

Cosmología de las **Relaciones**

Afinidades energéticas

Grupos, Crecimiento y Realidad

INDICE

	<u>Página</u>
INTRODUCCION	2
CAMINOS DE CRECIMIENTO Y RELACIONES	2
POTENCIAL Y CRECIMIENTO EN LAS RELACIONES	3
ORIGEN, CONFLICTO Y OPORTUNIDAD EN LAS RELACIONES	4
GRUPOS DE CRECIMIENTO Y DINAMICA GRUPAL	5
AFINIDADES ENERGETICAS EN LAS RELACIONES	8
CIENCIA Y REALIDAD	9
COSMOLOGIA: HERRAMIENTA-MAPA ORIENTADOR	10
EL VALOR DEL LENGUAJE SIMBOLICO	16
AFINIDAD E INCOMPATIBILIDAD: LOS ELEMENTOS	19
RELACIONES TRANSPERSONALES	21
REALIDAD TRANSPERSONAL	21
A MODO DE RESUMEN	22
ANEXOS	23-33

Autor: JOSE IGNACIO FERNÁNDEZ SAN MARTIN
jifdez@ono.com

INTRODUCCION

Escribo este trabajo de acuerdo con las indicaciones de la Escuela: resonando con afinidades propias, transmitiendo una visión que nace de mi experiencia, y en especial de algunas comprensiones o certezas que he ido alcanzando fruto de mi trayectoria personal, profesional y vivencial.

El tema elegido es amplio para permitir una mayor perspectiva del contexto y una mayor coherencia descriptiva. En especial trataré el tema de las relaciones, de los grupos y la realidad personal y transpersonal, desde un enfoque abierto personal, transpersonal, cosmológico y no dual. Son temas claves en mi vida reflejados en el mapa que se cita.

Este escrito fue realizado a la vuelta del Camino mágico gallego Santiago-Fisterra que tanto me aportó. Los textos surgen de las comprensiones y experiencias que he ido alcanzando. Pretendo compartir parte de lo aprendido, investigado o vivenciado, aquello que tan generosamente la vida me ha aportado. He hecho este trabajo con lo que me ha fluido naturalmente al escribirlo y sin bibliografía. No obstante se incluye alguna cita y un texto relevante de S. Grof, además de unos anexos complementarios al final.

Este trabajo se enriquece de la experiencia obtenida en la asistencia a diversos grupos de crecimiento, talleres o formaciones y de seleccionadas lecturas. Destacaría el aprendizaje que supone el trabajo con grupos de crecimiento, talleres y consultas y también la enseñanza. Pero en especial, mencionaría la combinación de lo anterior con un proceso consciente de autoindagación donde los retiros y la más habitual soledad fértil de la meditación han sido y son determinantes.

CAMINOS DE CRECIMIENTO

“Creo firmemente que aprender a conocernos y abrirnos al cambio y al crecimiento es la tarea más importante de nuestra vida. La “Verdad” tiene muchas caras. No hay un camino único a la verdad. Hay muchas formas de crecer” (Maritha Pottenger)

Hay muchos caminos y sería absurdo o falso decir lo contrario. Pero no es lo mismo ir por una excelente vía recta y de día que atravesar terreno pantanoso o pedregales en la obscuridad. Algunos caminos son especialmente difíciles y arriesgados, poco recomendables para quienes realmente quieren avanzar. Puede suceder que nos toque transitarlos temporalmente hasta que descubramos caminos más adecuados. Otros caminos permiten avanzar y crecer en conciencia con mayor aprovechamiento y potencial para la transformación.

No es lo mismo el viaje en soledad que el viaje acompañado, pero ambas experiencias son recomendables y necesarias para el verdadero viajero. De alguna manera se interconectan, ya que es posible viajar acompañado y a la vez en soledad, y viajar sólo sintiéndose acompañado.

Si bien el camino real es solitario, interior y único para cada uno, la aportación de los guías o faros del camino es muy valiosa. También lo es la de los compañeros de camino y las experiencias que nos aporta el compartir en un grupo consciente. Son importantes las tres opciones:

- Vivir espacios de soledad con habitualidad y aprovecharlos para el valioso encuentro interior, el silencio consciente, la indagación y observación contemplativa.
- Abrirse a experiencias relacionales profundas con dinámica grupal, en especial las más estables, terapéuticas y conscientes organizadas adecuadamente.
- Considerar, aprovechar e investigar vivencialmente la enseñanza o experiencia de personas de sabiduría y experiencia relevante.

POTENCIAL DE LAS RELACIONES PARA EL DESARROLLO CONSCIENTE

Las relaciones constituyen un área fundamental para el desarrollo y crecimiento humano. Hablamos de potencial dado que las relaciones aportarán madurez y conciencia a nuestra vida en la medida que aprendamos de ellas. No es una cuestión de cantidad de experiencias o de relaciones sino más bien de capacidad de extraer valiosas tomas de conciencia de las mismas. Hay personas que coleccionan múltiples experiencias o relaciones que son vividas superficial o inconscientemente. Lo hacen más como una vía de escape de uno mismo o de la soledad, o como deriva del ego hacia la búsqueda compulsiva de escenarios, que sobre todo pretende tapar deficiencias no reconocidas, adicciones, etc.

Todo encuentro humano tiene el potencial de aportarnos algo y debe ser honrado. No obstante existen algunos entornos supervisados y creados en condiciones especiales para propiciar un ambiente óptimo para el crecimiento humano. Las relaciones habituales suelen restringirse a parte de la familia y algunos amigos afines. Es un núcleo reducido y protegido de personas con las que estamos cómodos y donde nos sentimos seguros. La mayoría de personas no suelen salir de ese círculo salvo necesidad práctica, o por situaciones sobrevenidas o tormentas, más o menos dramáticas, que la vida trae a través de separaciones o pérdidas.

Tendemos a limitarnos a un pequeño mundo de relaciones. Es un territorio controlado relacional, a menudo neurótico. En ocasiones, esconde simples muletas o dependencias en vez de relaciones maduras. Pero podemos - sugeriría debemos - dar el paso de ir más allá. **Tenemos mucho que ganar al abrirnos a lugares relacionales desconocidos pero de grandes posibilidades para nuestro desarrollo y crecimiento.** Uno de ellos, que tratamos en un apartado posterior, es el de los grupos estables de crecimiento, donde tratamos con personas desconocidas que no son parte de nuestra familia o núcleo de amistades, y lo hacemos en un conjunto de condiciones y circunstancias que favorecen enormemente nuestro crecimiento y madurez.

Existen otros escenarios valiosísimos para experimentar esta expansión relacional consciente, como son los talleres intensivos grupales especializados de crecimiento o las formaciones vivenciales estables que incluyan dinámica grupal, entre otros. Los viajes organizados con silencio, meditación y un compartir consciente son un buen complemento. Tanto por experiencia propia como por lo observado en participantes, sugeriría experiencias suficientemente estables como las indicadas (formaciones vivenciales, grupos de crecimiento) que permitan al participante un recorrido suficiente en el tiempo para beneficiarse de la dinámica grupal, para observarse y ser observado, para profundizar en las relaciones y escuchar las devoluciones propias y ajenas. En nuestra experiencia, un mínimo de inmersión sería un año, para el mejor de los casos: personas con asistencia regular, con participación e integración suficiente y aprovechamiento.

Las relaciones pueden aportarnos mucho si realmente aprovechamos la oportunidad de crecimiento que estas proporcionan. Ayuda una actitud interior, una disposición abierta a observar y observarnos, a tomar conciencia, a escuchar realmente. Para ello el adiestramiento o aquietamiento de la mente y de los procesos psicológicos asociados es especialmente útil. Una determinada colocación interior más coherente y atenta permite afrontar desde un lugar valioso las relaciones. Aquí aparece una cuestión básica: **llevamos a las relaciones aquello que vivimos internamente.** Dicho de otra manera, nuestras relaciones mejorarán en la medida que cada persona crezca y madure. El trabajo es individual. El "conócete a ti mismo" sigue siendo prioritario. En la medida que te comprendas, conozcas y crezcas así contribuirás al mundo y a las relaciones. El resultado colectivo es fruto de los procesos individuales. Por ello el objetivo debería ser ocuparnos de lo que realmente nos toca, nuestro cuerpo-mente o psicocuerpo, sin olvidar lo transpersonal, el encuentro interior. Y así poder estar en las mejores condiciones. Tolstoi decía: "Muchos se preocupan de arreglar el mundo y muy pocos de arreglarse a si mismos". **Cada uno ha de hacer sus propios deberes en beneficio de las relaciones.**

Para la mayoría de las personas el día y la vida transcurre como un continuo de actividad. Muchos buscan compañía desesperadamente huyendo de la soledad o más bien, de sí mismos. El yo rellena su vacío o sensación de falta con la compañía de afines y con la tendencia a entretenerse con actividades que le proyecten fuera de sí (tv...mundo externo) o que le aporten algún placer o beneficio. La mayoría vive una vorágine de actividad, tanto en lo laboral como en el tiempo libre, tanto en la soledad como en la compañía. Incluso en los escasos momentos de quietud física se tiende a la actividad, a través del movimiento mental, de la identificación con el pensamiento, que nos traslada a la memoria pasada o imaginarios futuros. El hacer compulsivo nos separa del ser, de nosotros mismos.

ORIGEN, CONFLICTO Y OPORTUNIDAD EN LAS RELACIONES

Partimos de la fusión con la fuente. Unidos a la madre nacemos a la separación física a un ser que ha de realizar su propio proceso de individuación psicológica, aunque esto pueda demorarse u obstacilizarse en el tiempo. Las primeras heridas también nacen con las relaciones y experiencias de la infancia en el seno familiar. Estos conflictos tenderán a manifestarse en la edad adulta reiteradamente a no ser que sean adecuadamente tratados. Y todos sufrimos de algún tipo de trauma, herida o conflicto asociado a las relaciones, desde el útero materno y durante los primeros años de nuestra infancia. Así como la mayoría trata de inmediato sus heridas físicas, las heridas psicológicas o psíquicas son generalmente ignoradas o evitadas. Pero se instalan en el carácter, dando lugar a hábitos o actitudes similares que vivimos una y otra vez, a modo de destino inevitable. Se convierte en un sufrimiento crónico que la mayoría prefiere en vez de tratarlo como haríamos con cualquier herida física. Un sufrimiento inútil por desconocimiento o miedo al dolor del tratamiento.

Lo que debe saber cualquier persona, es que ese sufrimiento crónico no evita que la herida duela y que afecte a los demás, e incluso se transmita a generaciones posteriores. El tratamiento será siempre menos doloroso que un continuo sufrimiento de aparente baja intensidad, por muy soterrado que esté, o amortiguado con hábitos, adicciones y dependencias varias. Vale la pena hacer algo al respecto, y si no lo hacemos por nosotros, hagámoslo por los demás que sufren las consecuencias. Porque en general, quien sufre hace sufrir a los demás. Tampoco es excusa la falsa creencia heredada que dice que soportar el sufrimiento nos da méritos espirituales. En especial si es un sufrimiento innecesario o tratable. El saber aceptar el dolor que nos trae la vida no implica no poder tratarlo. **Observemos una distinción fundamental que a veces no nos planteamos y es básica en cualquier discernimiento: no es que no podamos muchas veces, simplemente es que no estamos dispuestos.**

He constatado con la experiencia en el trabajo tanto en terapia individual como grupal y a través de talleres especializados que es mucho lo que se puede hacer para tratar estos temas. Que vale la pena hacerlo, ya que el potencial transformador es enorme. Hemos visto a muchas personas que se han beneficiado de todos estos procesos, logrando cambios y avances que les han permitido un verdadero crecimiento. El trabajo ha de ser integral e incluir una visión transpersonal que permita a la persona responsabilizarse y hacerse cargo de su vida. Esto sucederá a través de una transmisión de perspectiva que ayude a trascender patrones o creencias limitantes, también con el uso de diferentes técnicas disponibles. La capacidad, presencia y habilidad del terapeuta será clave.

En todo caso requiere el valor de dar el paso, confianza y disposición por parte de la persona. Se trata de realizar un proceso muy valioso pero que necesita de un ritmo y despliegue adecuado en el tiempo. Quienes sólo están interesados en tratar los síntomas o quienes no desean responsabilizarse y simplemente buscan la comodidad y/o evitar el crecimiento real, seguirán buscando "soluciones" fáciles. Hablamos de sucedáneos o "atajos" que tapen los síntomas, ya sean sustancias legales o no, o cualquier adicción o dependencia relacional, física, etc. que les permita seguir sobreviviendo inconscientemente.

GRUPOS DE CRECIMIENTO Y DINAMICA GRUPAL: UNA OPCIÓN RECOMENDABLE

Los Grupos de Crecimiento de orientación terapéutica constituyen una oportunidad extraordinaria para impulsar el crecimiento y evolución del ser humano. Son grupos abiertos a participantes estables dirigido por terapeutas formados adecuadamente, que tengan una perspectiva transpersonal amplia, que hayan realizado su propio proceso vivencial, incluido el paso durante años por grupos de este formato.

La calidad y habilidad del facilitador/guía para dinamizar y dirigir el grupo es clave. No todas las personas o terapeutas tienen el don o habilidades o el valor para la dirección de grupos. También se expresa en el mapa. La inmensa mayoría de los terapeutas que realizan terapia individual no trabajan con grupos. Muchos que lo han intentado no logran consolidar el grupo en el tiempo y las personas dejan el grupo. Guiar un grupo es un arte. Requiere presencia, facilidad de expresión, organización, amplia visión, valor para poner límites. Capacidad de confrontar lo inauténtico y ser muy sincero con los participantes por encima de cualquier interés. Requiere saber aprovechar y optimizar el tiempo en grupo. Tener gran discernimiento, un don con los ritmos y con las múltiples situaciones que potencialmente pueden aflorar en una genuina dinámica grupal. **Crear grupo es un delicado arte.**

Los participantes acceden al grupo en base a una motivación por el crecimiento y desarrollo y/o también por presentar diferentes conflictos o patologías. En todo caso, existe un protocolo y filtro de entrada para evitar el acceso al grupo a personas que no se encuentran de salida en condiciones adecuadas para la dinámica grupal, que pudieran encontrar grandes dificultades y/o también afectar negativamente al proceso grupal.

Este grupo supervisado supone un escenario excepcional para el encuentro consciente, donde las personas se ven reflejadas en el espejo de los otros, donde la intimidad y expresión va surgiendo con las distintas fases del grupo y la evolución propia de cada persona que accede al grupo. La desconfianza inicial suele transformarse en confianza y los vínculos afectivos comienzan a surgir. El grupo permite un valioso trabajo en el área de las relaciones, incluida la aparente relación con uno mismo. Pero también en otras áreas, ya que el factor sorpresa permite trabajar con variados contenidos que ayudan a los participantes a ir más allá del territorio conocido, controlado/neurótico y poder experimentar con consciencia distintos ritmos y la supervisión del terapeuta.

