



ESFINGE

apuntes para un pensamiento diferente



El mundo en que vivimos,
¿la era del vacío?



El ser humano desde
la aurora del universo



La facilitación de grupos,
activistas de la conciencia



34 Concurso Internacional
de Piano Delia Steinberg



Editorial

Hacia una mayor profundidad

Muchas veces nos preguntamos si la forma de vida en la que estamos situados estará dejando huellas en nuestras almas, sin que lo estemos notando, especialmente ahora que nos encontramos tan supeditados al uso de las tecnologías. Tememos que nos aislen de nosotros mismos y de la naturaleza, que perdamos la orientación para movernos en medio de los caminos de la vida. La consecuencia es el vacío, la superficialidad, el desconcierto permanente y también la inconsciencia de que nos podemos estar deslizándonos hacia la nada. Y lo suplimos a base de los innumerables reclamos que nos invitan permanentemente a tener, a aparecer, a disfrutar, siempre hacia el exterior.

Por eso es de agradecer que haya quienes consiguen salirse de las perniciosas inercias y nos ofrezcan sus reflexiones y sus orientaciones, siempre en la dirección de ir hacia lo profundo de nosotros mismos, de ir más allá de las apariencias, de buscar la verdad, superando el ruido que producen las infinitas verdades que se nos presentan como la única posible. También nos advierten de que se puede vivir de una manera más humana y natural, con la conciencia de lo que somos y de las metas que podemos lograr.

Este número de Esfinge está lleno de este tipo de reflexiones y aportaciones. Como nos proponía Unamuno, hace mucho tiempo: ¡¡Adentro!!

El Equipo de Esfinge



Revista Esfinge
nº 35 - Agosto 2015

Mesa de Redacción:

Delia Steinberg Guzmán,
directora
M.^a Dolores F.-Fígares,
subdirectora
Miguel Ángel Padilla,
mesa editorial
Héctor Gil
corresponsales
Elena Sabidó,
redacción y archivo
José Burgos,
informática y diseño web
Esmeralda Merino
estilo y corrección
Lucía Prade
suscripciones y redes sociales
Tuimag Castellón
impresión y maquetación

Comité de expertos:

M.^a Dolores F.-Fígares.
Periodista y Antropóloga
Manuel Ruiz. *Biólogo*
Juan Carlos del Río
Matemático
Javier Saura. *Jurista*
Sebastián Pérez. *Músico*
Francisco Capacete. *Jurista*
Cinta Barreno. *Economista*
Sara Ortiz Rous. *Ingeniera*
Miguel Ángel Padilla.
Filósofo y Coach
Francisco Iglesias. *Nutricionista y*
Preparador Físico

La revista Esfinge está impulsada por un equipo de personas comprometidas con el cambio que necesita la humanidad en todo el planeta. Se realiza de forma totalmente altruista por socios de:

*Organización Internacional
Nueva Acrópolis*

*Asociación UNESCO para el
diálogo interreligioso*

Asociación Divulgaciencia

GEA

Instituto de Artes Tristán

Red Ética Universal

Y colaboradores de varias partes del mundo desde diferentes ámbitos culturales, científicos y sociales.



El mundo en que vivimos, ¿la era del vacío?

La velocidad del mundo es hoy vertiginosa; un mundo en forma de flashes, de barridos de imagen como en una televisión, y donde todo es efímero, neutro e instantáneo. El valor de las cosas, de las relaciones, de los sentimientos, se mide por el tiempo que duran y no por su significado, su simbolismo o por la fuerza que vive en ellos...

Nuno Miguel Barata

Traducido del portugués por José Carlos Fernández

En su magistral poema *Piedra filosofal*, Antonio Gedeão escribió un día: «En tanto que el hombre sueña, el mundo gira y avanza...». Pero hoy, el mundo avanza con un ritmo y con una velocidad muchas veces superior a la de la luz, reduciendo el espacio y el tiempo para que el hombre sueñe y se expanda a otros niveles mentales y de conciencia, y pueda así aumentar su comprensión sobre la vida y lo que le rodea...

Esta urgencia constante nos aísla, nos encierra en una tela de araña llena de un vacío que estupidiza y embriaga al ser humano, que le hace volverse sobre sí, olvidando que forma parte de esta gran obra que es el planeta Tierra.

Vive para trabajar, trabaja para no morir, muere trabajando. Teme a la muerte, teme a lo desconocido, desea la inmortalidad física y no se adapta a las fases naturales del planeta, de sí mismo y del cosmos. Se juzga a sí mismo como el centro del universo y se comporta como si esto fuera cierto, cuando apenas es una parte constitutiva del mismo.

Sabemos que la Humanidad vive hoy un periodo complicado, regida por una mente de deseos y un ego implacable, absorbido en su individualismo; aunque ya se nos había dado una voz de alerta respecto al camino que esta civilización hollaría.

Lipovetsky presentaba una sociedad caracterizada por el debilitamiento de las costumbres, por la aparición del consumo de masas, por un creciente individualismo señalado por la personalización, en donde el individuo estaría envuelto en información y estímulos de necesidades.

El filósofo francés Gilles Lipovetsky observó el mundo que emergió tras la Segunda Guerra Mundial, y en el año 1983 publicó un libro llamado *La era del vacío*, en donde, basándose en estudios efectuados por él mismo, llama la atención sobre el nuevo tipo de sociedad que surgiría.

Lipovetsky presentaba una sociedad caracterizada por el debilitamiento de las costumbres, por la aparición del consumo de masas, por un creciente individualismo señalado por la personalización, en donde el individuo estaría envuelto en información y estímulos de necesidades. Veríamos cómo se flexibilizan las relaciones humanas, transfiriendo a la esfera pública momentos y sentimientos pertenecientes, hasta ese momento, a la esfera íntima del individuo (basta ver y estar atento al torrente de programas de *reality-show*, a las revistas llamadas «rosas», en que las personas exponen su intimidad sin ningún tipo de pudor).

Esta nueva sociedad fue denominada por el autor «posmodernidad», y estaría fundamentada en un orden nuevo de organización en sociedad en el cual las instituciones y las personas se guiarían más por los deseos, libres de regulaciones y reglas. En vez de un individuo sometido a las reglas sociales, estallaría en un estímulo desenfrenado del llamado «derecho a ser él mismo» en detrimento de las relaciones con el otro y con la sociedad.

La sociedad posmoderna sería aquella en que reinaría la indiferencia masificada, movida por el sentimiento de repetición y estancamiento, en que las personas querrían vivir el momento actual, «aquí y ahora», luchando para conservarse

jóvenes y no pensando ni por un segundo en cómo forjar un hombre nuevo.

A nivel cultural, esta posmodernidad conduce al apogeo del individualismo, en una especie de narcisismo colectivo, en donde se crearían nichos específicos sociales en los cuales cada individuo encuentra su par de acuerdo con sus propios intereses, los cuales acaban por fortalecer esta visión personal en detrimento de lo social, todo ello obviamente soportado por una sociedad vuelta hacia el consumo, con una diversificación creciente en las opciones a escoger, generándose una pérdida de visión crítica sobre los objetos y valores que están a nuestro alrededor.



Lipovetsky presenta los tres pilares esenciales con los que podemos caracterizar esta sociedad posmoderna.

1 Seducción continua

Todos los días, el hombre es seducido. Las máquinas afinadas del marketing y la publicidad nos hacen salivar en todo momento, ya sea con anuncios en televisión o con *spots* de radio apelativos, con las fotografías de familias estereotipadas en que imperan la alegría, la abundancia y la riqueza... Todo en nombre del consumo. El consumismo acelerado coloca al individuo ante múltiples opciones de elección de productos, basado en una comunicación de masas fortísima, que hace que las personas crean que están escogiendo libremente, cuando en realidad están siendo teleguiadas en una dirección u otra.

