más congestión proveniente de la zona con problemas.

1) Para comenzar párese o siéntese al costado del cuerpo del paciente para trabajar sobre el lado izquierdo del cuerpo y el colon. Extienda los brazos sobre el cuerpo y masajee con ambas manos hacia el esternón. Use la palma de una mano para frotar el lado izquierdo de las costillas en dirección al esternón. La acción de la mano debe ser un poco más fuerte que la de un cepillo. También es necesario movilizar las costillas. Esto concentrará los fluidos en la zona central de la caja torácica y liberará la curva del bazo.

2) Coloque el pulgar derecho sobre el punto hundido debajo de la tetilla entre la novena y la octava costilla. Frote hacia el abdomen en una línea paralela a la línea medial, hacia un punto ubicado entre el esternón y el ombligo.

3) Entonces haga un movimiento circular por debajo del lado izquierdo de las costillas, formando un amplio círculo que siga la dirección del colon descendente hasta terminar en el colon sigmoideo.



b. Técnica del Ratón

Comenzando en el intestino ciego, utilice los dedos de ambas manos sobre cada costado para mordisquear como un ratoncillo en pequeños pellizcos de cuatro centímetros a lo largo del intestino grueso. Este mordisqueo imita el movimiento peristáltico normal del intestino grueso y ayudará a que la energía fluya nuevamente.

c. Técnica de movimiento en forma de cuchara

Utilice la técnica del movimiento en forma de cuchara para mover el intestino grueso hacia su posición normal.

d. Técnica de la onda en el sentido de las agujas del reloj

Practique la técnica de la onda.

Alcance el interior del abdomen con ambas manos y genere un movimiento relajado, rotando alternado entre ambas manos. Al crear un movimiento de oleaje en las vísceras aumentará el movimiento peristáltico de los intestinos. Haga esto dos o tres veces, o por un tiempo más prolongado. Es siempre muy agradable y relajador el uso de esta técnica entre otras técnicas.



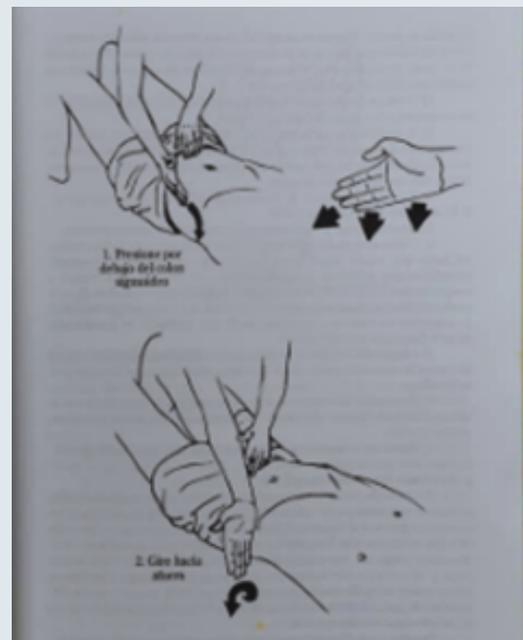
Usando el canto de la mano izquierda, presione hacia abajo y arriba a lo largo del colon ascendente en dirección al colon transverso. Luego utilice los dedos de la mano derecha a lo largo del colon descendente. Este movimiento concluirá en una moción circular a medida que lleva su codo a la zona de las costillas del lado derecho y presiona la palma de su mano derecha en dirección al colon sigmoideo.

e. Relajación del colon sigmoideo

El colon sigmoideo se encuentra en el interior de la cadera izquierda y es parte del intestino grueso. La mayoría de los problemas se producen aquí o en la válvula ileocecal.

1) Siéntese con el lado izquierdo hacia su paciente y haga que levante la rodilla izquierda. Usando el canto de la mano derecha, ubíquela contra el hueso de la cadera izquierda de su paciente. Coloque las yemas de los dedos de la mano izquierda sobre el hueso de la cadera para ejercer presión en sentido contrario.

2) Presione con la mano izquierda por debajo del colon sigmoideo. Si se encuentra sobre él, puede producir dolor.



3) A medida que palpa por debajo del colon sigmoideo, empuje en rotación con el dorso de la mano derecha hacia las costillas. Sienta cómo se extiende el colon sigmoideo, que de esta manera aflojará nudos y bloqueos. Repita este movimiento varias veces.

4) Termine practicando la técnica de la onda entre tres y seis veces.

f. El intestino ciego

El intestino ciego se encuentra en el interior de la cadera derecha

1) Utilice su dedo para presionar la zona de la cadera derecha y palpar un bulto que puede llegar a los dos o tres centímetros de longitud, inmediatamente debajo de la válvula ileocecal. Si esta área está irritada o congestionada, también causará irritación o bloqueos en el apéndice. En este punto comienza el intestino grueso. A veces, cuando se logra aflojar la tensión y congestión en esta zona, se puede sentir una explosión de energía que recorre limpiando todo el intestino.

2) Asegúrese de haber aliviado previamente la congestión en la curva del bazo y la curva del hígado a fin de que haya espacio para que la congestión se desplace.

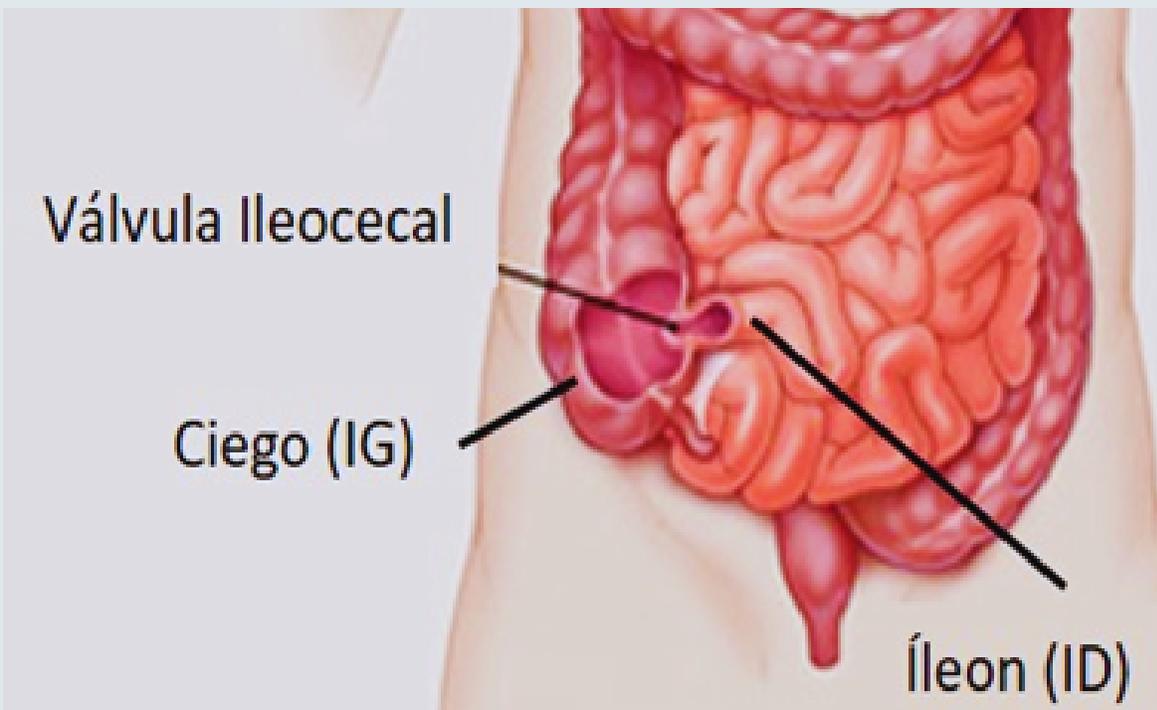
3) Empleando los pulgares, libere moviéndolos lentamente hacia la válvula ileocecal. Aplique una presión firme y constante, como cuando se oprime un tubo.