Este tipo de grupo se reúne con frecuencia semanal en sesiones amplias (2 ó 3 horas) o en frecuencia mensual de un fin de semana al mes durante al menos nueve meses.

Una experiencia real de Grupo de Crecimiento

Después del punto de inflexión que supuso el giro profesional que realicé, comencé durante unos años ejerciendo como profesor de yoga (Hatha Yoga: el habitual yoga físico de posturas que se hace en Occidente). Aunque las sesiones eran reconocidas y a las personas les ayudaba, observaba como algunos se acercaban a mi con sus conflictos psicofísicos, etc derivados de la confusión y en general de heridas diversas no tratadas. El Hatha Yoga en ese formato les ayudaba, pero la estructura de la clase habitual de yoga de asistentes silenciosos era limitada. Así que cuando completé mi formación como terapeuta me abrí al formato más abierto, libre y creativo del grupo de crecimiento.

Después de años en Grupos de Crecimiento además de la formación vivencial de tres años en Gestalt que prioriza mucho la dinámica grupal, vengo dirigiendo desde hace nueve años grupos de crecimiento además de talleres especializados intensivos y retiros. Han pasado muchas personas por estos grupos, en general con estancias de al menos uno o varios años. Es un taller abierto en sentido amplio. No es un curso sino un proceso vivencial. Los contenidos y personas varían de alguna manera, Nunca es lo mismo. Cada día tiene su energía. Nadie está exactamente donde estaba hace un año.

La incorporación al grupo es para la mayoría un reto de confianza, valor y actitud, es decir, una prueba. El inicio en el grupo es como una pequeña travesía en el desierto que dura entorno a tres meses o casi un año. Tiene el potencial de culminar con la integración real de la persona ganada con su propia actitud. Entonces la aceptación, la confianza y la intimidad comienzan a emerger y a fluir. Así aprovechará más la experiencia, al participar en el viaje de una forma más profunda y abierta. Hasta entonces las resistencias, miedo, control y evitaciones ponen en riesgo la travesía individual. Si todo aquello es atravesado el participante da un salto cualitativo que ya de por sí implica transformación y crecimiento real.

Los grupos de terapia habituales están dirigidos por terapeutas o psiquiatras que trabajan con sus pacientes y sus patologías con el fin de reconducirlas o superarlas. **El grupo de crecimiento que desarrollo es más abierto e integral al incluir el área transpersonal. Trabajar desde la perspectiva más amplia posible, que permita incluir todo. Enfoque holístico o integral, como la vida misma. La realidad más grande, tal y como es.** Con la experiencia obtenida siento que hacer lo contrario sería engañarse o limitarse inútilmente:

¿por qué no usar las herramientas disponibles? ¿por qué limitarse o privar al participante de comprensiones o visiones más amplias y liberadoras? ¿Debe siempre prevalecer la especialización separativa y perderse la síntesis y la visión contextualizadora?

Este trabajo lo hacemos desde la no imposición, desde la libertad. Es una invitación a la autoindagación, a cuestionarse contenidos mentales, a investigar la realidad propia. Una rica combinación de la que nacen, como reiteradamente hemos comprobado, grandes tomas de conciencia. El cambio real viene desde dentro pero es estimulado en el compartir consciente. Hemos sido testigos a lo largo de los años del crecimiento y desarrollo de los miembros del grupo. Observamos cómo llegaron y cómo están después de uno o varios años. Hay un antes y un después del que la persona se hace consciente, y que el propio grupo le devuelve en formas diversas.

La estructura y condiciones del grupo estable de crecimiento que dirijo es la siguiente: iniciamos con silencio compartido. Le sigue una lectura o una charla sobre algún tema relevante a fin de aportar perspectiva o claridad. La comprensión es vital. Pueden posteriormente hacer preguntas en relación al tema u otros afines. Después tiempo para compartir. Los participantes pueden expresar su sentir, un conflicto o dificultad, algo que se quiere decir a alguien, etc. El expresar en público en ambiente grupal íntimo y de respeto tiene mucho potencial. Puede ser liberador y a la vez suele producir resonancias en otras personas del grupo. Uno se ve reflejado en los distintos espejos. Además los terapeutas aprovechamos las intervenciones para ayudar al participante a profundizar, a cuestionarse, a tomar mayor conciencia, a poner mayor luz. Lo hacemos mediante preguntas y devoluciones con distintos contenidos, que pretenden dar una visión ampliada. Todo siempre en oportunidad de lugar y tiempo, y con un eje fundamental: la máxima atención y presencia posible del terapeuta. Estas intervenciones suelen dar bastante de sí.

Posteriormente hacemos un pequeño “break” de pie, cerrar los ojos y conectar con el sonido, con cuerpo y el espíritu. Continuamos con ejercicios diversos de dinámica grupal que movilizan también al grupo. Estos ejercicios hacen que el participante se encuentre en situaciones que se convierten en grandes oportunidades de crecimiento. El grupo es un laboratorio sin riesgo donde el asistente puede explorar e investigar y ampliar su conciencia en forma práctica y vivencial. Siempre en un clima que favorezca la presencia y aprendizaje de la experiencia. El grupo se cierra con distintas expresiones dependiendo del momento y ejercicio realizado. Cada momento tiene su energía y el terapeuta ha de estar atento al emergente grupal, a lo que está sucediendo, para poder readaptar los contenidos y ritmos en todo momento. La atención, profunda presencia y el silencio en la mente del terapeuta son básicos para que las sesiones aporten fondo, calidad y valor.

Un **complemento necesario son los talleres intensivos de fin de semana**, alguno en la naturaleza donde el grupo se beneficia de la convivencia informal y de dinámicas más amplias y en contacto con el medio externo. Estos talleres suelen ser muy valorados por los participantes que al final comparten muchas aperturas, comprensiones, descubrimientos.

Viajar en grupo

Incluyo ahora un breve texto que escribí en Junio del 2009 para los participantes en nuestro grupo de crecimiento y que es apropiado para el caso:

El grupo, talleres y retiros facilitan el encuentro interior, el conocimiento de uno mismo, la realización: despliegue de nuestro verdadero potencial. Con ello emergen la plenitud y el amor. Para esto, la experiencia vivencial y la perspectiva son claves. Este camino no es cómodo siempre, aunque sea valioso, y en el fondo, más gratificante. Descubrirnos y afrontar la realidad implica aceptar desengaños y frustraciones. Expandir la comprensión, dejar atrás ciertos hábitos y creencias, para que la luz, el vacío fértil, puedan darse. Requiere algunas cualidades esenciales para la sabiduría: disposición real a transitar el camino, confianza, valor, paciencia.

No son grupos de crecimiento “personal”, es decir no buscan engrandecer el “yo personal separado”. Son cada vez más, grupos de expansión de conciencia, de perspectiva vital con un enfoque no dual. Taller para la comprensión de la realidad, es decir, de la propia vida. Taller abierto, donde la persona tiene su sitio, bajo el gran paraguas de lo transpersonal. La perspectiva es clave. Conocer la mente y silenciar su superficie, para poder discernir. Sólo comprendiendo, podemos acceder a la luz que ya tenemos. Buscamos crear un contexto que ayude a despertar a la realidad esencial.

Viajar en este grupo requiere de intención y humildad. Reconocer que no se sabe lo que es el grupo, y que esto no sucederá hasta cuando tenga que ser. Se ha de soltar cierta carga inicial, escuchar, vivenciar nuevas experiencias y navegar sin control en alta mar. Es como una iniciación. Hay que saber estar, tener paciencia. Aceptar la incertidumbre y el no entender todavía. Permitir el proceso. La comprensión irá llegando, la conciencia se irá abriendo. Pero hasta que eso suceda se ha de confiar, practicar y seguir viajando con valientes compañeros que tanto aportan. Y entonces cuando la integración tome raíces, la puerta se abre para entrar a un lugar más luminoso y satisfactorio. Ese lugar está “dentro” de nosotros. El grupo inspira y apoya para que lleguemos allí, a través de sus contenidos y experiencias.

Las opciones para quien llega al grupo se asemejan a nuestra actitud cuando vamos al médico. Hay quien no acepta el diagnóstico. Otros no aceptan el tratamiento. Hay quienes aceptan el tratamiento pero no lo ponen en práctica. Quieren estar allí controlando. Existe el “paciente” que sigue el tratamiento inicialmente, pero las resistencias sutiles o indirectas afloran. El paciente se vuelve impaciente. Busca resultados, tiene prisa, la mente toma el control y acaba retirándose. También, cuando el médico ofrece un nuevo tratamiento/técnica más eficaz, hay quien no acepta el cambio y se aferra al anterior. Algunos simplemente no quieren curarse para no perder las “ventajas” de la situación. Existen también los que confían y se adaptan a los tratamientos.

Personas que han estado años en el grupo comentan cómo pudieron comprender y aprovechar mucho más gracias a la experiencia de su primer año o sucesivos de estancia. El grupo es un proceso, tiene fases energéticas y temporales. Constatamos que un periodo mínimo para potencialmente integrar la experiencia y beneficiarse del grupo, sería un año de asistencia real continuada. No sucede igual con las personas que han asistido menos tiempo o mayor con ausencias. El proceso no tiene su espacio y no florece como podría. Carecen de la perspectiva y oportunidades que da la estancia continuada en el grupo. Cuando se acerca la oportunidad de profundizar, intimar, abrirse, y especialmente, ir más allá del mundo de creencias limitantes, del “personaje/montaje” de nuestra vida, algunos lo evitan y optan por ausentarse.

La opción inteligente es crecer en conciencia, en comprensión vivencial, en visión cabal. El guía y la compañía de otros viajeros es un regalo humano que apoya y nutre, al ofrecer perspectiva y experiencias valiosas, más conciencia. Luz compartida luz ampliada. (Junio 2009)

AFINIDADES ENERGETICAS EN LAS RELACIONES

A lo largo de años de estudio, enseñanza, y evidencias empíricas en consulta y grupos, he constatado que las relaciones tienden a manifestarse en base a afinidades energéticas que pueden ser detectadas a través de una técnica disponible. Cuando hablo de relaciones lo hago en sentido amplio incluyendo todo el universo posible de relaciones. Existe un condicionamiento energético que nos influye hasta el punto de afectar a nuestras elecciones en las relaciones. La fluidez o comodidad con algunos familiares, la atracción por determinadas personas o en las parejas, las amistades, etc. incluso la preferencia por determinado profesor o maestro, etc. se basa en gran parte en nuestro perfil energético.

Por encima de los deseos o de cualquier moral la realidad se impone. El padre o la madre están afectados por su propia combinación energética y aunque quieran, no se relacionarán de la misma forma con todos sus hijos. Existirán niveles de afinidad o dificultad diferentes con la energía de cada hijo. Como tanta veces se comprueba en terapia, las personas se sienten desigualmente tratadas y/o queridas en relación a sus hermanos. A los padres y a los hijos les ayuda conocer tanto este contexto como su propio caso, para propiciar una aceptación más profunda y sincera.

Hablamos aquí de compatibilidades e incompatibilidades energéticas, y todos los puntos intermedios entre ellas, incluida la neutralidad o la indiferencia. Conocerlo nos ayuda a entender y a comprendernos. Puede servir a un mundo más tolerante donde seamos conscientes de que tenemos diferentes vehículos energéticos formados por distintas combinaciones posibles. Es absolutamente natural, nada hay de negativo en ello. Pero ayuda saberlo. Somos iguales en esencia, pero en la manifestación somos diferentes en la forma y en la combinación energética. Su aplicación en la educación, la psicología o la medicina entre otras, sería grande. Conocer esta y otras circunstancias serviría, por ejemplo, para comprender mejor las dificultades educativas o de salud integral de un niño, a través de conocer su especificidades, energías y momento cíclico que está viviendo.

Solaridades o lealtades energética

Nos serviría observar tendencias en las relaciones, grupos y organizaciones:

Crear separación aunque no se exprese. Solaridades energéticas o afinidades, apoyo a los que me caen bien con los que fluyo (afines), pero sutilmente me resisto a escuchar/comprender a personas con las que energéticamente no fluyo tan fácil (aversiones). Hasta el punto de que en un tema a unos les daría la razón y a otros se lo quitaría aunque plantearan casi lo mismo. Perderse en las preferencias personales lo que tenderá a suceder si no somos conscientes de las mismas.

No Integridad: El reto en el grupo y en la vida, es honrar la verdad, y ser capaz de beneficiar al colectivo. Requiere que las personas tengan el valor de expresar que no están de acuerdo o no apoyan algo que digan sus afines o amigos y que puede perjudicar al grupo, o hacerles ver su actitud destructiva o de bloqueo. También, tener el gran valor y coherencia de apoyar, reconocer y dar la razón a aquello que beneficia al grupo aunque proceda de una persona a la que tuvieras aversión o te cueste.

No tener el valor de honrar a todos: de sincerarse y limpiar lo pendiente o lo que nos separa de alguien. Aprender a ser inclusivos: a pesar de todo aceptar la energía de todos los presentes. Limpiar las heridas o resentimientos pasados, en un acto consciente.

Todo esto explica porque en las relaciones y en los grupos se observa la tendencia natural buscar afinidades que tienden a manifestarse (aquello de "iguales atraen a iguales") y de inconscientemente evitar o mantener distancia con otros perfiles que nos cuestan más. Observando el perfil energético de la persona podemos comprender parte de sus elecciones

o preferencias y también sus aversiones. Pero la información que nos puede aportar estos mapas es mucho mayor. Existe la técnica y no utilizarla en base a prejuicios es poco profesional. Parecido a lo sucedido con los intereses que han retrasado tanto que tecnologías más limpias y económicas llegaran a la industria del automóvil.

En capítulos posteriores de este trabajo “Información privilegiada” y “Afinidad e incompatibilidad” profundizo en las afinidades energéticas. Pero antes unas cuestiones previas para situar el contexto y tratar las probables barreras de la mente condicionada:

Ciencia y realidad

La ciencia ha extendido su conocimiento del mundo físico considerablemente. Aún así es todavía mucho lo que se ignora y numerosas las preguntas sin respuesta científica. Además del nivel físico, existen otras dimensiones de la realidad, de difícil definición en términos científicos mecanicistas. Pero enormemente importantes para el ser humano, como por ejemplo, el amor o el espíritu. Lo real existe y es con independencia de que el ser humano haya podido conocerlo, medirlo o citarlo. Los planetas no descubiertos por el ser humano existían y orbitaban igualmente con o sin nuestro conocimiento.

