SABIDURÍA ANCESTRAL DE LOS NATIVOS NORTEAMERICANOS: PÁJARO CARPINTERO

KENNETH MEADOWS

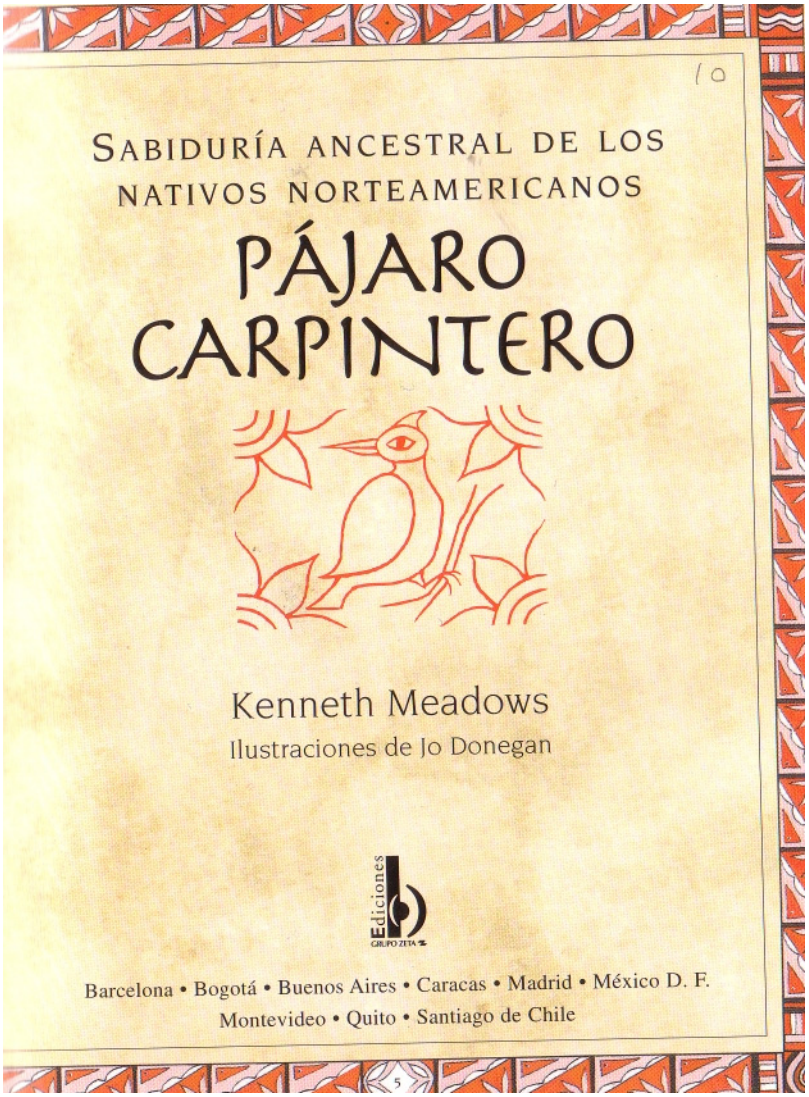


Digitalizado por LIBRO dot.com
http://www.librodot.com

Kenneth Meadows



Librodot


10
SABIDURÍA ANCESTRAL DE LOS NATIVOS NORTEAMERICANOS
PÁJARO CARPINTERO
Kenneth Meadows
Ilustraciones de Jo Donegan
Ediciones
GRUPO ZETA
Barcelona • Bogotá • Buenos Aires • Caracas • Madrid • México D. F.
Montevideo • Quito • Santiago de Chile
5

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*

8

Kenneth Meadows

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.

