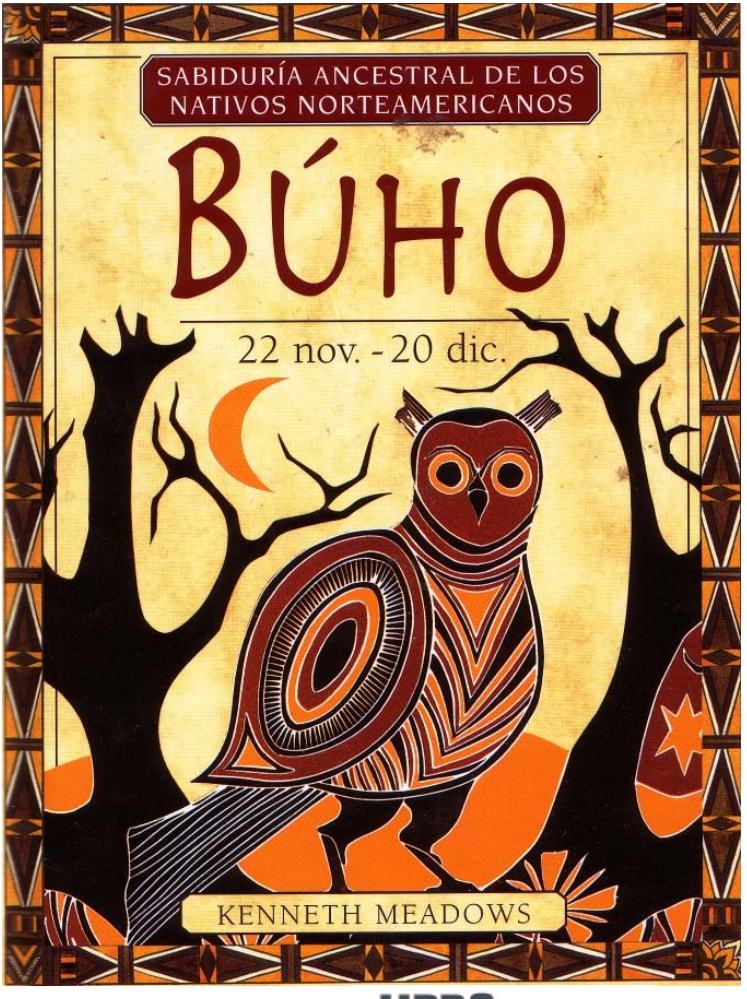
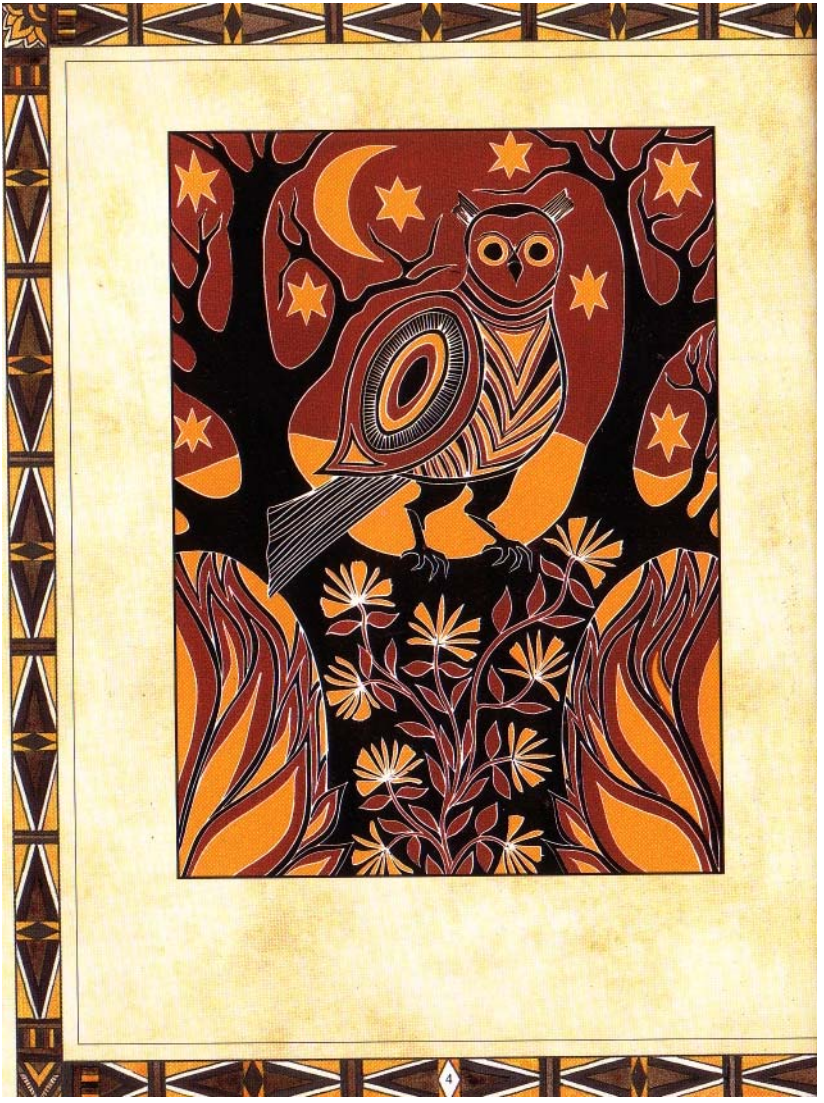
SABIDURÍA ANCESTRAL DE LOS NATIVOS NORTEAMERICANOS: BHÚO
KENNETH MEADOWS



Digitalizado por LIBROdot.com
http://www.librodot.com



INTRODUCCIÓN A LA MEDICINA DE LA TIERRA

PARA LOS NATIVOS NORTEAMERICANOS, LA MEDICINA NO ES UNA SUSTANCIA EXTERNA, SINO UN PODER INTERNO QUE SE ENCUENTRA EN NOSOTROS Y EN LA NATURALEZA.

La Medicina de la Tierra, método singular para definir la personalidad, se inspira en la concepción del universo de los nativos norteamericanos y en los principios que se expresan en las sagradas Ruedas medicinales.

Los nativos norteamericanos creían que el espíritu, aunque invisible, se hallaba presente en la naturaleza, de modo que todo en ella era sagrado. Los animales, mensajeros del espíritu, aparecían en visiones para impartir un poder conocido como «medicina». Quienes vivían estas experiencias veneraban la especie animal que se les aparecía rindiendo culto a sus representaciones en objetos tanto ceremoniales como de uso cotidiano.



Matraca de chamán
El chamán utilizaba matracas para conectar con su espíritu interior. Ésta es una matraca de madera de chamán tlingit.

LA NATURALEZA EN EL SER

Los chamanes indios —sabios de la tribu— reconocían similitudes entre las fuerzas naturales que prevalecían en cada estación y las características

«El espíritu te ha otorgado la posibilidad de estudiar en la universidad de la naturaleza.» *Proverbio assiniboine*

Librodot

de los nacidos durante las correspondientes épocas del año. También advirtieron que la personalidad sufre la influencia de las cuatro fases de la Luna —en el nacimiento y a lo largo de toda la vida— y de la constante alternancia en el flujo energético, de activo a receptivo. Estas creencias se reflejan en la Medicina de la Tierra, que nos ayuda a reconocer cómo actúa la naturaleza en nuestro interior y a desarrollar las fuerzas potenciales con que nacemos.



Adorno animal

En la cultura Anasazi, de donde proviene esta talla de azabache, la rana simboliza la capacidad de adaptación.

Las Ruedas medicinales

Las tradiciones culturales de los nativos norteamericanos abarcan diversos objetos e imágenes simbólicos circulares. Estos círculos sagrados se conocen como Ruedas medicinales, debido a su semejanza con las ruedas de las carretas en que viajaban los pioneros por lo que en otros tiempos fue territorio indio. Cada Rueda medicinal muestra distintas relaciones entre objetos o cualidades dentro de un gran todo, así como cuál era el movimiento de las distintas fuerzas y energías dentro del mismo.

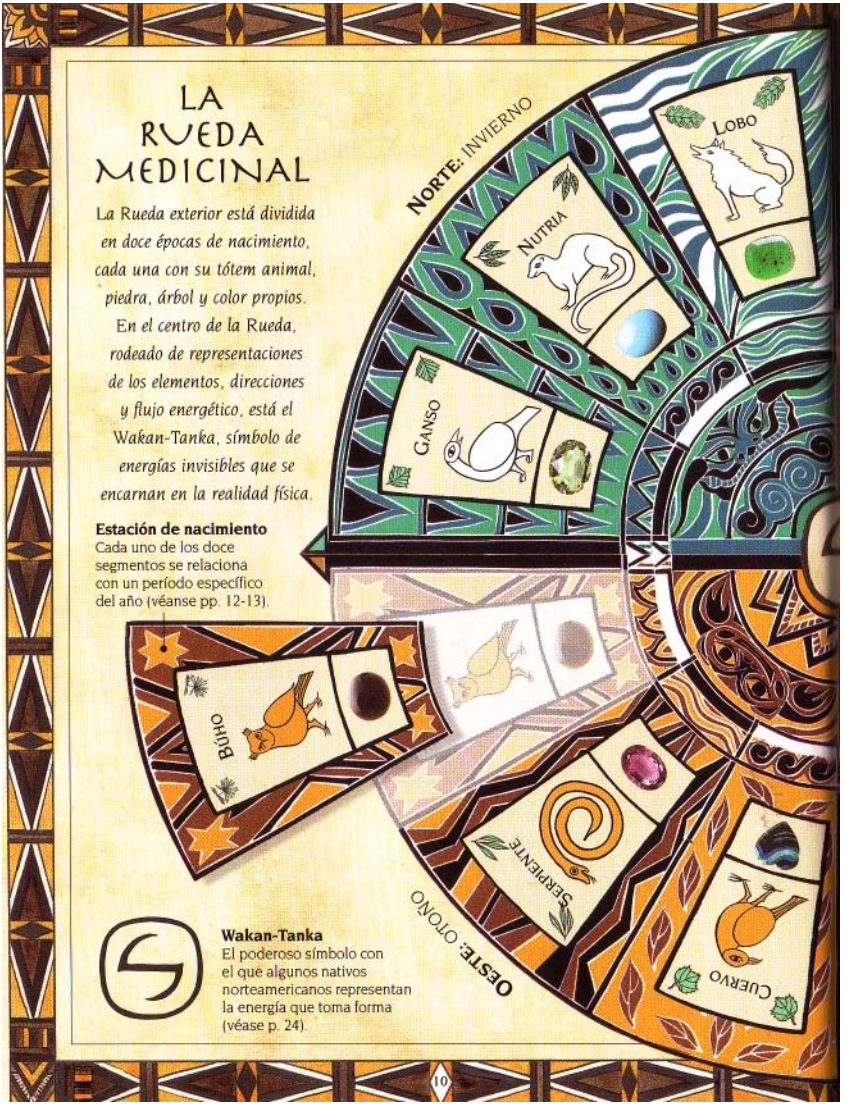
Entre todas ellas hay una que se considera la Rueda maestra, puesto que indica el equilibrio existente en la naturaleza y el modo más efectivo de lograr la armonía con el universo y nosotros mismos. La Medicina de la Tierra se estructura sobre esta Rueda maestra.