La ciencia pretende conocer para prevenir y tratar distintas situaciones, ya sea en medicina, meteorología o astronomía, por citar algunas. Sin embargo, somos conscientes de cómo sus predicciones están afectadas por múltiples variables, y en muchos casos son inexactas. Predecir la evolución de la enfermedad es difícil, el tiempo que hará la semana que viene no es seguro, y los astrónomos también erran en calcular la trayectoria exacta de un cometa.

Gran parte de lo que denominamos ciencia es inexacta aunque ello no invalide su aplicación o utilidad. La verdadera Ciencia es aquel conocimiento que honra la realidad y la verdad por encima de cualquier interés y prejuicio. Y atendiendo a esta definición observamos que a la ciencia le sucede como a la religión con la espiritualidad. La espiritualidad es una realidad más amplia que la religión. No todo en la religión es espiritualidad. Y hay espiritualidad fuera de la religión. Igualmente hay conocimiento válido fuera de la ciencia oficial conocida y no todo lo que se considera científico se corresponde con la realidad.

Sócrates, dijo “Sólo sé que no sé nada”. Reconocía que por más que acumulara conocimientos de todo tipo, era mucho más lo que ignoraba que lo que sabía.

Heidegger, para muchos el más grande filósofo del siglo XX hablaba de “la cuadrícula de la Razón”: de la misma manera que el visor de una cámara fotográfica encuadra sólo un sector de la realidad y nunca la totalidad, nuestro pensamiento racional, aún el más desarrollado discurso científico, tampoco capta el todo.

Con esta disquisición simplemente se quiere transmitir al lector una consideración básica: Parte de la realidad ha sido conocida o validada por la ciencia, otra parte no. Negar la realidad, sería algo acientífico, ignorancia, o pura reacción emocional de aversión basada en intereses (corporativos, egoicos, etc). También se mantiene oculta información relevante para controlar al colectivo. Sin embargo, hay esperanza, ya que son tiempos donde la transparencia comienza a emerger. La facilidad de comunicación casi instantánea está ayudando a este proceso. Sólo hay que ver los actuales levantamientos de los pueblos de los países árabes, y tantos otros acontecimientos que están sucediendo.

La realidad es lo que es, aunque parte de ella no sea de nuestra preferencia. Como el Amor, la realidad lo incluye todo. Existe una parte de la realidad que está detrás de las apariencias, más allá de las formas. Hay niveles de realidad que sólo son accesibles a través de una percepción limpia, serena y profunda, que se revela en determinados estados de conciencia o meditativos. Como decía el Principito: “Lo esencial es invisible a los ojos”.

COSMOLOGIA: HERRAMIENTA Y MAPA ORIENTADOR.

Sugiero ahora al lector un momento de máxima atención y observación hacia si mismo, cuando comience a introducirse en los siguientes textos. Se verá sometido a una prueba en relación a sus prejuicios, condicionamientos y razones. Incluso si el lector se ha identificado con una persona abierta, progresista, avanzada o inteligente, que ya sabe discernir.

Hay palabras o temas que al ser mencionados producen en la persona una inmediata asociación y reacción en base a creencias que a veces son defendidas con gran carga emocional. Cuando afirmo o niego algo lo honrado y sincero es preguntarse: ¿estoy completamente seguro de ello? ¿Tengo absoluta certeza de que no es verdad?.

Realmente la verdad – lo real - no necesita defensa alguna. La realidad sólo requiere ser verdaderamente honrada, atestiguada e investigada. Invitamos al lector a una escucha atenta e incondicional, que no le restará libertad futura.

Existen herramientas, mapas de la psique humana de gran valor para el terapeuta o profesional. Algunos han sido marginados o negados en base a prejuicios, intereses o por no haber sido investigados realmente. Tendemos a excluir lo desconocido. Existe la tentación de desprestigiar o no reconocer una técnica para evitarla.

Quien escribe este artículo dedicó muchos años a estudiar uno de esos códigos o mapas, y sobre todo a comprobarlo empíricamente. Pero antes de compartir la experiencia y comprensiones obtenidas, sirva como introducción las palabras del Dr. Grof:

Dr. Stan Grof, Médico Psiquiatra, cartógrafo de la mente humana, junto a Ken Wilber, es uno de los paradigmas y fundadores de la Psicología Transpersonal. Sus investigaciones le llevaron a cambiar el paradigma y los conceptos con los que un estudiante de formación científica y mecanicista se aproxima a la realidad.

«Estas herramientas son para la psicología como el microscopio para la biología, o el telescopio para la astronomía»

S. Grof en su libro “La Psicología del Futuro” dice: “Irónicamente, cuando tras años de frustrados esfuerzos descubrí una herramienta que hacía posible comprender e integrar, resultó más controvertida que los mismos psiquedélicos que investigué inicialmente. Se trataba de la astrología, una disciplina que, incluso tras años de estudiar fenómenos transpersonales, yo mismo tenía la tendencia a considerar una ridícula pseudociencia. El cambio radical de mi actitud fue con respecto a la astrología fue la cooperación con el Dr en Psicología Richard Tarnas, que es además un astrólogo brillante. Su investigación combina una erudición impecable con una familiaridad con los estados no ordinarios de consciencia”

Añade Grof “Juntos hemos explorado durante años las correlaciones astrológicas de las experiencias místicas, crisis psicoespirituales, episodios psicóticos, estados psíquicos y sesiones de respiración holotrópica. Dicho trabajo ha mostrado que la astrología con el estudio de los tránsitos planetarios, ofrece valiosa información del contenido y ritmo de los estados holotrópicos de consciencia y aporta enorme comprensión al mapa energético.”

“Varias décadas de investigación sistemática han generado gran cantidad de datos que apoyan las evidencias astrológicas. Nuestro sistemático estudio me ha convencido de que una combinación de la profunda terapia vivencial con la psicología arquetípica, la astrología, es la estrategia más prometedora para la psiquiatría del futuro”.

“Soy consciente que se trata de una afirmación fuerte, si consideramos el hecho de que muchos científicos tradicionales, que no la han investigado, consideran a la astrología, tal como yo en su momento, como algo incompatible con la ciencia. Pero la astrología es un antiguo arte y una ciencia que probablemente tiene sus orígenes en el tercer milenio a.C. en Mesopotamia y desde ahí se ha difundido y existido a pesar de todo...”

“Al igual que otros muchos, la astrología fue una de las víctimas del racionalismo y materialismo de la Revolución Científica. Fue rechazada, no en base a pruebas científicas de que sus premisas fueran falsas, sino por su incompatibilidad con las presunciones de la ciencia occidental dominada por el materialismo monístico”.

“El matrimonio entre la astrología científica y la psicología arquetípica, basada en el trabajo de C.G. Jung, representa un extraordinario avance. La comprensión del significado arquetípico de los planetas, su posición y aspecto geométrico, así como sus influencias específicas han sido investigadas, revisadas y estudiadas durante milenios por generaciones de astrólogos”. Jung habló de la sincronía: un principio conector acausal, y recibió el apoyo para este concepto de dos grandes físicos: Albert Einstein y Wolfgang Pauli.

“La ciencia occidental describe el universo como un sistema mecánico inanimado, una supermáquina que se crea a sí misma y está gobernada por leyes mecánicas. La vida, la consciencia y la inteligencia se consideran, en mayor o menor medida, como productos de la materia. Para la astrología, el Cosmos es una creación inteligente que refleja un orden.

La perspectiva astrológica refleja íntimamente el significado original de la palabra griega kosmos que describe al mundo como un orden inteligible, como un sistema interconectado de una forma coherente. La vida humana no es el resultado de fuerzas fortuitas dirigidas por un azar caprichoso, sino que sigue una trayectoria preordenada que se sintoniza con los movimientos de los cuerpos celestes. El pensamiento astrológico afirma la existencia de arquetipos, principios primordiales eternos, que subyacen, informan y forman la estructura del mundo material.”

Desde la investigación sistemática en Psicología Transpersonal, se pueden afirmar las evidencias de la astrología: La existencia de experiencias transpersonales que apuntan a un cosmos animado que está impregnado de consciencia y de inteligencia cósmica creativa. La existencia de sincronías. La importancia psicodinámica crítica de la experiencia del nacimiento. El potencial extraordinario de los tránsitos astrológicos. La evidencia de un cosmos animado.

El Universo constituye una red unificada de acontecimientos imbuida de una inteligencia y orden superior. Existe evidencia empírica de que la psique humana carece de fronteras y básicamente se sintoniza con toda la existencia, lo que confirma los principios básicos de la astrología, de que el microcosmos es un espejo del macrocosmos, apoyo empírico para la existencia de arquetipos”

Textos procedentes del Capítulo Diez del libro del Dr Stan Grof “La Psicología del Futuro” Grof habla de la relación de la astrología con la psicología transpersonal, para su empleo como brújula en la terapia con e.a.c. (estados alterados de conciencia). Algo realmente prometedor y necesario, pues como apuntaba C.G. Jung en uno de sus escritos: la mayor densidad de conocimientos sobre psicología ha de buscarse en la astrología, que cuenta con milenios de observación de la psique humana.

Algunas investigaciones ejemplares

Quando **Halley preguntó a Newton** ¿cómo un científico de su nivel pierde el tiempo con la Astrología? Newton le contestó: **“La diferencia entre Vd. y yo Mr. Halley, es que yo me he molestado en investigarla...”**.

Como con Newton y tantos otros, hay científicos como **Einstein** que tuvieron una parte de su vida o interés asociado a temas místicos o como Jung al mundo arquetípico o a la propia astrología, y muchos otros. Siendo esta parte de sus vidas o investigaciones ignoradas y ocultadas interesadamente.

C.G. Jung afirmó que las puertas de la universidad han estado cerradas a la astrología durante trescientos años, pero que en los próximos años estas puertas se abrirán nuevamente y la astrología entrará en la universidad. Así será, porque las declaraciones que ha hecho la astrología, que han quedado sin comprobación hasta ahora, pueden

ahora ser comprobadas. Ya está sucediendo con alguna universidad europea introduciendo asignaturas o masters de contenidos astrológicos.

Gauquelin, un científico francés de renombre que criticaba y desconfiaba de la astrología, decidió investigarla y realizar pruebas estadísticas con muestreos relevantes para comprobar su veracidad. Gauquelin tuvo el valor y la honestidad suficiente de modificar radicalmente su criterio ante la evidencias que encontró. Y quien militaba en la "antiastrología" acabó demostrando su validez, mediante correlaciones y datos estadísticos probatorios que la confirmaban.

Los planetas han orbitado de la misma manera con o sin las creencias del ser humano. En muchos casos, la negación se hace por una creencia falsa popularizada, lo cual no es nada científico, sólo un mal eufemismo de la ignorancia, incluso de docta ignorancia.

Existe una astrología seria y profesional, de orientación psicológica no dirigida a la adivinación o a sustituir la responsabilidad de elección personal- sino al conocimiento personal, a la comprensión y descubrimiento de nuestra estructura psíquica, forma de ser, condicionamientos que impiden vivir nuestra verdadera naturaleza esencial. Para cooperar con el "Conócete a ti mismo" clave de la realización personal.

La Astrología es un Lenguaje de la Energía de gran precisión descriptiva. La Astrología es, en palabras de Richard Idemon, el modelo universal o lenguaje más bello, cualitativo y perfecto sobre la condición humana. La principal fuerza de la Astrología reside en su descripción de las energías, características e impulsos básicos de la persona.

¿QUÉ NO ES?

No es Astrología la mayoría de horóscopos populares que aparecen en revistas, periódicos, etc., realizados por personas carentes de formación adecuada, utilizados para alimentar prejuicios o decretar su falsedad.

No es la utilización de este nombre para la pseudoadivinación, realizada por personas sin preparación o conocimientos (astromancia), que en muchos casos no utilizan técnica astrológica alguna y simplemente se aprovechan del nombre. Juzgar desde el desconocimiento basándose en tópicos y prejuicios, es poco científico y riguroso.

La simple agrupación por signos solares es muy limitada. Para acceder a información relevante es importante un análisis completo de la información específica a cada caso, no sólo de la posición del sol en el nacimiento sino del resto de variables y parámetros.

¿QUÉ ES REALMENTE?

Es un **conocimiento milenario -más de 3000 años de antigüedad- basado en una técnica matemática y astronómica precisa, y en el lenguaje arquetípico, simbólico, psicológico y transpersonal. La Astrología es extensa, compleja y aplicable** a una entidad personal o individual mediante un estudio completo o integral.

La Astrología puede definirse de muchas maneras dada su extensión y complejidad:

- Es un saber preciso y completo para comprender la personalidad humana, su comportamiento, cambio y crecimiento.
- Es una Técnica y un Arte, para el conocimiento de si mismo y para la comprensión de los demás. Sistema de conocimiento que sirve de ayuda en la realización personal.
- Código representativo del orden cósmico existente más allá de las apariencias, revelador de la sincronicidad operativa en el universo. Enfoque holístico de la existencia.

- Sistema relacionado con los movimientos celestes, que permite conocer mejor la psique humana y los ciclos de vida. Lenguaje integral para la comprensión del Ser humano.
- Es el lenguaje Cósmico Universal más completo y universalmente aplicable conocido por el hombre.

La Astrología trata de como las personas desarrollan la clase de experiencias que atraen en sus vidas, de acuerdo con sus necesidades internas y motivaciones, y cómo responden a esas experiencias. A diferencia de la mayoría de los saberes, la Astrología tiene una perspectiva integral del ser humano, teniendo en cuenta todos sus componentes, y su absoluta interrelación y unidad con el Universo.

Observando el cielo: una experiencia real

Contexto: Educado en el método científico, licenciado universitario, master, posteriormente descubrí el conocimiento astrológico. Lo estudié inicialmente en un curso y luego con Sessa (Ivan Oliveros – maestro de meditación) que por entonces enseñaba astrología y de quien recibí irrefutables evidencias sobre aspectos de mis energías y vida en sus clases. Tal fue el descubrimiento de este arte/técnica que además de las formaciones en Gestalt y Yoga, estudié en la Facultad de Astrología de Londres y realicé una seria formación de tres años en Psicoastrología en el CPA (Center for Psychological Astrology) de Londres con la Dra. en Psicología Junguiana Liz Greene y un equipo internacional de Psicoterapeutas Psicoastrólogos. Formación técnica e intuitiva con rigor, supervisiones y exámenes, en la que se nos exigía además realizar un proceso de psicoterapia individual complementario.

Aprendí así con ello astrología humanista y psicológica de excelentes profesionales. No hubiera continuado este camino sin tener la evidencia de múltiples sesiones y casos de que aquello servía y aportaba valiosa información. Si no hubiera sido así no lo aplicaría, por coherencia y honestidad, como hice con otros caminos o técnicas que abandoné en su momento. En la formación multidisciplinar y vivencial que he recorrido, siempre me centro en las mejores herramientas que conozco y desecho otras. También oriento el trabajo a los contenidos y estructuras más adecuados y eficaces.