Seducido por estas elecciones, el individuo se vuelve hacia sí, y es estimulado a cuidar de su salud, responsabilizándole de ella de forma obsesiva. El cuerpo deja de ser visto como vehículo, y comienza a ser amado, cuidado, venerado y dirigido al voyerismo.

El ser humano es convidado a hacer un viaje sensorial, basado en sensaciones inmediatas, vacías, y no significando esto necesariamente que la vida sea más abundante, rica y plena de vivencias.

En consecuencia, el ser humano es convidado a hacer un viaje sensorial, basado en sensaciones inmediatas, vacías, gracias a la interiorización de la sensación de querer sentir más, y no significando esto necesariamente que la vida sea más abundante, rica y plena de vivencias.

Lipovetsky hablaba ya en la década de los 80 de una realidad que está muy presente en nuestros días: «Hoy en día el barullo y las voces de la vida se han convertido en parásitos, es preciso identificarse con la música y olvidarse de la exterioridad de lo real. Los que hacen *footing* hacen deporte atados a aparatos de música, los automóviles vienen con sistemas de sonido de 100w, las discotecas, los conciertos pop, toda esta civilización se halla fabricando, como decía el periódico *Le Monde*, una generación de sordos, de jóvenes que perderán el 50% de su capacidad auditiva: una total indiferencia por el mundo».

Esta seducción sensorial va a marcar el inicio de una era de banalización sexual, al banalizar la pornografía, el culto a la experimentación con el cuerpo y su exhibición, como dijimos antes, y el voyerismo.

Hay una ausencia del sentido general en la vida. Es como si fuera posible vivir sin finalidad y sin sentido, en un vértigo informativo y emocional, navegando en un mar de depresión, que se convertirá en la patología de las masas.

2 La indiferencia pura

Absorbido en su obsesión consigo mismo, el ser humano rechazará todas las instituciones que le sean externas, generando una indiferencia social apoyada, una vez más, en el chorro de información que recibe diariamente. Dejarán de creer en la Iglesia, en Gobiernos, y serán vaciados de conciencia crítica, al mismo tiempo que se vacían las estructuras sociales, familiares, jerárquicas y laborales. Todo es descartable, vacío e inflexible. El autor da el ejemplo de la enseñanza:

«La indiferencia crece, por ejemplo, en la enseñanza, en la cual, en algunos años y con una velocidad relámpago, el prestigio y la autoridad de los profesores han desaparecido casi completamente. Hoy en día la palabra *maestro* ha dejado de ser sagrada, se ha convertido en banal y se sitúa al mismo nivel que la palabra de los medios, y la enseñanza se ha convertido en una máquina neutralizada por la apatía escolar compuesta de atención dispersa y del escepticismo que se ha desarrollado en relación con el saber».

Lipovetsky llama a este vaciado «una onda de desapego que se propaga por todas partes, desnudando a las instituciones de su grandiosidad y, simultáneamente, de su poder de movilización social y emocional».

Lo más curioso es la forma en que esa onda sería creada. Todo este proceso sería generado sin que hubiera conciencia de tal. La absorción individual y colectiva de esta nueva lógica sería realizada de forma pasiva, sin tumultos o rebeliones. El vacío de sentimientos y el desmoronamiento de los ideales nos traería, como sería de esperar, más angustia, más absurdo y más pesimismo. Esta visión refleja el aumento de la apatía en masa.

Hay una ausencia del sentido general en la vida. Es como si fuera posible vivir sin finalidad y sin sentido, en un vértigo informativo y emocional, navegando en un mar de depresión, que se convertirá en la patología de las masas. El individuo quiere ser y estar solo, siempre y cada vez más solo.



Este vaciado del sentido de la vida apagaría el fondo interno del ser humano y su capacidad de sentir verdaderamente el mundo. El sentimentalismo sufriría el mismo destino que la muerte: llega a ser incómodo exhibir las propias emociones, declarar ardientemente una pasión, llorar, manifestar con demasiado énfasis los impulsos interiores. Como con la muerte, el sentimentalismo será embarazoso, se trata de mantener la dignidad en cuestiones de afecto, manteniendo siempre la discreción. Es notable lo incómodo que es, hoy día, la muerte en la mente de las personas. Las personas mueren hoy lejos de casa, de sus familiares, muchas veces en residencias, en hospitales, abandonados a los cuidados de otros que no son sus más próximos. El elemento ceremonial y elevador de la muerte ha sido sustituido por un sentimiento de rechazo y negación, como si la muerte fuese el fin eterno de algo y no un comienzo, manteniendo un apego desmesurado al mundo físico.

3 Narciso y la estrategia del vacío

Como último punto, Lipovetsky sugiere que el ser humano entraría en un narcisismo, que el autor designa como «la aparición de un perfil inédito del individuo en sus relaciones consigo mismo y con su cuerpo, con los otros, con el mundo y con el tiempo, en el momento en que el capitalismo autoritario cede el lugar a un capitalismo hedonista y permisivo».

El narcisismo es un efecto del cruce entre una lógica social individualista hedonista, impulsada por el universo de los objetos y de las señales. Una búsqueda interminable de sí mismo, donde envejecer y morir no estaría permitido ni sería bien aceptado, en una carrera contra el tiempo donde solo interesa divertirse lo máximo

posible, aumentar la confianza en el cuerpo y ganar la eternidad terrena.

Este narcisismo hacia donde el ser humano estaría encaminado, debilitaría su vida social, aumentaría las distancias entre las personas y lo espiritual, entre lo público y lo privado y el respeto que merecen las esferas personales de cada uno; y tal vez aun, entre lo que se siente y se expresa.

Hace poco fue estrenado el film *Her*, de Spike Jonze, en el que el protagonista, que vive aislado, en un mundo individualizado y vacío, se enamora de un sistema operativo que compró, dejándose seducir cada vez más por su voz y amabilidad. Este personaje, curiosamente, trabaja en un despacho con la función de escribir cartas a otras personas, especialmente cartas de amor o entre familiares, mostrando una sociedad y una Humanidad vacía de sentimientos, de emociones, y que no sabe ni consigue expresar lo que su corazón le dice.

En el film citado, son los ordenadores quienes consiguen evolucionar a niveles a los que sería el hombre quien debería llegar, pero que no lo hace, ni quiere.

El elemento ceremonial y elevador de la muerte ha sido sustituido por un sentimiento de rechazo y negación, como si la muerte fuese el fin eterno de algo y no un comienzo, manteniendo un apego desmesurado al mundo físico.

Y también a nivel laboral, este narcisismo influenciaría las relaciones del hombre con el mundo. El éxito no sería más que un significado psicológico: la búsqueda de la riqueza no tendrá otro objetivo que suscitar la admiración o la envidia. Las relaciones laborales, públicas y particulares se convierten en relaciones de dominio y de conflictos basados en la seducción fría y en la intimidación.

Al leer la teorización de Lipovetsky, verificamos que no está muy lejos de la realidad de nuestros días. Más aún, podemos sin duda afirmar que este libro se revela con una certeza aterradora, porque en él están reflejadas todas las características que dominan esta nueva era tecnológica e informatizada.

Nos compete a nosotros resistir, unir esfuerzos para luchar contra esta apatía e indiferencia, y con el hacha de nuestra voluntad cortar las telas de araña que nos prenden, y caminar así hacia la cima de la Ciudad Alta que todos tenemos, para, con equilibrio interior, ejecutar los elevados ideales que son la viga maestra de nuestras vidas y de las escuelas de filosofía a la manera clásica de todos los tiempos.

Solo subiendo a la cumbre de nuestras conciencias, y más allá de las nubes que nos impiden ver el sol, es como podremos vislumbrar con claridad nuestro camino y el camino que debe seguir la Humanidad.