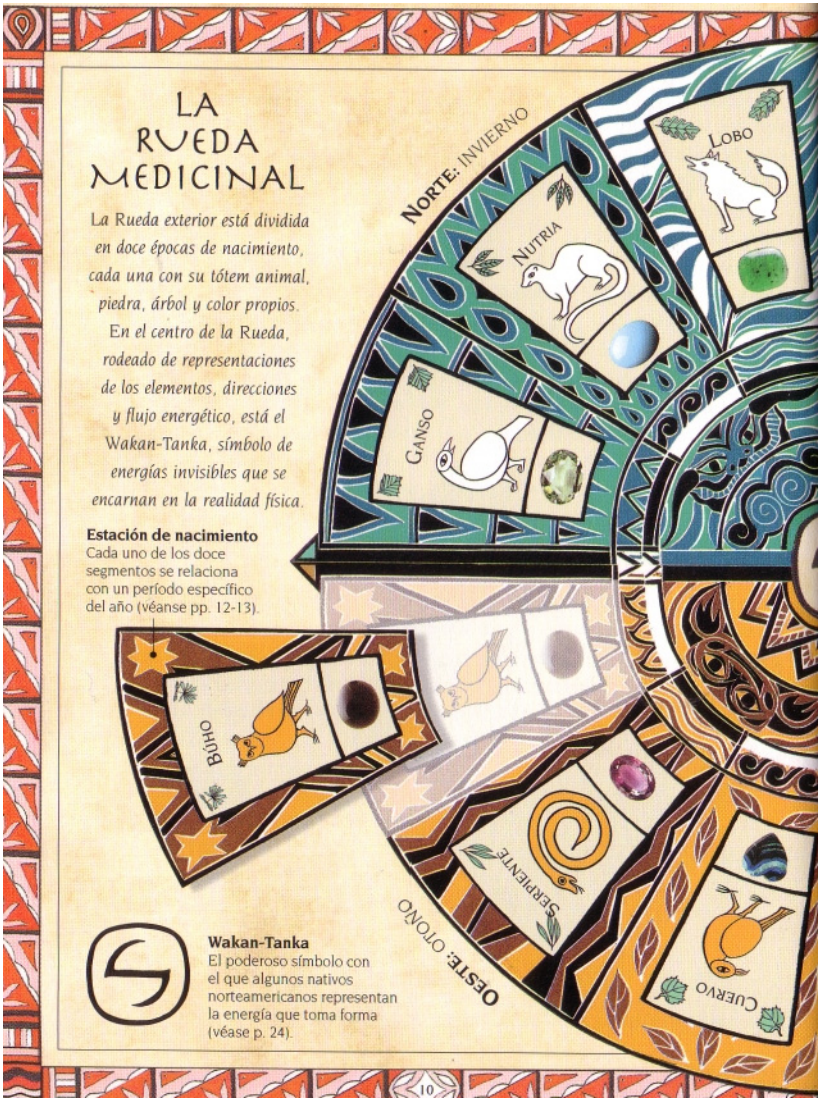
Entre todas ellas hay una que se considera la Rueda maestra, puesto que indica el equilibrio existente en la naturaleza y el modo más efectivo de lograr la armonía con el universo y nosotros mismos. La Medicina de la Tierra se estructura sobre esta Rueda maestra.

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).
Wakan-Tanka
El poderoso símbolo con el que algunos nativos norteamericanos representan la energía que toma forma (véase p. 24).
NORTE: INVIERNO
LOBO
NUTRIA
GANSO
BÚHO
SERPIENTE
CUERVO
OESTE: OTOÑO
10