Posteriormente inicié el ejercicio consciente de la psicoastrología primero vía consultas. Mas tarde enseñando durante años e incluso asistiendo a congresos donde presenté algunas ponencias. Actualmente es una gran referencia y herramienta tanto para mi proceso personal como para mi trabajo. Sólo quienes lo hemos investigado y vivenciado a fondo podemos ser conscientes hasta que punto aporta y funciona. También aprendí con la experiencia a saber cuando no usarlo. A parar, retirarme y dejar espacio al silencio.

Y lo que he investigado y experimentado me lleva a afirmar que, como sucede con cualquier técnica o profesión, el riesgo es el mal uso derivado de los intereses o déficits de la persona. Pero eso no invalida a esta técnica que además de hacernos más intuitivos, aporta un mapa energético de la persona, un mapa psíquico objetivo obtenido de sus datos natales. Y este mapa nos habla también de ciclos y energías en forma práctica y aprovechable. Y es en base al despliegue de los tránsitos o progresiones estelares que la astrología habla de tendencias probables, no de futuros concretos o definitivos, ya que la manifestación puede tomar múltiples y variadas formas. Todo ello combinado da información privilegiada al terapeuta o al caminante, ya que la aplicación es extensísima.

Personalmente me interesa la psicoastrología humanista: la astrología para el conocimiento de uno mismo y para las relaciones (sinastria). Aún así, el observar los ciclos en los que estoy inmerso y el mapa a lo grande, me da perspectiva personal y general, global, mundial. Por ejemplo, no es casualidad que durante el tránsito de Urano y Júpiter por el primer signo este semestre del 2011, en los países árabes se produzcan tantas revoluciones.

La astrología ofrece un mapa de energías, ciclos y tendencias útil y constatable, como los septenarios, aunque su concreción sea siempre abierta a diversas posibilidades de manifestarse.

El mapa no es el territorio, pero es sabio no tirar el mapa hasta llegar al destino

La astrología no es una panacea que pueda resolver problemas, sino una herramienta que puede proporcionar información de referencia, para ampliar la comprensión y perspectiva y para múltiples aplicaciones. Existe siempre la opción del camino del medio, de hacer un uso adecuado. Al final como con cualquier técnica la persona es responsable. Todo requiere conciencia. ¿Hemos de dejar de conducir porque alguno pueda conducir peligrosamente? La responsabilidad y conciencia del profesional hace la diferencia.

He querido salir del “armario astrológico” exponiendo todo lo anterior, cuando lo fácil - lo que muchos profesionales hacen - es ocultarlo. Todavía, cada vez menos, decir que se utiliza la astrología o se es astrólogo se asocia para algunos a falta de “seriedad o rigor”. En general quienes lo hacen ignoran este saber o tienen una posición “anti” más emocional o egoica que científica. Al incluir en este trabajo referencias y perspectiva del contexto astrológico pretendo poner más luz para que el lector amplíe su visión. Sugerir la oportunidad de conocer sus posibilidades en diversos campos, de estudiarlo, o de beneficiarse de sus aplicaciones con el profesional adecuado. **Como con tantas técnicas, la calidad del terapeuta o el médico es más importante que la propia técnica.** Lo óptimo es cuando se accede a una persona responsable, centrada y presente junto a una buena técnica.

La distorsión de la realidad

Algunas **reflexiones a considerar** aplicables a distintos campos.

La influencia de los medios de comunicación y otros poderes son tales que muchos acaban creyendo que la realidad es distinta o incluso opuesta a lo que realmente es. Se nos presentan determinadas formas de ver las cosas, imágenes e interesados contenidos que acaban distorsionando totalmente la realidad. Nos condicionan a creer que las cosas son de otra manera de cómo realmente son. Sucede por intereses diversos incluido el económico. Hay cosas que venden o interesan más que la verdad.

¿Interesa realmente la verdad... o prevalece el interés personal, económico (lo que vende o da espectáculo) u otros intereses por encima del colectivo o de la verdad?

He observado como los medios de comunicación han estado mucho más interesados en algunos personajes que den espectáculo con su imagen o aureola adivinatoria, etc que en el trabajo serio de muchos profesionales, o los contenidos de gran rigor de los congresos de astrología. He asistido a congresos con ponentes serios, gran parte de ellos profesores, profesionales, titulados universitarios, doctores. Y sin embargo la prensa, que fue invitada, nunca estuvo interesada por preferir vender la imagen cómica o negativa de una “falsa o ridícula” astrología a costa de algún personaje poco fiable. **La verdad a veces no interesa.**

Recuerdo haber escrito a algún periódico indicando que todo lo que ponían debajo de una sección que se denominaba “astrología”, nada tenía que ver con ese saber, ya que se trataba de adivinación con Tarot. No querían tratarlo o saber más. A muchos medios parece que les interesan más los ingresos del demandado mundo adivinatorio u otros que el rigor o la verdad.

Quienes programan no sólo los medios de comunicación sino también la propia educación tienen el poder de crear opinión, creencias, programaciones que condicionan enormemente al ser humano.

**Los contenidos educativos o divulgativos de los medios son consecuencia de los intereses y condicionamientos propios de quienes los diseñan.
¿Dónde queda el interés general o la realidad?**

La verdad o lo real sólo podrá ser enseñado o divulgado cuando quienes tienen el poder y la responsabilidad de hacerlo estén libres de identificación de sus condicionamientos. Lo que sucederá cuando las personas que les otorgamos ese poder demos también en parte ese salto de conciencia necesario. Hacia un nivel de discernimiento elevado. Una comprensión, apertura y conciencia especial. Algo que no se enseña en colegios o universidades. Que como en lejanos tiempos, es enseñado en escuelas privadas alternativas de meditación, crecimiento o espiritualidad abierta.

Actualmente mi enfoque principal está relacionado con la meditación y la no dualidad, y el crecimiento integral del ser humano. El mapa es una herramienta valiosa en ese camino. La presencia y la atención son el centro del proceso.

Algunas referencias

Paracelso dio lugar a un descubrimiento: que el ser humano se enferma sólo cuando la relación armoniosa entre él y la configuración de su nacimiento de alguna manera se rompe. Muchos años antes de Paracelso, cerca de seiscientos años antes de Cristo, Pitágoras dio origen al muy valioso principio de la armonía planetaria.

En el Budismo Tibetano la astrología está extendida y sirve como herramienta a múltiples contenidos. En Oriente es más popular y aceptada aunque en parte no reciba el mejor uso, cuando las personas la utilizan para sustituir su propia responsabilidad personal y no para el crecimiento y comprensión. Tantas cosas han recibido un mal uso, incluida nuestra ciencia y tecnología cuya utilización perversa ha creado mucho sufrimiento.

Paracelso no prescribía medicinas a ningún paciente hasta que no hubiera visto su *kundali*, su carta astrológica. Y es una cosa sorprendente que después de haber examinado la carta astrológica de un paciente, Paracelso curase pacientes que habían confundido a otros médicos, pacientes que no pudieron ser curados por ningún otro médico. Él solía decir: "Hasta que no sepa la configuración planetaria en el momento del nacimiento de este hombre, no es posible saber las notas de su armonía interna. Y, a menos que conozca la disposición de su armonía interior, ¿cómo voy a poder tratar integralmente a esta persona?".

El sol no es una bola estática de fuego como pensamos ordinariamente, sino un organismo infinitamente vivo, dinámico, ardiente. El sol cambia de humor a cada momento. Y, cuando el sol cambia su humor aunque sea un poco, la vida en la tierra se ve afectada. Durante el tiempo del eclipse, la tierra entra en silencio. Los pájaros dejan de cantar y los animales del bosque se sienten oprimidos llenos de aprehensión. Los monos abandonan los árboles y bajan al suelo. Lo mismo con la Tierra, este planeta está vivo y es algo más que una entidad física. Así todo el Universo y la existencia.

En el lenguaje científico podemos describir el nacimiento como un proceso de exposición. Es como si expusiéramos la película de una cámara. Presionas el botón de exposición de la cámara, y en una fracción de segundo la cortinilla de la lente se abre y se cierra, y lo que estaba frente a la cámara, queda registrado inmediatamente en la película. La película queda expuesta sin afectar la exposición previa. La película ha captado la imagen de la escena para siempre.

De manera similar, cuando nace el niño se produce una exposición. Esta exposición se registra en la mente sensitiva del niño, tal como pasa en la película. El mundo tal como es en el momento, queda impreso en el niño, y hay por tanto una empatía del niño por el mundo tal como es en ese momento.

EL VALOR DEL LENGUAJE SIMBÓLICO

Un signo es una representación única. Tiene la capacidad de asociarse. El símbolo tiene capacidad de relacionar. La Psicología Arquetípica nuclea distintas familias de signos. Dos formas de hablar, de relacionar información:

SIGNO (Cerrado - Unidireccional, de uno a otro, de otro a uno, relaciona información)

SIMBOLO (Abierto - Une la información de muchas formas, por relación, comparación, similitud y es muy rico en su expresión) Ej. los gestos, silencios, etc es lenguaje simbólico.

La Astrología es una ciencia simbólica porque es *conocimiento válido*, equivalente al de las Ciencias Sociales (Economía, Derecho, Psicología, Pedagogía, etc), hasta la propia Medicina, donde existe un nivel de interpretación y "subjetividad" evidente. La Astrología tiene una metodología y técnica precisa basada entre otros conocimientos en la Astronomía, Matemáticas, Estadística y Psicología, pero además integra el contexto (Orden Cósmico). Es un arte holístico mediante su lenguaje simbólico. La ciencia material realiza una reducción de toda relación a términos mecánicos, para comprender todo lo que ocurre sólo se debe descomponer los cuerpos que vemos, hasta llegar a los bloques últimos. El pensamiento científico corriente es binario, de signos unidireccionales, no de símbolos, una racionalidad impersonal absolutamente independiente del objeto, hace gala de lo que se llama "**objetividad**" que consiste en dejar fuera la subjetividad. Pero así queda excluido mucho conocimiento y realidades, como por ejemplo, el sentir, lo psíquico, lo trascendente. Desde la Psicoterapia a la propia medicina alternativa y tantas otros saberes válidos.

El pensamiento simbólico incluye un tercer factor. Esta lógica trinaría no excluye la binaria sino que la integra. La **intuición** es básicamente el poder de percepción directa y conocimiento inmediato que trasciende los límites del intelecto. La ciencia moderna ha ignorado la función intuitiva del hombre, no tanto porque en muchos de nosotros esté poco desarrollada, sino porque de nuevo siguiendo con prejuicios, se dice está coloreada por los sentimientos personales. Pero en realidad, la intuición es una clase de percepción consciente completa, mientras que los sentimientos emanan de raíces imprecisas e inconscientes. El pensamiento analítico tiene el lenguaje de las matemáticas para expresarse. La Astrología es el lenguaje de expresión del enfoque intuitivo, para la descripción de la experiencia humana y su unicidad de una forma útil e integradora.

La Astrología puede ser, para ciencias como la Medicina, Psicología y Psiquiatría, lo que la tabla periódica es para la Química. La Astrología es la visión más representativa del Orden Unificado del Cosmos adecuadamente traducido a una forma conceptual cognitiva. Proporciona el único sistema en el que hay referencias externas para las categorías que son visibles, predecibles, y susceptibles de una complejidad mucho más allá de cualquier clasificación de la personalidad descrita por la Psicología.

La carta natal: mapa de nuestra psique. Un mapa de nosotros mismos.

La carta natal es un mapa objetivo. Se obtiene de datos concretos, únicos y objetivos: lugar, hora y fecha de nacimiento, es decir, matemáticas y astrofísica. No procede de teoría psicológica alguna, sino de la grabación energética que se produce en el momento de nacer.

Una carta natal es única, no se repite en 25.000 años. La carta astral es un mapa de potencialidades, rasgos de carácter y energías. Un mapa de nuestra psique, un retrato rico y detallado del individuo. La carta es una semilla o proyecto del potencial...si alcanzáramos a florecer plenamente y fuéramos totalmente consciente. Además de ser un retrato de aquellas partes de nosotros que estamos dispuestos a reconocer, la carta natal hace salir a todos los personajes y deja al descubierto los aspectos de nuestra naturaleza. Pero, como los personajes en una obra, no todos los planetas suben juntos a escena.

La astrología aporta también referencias temporales a través de ciclos y ritmos. Permite observar que aquello que llamamos casualidad, por desconocimiento, no es sino fruto de la

sincronicidad de la que hablara Jung o causalidad. Lo que nos sucede en la vida, vía personas o acontecimientos, tienen una sólida base reflejada en nuestra carta astral. Tener conocimiento de esas energías latentes, permite ver la vida con perspectiva, al facilitar la comprensión. Sólo haciéndonos conscientes de nosotros mismos podemos evitar ser víctimas de nuestras conductas, generadoras de sufrimiento, y así poder abrirnos al despliegue de nuestro propio potencial, lo que redundará en mayor felicidad.

La astrología nos muestra la dinámica interna del campo energético físico y psicológico del individuo. La dinámica interior es la clave de la persona, y es lo que mejor refleja la Astrología. Lo exterior no es sino consecuencia de lo interior, y se puede expresar de múltiples formas. Aprender este código astrológico ayuda a conocernos y comprender a los demás: base de la genuina tolerancia, empatía y de la verdadera compasión humana.

*La Astrología puede ser una gran herramienta y ayuda en este camino. El objetivo no es adivinar el futuro sino utilizar técnicas experimentales o vivenciales para activar la transformación o despertar de las energías representadas por los signos. **El objetivo en la carta natal y en los seres humanos es integrar los doce lados de la vida. La Astrología es un Lenguaje de Unidad: lo incluye todo. El círculo de la carta natal es símbolo de perfección. Todos tenemos todos los signos en nuestro mapa. Por eso se ha de ver el mapa completo. Esta técnica no es para separar sino para comprender, conocer e integrar. Estamos aprendiendo a reconocerlos a todos – no a negarlos, reprimirlos o proyectarlos**.*

INFORMACION PRIVILEGIADA

La mayoría de las personas observa o intuye la existencia de **afinidades y desafinidades** entre las personas, además de diversos términos intermedios. Pero **pocos pueden comprender, y sobre todo objetivar, la razón de las mismas**. Todos nos hemos asombrado de cómo algunas personas nos “caen” bien o simplemente nos sentimos naturalmente cómodos con ellas, casi desde el principio o viceversa. ¿por qué sucede esto?.

