

Bitácora de un viaje existencial Narración de mi despertar cuántico



**Jorge
Luis
Bona**

08 de Febrero de 2020

**Monografía final para titulación
Tutora y Guía: Sara Barnatán - Queca Wayra Nuna**



ESCUELA DE BIODANZA MAR DEL PLATA · BS AS · ARGENTINA

Directora Romina Cassinelli

Coordinadora pedagógica: Betina Galante
Coordinadora general: Silvia Montoya

Guía de prácticas: Shanty De Cesare
Asesor Pedagógico: Adrián Scalise



Bitácora de un viaje existencial: narración de mi despertar cuántico por Jorge Luis Bona
se distribuye bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-
CompartirIgual 4.0 Internacional.

Está permitida su copia y distribución por cualquier medio siempre que mantenga el
reconocimiento de su autor y no haga uso comercial de la obra. Si usted altera,
transforma, o crea sobre esta obra, sólo podrá distribuir la obra derivada resultante bajo
una licencia idéntica a ésta.

[01] - Prologo.	02
[02] - Historia Personal: <i>Linaje, vínculos, lazos, herencia de mandatos.</i>	03
[03] - El mito del Águila: <i>Una profunda crisis de vacuidad existencial.</i>	04
[04] - La búsqueda: <i>Camino de desenvolvimiento interior.</i>	04
[05] - La partida de mis padres: <i>Comprensión de lo perecedero.</i>	06
[06] - Un nuevo amor: <i>Ingreso a Biodanza.</i>	07
[07] - Comunidad de Tigre: <i>Los Hermanos del alma. Mi continente afectivo.</i>	09
[08] - Regreso a Mar del Plata. <i>2016 inicio de la Escuela de Biodanza.</i>	10
[09] - Mi primera experiencia: <i>El Ritual de la Velas con José Coutiño.</i>	12
[10] - Extensión Neochamanismo en Biodanza: <i>Se abre el umbral al misterio.</i>	14
[11] - Experiencias Chamánicas: <i>Iniciaciones, Rituales, Ceremonias, y Talleres.</i>	25
[12] - Biodanzantes que dejan huellas en mi vida: <i>Nora, Carlos y Queca.</i>	34
[13] – Epílogo: <i>Cerrando este relato de vivencia.</i>	35
[14] – Agradecimientos.	36
[15] – Apreciaciones de la Tutora sobre “Bitácora de un viaje existencial”	37
[16] – Bibliografía.	38

Mis sueños son un peregrinaje por el inconsciente,
 traigo de él, imágenes, voces y sensaciones,
 que se desvanecen rápidamente al despertar...
 Aquellos que logro recordar,
 a veces, carecen de un sentido lógico,
 están cargados de simbolismos...
 Mi Ser tiene vida propia,
 es un viajero frecuente, en el mundo onírico,
 viaja por el tiempo, recorre otras dimensiones,
 se encuentra con almas que ya partieron...
 Anoche en mi sueño visité un viejo faro,
 su radiante luz me invitaba a navegar,
 y a orientar la nave de mi vida
 hacia otros rumbos...
 No interpreto el sueño,
 dejo que las sensaciones se sedimenten,
 pues es mi Ser el viajero, y
 quien lleva la bitácora de mi vida...

jlb 05.07.18

[01] – Prologo

A través de esta monografía intento poner de manifiesto mi proceso personal, el que fue afectado sustancialmente por la práctica de Biodanza y esencialmente de mi intervención en ceremonias y rituales de Neochamanismo, dentro y fuera del ámbito de Biodanza.

En los últimos seis años he dado un cambio sustancial en mi vida, puedo orgullosamente decir que soy un hombre nuevo, con un rico bagaje de experiencias, hoy despojado de cualquier tipo de culpas. He aceptado con humildad e hidalguía que, en cada instante de vida, con las herramientas disponibles en ese momento (Nivel de Conciencia) he dado lo mejor de mí.

Abrí mi corazón a la vida, me sensibilicé y puedo mostrarme vulnerable, no necesito más de máscaras ni armaduras para vivir el presente.

He dejado de mirar atrás y de proyectarme en el futuro, porque en ambas situaciones me perdía de vivir el presente, esos momentos únicos e irrepetibles.

Encontré que Biodanza y Neochamanismo, ambas son actividades vivenciales que sacralizan la vida, que requieren un compromiso del practicante, que es necesaria la entrega a la vivencia sin pensar en resultados, como también una autoregulación para poder ir procesando paulatinamente la vivencia, metabolizando los cambios. De la misma manera, trabajar con los cuatro elementos, me llevó a tomar consciencia a través de las danzas y los rituales, de la importancia de éstos en la vida de todo ser humano, ya que somos una Unidad con la Naturaleza, de espíritu, mente, emociones y cuerpo físico.

Comencé a tomar consciencia de mi Vida, conectándome multidimensionalmente, situándome en el justo camino de mi existencia, pudiendo sanar mi linaje ancestral mediante el perdón, la aceptación y esencialmente perdonándome lo que por mucho tiempo consideré como “errores”.

La aceptación integral de mi Ser, me lleva a sumergirme y tener una mirada amorosa sobre lo que vivo y cómo lo vivo. Este registro me invita a estar en cada instante de mi existencia en tiempo presente, conectado con la vida.

Elegí cómo Título: “Bitácora de un viaje existencial”, porque este trabajo representa a ese cuaderno utilizado por los navegantes donde registraban sus peripecias, vicisitudes y descubrimientos. Y cómo subtítulo: “Narración de mi

despertar cuántico”, que simboliza ese SALTO que produjo en mi proceso de despertar espiritual.

[02] – Historia Personal: *Linaje, vínculos, lazos, herencia de mandatos.*



Nací un 24 de marzo de 1955, en la ciudad de Mar del Plata, soy el segundo y último hijo de Crescencia del Carmen Alderete y Francisco Bona.

Llegué al mundo después de 3 años y 8 meses de la partida de mi hermana, María del Carmen, quien estuvo tan sólo cinco días en este plano, pero que se convirtió en un hito familiar.

Siento que no puedo más que agradecer a mis padres por todo el amor que me dieron, desde su posibilidad, atravesando culpas, dolor e incomprensión; la partida de mi hermana fue un antes y un después que se grabaría a fuego en sus almas y en la mía.

Necesité transitar 63 años de mi vida, para comprender lo profundo de esta vivencia familiar, como así también el dolor que estaba arraigado en mis células, evidenciando por la melancolía y la tristeza que fueron una moneda corriente en mi vida.

Crecí en una profunda solitariedad, que me inducía a manifestarme en un mundo creativo, en el que la imaginación florecía en mis juegos en el fondo de mi casa, y me transportaba a otros mundos. Hoy podría dar fe que esa creatividad que me habitaba fue una verdadera válvula de escape.

Nací en una situación traumática, con una fuerte sensación de asfixia, y así fui criado. El miedo y el sentimiento de culpa de mi madre, me prodigaban amorosos pero asfixiantes abrazos, la bronca y dureza de mi padre no la pude comprender hasta momentos antes de su partida.

Con respecto a mi descendencia, David es mi primer hijo, no me hice cargo de su crianza, y me contacté con él, ya de grande, no obstante supimos construir un vínculo amoroso, al igual que con Julia, su madre.

Mi casamiento con Gladys fue en realidad un escape de ese sentimiento de asfixia familiar, no fue el amor lo que nos unió, y lo que nos ligó en ese tiempo, duro pocos años, diría hasta el momento del nacimiento de mis tres hijos matrimoniales (Ricky y las gemelas; María Luisa y María Belén).

El “modelo de perfección humana” es el chip cultural que me habían impuesto, a través, de mandatos, del deber ser, y a los que no tenía la fuerza interior para sustentar.

A pesar del desamor conyugal sostuve mi relación matrimonial por casi 30 años, respetando absurdos mandatos inconscientes de mantener las formas, de aquello que pregonaba que **el matrimonio debía durar hasta que la muerte nos separe, de ser el macho proveedor, de no permitirme expresar mi sentir**, y tantas otras cosas que mi generación y las anteriores sostenían como creencia de valores.

Intentar mantener ese vínculo disociado del amor y formato de perfección humana me llevaba, cada vez más a un gran vacío existencial.

[03] – El mito del águila: *Una profunda crisis de vacuidad existencial que devino en un renacimiento...*

“En el mito del Águila se expresa que esta ave vive setenta años. A sus treinta y cinco años, es decir, a la mitad de su vida, tiene el pico torcido que le pincha el pecho, sus garras encorvadas le dificultan cazar y sus plumas están densas y pesadas y muchas de estas aves mueren ante estas circunstancias. Pero otras tienen el coraje de la transformación y se dirigen a lo alto de la montaña para comenzar un proceso de muerte y renacimiento. En soledad comienza un primer proceso de golpear su pico contra una roca hasta arrancárselo, de una manera lenta y dolorosa. Le sigue un segundo proceso en el cual comienzan a golpear sus garras contra una roca y en el tercer proceso se arrancan sus plumas viejas y pesadas. Renace un pico fuerte, garras filosas y plumas livianas. Este proceso dura aproximadamente seis meses. Esta renovación le permite al águila volver a vivir en plenitud el resto de su vida”.^[1]

Como el águila a mis 35 años, habiendo transitado algunos fracasos en mi vida social y el desamor que vivía con mi esposa, me llevaron a plantearme poner fin a mi vida, pues no le encontraba sentido. En ese momento mis hijos pequeños me anclaron y me llevaron a desechar esa determinación.

Comprendí que debía cumplir con mi misión de vida cuando una luz de amor terrenal apareció, Betina. Aunque esta relación no prosperó en el tiempo, siento que en esos pocos años, ella fue un gran amor, un despertar. Cubierto por este halo, sabía que debía producir una transformación en mi existencia, así como el águila que desde las alturas agudiza su visión, comprendí que debía cambiar la mirada, que la vida no era un contrapunto entre blancos y negros, sino que existen una variada y diversa gama de grises y colores que hasta ese momento no registraba.