4) Repita dos o tres veces hasta que la zona esté libre de congestión, durezas, obstrucción o dolor.

g. La válvula ileocecal

1) La válvula ileocecal se encuentra normalmente en un punto a medio camino entre el ombligo y la cadera derecha. Esta válvula es la conexión entre el intestino grueso y el intestino delgado. Los bloqueos provocan el cierre de esta válvula. Es una válvula que opera en una sola dirección, abriéndose hacia el intestino ciego. Se abre cuando disminuye la presión dentro del intestino ciego, y se cierra cuando aumenta la presión dentro del ciego. También se activa cuando entra alimento al estómago, lo que inicia una contracción del intestino delgado, expulsando el contenido de la parte inferior del intestino delgado hacia el intestino grueso.

Es una válvula de gran importancia. Si no está funcionando apropiada mente y se cierra, causa constipación y cefaleas. Si se traba y queda abierta. causa diarreas.



Reitero que para trabajar sobre problemas de constipación es necesario liberar la totalidad del intestino grueso y el ciego. De esta forma la válvula ileocecal se abrirá automáticamente. Si no se abre automáticamente, utilice la siguiente técnica. Cuando se abre, oirá un gorgoteo y el ciego se llenará.

2) Coloque el canto de la mano derecha a lo largo de la cadera derecha y la mano izquierda en la espalda, sosteniendo el riñón.

3) Con el canto de la mano derecha, aplique lentamente presión hacia abajo, luego masajee con la palma hacia arriba y afuera, en dirección a las costillas, en un movimiento diagonal. Se trata de un movimiento pequeño, usado exclusivamente para abrir esta puerta entre los dos intestinos.

4) No repita este movimiento más de una o dos veces ya que se trata de tejidos muy sensibles. Recuerde siempre ejercer cierta presión antes de iniciar el movimiento.

5) En casos de diarrea, el intestino grueso está abierto, lo que provoca que la válvula ileocecal se trabe y también quede abierta. Use sus dedos para cerrarla. Emplee la técnica de la onda en sentido contrario a las agujas del reloj para restablecer las contracciones peristálticas, de modo que pueda comenzar a absorber la humedad del intestino delgado. Beba mucha agua para reemplazar el fluido perdido.

Bibliografía

Bibliografía: Ching Nei Tsang. Técnicas de masaje Chi para órganos internos. Mantak & Maneewan Chia. Editorial Mirach, S.A. Madrid-España. 1993

*Acerca de la Autora:

Arquitecto de la Universidad de los Andes, MSc.Filosofía ULA.

Residente en Mérida, Venezuela.

Revisora y editora de la Revista Coplanet.

Email: zulaytorovivas@gmail.com





¡POR AMOR A LA VIDA! BIODANZA®

Hildegard Peñaloza Bilger*

Biodanza® es la historia que aquí ahora quiero empezar a contarte, esperando que te la apropiés, que la pruebes tan pronto puedas, ya verás, la vida te pondrá la oportunidad clarita delante en su justo momento, esperando de mi parte que logres atraparla para ti. Porque te puede regalar una gran sorpresa, hacerte sorprendentemente mucho bien, tal como me pasó a mí misma.

Porque resulta que después de transitar en parte mi vida como si fuera “un valle de lágrimas”, aparece un buen día de 1992 en ella, clara y diáfana la gran verdad en medio de una clase de Biodanza®: la vida, lejos de ser un sufrimiento tras otro es realmente, oh sorpresa, un placer. ¡La vida es en realidad una celebración de ella misma, un movimiento armónico y vital, dulce, fuerte, que invita a sentir el placer de estar aquí, de estar ahora, vivo, pudiendo respirar, moverse, expresarse, reír y llorar, inventar y crear, encontrarse con el semejante, amar, incluso incondicionalmente! ¡quién lo diría! Con esa primera clase descubrí para siempre que la vida, definitivamente, y espero que quede claro para siempre: es una danza.

Es un movimiento integrado, que a veces va hacia adelante, a veces hacia atrás, o hacia los lados. En ella estamos acompañados, otras veces solos, y puede cambiar de dirección repentinamente y sorprendernos, profundamente, o levemente, a veces de una manera, otras veces de otra manera. La vida es una danza, es decir, en vez de ser un camino recto, una línea recta hasta el final, ella es un camino inesperado, que nos sorprende, lleno de ondulaciones, de curvas, de vueltas y más vueltas. Un paseo, podríamos decir también. Uno de esos donde simplemente vamos poniendo un pie delante del otro por el puro placer de ir avanzando, o más bien de estar en movimiento, o contemplando el

el paisaje, respirando para sentir que lo hacemos, respirar, solo eso, ampliando el espacio donde se junta el mundo interior nuestro con el mundo exterior, también nuestro, pero absolutamente propio de cada uno.

Fue el gran regalo que tuve la gracia de recibir aquel 1992, la danza de la vida. Ella fue encontrada, desenterrada de su largo sueño civilizatorio, revelada, materializada, conceptualizada por Rolando Toro Araneda en los años 60, bautizada con el nombre de Biodanza®, de bios: vida; danza: movimiento emocionado, pleno de sentido.

Rolando Toro estaba interesado en encontrar la forma para que las personas tuvieran más fácil acceso a una vida plena, armónica y feliz, una vida donde pudieran realizarse más fácilmente como personas. Estaba horrorizado por la infamia de la guerra, el hambre y la miseria, no solo económica sino sobre todo espiritual y creativa. Como educador, poeta, psicólogo y antropólogo fue investigando, probando, escribiendo, diseñando, vivenciando abundante e incondicionalmente hasta lograr desarrollar lo que hoy es el sistema Biodanza®, su legado a la humanidad, que le valió en el año 2001 una nominación al Premio Nobel de la paz (<https://www.biodanza.org/rolando-toro-araneda/biografia/>).

Biodanza® es un método y también es un sistema.