Plato trofeo

Las estilizadas tallas de oso decoran este plato tlingit. Para los nativos norteamericanos el oso simboliza la fuerza y la autosuficiencia.



Librodot


LA RUEDA MEDICINAL
La Rueda exterior está dividida en doce épocas de nacimiento, cada una con su tótem animal, piedra, árbol y color propios. En el centro de la Rueda, rodeado de representaciones de los elementos, direcciones y flujo energético, está el Wakan-Tanka, símbolo de energías invisibles que se encarnan en la realidad física.
Estación de nacimiento
Cada uno de los doce segmentos se relaciona con un período específico del año (véanse pp. 12-13).
NORTE: INVIERNO
LOBO
NUTRIA
GANSO
BÚHO
SERPIENTE
CUERVO
OESTE: OTOÑO
Wakan-Tanka
El poderoso símbolo con el que algunos nativos norteamericanos representan la energía que toma forma (véase p. 24).
10

Librodot


Piedra afín
Cada época de nacimiento se asocia con una piedra (véanse pp. 14-15).
Árbol afín
Cada época de nacimiento se relaciona con un árbol (véanse pp. 14-15).
Tótem de nacimiento
Cada época de nacimiento se vincula a un tótem animal (véanse pp. 16-17).
Tótem direccional
Uno de los cuatro puntos cardinales ejerce su influencia sobre cada época de nacimiento (véanse pp. 18-19).
Elemento principal
Cada época de nacimiento recibe el influjo directo de uno de los cuatro elementos (véanse pp. 20-21).
Flujo energético
Cada época de nacimiento alterna varias energías (véase p. 24).
Aspecto elemental
Cada época de nacimiento adopta su Aspecto elemental (véanse pp. 20-21).
ESTE: PRIMAVERA
SUR: VERANO
HALCÓN
CASTOR
CIERVO
PÁJARO CARPINTERO
SALMÓN
OSO PARDO
11

Librodot

LAS DOCE ÉPOCAS DE NACIMIENTO

LA ESTRUCTURA DE LA RUEDA MEDICINAL SE BASA EN LAS ESTACIONES PARA REFLEJAR LA PODEROSA INFLUENCIA DE LA NATURALEZA SOBRE LA PERSONALIDAD.

La Rueda medicinal clasifica la esencia humana en doce tipos de personalidad, a cada uno de los cuales corresponden las características de la naturaleza en una época concreta del año. La Rueda se utiliza como una especie de mapa que permite descubrir nuestras fuerzas y debilidades, nuestros impulsos y reacciones instintivas y nuestro verdadero potencial.

La Rueda se estructura en torno a las cuatro estaciones. Los solsticios de verano e invierno y los equinoccios de otoño y primavera marcan el cambio de estación. Para la Medicina de la Tierra cada estación representa un período del crecimiento y desarrollo humano. La primavera se asocia a la infancia y a la inexperiencia, y el verano al vigor de la juventud y al rápido desarrollo; el otoño representa la plenitud de la edad madura, y el invierno la sabiduría acumulada en la última etapa de la vida.

Cada cuarto de la Rueda se divide en tres períodos, con lo que se forman doce segmentos. La época en que se nace determina la dirección desde la cual percibimos la vida, y las cualidades que adopta la naturaleza en ese período



Ritos de la estación

En la ceremonia de invierno iroquesa, llevaban máscaras de vainas de maíz trenzadas y bailaban para alcanzar la armonía con las fuerzas que les habían de garantizar una buena cosecha.

12

Librodot



LOS DOCE SEGMENTOS DE TIEMPO

se reflejarán en nuestro propio carácter.

Cada uno de los doce segmentos o épocas de nacimiento recibe el nombre de un rasgo del ciclo anual de la naturaleza. El período que sigue al equinoccio de primavera, por ejemplo, se denomina tiempo del Despertar, puesto que se trata de una época de nuevo crecimiento, mientras que el segmento que sigue al equinoccio de otoño recibe el nombre de las hojas secas que caracterizan esta época.

13

EL SIGNIFICADO DE LOS TÓTEMS

LOS NATIVOS NORTEAMERICANOS CREÍAN QUE LOS TÓTEMS REPRESENTABAN VERDADES ESENCIALES Y ACTUABAN COMO MEDIADORES CON LOS PODERES NATURALES.

Un tótem es un animal u objeto de la naturaleza adoptado como símbolo para representar ciertas cualidades. Para los indios, los animales, cuyo comportamiento es predecible, eran guías especialmente útiles para clasificar los modelos de comportamiento humano.

Un tótem refleja aspectos de nuestra naturaleza y revela el conocimiento intuitivo que subyace tras la capacidad racional del intelecto. Puede consistir en una talla, un vaciado, una imagen pictórica, un objeto, una piel, pluma, hueso, diente o garra. Su presencia sirve de unión inmediata con las energías que representa. Así pues, un tótem resulta más efectivo que un glifo o un símbolo para comprender los poderes espirituales y las fuerzas esenciales.



TÓTEMS PRINCIPALES

Según la Medicina de la Tierra, cada persona dispone de tres tótems fundamentales: el de nacimiento, el direccional y el elemental. El primero contiene características esenciales que corresponden a los aspectos

Símbolo de fuerza

En el mango de este cuchillo tlingit se ven una cabeza de cuervo y otra de oso, símbolos de la intuición y de la fuerza interior.

Librodot



Tótem trofeo
Un jefe o guerrero fox afirmaba su valía con este collar de garras de oso.

dominantes de la naturaleza durante la época de nacimiento. Los doce tótems de nacimiento se describen en las pp. 16-17.

El tótem direccional nos alinea con nuestros sentidos, que dirigen nuestros impulsos. Cada estación de la Rueda es compatible con un punto cardinal, y cada uno de éstos se representa con un tótem. La primavera se asocia con el Este, por donde sale el Sol, e indica que las cosas se ven de otra forma; su tótem es el Águila. Los cuatro tótems direccionales se explican en las pp. 18-19.

El tótem elemental se relaciona con nuestras conductas. Las cualidades de los cuatro elementos —Fuego, Agua, Tierra y Aire— y sus tótems se exponen en las pp. 20-21.

Tres afinidades

Cada época de nacimiento guarda afinidad con un árbol, una piedra y un color (véanse pp. 36-41). Estas tres afinidades poseen cualidades que nos fortalecen ante la adversidad.

«Para triunfar, el hombre debe gobernarse no por sus inclinaciones, sino por la comprensión del comportamiento animal...» **Proverbio tetón sioux**

Librodot



LOS DOCE TÓTEMS DE NACIMIENTO

LAS DOCE ÉPOCAS DE NACIMIENTO ESTÁN REPRESENTADAS POR TÓTEMS, ANIMALES QUE POSEEN LAS CUALIDADES INHERENTES A CADA PERÍODO.

La Medicina de la Tierra asocia un tótem animal a cada época de nacimiento (se muestran dos fechas debido a la diferencia de estación entre los hemisferios norte y sur). Estos animales nos ayudan a establecer contacto con los poderes y habilidades que representan. Para un estudio más profundo del tótem Búho, véanse pp. 28-29.

HALCÓN

21 de marzo - 20 de abril (Hem. N)
22 de sept. - 22 de oct. (Hem. S)

Los Halcón poseen gran iniciativa, pero suelen tomar decisiones precipitadas de las que luego se arrepienten. Son vivaces, extravertidos y se entusiasman con las nuevas experiencias, aunque a veces son poco perseverantes.

CIERVO

21 de mayo - 21 de junio (Hem. N)
22 de nov. - 20 de dic. (Hem. S)

Los Ciervo están dispuestos a sacrificar lo viejo por lo nuevo. Les molesta la rutina: prefieren la variedad y los desafíos. Tienen un lado salvaje y suelen saltar de una situación o relación a otra sin antes reflexionar.

CASTOR

21 de abril - 20 de mayo (Hem. N)
23 de oct. - 21 de nov. (Hem. S)

Prácticos, estables y muy perseverantes, los Castor son hogareños y cariñosos, pero necesitan paz y armonía para evitar el mal humor. Tienen gran sentido de la estética.