Kenneth Meadows



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

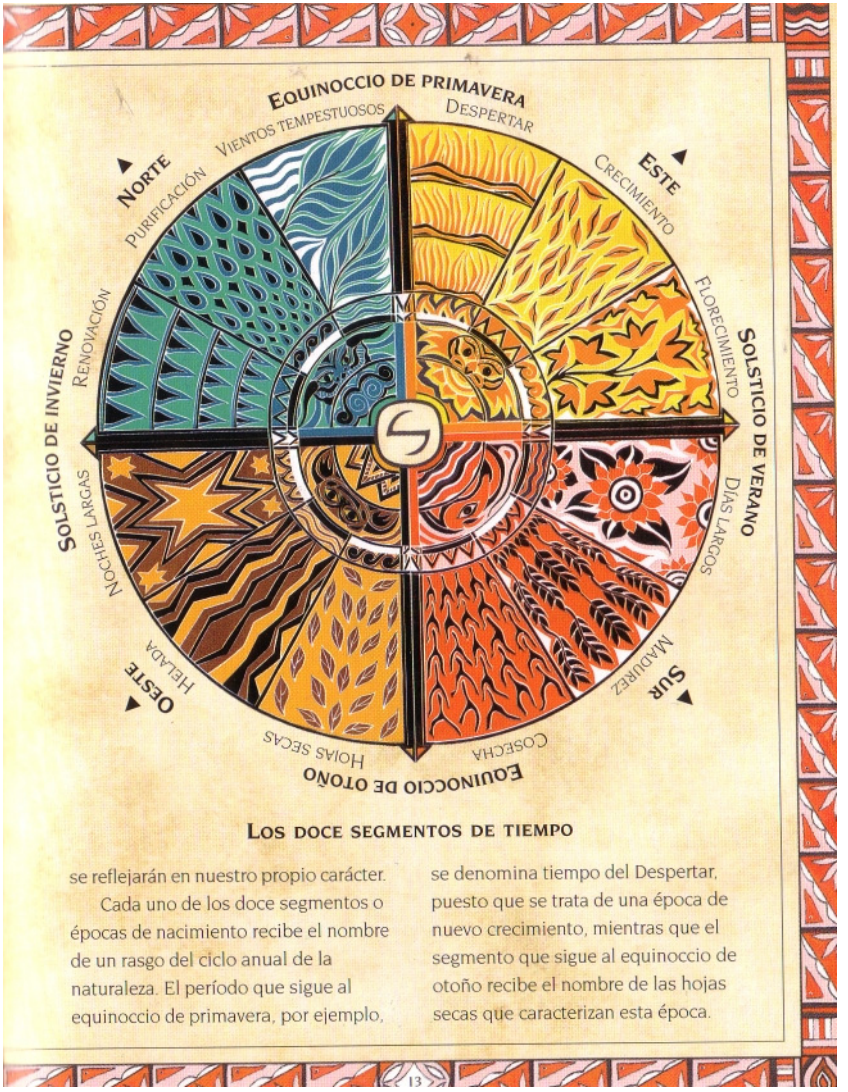


Ritos de la estación

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.

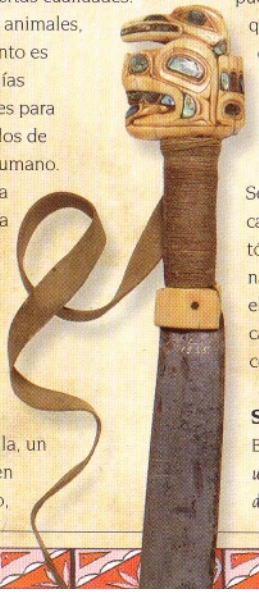
13

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.



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 siux*

15

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 Pájaro carpintero, 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.

16



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.

17

Librodot

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

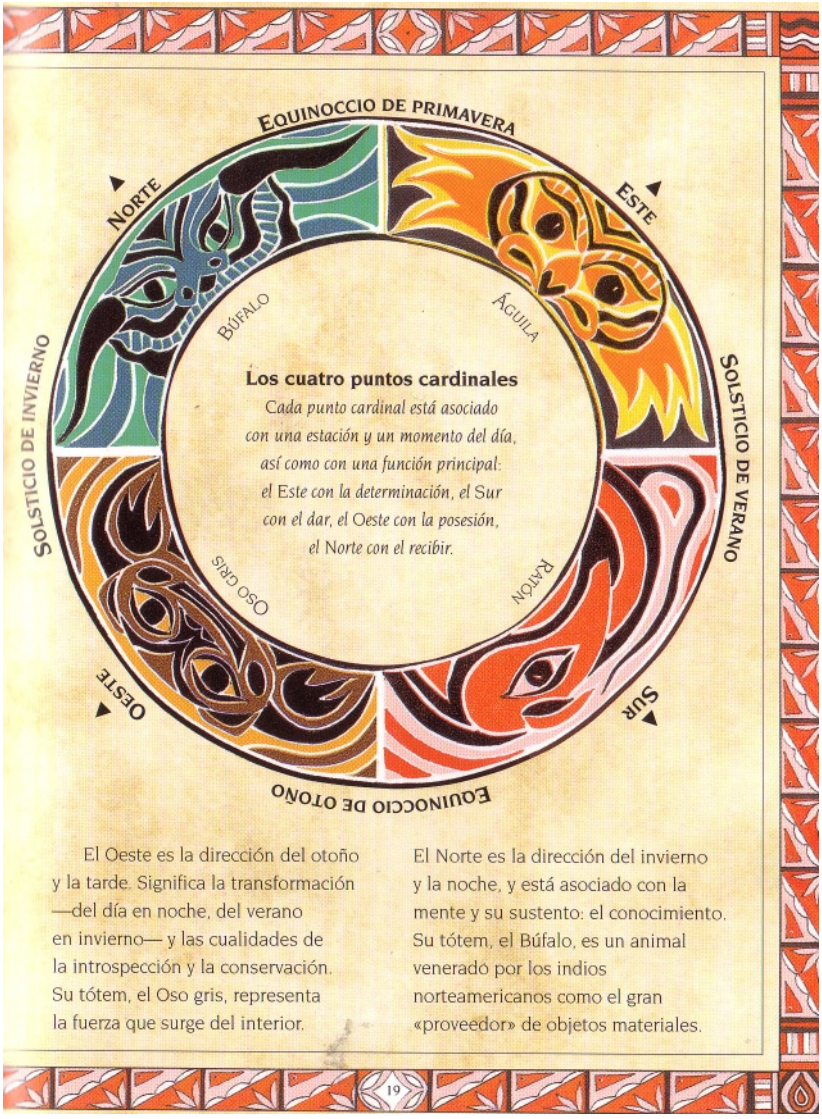
En la Medicina de la Tierra, cada punto cardinal o viento se asocia con una estación y un momento del día. Así, a las épocas de invierno (Renovación, Purificación y Vientos tempestuosos) les corresponde la dirección Norte y la noche. El punto cardinal al que pertenece cada época de nacimiento influye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