La astrología tiene información valiosa para comprenderlo, para observarlo y para aplicarlo. El alcance de esta información es enorme para la comprensión de las relaciones, y para la aplicación profesional en distintos ámbitos. En este sentido, se convierte en una herramienta extraordinaria al servicio del terapeuta, o de distintos profesionales. El terapeuta o el profesional de distintas áreas del conocimiento tiene a su disposición valiosas herramientas. El Dr en Psicología Richard Tarnas, Psicoterapeuta, dice que:

Realizar psicoterapia sin aprovechar la información que ofrece la Psicología Arquetípica a través de la astrología es como entrar en una gruta sin llevar una antorcha.

A mi parecer el símil es muy bueno, pues la terapia de la mente halla un equivalente en el adentrarse en una gruta que desciende hacia el centro de la tierra, y la astrología es una excelente herramienta para sondear y observar tendencias, energías, contenidos.

Sirva de ejemplo la experiencia de quien escribe, que al estudiar y profundizar en la astrología pudo después aplicarla como terapeuta individual y grupal, y en otras áreas como las siguientes:

-Fundamentalmente para el comprobar, constatar y comprender la manifestación de diferentes procesos físicos y psíquicos en mi propio camino, en las diferentes áreas de la vida, incluidos acontecimientos y experiencias, y su despliegue en el tiempo, desde un punto de vista cíclico. Sirve para ser más conscientes de las transferencias o contratransferencias.

-Conocer mi propio mapa me ayuda a conocerme y comprender porque determinadas energías o personas me tocan o afectan en distintas formas. Conociendo esto uno puede

reforzar la consciencia y la tolerancia, y reducir las reacciones gracias a la comprensión de la situación. Para las relaciones ha sido inmensamente revelador.

-Una aplicación directa en terapia individual es que al conocer el mapa energético del cliente el terapeuta puede ser mucho más consciente de sus temas o áreas conflictivos, pero también de dones y potenciales, y en especial de áreas, contenidos, energías que pueden ayudarlo a crecer y madurar y a armonizarse. También aporta información de aquello que le puede costar más integrar y que es probable que tienda a rechazar en si mismo y en los demás. Una información muy valiosa hace referencia al área herida de la carta. Melanie Reinhart con quien tuve oportunidad de aprender y analizar mi carta escribió un libro de referencia: "Chiron and the Healing Journey".

-Algo muy adecuado para el terapeuta: permite ver qué temas están presionando o saliendo al escenario, retos, dificultades, fluidez en el proceso personal del paciente, gracias a los ciclos y tránsitos, referencia y luz para el túnel y su salida. Ayuda a comprender el momento y dar perspectiva de los contenidos y áreas de la vida afectadas en el caso.

-En el trabajo en dinámica grupal la información que aporta es muy útil, permitiendo comprender cómo unas personas se asocian a otras y tienen dificultades, evitación o conflicto con otras. A un educador o terapeuta que dirige un grupo les es especialmente útil para modular la comunicación según el caso personal. También para comprender las resistencias y dificultades con determinados ejercicios o situaciones. Y en especial, para las devoluciones que pueda realizar el terapeuta ante las diferentes intervenciones del participante. Es entonces cuando le puede aportar referencias, indicadores ya que conocer aspectos básicos de la carta ayuda mucho a comprender y guiar.

-Hay muchas más aplicaciones, alguna creativa que he experimentado constelando energías arquetípicas de cartas natales, y comprensiones potenciales en relación a las energías del momento, tensiones, frentes abiertos, etc. La consulta es una opción de autoconocimiento y comprensión del mapa energético propio.

RELACIONES HUMANAS y SINASTRIA

La Astrología humanista dirigida al autoconocimiento es un saber muy revelador para la comprensión de las relaciones humanas. Esa comprensión se traduce en mayor capacidad de tolerancia y empatía hacia los demás, y por tanto en la evitación de conflictos innecesarios, pero no de los necesarios. Entender el origen de las reacciones, acciones o formas de la otra persona. Se trata de no perderse una vez más, en las formas exteriores, en la personalidad, poder trascenderlas al comprenderlas, esto no implica inhibirse de poner límites y de transmitir al otro nuestro sentir, pero estará exento de la carga reactiva basada en la ofensa personal y el orgullo herido.

Por ejemplo, alguna madre cuya relación con su hijo era difícil, distante y dolorosa, ha podido comprender que aquellas formas de ser y actuar de su hijo no eran conscientemente creadas contra la madre –aunque esta las sufriera también- sino fruto de la compleja naturaleza psíquica del hijo que requería de un tiempo y trabajo para su despliegue, teniendo en cuenta la distribución y posicionamiento de sus energías en determinados sectores y elementos. Esto sirvió para que la madre no se sintiera ofendida y evitara reaccionar a las actitudes de su hijo. Al cambiar su actitud la relación misma se transformó.

La Astrología puede aportar conocimiento para crear más consciencia, para **buscar una mayor comprensión de la realidad, cualquiera que esta sea, es decir, verdaderamente dispuestos a descubrir la verdad, y no a justificar nuestra "verdad" definida a priori**, a través de la Astrología. Esto último es utilizar de forma no ética la Astrología, y tiene consecuencias tanto para las personas afectadas como para las personas que así actúan.

Nuestras relaciones se derivan básicamente de la imagen que tenemos de nosotros mismos y de las imágenes que tenemos del mundo que nos rodea.

¿Cómo nos vemos a nosotros mismos? ¿Cómo vemos a otras personas de nuestro entorno? ¿Cuáles son tus expectativas?
Richard Idemon

Las relaciones humanas serían más profundas, sinceras y fluidas si el código astrológico se extendiera, y las personas se conocieran más a sí mismas, y a los diversos tipos de energías y formas de expresión que pueden manifestarse, y que constituyen no un problema sino la expresión de la misma diversidad creativa que existe en el Universo.

AFINIDAD E INCOMPATIBILIDAD: LOS ELEMENTOS

La clave para comprender las afinidades o viceversa es saber que los seres humanos estamos compuestos por una combinación energética que incluye distintas posibilidades de participación de los cuatro elementos. Según sea nuestra combinación se producirán las relaciones con los otros seres. Es posible conocer nuestra combinación y la de cualquier ser humano, pero también la de cualquier entidad o ser que tenga una fecha de nacimiento. Con la astrología se puede observar la proporción de elementos que esa persona tiene, déficits o énfasis, y conocer así sus riesgos.

Los elementos describen funciones de la psique, entendiendo por funciones formas primarias de experimentar el mundo. Son energías básicas en la persona, que nos hacen experimentar el mundo de diversas formas, como ya indicaba JUNG:

- | | | |
|---|----------|-------------|
| - Activamente mediante nuestra autoexpresión | (Fuego) | Acción |
| - Físicamente a través de nuestros sentidos | (Tierra) | Sensación |
| - Mentalmente a través de nuestros pensamientos | (Aire) | Pensamiento |
| - Emocionalmente a través de nuestras emociones | (Agua) | Sentimiento |

Con el FUEGO nace la voluntad. Hay un deseo de actuar en el mundo. El fuego inicia la acción. Es energía creativa. Segura, exuberante, alegre, dinámica. El fuego no tiene sensación de fronteras o restricciones. Todo es posible. El fuego da fe, en sí mismo, en otros y en el Universo.

Con la TIERRA surge la primera experiencia de limitación. El espíritu queda atrapado en la materia, nace el deseo, los sentidos toman el mando. Los recursos no son ilimitados para la tierra, y hay necesidad de satisfacer las demandas del cuerpo físico. Con ellas viene la necesidad de manipular la materia para producir formas tangibles. Así, la Tierra representa nuestra capacidad para ser prácticos, realistas y productivos.

El AIRE es la función cognitiva racional. Comunicación y relación. Nos permite desapegarnos de la materia y ganar perspectiva. El Aire es la capacidad de aprender y comunicarnos. Es el espectador, el testigo, el mediador. Sin Aire no tendríamos suficiente objetividad para discernir, separarnos de nuestra experiencia, y llegar a los acuerdos necesarios para vivir armoniosamente con los demás.

El AGUA nace de la memoria de pasadas experiencias. Sintoniza con los mundos interiores de emociones y sentimientos, empatía y compasión. Su naturaleza psíquica le hace el más sensible y vulnerable de los elementos. Es sensibilidad y vulnerabilidad. Es un elemento unificador. Es el impulso a amar y la necesidad de amar.

Los elementos son energías básicas en astrología, sustancia energética de la experiencia, formas de experimentar el mundo. Proviene de la división del Zodíaco en series de tres. Constituyen tanto a las personas como a todo el Universo, lo que varía es su combinación.

COMPATIBILIDADES ENERGETICAS

Para poder realmente comprender la relación entre dos personas, en profundidad, tenemos primero que entender a las personas de forma separada. **Nuestras relaciones con los demás dependen de cómo somos nosotros, no de cómo son los otros.** La carta natal individual nos aportará muchas claves sobre cómo y qué buscará la persona a través de las relaciones, esto requiere conocer la dotación energética de la persona, sus necesidades, deseos y orientaciones. Energías más y menos activas, cómo funciona su psique por interrelación de planetas, signos y aspectos distribuidos en su carta. Todo esto nos llevará a intuir su sintonía energética y sus afinidades.

Afinidades o aversiones: En el mismo eje está la posibilidad de que algo nos atraiga o lo rechazamos, esto depende exclusivamente de nuestra relación con esa energía. Dos escenarios son posibles: que rechazamos o deseemos algo que está muy presente en nosotros o porque lo consideremos muy ausente. Literalmente explica porque algunas personas tienen lealtades incondicionales con algunas personas a la vez que no son capaces de reconocer o escuchar realmente a otras.

Ej. La ausencia de fuego en la carta puede dar lugar al rechazo de aquellas personas que lo expresan o a una atracción a las mismas. Sentimientos asociados pueden ser la envidia, celos, aversión, etc. Iguales atraen iguales, pero en el mismo eje polar también aquello que creemos está ausente en nosotros nos atrae – opuestos atraen a opuestos- en las relaciones se tiende a activarlo para poder vivirlo o sentirlo a través de otros que si lo expresan. Tenemos que enfrentarnos y expresar todo las energías que la carta muestra. Si no se hace dentro de uno mismo, hemos de enfrentarnos a ellas a través de la experiencia exterior. La función inferior es algo que tendemos a proyectar por lo que frecuentemente aparece en nuestras relaciones.

COMPARACIÓN EN SINASTRIA

Partimos de dos mapas de campos personales de energía, mapas psíquicos personales. Se trata de analizar como estas energías van a afectarse e interactuar cuando se relacionan.

La compatibilidad es algo subjetivo. Para acercarse a su comprensión se requiere comprender la naturaleza de la persona en la carta natal. Una relación donde todos los aspectos fueran muy compatibles y no existiera ninguna tensión, sería una relación donde hay poco margen para crecer y que podría resultar aburrida. Cierta nivel de fricción o estrés ayuda a dinamizar las relaciones, y es parte de su atractivo, tanto es así que como sabemos, lo mismo que rechazamos es muchas veces lo que nos atrae. Aquello que del amor al odio hay muy poco.

Claves para observar el grado de compatibilidad: elementos, aspectos y posiciones. Entendemos la compatibilidad en sinastría teniendo en cuenta la compatibilidad de los interaspectos (aspectos entre planetas o puntos de una carta sobre la otra) y entre los elementos asociados.

Elementos afines: Tierra-Tierra/Tierra-Agua/Agua-Agua/Aire-Aire/Fuego-Aire/Fuego-Fuego Aspectos (relaciones angulares entre planetas en la carta 360°) compatibles: Trígono (120°)- sextil (60°)-determinadas conjunciones (planetas juntos de 0 a 10°) (Júpiter, Venus, Ascendente, Sol, Luna, planetas regentes: rigen a un signo).

No hay reglas definitivas, y siempre la compensación funciona, en una sinastría ciertos aspectos de elevada dificultad pueden ser compensados con otros o alguno de alta afinidad o compatibilidad.

No sólo miramos si la persona carece de un elemento concreto y por lo tanto buscará en las relaciones la compensación, ya sea por proyección / aversión o por atracción.

Una persona puede tener bloqueada la expresión de determinado elemento, planetas o ámbito de experiencia (casa) y por lo tanto se puede preguntar si determinada relación servirá para alimentar sus necesidades.

Información ampliada sobre esta introducción astrológica a afinidades y compatibilidades en anexos.

* * *

RELACIONES TRANSPERSONALES.

Existimos a distintos niveles, en un nivel físico, en un nivel egoico, en el nivel de la persona nos sentimos separados y nos relacionamos como entidades separadas. Es en este nivel en el que podemos hablar realmente de relaciones. Las relaciones personales.

En el nivel esencial, del que hablan los místicos, la no dualidad y al que apunta la transpersonalidad, todo está unido y es parte del todo. Todo es conciencia. Todo es uno.

Existen distintos niveles, realidades que se interconectan y se manifiestan a la vez en distinta forma. La realidad física y material debe ser atendida y honrada igualmente. También la persona tiene sus necesidades y las relaciones son parte de su manifestación, cuya comprensión y atención es importante. La atención a lo transpersonal o trascendente es clave para el crecimiento y evolución consciente.

REALIDAD TRANSPERSONAL

En un nivel transpersonal o desde un enfoque no dual, el concepto de lo real trasciende toda lógica. La realidad está más allá del pensamiento y de la razón. “El sueño de la razón produce monstruos”. Los grandes avances científicos, el intelectualismo exacerbado, la civilización, no evitaron que el siglo XX fuera el más bélico en la historia conocida. Parece que la ciencia, el intelecto, pensamiento y razón, no han podido evitarlo. Y la respuesta es clara, hay no está la solución. Somos mucho más que eso. La identificación limitada con la mente pensante, con el “pienso luego existo” es errónea.

Es una ilusión y error para el ser humano buscar todas las soluciones a través del pensamiento, la lógica, la razón, y sus derivados, la ciencia racional. Ello ha producido una gran brecha con la realidad, una profunda distorsión o separación de la realidad: vivimos en la interpretación o en el pensamiento sobre la realidad más que en lo que realmente es o sucede. Aunque el dolor es una parte de la vida, el sufrimiento es consecuencia de nuestra interpretación pensada de la realidad. En general no se corresponde exactamente con la realidad sino con nuestros prejuicios, miedos o condicionamientos psicomentales.

El ser humano es esencialmente mucho más que lo que cree ser. El ser humano puede ir más allá del pensamiento, trascenderlo y descubrir realidades que superan toda conceptualización o imaginación. De hecho lo hace a veces, aunque la mayoría no es consciente de ello. Todos hemos tenido algún contacto con lo intangible, invisible, innombrable o inefable. Momentos de percepción limpia, de conexión única, de silencio absoluto interno que han dado paso a comprensiones o estados profundos.