CAOS EXISTENCIAL

***En primavera, el crudo invierno se hizo presente en mí,
ayer transité por un árido desierto,
dónde necesité del calor de la manada.
Las tinieblas se apoderaron de mi mente,
mis emociones me jugaron malas pasadas.
Mi corazón sigue latiendo vida,
mi amor sigue pulsando, expresando su sentir.
Se que todo cuanto vivo es parte de mi aprendizaje existencial,
mas no puedo ver hoy lo que mi alma necesita aprender...***

jlb 22.11.17

[04] – La búsqueda: *Camino de desenvolvimiento interior.*

Desde muy pequeño fui un buscador, sabía que la vida no era solo lo que veía, que había algo más. Pero cuando uno transita por la oscura noche del alma, tiene el potencial interior para recibir el amanecer y reconoce que la aridez y vacuidad existencial no son una constante de vida, sino estadios de aprendizaje. De ese proceso de profunda crisis vivida a mis treinta y cinco años supe que tenía que cambiar, que no podía seguir transitando eternamente en ese

vacío... Primero pensé que era afuera, que el entorno debía cambiar, pero esa ilusión pronto se desvaneció, para darme cuenta entonces que ese cambio debía producirse en mi mismo y cuando uno busca de corazón encuentra las herramientas adecuadas.

A fines de 1989 ingresé a **Cafh, un camino de desenvolvimiento interior**, y me mantuve 27 años en él, fortaleciendo mi alma, reconociendo mis luces y mis sombras, domando al mono con navaja (ego) que habitaba en mí. Tras estas casi tres décadas de trabajo interior aprendí a reconocer desde donde



actuaba, un profundo trabajo conmigo mismo, donde pude transmutar la calidad de mis pensamientos y de mis acciones. En este camino adquirí muchas herramientas que posibilitaron que tuviese un mejor pasar, pudiendo ver la vida desde otras perspectivas.

Así fui transitando este camino de autoconocimiento, de armonización de mis relaciones y de mis valores existenciales. Poblado de hábitos ascéticos, lectura, meditación, aprendizaje de convivencia grupal.

Hoy a la distancia comprendo que durante estos años fue el tiempo en que mi Ser se reencontró con su libertad interior, trayéndome respuestas a mi vocación espiritual, de un profundo trabajo de renuncia. Y utilizo el término renuncia desde una perspectiva de aceptación del devenir con sus permanentes cambios, logrando estar centrado en un lugar interior de armonía, bienestar y amor.

Es cierto que emociones e instintos eran atemperados, pues aprendí a dominarlos. También aprendí a desandar el camino de la dualidad, para hacer mis primeros pasos por el sendero interior de la Unicidad. Sendero que fluctúa en el devenir y con consciencia de volver a mi centro de armonía.

***Los instintos pujan por salir
del profundo inconsciente...
Instintos que me conectan
con mi propia esencia...***

***Devaluados por un racionalismo escindido,
negando cualquier posibilidad de conexión con la vida misma.
Reprimidos sepulté por prejuicios, miedos, tabúes y mandatos,
pero en mi interioridad estaban pulsando
como una necesidad por develarse...***

***Es imposible trabajar en mi autoconocimiento
sin pasar por los instintivo...
Mi propia existencia está vinculada
a los instintos que me habitan...
jlb 30.04.18***

***La legión de egos susceptibles,
marcha con hidalguía,
detrás de escudos protectores,
y de mandatos kármicos (de valentía)...***

***Mostrando a veces distintas caras
de una misma moneda, con ropajes apropiados
se camufla en lo cotidiano...
Evitando mostrar a quien anida en su vida,
al Ser que le da sentido a su Linaje Divino,
aquel que lleva de vida en vida...
Siendo nuestro presente el resultado de las últimas 7 generaciones.
jlb 09.05.18***

¡SOMOS LOS ARTÍFICES DE NUESTRO PROPIO DESTINO!

***Y todo de repente tiene sentido;
todo absolutamente todo,
tiene otras posibilidades.
Dejamos de mirar
con los ojos de la razón,
del juicio, de la descalificación.
Para ver con los ojos del alma,
con una mirada amorosa
sobre la realidad
que nos acontece.
Descubrimos la perfección
en cada experiencia.
Ya no somos víctimas,
dejamos de lado la culpa,
ya no nos cabe el traje
de “pobrecitos” para encarnar
nuestro verdadero rol en la vida,
el de ser artífices de nuestra propia existencia...
lb 02.05.18***

[05] – La partida de mis padres: *Comprensión de lo perecedero.*

Entre mis 42 y 52 años, se produjo la partida a otros planos de mis padres. Primero fue mi Madre, ella no pudo sanar la pérdida de su primera hija, llevándose con ella el dolor, la culpa, su tristeza, su silencio.

Diez años después mi Padre emprendió el viaje de regreso al Hogar. Pero a diferencia de mi madre, él sí pudo transmutar la bronca, la dureza emocional, la impotencia, la culpa, la tristeza y el dolor.

Mis hijas ya adolescentes, por ese entonces, fueron sus maestras. El gran amor que mi padre recibió de ellas sublimó su tortuoso pasado. Ese hombre que no se permitía ni escuchar música, les regalaba balbuceos de tangos de los años 30 a mis hijas en sus últimos años de vida. La sonrisa volvió a él, ellas le devolvieron su ternura innata... Este Pancho, como le decían, era un hombre nuevo, un desconocido para mí, su rostro se endulzó y sus gestos volvieron a tener una asombrosa calidez...

Carmen y Francisco, mis padres, me enseñaron la finitud de la existencia, que el personaje que encarnamos es algo perecedero, que si no superamos las adversidades, nos llevamos como asignatura pendiente a otros planos, pero también transmitimos ese pesado karma a nuestra descendencia.

***Un corazón sensible sabe del dolor,
de la aridez, de la desolación y
de otros estadios del alma...
Pero también reconoce como propia
la energía del amor,
la mirada inocente, y
la Luz Divina que anida dentro suyo...
Vive en Unidad e integra ambos estadios,
sabe que con ambos convive y
que son parte de su aprendizaje de vida...
Todo cuánto experimentamos es perfecto,
cuánto más sensibles y flexibles estamos,
fluimos con mayor armonía por la Vida...
jlb 11.05.18***

[06] – Un nuevo amor: Ingreso a Biodanza.



Entré a Biodanza de la mano de Nora Lía, un nuevo amor. A fines del 2013 nos permitimos profundizar nuestra amistad construida en nuestro camino espiritual, ese año algo cambió, nos enamoramos.

Ella estaba trabajando como maestra de música en la Escuela N°31, donde yo había hecho mi primaria, allá por los años 60. Ella además estaba terminando su formación en Biodanza, actividad que yo no comprendía que era, ya que el bailar era algo lejano a mis posibilidades.

En diciembre de 2013 me invita a participar de su última supervisión de



ofreciéndome a sacar fotos...



Biodanza, destinada a los compañeros de la escuela donde trabajaba. Mi respuesta fue un sí condicional,

Así fue como pude apreciar una clase inicial desde el observador, aunque me convocaron a la ronda de bienvenida, en ningún momento me animé a entrar y compartir la actividad. Participaron una veintena de maestras y había un sólo hombre, y tal vez tan tímido como yo. Él fue quien me **habilitó** a la posibilidad de probar en algún momento una clase. Esa vez no dance, observé sin juicio, con respeto y con cierto deleite...

A fines de febrero 2014, fui un testigo privilegiado en la hechura de su monografía, y en marzo de su titulación...

El último martes de febrero de 2014, Nora Lía me acompañó a mi primera Clase de Biodanza en el grupo regular que facilitaba Viviana Peralta, y del que participé hasta fines de abril de ese año.

Aún recuerdo haber sido recibido por Lente (Iván), quién en el umbral de su casa, me dio un abrazo que duró una eternidad, fue placentero, pero mi cabeza iba a mil, los que dirán y tantas otras resistencias me abrumaban restándole posibilidades al placer de sostener un abrazo cálido de corazón a corazón. No fue tan traumático, ya que aun siento el placer de esos abrazos, y a Lente lo considero mi maestro de abrazos...

Por razones laborales nuevamente me trasladé a Tigre, Nora Lía me llevó a conocer a Carlos Ariel Lavigna y a Claudia Gorosito (India), con quienes danceé hasta fines del 2015.

¡La magia del amor!

**Descubrir la magia en la vida
y esencialmente en nosotros mismos,
es descubrir la energía del amor,
es esa fuerza llena de misterios
que sostiene la vida,
un amanecer,
una puesta de sol,
un parque colmado de flores coloridas,
la intensidad de la lluvia,
las caprichosas formas de las nubes,
el brillo de la mirada de un niño...
Y tantas otras cosas,
que a veces dejamos de ver,
están sostenidas por la fuerza del amor.
Conectar con la naturaleza,
con sus ciclos,
conectarnos con nuestra interioridad,
es una forma de empoderarnos de esta fuerza...
Cada célula de nuestro organismo,
cada partícula que nos circunda,
está compuesta de energía de amor...
Somos Amor en Acción,
sólo nos hace falta reconocerlo...
jlb 15 09 18**

***Me pierdo en la profundidad de tus miradas,
quedo embelesado con el aroma de tu jardín interior...
Al conectar con el latido de tu corazón,
siento como la vida me acaricia,
con ese ritmo primitivo***

*que viene de otras dimensiones...
 Entablamos diálogos sin palabras,
 el idioma de las miradas
 es nuestro canal de comunicación...
 Nuestros labios se aproximan sin tocarse,
 sintiendo la atracción y saboreando esta íntima cercanía...
 Me atrae el sólo hecho de sentirte,
 mis células danzan sensuales estadios de majestuosidad
 donde el amor es sostén de mi vida...
 jlb 13.05.18*

[7] – Comunidad de Tigre: Los Hermanos del alma. Mi continente afectivo.



La manada tigrense me cautivó y adoptó, fue con este grupo con quienes mamé en profundidad Biodanza, fui uno de los **lunáticos** de Carlos, así nos llamábamos los integrantes del grupo de los lunes. De forma progresiva me fue llevando de la mano, sin forzarme, pero invitándome a atreverme cada vez más a cruzar mis fronteras limitantes, con la amorosidad como estandarte de vida.

Es la primera vez que viví con tanta intensidad lo grupal, esa urdimbre donde se va tejiendo sin prisas una trama, a través de las clases regulares, de los talleres, de las sesiones de biodanza acuática y de los encuentros extra Biodanza.

En Tigre vivencí y valoré el estar en comunidad. Muchas charlas con Carlos, este gran y generoso facilitador, me orientaron en abrir mi corazón y comprender que cada danza, cada acto de vida, son nuestra posibilidad de ese momento, también me transmitió la ética, el cuidado y tantos otros valores que consigna a consigna marcaba a fuego en mi Ser, una vida vivida con coherencia es el mejor ejemplo que él transmite.

