

Coplanet

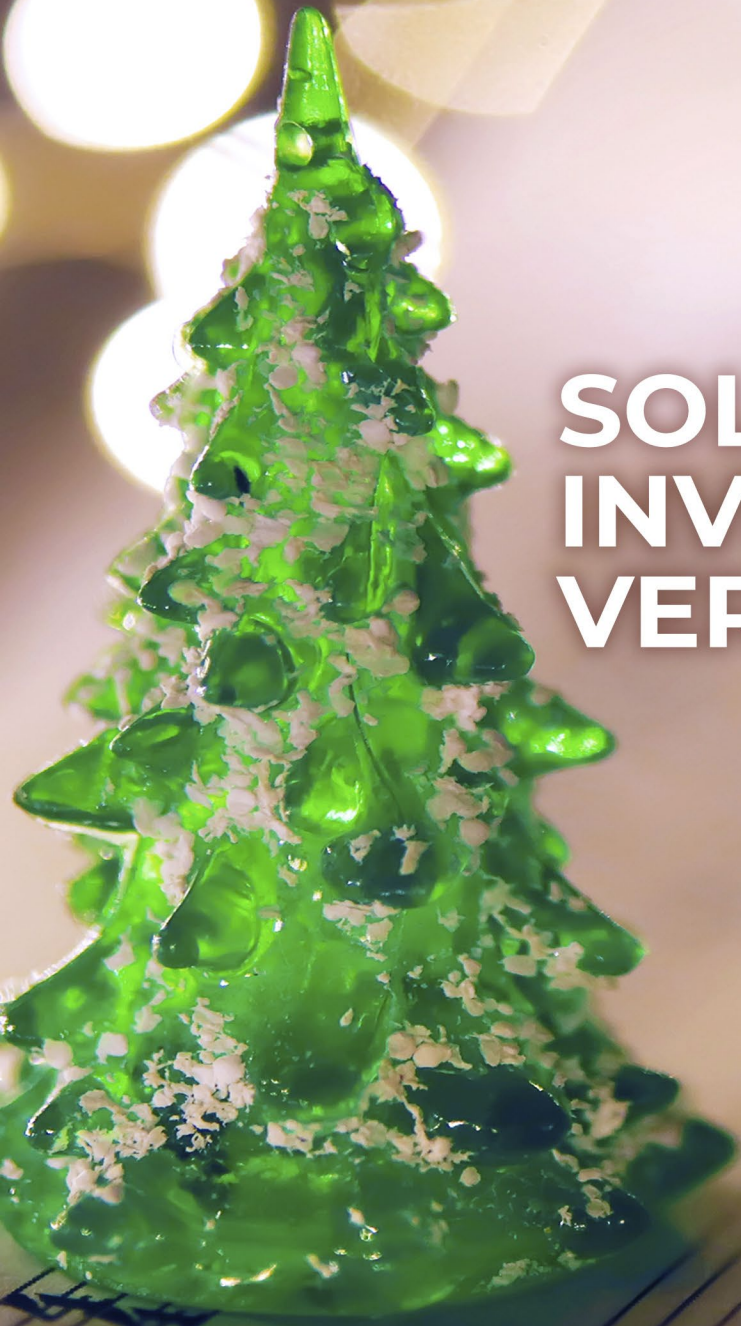
Revista para Desarrollo Humano

www.redgfu.org



No. 12 SEGUNDA ÉPOCA

0º del Macho Cabrío del año LXXV de la N.E. 22 de diciembre de 2022



**SOLSTICIO
INVIERNO BOREAL
VERANO AUSTRAL**

Índice



4

LA ENFERMEDAD, UN DESAFÍO LA MEDICINA AYURVÉDICA

ZAIDA. E. URBINA E.

7

LAS HIERBAS AROMÁTICAS Y ESPECIAS

Nora Nakamura Reyes *

9

EL CONCEPTO MATEMÁTICO DEL TIEMPO

Edgardo Córdova López*

15

CICLOS

Gabriel Aguilera*

18

LA ESTRUCTURA DEL CUERPO Y EL ABDOMEN

Zulay Toro Vivas*

20

TAROT PARA PRINCIPIANTES

Daniel Elías Furman*

22

¿SIGNOS O CONSTELACIONES, CUÁL ES LA DIFERENCIA?

Armando Gómez Moreno*

24

DEL ÁTOMO PRIMIGENIO A LO QUE SOMOS: UNA REFLEXIÓN

Manuel Andrés Escalante*

27

DEBEMOS OCUPARNOS DE LO QUE MENOS NOS OCUPA...

Rafael Giordanelli*

31

AÑO VIEJO Y NAVIDAD VENEZOLANA

Humberto Arcadio Urbina*

36

SED

Prudencio Chacón*

37

ME HE IDO

Edith Suyai Moncada*

38

SI ME HUBIESES AMADO

Edith Suyai Moncada*

COPLANET

No. 12 SEGUNDA ÉPOCA

0º del Macho Cabrío del año LXXV de la N.E.
(22 de diciembre de 2022)

SOLSTICIO

INVIERNO Boreal / VERANO Austral

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

H. Consejo Mundial (HCOMUN)
Departamento Editorial Coplanet
Presidencia:

Andrea Cossani (Sudamérica Austral)
Andrea Cortez (Sudamérica Ecuatorial)
Carolina Jiménez (Centroamérica)
Sotero Herrera López (Norteamérica Norte)
Edgardo Córdova L. (Norteamérica Centro)
Miguel Ángel Mora (Norteamérica Sur)
Roger Fontaine (Europa)

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

Diseño y Formación: Angelina Jiménez
(México)

Derechos Reservados

www.redgfu.org

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

Departamento Editorial COPLANET

EDITORIAL

Este último trimestre del año 2022 y duodécima edición de nuestra revista Coplanet de este nueva época ofrecemos, como siempre, artículos de gran interés científico-filosófico y literario así como algunos de carácter esotérico. Seguimos manteniendo una tónica de originalidad y buen gusto en nuestras publicaciones. Hemos logrado formar una infraestructura bibliográfica estable al contar con articulistas de calidad y estabilidad, así como un compromiso literario con esta Revista electrónica. Es de agradecer a nuestros articulistas este compromiso. También es bueno informar que casi cada trimestre se suman nuevos autores, esperamos que éstos sigan colaborando con nosotros y formen parte de nuestra plantilla de autores asiduos. El HCOMUN agradece a todos esta buena disposición.

Por otro lado, deseamos invitar a nuestros lectores para que participen con comentarios a una o a varias de las publicaciones, que permitan una retroalimentación de nuestros articulistas. Estos comentarios podrían ser publicados en la siguiente edición para lograr el efecto que deseamos. Favor de enviar sus comentarios a nuestro correo electrónico editorialredgfu@gmail.com

Estamos por vivir una Navidad más, aunque pareciera una tradición religiosa de cada año, es en realidad una tradición iniciática, llena de símbolos y ritos planetarios. El hecho de que nuestro Sol resurja desde su máxima declinación al sur y comience a ascender como un despertar, como un nacimiento que ocurre cada año, nos hace pensar en el nacimiento del Cristo, que no es un personaje, sino un estado de la consciencia que se caracteriza por la altura espiritual lograda. Estas evidencias astronómicas han sido observadas desde tiempos inmemoriales y han surgido diversas versiones de carácter místico, religioso o incluso mágico. Lo bello de estas fechas es que cada quien lo asimila según su cultura, su formación, sus convicciones y su capacidad de comprensión y lo celebramos de acuerdo a nuestras costumbres familiares o a nuestra propia manera de concebir lo que denominamos la Navidad. En estas fechas nos reconcilamos, nos sentimos hermano de todos, fortalecemos la lazos de amistad, nos abrazamos y nos deseamos con auténtica convicción lo mejor para nuestros amigos y familiares. Tal vez en las culturas ajenas a la tradición judeo-cristiana lo celebren de otra manera o tal vez no lo celebren, pero aun así esta vibración que emana nuestro Sol en su retorno ascendente, luego de haber “muerto” simbólicamente y haber estado en aparente reposo por tres días, nos llega a todos y todos tenemos la oportunidad de aprovecharlo. Así que Feliz Navidad y hagamos valer esta oportunidad para el crecimiento de nuestra consciencia.

Ya preparamos los nuevos proyectos de este H. Consejo Mundial para el año 2023. Esperemos nos sigan apoyando y recuerden que nuestro eslogan es: “Si ganamos, ganamos todos” no sólo en recursos materiales, sino en conocimientos, en participación, en logros, en crecimiento de nuestra noble institución.

Departamento Editorial-HCOMUN de la RedGFU

SALUD



LA MEDICINA AYURVÉDICA

“La Ciencia de la vida”

Primera parte

ZAIDA. E. URBINA E.

En esta oportunidad, continuando con temas de salud, tocaremos una filosofía de vida, muy importante como lo es, la medicina Ayurvédica, o “ciencia de la vida” que es el sistema médico tradicional practicado en la India desde hace más de cuatro milenios. Al igual que la medicina tradicional china, el Ayurveda es una ciencia holística que considera al ser humano en su totalidad (cuerpo, mente y espíritu). El Ayurveda combina el empleo de plantas, una nutrición apropiada, una purificación y ante todo, una forma de vida positiva para mantener la armonía y el equilibrio entre la mente y el cuerpo como lo hace el Yoga. Es decir, que pone especial atención en la prevención de la enfermedad más que en la curación de los síntomas específicos como la causa.

Esta ciencia, comprende en sus enseñanzas medicina, filosofía y estilo de vida. La misma ya tiene cinco mil años y su origen se remonta a los escritos de los Vedas como menciona Mariam Ali Gago en su artículo “Taller ayurveda”, siendo la literatura más antigua que existe en el mundo. El Ayurveda considera al hombre en su totalidad y pone énfasis en el plano físico, la mente, el espíritu y también en el ambiente en que vive; ve al hombre como un microcosmos que es, a la vez, espejo del macrocosmos y, por lo tanto, lo que acontece al hombre acontece al universo y



viceversa; a través de los principios llamados Tridosha se restablece la salud del individuo.

Dentro de su sistema de vida la medicina Ayurveda considera que cada uno de nosotros tenemos un cuerpo, una mente con su respectiva naturaleza dentro de su funcionamiento y para que este sistema funcione existen lo que ellos denominan Tridosha, estos se manifiestan por los Prakriti (constitución psicofísica); de las tres energías llamadas Tridoshas: Vata, el flujo la que distribuye, Pita, la energía (bilis) la que transforma y Kapa, la estructura, la que crea a través de los humores.

A partir del éter y el aire, se manifiesta el principio corpóreo del aire llamado vata. (En la terminología sánscrita, este principio se le conoce como vata-dosha). Los elementos fuego y agua se manifiestan juntos en el cuerpo como el principio de fuego llamado pitta. La tierra y el agua se manifiestan como el humor del agua llamado kapha. Estos tres elementos -vata, pitta y kapha- gobiernan todas las funciones biológicas,

psicológicas y patológicas del cuerpo, la mente y la conciencia. Estas Actúan como constituyentes básicos y barreras protectoras del cuerpo, en su condición fisiológica normal. Cuando están desequilibrados, contribuyen al proceso de la enfermedad.

La tridosha es la responsable de las "necesidades naturales" y preferencias individuales en cada comida: sabor, temperatura y demás. Ella gobierna la creación, mantenimiento y destrucción de tejidos, la eliminación de desperdicios del cuerpo. También es responsable del comportamiento psicológico, por lo que incluye emociones como miedo, furia, avaricia y las más altas como comprensión, compasión y amor. Es decir, que la tridosha es la base de la existencia psicosomática del hombre.

La constitución básica de cada

individuo se determina en la concepción. En el momento de la fertilización, la unidad masculina, el espermatozoide, que se une con la unidad femenina, el óvulo. Es en esta unión, que la constitución del individuo se determina debido a las permutaciones y combinaciones del aire, fuego, agua y tierra en el cuerpo de los padres.

En general, hay siete tipos de constituciones: 1) vata, 2) pitta, 3) kapha, 4) vata-pitta, 5) pitta-kapha, 6) vata-kapha, 7) vata-pitta-kapha. Entre estos siete tipos generales, hay innumerables variaciones sutiles que dependen de la proporción de vata, pitta y kapha que exista en la constitución.

Cada elemento encuentra su representación en la mano: el pulgar corresponde al Éter, el índice al Aire, el medio al Fuego, el anular al Agua y el meñique a la Tierra. De la misma manera, encontramos estos elementos en todo nuestro cuerpo y cuando la energía no puede fluir libremente, a causa de un problema físico o mental, se crea un desequilibrio que a lo largo del tiempo se puede convertir en enfermedad.

Así como la medicina tradicional china considera también a los 5 elementos la prevención y la causa de los desequilibrios energéticos, la medicina ayurveda profundiza en ellos y como puede originarse la enfermedad originalmente en la conciencia y luego manifestarse en la mente: La semilla de la enfermedad puede estar en el subconsciente más profundo en forma de furia, miedo o dependencia.

Estas emociones se manifiestan en el cuerpo a través de la mente. El miedo reprimido creará desequilibrio de vata; la ira contenida causará un exceso de pitta; la envidia, la dependencia y la avaricia agravarán kapha. Estos desarreglos de la tirdosha afectarán la resistencia natural del cuerpo (El sistema

inmunológico, agni) que queda susceptible a la enfermedad.