PÁJARO CARPINTERO

22 de junio - 22 de julio (Hem. N)
21 de dic. - 19 de enero (Hem. S)

Los Pájaro carpintero son emotivos, sensibles y cariñosos con sus allegados. Están dispuestos a sacrificar sus necesidades por las de sus seres queridos. Tienen mucha imaginación, pero suelen preocuparse demasiado.

Librodot



SALMÓN
23 de julio - 22 de agosto (Hem. N)
20 de enero - 19 de feb. (Hem. S)

Los Salmón son entusiastas y seguros, y disfrutan tomando el liderazgo. Son enérgicos e intransigentes, y a veces parecen arrogantes. Suelen sentirse heridos si no se les presta atención.

BÚHO
22 de nov. - 20 de dic. (Hem. N)
21 de mayo - 21 de junio (Hem. S)

Los Búho necesitan libertad de expresión. Son vivaces e independientes y prestan gran atención a los detalles. Curiosos y adaptables, tienden a abarcar más de lo que pueden. Suelen ser valientes.

OSO PARDO
23 de agosto - 21 de sept. (Hem. N)
20 de feb. - 20 de marzo (Hem. S)

Los Oso pardo son perseverantes, prácticos e independientes. No les gustan los cambios y prefieren quedarse con lo conocido. Se les da bien arreglar cosas, tienen un carácter bondadoso y son amigos leales.

GANSO
21 de dic. - 19 de enero (Hem. N)
22 de junio - 22 de julio (Hem. S)

Los Ganso son idealistas, siempre dispuestos a explorar lo desconocido. Se enfrentan a la vida con entusiasmo, decididos a realizar sus sueños. Son perfeccionistas y a veces parecen demasiado serios.

CUERVO
22 de sept. - 22 de oct. (Hem. N)
21 de marzo - 20 de abril (Hem. S)

Los Cuervo aborrecen la soledad y se encuentran cómodos en compañía. Aunque suelen ser agradables y bondadosos, a veces sufren la influencia de los ambientes negativos y se muestran malhumorados e irritables.

NUTRIA
20 de enero - 19 de feb. (Hem. N)
23 de julio - 22 de agosto (Hem. S)

Personas amistosas, vivaces y perceptivas, se sienten inhibidas por el exceso de normas y reglas, por lo que a menudo pueden parecer excéntricas. Les gusta la limpieza y el orden. Son muy originales.

SERPIENTE
23 de oct. - 21 de nov. (Hem. N)
21 de abril - 20 de mayo (Hem. S)

Los Serpiente son misteriosos y reservados, y ocultan sus sentimientos bajo una actitud fría. Son adaptables, decididos e imaginativos y tienen gran capacidad para salir airosos de las situaciones difíciles.

LOBO
20 de feb. - 20 de marzo (Hem. N)
23 de agosto - 21 de sept. (Hem. S)

Los Lobo son sensibles, intuitivos y creativos. Son personas a las que se suele acudir en busca de ayuda. Valoran la libertad y su espacio vital. Es fácil que los actos de los demás les afecten. Son sinceros, reflexivos y dignos de confianza.

LA INFLUENCIA DE LOS PUNTOS CARDINALES

LA INFLUENCIA DE LOS PUNTOS CARDINALES, A LOS QUE LOS NATIVOS NORTEAMERICANOS LLAMABAN LOS «CUATRO VIENTOS», SE EXPERIMENTA A TRAVÉS DE LOS SENTIDOS INTERNOS.

Las cuatro direcciones, «guardianes» del universo, eran también conocidas como los «cuatro vientos», pues su presencia, más que verse, se percibe.

TÓTEMS DIRECCIONALES

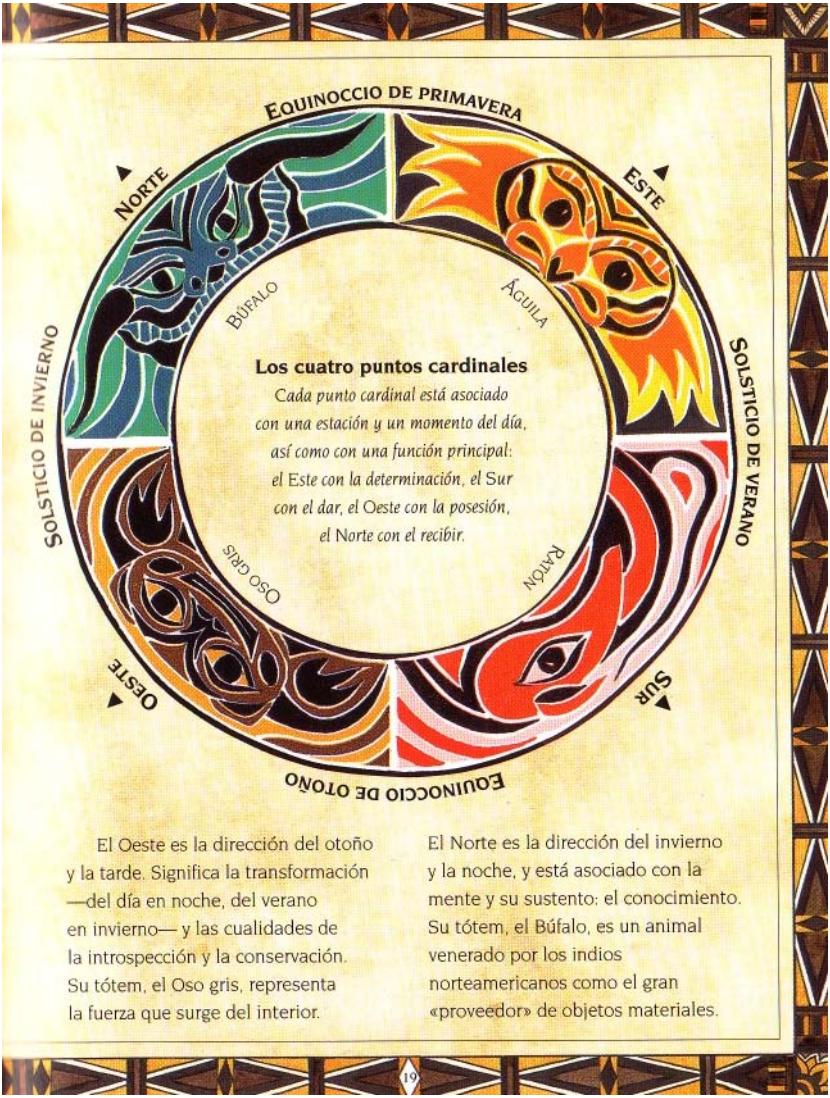
En la Medicina de la Tierra, cada punto cardinal o viento se asocia con una estación y un momento del día. Así, a las épocas de invierno (Renovación, Purificación y Vientos tempestuosos) les corresponde la dirección Norte y la noche. El punto cardinal al que pertenece cada época de nacimiento influye en la naturaleza de nuestros sentidos internos.

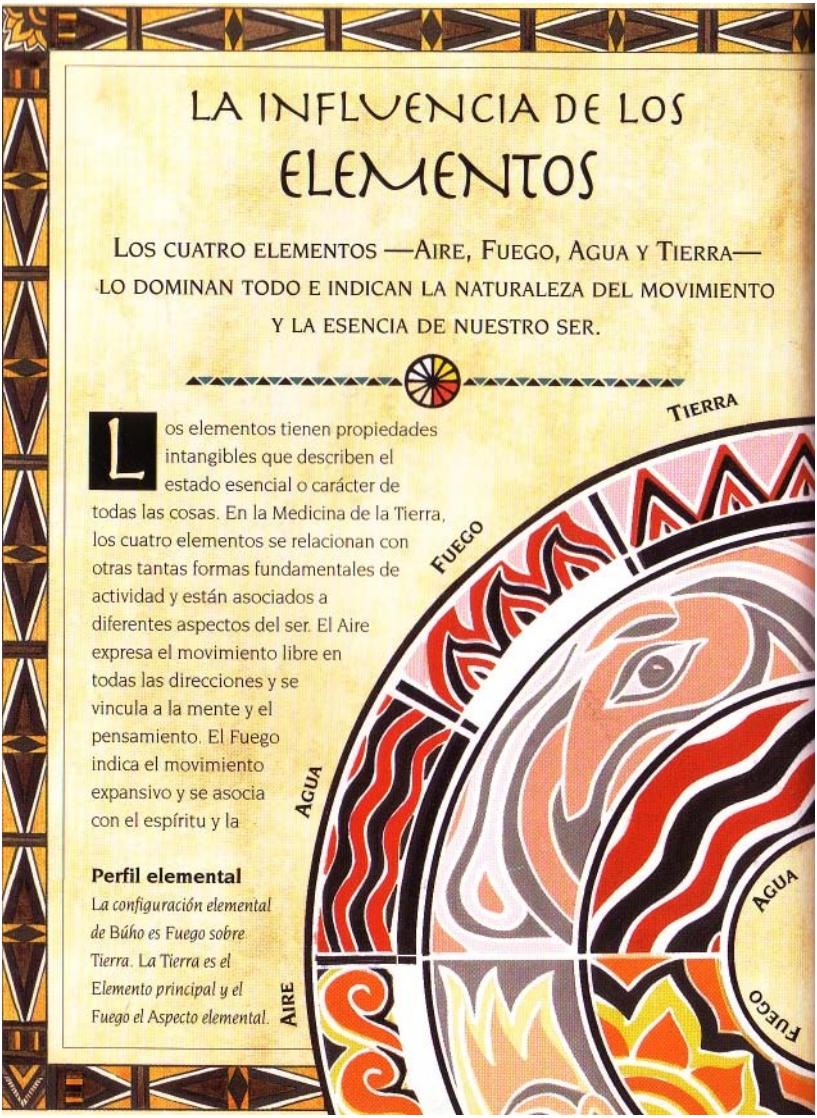
El Este se relaciona con la iluminación. Su tótem es el Águila, una ave que vuela cerca del Sol y ve con nitidez desde las alturas. El Sur es la dirección del verano y el mediodía. Representa el crecimiento y la obtención del fruto, la fluidez y las emociones. Su tótem, el Ratón, simboliza la productividad, los sentimientos y la capacidad de percibir los detalles.