Allí comprendí que quería hacer la formación de Biodanza.

*El artista con sutileza elige el color
 y desliza el pincel sobre el lienzo,
 plasmando así sus primeros trazos,
 de su obra material aún incierta...
 Aplicando distintas presiones,
 obtendrá profundidad y textura,
 con la flexibilidad de su muñeca y de su mano,
 sus trazos adquirirán gracia...
 Sin conexión con su sensibilidad interior,
 no podrá expresar el sublime acto creativo,
 serán sólo trazos vacíos,
 que no logran expresar el mensaje del alma...
 Podemos vernos como ese artista,
 el lienzo representa la Vida,*

*los colores los asociamos a la diversidad,
y los pinceles representan nuestras actitudes...
Nuestro presente siempre depende de la fluidez,
la flexibilidad y la sutil elección ante la diversidad,
cuánto más conectados estamos con nuestro sentir,
más se evidencia la voz de nuestra alma...
jlb 12.05.18*

[08] – Regreso a Mar del Plata- 2016 Inicio de la Escuela de Biodanza



podría sostener la Escuela viajando una vez por mes por cuatro años...

Lo pensé y lo charlé con Carlos y coincidimos que era conveniente empezar en Mar del Plata.

En ese primer año, 2016, tomé clases con Nora Lía, 2017 con Nora Genaro y 2018 – 2019 con Patricia Fernández

Mensualmente participé de todos y cada uno de los Módulos, Seminarios y Coloquios que son parte de la Formación, allí y sin perder mis prácticas

Tuve que sortear un gran dilema. En el 2016 Tigre abrió su Escuela de Biodanza, y sus alumnos eran casi todos los integrantes del grupo de los lunes, esa treintena maravillosa de almas gemelas.

Por otro lado, el 31/12/15 me jubilé y retorné a Mar del Plata, donde estaba radicada mi familia y mi amor. Intencioné fuertemente hacer mi formación en Tigre, mi gran duda era si



semanales, seguí profundizando mi proceso, y cada vez más fui encontrando mi danza como expresión libre de mi sentir, soltando y liberando todo aquello que me encorsetó durante tantos años de mi vida. No sólo mi danza es otra, sino que yo soy una expresión viva de mis cambios existenciales.

La Escuela la transitó con alegría, enseguida me integré y formé parte de esa amorosa matriz, lo que al principio sólo lo hacía como parte de la profundización de mi proceso, muy pronto fui sintiendo la necesidad de ir un poco más allá y expresé mi voluntad de facilitar.

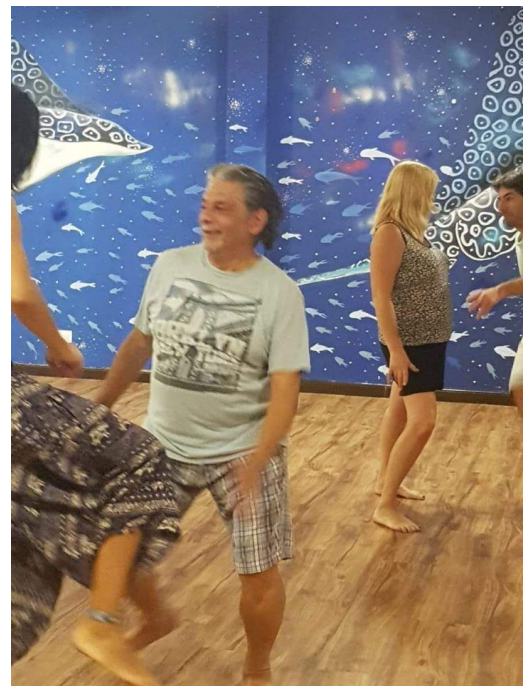
Mi participación como musicalizador junto a Nora Lía, me sumó una importante riqueza en mi proceso personal y como alumno, lo cual me siento eternamente agradecido por su generosa invitación.

A fines de 2017 se me permite hacer la extensión de Biodanza y Neochamanismo a cargo de Sara Barnatán (Queca).

En noviembre de 2018, Romina Cassinelli, la directora de la Escuela del Mar, me invita a integrar el trío de Facilitadores para el grupo del Centro de Especialidades Médicas Ambulatorias, [CEMA] para el ciclo marzo-diciembre de 2019, actividad de acción social que amplió mis horizontes, permitiéndome hacer experiencia como facilitador.



***Llegué al seno de mi matriz de renacimiento,
el tiempo acompañó
para que la amalgama sea íntima...
Danzas y despertares se alternaron
para mostrarme que hay mucho más por
explorar,
que detrás de cada prejuicio
subyace un clamor del alma...
En ese tiempo sin tiempo
que la matriz sabe construir,
en ese espacio de cuidado
que entre todos cimentamos,
las danzas nos envuelven
con movimientos dulces y delicados,
plenos de sentidos
y salidos de nuestros corazones,
nos transportan a otros universos...
Las palabras huelgan
a la hora de describir lo vivenciado,***



*entramos en el mundo de la vivencia,
donde el placer cenestésico
nos lleva por los mundos del Íntasis y del Éxtasis...
En ese tiempo sin tiempo,
pudimos salir del programa,
nos permitimos sentirnos vivos,
conectados, pulsando vida...
La energía desplegada en la danza nos retroalimenta,
nos deja blandos, flexibles, moldeables,
el cuerpo recibe la información más primigenia
guardada como tesoro dentro suyo,
es decir, nuestra esencia álmica...
jlb 01.05.18*



Primera Supervisión



Última Supervisión

[09] - Mi primera experiencia chamánica: *Rito de las Velas con José Coutiño*



Debo ser honesto al decir que el Chamanismo era algo que pensé ajeno a mi vida. Pero como dice el refrán: “**uno propone y DIOS dispone**”...

En enero de 2017, en Mar del Plata, hice un Taller de Identidad y Cuatro Elementos con Andreina Acri, y el 1º de abril viajé de paseo a Tigre, y sin planificación alguna me encontré haciendo un taller de Calendario Maya.

El taller estaba a cargo de **José Coutiño**, un sacerdote guatemalteco que por la mañana nos brindó un Ritual de Velas, del que tuve una reveladora respuesta, que me llevó algunos meses comprender, marcando un camino a seguir.

Por la tarde nos enseñó a hacer el calendario **Chol Q'ij**. Todo resultó muy significativo pues ese primero de abril iniciaba el año nuevo Maya según la cosmovisión de los pueblos del norte de Guatemala.

En un segundo viaje a Tigre en el mes de agosto me topé con la Revista de Biodanza y veo que publicitan la extensión de Neochamanismo y Biodanza en Olavarría, solicité el permiso especial en la Escuela del Mar, para hacer esta formación. En ese momento, tal vez muy influenciado por lo vivenciado en enero y en abril, tuve la certeza que mi monografía sería referida al Neochamanismo

Mi entusiasmo no me dejó ver en el flyer de la revista que estaban publicitando el segundo módulo.

Ivana Treviño, directora de la Escuela de Olavarría, me consiguió quien me llevará y Sara Barnatan me dio la posibilidad de hacer el primer módulo en Julio 2018 en la Escuela de Isla Negra en Chile.

Mis ganas de sumergirme durante todo el 2018 y el 2019 en el misterio de esta actividad me llevó a participar en varios talleres dictados por Queca y en actividades de Chamanismo fuera del ámbito de Biodanza.



***Somos polvo de estrellas,
danzando una sinfonía cósmica,
formando una luminosa red...
Llevamos en nuestros genes
la información de la Creación,
portando una Chispa Divina...
En cada instante de vida,
a través de nuestros aprendizajes,
modelamos lo perecedero en Uno...
jlb 18.05.18***

[10] – Extensión Neochamanismo en Biodanza: *Se abre el umbral al misterio*



A mediados de 2017 enfrente una crisis de pareja. Sabía que necesitaba ayuda terapéutica, pues Biodanza me invitaba a estar más vulnerable, y cuando uno está sin corazas pareciera que las cosas duelen más, o mejor dicho uno está más permeable a sentir, así que no dudé y comencé terapia con Nora Gennaro, mi anterior facilitadora, en quien no dudé y fue uno de los pilares de mi sanación, llegando a ver y sanar protovivencias, mi niño herido, y tantas otras cosas que estaban sin salir a la superficie.

En esta crisis tuve que erguirme, y conectarme con la vida, comprender que debía deconstruirme, las herramientas surgieron mediante un cúmulo de experiencias de talleres de Neochamanismo, terapia y la Escuela de Biodanza, siendo el grupo regular la red afectiva que me contuvo y ayudó a fortalecerme en esta etapa de mi proceso.

Fui reconociendo en mí a los cuatro arquetipos: el guerrero, el visionario, el sanador y el maestro. Pude darme cuenta que los cuatro habitan en mí y que en cada aprendizaje de vida interiormente me guían.





Un nuevo despertar...
 Una nueva toma de conciencia del milagro que somos...
 El Ser que mora en mi interior se expresa...
 Agradeciendo cada instante de vida,
 Cada circunstancia fortuita o adversa...
 Cada aprendizaje realizado...
 Porque en definitiva más allá de la adversidad...
 El milagro de nuestra existencia sigue expresándose...
 Seguimos manifestando nuestra Luz, y nuestro Amor...
 Gracias a la vida que me ha dado tanto!
 Jlb 28.12.17



“El camino del practicante chamánico busca integrar la experiencia espiritual en el mundo material. Atravesar las fronteras de sus propios miedos, dialogar en intimidad con su Ser y sanar sus heridas con amor y compasión, integrando su Ser de Luz en armonía. No busca trascender el mundo físico, sino armonizar nuestra relación con él y experimentar ambos mundos (espiritual y material) como dos aspectos integrados de una misma realidad. El mundo material es el aspecto manifestado, y el mundo espiritual el aspecto invisible e inmanifestado.”^[2]

¿Qué es el chamanismo?

El chamanismo es un camino de sabiduría ancestral, una filosofía práctica de vida, una disciplina espiritual integral de sanación en conexión con la naturaleza. Las personas enferman cuando están desconectadas de su esencia espiritual y quedan atrapadas en la polaridad.

Se estima que tiene entre cuarenta y veinte mil años de antigüedad.