Para concluir, como persona y profesional de la salud, es importante dejar una reflexión al respecto: "Todos los seres humanos de alguna manera somos causa de generadora de todo proceso, pero que, si somos más conscientes de ello, podremos mejorar nuestra salud notablemente para que, de manera preventiva, vayamos trabajando en trillar el sendero como lo expresó el Sublime hermano mayor, buscando ese camino hacia la liberación. En un estado más conscientes de nuestros pensamientos y emociones.

Agradecimientos:

Muy agradecida infinitamente a todos los que han dado un gran aporte a la ciencia por la buena salud

Referencias:

- Ayurveda, un estilo de vida más saludable vivir mejor y amar
- Ayurveda: la ciencia de curarse a uno mismo

* Acerca del Autor: Fisioterapeuta. Acupuntor. Naturópata. Homeópata. Profesora de yoga. Procedente de La Victoria. Estado Aragua. Venezuela



LAS HIERBAS AROMÁTICAS Y ESPECIAS

Nora Nakamura Reyes *



Las plantas aromáticas han sido cultivadas por el hombre desde tiempos inmemorables con el objetivo de mejorar el sabor de las comidas y perfumar el medio ambiente. A cualquier comida le da un toque especial y un sabor único en cada platillo. El uso de las especias y hierbas aromáticas han formado parte de nuestra historia y costumbres, y se han empleado en todas las cocinas del mundo. Las especias y hierbas de olor han sido consideradas tesoros en la antigüedad, además de aportar sabores y olores. Las especias y hierbas son el secreto del éxito en la comida, ya que trabajamos los sentidos de la vista, el olfato, el gusto. Las especias y hierbas aromáticas son los elementos de la alquimia de la cocina, ya que realzan y dan vida a nuestros platillos. La comida consiste en disfrutar en una mesa donde pasamos momentos más felices con nuestros seres queridos. Las especias y hierbas son una opción o sustituto para realzar y refinar el sabor, el aroma, el color y también reducir la sal y aparte son buenas para la salud ya

que muchas de ellas tienen propiedades terapéuticas. Gracias a sus capacidades terapéuticas es recomendable combinarlas en pequeñas cantidades. La variedad de especias y hierbas aromáticas es un lenguaje mediante el cual se puede expresar armonía, felicidad, belleza, magia, amor y cultura. Las hierbas de olor son el secreto del éxito en la comida ya que gracias a ellas nuestra comida es deliciosa y es un reflejo de nuestra personalidad que transmitimos a los platillos. El sabor es la clave para disfrutar de todos los alimentos que preparamos, siendo las hierbas y especias aliadas para cumplir tan importante función. Las especias y las hierbas aromáticas ayudan a tener una buena alimentación por eso es fundamental conocer sus beneficios y propiedades. Las propiedades terapéuticas y curativas que ayudan a mejorar las enfermedades y prevenir problemas de salud. Las hierbas y especias se utilizan en: Bebidas, jabones, dulces, pomadas medicinales, tés, infusiones, shampoo, cremas para el cuerpo, inciensos, perfumes.

Las hierbas aromáticas y especias contienen aceites esenciales que se obtienen de: Flores, brotes, raíces, resinas, semillas, hojas, frutos, corteza, cáscaras.

BENEFICIOS DE ALGUNAS ESPECIAS O PLANTAS

- **ALBAHACA:** favorece la digestión, propiedades farmacológicas, tranquilizante.
- **ARNICA:** anticéptico y antiinflamatorio
- **CILANTRO:** antiespasmódicas, antibactericidas.
- **ENELDO:** alivia insomnio, mejora la digestión, cura la diarrea.
- **EPAZOTE:** mejora digestión, tiene efecto antiinflamatorio, antiespasmódico y antibacterial.
- **LAUREL:** alivia digestiones pesadas, previene acidez, reduce glucosa, colesterol, estrés y ansiedad.
- **OREGANO:** antiinflamatorio, antiespasmódico, mejora la circulación, expectorante, estimula la bilis y elimina estreñimiento.



- **GINSENG:** aumenta la energía, ayuda al sistema cardiovascular, energizante físico, mental y sexual.
- **CLAVO:** es antioxidante, analgésico, antiséptico, ayuda sistema digestivo, antiséptico bucal.
- **CÚRCUMA:** analgésico, alivia dolores y articulaciones, salud al hígado, aumenta la energía.
- **JENGIBRE:** antioxidantes y antiinflamatorio, reduce el colesterol, alivia dolores articulaciones, antigripal, mejora la circulación sanguínea, elimina acidez.
- **COMINO:** alivia infecciones urinarias, elimina la anemia, mejora la digestión, dolores menstruales.
- **CANELA:** regula la circulación y el azúcar en la sangre, mejora la digestión, ayuda al sistema cardiovascular.
- **Minerales como el hierro, cobre, zinc, magnesio, potasio, yodo.** Además las hierbas aromáticas y especias, permiten agregar múltiples vitaminas, E, A, C, K, B1, B2, Previenen el cáncer porque van alcalinizando y eliminando la acidez del organismo

* Acerca del autor: Terapeuta Holística, Instructora de Chi Kung, como Medicina Alternativa, Experta en Cocina Vegetariana y promotora de las disciplinas acuarianas. Originaria de Morelia, Mich



EL CONCEPTO MATEMÁTICO DEL TIEMPO

Edgardo Córdova López*

"El tiempo, el espacio y la casualidad son como el cristal a través del cual se ve lo absoluto... En lo absoluto no hay ni tiempo, ni espacio, ni casualidad."

Swami Vivekanand

Isaac Newton intentó definir matemáticamente el tiempo, no lo consiguió, hubo que esperar al menos cuatro siglos; sin embargo, él dio un gran impulso a la ciencia que se había quedado estancada desde que los griegos formularon sus hipótesis acerca del tiempo y del espacio. Desde el siglo XVII se concibió la seductora falacia de que el tiempo era absoluto. Ahora sabemos con suficientes argumentos, que es relativo; las mediciones del tiempo dependen del estado de movimiento del observador. En el presente artículo trataremos de manera elemental los principales conceptos que se han generado acerca del tiempo y del espacio, así como sus implicaciones físicas y matemáticas. No se trata de lograr una definición precisa, porque, de hecho, aún no hemos llegado a ese nivel; sino de exponer los postulados básicos de la física clásica y de la relativista que hasta ahora los científicos nos han legado.

INTRODUCCIÓN

Conceptuar el tiempo siempre ha resultado una misión compleja. Desde los tiempos de Aristóteles, los filósofos y los matemáticos siempre se preguntaron qué es el tiempo y cuál es su relación con el universo o con el espacio. Sin embargo, en aquella época no fue posible lograr una respuesta satisfactoria, ya sea matemática o

filosófica, el concepto de tiempo y su relación con el espacio. Hubo que esperar hasta el siglo XVII, para que figuras como Galileo, Kepler y Newton establecieran los antecedentes físicos y matemáticos de lo que ahora conocemos como teoría de la relatividad, en la que Einstein y otros grandes científicos del siglo XX desempeñaron un papel fundamental. Se ha establecido que el tiempo junto con el espacio tridimensional forman un sistema tetradimensional, en el que existe todo lo que es posible que exista en el universo, lo que ha implicado diversos conceptos tanto físicos como matemáticos, tales como el universo curvo y en expansión, el big-bang, el tiempo no absoluto, etc.; y así se han generado diversas teorías que tratan de explicar los diferentes fenómenos de la naturaleza del espacio-tiempo, aunque muy pocas han tenido la trascendencia y la aceptación de la comunidad científica. Actualmente, se tienen diferentes teorías con un respaldo matemático sólido como para ser dignas de tomarse en cuenta. Es tal la audacia de algunas de ellas, que hasta pareciera que invaden el mundo de lo fantástico.

Naturalmente, en el presente artículo se omitirán, por razones prácticas, ecuaciones matemáticas y teoremas o demostraciones que hagan la lectura pesada; más bien, se intentará describir, como objetivo central de este artículo, qué es el tiempo desde el punto de vista de la relatividad y cómo ha ido evolucionando este concepto a través de las diferentes épocas, desde Newton hasta Stephen Hawking, así como la inevitable relación que tiene con el universo y su posible origen y fin.

¿QUÉ ES EL TIEMPO?

No es difícil de explicar el tiempo absoluto del sentido común desde el punto de vista genético. Hasta el descubrimiento de la finitud de la velocidad de la luz en 1675 por el astrofísico Romer, se consideraba como natural que los acontecimientos sucedieran en el preciso instante en que se les veía. Este juicio casi intuitivo fue aplicado por igual tanto a los sucesos estelares como a los ocurridos sobre la Tierra. Los físicos y astrónomos trataron de dar una descripción completa de los fenómenos y sus leyes, empleando la idea adicional de un espacio absoluto de tres dimensiones, o sea, el euclidiano.

Ni a Newton ni a sus sucesores les pareció que el

descubrimiento de la finitud de la velocidad de la luz validara de la idea física de un tiempo absoluto. Dijo Newton en el primer capítulo de sus célebres Principios:

“El tiempo absoluto, verdadero y matemático, por sí mismo y por naturaleza propia, fluye regularmente, sin consideración a ninguna cosa externa y por otro nombre se llama duración; el tiempo relativo, aparente y común, consiste en una medida sensitiva y externa de tiempo, más o menos, por el movimiento”. [1]

Este tiempo relativo de Newton corresponde, de hecho, al tiempo cualitativo, la verdadera relatividad del tiempo estaba aún pendiente.

Ahora nos es claro que la noción intuitiva “tiempo absoluto” perdió su fuerza primitiva en el momento en que la observación de Romer sobre los satélites de Júpiter probó la finitud de la velocidad de la luz. Pero el mundo científico de Newton y sus sucesores siguieron ciegos y no se dieron cuenta de la verdadera situación. Sólo el gran matemático y filósofo Leibniz rehusó aceptar este concepto y afirmó que el tiempo es una entidad relativa y demostró la relatividad del tiempo (y del espacio) empleando su “principio de la razón suficiente”. De acuerdo con este principio, Dios no se servirá del tiempo absoluto porque siempre elige sólo lo mejor; y en el tiempo absoluto no hay ninguna diferencia entre los distintos instantes. [2]

La mecánica clásica de Galileo y Newton empezó a modificarse cuando Faraday hizo sus descubrimientos electromagnéticos. Faraday concibió en todo el espacio, fuerzas eléctricas y magnéticas con interrelaciones íntimas. Para su comprensión inventó el éter electromagnético o espacio en que se desarrollan estas fuerzas. Mientras que el espacio absoluto de Newton admite una velocidad de movimiento de traslación uniforme, el éter de Faraday no la admite. Sin embargo, experimentos muy cuidadosos de Michelson y de Morley en 1887 para determinar la velocidad de la Tierra en el éter condujeron a resultados negativos, es decir, mostraron que esta velocidad es siempre nula. R. Tomaschek repitió el experimento de Michelson-Morley, usando la luz de una estrella; D. C. Miller también efectuó el experimento, pero utilizó la luz solar. Si la velocidad de la fuente (debido a los movimientos de rotación y traslación con respecto al interferómetro) influyera en la velocidad de la luz, se deberían observar cambios complicados en el patrón de interferencia. Estos efectos no se

observaron en ninguno de los experimentos. Sin embargo; en 1905 en un famoso artículo publicado, Einstein señaló que la idea del éter era totalmente innecesaria, con tal de que se estuviera dispuesto a abandonar la idea de un tiempo absoluto. Una proposición similar fue realizada unas semanas después por un destacado matemático francés, Henri Poincaré, que había estudiado el problema desde un punto de vista puramente matemático.

De los resultados inesperados de Michelson y Morley siguió inevitablemente un ulterior desarrollo de las nociones físicas de tiempo hacia las de la relatividad especial de Lorenz y Einstein, pero antes de considerarlas, examinaremos un poco más en detalle la naturaleza abstracta del tiempo absoluto y el universo ideal correspondiente a su historia peculiar. Se puede caracterizar cualitativamente el concepto de tiempo absoluto con los siguientes postulados:

1. Existe una clase E de elementos ("instantes"): A, B, C...
2. Si $A < B$, es decir, si A precede a B, entonces A diferente de B.
3. Si A diferente de B, entonces $A < B$ o $B > A$.
4. Si A diferente de B, entonces $A < B$ y $B > A$ es imposible.[3]
5. Si $A < B$ y $B < C$, entonces $A < C$.
6. Existe para cualesquiera A y B ($A < B$) un C tal que $A < C < B$.
7. Para toda sucesión doble: $A_3 < A_2 < A_1 < \dots < B_3 < B_2 < B_1$, los elementos X tales que $A_i < X < B_j$ (i y j reales) constituyen un intervalo, ya sea un solo elemento si $A = X = B$ o una clase de elementos si $A < B$.

Notemos que el último postulado afirma que una serie de intervalos (A_n, B_n) incluye (A_{n-1}, B_{n-1}) en su interior, $(n=1, 2, \dots)$ tiende siempre a un intervalo límite.

Es posible demostrar que un sistema de elementos A, B, ... con una relación $<$, que obedezca a estos postulados, puede representarse por los puntos de una línea recta infinita. Los siete postulados parecen ser muy naturales y evidentemente sirven para definir al tiempo absoluto desde el punto de vista cualitativo.

El universo ideal de Newton, basado en la idea de tiempos absolutos y de cuerpo rígido, nos da una

primera aproximación notable de nuestro universo actual. Al astrónomo, este universo ideal le parece sobre todo rígido por la ley de la gravitación universal de Newton. Si se restringe la atención al caso sencillo de n partículas o puntos materiales de masa m_1, m_2, \dots podemos escribir en sus rasgos generales la historia completa, futura y pasada del sistema.