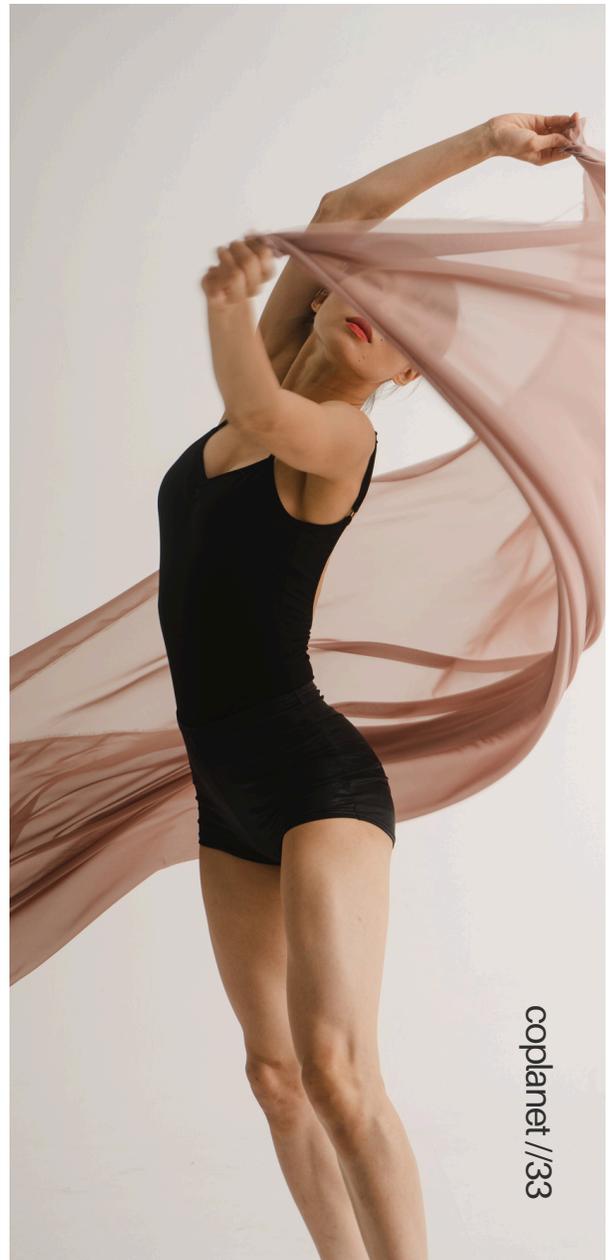
Como método nos sirve para recuperar la alegría de vivir, en medio de un grupo, en medio de nuestros semejantes, con dulzura, naturalidad, sintiendo el placer de estar vivos, lejos de la estridencia de estos tiempos vamos encontrándonos para redescubrir la vida que somos.

Como sistema, Biodanza® está en la base del método, sosteniéndolo con su estructura, un vasto cuerpo de conocimientos interrelacionados, abierto, surgidos de la inspiración personal de su creador y del arte, de la biología, neurología, fisiología, antropología, sociología, psicología, filosofía, teoría de sistemas, teoría de la complejidad, etc.

El sistema Biodanza®, al ser un sistema vivo, abierto, está en constante posibilidad de evolución, adquiriendo progresivamente una mayor complejidad. El sistema Biodanza® está reflejado en el modelo teórico de Biodanza®, una gráfica genial que visualiza y resume todo el sistema.

Biodanza® es maravillosamente orgánica, es pulso de vida. Con ella podemos llegar a algo, un sentir o un lugar interno íntimamente propio de cada uno, conocido desde siempre aun cuando nos sorprenda inesperadamente. Y nos llena de certeza en el aquí y ahora, permitiendo que lleguemos al final de la clase sin saber cómo fue que pasaron dos horas tan rápidamente. Con músicas muy variadas, en medio de un grupo de semejantes, con movimientos naturales vamos estando aún más a gusto dentro de nuestra piel, con sensaciones que despiertan nuestra alegría de vivir y potencian nuevas capacidades naturales personales en lo vital, afectivo, creativo. . De pronto podemos estar seguros de que estamos siendo parte de una danza mayor, armónica, que nos brinda protección amorosa sin presiones. Rolando inventó un camino asequible a todo ser humano para reconectar con el hecho maravilloso y a la vez misterioso de estar vivo, él descubrió algo viejo, real, existente desde el primer soplo.

Eso, la danza de la vida, lo eligió a él para hacerle una invitación irresistible: volverla visible a quien quiera participar, ¡y se la ofreció al mundo entero! Eso lo llevó a viajar, a plantar semillitas de esta danza por todo el planeta, brindando así un gran chance a nuestra supervivencia a partir del hecho de recordar en la realización de las danzas nuestra verdadera naturaleza: realmente somos seres maravillosos, llenos de hermosura, capaces de amar, de cuidarnos, cuidar a otros, somos capaces de crear bienestar biológico, armonía cósmica, somos capaces de crear belleza, de traer el cielo, el paraíso, aquí a nuestra casa, la madre tierra.



Tenemos el deber imperioso de recordar esta esencia nuestra, luminosa, estremecedora, fascinante. Misteriosa, llena de paradojas. Si mantenemos una visión miserable, insignificante sobre nuestras propias vidas, estamos perdidos. La raza humana es la especie más amenazada en nuestro planeta. Y la amenaza viene desde dentro de nuestra propia especie, lo cual, aunque nos de miedo es una buena noticia en realidad, porque así podemos hacer algo al respecto. Tenemos la solución en nuestras manos, teniendo tan solo que recordar e integrar al momento presente una gran verdad, ancestral, que hace poco hemos olvidado: somos seres danzantes, estamos dentro de una gran sincronía que realmente danza. Somos parte de un gran movimiento que, al igual que una orquesta, está creándolo todo. Podemos retomar nuestra condición creadora danzante, cambiarlo todo para bien de todos los seres, para bien de nuestra vida, viva. Solo basta comenzar a danzar nuestras vidas.

El 19 de abril de 2024 celebramos a nivel mundial el día de Biodanza®, evento que congregó alrededor del globo a biodanzantes entusiastas, amigos del movimiento, así como a cantidades de personas deseosas de conocer este método. Fue un día como siempre lo es desde el año 2010, lleno de música, danza, encuentros, emociones para conmemorar el cumpleaños de Rolando Mario Toro Araneda, creador de Biodanza®, nacido en Concepción, Chile, un 19 de abril hace 100 años. Hasta cumplir 85 años estuvo en plena actividad como facilitador y propagador de la danza de la vida.

También en Mérida celebramos el día de Biodanza®. Fue un encuentro lleno de sentimientos de amistad, de amor por la vida, de energía y celebración en los salones magníficos del Centro Universitario de Artes, CUDA, antiguo Colegio San José. El espíritu de Rolando Toro nos acompañó claramente. Su semilla está germinando también por aquí, propagando la oportunidad de seguirse multiplicando, contagiando de vida a todos los que escuchan la invitación.

También en Mérida celebramos el día de Biodanza®. Fue un encuentro lleno de sentimientos de amistad, de amor por la vida, de energía y celebración en los salones magníficos del Centro Universitario de Artes, CUDA, antiguo Colegio San José. El espíritu de Rolando Toro nos acompañó claramente. Su semilla está germinando también por aquí, propagando la oportunidad de seguirse multiplicando, contagiando de vida a todos los que escuchan la invitación.

* Acerca de la autora:

Hildegard Peñaloza Bilger, facilitadora didáctica de Biodanza®, fundadora de la Escuela de Biodanza de Freiburg, Alemania, directora de la Escuela de Freiburg desde 2008 hasta el año 2021, psicóloga, bailarina, binacional, alma nómada apasionada por los seres humanos, madre de Patricia y Sebastián, abuela de Alonso, Citlali y Jacinto. Entre los años 1990 y 1995 vivió en Mérida, Venezuela y se desempeñó como psicóloga tanto en el Hospital Universitario de Los Andes como en consulta privada. Vive con sus padres en Maturín, donde se dedica a aprender a cuidar de la tierra y su gente y a difundir el mensaje de Biodanza®



LA IRA, UNA GRANADA SIN ESPOLETA

Karma Tsultrim Dorje Rafael Giordanelli*

Relata un cuento budista, que un monje salió de su monasterio, tomó un bote y se fue a un lago dispuesto a meditar en la soledad de las aguas. Ya en su bote, en el centro del lago, en silencio y con los ojos cerrados, sintió que otro bote golpeaba el suyo, se molestó, pues perdió su concentración. Aún con los ojos cerrados e intentándolo de nuevo, sintió otro golpe y su ira empezó a despertar, cuando abrió los ojos para reclamar muy enojado al barquero agresor, pudo ver que el otro bote estaba vacío. Entonces, el monje se iluminó, pues entendió que la ira solo habitaba dentro de él.