La ignorancia, o los prejuicios, o las asociaciones erróneas ante palabras que sólo son indicadores, producen la confusión o reacciones de rechazo que nada tienen que ver con la realidad. Podemos hablar de espíritu, amor, ser, unidad, vida, universo o energía. Podemos hablar de transcendencia. Sin duda para quien lo ha investigado vivencialmente, a través de

conocimientos válidos milenarios como la meditación o la no dualidad, la realidad supera cualquier definición e incluye dimensiones invisibles e intangibles inabarcables por la razón. Niveles de realidad constatables a través de la experiencia “personal”.

El ser humano ha de desarrollar todo su potencial y no limitarse a una pequeña parte (la mente lógica/pensante y sus asociados emocionales). Existe un universo de posibilidades y sobre todo un camino de evolución y transcendencia que se encuentra más allá de la asociación limitada y errónea de nuestra identidad a un cuerpo físico y al pensamiento. Esto requiere de iniciación y comprensión: despertar a lo real . Allí llega quien tiene la humildad y honestidad suficiente para, a pesar de sus conocimientos e historia personal, ser capaz de aceptar su confusión o ignorancia parcial. Con mente y espíritu abierto puede entonces atreverse a dar el paso hacia el descubrimiento de la verdad y la realidad, por encima de cualquier interés personal, de imagen/status/ego. Requiere arriesgarse a soltar viejas creencias o prejuicios infundados para dejar espacio a lo nuevo, a lo real. Y lo real se manifiesta sin pasado, en este momento, sin juicio ni comparación, tal y como es, aquí y ahora. Este es el verdadero enfoque holístico. Esta es la verdadera ciencia de la realidad. Este es un camino de crecimiento y madurez para el ser humano: la sincera e incondicionada búsqueda de la verdad que nos hará libres.

Hemos insistido en buscar sólo en un pequeño rincón: el del pensamiento lógico y racional, en el intelecto. Que tiene su utilidad parcial para el mundo práctico. Pero para acceder a la verdad más alta y a la realidad más completa hemos de ir más lejos. Hemos de mirar dentro, más allá de la mente pensante. Invitar a la presencia del silencio, aquietar la mente, escuchar a nuestro verdadero ser. Profundizar en la conciencia para acceder a estados más valiosos. Para que comencemos a ver la realidad tal y como es, y así vivir en forma más consciente y plena la identidad real que somos. Ese es el viaje más importante. Este viaje no es incompatible con la utilización de técnicas o herramientas que nos ayudan a profundizar a distintos niveles, como la dimensión física, personal, relacional, etc. Todo lo que es debe ser honrado y atendido. Buscamos integridad, coherencia y realización.

A MODO DE RESUMEN

Las relaciones son importantes si se aprovechan para el crecimiento. Es necesario salir del territorio conocido y explorar nuevas opciones. Los Grupos guiados conscientemente son una excelente opción. Llevamos a la relación lo que hay en nosotros. Responsabilizarse.

Seamos conscientes de nuestro vehículo energético y del condicionamiento asociado que automáticamente nos separa o asocia por afinidad. El Amor incondicional es inclusivo. Ayuda comprender y conocernos. El mapa del lenguaje arquetípico o energético es una herramienta reveladora y útil para ello. Los elementos y otros símbolos arquetípicos significativos sirven para comprender afinidades e incompatibilidades. Una mirada al cielo no es una mirada perdida. El Universo tiene mucho que enseñarnos, si miramos más allá de las formas. El microcosmos y el macrocosmos son paralelos y como todo están relacionados.

La distorsión de la realidad procede de nuestros prejuicios y condicionamientos. La realidad es más amplia de lo que creemos. Un gran amor a la verdad y una profunda sinceridad son condición necesaria para el viaje consciente. Además es necesario presencia, silencio, una actitud meditativa de vida que honre nuestra verdadera naturaleza. La manifestación en la forma también ha de ser atendida, cuerpo, mente, persona, y sus derivados, como las relaciones. **Se trata de vivir conscientemente en todos los niveles. Lo más importante y prioritario para el singular viaje de la vida en esta forma. Buen camino.**

José Ignacio Fernández San Martín

Terapeuta diplomado en Gestalt, Psicología Transpersonal y Yoga.

Diplomado en Psicoastrología -Center for Psychological Astrology - CPA Psych. Astrol. Dip. – Dir.:Liz Greene PhD y por la Faculty of Astrological Studies of London. Licenciado en Ciencias Empresariales.

Dirige Grupos de Crecimiento y Meditación, Talleres especializados y Retiros.

jif@floreceer.eu

www.valordeser.com

ANEXOS

Introducimos ahora algunos conceptos básicos accesibles, que pueden ayudar a comprender comentarios anteriores. No obstante, para poder hacer un uso más completo de la herramienta astrológica sería necesario una introducción y estudio más amplio.

LOS ELEMENTOS (ver introducción a los elementos en texto anterior del estudio)

ELEMENTO AIRE: (Positivo / Yang)

Pensamiento-Comunicación-Relación-Comprensión-Unifica-Objetivo-Versatil

El aire puede avivar las llamas, esparcir semillas sobre la tierra y levantar olas...es decir es el elemento que más se relaciona con los otros tres. El aire pone en contacto y relación.

Atracción: Agua Comodidad y fluidez: fuego

Es la función racional. La habilidad para aprender y comunicarnos. Nos permite desapegarnos de la materia para ganar perspectiva. Sin aire no tendríamos suficiente objetividad para discernir. Mundo de las ideas, de la razón, de la mente. Sentido de la justicia y capacidad para evaluar impersonalmente las situaciones. Sociable, civilizado. Necesidad de relacionar las experiencias vitales con un marco ideológico. El más típicamente "humano", más alejado de la naturaleza instintiva. Refinado.

Dificultad: limitación del mundo emocional, de la expresión del sentimiento.

Enfasis en Aire: Mente hiperactiva "vivir en la cabeza". Falta de contacto y relación con el cuerpo. Sistema nervioso muy activado y sensitivo.

Déficit de Aire: Falta de perspectiva y objetividad. Dificultad para desapegarse de sus propias acciones. Falta de adaptación a ideas o relación

Respuesta ante las situaciones: Razonan y piensan antes de actuar.

Forma constructiva de canalizar la energía: Constancia, enfoque de la vida más consistente.

Comprometerse con determinadas decisiones.

Contacto físico con el elemento: Aire y atmósfera limpia: las montañas.

ELEMENTO AGUA: (Negativo o Yin)

Sentimiento-Emoción-Fluidez-Imaginación-Empatía-Sensible-Adaptativo

El agua apaga el fuego y moldea la tierra, se adapta a cualquier recipiente y necesita a la tierra para adquirir forma. Atracción: Aire Comodidad: Tierra

Sensibilidad y vulnerabilidad. Es el impulso para amar y la necesidad de ser amado. Mundos interiores de emociones y sentimientos,

La evaluación de la vida en el signo de agua se da a nivel inconsciente, reacciona sin pensamiento, imprevisible en relación a lo que siente. El agua puede ser temeroso y reservado., estar escondido o inhibido, subjetivo.

Dificultad: falta de objetividad, exceso emocional, ignorar el mundo exterior

Enfasis en Agua: Excesivamente impresionable y sensible, a merced de las emociones. Compulsividad y extremos en el comportamiento.

Déficit en Agua: falta de empatía y compasión. Rechazo al mundo emocional propio y ajeno. Desconfianza del mundo intuitivo.

Respuesta ante las situaciones: Suelen esperar buscando ayuda o guía.

Forma constructiva de canalizar la energía: Mayor firmeza consigo mismos.

Contacto físico con el elemento: con el agua en todas sus formas.

ELEMENTO FUEGO: (Positivo / Yang)

Intuitivo-Valor-Vital-Inspiración-Optimismo-Confianza-Sincero-Fuerza

El fuego es energía, caliente y estimula, asciende y es difícil de contener. El fuego puede secar el agua y a la tierra y calentar el aire. A: Tierra C: Aire

Los signos de fuego se sienten canales de energía y especiales. El fuego es voluntad e impulso para la acción. Su energía creativa no tiene límites, todo es posible. Necesitan libertad, son espontáneos, expresión. Amplia visión de las cosas, capacidad de encontrar significado a las cosas, percibir las corrientes profundas que condicionan y llegar a una conclusión a través de una corazonada. El fuego da fe en si mismo, en los demás y en el Universo.

Exceso de Fuego: Hiperactivo, impulsivo, excesivamente preocupado por la acción. Exageración.

Déficit de Fuego: Falta de espíritu, de disfrute del vivir, de fe y optimismo. Miedo y desconfianza a la vida. Falta de confianza en uno mismo.

Respuesta ante las situaciones: acción, despliegue de actividad.

Forma constructiva de canalizar la energía: Cultivar tranquilidad y placidez.

Contacto físico con el elemento: Actividad física y prudentes baños de Sol.

ELEMENTO TIERRA: (Negativo o Yin)

Sensorial-Sólido-Práctico-Constancia-Escéptico-Seguridad-Estable-Status

La tierra apaga el fuego y puede absorber el agua. A: Fuego C: Agua

Orientado a las sensaciones físicas, lo tangible y concreto. Viven en el mundo físico de las formas y desconfían de la imaginación y la intuición que tienen menos desarrollada. Sentido común para los temas materiales.

Dificultad: falta de perspectivas, autolimitación, apego y desconfianza.

Énfasis en Tierra: Ver sólo el mundo a través de las formas y apariencias. Visión estrecha y limitada. Obsesiva preocupación por el mundo tangible.

Déficit de Tierra: Falta de enraizamiento y contacto con el mundo material físico y con el cuerpo. Ignorar necesidades prácticas de la vida y del cuerpo.

Respuesta ante una situación: Buscan resultados prácticos y útiles concretos

Forma constructiva de canalizar la energía: Cultivar la generosidad.

Contacto físico con el elemento: Descalzarse y estar cerca de la naturaleza.

LOS SIGNOS:

El PLANETA es la energía, el verbo del lenguaje astrológico, el individuo.

(Se utilizan los planetas conocidos del sistema solar con perspectiva geocéntrica)

El SIGNO es la expresión de esa energía, el adverbio, el traje que se pone.

(Los 12 signos del zodiaco surgen de dividir la circunferencia en 12 sectores de 30°)

LA CASA es el área específica de la experiencia, el lugar o dónde sucede. (12 casas/secciones)

LOS ASPECTOS son las relaciones, los diálogos entre los planetas.

(Los aspectos son las relaciones angulares geométricas entre los planetas en la carta)

La psique humana, o nuestra personalidad, es una estructura compuesta de todos los doce signos, es decir de las doce formas de expresión de energías. Las diferencias en el temperamento y disposición tienen que ver con la forma en que estos signos se distribuyen y se activan dentro de la psique (por planetas).

Es confusa y muy limitada cualquier clasificación de las personas simplemente por el signo solar. Todos tenemos todos los signos en nuestra carta natal, el riesgo es vivir sólo los que están más activos a costa de proyectar o reprimir los más menos desarrollados, es decir negando o rechazando una parte de nosotros. La meta es integrarlos todos, esto es integrar la carta, en otras palabras, realizarnos de forma que seamos realmente lo que somos.

RELACIONES HUMANAS O SINASTRIA

Existen distintas formas de estudiar las relaciones humanas a través de la Astrología, entre ellas, la carta compuesta y la sinastría. Una carta compuesta es una carta que se base en los puntos medios de otras dos cartas. Es literalmente una carta de la relación, y que se analiza como un entidad aparte.

La sinastría es aquella parte de la Astrología que se concentra en la comparación de cartas pero sin crear una carta de la relación. La sinastría nos muestra el grado de compatibilidad entre dos personas, las áreas conflictivas y armónicas. Describe la química de la relación en términos de cómo se afectan el uno al otro.

ANÁLISIS PERSONAL INICIAL

Realizar un estudio previo de la carta natal personal de forma separada, antes del análisis de la relación entre las dos personas. Las relaciones dependen de cómo somos.

Para poder realmente comprender la relación entre dos personas, en profundidad, tenemos primero que entender a las personas de forma separada. **Nuestras relaciones con los demás dependen de cómo somos nosotros, no de cómo son los otros.** La carta natal individual nos aportará muchas claves sobre cómo y qué buscará la persona a través de las relaciones, esto requiere conocer la dotación energética de la persona, sus necesidades, deseos y orientaciones. Energías más y menos activas, cómo funciona su psique por interrelación de planetas, signos y aspectos distribuidos en su carta. Todo esto nos llevará a intuir su sintonía energética y sus afinidades.

Claves reveladoras de la capacidad y orientación en las relaciones de una persona:

- **Eje Asc –Desc: La casa siete**

Tanto la casa siete como los aspectos de Venus nos revelan energías que la persona va a activar ya sea por si misma o a través de los demás. El signo descendente y en particular los planetas en la casa siete nos muestran lo que estamos buscando en una relación, y especialmente indican aquellas partes de nosotros mismos a las que nos tenemos que enfrentar. Es este eje casa 1-casa 7 donde sucede la proyección más habitual además de en algunas oposiciones. Cuando nos encontramos a alguien cuyas energías activan este eje algo nos mueve y afecta, lo que puede producir atracción o aversión si alguien expresa aspectos de tu naturaleza que no aceptas.

- **Funciones ausentes o inferiores de los elementos (agua, tierra, fuego, aire), modalidades (cardinal, fijo, mutable), polaridades (yin, yang), orientación (personal, social, universal) Compulsividad de los únicos-solitarios(singletons)**

Afinidades o aversiones: En el mismo eje está la posibilidad de que algo nos atraiga o lo rechazamos, esto depende exclusivamente de nuestra relación con esa energía. Dos escenarios son posibles: que rechazamos o deseemos algo que está muy presente en nosotros o por que lo consideremos muy ausente.

Ej. La ausencia de fuego en la carta puede dar lugar al rechazo de aquellas personas que lo expresan o a una atracción a las mismas. Sentimientos asociados pueden ser la envidia, celos, aversión, etc. Iguales atraen iguales, pero en el mismo eje polar también aquello que creemos está ausente en nosotros nos atrae – opuestos atraen a opuestos- en las relaciones se tiende a activarlo para poder vivirlo o sentirlo a través de otros que si lo expresan. Tenemos que enfrentarnos y expresar todo las energías que la carta muestra. Si no se hace dentro de uno mismo, hemos de enfrentarnos a ellas a través de la experiencia exterior. La función inferior es algo que tendemos a proyectar por lo que frecuentemente aparece en nuestras relaciones.

Las funciones inferiores tienen un componente compulsivo lo que deriva en que son parte de nuestros mecanismos psicológicos de defensa (negación: rechazo a aceptar la existencia de algo dentro de mí; represión: reconozco la existencia de algo pero lo reprimo; proyección: poner o ver en otros algo que rechazamos en nosotros; compensación: activar compulsiva y con esfuerzo alguna cualidad que creemos ausente en nosotros). Lo que nos “falta” es lo que nos atrae.