Los resultados experimentales de Michelson y Morley nos indican, ni más ni menos, que en la naturaleza el espacio y el tiempo admiten un tipo nuevo de relatividad no sospechado, el de relatividad restringida o especial de Einstein (1905). Desde el punto de vista del astrónomo, con su reloj y su telescopio, el modelo inmediato y sencillo que presenta el universo de las estrellas es uno en el que todas éstas juegan un papel en apariencia idéntico. De acuerdo con este modelo, parece muy razonable que exista una relatividad en el espacio-tiempo correspondiente que no permita distinguirlas entre sí como objetos físicos; y esta relatividad explica los experimentos de Michelson y Morley. Además, el matemático Minkowski (1908) vio que las ecuaciones fundamentales del campo electromagnético están de acuerdo con la nueva relatividad. Los postulados del "tiempo local", ideado por Lorenz y que están incluidos en la relatividad restringida, se pueden resumir de la siguiente manera:

1. En coordenadas conformes relativas t, x, y, z de una partícula o incluso de una estrella (t mide el tiempo local; x, y, z miden su espacio propio), toda partícula y todo rayo de luz se mueve en líneas rectas con velocidades uniformes.
2. La velocidad de la luz es siempre una constante c, que tomamos por 1, puesto que el segundo-luz (aproximadamente 300000 km.) es la unidad de distancia. La velocidad de una partícula cualquiera es siempre menor que $c=1$.
3. Las marchas de relojes idénticos que miden los tiempos locales s, con respecto a una partícula cualquiera, no varían y dependen sólo de la velocidad relativa

de la partícula observada. Si estos postulados son ciertos, se obtiene la fórmula fundamental de la teoría: $ds^2 = dt^2 - dx^2 - dy^2 - dz^2$; en donde ds es el elemento de tiempo local de la partícula entre dos sucesos próximos con coordenadas t, x, y, z que difieren en dt, dx, dy, dz , respectivamente.[4]

Pero en tal universo astronómico el concepto de la simultaneidad absoluta, que implica la noción de tiempo absoluto, carece de fundamento. De igual manera desaparece el concepto de cuerpo rígido que fue un instrumento fundamental en la física clásica. En verdad, aún hasta hoy no se ha podido hallar ningún instrumento que pueda reemplazarlo en la física moderna. Por ejemplo, en la física clásica se puede concebir una esfera rígida cargada de electricidad con una cierta intensidad. Ningún concepto análogo se halla en la relatividad especial, aunque existan cuerpos más o menos rígidos.

Es importante observar que en tal universo es posible definir un tipo de tiempo cósmico. El caso más simple es en el que n partículas de masas naturales m_1, m_2, \dots, m_n se mueven en trayectorias rectilíneas con velocidades uniformes. Es fácil

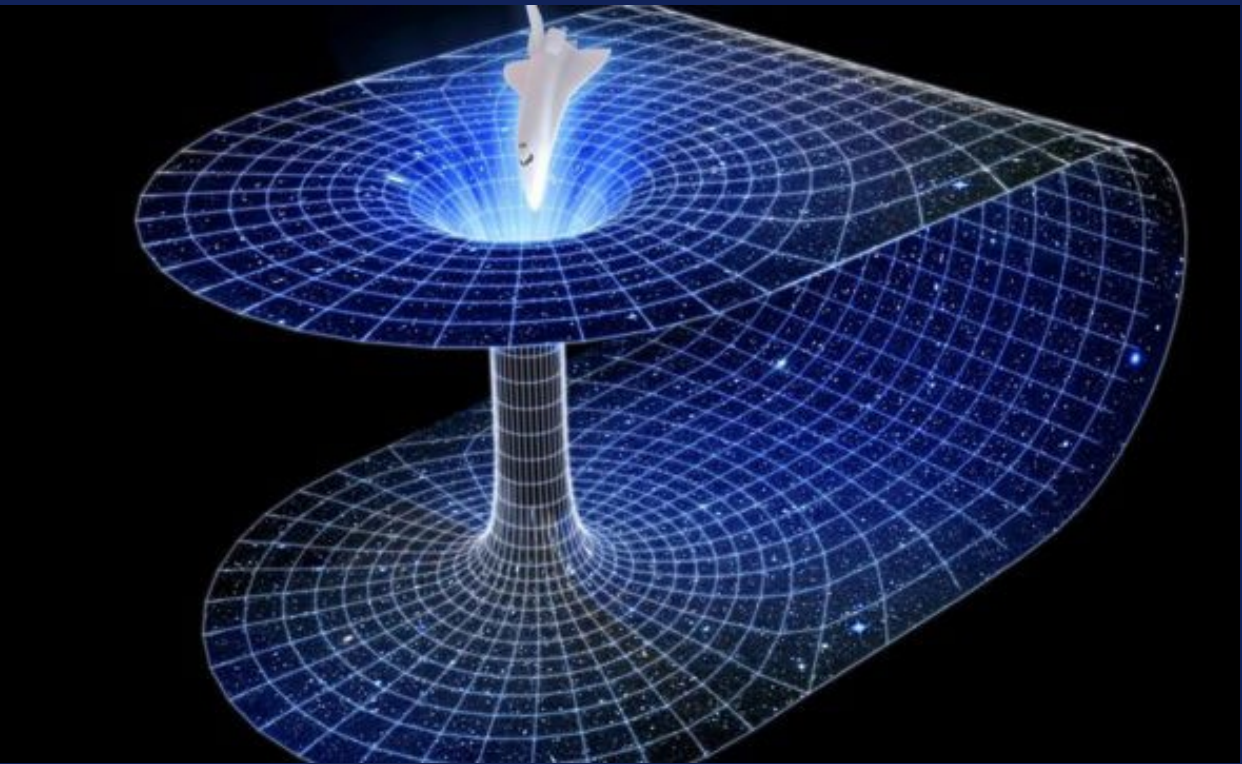
demostrar que, en este caso, existe una única partícula ideal I , que es el centro de gravedad exacto del sistema. Evidentemente se define así un "tiempo cósmico" único y conveniente.

En el fondo, el espacio-tiempo de la relatividad especial no presenta ningún misterio y constituye un sistema consistente y completo. En la actualidad este tipo de relatividad es aceptada por todos los que trabajan en el campo del electromagnetismo. Desgraciadamente no existe hasta ahora, en esta teoría, ninguna explicación de los fenómenos de gravitación que esté de acuerdo con ella. [5]

¿Cómo es el universo que corresponde al espacio-tiempo de la relatividad restringida? En el caso más sencillo, el universo contendrá n masas o puntos de magnitudes m_1, m_2, \dots, m_n . Para velocidades relativas moderadas, se comportarán las masas, en primera aproximación, como si estuvieran de acuerdo con la ley de gravitación de Newton. Entonces, esperaríamos que el desarrollo de nuestro universo no difiriera mucho de lo predicho en la teoría clásica. Pero con respecto al centro de gravedad I y su tiempo cósmico, los relojes locales de las partículas (estrellas) en retroceso parecerían desplazarse más despacio que el del centro de masa I .

Existe un inconveniente práctico, consecuencia directa de la teoría de la relatividad, y es el del sistema de coordenadas espacio-tiempo, es imposible imaginar un espacio tetradimensional. A menudo se usan sistemas de coordenadas bidimensionales, por lo cómodo que resultan, en la que una de ellas representa el tiempo y la otra, una de las dimensiones del espacio. Las otras dos se ignoran o bien una más de ellas se incluye en perspectiva, aunque, naturalmente, estos complejos conceptos se tratan más bien, de manera teórica. Otra implicación importante del concepto relativista es el siguiente: De acuerdo con los estudios de Maxwell, sus ecuaciones predecían que la velocidad de la luz debería de ser la misma cualquiera que fuese la velocidad de la fuente, lo que ha sido confirmado por medidas muy precisas. De ello se desprende que, si un pulso de luz es emitido en un instante concreto, en un punto particular del espacio, entonces conforme va transcurriendo el tiempo, se irá extendiendo como una esfera de luz cuyo tamaño y posición son independientes de la velocidad de la fuente. Después de una millonésima de segundo, la luz se habrá esparcido formando una esfera con un radio de 300 metros; después de dos millonésimas de segundo, el radio será de 600 metros y así sucesivamente.





Otra predicción de la relatividad general es que el tiempo debería transcurrir más lentamente cerca de un cuerpo de gran masa como la Tierra. Ello se debe a que existe una relación entre la energía de la luz y su frecuencia: cuanto mayor es la energía, mayor es la frecuencia. Cuando la luz viaja hacia arriba en el campo gravitatorio terrestre, pierde energía y, por tanto, su frecuencia disminuye. A alguien situado arriba le parecería que todo lo que pasa abajo, en la Tierra, transcurre más lentamente. Esta predicción fue comprobada en 1962, usando un par de relojes muy precisos instalados en la parte superior e inferior de un depósito de agua. Se encontró que el de abajo, que estaba más cerca de la Tierra, iba más lento, de acuerdo exactamente a la relatividad general. La diferencia entre relojes a diferentes alturas de la Tierra es, hoy en día, de considerable importancia práctica debido al uso de sistemas de navegación muy precisos, basados en señales provenientes de satélites. Si se ignoran las predicciones de la relatividad general, la posición que se calculara tendría un error de ¡varios kilómetros! [6]

Las leyes de Newton del movimiento acabaron con la idea de una posición absoluta en el espacio. La teoría de la relatividad elimina el concepto de un tiempo absoluto. La paradoja de los gemelos es clara para ilustrar este concepto. Consideremos unos gemelos, supongamos que uno de ellos se va a vivir a la cima de una montaña, mientras que el otro permanece al nivel del mar. El primer gemelo envejecerá más

rápido que el segundo. Así, si volvieran a encontrarse, uno sería más viejo que el otro. En este caso la diferencia de edad sería muy pequeña, pero sería mucho mayor si uno de los gemelos fuera de viaje en una nave espacial a la velocidad cercana a la de la luz. Cuando volviera, sería mucho más joven que el que se quedó en la Tierra, pero claro, esto es sólo una paradoja. En la teoría de la relatividad no existe un tiempo absoluto único, sino que cada individuo posee su propia medida, personal del tiempo, que dependerá de dónde está y de cómo se mueve."

Antes de 1915, se pensaba en el espacio y en el tiempo como si se tratara de un marco fijo en el que los acontecimientos tenían lugar, pero que no estaba afectado por lo que en él sucediera. Esto era cierto incluso en la teoría de la relatividad espacial. Los cuerpos se movían, las fuerzas atraían y repelían, pero el tiempo y el espacio simplemente continuaban, sin ser afectados por nada. Era natural pensar que el espacio y el tiempo habían existido desde siempre. La situación es muy diferente en la teoría de la relatividad general. En ella el espacio y el tiempo son cantidades dinámicas: cuando un cuerpo

se mueve o una fuerza actúa, afecta la curvatura del espacio y del tiempo y, análogamente, la estructura del espacio-tiempo afecta al modo en que los cuerpos se mueven y las fuerzas actúan, es decir, el espacio y el tiempo no sólo afectan, sino que también son afectados por todo aquello que sucede en el universo.

En las décadas siguientes al descubrimiento de la relatividad general, estos nuevos conceptos de espacio y tiempo iban a revolucionar la imagen del universo. La vieja idea de un universo inalterable que podría haber existido y que podría continuar existiendo por siempre, fue reemplazada por el concepto de un universo dinámico, en expansión, que parecía haber comenzado hace cierto tiempo finito y que podría acabar en un tiempo finito en el futuro.

Hubble y Friedmann, trabajando independientemente observaron que el universo se está expandiendo, pues las características espectrales de todas las galaxias observadas eran las mismas; aún más, se alejan de nosotros a una velocidad directamente proporcional a la distancia a que se encuentran, es decir, cuanto más lejos está una galaxia a mayor velocidad se aleja de nosotros. Las conclusiones de Friedmann comparten el hecho de que en algún tiempo pasado (entre diez y veinte mil millones de años) la distancia entre galaxias vecinas debió haber sido cero; en ese instante, que se conoce como el big-bang, la densidad del universo y la curvatura del espacio-tiempo habrían sido infinitas. Aunque matemáticamente esto no tiene sentido, como teoría es consistente imaginar tales argumentos, si además son verificados por las observaciones de los físicos y de los astrónomos; sin embargo, hay que reconocer que aun en la actualidad no se cuenta con algún modelo del universo que explique sin incertidumbre qué es el tiempo, qué el espacio y cuál es el origen del universo. Es muy probable que, con las técnicas modernas de investigación, los científicos nos tengan una respuesta antes de que concluya el primer siglo de este nuevo milenio.

COMENTARIOS FINALES

En realidad, no se tiene una certeza absoluta de los diferentes conceptos que los científicos han aportado. Si aceptamos como correcta la teoría de la relatividad, también debemos sospechar que aun cuando los postulados predichos por

ella tengan un respaldo matemático, esto no deja de pertenecer a lo que llamamos realidad y sabemos que en la realidad TODO es relativo, incluso las matemáticas. Así que, desde este punto de vista, es probable que el tiempo sea una creación mental, no de los humanos, sino de todo el conjunto de posibilidades mentales que puedan existir en el universo. Esto equivale a afirmar que el tiempo no existe, lo que implicaría que el espacio tampoco. Aun cuando esta aseveración parece muy aventurada; es, sin embargo, congruente con la propia teoría relativista. Aunque esto implique reflexionar, con verdadera ciencia, en un origen divino de todas las cosas.