En el plano físico, la naturaleza es necesariamente violenta en sus inicios, remontémonos primigeniamente, a la gran explosión o Big Bang. El hecho de que un león en la

a selva africana persiga y dé cacería a una presa, es un acto violento, mas no violatorio en sí, porque no rompe el equilibrio natural establecido en el reino animal, muy por el contrario, es una acción instintiva, que mantiene el equilibrio ecológico. En este orden de ideas, la erupción de un volcán, el choque de dos nubes eléctricas, la caída de un rayo, la formación de un huracán, un tsunami, un terremoto, los actos salvajes y crueles de las primitivas tribus, son eventos enmarcados en los ajustes primarios de la mecánica de la vida.

La ira, en cambio, es un pasión que nace como odio, en el ego del hombre, proveniente de los más bajos instintos animales y desemboca en terribles consecuencias, histeria, guerra, muerte. A comienzos

de la humanidad, según el Génesis, Caín asesina a su hermano Abel. Corresponde al ser humano consciente, evolucionar hasta lograr la paz y el equilibrio armónico necesario para producir la Luz y proseguir su camino de ascensión.

En el gran Maharishi Patanjali, dejó muy claro en sus Sutras, el voto de Ahimsa o “no violencia”, como un aspecto de los cinco Yamas u observancias de un yogui. No podría exigirse a un ser consciente tal actitud, si ésta no fuera de orden natural.

Se dice que, ante la multitud enardecida por el disparo directo al Mahatma Gandhi, éste mortalmente herido, solo pronunció una palabra: Ahimsa. Jesús, en la agonía de su tortura dijo; “Perdónalos Padre, pues no saben lo que hacen”

La tradición eclesiástica contempla la ira como uno de los 7 Pecados Capitales. ¿Es correcta la traducción bíblica “La ira de Dios”? ¿Actuó Jesús con ira al expulsar a los mercaderes del templo, o más bien con determinación? Trascendido el concepto de pecado, la ira es una de las más fuertes y negativas pasiones del hombre.

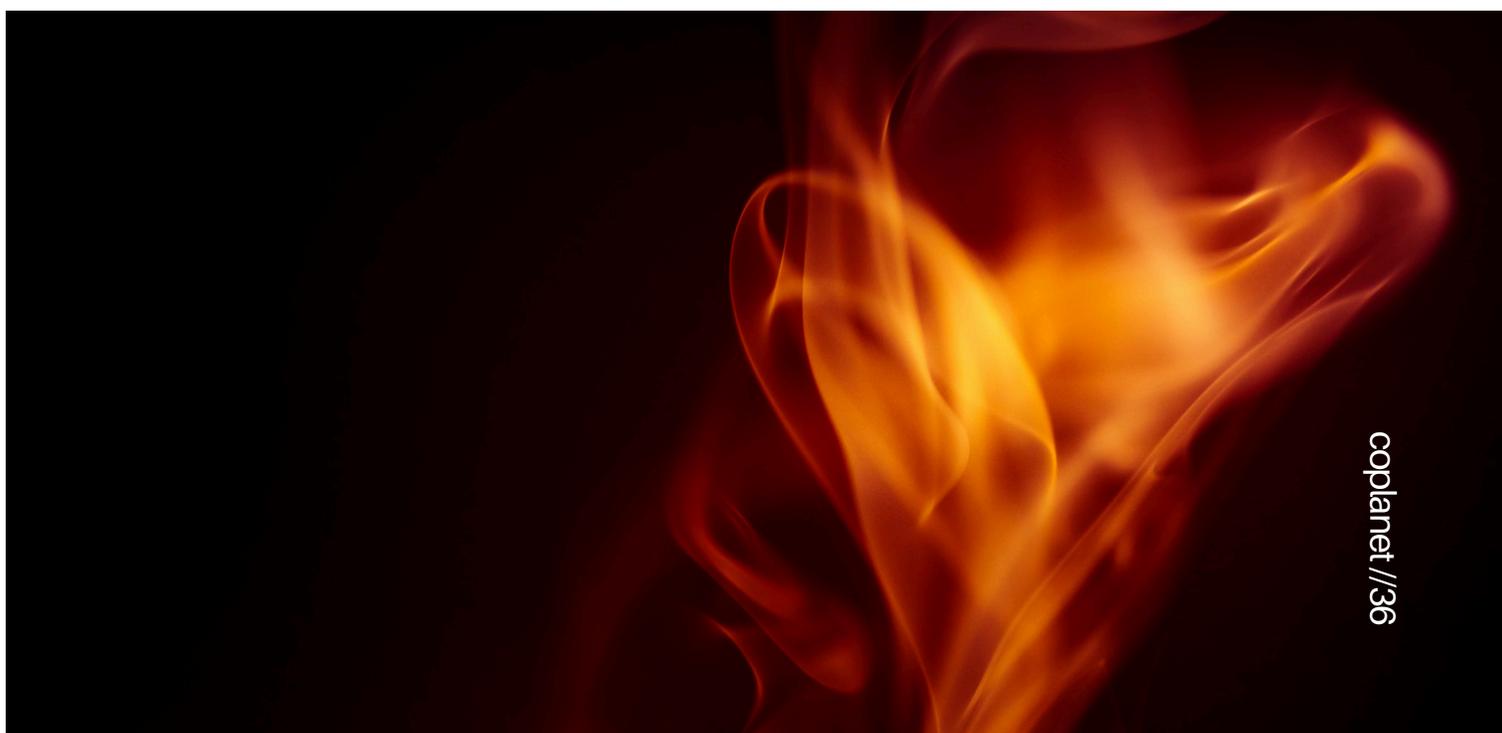
¿Se puede accionar energicamente sin ira?

En la trimurti védica, la fuerza divina conocida como Shiva, es el poder que destruye lo negativo, su acción, es energía transformadora. La Diosa Kali, se representa intimidante y agresiva frente a cualquier peligro exterior o interior, como las amenazas del ego. En el Bhagavad Gita, Krishna insta a Arjuna a combatir desde el amor y el entendimiento, como en los casos anteriormente citados, no desde la ira. ¿Quién gana una batalla, el más enfurecido o el más inteligente?

El mejor consejo es la prevención. Nos dice el Dalai Lama: “Es importante que los practicantes espirituales adopten cierta prevención contra emociones fuertes

como la ira, la pasión y los celos, y se dediquen a frenar su aparición. Paramahansa Yogananda dice: “Cuando estés iracundo nada digas, considérala como si fuese un resfriado, y destrúyela”