Surgió en diferentes partes del planeta (en todos los continentes), y no fue ni es exclusivo de ninguna etnia en particular. Se ha practicado y se practica en diversas regiones geográficas y climáticas: selvas, bosques, montañas, planicies y desiertos, tundra, ártico, y costas; y en zonas de variada densidad de población, desde las más pobladas hasta las más aisladas de la naturaleza aún vigentes.^[3]

Tantos años y tantas culturas han dado lugar a una gran diversidad de tradiciones chamánicas, por lo que a veces resulta difícil englobarlas a todas en una misma disciplina. No obstante, se puede hablar de “chamanismo” (en singular) porque estas tradiciones comparten una cosmovisión, una búsqueda, y una forma de relacionarse con la vida y el medio ambiente.

La cosmovisión chamánica se basa en una serie de premisas o principios que se pueden sintetizar de la siguiente manera:

- ✓ *Todo es energía.*
- ✓ *En el Universo todo está conectado.*
- ✓ *El Universo tiene un aspecto material y otro espiritual.*
- ✓ *El aspecto espiritual crea el material.*
- ✓ *El aspecto espiritual no está separado del material, aunque lo percibamos como separado.*
- ✓ *Podemos experimentar las conexiones y comunicarnos con todas las cosas.*
- ✓ *Podemos aprender, obtener ayuda, sanación y guía de los elementos de la naturaleza.*
- ✓ *Podemos acceder en forma consciente y deliberada al plano espiritual para conectar con fuentes de Amor, Poder y Sabiduría y cocrear nuestra experiencia de la realidad.*
- ✓ *Podemos comunicarnos con la naturaleza y el mundo espiritual a través de experiencias directas, simbólicas o intuitivas.*

Esta cosmovisión es (en términos actuales) simbólica, ecológica y holística.

Los chamanes sabían desde épocas ancestrales muchas de las cosas que fueron corroboradas por la ciencia en nuestros días. Sabían, por ejemplo, que materia y energía son un continuo, que la energía puede transformarse en materia y la materia en energía; que nuestra consciencia e intenciones influyen y modifican tanto la materia como la energía.

Transitando las 4 sendas

Podría decirse que todas las tradiciones chamánicas se basan en el poder de los cuatro arquetipos para proponer una vida de armonía y equilibrio con el entorno y con nuestra propia naturaleza. Cabe destacar que cada cosmovisión originaria ubica a los arquetipos, a los animales y a los elementos de acuerdo a su visión y ubicación en el mundo.

La Senda del Guerrero

Elemento Aire, nuestra mente.

En mis meditaciones de pie, “Senderismo”, honré el tiempo sagrado, accedí a mi cualidad de presencia y a mi autoridad interna (utilizando el ritmo de la quietud para integrar los tres poderes universales).

En mi caminar diario por la costa marplatense, logré una total conexión con la naturaleza, viendo en cada amanecer y en cada atardecer la magia de la vida, la majestuosidad en el vuelo de las aves, percibiendo el aroma de las flores, inquirí que cada momento de vida es único e irrepetible. De esta observación, es decir, de mi reconexión con la fuente, es decir, la naturaleza tomé consciencia que todo es cíclico en la vida, reconocí la similitud que existe entre los ciclos de la naturaleza y los propios. En esos espacios contemplativos recuperaré mis dones y talentos, como así también mi poder personal, entendiendo a este poder como la energía y la actitud de presencia frente a la vida.

En esta etapa de transtasis trabajé fortaleciendo mi autoestima, registrando mis virtudes y valores. Cambié hábitos de pensamientos para poder construir otras realidades más afines a este momento existencial.

Reconocí, también, que todo cuanto me acontece es perfecto, que para darme cuenta de esta aseveración tengo que tomar distancia, ver cada circunstancia desde las alturas, ampliando mi visión de la realidad, de mí vida.

Recorriendo la Senda del Guerrero Interior comprendí que el principio que guía a este arquetipo es el de mostrarse y elegir estar presente. Un guerrero muestra honor y respeto por todo, emplea la comunicación justa, establece límites y fronteras, es responsable y disciplinado, demuestra un uso correcto del poder y entiende los tres poderes universales (el poder de la Presencia, el poder de la Comunicación y el poder de la Posición).



El despertar del guerrero

**El guerrero sabe que en su interior
hay una fuerza invisible
que lo empuja al encuentro con el misterio,
ese que subyace dentro de sí.
Desterró todas sus expectativas,
va sin ropaje alguno,
dejó sus máscaras y creencias,
no necesita de artilugios...
Su corazón noble y puro lo guía,
es su brújula certera,
transita por senderos desconocidos,
abriendo nuevos caminos,
que lo llevan a cumplir su misión de vida,
sabe que no hay errores,
tan solo aprendizajes...
Con pasos precisos salta al abismo**

que hay en cada experiencia,
transita la aridez y la desolación con hidalguía.
Vive el gozo de sentirse vivo!
Disfruta de la magia que lo habita,
recorre los tres mundos sin temor alguno,
su propia luz lo acompaña mostrándole sus sombras,
donde se encuentran sus potenciales adormecidos...
jlb 22 10 18

Mente traviesa

Por momentos me lleva
a los laberintos del inconsciente,
dónde los miedos son
los primeros en recibirme,
imágenes del dolor, de mis carencias,
de la víctima, y de mi baja autoestima;
son el ropaje elegido
para volver a encarnar
a personajes ya olvidados,
y el desconcierto de volver
a estar en ese escenario árido...
Escucho a mi voz interior
diciéndome: ¡DESPIERTA!
Hay otros senderos,
vuelve a conectarte con el Amor...
Abre las ventanas de tu alma
y disipa estas sombras irreales...
No te dejes engañar por tu mente traviesa...
Volver a mí centro,
escuchar y creer en mi voz interna...
Volver a anclarme en el Presente,
en el Aquí y en el Ahora en cada instante de vida
me traen nuevamente a la plenitud
de ser ese que habita sus luces y sombras...
jlb 19.09.18

TRIBUTO

Anoche fui a ver un tributo a Paul McCartney,
al salir del espectáculo me pregunté interiormente
¿por qué no hacerle un tributo a mi Ser?,
a modo de reconocimiento de todo lo vivido este 2017.
Un año que no estuvo exento de experiencias dolorosas,
de momentos felices, de nuevos aprendizajes...
Y entonces me pregunté, con total honestidad y humildad,
¿en qué consistiría dicho "tributo"?
En seguida surgió la respuesta...
En APRECIAR cada vivencia,

**cada aprendizaje, cada duelo, cada nacimiento,
en fin, en todo lo vivido a lo largo de estos casi 63 años de vida,
Sabiendo que la gratitud es más que, la apreciación
pues significa "ver el valor en algo", ya que el agradece no carece,
y ese algo no es ni más ni menos que mi propia existencia.
En ese contexto reafirmo que todo tiene valor y agradecimiento
y representa un paso más en mi camino de evolución.**

**Estos últimos días de este 2017
he puesto la intención creativa y férrea
en Dejar Ir, en Soltar y en seguir adelante,
destrabando mis miedos,
mis creencias limitantes y mis bloqueos emocionales,
los que imposibilitan que mi energía fluya por todo mi campo energético...**

**Sabiendo que la energía no se atasca,
porque es uno quien queda atascado y disociado de la realidad...
Abrir el corazón al amor,
a la alegría es mi posibilidad de APRECIAR y AGRADECER el milagro de vida que soy,
es también sentirme bendecido de este maravilloso Presente.**

**que es único e irrepetible y que va más allá
de si las circunstancias son favorables o adversas...
jlb 30.12.17**

**La Senda del Visionario
Elemento Fuego, nuestra visión trascendente.**



El principio que guía al Visionario, es el de ser capaz de decir la verdad, sin culpabilidad ni juicio.

Cuando expreso al arquetipo de mi Visionario Interior conozco y comunico mi propósito creativo y el anhelo que deseo concretar en mi vida en la tierra, actuando desde mi propia esencia, siendo veraz y honrando las cuatro formas de ver (Intuición, Percepción, Visión Interna y Visión Holística).

Cuando manifiesto quien soy, desnudo mi auténtica identidad. Cada día inexorablemente tengo que volver a elegir entre ser yo mismo o ser las máscaras que me he puesto a lo largo de mi existencia.

Transitar por esta senda es un constante recordatorio silencioso de mi propósito existencial, ese anhelo que deseo realizar en mi vida. Caminar diariamente viendo nacer los primeros rayos solares cada día, me ayudó a salir de mis propias sombras, sanando mi niño herido, dejando que la Visión Interior, desde una conciencia despierta, me lleve a transitar los cambios

exteriores necesarios para continuar en mi espiral evolutivo.

Entre algunas culturas originarias de América, el término **Círculo Sagrado** es sinónimo de **Autenticidad y cuando llegamos a ser quienes somos, nos sentamos en nuestro Círculo Sagrado.**

Percibo que sólo puedo transitar por esta senda siendo auténtico y permaneciendo dentro del Círculo Sagrado, siendo impecable con mis palabras, diciendo la verdad sin culpas, sin juicios, comunicando amorosamente mi sentir sin evitar a ciertas personas o circunstancias, aceptando la vida tal como es, dándoles la verdadera dimensión que tienen, sin la necesidad de que me aprueben y/o acepten los demás.

En algunos rituales de los que he participado donde se convocó al fuego, elemento de este arquetipo, pude sanar y transmutar viejos hábitos y dolencias.

Al participar en experiencias de Temazcal y de Ayahuasca he aprendido que la voz es un bálsamo sanador y que a través de canciones de poder permanezco dentro del Círculo Sagrado y en conexión con lo Divino en mí.