BIBLIOGRAFÍA

- Birkhoff, George David. Collected Mathematical papers, Vol. II. Dover Publication, Inc. New York.
- Einstein, Albert. Sobre la Teoría de la Relatividad, Sarpe ed. 1985. Madrid, España.
- Resnick, Robert. Introducción a la Teoría de la Relatividad, Ed. Limusa, S. A. 1981, México. D. F.
- Morris, Richard. Las Flechas del Tiempo, Biblioteca Científica SALVAT; 1986, Barcelona, España.
- Capra, Fritjof, El Tao de la Física. Luis Cárcamo Editor, 1984; Madrid, España.
- Hawking, Stephen. Historia del Tiempo, Ed. Crítica (Grupo Ed. Grijalbo).
- Duncan, Ronald y Weston-Smith, Miranda (Compiladores). Enciclopedia de la Ignorancia. CONACYT-Fondo de Cultura Económica; 1987, México, D. F.
- Sagan, Carl. Cosmos, Ed. Planeta: 1982, Barcelona, España.
- Allen, Christin y Miguel Ángel Herrera. El Principio y fin del Universo (Artículo) parte IV, Ciencia y Desarrollo, Ene-Feb. 1989, Vol. XIV, Núm. 84, CONACYT, México, D. F.

NOTAS:

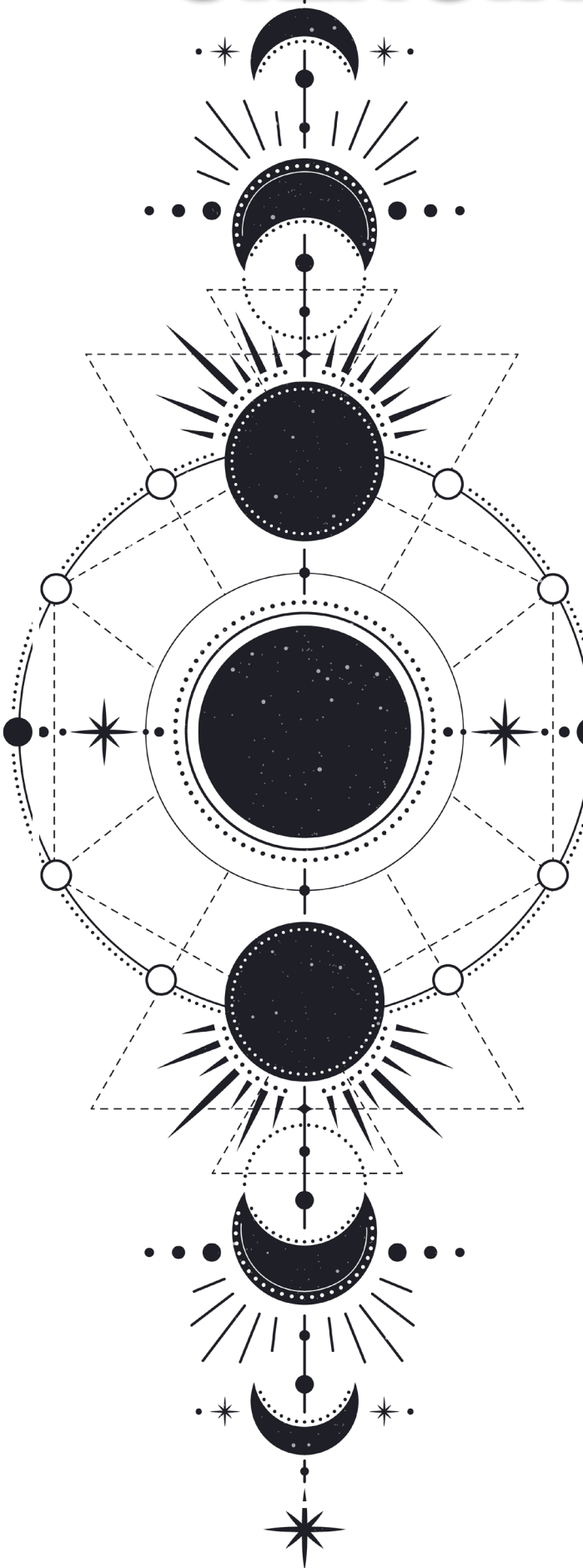
1. Citado por Richard Morris en Las Flechas del Tiempo, pág. 203.
2. Citado por el Dr. George D. Birkhoff en su ponencia al Congreso Internacional de Astrofísica celebrado en Tonantzintla. Pue, en feb. de 1942.
3. El postulado 4 no es independiente de (1). (3) y (5).
4. A. Einstein, Sobre la teoría de la relatividad: pág. 183.
5. Robert Resnick en Introd. a la T. de la Relatividad; pág. 72.
6. Stephen Hawking, Historia del Tiempo: pág. 44-47.

* Acerca del autor: Ingeniero Industrial, profesor, Maestro en Ingeniería, Doctor en Innovación empresarial con más de 40 años en la docencia. Email: ecordova@gmail.com

CICLOS

Gabriel Aguilera*

Manuel Andrés Escalante*



Vemos ciclos en muchas de cosa que nos rodean. Así vemos que hay ciclos de día y noche que se repiten diariamente. Los ciclos de la luna, que se repiten cada 29 días, 12 horas y 43 minutos. Los ciclos de las estaciones que se repiten cada 365,25 días. Luego hay otros más largos como el originado por el movimiento de precesión del eje de la tierra (año platónico), que no es fijo, porque el eje de la Tierra puede cambiar con los terremotos (con el último de Chile cambió 8 cm). Se estima la duración de este año platónico entre unos 22.000 y 27.000 años. Otro ciclo mucho más largo es el de rotación del Sol alrededor del centro de la Vía Láctea (unos 250 millones de años). Estos ciclos astronómicos serían los ejemplos más obvios de la quinta ley del Kybalión (Principio del Ritmo). Sin embargo, esta ley se aplica también a ciclos que no son tan evidentes o que no tienen un periodo tan fijo.

Cuando estudiaba la carrera de Matemáticas, concretamente la asignatura de Análisis Matemático III, me pusieron un problema, que se resolvía mediante ecuaciones diferenciales. Este problema fue una revelación para mí y me permito compartirla con ustedes. Para entenderlo no hace falta saber ecuaciones diferenciales (espero que me pueda explicar lo suficiente para que ello no sea necesario), aunque para estas personas que las conocen les resultará un poco más claro. Por favor, no se asusten. El planteamiento del problema era:

En un terreno hay zorros y conejos. Llamamos $x(t)$ a la función que mide la población de conejos en el tiempo

t e $y(t)$ a la de los zorros. Se supone que los conejos tienen suficiente comida y la natalidad de los zorros depende linealmente del número de conejos vivos en el momento, es decir la natalidad viene dada por ax , siendo a una constante. La mortalidad de los conejos depende del número de encuentros con los zorros que depende linealmente del número de zorros y de conejos que, vendrá dada por bxy , con b constante. Por lo tanto la derivada de x con respecto al tiempo $x' = ax - bxy$. La población de zorros también depende de los conejos que haya y la derivada de y con respecto al tiempo $y' = -cy + dxy$, con c y d constantes. En un ejemplo concreto se fijan las constantes a , b , c y d y se dan las poblaciones iniciales (en el tiempo $t=0$ de zorros y conejos, es decir $x(0)$ e $y(0)$).

Esto constituye un ejemplo típico de sistema de ecuaciones diferenciales y se les llama ecuaciones de Lotka-Volterra. La solución, en general, no se puede dar en términos de funciones elementales, pero se puede obtener numéricamente. Para algunas combinaciones de las constantes a , b , c y d y de los valores iniciales $x(0)$ e $y(0)$, con el tiempo se llega a un sistema estable en el que se extinguen tanto los conejos como los zorros. Por ejemplo, si inicialmente hay muchos zorros y pocos conejos y la constante a (tasa de natalidad de los conejos) es pequeña, terminan por morir todos los conejos y tras ellos se mueren de hambre los zorros. Pero hay otro punto de equilibrio en el que se forma un ciclo y el número de conejos sube y a la vez crece el número de zorros (tienen mucha comida), pero cuando el número de zorros es muy grande empieza a bajar el número de conejos y al haber pocos conejos mueren los zorros, al haber pocos zorros, crecen los conejos y así cíclicamente.

Cuando vi este problema de zorros y conejos fue como una pequeña revelación: Todo en la vida funciona así. Hay dos fuerzas contrapuestas que interactúan entre ellas produciendo ciclos. Así se producen ciclos en el arte: En la Edad Media el arte románico (preponderancia de la línea recta, sobriedad, etc.) seguido del arte gótico (línea curvas, mayor ornamentación), sigue el Renacimiento, con una vuelta a las líneas clásicas (preponderancia de la línea recta), sigue el Barroco con gusto de las líneas curvas y ornamentación recargada, luego el Neoclasicismo (vuelta a la línea recta), y así sucesivamente.

Otro ejemplo sería el de las corrientes filosóficas en

la que se suceden etapas racionalistas y empiristas. Así tenemos a Platón (racionalista), Aristóteles (empirista), Descartes (racionalista), Hume (empirista), etc.

Un ciclo aún más largo que los vistos que los anteriormente se da en el modelo cosmológico del universo pulsátil. Hay muchas pruebas científicas, como la del desplazamiento al rojo de la luz de las estrellas más lejanas que indican que ahora mismo el universo está en expansión, esto da consistencia a la teoría del Big Bang. Es decir, al principio de este universo todo estaba concentrado en un punto y estalló, produciendo el Universo. La radiación de fondo de las microondas, presente en todo el Universo concuerda con esta teoría. Estas fuertes razones apoyan la teoría del Big Bang. El Universo está en expansión. Pero ¿hasta cuándo? La respuesta a esta pregunta depende de la cantidad de materia del universo. Esta cantidad no es fácil de determinar, sobre todo teniendo en cuenta que hay más agujeros negros que los observados. Si la densidad del universo es baja, el universo se seguirá expandiendo ilimitadamente. Por el contrario, si es alta, llegará un momento en que deje de expandirse por la atracción entre las estrellas y agujeros negros, que provocarán una contracción, posiblemente llevando al Universo nuevamente a un punto (Big Crunch). Hay otra posibilidad, que es que el universo vaya desacelerando su expansión hasta llegar a un equilibrio. Los nuevos descubrimientos en materia oscura parecerían aumentar nuestra estimación de la densidad del universo y por lo tanto la posibilidad de este Big Crunch; sin embargo, la energía oscura (no muy bien estudiada todavía) parece ser el origen del desplazamiento al rojo de la radiación de fondo lo que nos sugeriría que el universo no sólo está expandiéndose, sino que lo hace cada vez más deprisa. Como vemos no está absolutamente claro, pero si consideramos la hipótesis del Big Crunch podemos obtener un universo pulsátil o universo oscilante, es decir hay una gran implosión (Big Crunch) seguida de una gran explosión (Big Bang) y así cíclicamente. En ciencia tenemos que basarnos en hechos, pero mientras sea posible mantener esta teoría de acuerdo con los hechos observados, tengo la intuición de que este modelo oscilante o pulsátil, en definitiva, cíclico es el modelo. EL principio de Correspondencia del Kybalión puede enunciarse así: "como es arriba es abajo" o como "como es adentro es afuera" o incluso como "como es en lo pequeño es en lo grande". Si eso es así, los ciclos que vemos por todas partes en lo pequeño también estarían en lo inmensamente grande como es el Universo.

Pero los más importantes para nuestro desarrollo personal son los ciclos que percibimos en nosotros



mismos producidos por dos fuerzas contrapuestas que se manifiestan de forma dual. Por ejemplo, en mí siento la tensión entre una fuerza llamémosle práctica, que siempre quiere estar haciendo cosas y otra llamémosle mística, a la que le gustaría estar todo el tiempo meditando y en una vida contemplativa. En la práctica estas dos fuerzas conviven simultáneamente en mí, pero la experiencia de observación de mi mismo me dice que hay periodos en que una u otra es más preponderante y estos periodos se van alternando. Cada cual encontrará ejemplos en sí mismo de estos ciclos que describo.

Sé que todo va por ciclos, sin embargo, cuando fantaseo con mi futuro lo veo como una línea recta. Así pienso: "A partir de mañana me voy a levantar todos los días a las 6 de la mañana, haré Bastón Chino, seguido de Antenaje, Yoga y Meditación. Cada vez dedicaré más tiempo a mis disciplinas y creceré espiritualmente sin fin". Luego la realidad siempre se encarga de quebrar esa supuesta línea recta, trayéndome una rotura de hombro o un periodo de actividades laborales que no me deja dedicarme el tiempo que pensaba. Es curioso lo estúpido que soy, ya que esta experiencia cíclica la he repetido muchas veces y siempre vuelvo a fantasear de con que el futuro será una línea recta en lugar de una curva con altos y bajos que se repite en ciclos (como una función sinusoidal).

La solución clásica se ejemplifica imaginando un péndulo

que va de una parte a otra y a nosotros mismos escalando la cuerda del péndulo en nuestro ascenso personal, así cada vez los ciclos nos mueven menos de un lado a otro. Me parece aún más sabia y realista (en lo que se refiere a como me veo yo haciendo las cosas) la concepción que, del entonces H. G. Gerardo Motoa basada en la experiencia del Budismo Zen: "Aprovecha los ciclos para, antes de bajar, subir un poco más y antes de bajar del todo, empezar a subir, de esta forma seguirán los ciclos pero la línea media será ascendente".

Me repito una y otra vez, que aprenda de mi experiencia y no vuelva a considerar el futuro como una línea recta sino como una sucesión de ciclos y que aproveche para poner conciencia de estos cambios y que mi transformación tenga en cuenta estos cambios.