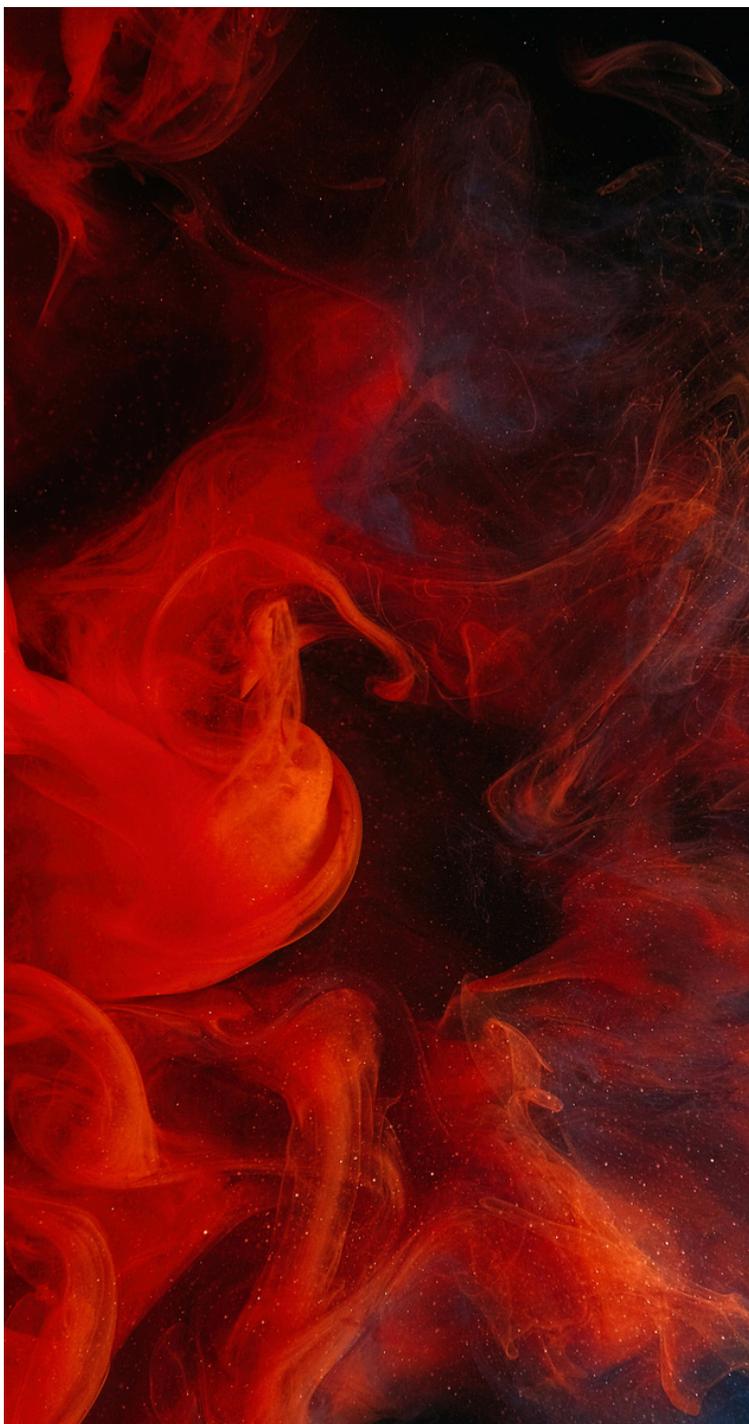
En estado de ira, el corazón se acelera, las manos sudan, la presión se altera, el razonamiento se nubla y la respiración se vuelve totalmente irregular, confinada a la parte alta del pecho. Para encontrar de nuevo la calma, se recomienda sentarse con la columna vertebral recta, practicar la respiración completa yogui, que consiste en inhalar por la nariz de forma ascendente desde el abdomen, o parte baja, pasando por la parte



central o pecho y finalmente a la zona alta o clavicular, retener el aire por breves minutos y descender la exhalación de camino inverso, repetir el proceso al menos seis veces.

Las formas de alimentarnos pueden contribuir en una conducta agresiva o pacífica. La alimentación tamásica, basada en consumo de carnes es de baja frecuencia y fomenta la pesadez, la torpeza y la agresividad, que también es exaltada por el consumo de bebidas alcohólicas. Una dieta vegetariana o Satvica, sutaliza el organismo físico, las emociones y la mente. A esto se refieren las gunas, en los antiguos textos védicos, tal como afirma el autor español Ramiro A. Calle, en su libro “La sabiduría de los grandes yoguis”, las gunas se manifiestan en el mundo externo, pero también lo hacen en la vida psíquica.

Por último, quisiera mencionar el tema del Karma, o la ley de causa y efecto, “La ira no se puede vencer con ira. Si una persona muestra ira ante ti y tú respondes con ira, el resultado será desastroso” Dalai Lama.

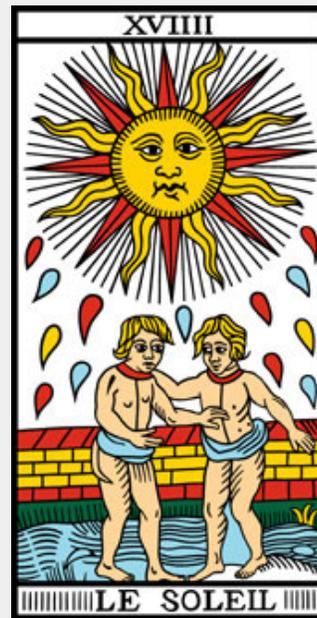


*Acerca del autor:
Radica en San Cristóbal, Venezuela.
Licenciado en Educación U.C.A.T 1980. Músico, cantautor,
novelista, productor cultural y Kriyavan (practicante de Kriya
Yoga).
Email: ragiore@hotmail.com. o giordarafael@gmail.com

TERAPIA A TRAVÉS DEL TAROT

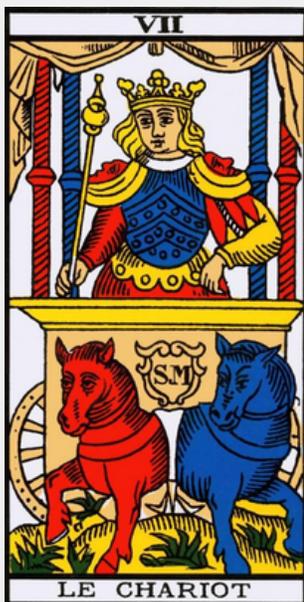
Daniel Furman*

Quiero que me lea las cartas. ¿Me puede decir que va a pasar? ¿Mi pareja me engaña? Y así la lista continúa con más y más interrogantes. ¿Se puede adivinar el futuro? El Tarot es una herramienta de autoconocimiento y de desarrollo de la Consciencia, fue creado para transmitir conocimientos a través del lenguaje simbólico y sólo podemos acceder a ese idioma a través de un proceso de transformación personal. A través del estudio profundo de las Claves y su integración a la vivencia personal se puede acceder a un mundo maravilloso que produce una muerte (Clave 13), una muerte de un estado de consciencia para que nazca otro, diferente, que asimila al anterior pero que necesariamente lo transforma en uno nuevo.



. Entonces comenzamos a “Ver” la Realidad tal como ES, y no cómo parece ser, trascendemos el mundo de las Apariencias (Clave 15) y percibimos el sustento Espiritual de todo lo que existe en cualquier plano, físico, emocional o mental. Cuando podemos vivenciar la Verdad de que la substancia que utilizamos para imaginar modelos mentales es de origen Divino, y que ese modelo luego tiende a manifestarse en el plano físico, comprendemos que todo lo que existe alguien lo imaginó antes y por lo tanto su esencia es Divina. Esto luego nos permite interpretar las Claves que salen en una lectura desde una mirada más intuitiva. ¿Cómo funciona esto? Ahí vamos. Lo primero es la escucha activa, poner atención al Consultante, concentrarse en ese Ser Humano que viene por ayuda.

Concentrarse es circunscribir toda mi atención, así todo lo que dice se fija en el subconsciente del que interpreta, y se construye un puente invisible entre ambos. Luego el que interpreta a través de las Claves que van saliendo evoca imágenes o modelos relacionados y aplicando la Razón le abre la puerta a la Intuición que se precipita en sus palabras. La Intuición no aparece si antes no se Razona, y para poder razonar correctamente debemos Imaginar, es decir “Ver” con el ojo de la mente, para poder imaginar recurrimos a la Memoria del Subconsciente y allí está todo aquello a lo que prestamos Atención, el Consultante.