18


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

Librodot

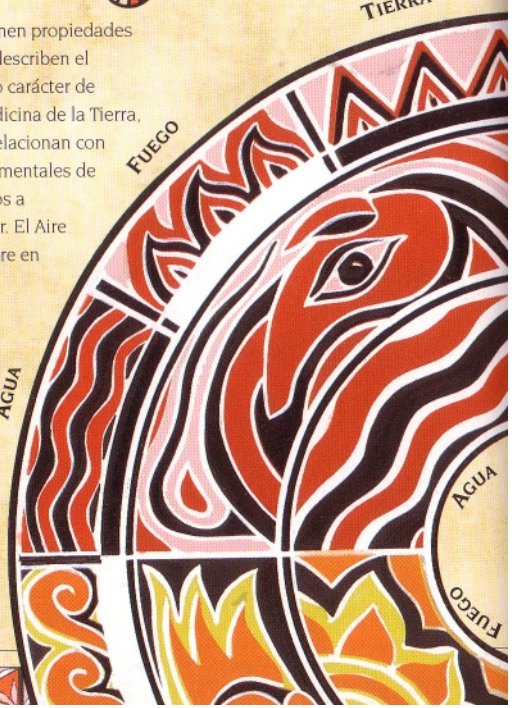
LA INFLUENCIA DE LOS ELEMENTOS

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 este signo es Agua sobre Agua. El Agua es tanto el Elemento principal como el Aspecto elemental.



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 Pájaro carpintero pertenecen al clan Rana (véanse pp. 34-35).



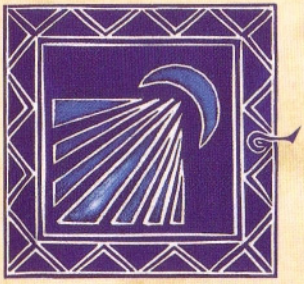
Elemento predominante

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 Pájaro carpintero, 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

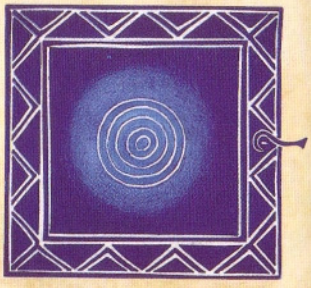
LAS CUATRO FASES LUNARES EJERCEN UNA INFLUENCIA CRUCIAL SOBRE LA FORMACIÓN, LA PERSONALIDAD Y EL COMPORTAMIENTO HUMANO.

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

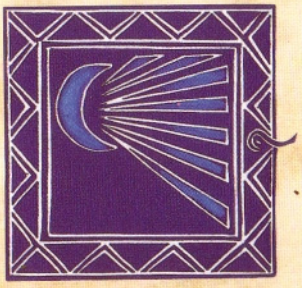
Librodot

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.