Acerca del autor: Lic. en Matemáticas (U. de Granada). Dr. en Informática (U. de Málaga). Catedrático de Escuela Universitaria del Departamento de Matemática Aplicada (U. de Málaga). Programador de Aplicaciones de Gestión (U. de Granada). Terapeuta Gestalt. Terapeuta Corporal Integrativo.

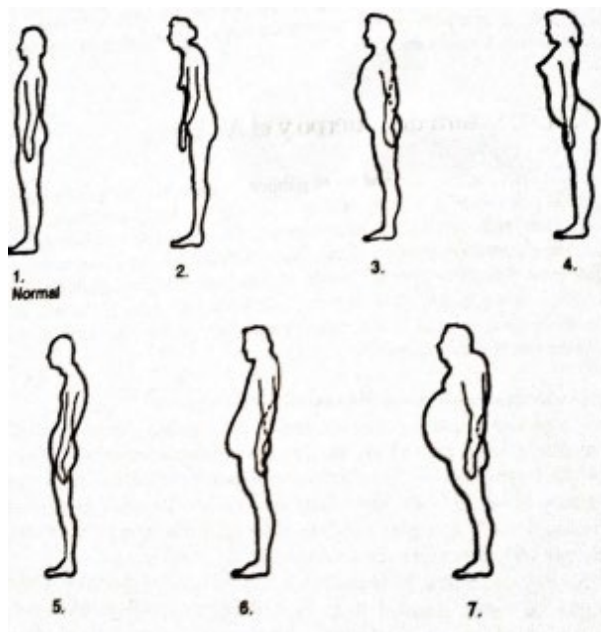
LA ESTRUCTURA DEL CUERPO Y EL ABDOMEN

Zulay Toro Vivas*

La observación del cuerpo nos da pautas sobre nuestra salud en general, observando nuestro abdomen podemos determinar la condición de nuestro organismo, el abdomen es flexible, está formado por músculos y tendones, y es posible determinar cambios en la apariencia normal.

1. Los intestinos enfermos distorsionan la forma Cuando se acumula gas en los recodos del intestino grueso, las costillas son empujadas hacia arriba y afuera. Esto puede suceder en un solo lado o en ambos. La intensidad de la deformación depende de cuánto gas se hay acumulado. Si se trata de una condición crónica, las costillas tienden deformarse. Debido a que las costillas están ligadas a la columna vertebral también las vértebras comenzarán a cambiar de posición.

Si existe acumulación de gas sobre un solo lado, la columna comenzar a doblarse. Al haber tracción sobre la estructura normal, naturalmente cuerpo reacciona con un movimiento para ajustar la posición. Y de esa manera, el cuerpo complica el problema. Supongamos por ejemplo que existe una importante acumulación crónica de gases sobre el costado izquierdo d intestino grueso. Las costillas se elevarán del lado izquierdo y las vértebras desplazarán ajustándose hacia el lado derecho. El cuerpo trata de adaptarse este cambio en la estructura contrayendo los músculos del lado izquierdo la columna vertebral. Esto no afectará a las vértebras que se desplazaron las costillas, pero generará tracción sobre las vértebras por encima y por debajo de esa zona hacia el lado contrario. Como consecuencia de este movimiento de compensación del cuerpo, el problema estructural se intensifica.



1. Normal. Posición normal del cuerpo sano
2. Expansión de la parte inferior de la espalda. Las personas de musculatura débil que enderezan la curvatura natural de la parte inferior de la espalda (las vértebras lumbares), pueden crear así más espacio para sus intestinos enfermos. Debido a esta rectificación forzada, la cabeza se mueve hacia adelante y la curva natural de la columna cervical también se rectifica.
3. Curvatura excesiva de la parte inferior de la espalda. Las personas de musculatura fuerte que tienen problemas en la zona superior del abdomen tienden a generar más espacio para los intestinos inclinando la cadera hacia abajo y atrás y curvando en exceso la zona lumbar de la columna. Este movimiento endereza la curva natural del tórax forzando a la persona a sacar pecho, el cuello queda rígidamente inclinado hacia atrás y los omóplatos se acercan entre sí. Esta estructura produce dolores lumbares y puede ser una razón para la pérdida del aura al respirar.
4. Curvatura excesiva combinada con extensión: la posición del pato
Las personas de musculatura fuerte con problemas intestinales, especialmente las mujeres, presentan una estructura que resulta de la combinación de una extensión en la región lumbar y una curvatura excesiva de la articulación de las vértebras lumbares. La parte inferior de la columna vertebral se dobla y las nalgas sobresalen. La parte superior del cuerpo se inclina

hacia atrás, pero el pecho sobresale hacia adelante. En esta estructura, el peso de los intestinos los lleva a suspenderse hacia la espalda, de manera que ya no ejercen presión sobre los órganos genitales femeninos. Esta posición también abre más lugar para los intestinos invadidos de gases.

5. Inclínación excesiva de la región lumbar y curvatura excesiva de la columna torácica.

Quienes tienen desórdenes intestinales, musculatura débil y sufren de fatiga, tratan de abrir más espacio para sus intestinos inclinando en exceso la curva natural de la columna vertebral inferior y redondeando la curva torácica. De resultados de esto, el abdomen sobresale y el cuello queda rígidamente sostenido hacia adelante. Los omóplatos se separan demasiado y el pecho queda aplastado o cóncavo.

6. Intestinos colgante

Esta estructura correspondiente a las personas con intestinos que sobresalen es similar a la descrita en el punto 5. La parte inferior de la espalda se curva hacia adentro, las nalgas tienden a sobresalir y el tórax se empuja hacia atrás para compensar un vientre débil y colgante.

El intestino delgado, al estar flojo, a menudo cuelga cubriendo los genitales, creando un pliegue a la altura del hueso pelviano. Este pliegue se inflama con mucha facilidad.

7. Vientre grande

Esa postura de cuerpo es resultado de una barriga pesada y agrandada. El pecho y el diafragma se ensanchan al ser presionados hacia arriba. El cuello es casi invisible entre los hombros y se crea una joroba en la posterior de cuello.

Bibliografía

Técnicas de masaje Chi para Órganos Internos. Mantak y Maneewan Chia. Editorial Humanitas. 1993 Barcelona-España.

* Acerca del autor: Arquitecto, Msc. Filosofía, Profesora de yoga, Universidad de Los Andes Mérida-Venezuela.

ESOTERISMO

TAROT PARA PRINCIPIANTES

Daniel Elías Furman*

Érase una vez, allá lejos y hace tiempo, en el país del no me acuerdo como dice una canción para niños, un conjunto de sabios que pensaron la manera de transmitir toda su sabiduría a la posteridad y que no hubiera forma de que eso se pierda. Entonces, a través del lenguaje del simbolismo, plasmaron todos esos conocimientos en 22 pinturas. A simple vista es solo un juego, pero para los que saben ver son portales que se abren a maravillosos mensajes y que bien utilizados nos proporcionan el manejo de los poderes que ya poseemos pero que no sabemos usarlos adecuadamente.

De diversas formas se manejan lenguajes relacionados con la Qabbalah, la Astrología, la Psicología, Espiritualidad e Iniciación a lo Sagrado de nosotros mismos.

Por este medio lo más importante que vamos a lograr es dejar de buscar a Dios fuera para empezar a buscarlo dentro. Es un viaje, para valientes, es el Viaje del Héroe como dice Elí de Mircea.

A ese viaje nos invita el Tarot, un viaje de autodescubrimiento, un viaje de renacimiento, el Tarot llama. ¿Lo escuchas?

Arcano 0. El Loco. El Espíritu. La libertad. Fluir con la vida. Seguir mi propósito. Lo Supraconsciente.

Arcano 1. El Mago. La Atención. Concentración.



Estar atento al aquí y ahora. No perder detalle. Capacidad de transmitir, ser canal de energía superior. Lo Consciente.

Arcano 2. La Sacerdotisa. La Memoria. Nuestro disco rígido. Allí guardamos las experiencias y todo lo que nos transmiten los sentidos para luego crear. Lo oculto. Lo Subconsciente.

Arcano 3. La Emperatriz. La Imaginación Creativa. Todo lo atesorado en la memoria aquí crece y se expande en nuevos modelos a través de la imaginación. Una puerta al infinito.

Arcano 4. El Emperador. La Razón. Volvemos al Consciente. Materializamos lo creado en la imaginación. Nuestro poder creador, sintetizador, dar forma. Todo lo que imaginamos con suficiente intensidad tiende a materializarse. La vista.

Arcano 5. El Hierofante. La Intuición. El Espíritu que mora en cada uno de nosotros. El Maestro interno. El oído. La Voz interior.

Arcano 6. Los Enamorados. El Discernimiento. La Unidad que se manifiesta en Polaridad. Esa Unidad se convierte en 3, Supraconsciente, Consciente y Subconsciente, los tres aspectos que conforman un Ser Humano.

Arcano 7. La Carroza. La Victoria. Los seres humanos somos tan soberbios que nos creemos algo aparte de Dios y lo estamos buscando fuera. Siempre está en nosotros, es El Loco que nos habita, mora

en nosotros. Cuando ese conocimiento se transforma en Sabiduría alcanzamos la Victoria y nos damos cuenta de que Somos Uno, y si somos Uno hay Una sola Voluntad, la Voluntad Divina que se expresa SIEMPRE a través nuestro.

Es un proceso de conexión. Cuando ponemos Atención en lo Espiritual, atesoramos en la Memoria modelos Espirituales, que luego a través de la Imaginación Creativa transformamos en respuestas a las experiencias que vamos viviendo, creamos modelos de vida espirituales y comenzamos a hacerlos realidad en nosotros mismos, siempre basados en la Razón, que es el desarrollo de la Visión Exacta del Mago, y así podemos escuchar La Voz de la Intuición que nos permite Discernir correctamente entre todas las opciones para logra la Victoria.

Así de simple y sencilla es la propuesta. Acabamos de recorrer el primer septenario, la aventura continuará...

* Acerca del autor: Psicólogo Social; Profesor de yoga; Profesor de Tarot; Reside en Buenos Aires, Argentina, email: danieliasfurman@gmail.com

ESOTERISMO

¿SIGNOS O CONSTELACIONES, CUÁL ES LA DIFERENCIA?

Armando Gómez Moreno*

Con frecuencia, estas expresiones se usan indistintamente en el lenguaje astrológico, ambos términos, que confunden a los estudiantes de astrología y asombrosamente hasta a algunos astrólogos.

¿Qué son las constelaciones?

Este es un término astronómico, que define a una agrupación de estrellas visibles, proyectadas sobre el firmamento, de forma convencional, de tal manera que los trazos entre ellas, semejan algunas figuras. Hay que tener en cuenta que dichas estrellas, no se encuentran sobre un mismo plano, ya que unas de otras se encuentran separadas, esta separación puede ser de cientos de años de luz, pero aparentemente, vistas desde la tierra forman algunas figuras. Los astrónomos reconocen 88 constelaciones, de las cuales solamente 12 de ellas, con diferente amplitud, se encuentran distribuidas en la eclíptica, un cinturón imaginario que forma un ángulo de $23^{\circ} 27'$ con respecto al ecuador celeste, una proyección del ecuador terrestre en la bóveda celeste.



Las constelaciones tienen enormes diferencias de tamaño entre ellas, Virgo, es una de las más grandes y Aries, una de las más pequeñas. Se miden en grados de arco sobre la esfera celeste.

Ahora bien, debemos tener claro que, hablando de astrología, no trabajamos con las constelaciones, (solo las trabajan en astrología Védica). En la astrología occidental o tropical, trabajamos con los signos del zodiaco que no son lo mismo que las constelaciones. El zodiaco, es una banda simbólica de 360° dividida en 12 tramos o signos, exactamente iguales de 30° de arco, cada uno. Este sistema data cuando menos desde la antigua Babilonia.

El inicio natural es a partir de 0° de Aries, un sistema simbólico que inicia en el equinoccio de primavera, aproximadamente el 21 de marzo de cada año, cuando se cruzan el ecuador celeste con la eclíptica, que marca la línea que recorre el Sol en su movimiento de traslación anual. Por lo tanto, medimos las distancias angulares sobre la eclíptica, no

sobre las constelaciones.

¿Que la astrología tropical de los signos no corresponde a una realidad física y que es solo simbólica? Es cierto, pero también lo es que funciona divinamente para reflejar lo que sucede en el Cosmos, en la vida en la tierra y en nuestro interior, a semejanza de un espejo, de acuerdo a uno de los principios herméticos: "Como es arriba, es abajo, como es adentro, es afuera".

Acerca del autor: Ingeniero industrial, reside en la Cd. de México, su email: agomezmorenoster@gmail.com Miembro del Colegio Internacional de Profesores de Cosmobiología de la RedGFU. Astrólogo, conferencista, consultor, participa en redes sociales de astrología e imparte diversos cursos sobre esta área.