**Un amanecer delicioso y cálido
puedo aseverar que es un tímido amanecer;
lenta y sensualmente muestra su desnudez
provocando al mismísimo mar
que ruge en cada rompiente...
jlb 03.02.18**

**Cada mañana me regalo un nuevo amanecer.
Me enraízo y me disuelvo en la naturaleza.
Me dispongo al sentir.
No dejo de asombrarme con tanta belleza.
Me siento afortunado de poder maravillarme,
sin convertir este acto sublime en algo rutinario...
No hay dos amaneceres iguales
Cada uno tiene su particular belleza.
Así ocurre con cada instante de mi vida.
Así me ocurre en cada encuentro humano.
Siempre está la posibilidad de encontrar
aquello que me conmoverá...
Ver la vida, con los ojos del alma
es una invitación para descubrir
el misterio majestuoso que anida en mi Ser...
La intuición es el alfabeto de Dios.
Simboliza que en una mente serena,
en una mente tranquila,
que transita los distintos estadios existenciales,
se da cuenta que, lo que se despierta es la intuición,
es el ver desde una concepción profunda,
en la que se produce una dulce comunicación
con lo más profundo que hay en nosotros...
jlb 20.12.17**

Una nueva visión...
Pero la misma magia,
en este contacto con la naturaleza
desprovisto de maquillaje,
es belleza pura,
el aroma de las plantas,
la imponente imagen de la cordillera andina...
El canto de los pájaros
se realza en la acústica del hábitat.
Todo cuanto respiro es vida,
es vibración de amor.
El mismo canto de las aves
me sumerge en un profundo silencio,
me siento vivir en un tiempo sin tiempo,
dejándome penetrar por la belleza
de Ser Uno con la Vida.
Ésta es la mejor vivencia que me puedo llevar,
el sentirme integrado,
ser con la naturaleza que contemplo.
Mi alma incansable viajera,
trae distintos bagajes colmados
de experiencias de otras vidas.
Algo de eso hoy resuena en mí,
este contacto con la naturaleza
algo disparó en mí,
algo me trae del inconsciente,
aún no lo puedo descifrar,
pero pulsa por salir...
No pongo expectativas en un resultado,
me dejo llevar por la vivencia
En instantes me sumaré a la manada
en el Templo de la Danza,
allá serán otras las vivencias,
ahora sólo me dejo estar...
Vivo, disfruto de este presente maravilloso,
que es único e irrepetible,
me siento afortunado,
agradecido de vivenciar todo cuanto me acontece...
jlb 20.01.18
Santiago de Chile

La Senda del Sanador

Elemento Agua, fluidez de nuestras emociones.

Transitando esta senda pude vivenciar que mi corazón es el catalizador entre las energías de la Madre Tierra y del Padre Cielo, en esa dulce pulsión entre la sístole y la diástole, en esa contracción y relajación del músculo cardíaco, se produce un vórtice energético.

En cada paso dado en esta senda fui arraigando aún más el amor a mi mismo y a ser fiel a lo que mi corazón me dicta en cada momento de vida.

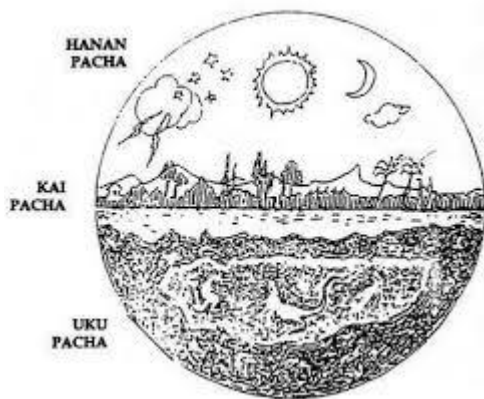
A lo largo de estos dos últimos años participando en diversos talleres pude sanar mis profundas heridas, algunas de ellas que datan del período de mi gestación.

Realicé una reparentalización disolviendo ese profundo dolor enquistado en mi ser, hoy puedo sentir que sané mi cuerpo emocional.

En esta sanación de mi historia personal fui sacando a la luz los aspectos más sombríos de mi personalidad, conectándome con el amor en sus distintas gamas y la compasión como pilares fundamentales de mi presente, fluyendo en la red afectiva de mi grupo regular de biodanza que poco a poco fue expandiéndose a mis demás vínculos.

Este proceso de sanación tiene implícito en sí el Principio de Reciprocidad, es decir, la capacidad de dar y recibir, la fluidez y el equilibrio. Precisamente este equilibrio en el pulso entre el dar y el recibir es el gran aprendizaje realizado, pues era dador por naturaleza, pero no me sentía merecedor para recibir.

A lo largo de mi práctica y profundización en Biodanza, he trabajado el abrir el corazón y el fortalecimiento de mi identidad, siempre sobre el eje de la afectividad y la puesta de la vida al centro. Transitando esta senda comprendí que todo cuanto hiciera estaría siguiendo la voz de mi corazón y siendo fiel a mí mismo. Para que este norte siempre esté en mí vida voy inquiriéndome ¿cómo está mi corazón? ¿Abierto o cerrado a la vida y al amor? ¿Pleno o vacío en el sentimiento? ¿Con claridad u oscuridad en la visión transcendente? ¿Con fortaleza o debilidad en el coraje de vivir? El responderme a estos cuestionamientos me van llevando por esa senda de fidelidad conmigo mismo.



“La práctica del viaje chamánico transportado por el sonido rítmico del tambor me ha llevado a viajar al Mundo de Arriba o Hanan Pacha y al Mundo de Abajo o Uku Pacha”.^[6]

Mis primeros viajes fueron al Mundo de Abajo, donde pude encontrar mi animal de poder y con él traer las respuestas a preguntas relacionadas con mi vida terrenal.

En otros viajes fui al Hanan Pacha a consultar a mis guías sobre cuestiones trascendentes de mi existencia.

En ambos mundos siempre tuve respuestas, si bien es cierto, aprendí a formular las preguntas, a verificar la respuesta repreguntando o pidiendo confirmación de las respuestas que me daban.

Lo traído de estos dos mundos me permiten transitar y desenvolverme mejor por el Mundo del Medio o Kai Pacha, donde habitamos todos los seres humanos.



*Me invade un sentimiento pleno de paz,
el contacto profundo con la Pachamama,
transitar lugares que mi alma recorre para acopiar información,
que hoy por hoy, mi mente no puede descifrar...
Vivencias que mi Ser necesita transitar
para luego dejar que se decanten.
Mi mundo emocional está a flor de piel,
se deflagran sensaciones y estados,
que vienen de muy atrás...
Ceremonias y rituales que me llevan a conectarme
con los arquetipos que están impregnados en mis células...
Las estrellas que me acompañaron, iluminaron y guiaron
en este viaje a las profundidades de mi Ser Cósmico
me motivaron a recorrer senderos inhóspitos de mi propia identidad...*
jlb06.01.19

Ya de regreso en Mar del Plata,
después de este viaje, no puedo
decir que estoy "en mi hogar".
Recobrando fuerzas y entrando
muy despacio en el ritmo
cotidiano...

Me está sucediendo que en las
últimas horas veo flashes de
imágenes de los lugares que
recorrimos, se abre delante mío
una pantalla holográfica gigante
en la que además de ver puedo
sentir la energía de esos
lugares...

Revivo la ceremonia de pedir
permiso y asistencia a los APUS

del lugar que vamos a entrar, ofrendando cada uno de nosotros nuestro K'intus, (3 hojas de coca), y lo hacemos bajo estos cielos poblados de bellas y caprichosas imágenes, todo es perfecto...

Siento los aromas de las plantas que están a ambos lados del sendero, sus distintas tonalidades y texturas...

Tal vez lo más extraño es escuchar a la naturaleza expresarse, que inexorablemente me transporta a otras dimensiones y sus sonidos se convierten en enseñanzas...

No sé si en una vida pasada habité estas tierras, tampoco sé si tengo en mi sangre el linaje de hombres y mujeres originarias, pero cada vivencia de estos últimos días, no sólo es placentera, sino que siento que es algo que ya existía en mí...

jlb 10 01 19



La Senda del Maestro

Elemento Tierra, cuerpo físico del hombre.

La Senda del Maestro fue convertirme en un caminante en la naturaleza, marchando a mi ritmo, a mi tiempo, pero sin detenerme hasta silenciar el cotorreo mental, en la quietud que me invita la naturaleza, encontrándome en el silencio interior en el que aflora mi Ser, se activan la Intuición, la Visión, la Percepción y la Escucha.

Los sonidos de la naturaleza me hablan, me traen respuestas a preguntas que aún no había verbalizado.

En ese silencio interior se anida la sabiduría, la que habita en todas las almas, y que me invita a ver sin juicios, a quitarle la carga emocional a los recuerdos. Entrar en ese silencio interior me llevó a producir sin culpas grandes cambios. También me llevó a darme cuenta de la riqueza en mi vida, reconociendo que en la naturaleza sólo hay abundancia y que a ella accedía estando abierto a la vida.

Asimismo, se fue instando una certeza interior que fue cambiando mi forma de ver la vida, y que fue disolviendo poco a poco la búsqueda de esa ficticia “seguridad”. Comprendí que la existencia es pura incertidumbre, empecé a sentirme cómodo con ella. Al asumir esta verdad se hizo presente la necesidad de vivir sin apegos. En definitiva, empecé a confiar en la vida y esencialmente en mí mismo, y a partir de ese posicionamiento existencial la claridad,

lo objetividad y el discernimiento comenzaron a ser fieles compañeros. Haber liberado los apegos me permite viajar más liviano. Un aprendizaje que nos lleva la vida.

También puedo aseverar, sin lugar a duda, que trabajar en este sendero, facilitó la sanación de mi linaje ancestral, acompañándome sus energías en mi proceso existencial.



[11] – Experiencias chamánicas: Iniciaciones, Rituales, Ceremonias y Talleres.

Durante el bienio 2018 - 2019 tuve una prolífera participación en distintas actividades que me permitieron radicalizar mi conexión con el Chamanismo en un contexto de sacralidad, ampliando mi campo de exploración vivencial. Aún hoy, como eterno aprendiz, existe en mí esa necesidad.

EL ARTE DEL RITUAL

Arte que cura el alma.

“La palabra Ritual está también relacionada con otras como Arte, Habilidad, Tejer y Aritmética y todas ellas están vinculadas con “Hacer que las cosas ENCAJEN”, para crear un nuevo orden...”

Todas las sociedades disponen de Rituales para reconocer los principales momentos de transición, de pasaje de la vida, como ser Nacimiento, Iniciación, Muerte, etc.