23

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

Kenneth Meadows



Kenneth Meadows

ESTACIÓN DEL NACIMIENTO

DÍAS LARGOS

DURANTE EL PRIMER PERÍODO DE NACIMIENTO DEL VERANO SE SIENTE EL RECONFORTANTE CALOR DEL SOL, QUE CONFIERE A LOS NACIDOS EN ÉL LA CAPACIDAD DE PROTEGER.

Días largos constituye una de las doce épocas de nacimiento según la división del año en doce segmentos estacionales (véanse pp. 12-13). En el primer período del ciclo estival, que comienza con el solsticio de verano, la energía solar alcanza su punto culminante, y la naturaleza aminora con suavidad su ritmo tras la primavera y despliega toda su exuberancia.



LA INFLUENCIA DE LA NATURALEZA

Las cualidades y características de la naturaleza en esta época constituyen las bases de la esencia de los Pájaro carpintero. Por ejemplo, así como las delicadas y aromáticas flores se abren durante las largas horas de luz, quienes han nacido en esta época tienen un carácter cálido y cariñoso que atrae a los demás y les infunde confianza. La naturaleza benigna de esta estación se refleja en la dulzura del temperamento de los Pájaro carpintero, lo que les permite avenirse con otras personas. Sin embargo, su deseo de ayudar y proteger a sus seres queridos a veces resulta asfixiante.

Los hopi tenían la tradición de

26

Librodot

comenzar la ceremonia de Niman cinco días antes del solsticio de verano. Los solemnes rituales duraban dieciséis días, y su objetivo era garantizar lluvias suficientes para las cosechas. Del mismo modo, los Pájaro carpintero invierten tiempo y esfuerzo en cultivar los talentos que les permitirán obtener beneficios durante toda la vida.

Etapa de la vida

Este período del año puede compararse con el comienzo de la madurez, cuando el potencial de la juventud se ha desarrollado a partir de la experiencia. En términos del desarrollo humano, es una etapa en la que se aceptan los deberes y responsabilidades y se abriga la esperanza de cosechar los frutos del esfuerzo.

Desarrollo del potencial

A los Pájaro carpintero les gusta avivar el talento de los demás, y confían en que desarrollarán todo su potencial. Transmiten a sus seres queridos una sensación de placidez que les permite evolucionar



La energía de la naturaleza

El poder sustentador de la naturaleza se manifiesta en este primer ciclo del verano, tras el solsticio. La penetrante fragancia de las flores inunda el aire, y la tierra se cubre de frondosa vegetación.

a su propio ritmo hasta alcanzar la madurez. Se sienten ligados a las personas a las que ayudan. Sin embargo, pueden tornarse rencorosos y adustos si algún proyecto anhelado se viene abajo o si alguien que les importa se vuelve contra ellos.

Deben intentar no invertir muchas energías en planes o personas excesivamente absorbentes. Han de procurar también no proteger demasiado a su familia y amigos.

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

27

Librodot

Kenneth Meadows

TÓTEM DE NACIMIENTO
PÁJARO CARPINTERO

LA NATURALEZA ESENCIAL Y EL COMPORTAMIENTO PROPIO DEL PÁJARO CARPINTERO REFLEJAN LA PERSONALIDAD DE LOS NACIDOS EN LA ÉPOCA DE LOS DÍAS LARGOS.

Como el pájaro carpintero, quienes nacieron en la época de los Días largos son protectores y tenaces. Dichas personas tienen una naturaleza afectuosa, emotiva y sensible que las impulsa a establecer fuertes lazos de unión con personas y proyectos.

El hogar es muy importante para ellos y les gusta ofrecer un ambiente atractivo y confortable a su familia. La devoción por sus seres queridos los lleva a proteger demasiado a sus hijos y mostrarse reacios a dejarles abandonar el nido cuando llega el momento. Amables y considerados, les perturba la insensibilidad de los demás. Dejan que los sentimientos predominen sobre la razón, por lo que a veces emiten juicios precipitados de los que luego se arrepienten.

El fuerte compromiso con sus amigos y creencias los convierte en compañeros y empleados leales. Incluso llegan a sacrificar sus propias necesidades por las de los demás, aunque más tarde lo lamentan.