«Recuerda... la esfera del cielo, las estrellas, los vientos sobrenaturales que respiran noche y día... las cuatro estaciones.» *Proverbio pawnee*

Librodot


EQUINOCCIO DE PRIMAVERA
NORTE
ESTE
SOLSTICIO DE INVIERNO
SOLSTICIO DE VERANO
OESTE
SUR
EQUINOCCIO DE OTOÑO
BÚFALO
ÁGUILA
OSO GRIS
RATÓN
Los cuatro puntos cardinales
Cada punto cardinal está asociado con una estación y un momento del día, así como con una función principal: el Este con la determinación, el Sur con el dar, el Oeste con la posesión, el Norte con el recibir.
El Oeste es la dirección del otoño y la tarde. Significa la transformación —del día en noche, del verano en invierno— y las cualidades de la introspección y la conservación. Su tótem, el Oso gris, representa la fuerza que surge del interior.
El Norte es la dirección del invierno y la noche, y está asociado con la mente y su sustento: el conocimiento. Su tótem, el Búfalo, es un animal venerado por los indios norteamericanos como el gran «proveedor» de objetos materiales.
19



LA INFLUENCIA DE LOS ELEMENTOS

LOS CUATRO ELEMENTOS —AIRE, FUEGO, AGUA Y TIERRA— LO DOMINAN TODO E INDICAN LA NATURALEZA DEL MOVIMIENTO Y LA ESENCIA DE NUESTRO SER.

Los elementos tienen propiedades intangibles que describen el estado esencial o carácter de todas las cosas. En la Medicina de la Tierra, los cuatro elementos se relacionan con otras tantas formas fundamentales de actividad y están asociados a diferentes aspectos del ser. El Aire expresa el movimiento libre en todas las direcciones y se vincula a la mente y el pensamiento. El Fuego indica el movimiento expansivo y se asocia con el espíritu y la

Perfil elemental

La configuración elemental de Búho es Fuego sobre Tierra. La Tierra es el Elemento principal y el Fuego el Aspecto elemental.

TIERRA
FUEGO
AGUA
AIRE
AGUA
FUEGO

Librodot

intuición. El Agua significa fluidez y se relaciona con el alma y las emociones. La Tierra simboliza la estabilidad y se asocia con el cuerpo físico y los efectos.

Distribución elemental

En la Rueda medicinal, cada elemento se asocia con una dirección: el Fuego con el Este, la Tierra con el Oeste, el Aire con el Norte y el Agua con el Sur. Los cuatro elementos se relacionan con las épocas de nacimiento y se conocen como Aspectos elementales. Siguen un ciclo en torno a la Rueda, basado en la acción del Sol (Fuego) sobre la Tierra, creando la atmósfera (Aire) y la condensación (Agua).

Las tres épocas de nacimiento que comparten un Aspecto elemental pertenecen a la misma familia, con un tótem que nos permite comprender sus propiedades. Los Búho pertenecen al clan Azor (véanse pp. 34-35).



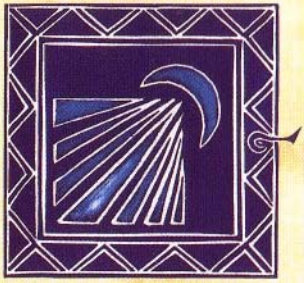
Elemento predominante

En cada época de nacimiento, las cualidades del Aspecto elemental predominan sobre las del Elemento principal, y ambos se unen para formar una configuración específica, como Fuego sobre Tierra (para Búho véanse pp. 34-35). En los Halcón, Pájaro carpintero y Nutria, el Elemento principal coincide con el Aspecto elemental (por ejemplo, Aire sobre Aire), de modo que los pertenecientes a estos tótems tienden a expresar este elemento con mucha intensidad.

LA INFLUENCIA DE LA LUNA

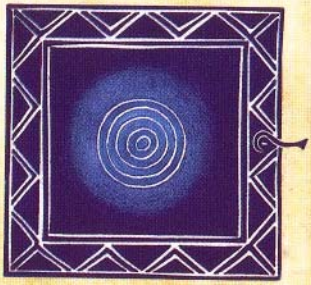
LAS CUATRO FASES LUNARES EJERCEN UNA INFLUENCIA CRUCIAL SOBRE LA FORMACIÓN, LA PERSONALIDAD Y EL COMPORTAMIENTO HUMANO.

Los nativos norteamericanos consideraban que el Sol y la Luna eran indicadores de las energías activa y receptiva, inherentes a la naturaleza (véase p. 24), así como de la medida del tiempo. Asociaban las influencias solares con la actividad consciente y el ejercicio de la razón y la voluntad, y las influencias lunares con la actividad subconsciente y los aspectos emocionales e intuitivos de la naturaleza humana.



Cuarto creciente

Esta fase dura unos once días. Es momento de crecimiento, ideal para el desarrollo de ideas y proyectos nuevos.



Luna llena

Dura unos tres días. La energía lunar está en su cenit. Es un buen momento para completar lo que se concibió durante el cuarto creciente.

22

Librodot

Las cuatro fases

En el ciclo lunar de veintinueve días hay cuatro fases, cada una de las cuales es una expresión de energía que refleja un modo concreto de actividad. Se relacionan con las fases del crecimiento de una planta a lo largo de las estaciones del año: la aparición de los capullos (cuarto creciente), la floración (Luna llena), el marchitarse de la flor (cuarto menguante) y la germinación de las semillas (Luna nueva). La influencia de cada fase se advierte en dos aspectos: la formación de la personalidad y la vida cotidiana.

La energía expresada por la fase de la Luna en el momento del nacimiento ejerce una influencia decisiva sobre la personalidad. Es probable que los nacidos durante la Luna nueva sean introvertidos, mientras que los nacidos durante la Luna llena sean más abiertos. Si una persona nace durante el cuarto creciente podrá ser bastante sociable, mientras que los nacidos al estar la Luna en cuarto menguante serán más reservados. Para saber en qué fase se hallaba la Luna cuando nacimos, basta con consultar unas tablas lunares.

Estar en armonía con las energías de la Luna ofrece enormes ventajas. Podemos experimentar la energía de las cuatro fases trabajando conscientemente con ellas. Más abajo se describe el enfoque de los indios norteamericanos.



Cuarto menguante

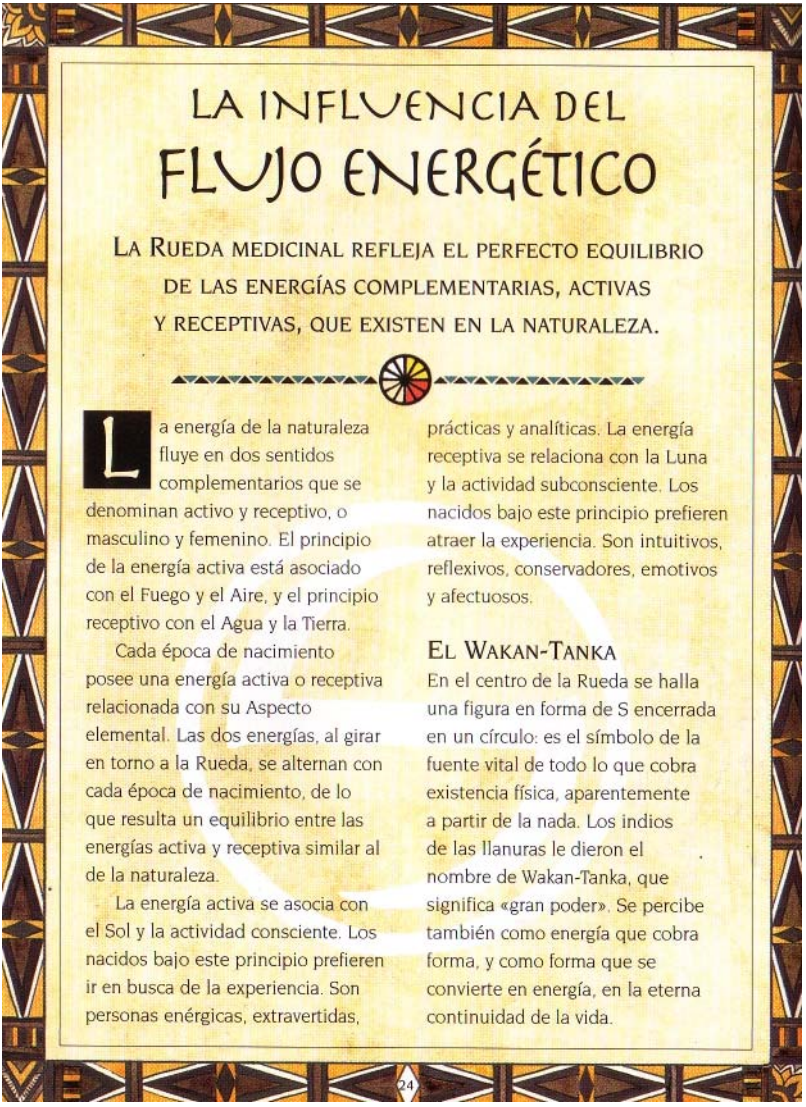
Período de cambios. Esta fase, que dura unos once días, es perfecta para mejorar y modificar, así como para descartar lo que ya no se necesita ni desea.