VIENTO FRÍO

*Hoy vino el viento frío a mi cañada
lamiendo con sus garras mis rosales;
las flores tiritaban asustadas
y yo no pude hacer por alejarle.*

*Quizá se hagan más fuertes en su rama
si sienten de la helada su zarpazo;
el hado que las prueba ¡tiene alma!,
mas no todas resisten el abrazo.*

*Pasó por fin la hora de penuria
dejando mi jardín todo maltrecho.
Y yo fui recogiendo a cada una
de aquellas que cayeron en el suelo.*

*Regalo de experiencia y de conciencia,
con ellas hago ofrendas en mi templo...*

Teresa Cubas Lara

teresacubaslara@gmail.com





El ser humano desde la aurora del universo

Amanece en el cosmos. Los divinos modeladores de las formas idean en sus sapientísimas mentes los cuerpos de los mundos, de los soles, de los planetas y de los hombres. Los Constructores Celestes recorren los talleres del universo, contemplando la Obra. Purusha y Prakriti se lanzan a la vida objetivada. Purusha y Prakriti, espíritu y materia, alentarán una vez más el gran ser del «Animal Sagrado».

Ananda

Poco a poco, la creación entera comenzará a despertar de su largo sueño en el regazo de Aquello que escapa a las definiciones. El Supremo Ejército de los Dioses ocupará cada uno el lugar que le corresponde en la gigantesca tarea. Así, alguien hace girar la Rueda de la Existencia, y todo comienza a respirar, a moverse. En un lugar perdido del cosmos, en una de las tantas galaxias, nidales de millones y millones de soles, y entre ellos, en un diminuto planeta que una vez se juzgó a sí mismo por la boca de sus ocupantes el centro del mundo, aleteará también, la sombra, el proyecto de un plan a realizarse en el tiempo. Cuando todo esté ya firme en él, llegará su ocupante, el hombre, con un largo pasado que no puede recordar, pues lo prohíbe su olvido –inteligentemente proyectado por la Sabiduría Suprema– y con un vastísimo futuro a recorrer, en el que es menester que despierten los ojos de su espíritu.

La pena de cargar con una mente, el horror de escuchar sus aullidos, la desesperación de sentir sus preguntas y no hallar las respuestas para muchas de las mismas, no le será dado todavía. Dormirá feliz, en el sueño pasivo de una naturaleza, de una Ley, que sabe que aún no puede bastarse por sí solo. Estará protegido, cuidado, guiado. Sin embargo, él ambicionará poseerla, y la ambicionará tanto, tanto, que le será dada. Allí comenzará a nacer para el hombre su básico elemento de torturas, dispuesto a acompañarlo fielmente, por miles y miles de siglos.

Alguien hace girar la Rueda de la Existencia, y todo comienza a respirar, a moverse.

Por el camino de la vida

El cuarto Adam, el Adam bíblico, nacerá entonces en la Tierra. Guiado por su reciente conquista, aprenderá a odiar y a amar. Por infinito caudal de tiempo, ha de aprender a vivir prisionero entre estos extremos. Tendrá su corazón negado a todo lazo de ternura. Conquistar, matar, predominar, serán sus más caros ideales. En ello pondrá el norte de su vida, y a ello tornará a través de cientos de cuerpos, hasta que convencido –puesto que en él ha despertado, a través de las sucesivas experiencias, una conciencia nueva– de la falsedad del camino escogido, lo rechazará, buscando nuevos horizontes. Inexorablemente, arrojará un día al cielo su mirada vacía, recogiendo en las cestas de sus cuencas a millones de estrellas. ¡Qué pequeño se sentirá entonces, qué diminuto, qué nada!

En la pregunta que confiesa a su corazón, se proyectará el germen del primer filósofo. «¿Quién es Dios?» será la base de todas sus torturas, el origen ilimitado de todos sus metafisiqueos, la fuente inagotable para sus disquisiciones. A él ha de cantarlo en todas las maneras posibles. Nacerá con el genio de un Bach, enamorado de la Divinidad, de una Blavatsky, farol humano precediendo el paso de millones de extraviados, de un Neruo, de un Kant, que «sintió» que a Dios no se lo podía captar mentalmente.

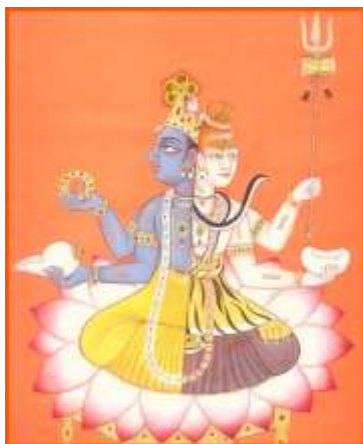
No obstante, arrojará también a un lado del camino su razón, para buscarlo sin valladares en el seno de su ser purísimo. Su marcha es eterna, y nunca ve su fin. Pasará por todas las experiencias,

hasta alcanzar la coronación de un Buda o un Cristo. Él se resumirá en el nirvana, eterno solo para la comprensión de los que estamos todavía abajo. Pero... ¿y después?

Muchas noches pasarán antes de la Gran Noche Cósmica, como muchas noches vive el hombre antes de la muerte de su cuerpo físico.

El gran animal del tiempo, que fuera despertado al comienzo de la Creación para que sirviera de vara, de medida a los mundos existentes, sentirá menguada su fuerza y se recogerá en espera de nuevas energías. Muchas noches pasarán antes de la Gran Noche Cósmica, como muchas noches vive el hombre antes de la muerte de su cuerpo físico. Pralaya, en todos sus aspectos, y en todas sus formas, visitará continuamente la Casa de Dios. Una vez, sin embargo, las formas conquistadas serán por la Esencia, y todo se resumirá en ella. ¿Dónde estarán entonces las luchas fratricidas de los hombres? ¿En qué pozo oscuro de los tiempos quedarán sujetas las cadenas de sus vicios, y los egoísmos que ahora les ciegan?...

Por la boca de la sabiduría eterna, tal vez nosotros, los de ahora, sonriamos ante el recuerdo de los pecados cometidos bajo el motor autoritario de la ignorancia. Nos reconoceremos en cada cosa como nosotros mismos, y tendremos tal capacidad de amar como Dios tiene, pues gira en el cuerpo de los más gallardos soles, y trabaja en las diminutas patas del más ignorado de los gusanos. Nosotros seremos el mundo, tal es la conquista hacia la cual vamos. Nosotros estaremos difundidos en el espacio sin límites cuando la gran vida o Manvántara, o Edad de Brahma, llegue a su fin. Convertidos en estrellas, en galaxias, en plantas, en polvo, ya que trascendiendo la forma es como alcanzaremos a estar en todas las cosas, esperaremos la llegada de la noche universal, en la alcoba del Espacio Sempiterno. Este pedazo de oro espiritual, llamado hombre, y que no puede brillar bajo la capa espesa de su cieno psíquico, habrá alcanzado entonces la meta suprema de su Destino.



Huellas de Sabiduría

El sueño del héroe es ser grande en todas partes y pequeño al lado de su padre.

Victor Hugo

El primer paso para la solución de los problemas es el optimismo.

Basta creer que se puede hacer algo para tener ya medio camino hecho y la victoria muy cercana.

John Baines

El hombre nace libre, responsable y sin excusas.

Jean Paul Sartre

Es cierto que el amor conserva la belleza y que la cara de las mujeres se nutre de caricias, lo mismo que las abejas se nutren de miel.

Anatole France

La reconciliación es más bella que la victoria.

Violeta Chamorro

Recopilado por

Sylvie Poulain y Lucia Prade





La facilitación de grupos: herramientas para activistas de la conciencia

La facilitación de grupos o el Trabajo Global es un conjunto de técnicas, conocimientos y habilidades enfocados a mejorar los diferentes tipos de interacciones que se dan entre las personas de cualquier tipo de agrupación. Nació como un trabajo con el cuerpo y los sueños y tiene sus raíces en la psicología jungiana, la «nueva» biología y el taoísmo.

Miguel Cerdán

En el fondo, puede que se trate de la base de ese cambio de paradigma que poco a poco se va vislumbrando, que partiendo de «lo común» y «lo relacional» apunta hacia otra formulación de la realidad más consciente, más profunda y, en definitiva, más humana.