LA SALUD

En ocasiones desperdician su gran imaginación y agitados sentimientos, pues se preocupan demasiado por su seguridad futura. La ansiedad que así se

28

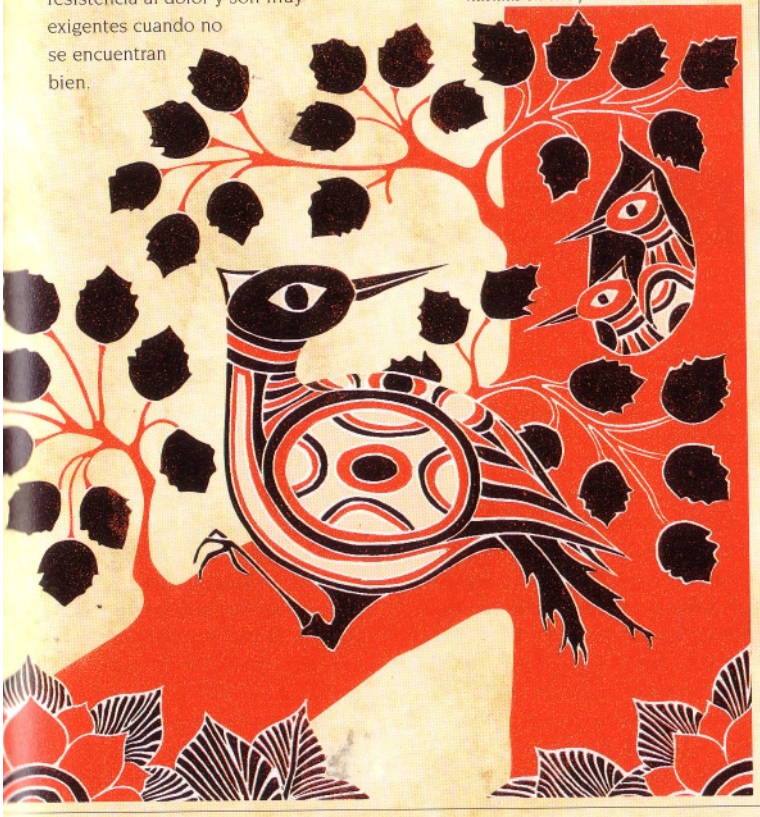
Librodot

Kenneth Meadows

provocan se manifestará físicamente en dolencias de estómago, que es su zona más vulnerable. Aunque son fuertes y se recuperan pronto de casi cualquier enfermedad, tienen poca resistencia al dolor y son muy exigentes cuando no se encuentran bien.

El poder del Pájaro carpintero

Protector, brillante y tenaz, el pájaro carpintero refleja el aspecto sensible de las personas emotivas y afectuosas nacidas en este período.



29

Librodot

Kenneth Meadows

LOS PÁJARO CARPINTERO Y SUS RELACIONES

CONSIDERADOS Y SENSIBLES, LOS PÁJARO CARPINTERO SON AMIGOS VALIOSOS Y LEALES. PUEDEN SER COMPAÑEROS DEVOTOS, PERO TIENDEN A PROTEGER DEMASIADO A LOS DEMÁS.

Emotivos y cariñosos, los Pájaro carpintero, como su tótem animal, se aferran a lo que aman, establecen fuertes lazos de unión y disfrutan de las amistades íntimas, pero se involucran con excesiva facilidad. Tienden a encontrarse menos cómodos en compañía de desconocidos, con quienes se muestran fríos e incluso hostiles.

LAS RELACIONES AMOROSAS

Los Pájaro carpintero buscan el compromiso total y necesitan intimar mucho para sentirse seguros. El hombre es protector y paciente. La mujer es muy cariñosa y decidida en el sexo. Ambos son sensibles, pero tal vez demasiado emotivos, y se sienten fácilmente heridos o desilusionados.

Los problemas suelen surgir porque su incapacidad para distanciarse puede resultar asfixiante. A veces se ponen bruscos o malhumorados cuando sus preocupaciones los obsesionan, lo que contrasta con su naturaleza habitualmente amable y comprensiva.