Luna nueva

La Luna desaparece durante unos cuatro días. Es tiempo de contemplar los logros y de que germinen las semillas de lo nuevo.

Librodot



LA INFLUENCIA DEL FLUJO ENERGÉTICO

LA RUEDA MEDICINAL REFLEJA EL PERFECTO EQUILIBRIO DE LAS ENERGÍAS COMPLEMENTARIAS, ACTIVAS Y RECEPTIVAS, QUE EXISTEN EN LA NATURALEZA.

La energía de la naturaleza fluye en dos sentidos complementarios que se denominan activo y receptivo, o masculino y femenino. El principio de la energía activa está asociado con el Fuego y el Aire, y el principio receptivo con el Agua y la Tierra.

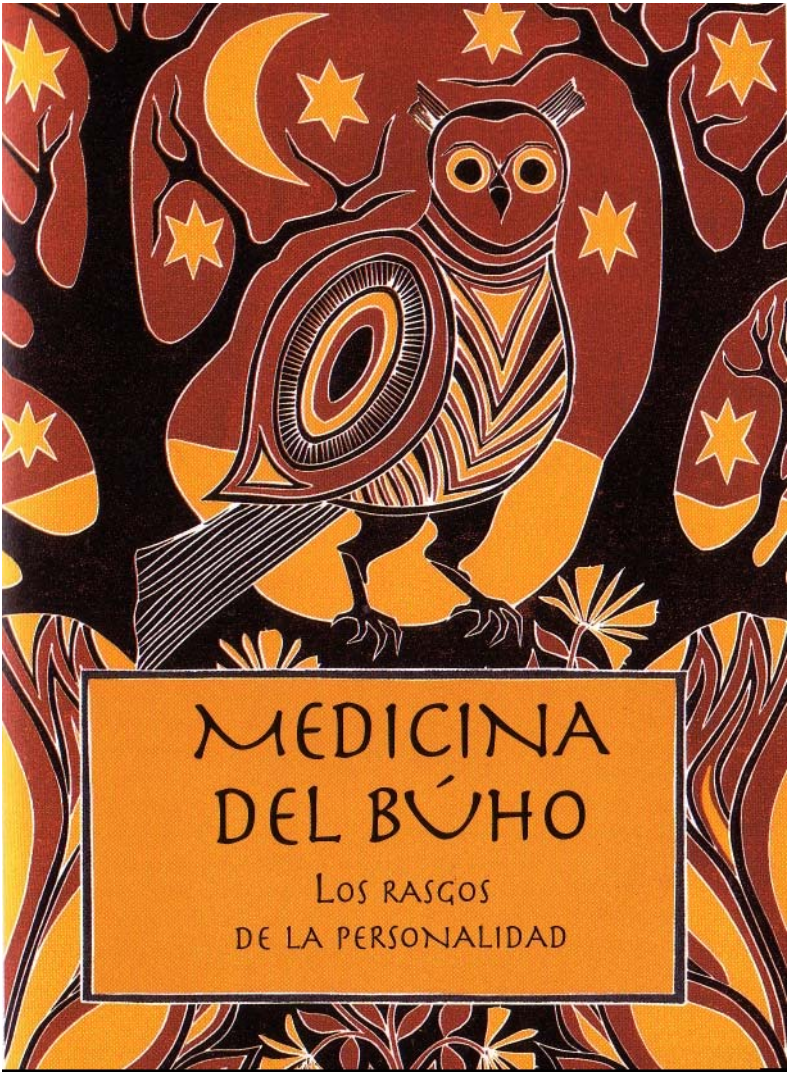
Cada época de nacimiento posee una energía activa o receptiva relacionada con su Aspecto elemental. Las dos energías, al girar en torno a la Rueda, se alternan con cada época de nacimiento, de lo que resulta un equilibrio entre las energías activa y receptiva similar al de la naturaleza.

La energía activa se asocia con el Sol y la actividad consciente. Los nacidos bajo este principio prefieren ir en busca de la experiencia. Son personas enérgicas, extravertidas, prácticas y analíticas. La energía receptiva se relaciona con la Luna y la actividad subconsciente. Los nacidos bajo este principio prefieren atraer la experiencia. Son intuitivos, reflexivos, conservadores, emotivos y afectuosos.

EL WAKAN-TANKA

En el centro de la Rueda se halla una figura en forma de S encerrada en un círculo: es el símbolo de la fuente vital de todo lo que cobra existencia física, aparentemente a partir de la nada. Los indios de las llanuras le dieron el nombre de Wakan-Tanka, que significa «gran poder». Se percibe también como energía que cobra forma, y como forma que se convierte en energía, en la eterna continuidad de la vida.

Librodot


MEDICINA
DEL BÚHO
LOS RASGOS
DE LA PERSONALIDAD

ESTACIÓN DEL NACIMIENTO
NOCHES LARGAS

LOS PENETRANTES VIENTOS DEL OTOÑO SE MANIFIESTAN EN LA TERCERA ÉPOCA DE LA ESTACIÓN, Y CONFIERE A LOS NACIDOS EN ELLA CLARIDAD MENTAL Y AMOR POR LA LIBERTAD.

Noches largas constituye una de las doce épocas de nacimiento según la división del año en doce segmentos estacionales (véanse pp. 12-13). En el tercer período otoñal las noches son más largas y el calor del sol más débil. El aire es vivificante y los vientos fríos anuncian a menudo la llegada de las primeras nieves.



LA INFLUENCIA DE LA NATURALEZA

Las cualidades y características de la naturaleza en esta época constituyen las bases de la esencia de los Búho. Por ejemplo, así como el aire frío limpia la atmósfera, quienes nacieron en esta época saben percibir los detalles y su claridad mental les permite ver todas las opciones que se les presentan incluso en momentos de confusión, así como establecer objetivos a largo plazo. Se busca la libertad de movimientos y expresión y se rechazan las ataduras.

En esta estación hay más horas de oscuridad que de luz, y por tanto lo oculto y lo secreto resultan atractivos. Los Búho poseen una

Librodot

gran intuición y captan la verdad de las situaciones antes que los demás. Su afinidad con la oscuridad se refleja en su tendencia a alejarse de las personas y situaciones cuando sienten que su libertad está amenazada.

Etapa de la vida

Este período del año puede compararse con la madurez de la edad adulta. En términos del desarrollo humano, se trata de una etapa en la que la sabiduría derivada de la experiencia se manifiesta en la consecución de una individualidad auténtica y la comprensión de los asuntos más complejos y misteriosos.

Desarrollo del potencial

La mente vivaz e inquisitiva de los Búho, junto con su espíritu independiente, les otorga un carácter vigoroso que necesita libertad. Despiertos y curiosos, desarrollan intereses variados y emprenden nuevos caminos de acción. Seguros de sus ideas,



La energía de la naturaleza

La naturaleza entra en una fase reflexiva en el último ciclo del otoño, antes del solsticio de invierno. Los vientos fríos y penetrantes limpian el aire y las horas de luz son escasas.

disfrutan discutiéndolas. Se expresan de un modo directo que los demás suelen considerar fresco y sincero, pero no deben olvidar que la excesiva franqueza puede hacer daño a personas menos seguras que ellos.

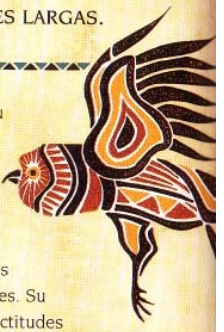
Valoran la libertad por encima de todo, pero han de procurar no caer en actitudes egoístas o insensibles ni huir de situaciones que sean difíciles o de sus responsabilidades prioritarias.

«La vida es un ciclo que va de la infancia a la infancia, como todo aquello que el poder mueve.» *Proverbio black elk*

Librodot

TÓTEM DE NACIMIENTO
BÚHO

LA NATURALEZA ESENCIAL Y EL COMPORTAMIENTO CARACTERÍSTICO DEL BÚHO REFLEJAN LA PERSONALIDAD DE LOS NACIDOS DURANTE LA ÉPOCA DE LAS NOCHES LARGAS.



Como el búho, quienes nacieron en el período de las Noches largas son curiosos, intuitivos y observadores. Dichas personas tienen una mente inquisitiva y un carácter expansivo que busca la libertad y la aventura.