Por último, se puede decir que la facilitación es un arte tan antiguo como la propia humanidad, es el arte del chamán, el arte de los Élderes*, el arte de crear comunidad.

El creador de este nuevo y revolucionario enfoque se llama Arnold Mindell. Es un físico y psicólogo cofundador de esta actividad junto con su mujer Amy Mindell, que harta de ver la lentitud con la que acaecían los cambios en el mundo, comenzó a desarrollar estas técnicas en los años 70. Juntos han viajado por todo el mundo trabajando conflictos en comunidades y grupos de todo tipo. Arnold ha escrito 19 libros que han sido traducidos a 20 idiomas diferentes. Va dirigido a todos aquellos activistas sociales o espirituales comprometidos con la mejora del mundo, o simplemente a todos aquellos que desean mejorar sus relaciones.

Algunos de los campos sobre los que se trabaja son: comunicación verbal y no verbal, señales inconscientes del cuerpo, cómo nos influyen las emociones, los roles, el rango social, psicológico y espiritual, el abuso inconsciente de

poder implícito en la cultura, por qué se producen los conflictos y cómo usar poder creador, el poder del grupo...

Para comprender la mirada del mundo desde el prisma del facilitador, es interesante realizar un breve acercamiento hacia algunos conceptos relativamente nuevos de los que parte y con los que trabaja.

Campo grupal: Este concepto se resume en la máxima de que «El grupo es más que la suma de sus individuos». Nace del concepto de los *campos mórficos* acuñado por el bioquímico británico Rupert Sheldrake. Se basa en que en la medida en que los miembros de un grupo interactúan, pasan a estar conectados por una red de fuerzas sutiles sujetas a sus pensamientos, a sus emociones y a la energía producida por estos. Estas influyen directamente en la forma en que se generan, se normalizan y se perpetúan ciertas interacciones sobre otras. Incluso llega a decir que les afecta, estén a mayor o menor distancia y sean o no conscientes de ello.

Roles: Son los diferentes tipos de conducta y posicionamiento que cada uno de los individuos desarrolla ante una situación o conflicto concreto. Algunos de estos son: el líder, el oponente, el observador, el animador, el gracioso, el moralista, el cuidador, el sabelotodo, etc.

Lo más interesante es el punto de vista desde el que mira los roles un facilitador. Este separa el rol de la persona, entendiendo al primero como un espíritu que aparece en el grupo para traer al conjunto una información que necesita para seguir construyéndose y avanzando. No hay roles buenos ni malos; todos traen una información

Se puede decir que la facilitación es un arte tan antiguo como la propia humanidad, es el arte del chamán, el arte de los Élderes*, el arte de crear comunidad.

y a todos se les ha de escuchar por igual, aunque no siempre sea sencillo.

Asertividad: Esta palabra «tan de moda» viene a ser el conjunto de habilidades sociales que reúne las conductas y pensamientos que nos permiten defender los derechos de cada uno sin agredir ni ser agredido. La empatía es quizás una de las más importantes de dichas habilidades.

«Metahabilidades»: Muy unido a lo anterior, viene a recordarnos que no importa tanto el qué sino el cómo, puesto que aunque el fin que persigas con tus ideas sea el más maravilloso del mundo, de poco te sirve si no eres capaz de transmitirlo y atraer a otros hacia él.



Conflicto: Momento de confrontación y enfrentamiento. Puede ser interior con uno mismo, interpersonal, cultural o estructural. La tendencia común es a huir de estos por miedo. Lo peor es que, de esta manera, se desaprovecha el gran potencial de información y avance que esconden. Lo que la facilitación propone es lo contrario: escuchar el conflicto, comprometerse con él y verlo como un maestro. «No hay conflictos personales, todos los conflictos son estructurales» (Arnold Mindell).

Dobles señales: Al igual que se tiende demasiado habitualmente a que no siempre el sentimiento vaya unido a los pensamientos y por último a las acciones, las dobles señales vendrían a ser el reflejo de esto visto en la interacción con otras personas. Es, por poner un ejemplo sencillo, como decir: «Estoy muy feliz» con un tono triste. Es decir a alguien que lo aceptas sin atreverte a mirarle a la cara. Es, en definitiva, decir una cosa con tus palabras mientras tu cuerpo o comunicación no verbal inconsciente está diciendo otra totalmente diferente.

Algunos de los campos sobre los que se trabaja son: comunicación verbal y no verbal, señales inconscientes del cuerpo, cómo nos influyen las emociones, los roles, el rango social, psicológico y espiritual, el abuso inconsciente de poder implícito en la cultura, por qué se producen los conflictos, etc.

Élder*: Este es, a mi ver, el concepto más curioso e interesante que trae la facilitación de grupos. El concepto de «Élder» viene de la tradición cristiana (y de muchas tradiciones de todo el mundo), en la que era una persona a la que por su sabiduría se le encomendaban responsabilidades que tenían que ver con la comunidad.

A. Mindell nos lo presenta así: el Élder no piensa nada de sí mismo sino que representa a todo el mundo. El Élder no sigue un plan sino que obedece al espíritu, no sabe sino que aprende, escucha el momento y en vez de tratar de detener el conflicto, fluye por el río desconocido y misterioso de la vida. Por último, no aspira a que los demás se vuelvan sabios sino a que los demás se vuelvan Élderes.

Facilitadores y grupos

Además de estos conceptos, el facilitador debería tener en cuenta:

El Triángulo dorado del facilitador: 1. Personas 2. Objetivos 3. Procesos. La mayor o menor calidad o habilidad de un facilitador vendrá dada por la medida en que atiende a los tres de forma equilibrada.

En la medida en que los miembros de un grupo interactúan, pasan a estar conectados por una red de fuerzas sutiles sujetas a sus pensamientos, a sus emociones y a la energía producida por estos.

Los cuatro espacios diferenciados que todo grupo debería tener son: 1. De toma de decisiones. 2. De gestión emocional. 3. Espacios de indagación creativa. 4. De conexión y celebración.

Las cuatro etapas de un grupo:

1. Hablando suave: las personas no se conocen y se trata de mantener «las buenas formas», mostrar tan solo el lado bueno. «Yo en mí».

2. Hablando fuerte: el conflicto aparece y las personas se enfrentan, se pierde el respeto, las diferencias aparecen. «Yo en ello».

3. Hablando desde el corazón: alguien empieza a hablar desde los sentimientos abriendo «la veda» para que todos lo hagan; se habla de la realidad profunda de las personas. «Yo en el otro».

4. Hablando generativamente: el grupo trasciende sus diferencias y se ponen a hablar de forma creativa. Se dan momentos de gran desarrollo en todos los aspectos, se llevan acabo proyectos, se crece en número.

Algunas de las técnicas más curiosas que trae el facilitador:

- La indagación apreciativa: técnica de las 4 des: 1. Descubrir quién soy, qué hago bien, enfocarse en lo bueno... 2. *Dreaming* (soñar): planear el futuro que queremos vivir. 3. Diseñar: establecer los cauces que permitan ir de la

realidad presente al futuro soñado. 4. Destino: convertir esas fases en un plan de acción con realizaciones y fechas concretas.

- *World Cafe*: técnica que reproduce el «momento del café», tras la comprobación de que este es el espacio-momento más creativo y distendido común en Occidente. El objetivo es la obtención de la información y creatividad máxima de las personas de un grupo.

Lo que más atrae de la facilitación es su visión sistémica, en la que un conflicto concreto tan solo es un cabo del conjunto de conflictos y problemas que se dan en todos los niveles de nuestra sociedad, provocados por la cultura y «los espíritus» dominantes de nuestro tiempo, como el miedo, el egoísmo, la soledad, el abandono, la superficialidad...