LITERATURA



DEL ÁTOMO PRIMIGENIO A LO QUE SOMOS: UNA REFLEXIÓN

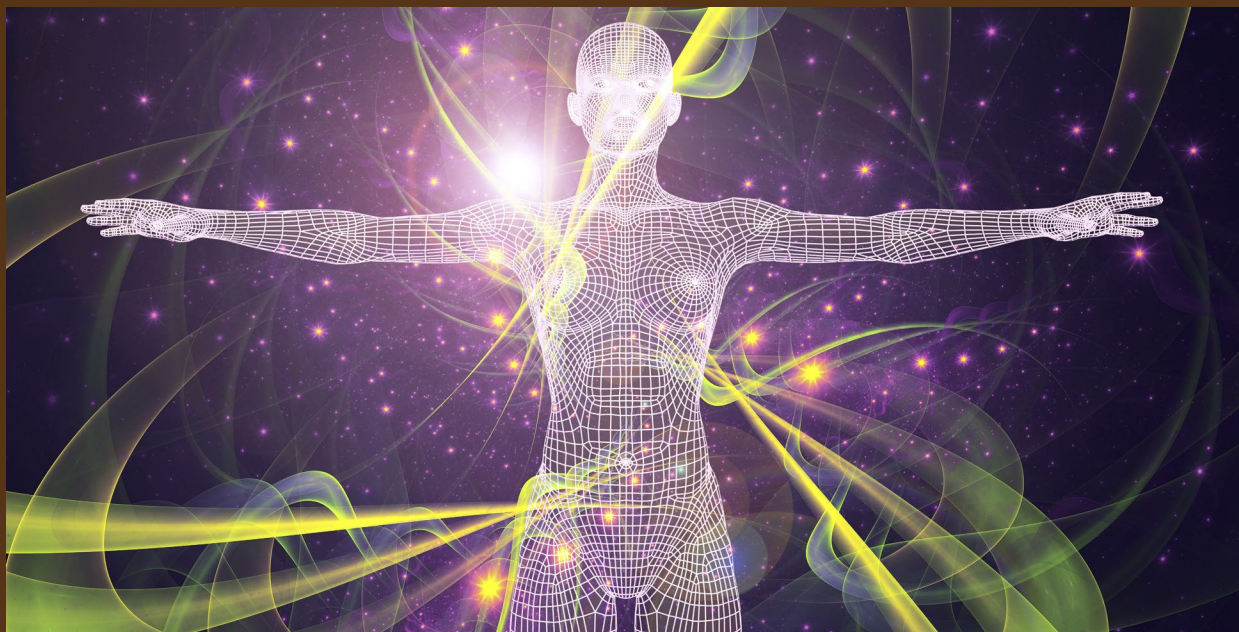
Manuel Andrés Escalante*

¿De dónde venimos? ¿Quiénes somos? ¿Hacia dónde nos dirigimos? Estas interrogantes, inherentes a la necesidad de entender el sentido de nuestras vidas, y que en gran medida dieron origen a la filosofía, gravitan en torno al pasado, presente y futuro del existir o, mejor, del ser: Del ser en el tiempo y su dimensión complementaria, el espacio.

El Origen

Según la teoría más aceptada hoy día, propuesta por el sacerdote, matemático y físico belga Georges Lemaitre en 1931, con base en el análisis de las ecuaciones de la Teoría de La Relatividad de Albert Einstein y las observaciones del astrónomo estadounidense Edwin Hubble, todo habría comenzado hace unos 13.700 millones de años con una minúscula masa densa y de elevada temperatura, referida como "el átomo primigenio" o "huevo cósmico." A pesar de su denominación, dicha partícula tenía en realidad dimensiones sub-atómicas, y su existencia se limitó a una infinitesimal fracción del primer segundo de tiempo: del tiempo en que se enmarca este relato de la ciencia.

Por causas aún sin explicación, esa minúscula masa estalló en un cataclismo cósmico conocido como "El Big Bang" o "La Gran Explosión," con potencia muchísimos millones de millones de veces superior a la de una bomba nuclear, iniciando una expansión en todas las direcciones que sería el génesis de la materia y la energía - así también del espacio y del tiempo- como hoy les conocemos, conformando sucesivamente desde las primeras estrellas, las galaxias y los



sistemas planetarios, así como, en dimensiones micro, los átomos, moléculas, células y la vida en general.

Esta expansión continúa avanzando en nuestros días, y en la medida que el universo conocido se estira, se enfría. La velocidad observada en que las galaxias se alejan, y las microondas de energía presentes, permiten analizar en reverso, para estimar el tiempo, la distancia y la energía de aquella explosión original. Tan fascinante metodología ha sido definida como una suerte de "arqueología cósmica."

Es pertinente considerar que esta teoría parte de observaciones pero, sobre todo, de ecuaciones y modelos matemáticos aplicados a la física, para ayudarnos a concebir y comprender la naturaleza del universo, y que en su esencia no se contradice necesariamente con enfoques religiosos en torno a la creación, ni con acercamientos de índole filosófica. Por el contrario, ofrecen interesantes coincidencias entre unas y otras perspectivas.

Podríamos decir que el Big Bang es la aproximación científica al génesis bíblico, así como un previsible final por enfriamiento o "Big Freeze" sería el apocalipsis. Afortunadamente, esto solo ocurriría de continuar expandiéndose el universo por al menos un billón de años más.

El Medio: Espacio y Tiempo

El espacio y el tiempo son fundamentalmente abstracciones de la mente.

El espacio es la noción que nos permite ubicar y ordenar objetos, unos con respecto a otros, haciendo posible percibirlos en perspectiva, es decir, apreciando su volumen, posición y situación a partir de la óptica del observador, y en función de las tres dimensiones espaciales, a saber, amplitud, altura y profundidad.

El tiempo, por su parte, nos sirve para ordenar la sucesión de eventos, uno con respecto al otro, y de esta manera distinguir y medir su ocurrencia en términos de inicio, duración, final, pausa, intervalos, frecuencia, antes y después.

La ciencia moderna, a partir de los enunciados de Einstein, incorpora al tiempo como una cuarta dimensión, y trata a ambas nociones de manera inseparable como un continuum espacio-tiempo, puesto que la percepción del tiempo varía según el estado de movimiento del observador. A medida que la velocidad (distancia recorrida en el espacio en función del tiempo, distancia/tiempo) de movimiento aumenta, la dilatación del tiempo se hace mayor, se ralentiza, aproximándose a cero (detención del tiempo) cuando el viajero se acerca a la velocidad de la luz (unos 300 mil Km/seg).

El Infinito

La infinitud del espacio se manifiesta tanto hacia lo pequeño como hacia lo grande: no hay nada tan diminuto como para que al dividirlo no quede nada, ni tan grande que ya no se le pueda agregar, y esto se expresa en la misma condición de los números: por pequeños que sean, siempre los habrá menores, y por grandes que lleguen a ser, siempre los habrá mayores.

Bajo este precepto, teóricamente, dentro de un átomo podría existir otro universo infinitesimalmente más pequeño, y dentro de éste otros átomos con sus universos y así sucesivamente al infinito en micro. Igualmente, el universo conocido podría estar dentro de un gigantesco átomo, que formaría parte de otro universo inconmensurablemente más grande, y de la misma forma en conjuntos de conjuntos hacia el infinito en macro.

Por otra parte, la posibilidad de puentes a universos paralelos y/o atajos en el tiempo que representarían los agujeros negros masivos o "agujeros de gusano," hipótesis que cobra vigor entre los astrofísicos contemporáneos, también sugiere una variante de la condición infinita del universo: el multiverso.

Finalmente, si el espacio es infinito, y lo consideramos inseparable del tiempo, entonces por consecuencia éste también lo es: siempre hubo un antes, y siempre habrá un después.

Podría pensarse que lo acá expuesto contradice la teoría del Big Bang, según la cual todo lo que existe, incluyendo espacio y tiempo, se desarrolló, y se sigue desarrollando, a partir de aquel estallido "inicial," y antes nada existía. Sin embargo, tal como lo estableció Einstein, el continuum espacio-tiempo no es plano, sino curvo. Basado en este contexto, el científico británico Stephen Hawking explicó que el universo carece de fronteras, y lo que haya habido antes del "Átomo Primigenio" no estaba sujeto a las leyes de la física que aplican al universo que conocemos, sino a otras que ni siquiera imaginamos. "Si caminas hacia el Sur, eventualmente llegarás al Polo desde donde cualquier movimiento comenzará a llevarte al Norte, porque más al Sur del Polo no hay nada, pero siempre hubo algo antes en ese camino, y lo habrá después."



Y Entonces, ¿Quiénes Somos?

Ante la sobrecogedora inmensidad espacio-temporal a que hemos hecho referencia, quizá lo primero que se nos ocurra sea que somos insignificantes actores de reparto con fugaces roles en la gran trama de la eternidad. Esta idea es circunstancialmente cierta, pero sustancialmente errada. Trataré de explicarlo en las siguientes líneas.

Ciertamente, en un contexto meramente circunstancial, que podrían significar nuestras vidas en su ciclo natural, aún si viviéramos 100 años, en los 13.700 millones de años transcurridos y lo que aún está por venir, máxime considerando que seguramente hubo otros universos antes de aquel "huevo cósmico" y los habrá después de un eventual "Big Freeze"?

No obstante, lo esencial es que somos parte de aquel "Átomo Primigenio" de donde fuimos expulsados como expresión del ser en búsqueda de sus inexistentes confines y, por tanto, somos parte de ese "todo" que es el universo. Somos viajeros cósmicos en busca de respuestas, y nuestro viaje, en ese continuum curvo de espacio-tiempo, indefectiblemente nos llevará al reencuentro, a la reunión, al "yug" de los yoguis, al "relegare" o "volver a unir de la religión. Somos una parte especialmente inteligente del cosmos que se pregunta a sí misma sobre el origen, propósito y destino de su propia existencia. En un sentido místico, somos hermanos entre sí y, sin embargo, uno con el padre. Quizá, incluso, seamos mucho más...

"Ese absoluto, tú lo eres!"

* Acerca del autor: Lic Administración Comercial UCV Caracas, Venezuela. Postgrado Especialización en Finanzas. Instructor de Yoga GFU. Articulista y Conferencista

LITERATURA

A woman with dark hair tied back, wearing a bright pink hoodie, is shown in profile from the chest up. She is looking towards the right side of the frame. The background is a soft-focus green, suggesting an outdoor setting with trees or foliage. The overall mood is calm and contemplative.

DEBEMOS OCUPARNOS DE LO QUE MENOS NOS OCUPA

Rafael Giordanelli*

(Continuación del artículo publicado en el número anterior de esta revista, bajo el título "Tu historia al revés", fragmentos del libro homónimo e inédito de Karma T Dorje Rafael Giordanelli).II

EL ASUNTO MÁS IMPORTANTE DEL MUNDO

¿Cuál es el asunto más importante del mundo? ¿Cuál es tu asunto más importante? ¿Qué es aquello frente a lo cual cualquier otra cosa se desvanece, desaparece, o pierde sentido?

¡La respiración!

La respiración es el asunto en el que, en términos generales, menos pensamos y mucho menos nos ocupamos. Ni siquiera al despertar, nos percatamos de ella, así transcurre nuestro día y al acostarnos nunca ocupa ni un solo instante nuestra atención. Esto hasta el momento en que la deficiencia respiratoria o la falta de oxígeno, en algún momento se nos presente. Tal como podríamos imaginar, sucede en el reino animal, que carece del altísimo nivel de consciencia racional del ser humano. Solo nos basta saber que estamos vivos y dar por sentado que tenemos un dispositivo automático, un mecanismo, que mantiene la respiración funcionando, por lo tanto, pensamos que podemos despreocuparnos y dedicarnos a nuestras tareas. Limitando el acto automático de la respiración, solo a la función natural de mantenernos, aun inconscientemente, con vida, que por supuesto no es poca cosa. Es el asunto más importante del mundo.

Vamos a pensar al revés, imaginemos por un

momento la idea de que tú no eres ese cuerpo que respira, sino que tú eres el aliento mismo que reside temporalmente en ese cuerpo del que entra y sale a voluntad. "Neuma" (del griego pneuma que significa sopro, aire.) En términos bíblicos se refiere a "Aliento" o "Espíritu puro". Es el aliento racional, que en la filosofía estoica informa y ordena el universo). Es curioso que la palabra "Alma" provenga del latín "Anima" y precisamente, es el aire que se respira lo que anima al cuerpo humano. Y en griego antiguo Alma es "psiqué", o "Soplo vital".

Sabemos teóricamente, desde la escuela básica, en qué consiste la respiración. Podemos entender el mecanismo físico de inhalación de oxígeno que entra a los pulmones y mediante un complejo proceso, va a la sangre alimentando todo el sistema orgánico y luego es exhalado en forma de anhídrido carbónico y así se produce este intercambio natural de manera continua, desde el nacimiento con la primera inhalación, hasta al fin de nuestros días, última exhalación. Pero la respiración es mucho más que eso. Es el hilo que nos mantiene conectados no solo a la vida, sino a Dios.

Esto suena religioso, y lo es, en el mejor sentido de la palabra. Podríamos analizar etimológicamente la palabra religión, y descubrir a simple vista su raíz latina, "religare", o volver a unir. Pero la respiración es mucho más que el primer combustible o alimento para mantenernos vivos.

"Los antiguos Yogis descubrieron que el secreto de la consciencia cósmica está íntimamente ligado con el dominio de la respiración"

Sri Yuteswar

En India lo han sabido desde épocas ancestrales, gracias al conocimiento y sabiduría Védica, transmitida por los grandes Rishis o seres iluminados, y descrito en textos como Los Upanishads, el Bhagavad Gita o la Biblia.

"Entonces formó Dios al hombre, del polvo del suelo, e insuflando en sus narices aliento vital, quedó constituido el hombre como ser vivo"

Génesis

La ciencia mística de la respiración y su control consciente, o Pranayama, fue planteada por el Rishi Patanjali en sus Sutras o Aforismos, como el cuarto

estadio del yoga.

Por casualidad, o vaya a saber por qué motivo, le pusieron por nombre al encargado de ejecutar este mecanismo, "el nervio vago", que nos hace olvidarnos de lo más importante. Debemos, sin embargo, ocuparnos de lo que menos nos ocupamos, la respiración.