Sabemos que todo se basa en Leyes, como por ejemplo Causa y Efecto, lo que la persona está viviendo es el Efecto de una Causa generada por él mismo. Lo primero es hacer consciencia de esto, encontrar esa Causa y entender el Efecto, eso le hace responsable del Aquí y Ahora. El futuro es una creación del presente, es el Efecto de la Causa que estamos generando Ahora. Por lo tanto, si somos Responsables de las Causas podemos generarlas con Consciencia y cuando sean Efecto serán las que queremos vivir. . Somos Magos, tenemos ese poder, el problema es que funciona Siempre. Para bien o para mal.

Éste poder únicamente funciona en el presente, aquí y ahora es dónde podemos generar Causas con Encanto y así producir Encantamientos, que luego recogeremos en el futuro como Efecto o Sortilegios en forma de Suerte. Así en una lectura el Tarot se le brindan herramientas al Consultante para que él sea el que toma las decisiones que le ayudarán a comprender su Presente y poder modificarlo en mejores condiciones para su vida en armonía. Es claro que el futuro solo existe como una potencia del presente, y cada decisión que se toma lo va modelando. Para vivir ese futuro que desea debe saber hacia dónde se dirige. Visualizar esa realidad que le hace sentirse feliz, cuánto más detalle pueda “ver” más factible su materialización. Ese ser feliz se relaciona con el propósito de vida. Encontrar el propósito de vida es saber hacia dónde ir, siempre conectado con un sentimiento ligado a la felicidad que tiene que ver la “vocación”. Ese es el camino que le ayudamos a descubrir, entonces ya no le pide al Tarot que le diga, sino que adquiere herramientas para producir el cambio a través de Sí Mismo. Lo importante no es la meta sino el camino, transitarlo consciente o inconscientemente es nuestra elección, tenemos ese poder, no hace falta ir a buscarlo a ningún lado, nos habita todo el tiempo, sólo espera que lo usemos. El Tarot te invita a eso.

*Acerca del autor:

Psicólogo Social; Profesor de yoga; Profesor de Tarot; Reside en Buenos Aires, Argentina.

Es actualmente Maestro de la SOA
email: danieliasfurman@gmail.com

EL CONDOMINIO DE LOS DIOSES

Prudencio Chacón*

Cuando desperté supe que estaba muerto. No sé cómo me invadió esa certeza, pero estaba ahí presente, ineludible, palpable.

-Estoy muerto y estoy pensando, reflexioné admirado y perplejo al mismo tiempo.

No puede significar otra cosa, sino que el alma existe y el padre Bermúdez, el párroco de mi pueblo, finalmente tenía razón.

-¡Ay dios!, exclamé automáticamente. -¿Qué será de mí?

Yo, ateo y antirreligioso ahora me enfrento a lo desconocido. Porque si hay alma debe haber alguien que se ocupe de esos negocios espirituales aquí en este otro mundo.

Soy culturalmente católico, me levanté en una familia fervorosamente practicante y nuestras costumbres y usos son las que nos imparten desde pequeño: bautizo, primera comunión, confirmación, y hasta ahí llegué. Incluso, estuve tres meses en un seminario empujado por una etapa mística que me invadió, quizás por influencias de una santa señora que fue mi abuela materna. Practicante católica en teoría y en la práctica, crio como sus hijos innumerables huérfanos, asistía desamparados, casaba parejas que vivían en concubinato, enseñaba a leer, daba catecismo y multiplicaba los panes.

Pero temprano en mi vida de vivo, llegué a la conclusión que todo eso de la religión, dios y los misterios era una patraña muy bien orquestada, pero que no aguantaba un leve y superficial análisis de lógica. Además, podía ser una buena persona de forma natural, sin que me amenazaran con los horrorosos castigos del infierno que un dios compasivo diseñó con amor y dedicación.

En mi pensamiento etéreo me resigno y espero. Trato de recordar de mis viejos estudios catecúmenos, qué pasa con los muertos en el otro mundo de acuerdo a la religión que alguna vez practiqué. Rememoro con cierta aprehensión que Jesucristo vendrá tonante a juzgar a vivos y muertos. Me pregunto si va a esperar que todo el mundo se muera en la tierra o solo reste un puñito de sobrevivientes en lo que quede de lo que sea le hayamos hecho a este planeta, para emprender esa tarea o nos irá juzgando de a uno en la medida que vayamos pasando para el otro lado, coloquialmente hablando. Lo digo por un tema de eficiencia y de ahorro de tiempo, aunque me parece que en este mundo eso no es un problema.

Me preparo para lo desconocido, no sin preocupación, puesto que he violado algunos de los mandamientos de la cristiandad. De lo que aún recuerdo, las cosas no pintan bien para mí.

Del decálogo de buen comportamiento que bajó Moisés del monte en donde dijo él que se lo dictaron, ya por el primero creo que me condenan: No tendrás otros dioses aparte de mí, reza el libro del Éxodo, agravado porque no tengo ninguno.

El segundo tampoco me deja bien: No te harás imagen, ni te inclinarás delante de ellas ni les darás culto, sigue el libro de marras. Evoqué que más de una vez le puse velas a un santo porque decían mis compañeros de clases que hacía milagros para aprobar exámenes, ¡por supuesto sin estudiar! Porque entonces no sería milagro. Con este mandamiento también salgo reprobado, como en los exámenes que puse al resguardo del famoso santo de yeso.

Si vemos el tercero de la lista con eso de santificar las fiestas, días que utilizaba irresponsablemente para el jolgorio en alguna playa recóndita o no de mi país, ¡ya se ve claro que me espera algún castigo horroroso! el menor de los cuales es ir al purgatorio. De acuerdo al catecismo, podría enfrentar una condena de duración incierta, puesto que no se conoce el código de castigo de ese semi infierno. La ventaja es que, si aparece alguna alma caritativa que aún viva y rece lo adecuado, se puede reducir la condena. Si me voy al infierno, ¡ide allí si es verdad que no me saca nadie! Palabra de dios, literalmente.

No sigo la relación del resto de los mandamientos porque expondría alguna debilidad ante mis conocidos y eso da pena, aunque uno esté muerto. Por eso la confesión en el catolicismo es secreta.

Mi alma sigue cavilando, perpleja. En la historia de la humanidad proliferan innumerables religiones, unas ya olvidadas, otras aún vigentes, cada una con sus dioses, rituales y mandamientos. ¿No es acaso lógico pensar que todas deben ser igualmente verdaderas? ¿Qué razón habría para que un grupo humano afirme la superioridad absoluta de su fe sobre las demás? Si cada religión es la verdadera a los ojos de sus respectivos fieles, entonces todas las religiones son ciertas y en consecuencia todos los dioses existen.

Yo, que hasta ahora no creía en dioses, me topo de repente con esta realidad que emana de mi reflexión y me pregunto ¿quién será mi juez y mi verdugo entre todas estas deidades que deben deambular en este vasto mundo?

Salgo de mis cavilaciones cuando siento que un ente se me aproxima. Mi espíritu lo contempla: sus ojos imaginarios dilatados por una profunda angustia capturan mi atención. Es un mártir de la yihad. Sin palabras, sus pensamientos me llegan claros: busca a su dios para que le otorgue su merecida recompensa. Seguramente anhela poder interceder por su familia, tal como promete su libro sagrado. Además, me comunica que anda en busca de unas vírgenes, aunque en mi estado espiritual actual no logro comprender plenamente el motivo detrás de esa búsqueda. Se aleja desafortado buscando quien le dé su premio.