- FOP (foro orientado a procesos): esta es quizás la técnica más importante que usa la facilitación. Aborda directamente el conflicto y es importante la presencia de un buen facilitador para traer luz al grupo y darles la posibilidad de crecer y aprender en el conflicto. Sobre un conflicto, los presentes se van manifestando, los roles aparecen, la polarización, las tensiones... La clave estará en la habilidad del facilitador para visibilizar conceptos como las dobles señales de los participantes, los abusos de rango o no dejar pasar los momentos álgidos que ocultan el germen de la resolución del conflicto. La principal herramienta es la atención, así como el nivel de «Elderazgo» alcanzado por el facilitador.

Aprender en el conflicto

Lo que más atrae de la facilitación es su visión sistémica, en la que un conflicto concreto tan solo es un cabo del conjunto de conflictos y problemas que se dan en todos los niveles de nuestra sociedad, provocados por la cultura y «los espíritus» dominantes de nuestro tiempo, como el miedo, el egoísmo, la soledad, el abandono, la superficialidad... Además, sorprende el acierto que supone usar una serie de «conceptos neutrales» (como los anteriormente reseñados), no contaminados por la desintegrada psique colectiva, abriendo con esto posibles lugares de encuentro para la unión entre las personas y sus diferentes creencias.

Se podría decir que la facilitación de grupos nos conduce hacia una re-evolución humana en donde los procesos interiores y exteriores vayan más unidos y se vivan de forma más consciente. Y quién sabe, quizás sea la pieza clave que faltaba para poder afrontar con éxito el examen al que, por lo que dicen los sabios, la humanidad se enfrentará en el siglo actual: la convivencia. Solo el tiempo dirá cuánto puede aportar esta nueva disciplina.

En España existe el Instituto Internacional de Facilitación y Cambio (IFACE), que surge en 2009 de la iniciativa de un grupo de personas con una inquietud compartida: la facilitación de grupos como herramienta de transformación eco-social (en Europa, IIFAC-Europa). Por otra parte, José Luis Escorihuela «Ulises» es uno de los facilitadores más activos españoles. Ha traducido el libro *Sentados en el fuego*, de A. Mindell, ha escrito *Camino se hace al andar*, y además, ha fundado la asociación Selba Vida Sostenible, que forma y difunde formas de vida sostenibles; también es miembro de Gaia Education Diseño para la Sostenibilidad, GEDS.

Como ya he apuntado, la facilitación se asienta también sobre la filosofía oriental del taoísmo. Principalmente sobre algunos conceptos de su doctrina, como «el camino», «el flujo de la vida» o su visión del mundo desde una mirada más total. También incita al desarrollo de la atención plena, la aceptación del cambio, la observación de nuestra mente... Por esto se la puede asociar a filósofos como Confucio, Lao-Tse o incluso Buda.

Además, despierta valores como la solidaridad, la concordia, la aceptación, la flexibilidad, el amor, e ideas como la búsqueda de la verdad profunda.

Alternativas económicas como la Economía del Bien Común, que apuesta por una forma de economía asentada en los valores que favorecen las relaciones humanas, parten de la utilización de estas técnicas para la implementación de sus propuestas económicas y sociales.

Para saber más:

Vídeo sobre la facilitación grupal y el manejo de conflictos en el «Centro Abierto» de la Fundación Tomillo, impartido por 2 facilitadoras:

https://www.youtube.com/watch?v=9I8_FWzhLo4

Vídeo-charla sobre el Camino del Élder, explicado por José Luis Escorihuela «Ulises»:

<https://www.youtube.com/watch?v=Yx646ZpBQK8>

Audio de la conferencia de Arnold Mindell hablando sobre la democracia profunda y el trabajo global:

<https://www.youtube.com/watch?v=lbg2hMuh3s>

Conferencia de Amy y Arnold Mindell hablando sobre la resolución de conflictos:

<https://www.youtube.com/watch?v=Tew45iSqU9o>

Web del Instituto de Facilitación y Cambio:

<http://www.facilitacion.org/>

Web de Selba Vida Sostenible: <http://www.selba.org/>

Web de Gaia Education:

<http://www.gaiaeducation.org/index.php/en/>





CIENCIA PARA POETAS POESÍA PARA CIENTÍFICOS

Por Sara Ortiz Rous



Nuevos descubrimientos del Hubble en el espacio: el Rectángulo Rojo

La estrella HD 44179 está rodeada de una extraordinaria estructura conocida antiguamente como el Rectángulo Rojo. El Rectángulo Rojo se encuentra a unos 2300 años luz de distancia en la constelación del Unicornio.

El Rectángulo Rojo es un ejemplo inusual de lo que se conoce como una nebulosa protoplanetaria. Son estrellas viejas en camino de convertirse en nebulosas planetarias. Una vez que la expulsión de masa se ha completado, permanece una estrella enana blanca muy caliente, y su radiación ultravioleta hace que el gas circundante brille.

Pero esta nueva imagen del Hubble, sorprendentemente detallada, revela cómo, cuando se ve desde el espacio, la nebulosa, en lugar de ser solo rectangular, tiene la forma de una X con estructuras complejas adicionales formadas por líneas espaciadas de gas brillante, un poco como los peldaños de una escalera.

La estrella del centro, que puede ser un sistema binario, es similar a nuestro Sol, pero ya al final de su vida útil, que está expulsando gas y

otros materiales para crear una nebulosa. Es todavía un misterio cómo el motor central de este objeto notable y singular ha construido una telaraña rectangular en X como nebulosidad.

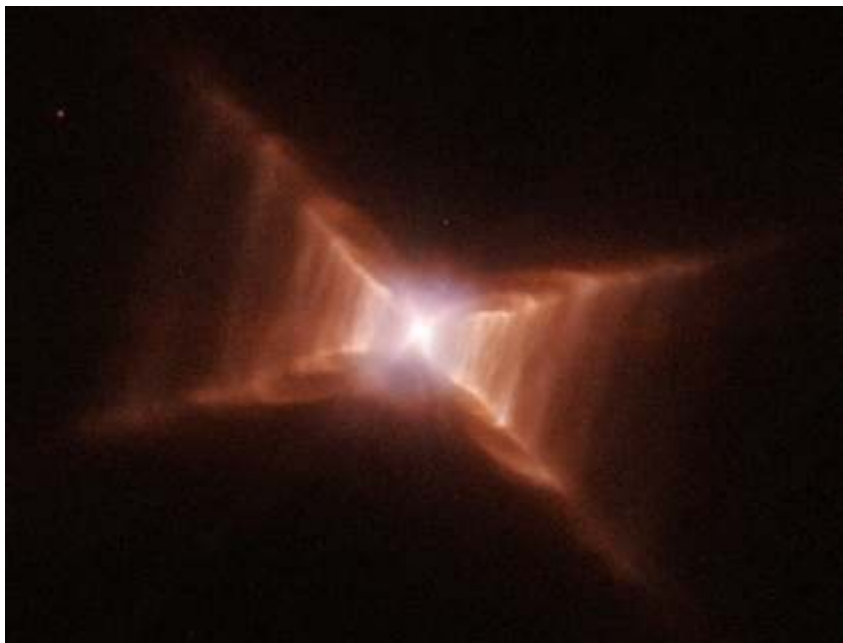
Se conocen alrededor de 3000 nebulosas planetarias en nuestra galaxia. Se trata de un número pequeño si se lo compara con el número total de estrellas; existe aproximadamente una nebulosa planetaria por cada 60 millones de ellas. Esto puede ser debido a su corto tiempo de vida en comparación con las estrellas.

Las nebulosas planetarias son objetos de gran importancia en astronomía, debido a que desempeñan un papel crucial en la evolución química de las galaxias, devolviendo al medio interestelar metales pesados y otros productos de la nucleosíntesis de las estrellas (como carbono, nitrógeno, oxígeno y calcio). En galaxias lejanas, las nebulosas planetarias son los únicos objetos de los que se puede obtener información útil acerca de su composición química.