- Relación Sol – Luna: **Armonía o disarmonía en las relaciones**

La relación entre el sol y la luna en la carta natal nos habla primero del nivel de armonía de la relación entre nuestros padres. En otro nivel, nos muestra la afinidad o disonancia existente en nuestra psique entre nuestra esencia del yo consciente solar y nuestras necesidades lunares. Si hay oposición o cuadratura es como si el satisfacer las necesidades lunares interfiriera con la expresión solar. Todo esto no es sino el reflejo de la disarmonía psíquica de la persona, y del riesgo de exportarla a las relaciones si la persona no realiza un adecuado proceso consciente de maduración y crecimiento personal.

- La Luna: **Afinidades**

La luna representa, si no está bloqueado, un tono energético que es natural a la persona, que le hace sentirse bien, lo que le es cómodo. La luna indica nuestras necesidades básicas de seguridad y nutrición a todos los niveles. La Luna entonces, aisladamente daría lugar a que la persona buscará relaciones que reflejen estas vibraciones energéticas afines. No obstante otras energías más concentradas o activas en la carta pueden anular o disminuir esa tendencia. Siempre hay que mirar toda la carta, y en concreto, los aspectos y posición de la luna en la carta.

- *Venus y Marte*: **Femineidad y masculinidad – Volición y amor**

Si nuestro Venus y Marte no están en armonía (en elementos compatibles) existe un cierto nivel de frustración emocional interna. Marte es el impulso para ir a por lo que queremos, para autoafirmarnos, y Venus tiene que ver con nuestras necesidades de emocionales de relación. Si hay disonancias entre ambos, observamos que satisfacer las necesidades de Venus a través de la voluntad marcial no será fácil.

El signo de Venus y sus aspectos muestran la relación psíquica con nuestra parte femenina. En la carta de un hombre indica el anima, la imagen romántica femenina que atrae al hombre, cualidades femeninas con las que se identifica. La mujer tiende a identificarse y a expresar las cualidades del signo donde esta su Venus.

El signo de Marte y sus aspectos muestran la relación psíquica con nuestra parte masculina. En la mujer indica el animus, sus cualidades masculinas, que se hacen más evidentes cuando se proyectan en el hombre, viéndose atraída o atrayendo ella a hombres que resuenen en esa energía. El hombre tiende a expresar su masculinidad a través del signo donde está su Marte.

- *Los aspectos*: **dinámicas psíquicas que condicionan las relaciones**

Es esencial considerar los aspectos de mayor resistencia que una persona tiene en su carta natal, para observar como condicionan su forma de relacionarse. Por ejemplo, las oposiciones crean polaridades, hasta que se integran nos identificamos con uno de los polos proyectando el otro a las relaciones. Las cuadraturas producen también una identificación con una de las energías en juego, dando lugar a una proyección conflictiva y confrontativa en las relaciones, ya que al recoger sólo una parte de

nuestra psique nos quedamos incompletos e importamos la otra energía del exterior para completarnos.

- *Eje MC-IC Casas 4– 10: Constelaciones, mitos y heridas familiares ancestrales*

Los signos y planetas que estén conectados a estas casas nos describen el tipo de condicionamientos psíquicos heredados del entorno familiar. Las relaciones se verán afectadas especialmente cuando éstas incidan directa o indirectamente en asuntos inconclusos familiares. De aquí surgen numerosas proyecciones o reacciones cuando las relaciones nos activan antiguas heridas o temas familiares. Tendemos a atraer aquello que no vivimos en aras de poder sentirnos completos. Aquello que atraemos expresamos esa energía en nosotros o nosotros conseguimos expresarlo inconscientemente por esa relación.

- *La Casa doce: Psiquismo no integrado*

La casa doce refleja arquetipos o características de una persona que no están del todo integradas y que la persona no suele aceptar como suyas. Lo que se encuentra en la casa doce está oculto por nuestra no disposición a integrarlo o aceptarlo, y tendemos a proyectarlo a las relaciones. Atraemos aquello que no vivimos en aras de poder sentirnos completos. Aquello que atraemos expresa esa energía en nosotros o nosotros conseguimos expresarlo inconscientemente por esa relación.

Quirón: heridas y bloqueos.

Area de nuestra vida inicialmente bloqueada, herida o que funciona pobremente, pero donde tenemos el potencial de realizar una contribución única. Donde sentimos una herida. Lugar de vulnerabilidad. Donde podemos curar, lo que podemos hacer bien para otros. Cualidades que otros pueden ver en nosotros que nosotros no vemos. Cosas que necesitamos para nuestro crecimiento y sanación.

La configuración de Quirón describe la **naturaleza de las cosas que podemos aprender de las experiencias de nuestra vida**. Las personas suelen desarrollar **preocupaciones u obsesiones** relacionadas con la posición de Quirón. Describe la naturaleza de nuestra contribución a la vida, positiva o negativa. Está basado en que se trata de áreas de nuestra psique que son muy vulnerables, que indican donde estamos heridos, aunque estas heridas sean inconscientes. Es urgente la necesidad de reconciliación de esa profunda división dentro de nosotros.

Posibilidad de la existencia de alguna o todas de las tres figuras arquetípicas: **el herido (víctima) – el que hiere (el perseguidor), y el sanador-salvador-rescatador**. Tres niveles: Herida, vulnerabilidad (**describe lo que conecta a la persona con su sufrimiento interior**), y también una ruta a través de éste para su sanación, y la **naturaleza de aquello que podemos ofrecer a otros para su transformación**. Es una **cualidad natural en nosotros, que emana de nosotros**, no es una técnica, está ya en nosotros.

Quirón describe la **concreción de una cualidad de ser o una transformación de conciencia que está intentando desarrollar o nacer por el bien de la integridad**. Puede, no obstante, convertirse en algo inapropiado o compulsivo que queremos hacer, lograr o perseguir. La **casa y signo opuesto a nuestro Quirón natal** puede ser un lugar de refugio, si se hace permanente para evitar el Quirón natal, bloquea nuestro crecimiento integral.

La posición donde tenemos a Quirón puede representar una **grieta o fisura en nosotros, sensación de que hay un agujero que tendemos a llenar. Se trata de aceptar la grieta.**

Representa algo de nosotros excéntrico o errático, **algo difícil de definir en nosotros**. Puede ser algo que tendemos a abandonar. Si logramos el equilibrio con Quirón, el punto medio entre su carencia y el exceso, se convierte en un gran posibilitador, puede ser un Maestro, pero hay que ver que alianzas necesitas en esa casa.

El dolor y frustración que experimentamos en esta esfera nos puede llevar al viaje interior de sanación frecuentemente descrito por el signo donde se encuentra Quirón. Los planetas que aspectan a Quirón nos hablan del tipo de terreno (energías, temas) que tendremos que atravesar. Son como los héroes bajo la supervisión de Quirón, y simbolizan los dones y potenciales que podemos expresar.

La posición de Quirón es un **lugar muy vulnerable, un lugar donde podemos curar porque realmente entendemos esa clase de dolor**. No es una energía fácil, pero tampoco es "negativa". Quirón abre heridas para que puedan ser curadas, pero la verdadera curación solo ocurre de dentro hacia afuera.

Donde se encuentra Quirón existe el riesgo de acabar "poseído", absorbido por una idea, creencia o ideal, que puede perpetuar y llevarnos a intentar convencer a otros de esta "verdad", que puede ser una simple defensa frente al dolor interior. Quirón refleja la **necesidad de aceptación de la herida como una precondition para cualquier posterior sanación. También muestra la sabiduría de la psique para traernos lo que nos cura o sana en formas que tenemos dificultad en aceptar. Indica una manera de ser propia en ese lugar de la carta.**

La Casa astrológica en que este situado nos dará una idea de cuales son los **aspectos de la vida en la que podemos ser más instintivos e irracionales, allí donde nuestro ser animal puede adquirir más fuerza, y, al mismo tiempo, dónde somos más capaces de trascender, mediante nuestro propio esfuerzo, la parte instintiva, dejando aflorar nuestro ser espiritual, transmutando** el gran potencial de la energía animal y utilizándola para nuestro crecimiento hacia otros niveles del ser.

- ***Etc.: analizar de forma completa la carta personal para comprender las relaciones.***

INTERASPECTOS (Aspectos entre las energías de ambas cartas)

- **RELACION ENTRE LAS LUMINARIAS: Identidad e intimidad mútua**

Ayuda mucho a una relación armónica que exista compatibilidad entre al menos el Sol o la Luna de una de las personas con el Sol de la otra persona. Si no es un aspecto compatible (trígono, sextil, conjunción) puede ser simplemente que se encuentren en elementos afines. No obstante, la oposición Sol-Luna o Luna-Luna pueden resultar en un estímulo para la relación. La oposición de soles es estimulante y complementa, pero tiene la dificultad de que han de realizar su necesaria expresión solar en sentidos opuestos, lo que no es fácil de salida, especialmente en signos fijos.

Los aspectos entre las lunas de las dos cartas son reveladores para relaciones de convivencia. La luna refleja reacciones instintivas y si éstas son incompatibles producen tensión emocional que dependerá de las personas hasta donde se integra.

- **MERCURIO: capacidad de comprensión y comunicación mútua**

No se trata de que no se comuniquen o hablen, sino que si hay incompatibilidad puede que hablen mucho pero que no se escuchen o entiendan realmente. Si Mercurio está en un elemento o aspecto incompatible la comprensión será más difícil.

- MARTE y VENUS: compatibilidad de voluntades, gustos y líbidos.

Venus es un buen indicador de afinidades entre las personas, ya que describe entre otras cosas aquellas cosas que nos gratifican, que sentimos bellas y si la desarmonía crea tensión excesiva dificultara las relaciones. La relación entre los Marte natales nos revela la mayor o menor armonía de ambas voluntades.

Tradicionalmente se ha considerado que la compatibilidad entre el Venus –especialmente el del hombre- y el Marte de la mujer expresan el grado de atracción sexual que estos puedan tener. Como siempre otros factores de la carta pueden compensar su ausencia o anular su existencia. Venus se identifica también como un “benéfico” que facilita y se recibe como agrado en aquello que toca. Marte podría activar en algunos casos la agresividad o el rechazo. Venus es más emocional, Marte es más físico.

- SATURNO: Estabilidad-seguridad y/o limitación o rigidez.

Los aspectos compatibles de Saturno de una carta con planetas o puntos de la otra no son problemáticos, sino estabilizadores, pero si hay un énfasis o incompatibilidad en los mismos, la persona que recibe al Saturno del otro lo puede vivir como restrictivo o limitante y eso implica dificultad en las relaciones sino se integra o armoniza.

- contactos con el ASCENDENTE: hipersensibilidad energética

El Ascendente es el punto de la carta donde converge todo el circuito energético psíquico que en ella se desarrolla. Por lo tanto todos los aspectos que se produzcan desde otra carta al ascendente de nuestra carta son especialmente importantes dada la hipersensibilidad que tiene ese punto para nosotros. Dependiendo del tipo de aspecto y de los planetas que lo producen, así serán las implicaciones para la relación. Por extensión, el descendente es también un punto sensible, como lo son los aspectos que se produzcan a los regentes de las casas uno y siete. Se observa la existencia de importantes contactos entre los planetas personales de una persona y el ascendente de otra en las relaciones.

- Los NODOS lunares: afinidades y atracciones

Los nodos lunares que ya de por si indican una relación solilunar de la psique personal, son puntos altamente sensibles e importantes a observar en la sinastría. Los contactos de nuestro nodo sur con planetas de otras personas nos serán más cómodos y familiares. Con el nodo norte pueden no ser tan fluidos, pero son muy convenientes por que nos ayudan a desarrollar esas energías tan importantes para nuestra evolución. Más allá de términos de aceptación o resistencia, o de comodidad o incomodidad, dependiendo del nivel evolutivo y de conciencia personal, la persona podrá valorar más los contactos con el nodo norte para su integración y desarrollo.

LAS CASAS EN SINASTRIA: Al colocar los planetas de una de las personas en la carta de la otra observamos a qué áreas de la vida afectan. Esto es, que ámbitos de experiencia son activados por la influencia de la otra persona, especialmente donde caen el ascendente, sol y luna de la otra persona, y los planetas personales.

PERSPECTIVA FINAL:

Recordamos que **estamos observando en primer lugar personas no cartas, hay que descubrir a la persona que está detrás de la carta.** Además estamos haciendo una sinastría por lo que trataremos de revisar al final después de un análisis profundo cuál es el tono predominante en esa relación: ¿demasiada excitación o estímulos o el énfasis está en la seguridad? ¿relación equilibrada? ¿se proporcionan una al otro lo que sienten que les falta? ¿Son muy diferentes...pueden tolerar ese grado de disarmonía? ¿Cuáles son sus metas o ideales comunes?...Lo más importante ¿relación apegada dependiente regresiva? ¿relación consciente, libre, no dependiente, asertiva, profunda? Sólo observamos, no decidimos.

BIBLIOGRAFÍA correspondiente al anexo de Sinastría:

Relationships & Life Cycles	Stephen Arroyo
Relationships and how to survive them	Liz Greene
Through the looking glass	Richard Idemon
Direction and destiny in the birth chart	Howard Sasportas
La dinámica del inconsciente	Liz Greene
Relationships	Clare Martin
Chiron and the healing journey	Melanie Reinhart
Relaciones humanas	Liz Greene

Bibliografía sugerida de Psicoastrología para iniciarse:

- **RELACIONES HUMANAS** - Liz Greene (Edit. Urano) – Excelente iniciación
- **ASTROLOGÍA, PSICOLOGÍA Y LOS CUATRO ELEMENTOS** - Stephen Arroyo (Kier?) (Excelente)
- **EL HILO MÁGICO** – Richard Idemon (Excelente)
- LA DINAMICA DEL INCONSCIENTE – Liz Greene y Howard Sasportas (Urano)
- EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD – Liz Greene y Howard Sasportas (Urano)
- **LOS SÍMBOLOS DEL HORÓSCOPO** – Robert Hand (Para quien quiera aprender técnica básica)
- EL ARTE DE INTERPRETACIÓN – Tracy Marks (Manual que requiere iniciación previa)
- **LA ASTROLOGÍA DE LAS RELACIONES** – Richard Idemon
- **SIGNIFICADO Y SIMBOLISMO DE QUIRON** – Melanie Reinhart (Habla del área herida...)

Los dos primeros libros son excelentes iniciaciones que no requieren conocimientos previos.

Alguno podría estar agotado. Los libros de Richard Idemon y Liz Greene son muy buenos con profundidad en la comprensión humana y psicológica y con su paralelismo astrológica. Muy adecuados para el terapeuta o para quien quiera conocer y comprenderse.