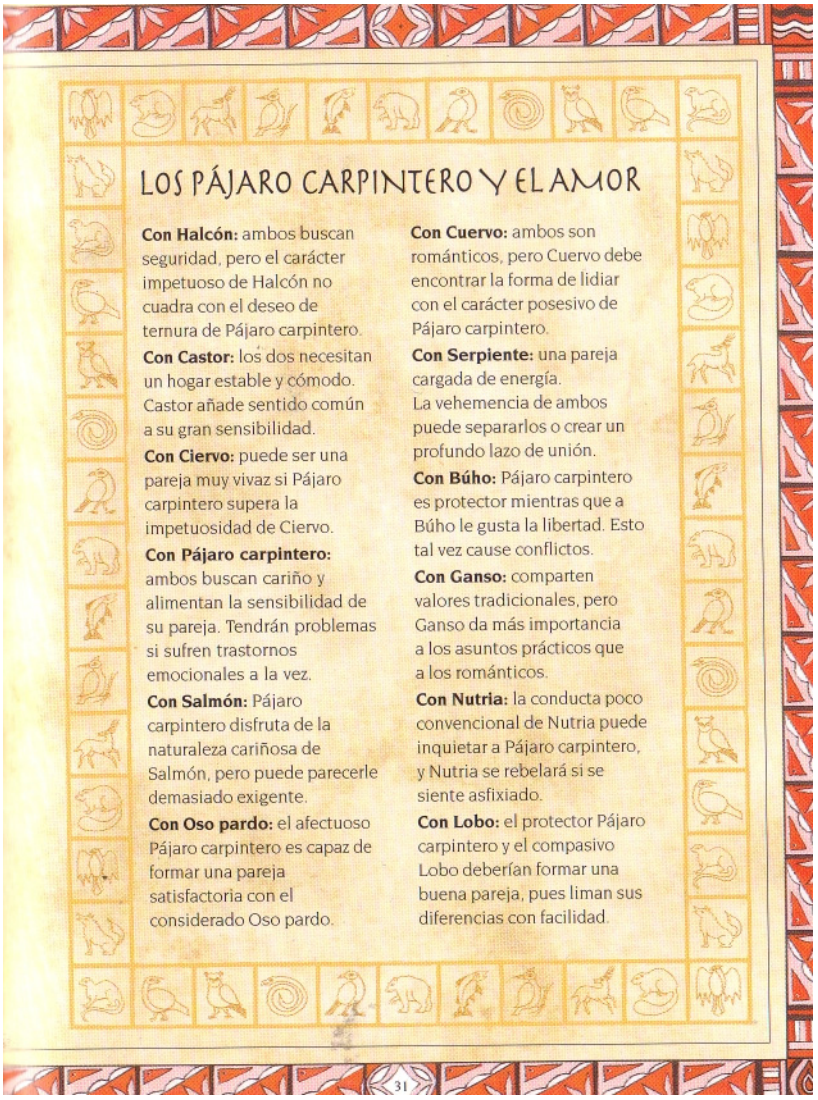
EL TRATO CON LOS PÁJARO CARPINTERO

Los Pájaro carpintero son en extremo sensibles y emotivos y hay que tratarlos con dulzura. A pesar de su actitud protectora hacia los demás, son muy vulnerables y se alejarán si se sienten amenazados, en cuyo caso se ponen de mal humor y a la defensiva. Hay que ser positivos en su compañía, puesto que son muy sensibles a los estados de ánimo de los demás. Tienden a preocuparse demasiado, así que debe ofrecérseles seguridad para ayudarlos a relajarse.

30

Librodot

Kenneth Meadows



LOS PÁJARO CARPINTERO Y EL AMOR

Con Halcón: ambos buscan seguridad, pero el carácter impetuoso de Halcón no cuadra con el deseo de ternura de Pájaro carpintero.

Con Castor: los dos necesitan un hogar estable y cómodo. Castor añade sentido común a su gran sensibilidad.

Con Ciervo: puede ser una pareja muy vivaz si Pájaro carpintero supera la impetuosidad de Ciervo.

Con Pájaro carpintero: ambos buscan cariño y alimentan la sensibilidad de su pareja. Tendrán problemas si sufren trastornos emocionales a la vez.

Con Salmón: Pájaro carpintero disfruta de la naturaleza cariñosa de Salmón, pero puede parecerle demasiado exigente.

Con Oso pardo: el afectuoso Pájaro carpintero es capaz de formar una pareja satisfactoria con el considerado Oso pardo.