El universo está siempre dispuesto a ofrecernos nuevos enigmas para fomentar la evolución de nuestra inteligencia. Sus enigmas siempre tienen una belleza que ofrecer y una armonía para nuestro deleite. No hay estructura geométrica que no utilice la materia para atrapar nuestra atención por los modelos numéricos: espirales para la vida en las galaxias, los caracoles, el crecimiento de las hojas, el ADN..., esferas y esferoides en estrellas, planetas, piedras humildes de río..., triángulos y conos en montañas, remolinos, husos magnéticos... y rectángulos con escaleras laterales para una estrella en camino de convertirse en una nebulosa planetaria.

Fuente: Space telescope

<http://www.spacetelescope.org/images/potw1007a/>





Alexia Mouza
ganadora del 34 Concurso Internacional de Piano
Delia Steinberg

Esmeralda Merino

La ganadora del Concurso Internacional de Piano Delia Steinberg en su edición de 2015, Alexia Mouza, cursa actualmente el Programa Internacional de la Escuela de Música Buchmann-Mehta en Tel Aviv, bajo la dirección de Arie Vardi, y ha ofrecido conciertos en Alemania, Suiza, Italia, Grecia, China, Japón, Venezuela, Hong Kong y Estados Unidos. Nacida en 1989, de padre griego y madre venezolana, cuenta, a pesar de su juventud, con algunos galardones como el Premio de la Prensa y el primer puesto en el concurso Città di Cantù.

El concierto de la prueba final de la 34 edición de este certamen internacional contó con la actuación de cinco concursantes finalistas, y después de una velada artística en la que la calidad fue notable y puso difícil el trabajo a quienes tenían que tomar la decisión, el veredicto del jurado fue el siguiente:

Primer premio, dotado con 5000 euros, placa y diploma: Alexia Mouza, de Grecia / Venezuela.

Segundo premio, dotado con 2000 euros y diploma: Seoyoung Jang, de Corea del Sur.

Tercer premio, dotado con 1000 euros y diploma ex aequo: Luka Okrostsvaridze, de Georgia, y Sunghyun Kim, de Corea del Sur.

Diploma de finalista: István János Vass, de Hungría.

El jurado, compuesto por prestigiosos profesionales de la música que suman a su experiencia profesional su labor en distintos certámenes pianísticos, estuvo integrado en esta ocasión por:

Rafael Solís, Presidente del jurado. Pianista y profesor en el Conservatorio de Música Arturo Soria de Madrid.

Delia Steinberg Guzmán, pianista y fundadora de este Concurso Internacional de Piano.

María Luisa Villalba, pianista y profesora del Conservatorio de Música Arturo Soria de Madrid.

Walter Gutdeutsch, pianista y profesor de música. Entre el 2000 y el 2004 fue director de la Escuela de Música de Pulach en Munich, Alemania. Imparte regularmente seminarios y conferencias en Latinoamérica, Alemania, Austria, Francia, España y Brasil.

Albert Mamriev, concertista y profesor de piano en el Instituto de Música, Teatro y Media de Hannover, Alemania. Es profesor en la Academia de Música de Calabria, Italia. Ganador de numerosos premios en concursos internacionales como Nueva Acrópolis, Gina Bachauer, Beijing, Pretoria y Vianna da Motta. Ha participado en numerosos festivales internacionales de música y ha sido solista con diversas orquestas de prestigio

como la Sinfónica de Utah, la Filarmónica de Israel, la Real Orquesta Nacional de Escocia y muchas otras.

Yuki Matsuzawa. Ha ofrecido numerosos recitales y conciertos, y realizado grabaciones para televisión y radio, así como diversos CD y *Master Classes* en Europa, Asia y América del Norte. Ha sido galardonada en numerosos certámenes de diversos países y ha participado como miembro del jurado en diversos concursos internacionales.

En la edición de 2015, los competidores tuvieron que superar una primera prueba en la que el público pudo escuchar estudios de Chopin, Liszt, Scriabin, Rachmaninoff y Debussy.

Posteriormente, una segunda fase permitió a los jóvenes artistas que se clasificaron elegir una obra a su gusto entre las de los compositores cuya producción se sitúa entre el periodo romántico y el contemporáneo.

Para aquellos que consiguieron pasar esta prueba, los compositores designados para hacer las delicias de los asistentes fueron Haydn, Mozart, Beethoven y Schubert, ya que era una pieza obligatoria alguna sonata de estos grandes nombres de la música clásica.

Por fin, y como colofón, la prueba final se desarrolló en el Teatro Victoria de Madrid el pasado 1 de mayo, con entrada libre para el público hasta que se completó el aforo. Cada finalista pudo interpretar dos obras de entre las que permitían las bases del concurso, que además de los compositores escuchados hasta entonces posibilitaba la elección de composiciones de Schumann, Brahms, Fauré o de Albéniz entre otros.

Seoyoung Jang interpretó la *Rapsodia española* de Liszt y *Goyescas n.º 1* de Granados. Sunghyun Kim incluyó en su programa *Gaspard de la nuit*, de Ravel y la *Polonesa op. 53* de Chopin. Por su parte, Luka Okrostsvaridze escogió *Andaluza* de E. Granados y la *Sonata n.º 2 op. 35* de Chopin. Y la ganadora, Alexia Mouza, se alzó con el premio interpretando la *Sonata n.º 2 op. 36* de Rachmaninoff y *Estampes* de Debussy.

El virtuosismo y los valores artísticos son los méritos principales que los organizadores del concurso pretenden incentivar. Y así lo valoraron los componentes del jurado de esta última edición.

El Concurso Internacional de Piano Delia Steinberg acaba de concluir su 34 edición. Muchos son los pianistas que a lo largo de su historia han iniciado sus carreras frente al público en este concurso, siendo los participantes de los más diversos países de procedencia.

Este certamen comenzó su andadura allá por el año 1982, con el loable propósito de ser una oportunidad en los escenarios para aquellos pianistas jóvenes que demostrasen suficiente talento y para los cuales fuera de utilidad ese empujón inicial que las jóvenes promesas necesitan siempre para despegar en sus carreras.

Conseguidos los primeros objetivos, el concurso se fue consolidando y adquiriendo un lugar propio en el panorama musical. De esta manera, lo que comenzó siendo un certamen de carácter nacional, se convirtió con el tiempo en un concurso internacional abierto a todos aquellos pianistas que quisieran acudir desde cualquier parte del mundo.

La respuesta de los jóvenes aspirantes no se hizo esperar, y el certamen gana cada año en calidad y participación. China, Corea del Sur, Grecia, Rusia, Israel, Ucrania y Hungría son algunos de los países cuyos representantes han acaparado los puestos más destacados en los últimos años.

Afortunadamente, podemos volver a disfrutar de las actuaciones de los pianistas galardonados gracias a los vídeos que la página oficial del Concurso Internacional de Piano Delia Steinberg ha publicado en el siguiente enlace:

<https://www.youtube.com/channel/UC3jW4pro9n7Cs5bqJOm8hWg>





Los límites del ser humano

Raysan

El hombre vive suspendido entre dos infinitos, lo infinitamente grande y lo infinitamente pequeño, pero incluso lo que nos parece grande o pequeño lo es desde nuestra posición relativa.

Podríamos viajar por nuestro sistema solar y tal vez salir de él, pero para ello deberíamos desarrollar velocidades muy grandes o bien emplear muchos años de nuestra vida.

Supongamos que viajásemos más rápido, a mayor velocidad. Hay que tener en cuenta que según Einstein la velocidad de la luz es una constante que no se puede sobrepasar. Según sus cálculos, llegando a velocidades próximas a las de la luz nuestro cuerpo se deformaría, se alargaría y nuestra masa sufriría cambios fuertes, desproporcionados, y por tanto dudosamente nos reconoceríamos, habríamos cambiado.