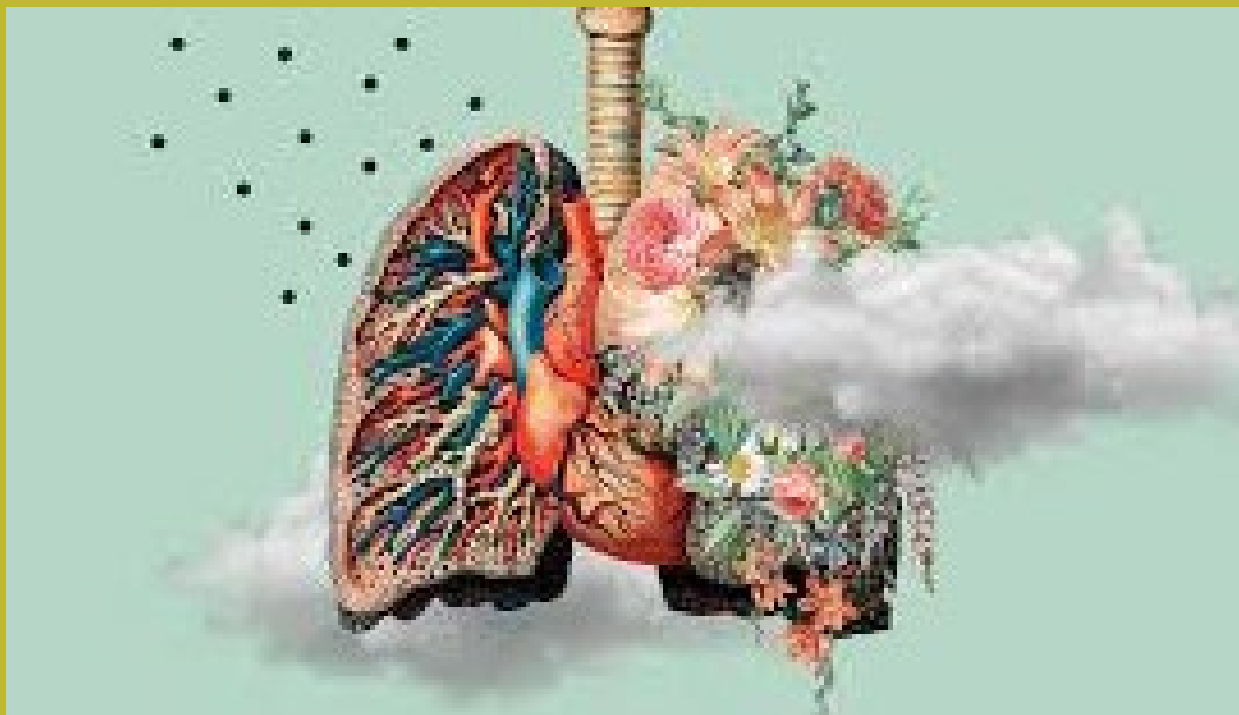
Si prestamos un poco de atención, nuestros pulmones están "enjaulados" en una especie de cesta de costillas flexibles llamada caja torácica, que los sostiene, protege y permiten que se ensanchen con la cantidad de aire inhalado, se contengan en la retención y se compriman en la expulsión de este. Así el hombre puede respirar a su antojo, de forma baja, media, alta, o si quisiera, completa. Esto lo hace inconscientemente. Por ejemplo, la respiración más común, es la respiración alta. Allí el hombre se anima, saca el pecho ante cualquier situación que amerite su coraje y acción inmediata. Es la más usada porque así lo precisa en medio de su rutina, que tiende a presionarlo, frenarlo, excitarlo o deprimirlo, ya que inyecta en forma inmediata, un chorro de energía. Es la respiración de los soldados firmes y en marcha, es la respiración antes de propinar un golpe, este tipo de respiración está relacionada con el orgullo y al ego. En cambio, cuando el hombre se inspira o se enamora, o sufre una pérdida emocional, suspira, es decir lleva su aliento entrecortado, directamente al corazón y sin darse cuenta, realiza la respiración pulmonar media. Cuando finalmente se relaja o quiere descansar, notará como se abulta el abdomen, ya que está llevando el aire inhalado a la parte inferior de la caja torácica, todo esto lo hace, repito automáticamente sin siquiera darse cuenta.

"La regulación de la respiración aporta toda la felicidad material y espiritual de la adquisición de los reinos de la Suprema Bienaventuranza. Por lo tanto ¡oh Rama! Estudia la ciencia de la respiración" Yoga Vashista

Maharishi Sadashiva Isham, en su libro ILUMINACION, explicativo de los Sutras de Patanjali, dice:

"La respiración es el vínculo de unión de vida entre la maquinaria interna, la mente, el intelecto, el ego, y los sentidos. Y la maquinaria externa, el cuerpo físico y su mundo"

Si como ejercicio muy elemental de conocimiento, manejo y control respiratorio o pranayama, el hombre aprendiera a usar su cuerpo, el cual está perfectamente diseñado para sacar el mayor provecho posible a la capacidad de absorber el "prana", que es la energía



cósmica vital ligada al movimiento, que viaja a través del aire y de todo lo manifiesto, entonces cuando estuviese deprimido por ejemplo, usaría la respiración alta para animarse, cuando estuviese alterado, usaría la respiración baja para calmarse y apaciguar la ira. Así tendría herramientas y desarrollaría destrezas para llenarse, para contener, y para vaciarse a su antojo llegando al punto de dosificar las cantidades de consumo diario de su oxígeno, o entrando en materia, de su prana, hasta llegar a percatarse de que, gracias a su capacidad de impregnación natural, contiene reservas capaces de sostener su cuerpo y en realidad necesita mucho menos aire del que actualmente consume. Como dice la canción, "Como quisiera poder vivir sin aire..." Esto en sí, constituiría un pequeño logro de enormes resultados. Así lo expresa el mismo Patanjali en el Pada II Sutra 50 "A medida que las modificaciones de la respiración interior y exterior se aquietan, el volumen se torna inobservable, la duración se vuelve larga y la frecuencia poca". Toda esta práctica, por supuesto debe ser transmitida por un auténtico Gurú, versado en las técnicas yógicas milenarias.

"... y aún hay otros que se inclinan al proceso de restringir la respiración para permanecer en trance, ellos practican la detención del movimiento del aliento que sale en el aliento que entra, y del aliento que entra en el aliento que sale, y así al final permanecen en trance suspendiendo toda la respiración".

Bhagavad Gita

"Hamsa", palabra con raíces en el idioma sagrado sanscrito, significa Cisne, en el yoga se le interpreta como ave migratoria, y se refiere al sonido del aliento, que entra y sale de los pulmones, se refiere al ir y venir de las olas, al vaivén del viento, a la noche y al día. A la vida y la muerte "Ham sa" o "Hong so" y desde la perspectiva contraria "Sa Ham" o "So Ham", Yo soy Tú o Tu eres yo. Es el sonido del universo respirando, la respiración de Dios. Los que alcanzan la cima de este conocimiento y están mas allá de la dualidad son reconocidos como "Param Hansa".

"En el nacimiento, entra a nosotros el ave migratoria, semejante al fuego invisible presente en la madera, parecido al aceite oculto en el sésamo. Reside en lo más recóndito de nosotros. Saber esto es liberarse de la muerte".

Hamsa Upanishad

Al inhalar, no solo estamos absorbiendo oxígeno, sino que estamos haciendo nuestra, la vida misma, con toda su información y todos sus seres. Todo el



universo, y primeramente nuestro Ser mismo, entra al cuerpo y comienza a hacerse consciente, el momento de inhalar, es nuestra integración con el todo. Dicen los científicos que en cada inhalación las células se reorganizan. Sería hermoso pensar que en cada inhalación respiramos a Dios, o que Dios sopla en nosotros su aliento Divino dándonos la vida, y que cada exhalación es nuestro agradecimiento a Dios, es nuestra ofrenda al Universo, nuestra desintegración en El, y Dios inhala de ella en una perfecta armonía cósmica y divina, es decir que a su vez Dios respira y absorbe nuestro aliento. Cuando inhalamos, Dios exhala y cuando exhalamos Dios inhala. Los actuales científicos, están llegando a conclusiones de tipo metafísico, al estudiar con sus recientes e innovadores instrumentos, concretamente el Telescopio James Webb, constelaciones como Andrómeda, y han escuchado y registrado, el milenar sonido Om, emanando a través de ondas vibratorias espaciales tanto de las constelaciones como de los agujeros negros. Nos estamos dando cuenta que el Universo entero constantemente respira. Inhala a través de los Agujeros Negros y exhala nuevos Big Ben.

Aquí, hemos querido llamar "Dios" a ese principio inteligente que crea, sostiene y remueve todo en constante espiral de ascensión evolutiva. La fuerza o razón de que esto suceda se llama Amor.

A través de las vías respiratorias la medicina occidental descubrió un camino directo para introducir medicamentos al cuerpo, hablo de la terapia respiratoria y los inhaladores, pero de igual forma y desde épocas ancestrales ha sido vía para introducir sustancias externas en forma de

humo, generalmente plantas, la mayoría alucinógenas que alteran la consciencia, desde el simple tabaco. La manipulación masiva del deterioro del sistema respiratorio con todas sus afecciones colaterales a través del ataque del coronavirus o covid 19 acaba de dejar claro a la humanidad cual es el asunto más importante.

Siguiendo la lógica propuesta en este libro de "pensar al revés", el terror final que podemos imaginar al momento de nuestra muerte sería que el aliento nos abandona y el cuerpo agoniza sin poder respirar, morimos asfixiados entonces al irse de nosotros esa energía que nos mantenía vivos. Pero si pensáramos al revés, y no nos identificáramos más con nuestro cuerpo, sino más bien con el aliento que en realidad somos, alojados temporalmente en este cuerpo solo para tener esta perspectiva, hacer consciencia del Ser infinito, y poder trascender, entonces dejaríamos sin apego ni dolor este vehículo llamado cuerpo y seríamos uno en consciencia con ese aliento, hasta ahora represado y por fin liberado, uniéndose al todo, como el río que al final de su cauce, deja de ser río y glorioso se une al inmenso mar. Sin mirar atrás, a su viejo cauce, otrora exuberante, pero ahora vacío y seco.

"El día que el aire abandone tu cuerpo, y este se vuelva cenizas, podrás decidir si quedarte con tu cuerpo inerte, o volar con el viento"

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



LITERATURA

AÑO VIEJO Y NAVIDAD VENEZOLANA (Ensayo)

Humberto Arcadio Urbina*

Investigación de tipo documental. Objetivo General. Resaltar la influencia de la música decembrina relacionadas con la despedida del año, letras, autores y ritmos que no pasan de moda.

Navidad es símbolo de alegría por el nacimiento del niño Jesús (24 de dic). Música, morteros, pesebre y hallacas nos recuerda la infancia, los juegos tradicionales, compartir con nuestros padres y abuelos momentos de preparación de hallacas, ponche crema o leche burra...Tan especial es la navidad, que la vida cristiana quedó marcada en a. C y d.C. "En el año 1582 el papa Gregorio XIII promovió la reforma del calendario que usamos hasta el día de hoy- Lima L. (2021). El tiempo existe en dos momentos: Año Nuevo, del 1° de enero - hasta el 31 de diciembre Año Viejo, a este último lo despedimos sin contemplación influenciado por el marketing que cada días más determina la vida de cada uno, modificando las formas de convivencia creando mayores desequilibrios sociales; no obstante a tantos cambios, las tradiciones sobre la despedida del año aún permanecen...

Orígenes y tradición del Año Viejo

Año viejo, cuyo origen según Loaiza Y (2021), Esta forma de celebrar se remonta al año 1842, cuándo

en Guayaquil brotó la fiebre amarilla (vomito negro); sus habitantes optaron por quemar la ropa de sus familiares muertos el último día de ése año. "De ésa manera alejaban el pasado y la tristeza dando lugar a un nuevo futuro". (es.m.wikipedia.org). Ésa se expandió por América, en Venezuela, Colombia, México, elaboran el muñeco gigante relleno de telas y pólvora, simulan personajes públicos, lo queman a las 12 de la noche del 31 de diciembre en medio de una algarabía, es un momento especial. Después de cenar todos se abrazan... Según Escobar R (2022), en Colombia para eliminar lo malo que haya pasado, "las personas utilizan ropa interior amarilla, ingesta de doce uvas que representa los 12 meses, salir a la calle con un maleta, regalar lentejas, colocar papa bajo la cama", actividades se acompañan con música creada para gozar la navidad.

Canciones que no mueren en navidad

Año Viejo. Esta canción es un referente incluido en este trabajo, como un modesto tributo a Crescencio Salcedo M. (1913-1976) quien fue su autor, y es uno de los grandes dentro de la música navideña, su letra le infirió humor a la despedida del año. Nació en Palomino, departamento Bolívar-Colombia (el télegrafo.com). Ésta melodía la escuchó en Caracas Tonny Camargo (1926 - 2020), y la grabó en México (1953), con la orquesta de Rafael de Paz: En Venezuela La Orquesta Bellos Caracas Bois, Melódicos. Nancy Ramos, Oscar de León... En otros países: Celia Cruz, Paulina Tamayo. Gilberto Santa Rosa...