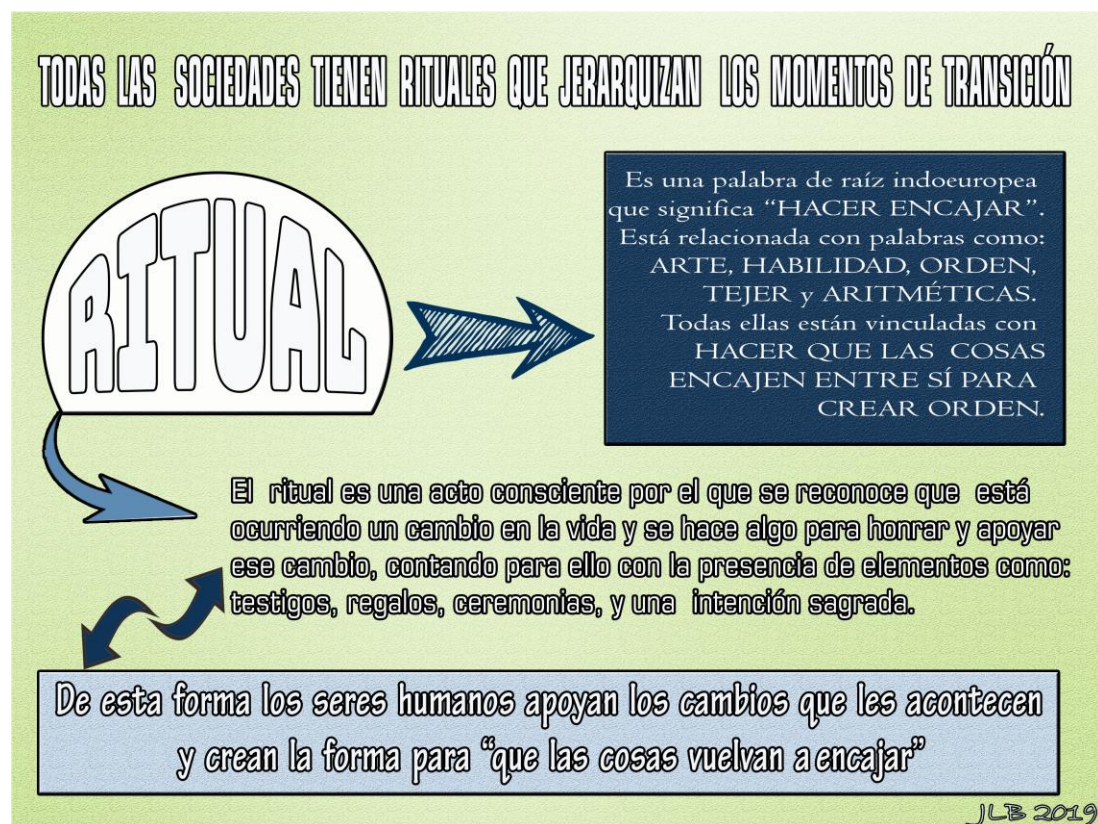
*Se puede aseverar que un Ritual es un **acto consciente** por el que se reconoce que está ocurriendo un cambio significativo en la vida y que se hace algo para honrar y apoyar ese cambio con **una intención sagrada**. De esta forma los seres humanos apoyamos los cambios que nos acontecen y creamos la forma para que **“las cosas vuelvan a encajar”**.”^[4] –*

Viví en mi cotidiano la presencia de distintos rituales, que utilicé para sacralizar esos cambios, muchos de ellos interiores. En estos últimos años he producido los cambios más significativos de mi vida, y los he “hecho encajar” en un nuevo orden interno.

Próximo a completar una nueva vuelta al Sol, (la 65), no puedo menos que valorar estos Rituales, pues son hitos que indican una forma de tomar consciencia de procesos de vida.

Estos mojonos existenciales señalan puntos cruciales en los que el rumbo de mi vida varía, a veces dichos virajes son leves y otros son un giro de 180°...

Cada vez con mayor conciencia me esfuerzo para que cada acto de mi vida sea coherente con mi forma de pensar y de sentir. Un proceso que se renueva día a día.



RITUAL DE VELAS



Como ya relaté precedentemente mi primera participación en ceremonias y rituales fue en Tigre. En el taller a cargo de **José Coutiño**, sacerdote guatemalteco, que nos brindó un Ritual de Velas, del que tuve una reveladora respuesta y allí nació mi inquietud por incursionar en este basto y rico camino.

EL TEJIDO DE LA VIDA

El viernes empezó la magia...

Llegar a casa de Juan, en Pacheco, fue toda una odisea, las casas tienen doble numeración y dichas numeraciones no son consecutivas...

Esa tarde fue el encuentro con Rolando Paucar Calcina (proveniente de la Nación Q'eros), su niña, la bella Lucía, su esposa Sara y dos compañeros más...

Allí se concretó mi Sesión de Sanación personal, un verdadero reset, de sanación de mi linaje masculino...

Fue tan fuerte que hasta mi celular quedó literalmente reseteado y tuve que cambiar de chip. Al día siguiente, me levanté a las 7 para continuar con el taller, me fui caminando hasta la Estación Fluvial de Tigre, a las 9:30 hs salía la lancha, tenía los datos en el celular, es decir, no contaba con ellos. Solo sabía que tenía que sacar pasaje hasta "**La segunda hermana**", y así lo hice...

En la cola no había ninguno de los que estuvieron el día anterior en casa de Juan...

9:20hs. quien estaba delante de mí, comienza a hablar por su celular y dice dos palabras mágicas **Retiro y Rolando**...

Me tranquilicé, al finalizar su charla me presenté y no me despegué de él...

El viaje duró una hora y al llegar a Río Capitán y la Segunda Hermana, nos estaba esperando Juan, con su rostro siempre sonriente...

Una hora más tarde ingresó el resto de los participantes del retiro.

El grupo estaba constituido por gente de Comodoro Rivadavia, Laprida; La Plata, CABA, y yo representando a Mar del Plata.

Nos integramos rápidamente en una ronda de mates y de compartir nuestras experiencias.

En lo personal lo que más me impactó fue la práctica de muerte y renacimiento en la que fui enterrado en el lodo desprovisto de todo ropaje, la experiencia fue en la orilla del río Capitán, sólo mis fosas nasales estaban descubiertas...

Iniciamos este ritual pidiéndole permiso a la Pachamama para dejarle todo nuestro dolor, todo aquello que no queríamos más para nuestra vida...

Un morir...

Lo primero que experimenté fueron las resistencias a entregarme a la vivencia...

Todo absolutamente todo en mí estaba con una actitud, de total resistencia, inconscientemente NO estaba dispuesto a entregarme...

Un tábano se posó sobre mi párpado izquierdo y sentí un fuerte ardor, una sensación de vulnerabilidad, de indefensión, el miedo estaba marcando mi pulso cardíaco. Al terminar la vivencia me di cuenta que todo fue producto de mi imaginación, pero la sensación de ardor fue muy intensa y vívida...

Llegó un momento en que me dije: "Jorge estas resistiéndote a la vivencia, entrégate, si te pica el tábano veremos después que pasa, pero déjate experimentar".

Mi cuerpo poco a poco se relajó y sentí la sensación de que la Pachamama me envolvía, me disolví en ella, perdiendo toda noción de tiempo y espacio.

Me sentí integrado totalmente a Ella.

Transcurrido un tiempo sentí la sensación de que era momento de renacer y salir a la vida...

Salimos todos al mismo tiempo sin que mediase una consigna para hacerlo.

Me conecté con el río y le pedí permiso para bañarme y purificarme en sus aguas y también le pedí que se lleve todo lo que ya no quería para mi vida...

Fue una de las experiencias más fuertes e impactantes de mi vida y considero que ha sido totalmente sanadora. Se movilizó mucha energía en mí y creo que en todos...

Por la noche del sábado la vida nos siguió purificando, el cielo lanzó una fuerte lluvia que limpió todo lo denso que transmutamos esa tarde...

En los dos días que duró el encuentro hicimos algunas otras actividades tendientes a sanar nuestras relaciones parentales, comprender un poco más nuestra vida...

Rolando nos mostró como crear nuestro Propio Universo, y como funciona La Misa Andina.

Me sentí totalmente empoderado al realizar el ejercicio de confianza personal...

Fueron casi 48 horas de actividad grupal y de reconexión con nuestra intimidad...



Realmente quedé gratificado y recargado. Estuve dónde tenía que estar y sin distracción posible, el celular totalmente muerto. Y yo en un estado de plenitud. Agradezco a todas las almas que de una forma u otra me acompañaron y facilitaron no sólo física sino también energéticamente poder hacer esta experiencia...

Nuevas sensaciones habitan en mí.
Mi pecho está libre,
ya no se siente oprimido,
la ancestral angustia se retiró...
Experimenté fuertes vivencias...
Pude soltar ese dolor
que me habitaba en cada instante.
Un dolor tan sutil que se escondía
hasta detrás de una sonrisa...
La Pachamama con sus nutricias manos
quitó todo aquello que me anclaba, que me detenía...
Las aguas del río purificaron y cicatrizaron mis heridas...
El otoño que se aproxima,
me invita a seguir soltando,
a aligerar mi carga...
El viento me susurra al oído:
"Avanza, esa es tu misión,
y No te cargues con lo que ya no te sirve...
Libera tus vínculos, no te aferres, no te enredes...
Suelta Jorge, la vida seguirá tejiendo su trama
con hilos fuertes e invisibles...
Has renacido, has sanado,
en este viaje existencial.
Disfruta de tu viaje,
no te aferres a lo conocido,
sumérgete en tu sombra,
allí descubre tu potencial,
y aún a tientas sigue,
confía en el Ser que te guía,
sabiendo que llegarás a buen puerto.
Escucha las señales de la naturaleza,
como faros te indican por dónde transitar,
fluye Jorge..."
jlb 20.03.18

INICIACIÓN RITUAL MUNAY-KI

Al fin de semana siguiente viajé a Córdoba, (San Antonio de Arredondo), para hacer un Retiro de Iniciación del Ritual de Munay Ki, el que facilitó Lorena Mercante.

La palabra **Munay-Ki** es un concepto quechua que significa el “**poder del amor**”, refiriéndose al amor incondicional que tiene el/la Creador/a por la Creación.

El Munay-Ki puede borrar heridas del pasado tanto kármicas como genéticas. El mismo actualiza el ADN permitiéndole a una persona crear un nuevo cuerpo que sana, envejece, y muere de una manera distinta, más favorable.

El Munay-Ki es una invitación a convertirse en una persona de poder, visión y sabiduría.