Liz Greene es Doctora en Psicología y una gran especialista mundial en Jung además de astróloga seria reconocida internacionalmente. Quien suscribe ha estado en numerosos seminarios con ella, además de haber realizado su formación de tres años y examinarme con ella. Su calidad y habilidad para leer la psique humana de las personas es impresionante. Existen más libros de calidad en Inglés.

La Astrología es arte y técnica y un saber amplio. Tiene enorme potencial y es una gran herramienta. Ayuda a aprender o integrar este lenguaje cierta iniciación previa. Siempre es más fácil asistiendo a algún curso. Como cuando se elije médico, abogado o profesor, etc importa la calidad humana.

Bailando con el Universo por Deepak Chopra

NUESTRO CUERPO, NUESTRA MENTE, NUESTRAS emociones, nuestra fisiología entera está cambiando a cada momento en función de la hora del día, de los ciclos de la luna, las estaciones e incluso las mareas. Nuestro cuerpo es parte del universo y, en última instancia, todo lo que sucede en el universo afecta a su fisiología. **Los ritmos biológicos son una expresión de los ritmos de la Tierra en relación con todo el cosmos**, y sólo cuatro de ellos (los ritmos diarios, mareales, mensuales y lunares) son la base de todos los demás ritmos de nuestro cuerpo.

La Tierra gira sobre su eje, por lo que experimentamos un ciclo de 24 horas de día y noche al que llamamos ritmo circadiano. Dicho ritmo se basa en el giro de la Tierra y, al formar parte de ella, también todo nuestro cuerpo gira siguiendo el ritmo de la Tierra. Cuando este ritmo biológico se ve interrumpido, por ejemplo, por algún viaje de larga distancia, sentimos jet-lag. También cuando nos quedamos trabajando toda una noche, aunque descansemos

durante el día no nos sentimos del todo bien, ya que nuestros ritmos biológicos están desacompañados con los ritmos cósmicos. Los datos científicos muestran que si sometemos a un animal a cierta dosis de radiación una vez al día, éste puede experimentar algún efecto beneficioso. Pero si le damos la misma dosis de radiación doce horas más tarde, el animal puede morir. ¿Por qué? Porque su fisiología ha cambiado por completo en ese periodo de doce horas. Incluso nuestra pequeña experiencia subjetiva nos dice que a ciertas horas del día tenemos hambre, mientras que a otras tenemos sueño. Sabemos que tendemos a sentirnos de una cierta manera a las cuatro de la tarde y de otra a las cuatro de la mañana.

Los ritmos de las mareas también afectan a nuestra fisiología. Estos ritmos son el resultado del efecto gravitatorio del sol, la luna y las estrellas de galaxias distantes sobre los océanos del planeta Tierra. En nuestro interior nosotros también tenemos un océano similar a los de nuestro planeta. Más del 60 por ciento de nuestro cuerpo es agua, y más del 60 por ciento de nuestro planeta es agua. Por lo tanto, experimentamos en nuestra propia fisiología las pleamares y las bajamares y los flujos y reflujos de las mareas. Cuando nos sentimos incómodos es porque nuestro cuerpo está fuera de sincronía con el cuerpo del universo. Pasar tiempo cerca del mar o en cualquier sitio natural puede ayudarnos a sincronizar nuestros ritmos con los de la naturaleza.

El ritmo lunar es un ciclo de veintiocho días que se produce como resultado del movimiento relativo de la Tierra, el sol y la luna. Dicho ritmo es evidente considerando el crecimiento y decrecimiento de la luna. Vemos la luna llena, media luna, dejamos de verla, y el ciclo vuelve a empezar otra vez. La fertilidad humana y la menstruación son buenos ejemplos de ritmos lunares, pero hay otros muchos ciclos de veintiocho días. Cuando trabajaba como médico en una sala de urgencias, era de esperar que asistiésemos a más pacientes con determinados tipos de problemas dependiendo de la hora del día y de los ciclos de la luna.

Debido al movimiento de la Tierra alrededor del sol, experimentamos los ritmos estacionales en forma de diferentes cambios bioquímicos en nuestro cuerpo y mente. Por eso somos más propensos a enamorarnos en primavera o a deprimirnos en invierno. Las personas que padecen un síndrome conocido como desorden afectivo estacional se deprimen en invierno pero mejoran al ser expuestos a la luz solar. Los cambios estacionales no sólo afectan a la bioquímica del cuerpo humano: afectan a la de los árboles, las flores, las mariposas, las bacterias y todo lo que está presente en la naturaleza.

La Tierra se inclina sobre su eje en primavera y brotan las flores, migran las aves, los peces regresan a sus territorios de desove y comienzan los rituales de cortejo. Las personas se sienten inclinadas a escribir poesía, los amantes cantan sus canciones y corazones jóvenes y viejos se enamoran. Los ritmos estacionales nos afectan biológica, mental y emocionalmente; todos ellos tienen que ver con la **relación entre la Tierra y el sol**.

Hay otros ritmos y ciclos que oscilan cada pocos segundos, como las ondas cerebrales y electrocardiográficas, mientras que otros duran desde treinta minutos a veinticuatro horas. Hay ciclos dentro de otros ciclos, alcanzándose un elevado nivel de complejidad que en su conjunto funciona al unísono como una sinfonía. Todos esos ritmos crean la sinfonía del universo; **cuerpo y mente siempre están intentando sincronizar sus ritmos con los ritmos universales**. Separar el cuerpo y la mente del resto del cosmos es no ver las cosas como son. El sistema cuerpo-mente forma parte de una inteligencia superior, es parte del cosmos, y los ritmos cósmicos generan cambios profundos en nuestra fisiología. El universo es una verdadera sinfonía de las estrellas. Y cuando nuestro cuerpo y nuestra mente están sincronizados con dicha sinfonía, todo se da espontáneamente y sin esfuerzo, y la exuberancia del universo fluye a través de nosotros en glorioso éxtasis.

Cuando los ritmos de nuestro cuerpo y mente están sincronizados con los ritmos de la naturaleza, cuando vivimos en armonía con la vida, vivimos en estado de gracia. Vivir en gracia es experimentar ese estado de conciencia en el que las cosas fluyen sin esfuerzo y nuestros deseos son satisfechos con facilidad. La gracia es mágica y sincrónica, está llena de coincidencias y es maravillosa. Es ese factor de "buena suerte". Pero para vivir en la

gracia es necesario que permitamos que la inteligencia de la naturaleza fluya a través de nosotros sin interferir con él. Teóricamente, si estuviésemos totalmente alineados con el cosmos, si estuviésemos en completa armonía con sus ritmos y si tuviésemos cero estrés, habría muy poca entropía en nuestro cuerpo. Nuestro cuerpo no envejecería si estuviésemos completamente sincronizados con los ciclos del universo. Si su entropía no se incrementase, estaría dentro de la escala del universo, que se mide en ciclos cósmicos o eones de tiempo. Pero nuestro sistema cuerpo-mente no está perfectamente alineado con los ritmos del universo; ¿por qué es así? Por el estrés. Ya lo ves, en cuanto tenemos un pensamiento, éste interfiere con la tendencia innata de los ritmos biológicos a sincronizarse con los universales. ¿Cómo interferimos con la inteligencia de la naturaleza? En términos espirituales, podemos decir que interferimos cuando nos identificamos con la imagen que tenemos de nosotros mismos y perdemos de vista a nuestro ser interior; cuando perdemos nuestra sensación de conexión con nuestra alma, nuestra fuente. En términos más comunes, podemos decir que interferimos cuando empezamos a preocuparnos, cuando empezamos a anticipar problemas, cuando empezamos a pensar en lo que podría salir mal. Cuando intentamos controlarlo todo, cuando nos asustamos, cuando nos sentimos aislados; todas esas cosas interfieren con el flujo de la inteligencia de la naturaleza. Cada vez que sentimos resistencia, frustración, que las cosas van mal, que exigen demasiado esfuerzo, es porque estamos desconectados de nuestra fuente, el campo de la pura conciencia, que se manifiesta en la infinita diversidad del universo. **El estado de miedo es el estado de separación; es resistencia hacia lo que es.** Cuando no oponemos resistencia todo es espontáneo y sencillo, no exige esfuerzo. Nuestro cuerpo nos está hablando constantemente mediante señales de comodidad e incomodidad, placer y dolor, atracción y repulsión. Cuando prestamos atención a las sutiles indicaciones de nuestras sensaciones corporales, accedemos a la inteligencia intuitiva. Dicha inteligencia es contextual, relacional, enriquecedora, holística y sabia. **La inteligencia intuitiva es más detallada y precisa que el reino del pensamiento racional. La intuición no es pensamiento; es ese campo cósmico de información no localizado que nos susurra en el silencio que hay entre nuestros pensamientos.** Por lo tanto, cuando hacemos caso de la inteligencia interior de nuestro cuerpo, que es el genio supremo y definitivo, nos estamos introduciendo en el universo y accediendo a una información a la que no suele tener acceso la mayor parte de la gente.

Cuando hagamos caso de la sabiduría de nuestro cuerpo, cuando **seamos conscientes de las sensaciones de nuestro cuerpo**, conoceremos el cosmos entero, ya que experimentamos todo el cosmos en nuestro cuerpo en forma de sensaciones. Cuando no estamos en armonía con los ritmos universales, la señal que nos llega es de incomodidad, ya sea física, mental o emocional. Cuando fluimos en armonía con el universo, la señal que nos llega es una sensación de comodidad, de alegría, de que todo es fácil. En realidad, esas sensaciones son la voz del espíritu, que nos habla al nivel de sentimiento más sintonizado de nuestro cuerpo. Cuando ofrezcamos a nuestro cuerpo una profunda atención, escucharemos la voz del espíritu, porque **nuestro cuerpo es un bioordenador constantemente conectado con la mente cósmica.** Nuestro cuerpo tiene una habilidad informática que lo capacita para reparar instantáneamente en la infinitud de detalles que crean cada acontecimiento de nuestra vida. Sabiendo todo esto, **¿por qué no tratas a tu cuerpo con respeto y lo cuidas?** Cuida de él con amorosa atención. Aliméntalo con comida saludable y agua fresca. Aliméntalo con la frescura de la tierra y con los colores del arcoiris que la tierra ofrece en forma de frutas y vegetales. Bebe las aguas de la Tierra para que ellas puedan abrir las líneas de comunicación e inteligencia que corren a través de tus tejidos y de tu torrente sanguíneo. **Respira profundamente** para que tus pulmones se expandan por completo con el aire.

Libérate de toda atadura o constricción consciente para **que tu cuerpo pueda relajarse en los ritmos del universo. Mueve tu cuerpo, ejércitalo y mantenlo en movimiento. Comprométete a mantenerlo libre de toxinas, tanto físicas como emocionales. No lo contamines con bebidas o alimentos muertos, químicos, tóxicos, relaciones o emociones tóxicas en forma de ira, miedo o culpa. Asegúrate de alimentar tus**

relaciones saludables y no albergues rencores ni resentimientos. La salud de cada célula contribuye directamente a tu estado de bienestar, ya que cada célula es un punto de conciencia en el campo de conciencia que tú eres. Cuerpo y mente son la danza del universo y, cuanto más bailen con el universo, más alegría, vitalidad, energía, creatividad, sincronicidad y armonía experimentarás. Puedes permanecer sintonizado a tu cuerpo siendo consciente de cómo bailas con el universo. Si prestas atención a los ritmos y ciclos de tu cuerpo y mente y te familiarizas un poco con los ritmos cósmicos, verás cómo puedes sincronizar los ritmos de tu cuerpo con los del universo. No tienes que ser ningún experto, simplemente presta observa cómo te sientes en diferentes momentos del día y del mes dependiendo del ciclo lunar. **Mira al cielo** y fíjate en los ciclos de la luna. Siente tu cuerpo y observa cómo se relaciona con cada estación. Entiende que estos ritmos pueden ayudarte de verdad. Entre las seis y las diez de la mañana y las seis y las diez de la noche es cuando tu cuerpo está hipometabólico, en su fase de metabolismo más baja. Intenta pasar un rato en silencio en ese periodo. Entre las diez de la mañana y las dos de la tarde es cuando el fuego metabólico se encuentra al máximo. Es el momento de hacer la comida principal porque tu cuerpo metabolizará mucho mejor la comida. Entre las dos y las seis de la tarde es un buen momento para estar activos, aprender nuevas actividades mentales o emprender actividades físicas. Entre las dos y las seis de la mañana es buen momento para soñar. Alrededor de las seis de la tarde, preferiblemente antes de la puesta del sol, es un buen momento para cenar. Es mejor cenar algo ligero y dejar al menos dos o tres horas de intervalo entre la cena y el sueño. Intenta acostarte antes de las doce.

Estas son recomendaciones muy básicas pero, una vez que empezamos a sintonizar nuestros ritmos con los ritmos cósmicos, el cuerpo se siente bastante diferente. Se siente vital; no se cansa. Subjetivamente nos sentimos más enérgicos. Empezamos a experimentar ese estado de conciencia en el que todas las cosas de nuestra vida fluyen con facilidad. Una salud vibrante no es solo la ausencia de enfermedad; es esa alegría que debería estar en nuestro interior todo el tiempo. Es un estado de bienestar positivo no solo físico sino emocional, psicológico y, en última instancia, incluso espiritual. La tecnología no va a hacernos más sanos. Lo que va a hacernos más sanos es que estemos alineados con las fuerzas del universo, que sintamos que nuestro cuerpo es parte del cuerpo de la naturaleza, comulgar con ella y con nuestra alma pasando tiempo en soledad y silencio.

El poeta hindú Rabindranath Tagore resume el milagro de la vida de una manera más hermosa de lo que la ciencia puede hacerlo. Dice: "La misma marea de la vida que corre por mis venas día y noche corre por el mundo y baila con métrica cadenciosa. Es la misma vida que se dispara con alegría por el polvo de la tierra en innumerables briznas de hierba, rompiendo en olas tumultuosas de hojas y flores. Es la misma vida a la que mece el mar, cuna de nacimiento y muerte, en su flujo y reflujo. Siento que la caricia de este mundo de vida hace gloriosos a mis miembros. Y mi orgullo viene del latido de eras que baila en este momento en mi sangre". Los mares y ríos de esta biosfera son la sangre de la vida que circula por nuestro corazón y nuestro cuerpo. El aire es el aliento sagrado de vida que da energía a cada célula de nuestro cuerpo, a fin de que sea posible vivir, respirar y participar en la danza del cosmos. Tener la experiencia de "el latido vital de eras que baila en este momento en nuestra sangre" es **vivir la alegría, la conexión con el cosmos. Esta es la experiencia sanadora; es la experiencia de estar completo. Y estar completo es vivir en la gracia.**

Fragmento de Poder, Libertad y Gracia: Vivir en la Fuente de la Felicidad Perdurable - Traducción: Paloma Fernández Fernández