Quedo pensativo, tratando de discernir el pensamiento del alma atormentada que se alejaba, cuando siento una terrible fuerza inmaterial que irradia otra ánima que siento a mi lado. Había sido un feroz guerrero, o guerrera, aquí no se diferencian esas cosas, que me comunica con orgullo que había muerto en combate. Buscaba anhelante un sitio que llamaba Asgard, donde según él, o ella, vivían sus dioses. Pensaba que por su vida de valiente que sucumbió en batalla su alma debía ser conducida al Valhalla, al salón de Odín, donde se le recompensaría con una vida eterna de fiestas y combates. Lo de las fiestas lo podría entender, pero ¿por qué seguir batallando? si así perdió la vida. Dando rugidos terribles siguió su camino en busca del tal Odín.

A estas alturas de mi existencia en este mundo tan peculiar, creía haber presenciado suficiente, cuando súbito siento un pensamiento que se acerca. Es otra alma que se presenta como Neshamá. Al igual que yo, aguarda su juicio. Como los reclusos que en sus charlas siempre se proclaman inocentes de los cargos que se les imputan y que, según ellos, los mantienen injustamente entre rejas, Neshamá me transmite en nuestro lenguaje sin palabras y sin idiomas, que se

Del decálogo de buen comportamiento que bajó Moisés del monte en donde dijo él que se lo dictaron, ya por el primero creo que me condenan: No tendrás otros dioses aparte de mí, reza el libro del Éxodo, agravado porque no tengo ninguno.

El segundo tampoco me deja bien: No te harás imagen, ni te inclinarás delante de ellas ni les darás culto, sigue el libro de marras. Evoqué que más de una vez le puse velas a un santo porque decían mis compañeros de clases que hacía milagros para aprobar exámenes, ¡por supuesto sin estudiar! Porque entonces no sería milagro. Con este mandamiento también salgo reprobado, como en los exámenes que puse al resguardo del famoso santo de yeso.

Si vemos el tercero de la lista con eso de santificar las fiestas, días que utilizaba irresponsablemente para el jolgorio en alguna playa recóndita o no de mi país, ¡ya se ve claro que me espera algún castigo horroroso! el menor de los cuales es ir al purgatorio. De acuerdo al catecismo, podría enfrentar una condena de duración incierta, puesto que no se conoce el código de castigo de ese semi infierno. La ventaja es que, si aparece alguna alma caritativa que aún viva y rece lo adecuado, se puede reducir la condena. Si me voy al infierno, ¡ide allí si es verdad que no me saca nadie! Palabra de dios, literalmente.

No sigo la relación del resto de los mandamientos porque expondría alguna debilidad ante mis conocidos y eso da pena, aunque uno esté muerto. Por eso la confesión en el catolicismo es secreta.

Mi alma sigue cavilando, perpleja. En la historia de la humanidad proliferan innumerables religiones, unas ya olvidadas, otras aún vigentes, cada una con sus dioses, rituales y mandamientos. ¿No es acaso lógico pensar que todas deben ser igualmente verdaderas? ¿Qué razón habría para que un grupo humano afirme la superioridad absoluta de su fe sobre las demás? Si cada religión es la verdadera a los ojos de sus respectivos fieles, entonces todas las religiones son ciertas y en consecuencia todos los dioses existen.

Yo, que hasta ahora no creía en dioses, me topo de repente con esta realidad que emana de mi reflexión y me pregunto ¿quién será mi juez y mi verdugo entre todas estas deidades que deben deambular en este vasto mundo?

Salgo de mis cavilaciones cuando siento que un ente se me aproxima. Mi espíritu lo contempla: sus ojos imaginarios dilatados por una profunda angustia capturan mi atención. Es un mártir de la yihad. Sin palabras, sus pensamientos me llegan claros: busca a su dios para que le otorgue su merecida recompensa. Seguramente anhela poder interceder por su familia, tal como promete su libro sagrado. Además, me comunica que anda en busca de unas vírgenes, aunque en mi estado espiritual actual no logro comprender plenamente el motivo detrás de esa búsqueda. Se aleja desafortado buscando quien le dé su premio.

Quedo pensativo, tratando de discernir el pensamiento del alma atormentada que se alejaba, cuando siento una terrible fuerza inmaterial que irradia otra ánima que siento a mi lado. Había sido un feroz guerrero, o guerrera, aquí no se diferencian esas cosas, que me comunica con orgullo que había muerto en combate. Buscaba anhelante un sitio que llamaba Asgard, donde según él, o ella, vivían sus dioses. Pensaba que por su vida de valiente que sucumbió en batalla su alma debía ser conducida al Valhalla, al salón de Odín, donde se le recompensaría con una vida eterna de fiestas y combates. Lo de las fiestas lo podría entender, pero ¿por qué seguir batallando? si así perdió la vida. Dando rugidos terribles siguió su camino en busca del tal Odín.

A estas alturas de mi existencia en este mundo tan peculiar, creía haber presenciado suficiente, cuando súbito siento un pensamiento que se acerca. Es otra alma que se presenta como Neshamá. Al igual que yo, aguarda su juicio. Como los reclusos que en sus charlas siempre se proclaman inocentes de los cargos que se les imputan y que, según ellos, los mantienen injustamente entre rejas, Neshamá me transmite en nuestro lenguaje sin palabras y sin idiomas, que se

considera merecedor del premio que su dios otorga, ya que ha cumplido las leyes de su libro sagrado. Aunque se ha sentido premiada en vida, su alma anhela la recompensa de la vida eterna en el olam habá o mundo venidero. Sin embargo, a pesar de su tranquila actitud de espera confiada, percibo un dejo de preocupación en su interior. Creo entender que ha llevado a cabo ciertos actos de los que no se siente muy orgullosa. También es consciente de que su dios no es precisamente benigno, considerando que según los relatos de su libro sagrado, me cuenta, sobre eventos como un terrible diluvio universal, la destrucción de un par de ciudades pecaminosas y las plagas que asolaron un culto país, el número de muertes atribuidas a su dios asciende a varios millones. ¡No se anda con chiquitas este dios! Comprendo su preocupación.

Muchas más almas a mi alrededor giran, buscan, corren, o eso parece. Cada vez siento más intenso un murmullo de pensamientos de mis compañeros de infortunio. Parece una gran plaza donde una multitud habla al mismo tiempo sin poder entender lo que dicen, sino de los más cercanos. Solo percibo de modo general la inquietud que nos domina a todos. En ese caos de ánimas mi preocupación se incrementa. Entre tantos dioses y almas, ¿quién me juzgará? ¿El dios belicoso que premia la muerte en batalla, el dios que ofrece vírgenes, o el dios que ha asesinado millones, o me tocará en suerte algún dios amoroso? ¿Cómo un dios reconocerá a los suyos? En mi caso que no creo en ellos, me tortura la pregunta: ¿Quién será mi juez?

El murmullo etéreo se intensifica, creo que algo está por pasar. Mi corazón imaginario se acelera. Veo que se acerca un dios espectacular. Alguien me dice que se llama Huitzilopochtli, el dios de la guerra, el sol y el sacrificio humano. Su rostro se asemeja al de un colibrí, con un largo pico curvado y ojos grandes y penetrantes. Lleva un atuendo de guerrero, con penacho adornado con plumas de colibrí, un hermoso escudo y una lanza en la mano. Camina orgulloso seguro de su imagen y poder. Lo siguen aleladas unas cuantas almas de sus adeptos.

El los conduciría ante Mictlantecuhtli y Mictecacihuatl que rigen el inframundo de estos creyentes. Allí verán su destino decidido. Siguen apareciendo mundos en este mundo.