Sólo a título informativo mencionaré los nueve ritos iniciáticos:

1 - Hampe o rito del sanador, 2 - Chumpi o bandas de poder, 3 - Ayni o rito de la armonización, 4 - Kawak o rito del vidente, 5 - Pampa mesayok o guardián del día, 6 - Alto mesayok o guardián de la sabiduría, 7 - Kurak akuyek o guardián de la Tierra, 8 - Mosok o rito del Porvenir, y 9 - Taitanchis rantis o rito del Creador/a. ^[5]

RITUAL DEL TABACO

En agosto participé de un Ritual de Tabaco, en la ciudad Córdoba, y lo facilitó Lorena Mercante.

Fue una posibilidad de compartir la palabra y elevar nuestros rezos. El abuelo Tabaco por sus propiedades nos ayuda a aquietar nuestros pensamientos, enfocarnos y centrarnos en el momento presente y en uno mismo. Es la preparación previa para poder escuchar a los espíritus guías, a los espíritus de la naturaleza y a los seres que habitan en otras dimensiones o planos de conciencia. La Ceremonia del tabaco, es parte de la herencia de nuestros ancestros en el cual su esencia es honrar la palabra a través de la escucha y de la expresión consciente de nuestros corazones, para acordar a través del compartir, la forma de cómo queremos vivir y agradecer cada momento de nuestra vida. La palabra sana tanto, como nuestra capacidad para escuchar al otro y dejar que la sabiduría de la experiencia de cada quien emerja compartiendo nuestras vidas.

A través del tabaco nos ponemos en contacto con los cuatro elementos sagrados: haces tus rezos y colocas el tabaco que te brindó la tierra, prendes tu pipa con el fuego, aspiras con el aire y luego salivas con el agua.

Compartimos también el Rapé que es medicina del aire. En una soplada recibí la bendición del abuelo Viento, fuente universal de energía, limpiando mi percepción, despejando mi mente y abriéndome los canales energéticos superiores, para conectar con mi Ser Superior.



EL VIAJE CHAMÁNICO CON TAMBOR

Realicé varias experiencias, con Queca acompañada por Arturo Blas y otras vivencias con Analía Molinari.

Estas prácticas me conectaron con una realidad del Universo que nos permite sanar, equilibrarnos y purificarnos. Viajando por los mundos no visibles y ser canal de sanación, sabiduría y de los espíritus de la naturaleza.



El redoble del tambor permite al chamán lograr un estado alterado de conciencia o hacer un viaje. El tambor es referido como, "puente del arco iris" entre los mundos físico y espiritual. Por medio de la experiencia directa del estado ampliado de conciencia, tuve acceso a los mundos paralelos y entrando en contacto con mi Animal de Poder, en el Mundo de Abajo. De los territorios espirituales, rescaté información vital para mi sanación y pudiendo concretar beneficiosas modificaciones en mi realidad cotidiana.

El Animal de Poder es el mayor protector que una persona puede tener. Él me trae la medicina que mi alma necesita integrándola en mi crecimiento, evolución, sanación y empoderamiento.

TEMAZCAL



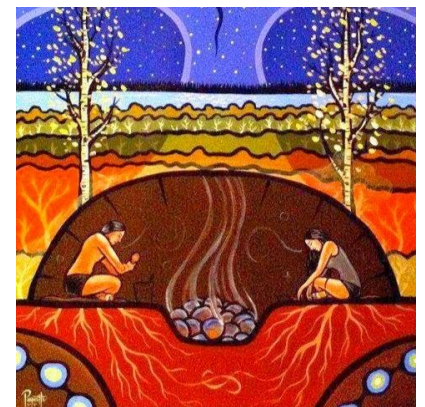
Realice dos, el primero con Fedra y Li Chi en Sierra de los Padres y el segundo con Queca, Arturo y Vilma Runa, en Janpywasi, (Verónica, Bs. As.), ambos en el marco de talleres de Biodanza.

Un **temazcal** es un baño de vapor empleado por los pueblos originarios del centro de México.

Este ritual es un viaje de purificación y renacimiento dentro de la madre tierra, se canta y en cada entrada de piedras calientes corresponde a cada uno de los elementos donde se agregan distintas hojas aromáticas de plantas sagradas.

Por dos o tres meses mi cuerpo, mi organismo estaban más livianos.

La experiencia realizada por Fedra y Li Chi, me mostraron el cuidado de ambos y me generaron confianza para hacer experiencia en Purga de Tabaco y Ayahuasca.



PURGA DE TABACO Y CEREMONIA DE AYAHUASCA

La purga del Abuelito Tabaco me invita a vencer las resistencias, domar los fantasmas de mis miedos imaginarios, ir dejando poco a poco el control para entregarme de lleno a lo desconocido.

El control sede su mando y una profunda relajación de mente, emoción y cuerpo me llevan a la entrega.

Ahora es el momento de tomar a la Abuelita Ayahuasca.

El misterio es la copa que contiene a la Abuelita. Poco a poco transito por este misterio insondable, siento como mi cuerpo me habla, lo registro, lo escucho.

El mínimo atisbo de resistencia que todavía hay en mí, la Abuelita lo toma con dulzura en sus manos y lo disuelve.

No hay violencia, las sabias y dulces manos de la Abuelita, van sedando mis inquietudes, mis miedos.

Mi cuerpo responde a sus caricias con una profunda relajación.

Somos nueve en esta habitación, mas estamos solos yo y mi misterio, nos encontramos en una cita, tanto tiempo postergada, vine sin expectativas, dejando que el misterio me seduzca, me eleve.

Escucho interiormente la risa de mi Ser en total complicidad con el misterio.

Siento cada vez menos mi cuerpo físico, sin proponérmelo entro en Kairos, en este tiempo fuera del tiempo, donde cada instante es la eternidad misma, en este tiempo donde todo se conjuga en un permanente presente.

Las vivencias se van superponiendo unas a otras, no hay tiempo para pensar o interpretar lo vivido porque lo nuevo va adormeciendo a lo anterior, queda guardado y atesorado un registro en mi alma.

Mi mente está quieta, serena, sin la necesidad de control alguno.

Me conecto con mi linaje ancestral.

Un rostro de mujer se hace presente, su dulce mirada me cautiva, me enamora.

¿Son estos ojos los de mi alma?, No lo sé, y realmente no me interesa saber, sólo sentir lo que me trae esta amable, trascendente y profunda mirada.

Mis padres, mi hermana María del Carmen están presentes, me envuelven en su sublime humildad traída de otros planos, para acompañarme con su sola presencia, sin que medie intervención alguna.

Tomo conciencia de mi Clan Familiar, de su permanente e incondicional presencia, de su amor y de su respeto por mis aprendizajes de vida.

La Abuelita Ayahuasca vuelve a hacerse presente en una nueva copa que me invita a seguir profundizando más y más este viaje, esta experiencia.

Bebo con amor su copa, sin miedos, ni expectativas, me dejo llevar por sus dulces manos, en este ambiente enriquecido con el aroma del Abuelito Tabaco.

Me disuelvo, pierdo el sentido de mi corporalidad como recipiente, mi Alma ocupa todo, me siento uno con la vida, ya no existe "un yo y la vida", pues SOY LA VIDA.

Éxtasis e Íntasis son una sola experiencia, cada célula de mi Ser vivencia esta orgásmica experiencia "Cósmica", que no es genital, lo provoca la expansión de mi Ser, es sentirme VIDA, sin separatividad alguna, SOY TODO, SOY NADA.

No existe nada que no sea una expresión de la VIDA.

Vivo este estado de UNICIDAD, en este ETERNO PRESENTE.

Vienen imágenes provenientes de mi inconsciente, navego tranquilo por estas aguas.

El amor, la serenidad, la paz, la felicidad son algunas de las emociones que me envuelven con imágenes multicolores a las que NO interpreto, las dejo que se hagan presente, que me cuente eso que traen para mi desde tierras lejanas.

La Abuelita me invita que le ponga mi voz, me invita a cantar, a expresarme con la voz que habita en mí, desde tiempos inmemoriales, con ese lenguaje que sólo ella puede expresar.

Vivencio esa nada que soy, en este eterno presente, tiene la fuerza propia de la Vida, no dejo de sentir que soy VIDA...

El sueño me gana la pulseada, me lleva a otras latitudes de este insondable misterio.

Amanezco ante este nuevo día, lo vivido toda la noche sigue presente en mí

Vuelvo físicamente a ser parte de la manada, desayunamos y compartimos cada una de nuestras vivencias, de los mensajes que nos dejaron la Abuelita Ayahuasca y el Abuelito Tabaco...

jlb 02 03 19

Una nueva experiencia con el Abuelito Tabaco y la Abuelita Ayahuasca, fue profunda desde el inicio su amorosa presencia.
No hubo espacio para hacerse el distraído...
Me tomaron de sus manos y me llevaron al mundo de la comprensión, mis interrogantes tuvieron respuestas antes de manifestarse....
En algún momento el miedo inconsciente se apoderó de mí, mas Fedra me trajo con su cálida voz, al presente, a la calma...
Aún en esos instantes que me ganó el sobresalto mi Ser sintió la majestuosidad de la vida, el placer de esta vivencia, el saberme cuidado me permitió entregarme sin resistencias, la Abuelita me mostró algunos de los senderos de mi inconsciente, esos que a veces no tienen lógica alguna.
Todo esto ocurrió mientras la ceremonia avanzaba, dependiendo la ocasión, sonaban tambores, cuencos, cantos y flautas...
No fui el único participante cada uno estaba en su estado, en su mundo, vivenciando aquello que la Abuelita nos mostraba.
La intensidad de la Abuelita me llevó nuevamente a ampliar mis sentidos a sentir la vida misma en mis células, a ser testigo de la expansión de conciencia, nuevamente la sensibilidad se apropió de mí Ser...
Me preguntaron en el mundo cotidiano, es decir, fuera de este espacio ceremonial ¿Cuál era el sentido de hacer estas experiencias?
La respuesta certera surgió sola...
Experimentarme, autoconocerme, abrirme aún más a la sensibilidad que anida en mi Ser, permitirme estar vulnerable, confiar, dejarme cuidar...
Seguramente retacee muchas de las otras respuestas que me surgen, pero esas las reservo sólo para mí...
Estoy en un profundo estado de paz interior, procesando lo vivido, sabiendo que mi Ser está guiando cada paso que doy.
Ahoo

jlb 05 04 19

*Un corazón sensible sabe del dolor,
de la aridez, de la desolación y
de otros estados del alma...*

*Pero también reconoce como propio
la energía del amor,
la mirada inocente, y
la Luz Divina que anida dentro suyo...*

*Vive en Unidad e integra ambos estados,
sabe que con ambos convive y
que son parte de su aprendizaje de vida...*

*Todo cuánto experimentamos es perfecto,
cuánto más sensibles y flexibles estamos,
fluímos con mayor armonía por la Vida...*

jlb 11.05.18

[12] – Biodanzantes que dejan huellas en mi vida: *Carlos, Nora y Queca*

Esta tríada álmica desde distintos lugares ayudaron a reconectarme con la vida, con mi ímpetu vital, en ellos reconozco el saber, el amor, el aliento, el entusiasmo y esencialmente su presencia.