Por otra parte, viajar más rápido en el espacio es como viajar más rápido en el tiempo, y dado que hoy se demostró que el tiempo es relativo, como propugnaba Einstein, para una partícula o una persona que viajase a velocidades próximas a la luz el tiempo pasaría más lentamente -nuestro reloj mediría menos que el de alguien situado en tierra firme-, y por lo tanto desde nuestro punto de vista se habría casi detenido. De

regreso a la Tierra en un breve viaje, para nosotros habrían pasado apenas unos minutos u horas, pero en la célebre paradoja planteada por Einstein, si tuviéramos un hermano gemelo, para él habrían pasado cientos de años, y en consecuencia habría muerto.

Por lo tanto, podemos deducir que intentando romper los límites superiores de nuestro pequeño universo, ni seríamos los mismos, ni las cosas que dejamos atrás estarían igual. ¿Compensaría semejante búsqueda sideral? Tal vez los límites de la naturaleza sabiamente nos tienen confinados en una sana realidad infranqueable.

Si quisiéramos descender al mundo de lo inmensamente pequeño nos encontramos con que las células, las moléculas, los átomos pueden ser divisibles. Dividiendo el átomo hemos llegado a encontrar partículas como el protón, el neutrón, el electrón, etc., y finalmente se han llegado a descubrir dividiendo los neutrones y protones otras partículas más diminutas, llamadas "quarks", los ladrillos de la materia, con los que se conforman otras partículas. Pero de aquellos que se han descubierto (up, down, strange, charmed, top... o sea, arriba, abajo, extraño, encanto...) nos encontramos que algunos de ellos definen coloridos, aromas, como si la materia en tales grados microscópicos se hiciera inasible, etérea... Ciertas partículas minúsculas definen por tanto propiedades o aspectos de la materia tan poco materiales como el aroma, color, etc.

Ya Heisenberg demostró que cuando inmersos en el mundo ínfimo pretendemos medir de una partícula su velocidad, su masa, su energía, etc., con la luz que emitimos sobre ella a través de nuestros instrumentos de medida (por ejemplo el microscopio) la alteramos, o la hacemos variar de lugar, con lo cual lo que



medimos ya no es lo que queríamos medir. Como una moneda que se nos colara por la rendija de un sofá, cuanto más la perseguimos más se nos escurre. Podríamos asegurar que matar moscas a cañonazos nunca ha sido un deporte de precisión olímpica. Por ello Heisenberg afirmó en su ya célebre "Principio de Incertidumbre", que siempre existirá mayor grado de incertidumbre que de certeza cuando queremos definir todos los parámetros de alguna partícula, y que conociendo uno de esos parámetros (p.ej. su masa) siempre desconoceríamos otras que están en relación (como p.ej. su velocidad).

La energía necesaria para lograr grandes viajes interestelares, y las velocidades requeridas para regresar en tiempos prudenciales, así como las energías descomunales que deben darse a partículas diminutas para acelerarlas en distancias de kilómetros y poder finalmente bombardear un átomo, y así dividirlo, tiene ciertos costes. Un solo ejemplo: nuestra sonda más rápida, el Voyager, viaja por ejemplo a velocidades 10.000 veces más pequeñas que la luz. Por lo cual debe haber un grado de resignación para admitir que también hay límites que hoy son infranqueables, y tal vez lo serán siempre.

Y aún hay ciertos límites, llamemos subjetivos, que conviene tener en cuenta a la luz de los conocimientos actuales, expresados por la teoría de la relatividad. Así un reloj en un primer piso sabemos que mide un tiempo diferente a si está en un décimo piso, o en la muñeca de un aviador. La propia actividad, según la teoría de la relatividad, prolonga la vida, ocurriendo en cambio para nuestro hermano gemelo que estuviera siempre en cama que envejecería más rápido. Pero esta visión no debe llevarnos a entender que el mundo es relativo y no sometido a ley alguna, sino que leyes inmutables generales y absolutas no pueden evitar que el tiempo sea incluso relativo, es decir, no una medida absoluta. De hecho cada uno de nosotros tiene una percepción psicológica de cómo transcurre el tiempo... ¿Podremos algún día viajar por él? Posiblemente nos sea más fácil viajar a otras dimensiones que viajar en nuestro espacio físico, dadas sus medidas y nuestras limitaciones.



Por el reino encantado de Maya

Los cuatro monjes

Cuatro monjes se retiraron a un monasterio en la cima de una alejada montaña para llevar a cabo un entrenamiento espiritual intensivo. Se establecieron en sus celdas, pidieron que nadie les molestase a lo largo de los siete días de retiro y se autoimpusieron el voto de silencio durante esas jornadas. Bajo ningún concepto despegarían los labios. Un novicio les serviría esos días como asistente.

Llegó la primera noche y los cuatro monjes acudieron al santuario a meditar. El silencio era impresionante.

Ardían vacilantes las lamparillas de manteca de yak y olía a incienso. Los monjes se sentaron en meditación.

Transcurrieron dos horas y, de repente, pareció que una de las lamparillas iba a apagarse.

Uno de los monjes, dirigiéndose al asistente, dijo:

–Estate atento, muchachito, no vayas a dejar que la lamparilla se apague.

Entonces, uno de los otros tres monjes le llamó la atención:

–No olvides que no hay que hablar durante siete días, y menos en la sala de meditación.

Indignado, otro de los monjes dijo:

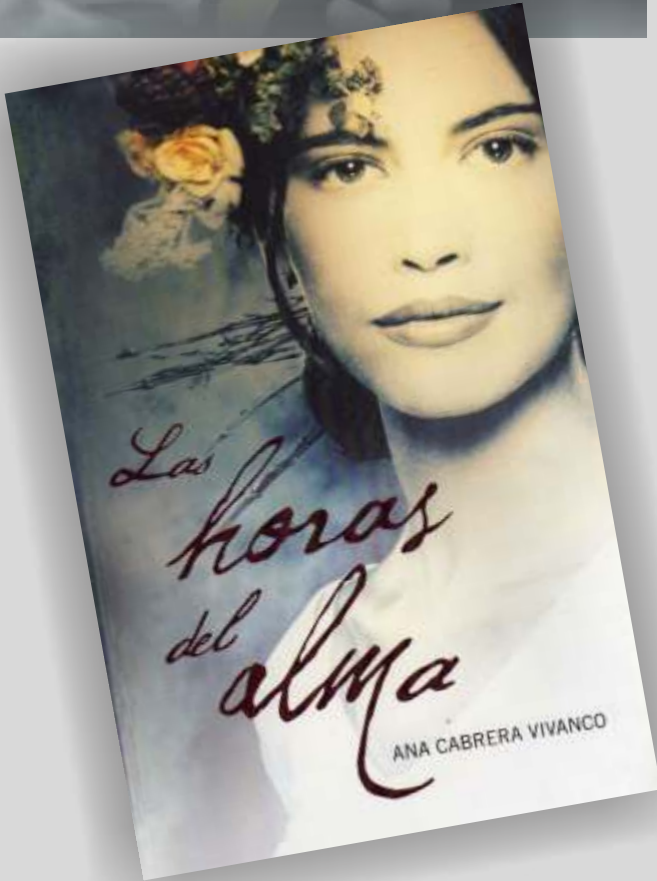
–¡Parece mentira! ¿No recordáis que habéis hecho voto de silencio?

Entonces, el cuarto monje miró recriminatoriamente a sus compañeros y exclamó:

–¡Qué lástima! Soy el único que observa el voto de silencio.

Cuento tibetano
Recopilado por Elena Sabidó





Para los amantes de las sagas familiares bien contadas es todo un placer leer las *Las horas del alma* porque te enamorarás. De sus personajes (son tantos que cuesta elegir), historias y la potente narrativa de su autora, Ana Cabrera Vivanco. Toda una desconocida para mí que me ha llevado por donde ha querido con su espiral de amores, secretos, traumas y decepciones. El árbol genealógico parte de los bastiones de las familias Falcón, Monteagudo y Ulloa, que se van entremezclando durante cien años acompañados de Cuba y su historia.