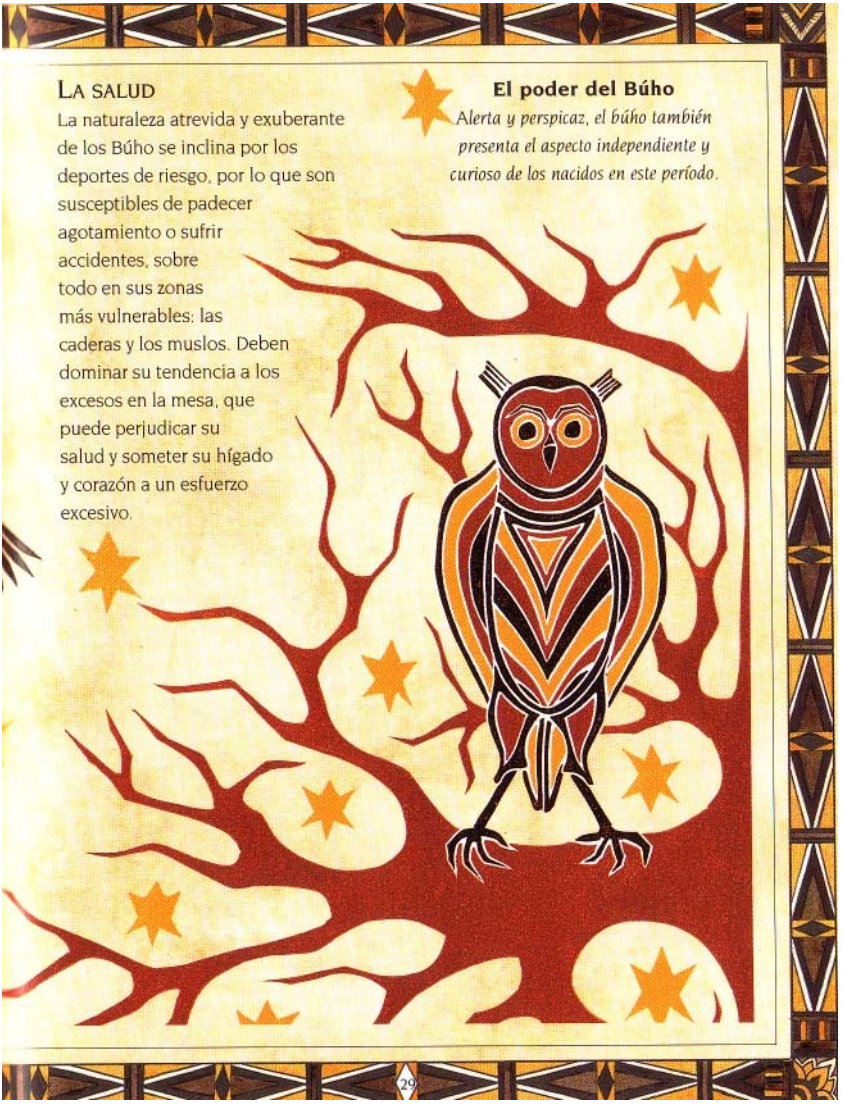
Independientes y perspicaces, necesitan libertad de movimientos para expresar su actitud alegre y vivaz. Les disgustan las limitaciones, por lo que a veces evaden sus responsabilidades. Su afición por las actitudes grandilocuentes en ocasiones los lleva a expresar sus opiniones de forma insensible.



Son personas de mente clara y buen ojo para los detalles y tienen capacidad para descubrir nuevos enfoques y presentar métodos de trabajo innovadores. Los demás están dispuestos a apoyar sus iniciativas seguras y entusiastas. Los Búho valoran mucho la sinceridad y la integridad y les gusta descubrir secretos y sacarlos a la luz.

28

Librodot


LA SALUD
La naturaleza atrevida y exuberante de los Búho se inclina por los deportes de riesgo, por lo que son susceptibles de padecer agotamiento o sufrir accidentes, sobre todo en sus zonas más vulnerables: las caderas y los muslos. Deben dominar su tendencia a los excesos en la mesa, que puede perjudicar su salud y someter su hígado y corazón a un esfuerzo excesivo.
El poder del Búho
Alerta y perspicaz, el búho también presenta el aspecto independiente y curioso de los nacidos en este período.
29

Librodot



LOS BÚHO Y SUS RELACIONES

VIVACES Y EXTRAVAGANTES, LOS BÚHO SUELEN SER COMPAÑEROS APRECIADOS. SON CARIÑOSOS Y ESTIMULANTES, PERO REACIOS A SENTAR CABEZA.

Los reflexivos Búho, como su tótem animal, destacan por su sabiduría. Aquellos cuyo tótem de nacimiento es Búho poseen una gran perspicacia, dotes de percepción y un espíritu emprendedor que atrae seguidores, tanto en el aspecto social como en el trabajo. Su descaro a menudo les hace pasar por irresponsables. A veces les falta tacto; deben procurar suavizar su franqueza con una actitud compasiva y sensible.

LAS RELACIONES AMOROSAS

Aunque los Búho necesitan relaciones íntimas, detestan sentirse atados y es posible que tarden mucho en comprometerse con una pareja. El varón disfruta con las emociones fuertes, mientras que la mujer es una compañera leal cuando encuentra pareja estable. Ambos son románticos y coquetos y necesitan una vida sexual atrevida para no aburrirse.

Los problemas suelen deberse a su rebeldía cuando se sienten encadenados. Su aversión por el compromiso puede provocar la inseguridad de su pareja. Han de esforzarse por mostrar que su necesidad de libertad no indica falta de amor.

EL TRATO CON LOS BÚHO

A los Búho no es fácil convencerlos; de modo que si se desea que adopten el punto de vista de uno, hay que estar muy seguro de los propios argumentos. Necesitan tiempo para ellos, de manera que cuando desaparezcan súbitamente no hay que tomárselo como un rechazo personal. La mejor forma de tratarlos es concederles espacio y libertad para expresarse. Si uno intenta atar a un Búho, lo perderá.

30

Librodot



LOS BÚHO Y EL AMOR

Búho y Halcón: será una relación muy satisfactoria siempre que respeten la individualidad de cada uno.

Búho y Castor: el Castor puede hacer la vida del Búho más divertida; pero si se torna demasiado asfixiante, el Búho querrá volar del nido.

Búho y Ciervo: la sexualidad de Ciervo mantendrá al Búho comprometido con una relación duradera. Ambos son capaces de adaptarse a sus mutuas necesidades.

Búho y Pájaro carpintero: el Búho responderá bien al cariño del Pájaro carpintero, pero se sentirá enjaulado si el amor se vuelve posesivo.

Búho y Salmón: comparten una determinación y una pasión que satisfará sus necesidades y les conducirá a nuevas experiencias.

Búho y Oso pardo: una pareja estable que no depende de las relaciones sexuales, pero está llena de sorpresas.

Búho y Cuervo: si logran comprometerse sin sentirse muy atados, obtendrán lo mejor el uno del otro.

Búho y Serpiente: a pesar de su atracción inicial, una relación duradera requerirá paciencia y compromiso.

Búho y Búho: una relación que nunca será aburrida porque promete mantenerse siempre en estimulante actividad.

Búho y Ganso: el Ganso ansía amor, pero el Búho es reacio a los compromisos, sobre todo si coartan su libertad.

Búho y Nutria: una relación ardiente pero cómoda en la que ambos compartirán sus fantasías.

Búho y Lobo: el carácter sacrificado de Lobo parece chocar con el deseo del Búho de hacer lo que le plazca, pero ambos pueden ser románticos y mantener una relación chispeante.

Librodot

TÓTEM DIRECCIONAL
OSO GRIS

EL OSO GRIS SIMBOLIZA LA INFLUENCIA DEL OESTE SOBRE LOS BÚHO, PERSONAS DE MENTE CLARA Y FUERZA INTERIOR QUE LOGRAN SUS OBJETIVOS.

Las temporadas de Hojas secas, Helada y Noches largas componen la zona de la Rueda asociada con el punto cardinal o viento Oeste.

El Oeste se relaciona con el otoño y el ocaso, y por lo tanto con la introspección, la consolidación, la madurez y la sabiduría que surge de la experiencia. El Oeste ejerce su influjo sobre lo físico y su principal función es la capacidad del almacenamiento. Su tótem es el autosuficiente oso gris.

El Oeste actúa en especial sobre la claridad mental del Búho, con lo que le permite enfrentarse a los cambios y expresar su creatividad.



Cuenco de oso

Este cuenco de madera tlingit está tallado con la forma de un oso, que se asocia con la fuerza interior.

Es un viento penetrante que libera su potencial y agudiza su capacidad innata para impartir sabiduría.



Librodot

CARACTERÍSTICAS DEL OSO GRIS

En otoño, el fuerte oso se prepara para hibernar y almacena su fuerza interior para despertar en primavera. Por tanto, los nativos norteamericanos lo asociaban con la confianza en uno mismo y la abundancia de recursos. Se le consideraba introspectivo porque parecía meditar sobre sus acciones. Como tótem, nos anima a buscar consejo en nuestro interior y a aprender del pasado para tomar decisiones con sabiduría.

Aquellos cuyo tótem direccional es el Oso gris tendrán con probabilidad una gran resistencia, decisión para enfrentarse a sus debilidades y valor para aprender de la experiencia.



Espíritu del Oeste

El Sol se pone por el Oeste.
El Oso, simbólicamente, expresa confianza en uno mismo.

33

Librodot

TÓTEM ELEMENTAL
AZOR

COMO EL AZOR, QUE SURCA EL CIELO A GRAN VELOCIDAD, EL ESPÍRITU AVENTURERO DEL BÚHO NECESITA LIBERTAD DE EXPRESIÓN.

El Fuego es el Aspecto elemental de los Búho, así como de los Halcón y los Salmón, por lo que todos pertenecen a la misma familia de los cuatro elementos, o al mismo clan (véanse pp. 20-21 para una introducción sobre la influencia de los elementos). Cada clan elemental tiene un tótem que permite reconocer sus características esenciales.



Chispa de vitalidad
El azor simboliza las cualidades del Fuego: energía y entusiasmo.

EL CLAN AZOR

El tótem del clan del Fuego es el Azor, que simboliza la naturaleza impulsiva y entusiasta de un espíritu pionero. El azor, rápido y de vista aguda, se abate repentinamente sobre su presa y aprovecha cualquier oportunidad. Quienes pertenecen a este clan poseen una

34

Librodot

personalidad vivaz, gustan de llevar la iniciativa y tienen una gran intuición y capacidad de comprensión.

Individualistas, valientes y creativos, les emocionan las aventuras y animan a los demás con su fuerza vital. Les disgusta sentirse confinados o aburridos por la rutina. A menudo les motivan súbitos destellos de inspiración, de modo que desean activar la imaginación con el estímulo de nuevos desafíos.



Fuego sobre Tierra

El elemento Fuego alimenta la Tierra, generando un entusiasmo templado por la estabilidad.

Rasgos elementales

Entre los Búho, el Aspecto elemental del Fuego entusiasta se ve afectado por su Elemento principal, la persistente Tierra. Los nacidos en esta época suelen ser personas intrépidas e idealistas y poseen la estabilidad necesaria para materializar sus pensamientos e ideales.