No se queda atrás en espectacularidad un dios que llaman Odín. Aparece este dios jinete en un caballo de ocho patas, llamado Sleipnir, me dice un espíritu conocedor que agrega petulante, de las criaturas más rápidas y poderosas de los nueve mundos. Más mundos. Cabellos y barbas largas al viento que no existe. Me sorprende una característica: Es tuerto. Un dios tuerto.

Detrás de él venía otro dios entre relámpagos y truenos, luego una diosa de belleza deslumbrante y finamente otro más haciendo cabriolas y morisquetas.

De pronto, hacia lo que puedo llamar mis espaldas, aparece un grupo de dioses de lo más bizarros: entre ellos uno de tez azulada, Vishnú, me dicen que se llama, con cuatro brazos y sosteniendo varios objetos disímiles, aprovechando la capacidad de asir cuatro cosas al mismo tiempo. Otra deidad, -Shiva- según mi informante, tiene un rostro con tres ojos, una serpiente alrededor de su cuello, un río que brota de su cabello y sostiene un tridente y un tambor. Otro dios se acerca montado en un león. Hay muchos más que aparentemente son secundarios por la forma como marchan en el conjunto. El grupo es numeroso por la presencia de las esposas de los dioses. Realmente un espectáculo digno de un desfile.

No termino de contemplar asombrado el cortejo que pasa cuando, seguidamente, se acerca una diosa de radiante belleza, de su largo y ondulado cabello caen gotas de agua. Me explican mis camaradas espirituales siempre prontos a iluminar mi ignorancia, que la hermosa divinidad vive en una cueva debajo de un lago en una verde montaña y que se llama sencillamente María. Pasa rodeada de animales: venados, tigres, serpientes e innumerables aves. Va jinete en un extraño animal de larga nariz, poderoso, grueso. Lo recuerdo de mi vida en la tierra, es un tapir.

Como único vestido pende de su pecho un extraño collar o amuleto que, por supuesto, deja al descubierto su cuerpo definido, armónico que luce con legítimo orgullo. En sus manos sostiene un bastón adornado con gemas. Ante ella no siento temor, sino una gran placidez, como cuando la madre te ampara en su regazo. Pasa y me mira fugazmente. Siento su poder maternal y al mismo tiempo voluptuoso. No juzga.

Siguen pasando deidades, de toda índole, sexo y condición, unos aterradoras, otros pacíficos, unos muy sencillos, otros adornados bizarramente, solos, en tumulto. Incontables.

Me pregunto ¿cómo hacen para ponerse de acuerdo en este aparente, o real, desorden de dioses y almas atribuladas? Se me ocurre que, debe haber una suerte de condominio de los dioses para regular esta multitud en este mundo, que además parece que tiene submundos.

Ya mi angustia comienza a hacerse intolerable. Me pregunto si es parte de mi castigo sufrir esta incertidumbre. Qué será de mí si me toca Odín como juez: ni siquiera participé en peleas en mi escuela primaria, menos morir combatiendo con una espada en la mano.

Encojo mi alma y pienso que mi destino eterno no se ve muy favorable, aunque he sido una buena persona, buen padre, buen hijo, cumplidor de mis deberes como trabajador, buen ciudadano, me parece que me falta algo que vi en los ojos de las otras almas que se me aproximaron.

Resignado a mi suerte, espero mi incierto destino. De pronto veo que se acerca algo invisible pero que emana un gran poder; me siento penetrado por una mirada inconmensurable, mis pensamientos se abren libres ante ese dominio. Me escruta intensamente. Evalúa cada segundo de las acciones de mi vida, hasta mi pensamiento más recóndito es revisado, pesado, juzgado. ¿Quién es este que lee el libro de mi vida con tanta libertad? Me ilumino con la evidencia que se me incrusta en mi mente: ¡es el dios de la biblia!

-¡Estoy perdido! -, alcanzo a decir en mi voz sin sonido.

Cierro fuertemente mis ojos ilusorios esperando el rayo que me fulminaría y me enviaría al Averno o quien sabe a cuál círculo del infierno que este dios inmisericorde ha diseñado con cuidadosa crueldad.

Espero.

Mi espíritu se estremece, si acaso puede estremecerse en este estado inmaterial, pero no encuentro una palabra que pueda captar verdaderamente mi desazón, mi angustia mortal, la de verdad, la eterna. Siento la presencia asfixiante, opresiva, de aquel en quien no creí. Desearía haber admitido con humildad las palabras del padre Bermúdez, pero ya es demasiado tarde. Ahora solo aguardo el golpe final como si fuese un perro apaleado, con mis ojos inexistentes fuertemente cerrados.

Lentamente, con aprensión, entreabro cautelosamente uno de mis imaginarios párpados, intentando descubrir al poderoso ente invisible que me constriñe. Por la rendija que queda, percibo la imagen de un paisaje bucólico que me evoca una extraña familiaridad. Al abrir completamente los ojos, la revelación es inmediata: reconozco la pintura naïf de mi abuelo, esa que ha adornado la pared de mi cuarto desde mi lejana infancia.

El Peñón, 13 de abril de 2024

* Acerca del autor: Originario de Venezuela. Biólogo de la Universidad Central de Venezuela. Doctor en Biología por la Sorbonne de París, Francia. Prof. Titular y Exrector de la Universidad Bolivariana de Venezuela. Email: prudencio58@gmail.com

PINTANDO A MAMÁ

Arcadio Humberto Urbina Méndez*

Creía fácil hacer un retrato de ella.

Primero intenté darle color a su ternura, pero resultó difícil. Lo mismo ocurrió con la paciencia que tuvo conmigo... Quise al mismo tiempo resaltar su dulzura y obtuve pésimos resultados.

Sin embargo, no me daba por vencido, finalmente todo se resolvió, cuando recordé el Amor que me tuvo desde niño; ese motivo sirvió de inspiración para seguir adelante con el trabajo. Así que volví a deslizar el pincel sobre lienzo, al cabo de un tiempo surgieron hermosos los colores que jamás habían visto...ahora sí, me sentía satisfecho, había plasmado todas sus virtudes.

Luego de un tiempo, observé detenidamente el trabajo y noté en el cuadro la firma de otro artista; entonces comprendí que la perfección del rostro de mi madre, solamente podía ser Obra de Dios.

Colorín colorao, este cuento se ha acabado.

San Cristóbal, mayo 2024

* Acerca del autor: Diplomado en Estadística Aplicada (UNET-San Cristóbal- Táchira) Investigador independiente. E-mail-urbina3a@hotmail.com

RECUERDOS

Edith Moncada Suyai*

Hay recuerdos que producen desvarío,
una pasión dulce y loca
que tú conoces bien.
Son recuerdos tuyos, míos, nuestros.
Añorados por mí, por tus besos,
esos que me trastocan, encienden y provocan.
Los llevo impresos en mis labios,
en mi cuerpo con el sello de ti.
Tus besos, calcinan, aprisionan,

son despiadados, salvajes, y tiernos
tan tiernos como sólo lo eres tú.
Tus besos indefinibles, me sonrojan,
me aprisionan y me vuelven mariposa
para posarme en ti.
Hay recuerdos tuyos, míos y nuestros
que llenan de lágrimas mis ojos
donde no hay sol ni sombra que oculten
el amor desmedido que hemos vivido
desde el día que tus labios y los míos
dijeron sí.

* Acerca del autor: Profesora y escritora, reside en Valparaíso, Chile. Escribe cuentos y poesía. Email: suyaiedita@gmail.com