En **Carlos Ariel Lavigna** encontré a un guía que me acompañó en mis primeros pasos en biodanza, en cada consigna fue marcando desde la amorosidad el cuidado, me animó a traspasar sin violentarme mis propias barreras de pudor, me hizo ganar confianza en mi danza, en ir encontrando mi movimiento pleno de sentido, tanto en talleres en tierra como en acuática me transmitió su pasión por Biodanza, creo que fue quién sembró en mi inconscientemente la semilla de hacer la Formación de Biodanza, me siento amigo de este hombre que es una cabal muestras de coherencia humana.



Nora Gennaro fue primero una de mis facilitadores en el grupo **Cachines**, al cerrarse este grupo la elegí como terapeuta y desde enero de 2018 hasta la fecha me acompañó no sólo en el proceso terapéutico, sino que con ella puedo hablar de todos los temas, supo acompañarme en todas mis experiencias en Chamanismo, aconsejándome habilitándome a posibilidades que yo no veía. Es una mujer que me inspira respeto, que colabora con mi deconstrucción, que siempre tiene la palabra justa, que en los momentos más

grises me mostró mi propia luz, también la siento una generosa AMIGA que hace un arte de **impecabilidad** de la palabra.

Sara Barnatán (Queca Wayra Nuna). Mentora, formadora en Neochamanismo en Biodanza y tutora de esta monografía, me alentó y acompañó mi andar por estos senderos del conocimiento. Llegué a ella por esas sincronías de la vida, que después de pedir en el Ritual de las Velas conectarme con **mi sabiduría interior**, la vida me conectó con esta bella alma, transitó con ella la Extensión en este tema, Talleres y Lectura del Alma, siempre generosa a la hora de compartir su amplio conocimiento, un ejemplo de vida. Desde el primer momento que la conocí supe que es una persona del Saber y que podía entregarme para que guie mis pasos. Su libro “Volver a la esencia del Alma”, es una permanente fuente de Inspiración.



[13] – Epilogo: Cerrando este relato de vivencia

En estas decenas de páginas intenté compartir vivencias, para algunas no encontré las palabras justas que graficaran mi sentir, eso tiene de especial todo aquello que es vivencial.

Siempre me caractericé por ser un incansable buscador. En mi juventud en la práctica del atletismo aprendí que mis verdaderos límites estaban en mi mente. Un gran hallazgo, tal vez por inmadurez de ese momento no supe aplicarlo en mis actos de vida.

A los treinta y cinco años, seguía buscando, con igual intensidad, primero fuera de mí, quería cambiar al mundo, pero poco a poco con el trabajo ascético descubrí que debía sumergirme en las aguas profundas de mi Ser. Veinte y cuatro años después llega Biodanza a mi vida, y ahí descubrí que había entrado en un campo que es un verdadero acelerador de procesos, que sólo requería compromiso y entrega.

Hasta que, en 2017, la sincronía de la vida me lleva a ampliar la herramienta de ese acelerador de proceso y donde junto al acompañamiento terapéutico comienzo una labor conmigo mismo para sanar heridas muy profundas surgidas de mi inconsciente. Muchas de estas "Protovivencias", es decir, de estas sensaciones orgánicas que experimenté en el vientre materno y en los primeros meses de vida, ligadas a lo instintivo y a las que accedí a través de los distintos rituales que realicé estos dos últimos años de vida, me facilitaron ir desconstruyendo gran parte de mi sombra, llevando luz plena a mi vida. Sanar mi relación con mis padres, darle el lugar que le corresponde a mi hermana fallecida antes de mi nacimiento, son sólo algunos de los resultados que se evidencian luego de recorrer conscientemente los cuatro Universos Sagrados o senderos del chamanismo.

No estoy en la búsqueda de diplomas, sino realizando un profundo trabajo de sanación y reconexión con mi esencia álmica, con consciencia clara de transmitir luz y sanación Karmica a las futuras generaciones de mi linaje, con la naturaleza, con el cosmos y esencialmente conmigo mismo, cumpliendo con mi plan de vida día a día...

Sigo nadando por las profundas aguas de mi alma.

Por momentos muy oscuras y tumultuosas

y en otras serenas y luminosas.

En esa dualidad transito,

sin dejar de esbozar una sonrisa,

pues aún en la oscuridad

siento que mi vida está plena de sentido...

Me descubro en cada instante,

contemplo mi ser reflejado en estas aguas...

Por primera vez me veo sin máscaras,

vulnerable e hipersensible...

Las emociones se presentan, pícaras y traviesas,

me llevan a estados adrenérgicos...

Mi corazón parece salirse de mi cuerpo...

Qué es lo que me lleva a navegar

por estos ríos rápidos,

ríos de deshielos, ríos arrasadores?

Seguramente es el profundo anhelo

de descubrirme en mi verdadera dimensión,

desnudo, despertando mis potenciales,

transitando nuevos rumbos,

con la certeza que soy merecedor de plenitud,
y que llevo en mi interior el fuego de la pasión,
de la alegría y de la abundancia...
Mi otoño existencial no es gris,
mi vida está colmada de coloridas postales...
El amor guía mis pasos en la incertidumbre...
jlb 09.03.18

[14] – Agradecimientos

Pensaba en que me siento eternamente agradecido por haber entrado al mundo de la Biodanza y desde allí haber encontrado la posibilidad de haber podido profundizar para sanar en mi proceso de vida. Hace tan sólo seis años atrás hubiese jurado y perjurado que esto no era para mí.

En primer lugar, no puedo más que agradecer a nuestra Directora de la Escuela del Mar, Romina Casinelli, que supo acompañarme y orientarme a lo largo de estos cuatro años, siempre atenta a nuestro proceso e invitándonos a recorrer con amor este camino. Y con ella me surgen los nombres de Betina Galante, Silvia Montoya, Shanty De Cesare y Adrián Scalise, cada uno desde su afectiva impronta enriquecieron mis conocimientos.



Agradezco a mis cuatro hijos David, Ricardo, Belén y Luisa y a mis cinco nietos, Nehuén, Simón, Olivia, Gemma y Francisco que han sido el motor existencial que me impulsa a seguir sanando mi historia personal.

Gracias a todos mis facilitadores Viviana Peralta, Carlos e India, Nora Lía Álvarez, Nora Gennaro y Patricia Wayra Fernández.

Gracias a Rolando Paucar Calcina, Fedra Abraham; Li Chi, Vilma Runa, Analía Molinari, Lorena Mercante y Arturo Blas por aportarme sus saberes sagrados.

Gracias Mariano Mestre por orientarme en este camino.

Gracias a los grupos que me dieron continente afectivo:

“Vilen”, “Los Lunáticos de Tigre”, “Sábados Danzando la Vida”, “Cachines” y “Bioamantes”.

Gracias a mis Compañeros de Escuela, por estos cuatro años maravillosos de convivencia.

Gracias a cada uno de los Didactas que me enriquecieron con sus saberes, su experiencia y amor por esta disciplina.

Gracias a Mary, Toto y Gabriel por su nutricia amistad, por ser también un eslabón de afectividad de la Escuela.

Gracias a Mirta y Sony compañeras con las que facilitamos el grupo de CEMA

Gracias a Make Álvarez Errecalde, que siempre estuvo presente alentándome con su sincera afectividad.

Creo que ninguno de estos agradecimientos hubiese sido posible si el amor de Nora Lía Álvarez no me hubiese insistido hasta el cansancio diciéndome: **“que yo también podía danzar”, “que yo también tenía ritmo”**, que generosamente compartió sus conocimientos, por permitirme musicalizar sus grupos y darme también un lugar para facilitar en éstos.

Y un gracias final para Mí por haberme dejado llevar por esa fuerza interior que pulsa con pasión en esta búsqueda interminable que no terminó, sino que continuará por siempre.

*Muchas
Gracias!*

[15] –Apreciaciones de la Tutora sobre “Bitácora de un viaje existencial”

Esta monografía es un viaje descriptivo de un alma floreciente que irradia luz y fortaleza de espíritu.

Desafiando las sombras, en su origen fantasmáticas hasta lograr abrázalas como parte de un camino con corazón, un camino comprometido en el despertar espiritual, sanando con amor las heridas de la vida inherente a todo ser humano, con consciencia de Ser parte de un Todo.

Abarcando como Unidad el Principio de Incertidumbre.

El dolor trasmutado en poesía y sabiduría, es el saber genuino del artista que se expresa con su paleta Multicolor en los distintos pasajes de su vida.

Jorge querido Gracias por transmitir a través de tus Vivencias en Biodanza y Neochamanismo esta narración plena de sentido.

Enlazadas como perlas de un hilo conductor que te hace viajar en el tiempo, manteniendo el fuego esperanzador, de quién se anima a atravesar el umbral y llegar a Buen Puerto.

Un abrazo tierno.

**Queca Sara Barnatán
Mujer Medicina**

[16] – Bibliografía

- [1] · EL MITO DEL ÁGUILA: TODO UN EJEMPLO DE SUPERACIÓN - <http://www.naturahoy.com/naturaleza/el-aguila-superacion/>**
- [2] · LAS CUATRO SENDAS DEL CHAMÁN – ANGELES ARRIEN - Editorial Océano – 1992**
- [3] · Círculo Chamánico Lic. Eugenia Lerner - www.circulochamanico.com.ar**
- [4] · Wikipedia, la enciclopedia libre - <https://es.wikipedia.org/wiki/Ritual>**
- [5] · INICIACIONES DE MUNAY KI - <http://atmaescuela.com/cursos-de-munay-ki/>**
- [6] · VOLVER A LA ESENCIA DEL ALMA, DESDE LAS CULTURAS INICIÁTICAS – SARA BARNATÁN - Galáctica Ediciones - 2016**