Navidad Venezolana

El ambiente navideño comienza con el pesebre, arbolito y el adviento, desde el 16 de Dic, a las 5 a.m. Misas de aguinaldo animadas con Gaitas, aguinaldos y villancicos y parrandas. En algunos pueblos frecuentan paseos musicales en calles, reparto de caramelos y bebidas, las novenas al niño Jesús se realizan en las iglesias y en casas de familia. Momentos preferidos para Bodas, bautizos...Elaboración de hallacas,

pan de Jamón y dulces de lechosa, cabello de ángel...comprar estrenos, regalos. El 25 de dic. Misa nacimiento del niño Jesús, 28 (los santos inocentes), 31(despedida de año). 6 de Enero (reyes magos), 2 feb.(La Candelaria). A continuación se mencionan aquellas canciones de mayor popularidad en navidad.

Diciembre y Gaitas

La Gaita Zuliana, se llama así porque nació en el estado Zulia-Venezuela, se caracteriza por su gran variedad y temas: folklóricos, tradicionales, modernos, populares, románticos, políticos y religiosos (Historia de la Gaita Zuliana). Las tradicionales se tocaban con: tambora, cuatro venezolano, charrasca, maracas y furro. Con el tiempo agregaron, piano y bajo...A continuación se menciona una pequeñísima muestra de temas que hacen referencia a la despedida del año.

Viejo Año que te Pasa. Grabada en 1982, (Betulio Medina- Maracaibo 15), letra: Viejo Año que te pasa/ que ya tienes tú maleta preparada/ es que te han botado de la casa/porque estas veje/ porque no sirves pa'nada/ Las cosas viejas como tú las botan/ más si saben que otro llegará/ pero no llores échate un trago que yo te recordaré; con los ratos que de felicidad en tus días yo pasé...

Del mismo género Amigo, letra: amigo esta noche se nos muere un año/ La verdad parece extraña que se vaya tan ligero/ Los días transcurrieron en tropel/ amigo me parece que fue ayer cuando celebramos aquel año nuevo (bis). Y el tañir de las campanas y el sonar del cañonazo; me hace pensar mucho en ti, amigo, que quiero darte un abrazo...)

Navidad sin Ti. Yo pude cuando te tuve tocar las nubes/que extraño como se daña este fin de año/yo siento este pensamiento como un lamento/Esa soledad esta soledad, que me hace llorar...MUSICA.COM)

Son Mis Deseos. Agrupación, Cardenales del Éxito: Quiero desearle a mi pueblo/lo que yo quiero es desearle a mi pueblo/que reciba un año feliz/ sin tristezas con mucha emoción/son mis deseos, mis



deseos son. Que la felicidad sea nuestro himno/ y cantemos con todo el corazón (bis) / y que brille la estrella bella (bis)/ con la luz de la ilusión (bis)...

La Gaita del Viejo, Conjunto Barrio Obrero de Cabinas. Elpidio/Héctor Silva Vega. Letra: Este viejo ya llegó a la esquina de Barrio Obrero/y ésta gaita les montó parque gocen un puyero/La gaita del viejo llegó/y llegó tanteando con el bastón/agarrando el furro ya lo rompió y con las maracas se confundió.

Tarjeta de Navidad, del año 1990. Conjunto "Rincón Morales", su letra es una bonita reflexión a reforzar valores de amistad.

Sin Rencor. Conjunto. Gran Coquivacoa/Abnécano Borjas "Negito"(1977). Le doy gracias al señor/Por haberte conocido/Pues los años que vivimos fueron de dicha y amor/pero una sonrisa cubrió/nuestro amor en un momento/ de ese bello sentimiento/ además de sufrimiento desilusión me dejo/ y siempre ha de pasar/ que cada vez que escuchéis/ Una gaita llorareis porque en mi te hará pensar... (Billetera.movilinfo.com)

Noche Buena de Adolfo de Pool 1928, interpreta Melody Gaita.

Orquestas con sabor navideño

Faltan 5 pa'las 12, Grabada por Billos Caracas Boys, Melódicos. Dice: las campanas de la iglesia están sonando/ anunciando que el año vejo se va/ la alegría del año nuevo viene ya/ los abrazos se confunden si cesar/ me perdonan que me vaya de la fiesta/ pero hay algo que jamás podré olvidar/ una lida viejecita que me espera/ en las noches de una eterna navidad/.. Compuesta como pasaje llamero por Nieves Oropeza (1939-1998), el primero en cantarla fue Néstor Zavarze, con el conjunto "Hermanos Oropeza" (1963)

Año Nuevo, Vida Nueva, Billos Caracas Boys/Chero García, letra: Año nuevo/ vida nueva, más alegres los días serán/ Año nuevo vida nuevas con salud y prosperidad...Navidad que Vuelve, de la misma Billos, dice: Navidad que viene /tradición del año/unos van alegres /y otros van llorando/hay unos que tiene todo que quieren /hay otros muy pobres que no tiene nada/ son los que

prefieren que nunca llegara. Muestra la otra cara de la navidad: injusticias, pobreza, es un arreglo musical excepcional que pone a la gente a bailar a pesar de cruda realidad en que vive mucha gente. Lindo Año Nuevo. En año nuevo estamos viviendo la noche buena y la navidad... Oh Luna", parranda de Gustavo 'Cacharrita' García, conjunto Los Tucusitos. Billos Caracas Boys, conocida también como "Un Feliz año pa 'tí" dice: oh luna que brilla en diciembre/ se oye el sonar de un cañonazo (bis)/Esta parranda querida/ viene darte un feliz año (bis)/Un feliz año pa 'ti...

Son para Gozarlas, parranda navideña grabada en 1975, por Tania Salazar: Con mi botellita de ron salgo a parrandear, agarro mi compa y me voy a gozar nada más/ porque el año que viene se acaban los pesares".

Cumbia de la Noche buena. Billos Caracas Boys. Que noche buena para bailar que noche buena para gozar...sirvan el trago no demoren más, que esta es la noche para parrandear..,

Ven a mi Casa esta Navidad, compuesta por Luis Aguilé: es una canción que invita a la solidaridad humana, compartir en navidad, buena para esta época de conflictos guerras y migraciones, guarda mucha relación con los estilos de la música venezolana.

Noche Buena". Orquesta Los Hispanos de Colombia. La víspera de año nuevo/ está la noche serena/mi familia quedó con duelo/ y yo gozando a mi morena...

Blanca Navidad, canción de Irving Berlín, años 1940, un clásico mundial, versión original en inglés "White Christmas". Y Noche de Paz, villancico austriaco del compositor, Franz Xavier Gruber.

Parrandas, Aguinaldos, Villancicos

Las parrandas, derivada de los aguinaldos, no son exclusivamente de alabanzas al niño Dios, abordan diferentes temas. Durante el año se interpretan en: Carabobo, Cojedes, Aragua.

Miranda. Los instrumentos utilizados son, cuatro, violín o mandolina, guitarra, maracas, charrasca, tambora, chimeco.

Aguinaldos, "musicalmente hablando, constituye una evolución de los villancicos europeos, compuesto por versos hexasílabos" (Música navideña venezolana), se interpretan en navidad, son cantos entorno el nacimiento del niño Jesús; en los andes venezolanos se cantan hasta el 2 de febrero Día de Candelaria y la última parada de niño (Táchira, Mérida y Trujillo). Numerosas organizaciones han cantado villancicos, por ejemplo, Quinteto Contrapunto, Serenata Guayanesa, Los Tucusitos, Simón Díaz, Ilan Chester, María T Chacín, entre otros. A continuación se menciona una pequeña muestra de ellos.

Corre Caballito (anónimo, oriental con Serenata Guayanesa), La Matica (parranda, autoría de un solo pueblo). Recopilaciones del maestro Vicente Emilio Sojo: Cantemos Cantemos, Tun Tun. Niño Lindo, El Niño Criollo (1962) de Isabel Herrera y Luis Morales Bance), Aguinaldo Ilanero (Simón Díaz)...Fuego al Cañón (Oswaldo Oropeza). Luna Decembrina (Otilio Galindez). De Contento. Tucusito -Tucusito (Los Tucusitos). Mi Burrito Sabanero compuesta y grabada en el 1976 por Hugo Blanco (1940-2015), Juanes en Colombia...

Música venezolana y la navidad colombiana

Finalmente, una reflexión sobre la música venezolana y su vinculación con la Colombiana. Velásquez M (2021). Según Burgos H. "desde los años 1964 comenzó lo que se conoce como la "nacionalización de la música venezolana, cuando los maestros Luis María Frómata, y Renato Carriles frecuentan, Santa Marta, Barranquilla, Cartagena, Montería, Medellín y Bogotá". Y con el tiempo se interpretaban canciones de todo género, algunas de compositores colombianos, ritmos cumbia, porro y guaracha entre otros. Velásquez M (2021), entrevistó a John Montenegro, Msc. en música Universidad Javeriana, docente de la escuela de música - Universidad Sergio Arboleda - Bogotá, señala que los colombianos tienen preferencia por la música navideña venezolana, "ésta llegó a Colombia para quedarse".



Con los éxitos algunas orquestas venezolanas entre ellas La Billos, Melódicos, Pastor López, El Súper Combo los Tropicales, Los Blanco. Y por supuesto colombianas...Lucho Bermúdez, Guillermo B (Buitraguito). Corraleros del Majagual, Hispanos de Colombia, Los doce de Joselito, Hermanos Martelo, "Sus canciones acompañaban a las familias colombianas en hacer el pesebre, armar el arbolito, elaborar la Narrilla y buñuelos", "la música era la banda sonora de la tradición familiar"...

Conclusiones

En Venezuela, la Navidad sigue siendo inspiración para muchos compositores, para continuar creando distintas modalidades de ritmos y mantener las tradiciones, lo cual significa amor y respeto a la cultura de los pueblos.

Por medio de la música las personas demuestran su sensibilidad hacia los momentos especiales de navidad. Nacimiento del Niño Jesús, Despedida del año.

La música venezolana, por su variedad, melodías, ritmos y agrupaciones, constituyen un activo invaluable como barrera natural protectora de los

valores culturales nacionales

Existe muy buena aceptación de la música venezolana navideña, una vinculación afectiva especialmente en Colombia, y otros lugares del mundo.

Fuentes

Blanca Navidad, original "White Christmas", compositor Americano - Arizona. Irving Berlín escrita en 1940 (<https://www.sonica.mx> 2 de diciembre 2021

Cuando del Año Termina. El Año Viejo, Entorno turístico.com. México 18 agosto 2022

Cuando era Chamo.com

* Acerca del autor: Arcadio Humberto Urbina Méndez (1952). Economista, profesor universitario. Msc. Gerencia de Empresas, diplomado en estadística aplicada. E-mail: urbina3a@hotmail.com / cel. 0414-176-21-89

LITERA TURA

SED

Prudencio Chacón*

Atravesé la enorme puerta como muchas veces antes e ingresé a la espaciosa habitación. Crucé a la derecha y avancé casi pegada a la pared hasta el fondo. A mi izquierda vi un cuerpo gigantesco yaciendo cubierto de unos lienzos. Una extremidad sobresalía de debajo de ellos, pude sentir el calor que emanaba del órgano desnudo. Percibí claramente la multitud de ríos de sangre que circulaban bajo su piel y los olores embriagantes que emanaban del gigante. Cuidadosamente me aproximé.

Me acerqué más, alerta; todos mis sentidos atentos.

Seleccioné cuidadosamente unos de los riachuelos sanguíneos, el más cercano a la superficie. Salivé golosa.

Clavé mi aguja y enseguida la sangre fluyó.

Heme aquí ahora adherida a la piel del ser gigantesco, con mis bellas antenas plumosas engomadas con mi misma sangre, que hasta hace poco corría por las venas del descomunal ser dormido, mis esbeltas extremidades abiertas de par en par. La probóscide, de la cual tanto me enorgullezco, aun semienterrada en la piel, doblada en forma absurda, como si aún quisiera y pudiera extraer el fluido sustento.

Desgraciada de mí, no percibí la gigantesca mano del ser durmiente que se me abalanzó velozmente. No sentí el soplo del aire que se comprimía sobre mi cuerpo. Ni mis antenas, ni mis ojos compuestos con amplio rango de visión, me sirvieron de nada. La sed de sangre, la urgencia vital para garantizar la continuidad de mi estirpe, la avidez que me consumía ofuscó mis sentidos.

Aquí yazgo, ya para siempre, inútil, pasto de los carroñeros microscópicos

Le he fallado a mi especie.

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

POESÍA



ME HE IDO

Edith Suyai Moncada*

Pronto las sombras
irán poblando el hastío,
se vaciará el intelecto,
se abrirá un muro de silencio,
un rugido será testigo,
!he muerto!

No me busques en el bosque,
Iré con el viento,
el polvo del camino
me lleva lejos.

A la distancia
verás un farol
seguirás su destello,
al llegar el silencio
dirá que tan solo duermo.

No te engañes amado mío,
No estoy allí,
vuelo en silencio
por el infinito
del universo.

POESÍA



SI ME HUBIESES AMADO

Edith Suyai Moncada*

Yo te hubiera amado,
nunca te habría dado dolor
ni jamás de mis labios
escucharías la palabra no.
De mis ojos miradas de admiración,
de mis labios, besos a tu boca
sin premura, sin cordura, sin prohibición.
Te hubiese amado con alegría inusitada
con pasión desmedida, sin tregua
sin armas, solo con el alma.
Tus ojos no me vieron
tus sueños tenían otros gustos
nunca yo.
¡Ah!, si me hubieses mirado
si me hubieses visto con ojos distintos,
hoy no estarías perdido,
no tendrías el alma rota
no suplicarías, pidiendo migajas de amor.

* Acerca del autor: Profesora y escritora, reside en Valparaíso, Chile. Escribe cuentos y poesía.

Email: suyaiedita@gmail.com