Es impresionante la capacidad de Ana Cabrera de desmenuzar tal variedad, cantidad y calidad de relaciones sentimentales a lo largo de cinco generaciones. El erotismo y la sensualidad además abunda a raudales entre las parejas, aportando un ingrediente de excitación añadido, que sorprende, porque no llega a empalagar, como suele ser habitual en este tipo de sagas plagadas de protagonistas, que muestran cómo la vida es tan efímera como cambiante, hermosa y, a la vez, decepcionante.

A sus setenta años, Ángela, abandonada en un asilo, es la voz que arranca este puzle de realismo mágico, donde los muertos cuentan y están tan presentes como los vivos, con sus profecías e intuiciones que desparraman escalofríos por la piel del lector. Con tanto vivo y tanto ancestro, es fácil perderse. Consciente de que pocos podrán seguir el hilo con soltura, la escritora inicia su libro con un práctico esquema en el que vemos el laberinto genealógico de las familias con sus correspondientes «enredaderas», en las que, además, tiene el detalle de distinguir y aclarar cuáles son las uniones oficiales y cuáles son las «no legalizadas».

Lo mismo que aborda y describe sensaciones extremas y en estado puro, nos hace fotografías de lugares e instantes que hasta se pueden oler. Tanto, que quienes no conocemos Cuba, no deseamos otra cosa que conocer cuanto antes La Habana y ese mágico malecón cuando cerramos por última vez el libro.

Y no solo es la belleza y la elegancia de lo descrito lo que cautiva en esta obra, porque Ana Cabrera Vivanco le añade un plus de retrato histórico a través de los distintos periodos que vive y sufre Cuba hasta llegar a la revolución de Castro, que impregna –como no podía ser menos– la vida de muchos de sus protagonistas: tanto para emocionarlos como para decepcionarlos y arrojarlos al mar a bordo de balsas donde la huida al territorio yanqui de un familiar se convierte en una trágica deshonra para el entorno que idolatra al comandante.

La fuerza del relato viene refrendada con la experiencia vital y personal de la autora, que vive en España tras verse obligada a abandonar su adorada tierra cubana. Aunque los personajes forman parte de la ficción, Ana Cabrera asegura en varias entrevistas –no he podido evitar la curiosidad de «rastrearla»– que algunos de ellos tienen su origen en parientes propios.

Cautivadora, elegante en una narración que abruma y de manera progresiva, esta novela no gusta, hechiza, enamora. Y por más que muchos lectores hablen de ídolos de la literatura como García Márquez e Isabel Allende cuando se refieren a *Las horas del alma* –ese alma tan vapuleada en tal cantidad de protagonistas–, en este caso la comparación no es odiosa, porque hay que saber hacerlo tan bien como ellos. Y Ana Cabrera puede sin duda alardear de haberlo conseguido.

Cortesía de "El club de lectura El Libro Durmiente" www.ellibroduermiente.org

Edipo y la Esfinge

oculto en el arte



El cuadro de Gustave Moreau es un canto a la verticalidad. A la oposición de fuerzas en ascenso.

Ante Edipo se abre el enigma cósmico representado por la Esfinge, y lo entiende gracias a la sabiduría iniciática. Edipo es el hombre hermético, el que conoce, el centro de la creación. Es un hombre recto, en absoluta verticalidad, la cual refuerza en la roca, recta hacia el cielo, en que se apoya, y en su lanza.

La esfinge de cuerpo de león es vertical también, se percibe su fuerza de ascenso, las alas desplegadas hacia el cielo. Tras ella, otra roca marca la elevación. Solo hay una línea curva en todo el cuadro, su lomo, pero la tensión que transmite hace que también pensemos en el salto hacia arriba. La misma tensión que percibimos en las miradas de los personajes, clavada una en otra, transmitiendo, percibiendo, recibiendo. La leve sonrisa de la esfinge es seductora, atractiva, como la de una mujer que promete e insinúa; pero se enfrenta a la mirada dura, severa, firme, del hombre que no va a ceder, que se mantiene firme en su papel y en su tarea. Porque el *anthropos hermético* es el centro de la creación y no necesita de nada más.

Las alas de la esfinge, alas de águila, están precisamente asociadas a esa constelación y a la de Escorpio, así como al equinoccio de otoño, a la vejez, al declive de la vida, mientras que Edipo es la fuerza, la juventud que todo lo puede. Por eso todo en él es vertical. Sin embargo, las patas de la esfinge se refieren también a la juventud, porque lo son en la representación del principio del año babilónico, el equinoccio de primavera; y la cola indica la posición del Sol en el solsticio de verano, la madurez.

La esfinge recorre y asume todas las etapas de la vida. Todas las dudas, todas las preguntas y todas las tentaciones.

La esfinge, eterna, lleva en sí todas las edades, todas las etapas, porque en todas hay enigmas que es necesario responder. Y vencer.

Y eterno es el Edipo vertical, el que vence, el que conoce su camino, el que se apoya en la roca. El que no deja a su espalda resquicio alguno por el que penetre la duda, la debilidad, la derrota.

Edipo y la Esfinge. El resumen de nuestra vida.

M.^a Ángeles Fernández

SI DANIEL QUIERE SER CIENTIFICO,
ARIADNA POLITICA,
MANOLO MISTICO,
Y YO ARTISTA ¿QUE NOS UNE EN
REALIDAD?



¡OH!

PABLO, IMAGINA LAS CUATRO CARAS DE UNA PIRÁMIDE DESPLEGADAS. PARECE QUE NADA LAS UNE, ¿EH?

¡PTAHOTEP!



SI DESEÁIS SABER QUÉ OS UNE
¿POR QUÉ NO SUBÍS A COMPROBARLO A LA
CIMA DE ESA PIRÁMIDE CADA UNO POR UN LADO?

¡SÍ!

¡AY, AY!

HAY QUE INTENTARLO

¡VAMOS, VAMOS!



DE DONDE YO VENGO LAS NIÑAS NO TIENEN DERECHO A ASISTIR A LA ESCUELA

¡ES INJUSTO!

¡VENGA! ¿POR QUÉ NO HABLO YO A FAVOR DE SUS DERECHOS Y LOS MÍOS?



DE DONDE YO VENGO LAS EXPOSICIONES NO MUESTRAN BELLEZA

¿QUÉ HAGO PARA SOLUCIONAR ESTO?

¿HE CREADO YO BELLEZA ACASO?



DE DONDE YO VENGO LA CIENCIA MIENTE PARA APROVECHARSE LOS UNOS DE LOS OTROS Y ES UN CAOS. ODIÓ ESO. FALTA LA VERDAD ¿POR QUÉ ESPERAR A QUE OTRO LO HAGAN?

¡AAAGHH! ¡NO QUIERO MORIR SIN INVESTIGARLA A FONDO! ¡DE ESO NADA!



DE DONDE YO VENGO HAY GENTE CON ALMA NO BUENA. Y EL RICO NO AYUDA AL POBRE

OH...EL TIEMPO PASA

¿POR QUÉ NO AYUDO YO?



¡WOW!

¡POR FIN HEMOS SUBIDO! AHORA ESTAMOS JUNTOS.

¡QUE BIEN SE VE TODO DANIEL!

¡WOW!


SÍ, PABLO. COMO LA PIRÁMIDE, LA SUMA DE LOS CUATRO ES UNO. NO HAY DISGREGACION SINO UNIDAD. SOLO HAY SEPARACION EN APARIENCIA CUANDO NUESTRA VISION NO ES GRANDE NI ES ELEVADA SINO PEQUEÑA, DESDE ABAJO




¡GRACIAS!

CON ESTA GENEROSA PUESTA DE SOL YA PODRÍAMOS CONCLUIR QUE NADA MALO PUEDE PASARNOS

PORQUE ELIJAMOS EL CAMINO QUE ELIJAMOS DE LOS CUATRO ESTAREMOS SIEMPRE JUNTOS, AHORA QUE SABEMOS QUE NUESTRA FINALIDAD ES HACER EL BIEN





“La vejez se inicia cuando nos levantamos sin metas
y nos acostamos sin esperanzas.”
Belmont

www.revista-esfinge.com