Tal vez tienden a abarcar más de lo que pueden y a disipar sus energías, llevados por el ardor del Fuego y la perseverancia de la Tierra, por lo que en ocasiones se sentirán agotados o frustrados por conseguir menos de lo que esperaban.

En momentos como éste, o cuando uno se sienta sin energías, debe practicarse el siguiente ejercicio: la afinidad natural con el Fuego significa que se responde bien a la energía del Sol o al aire limpio que deja una tormenta. Hay que irse a un lugar tranquilo, lejos de la contaminación y el ajetreo humano, y, si es invierno, sentarse junto al fuego y mirar las llamas.

Se respira con lentitud, y uno deja que el calor del Sol lo inunde. Con cada inspiración ha de sentirse cómo el poder reparador de la fuerza vital renueva el cuerpo, la mente y el espíritu.

Librodot

PIEDRA AFÍN
OBSIDIANA

AL UTILIZAR LA GEMA CON LA QUE RESUENA LA PROPIA ESENCIA, SE CONECTA CON EL PODER DE LA TIERRA Y SE DESPIERTAN LAS FUERZAS INTERIORES.

Las gemas son minerales que se forman bajo el suelo en un lento proceso. Los indios las apreciaban no sólo por su belleza, sino porque pertenecen a la Tierra y, por lo tanto, poseen parte de su fuerza vital. Para ellos las gemas estaban «vivas»; eran canales de energía que podían utilizarse de muchas maneras: para sanar, proteger o meditar.

Cada piedra tiene su energía o vibración. En la Rueda medicinal hay una piedra asociada a cada época de nacimiento, cuya energía resuena con todos los nacidos en esa temporada. Gracias a esta similitud de energías, la piedra propia ayuda a sentirse en armonía con la Tierra, alcanzar el equilibrio interno y desarrollar las virtudes y habilidades que se necesitan.



Obsidiana pulida
Las vibraciones de la obsidiana sosiegan las emociones y ayudan a estabilizar las energías internas y externas.

RESONANCIA ENERGÉTICA

Los Búho guardan afinidad con la obsidiana, un cristal natural formado a partir de lava volcánica. En general es negro y a veces presenta manchas o franjas. Por haberse originado en las profundidades de la tierra, es una piedra que ofrece estabilidad y protección. La obsidiana se conoce

Librodot



CÓMO ACTIVAR LA GEMA

Se consigue una obsidiana y se lava bajo un chorro de agua fría. Se deja secar, se toma con ambas manos, se acerca a la boca y se sopla con fuerza tres o cuatro veces para impregnarla con el aliento. A continuación, se sostiene con una mano y en silencio se le da la bienvenida a nuestra vida, como un ayudante y un amigo.

Cuando no sepamos qué dirección tomar para sentirnos realizados, la obsidiana nos ayudará a meditar. Hemos de buscar un lugar tranquilo donde nadie nos interrumpa y poner la obsidiana ante nosotros a una altura que nos permita mirarla fijamente sin esfuerzo. Nos concentramos en la piedra y le pedimos consejo. Debemos escuchar la voz de nuestro interior.

también como «lágrima de apache». Las mujeres apaches lloraron desconsoladas cuando sus hombres cayeron víctimas de una matanza, y cuenta la leyenda que sus lágrimas se convirtieron en piedras negras. Se dice también que la obsidiana proporciona consuelo ante la tristeza y el dolor.

Para los Búho la obsidiana resulta útil para aguzar la visión interior y llegar al corazón de los problemas.

El poder de la obsidiana

Llevar siempre encima una obsidiana protege de influencias perniciosas.

«El perfil de la piedra es redondo; el poder de la piedra es ilimitado.» *Proverbio de lakota siux*

Librodot

ÁRBOL AFÍN
MADRESELVA

PARA ADQUIRIR UN ENTENDIMIENTO MÁS PROFUNDO DE NUESTRA NATURALEZA Y DESPERTAR LOS PODERES INTERIORES, RESPETEMOS Y CONTACTEMOS CON NUESTRO ÁRBOL AFÍN.

Los árboles desempeñan un importante papel en la protección de la naturaleza y el mantenimiento del equilibrio del medio ambiente, esencial para la supervivencia de la raza humana.

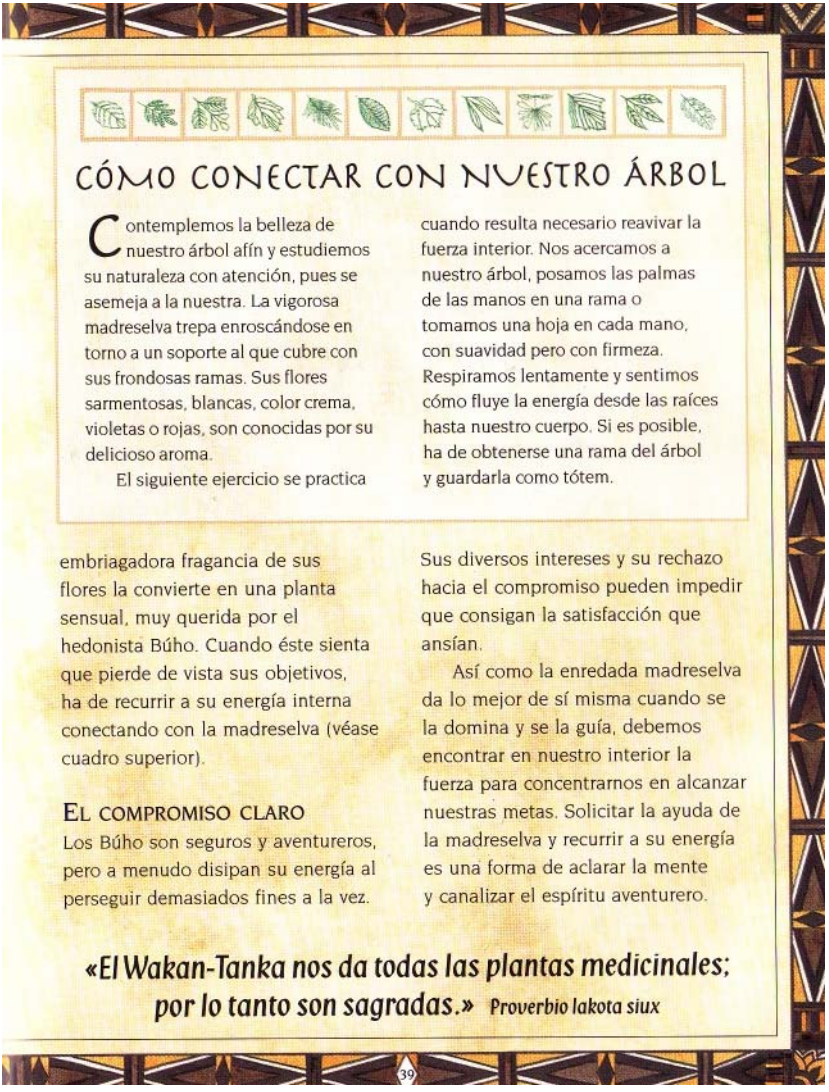


Los indios llamaban a los árboles «personas de pie» porque permanecen erguidos y obtienen su fuerza a través de su conexión con la tierra. Ellos nos enseñan la importancia de estar bien enraizados y al mismo tiempo escuchar y alcanzar nuestras aspiraciones más elevadas. Si los respetamos como seres vivos, los árboles nos ayudarán a comprender las obras de la naturaleza y nuestro interior.

En la Rueda medicinal, cada época de nacimiento se asocia con una especie de árbol, cuyas cualidades básicas complementan las de los nacidos en ese período. Los Búho son afines a la madreselva. Esta fuerte planta trepadora forma una maraña de ramas entrelazadas, símbolo de la atracción de los Búho por los secretos ocultos. La

38

Librodot



CÓMO CONECTAR CON NUESTRO ÁRBOL

Contemplemos la belleza de nuestro árbol afín y estudiemos su naturaleza con atención, pues se asemeja a la nuestra. La vigorosa madreselva trepa enroscándose en torno a un soporte al que cubre con sus frondosas ramas. Sus flores sarmentosas, blancas, color crema, violetas o rojas, son conocidas por su delicioso aroma.

El siguiente ejercicio se practica cuando resulta necesario reavivar la fuerza interior. Nos acercamos a nuestro árbol, posamos las palmas de las manos en una rama o tomamos una hoja en cada mano, con suavidad pero con firmeza. Respiramos lentamente y sentimos cómo fluye la energía desde las raíces hasta nuestro cuerpo. Si es posible, ha de obtenerse una rama del árbol y guardarla como tótem.

embriagadora fragancia de sus flores la convierte en una planta sensual, muy querida por el hedonista Búho. Cuando éste sienta que pierde de vista sus objetivos, ha de recurrir a su energía interna conectando con la madreselva (véase cuadro superior).

EL COMPROMISO CLARO

Los Búho son seguros y aventureros, pero a menudo disipan su energía al perseguir demasiados fines a la vez. Sus diversos intereses y su rechazo hacia el compromiso pueden impedir que consigan la satisfacción que ansían.

Así como la enredada madreselva da lo mejor de sí misma cuando se la domina y se la guía, debemos encontrar en nuestro interior la fuerza para concentrarnos en alcanzar nuestras metas. Solicitar la ayuda de la madreselva y recurrir a su energía es una forma de aclarar la mente y canalizar el espíritu aventurero.

«El Wakan-Tanka nos da todas las plantas medicinales; por lo tanto son sagradas.» ***Proverbio lakota siux***

39

Librodot

COLOR AFÍN
DORADO

INTENSIFICAMOS LAS CUALIDADES POSITIVAS AL EMPLEAR LA FUERZA DE NUESTRO COLOR AFÍN PARA MODIFICAR NUESTROS ESTADOS MENTALES Y EMOCIONALES.

Cada temporada de nacimiento es afín a un color determinado, el que mejor resuena con las energías de los nacidos en este período. El contacto con dicho color acrecienta las actitudes positivas, mientras que la influencia de colores hostiles al nuestro producirá un efecto negativo.

El dorado resuena con los Búho. El oro, símbolo de abundancia y permanencia, sugiere la independencia y libertad que acompañan a las riquezas materiales. Representa la comodidad y el bienestar y estimula la ambición para realizar los sueños y aspiraciones. Fomenta el afecto y la compasión hacia los demás, la decisión de triunfar, la libertad de espíritu y expresión y la confianza en uno mismo.



Esquema de colores

Para sentir todos los beneficios del color afín, hay que vestir toda la casa de dorado, desde cojines y adornos hasta las paredes y suelos.

40

Librodot

REFLEJOS DE COLOR

Conseguimos tres velas de color dorado. Nos situamos en el centro de una habitación y colocamos las velas en torno a nosotros, en los vértices de un triángulo, figura que actúa como amplificador natural.

Encendemos las velas para liberar la energía de su color. Nos sentamos y relajamos de cara a uno de los vértices del triángulo. Disfrutamos del ambiente de paz y nos concentramos en el color. Respiramos despacio y sentimos que la luz dorada se filtra por todo el cuerpo y revitaliza nuestras células. Debemos dejar que los pensamientos y sensaciones fluyan por nuestro cuerpo y mente y reflexionar sobre ellos.



LOS BENEFICIOS DEL COLOR

Para fortalecer el aura e intensificar las cualidades positivas se introducen pinceladas de dorado en la decoración del hogar, lo que puede marcar una gran diferencia. Basta con un motivo dorado en las cortinas o el papel de la pared para cambiar el ambiente de una habitación. Otra posibilidad consiste en poner flores color naranja en jarrones dorados.

Si se necesita una inyección de confianza, hay que llevar algo de oro, y si las energías están bajas debe practicarse el ejercicio de reflejos de color expuesto arriba, lo que equilibra los sentimientos, despierta la creatividad y ayuda a sentirse mejor.

«El poder del espíritu debe ser venerado con su color.»

Proverbio lakota siux

41

Librodot

EL TRABAJO CON LA RUEDA

EL CAMINO DE LA VIDA

SE TOMAN LAS CARACTERÍSTICAS DE LA ETAPA DE NACIMIENTO COMO UN PUNTO DE PARTIDA PARA DESARROLLAR EL CARÁCTER Y ALCANZAR LA SATISFACCIÓN PERSONAL.

Cada una de las doce épocas de nacimiento se asocia con un camino de apendizaje y con una serie de lecciones que han de aprenderse a lo largo de la vida. Al seguir el camino de aprendizaje se acrecientan las fuerzas en lugar de las debilidades, se siente una gran armonía con el mundo y se descubre la paz interior.

EL PROPIO CAMINO DE APRENDIZAJE

Para los Búho la primera lección consiste en cultivar una actitud más responsable. Deben superar su miedo al compromiso y la tendencia a huir de las ataduras y obligaciones y reconocer que son ellos, y no el destino, quienes dirigen su vida, su trabajo y sus relaciones. Los problemas rara vez desaparecen sencillamente por descartarlos, de modo que cuando tengan que tomar alguna decisión difícil, deberán afrontar su responsabilidad.

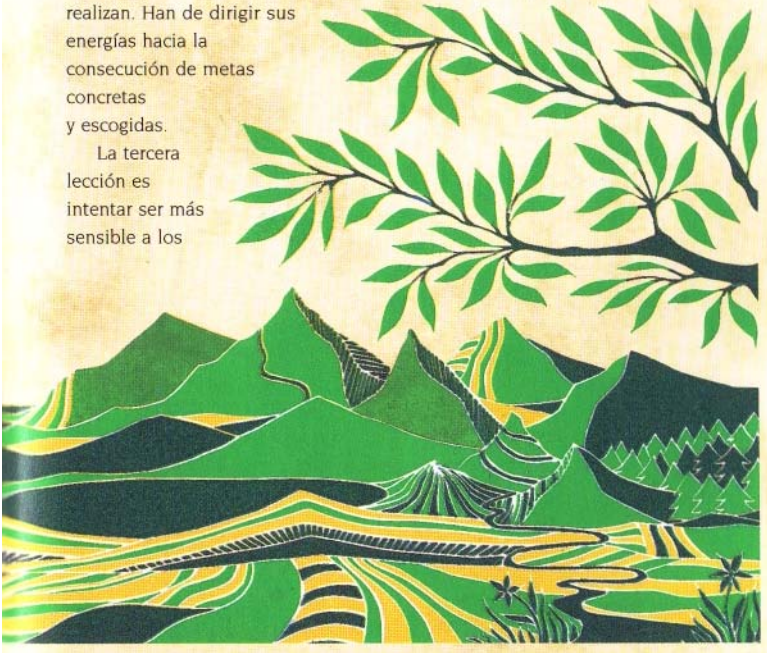
«El camino de cada hombre se halla en su propio corazón. Allí encuentra todas las verdades de la vida.» *Proverbio cheyenne*

Librodot

Si determinan el curso que llevará su vida, ganarán confianza en sí mismos y el respeto de los demás.

Los Búho deben aprender también a concentrar sus energías en el logro de pocos objetivos bien escogidos. Activos y enérgicos, tienden a disipar sus fuerzas al querer tomar demasiados caminos a la vez. En consecuencia, muchos sueños e ideas no se realizan. Han de dirigir sus energías hacia la consecución de metas concretas y escogidas.

La tercera lección es intentar ser más sensible a los sentimientos de los demás. Los Búho, atrevidos y valientes, a veces hacen daño a otras personas con sus comentarios bruscos o su falta de comprensión. Deben mostrar más compasión hacia quienes son menos valientes y más débiles que ellos. No todo el mundo ansía emociones fuertes y aventuras.



Librodot

EL TRABAJO CON LA RUEDA

EL PODER DE LA MEDICINA

SI APROVECHAMOS LOS PODERES DE NUESTRA TEMPORADA DE NACIMIENTO ES POSIBLE TRANSFORMAR EN FUERZAS NUESTRAS DEBILIDADES Y ENFRENTARNOS A LOS DESAFÍOS DE LA VIDA.

En la Rueda medicinal está representada toda la gama de cualidades y habilidades humanas. Los tótems y objetos afines a cada época de nacimiento indican las cualidades básicas de los nacidos en ella.

Al estudiar el propio camino de aprendizaje (véanse pp. 42-43) se determinan los aspectos de la personalidad que deben fortalecerse. Luego han de mirarse otras épocas de nacimiento para descubrir los tótems y afinidades que pueden ayudar en la tarea. Si nuestro perfil elemental, por ejemplo, es Fuego sobre Tierra (véanse pp. 34-35), para obtener equilibrio necesitamos la libertad y claridad del Aire y la estabilidad y la adaptabilidad del Agua. El perfil elemental de los Nutria es Aire sobre Aire y el de los Lobo es Agua sobre Aire. También resulta útil estudiar los perfiles de los otros dos miembros del propio clan elemental —Halcón y Salmón— para ver las distintas expresiones del mismo Aspecto elemental.



Afinidad complementaria

Una fuerza clave en Ciervo —débil en Búho— es la capacidad de adaptar los ideales a la vida cotidiana.

Asimismo, nos interesa el tótem opuesto al nuestro en la Rueda medicinal, pues representa cualidades y características que complementan o realzan las nuestras. Esto se conoce como afinidad complementaria. Para los Búho es el Ciervo.

Librodot



FUERZAS ESENCIALES

Abajo se describen las fuerzas esenciales de cada tótem de nacimiento. Para fortalecer una cualidad débil o enfrentarse a un problema en concreto, hay que reflexionar sobre el tótem que simboliza el atributo que se necesita, hacerse con una representación del tótem en cuestión —una garra, diente, pluma, imagen, anillo o talla— y convencerse de que el poder que simboliza está dentro de uno.

Medicina del Halcón: eś el poder de la observación penetrante y la capacidad de actuar con decisión y energía.

Medicina del Castor: la capacidad creativa para idear vías alternativas de pensamiento.

Medicina del Ciervo: sé caracteriza por la sensibilidad para descubrir las intenciones de los demás y lo que resultaría nocivo para el propio bienestar.

Medicina del Pájaro carpintero: es la aptitud para establecer un ritmo regular en la vida y la tenacidad para proteger lo que se ama.

Medicina del Salmón: la fuerza y el valor para elegir los objetivos, así como la constancia para llevar a término una tarea.

Medicina del Oso pardo: es la capacidad de respuesta, eficacia en el trabajo y fiabilidad en tiempos de necesidad y el poder para recobrar fuerza interior.

Medicina del Cuervo: la aptitud para transformar situaciones negativas o estériles en positivas y para superar las limitaciones.

Medicina de la Serpiente: es el talento para adaptarse a los cambios y atravesar con éxito las fases de transición.

Medicina del Búho: es el poder de discernir las cosas en momentos de incertidumbre y llevar una vida coherente con planes a largo plazo.

Medicina del Ganso: se caracteriza por el valor para mantenerse fiel a los propios principios e ideales.

Medicina de la Nutria: la capacidad de conectar con el niño interior, de ser innovador e idealista y de disfrutar a fondo las tareas de la vida cotidiana.

Medicina del Lobo: es el valor para actuar de acuerdo con la intuición y los instintos más que con el intelecto. Su cualidad es la compasión.

45

Librodot