Con Cuervo: ambos son románticos, pero Cuervo debe encontrar la forma de lidiar con el carácter posesivo de Pájaro carpintero.

Con Serpiente: una pareja cargada de energía. La vehemencia de ambos puede separarlos o crear un profundo lazo de unión.

Con Búho: Pájaro carpintero es protector mientras que a Búho le gusta la libertad. Esto tal vez cause conflictos.

Con Ganso: comparten valores tradicionales, pero Ganso da más importancia a los asuntos prácticos que a los románticos.

Con Nutria: la conducta poco convencional de Nutria puede inquietar a Pájaro carpintero, y Nutria se rebelará si se siente asfixiado.

Con Lobo: el protector Pájaro carpintero y el compasivo Lobo deberían formar una buena pareja, pues liman sus diferencias con facilidad.

Librodot

TÓTEM DIRECCIONAL
RATÓN

EL RATÓN SIMBOLIZA LA INFLUENCIA DEL SUR SOBRE LOS PÁJARO CARPINTERO, CUYA SENSIBILIDAD FACILITA SU COMPRENSIÓN.

Las épocas de Días largos, Madurez y Cosecha componen la zona de la Rueda asociada con el punto cardinal o viento Sur, que se relaciona con el verano y el calor del mediodía, y por lo tanto con la confianza, la inocencia, los sentimientos profundos y la esperanza. El Sur ejerce su influjo sobre las emociones, y su principal función es la de dar. Su tótem es el sensible y curioso ratón.

El Sur actúa en especial sobre los sentimientos y la capacidad de confiar en los propios instintos, característica de los Pájaro carpintero. El viento del Sur les facilita la comprensión de sus sentimientos, lo que les permite amar de forma altruista. El Sur era también conocido como «el camino del niño», porque se asociaba con la confianza en el auténtico ser y el rechazo del cinismo y la arrogancia.



Ratón guerrero
Este muñeco hopi kachina representa al ratón, que se asocia con la sensibilidad emotiva.

CARACTERÍSTICAS DEL RATÓN

Los bigotes del ratón le proporcionan una gran sensibilidad a cuanto lo rodea, por lo que para los nativos norteamericanos simbolizaba la percepción a través de la cercanía y los sentimientos. Debido a su

Librodot

Kenneth Meadows

diminuto tamaño a menudo pasa inadvertido, tal como en ocasiones no reparamos en la vocecilla de nuestro interior. También representa la curiosidad, el valor para vivir experiencias mediante la exploración y la implicación personal, así como la capacidad de aprender y desarrollarse a gran velocidad.

Espíritu del Sur

El Sol alcanza su cenit en el Sur y simboliza la alegría de la vida. El Ratón expresa percepción aguda.

Aquellos cuyo tótem direccional es el Ratón suelen ser sensibles al ambiente y a los sentimientos de quienes los rodean. Sus acciones y decisiones suelen estar influidas por sus emociones, por lo que necesitan estabilizarlas con su sabiduría interior. Prestan mucha atención a los detalles y tienen facilidad para aprender y madurar de prisa. Saben que los grandes logros se obtienen a partir de pequeños comienzos.



33

Librodot

Kenneth Meadows

TÓTEM ELEMENTAL
RANA

COMO LA RANA, QUE PERCIBE CADA ONDULACION DEL AGUA, LA GRAN SENSIBILIDAD DE LOS PÁJARO CARPINTERO REQUIERE LIBERTAD DE EXPRESIÓN.

El Agua es el Aspecto elemental de los Pájaro carpintero, así como de los Serpiente y de los Lobo, 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.



Bajo la superficie
La rana simboliza la cualidad fundamental del agua: la sensibilidad profunda.

EL CLAN RANA

El tótem del clan del Agua es la Rana, que encarna una naturaleza sensible, emocional, reflexiva e intuitiva.

La rana se siente a gusto tanto en el agua como en la tierra, buceando o sentada sobre una superficie sólida y atenta a cada movimiento que se produce alrededor. Quienes pertenecen a este clan tienen capacidad de

34

Librodot

Kenneth Meadows

adaptación y, gracias a su intuición, descubren lo que se esconde bajo las apariencias y perciben los estados de ánimo de los demás.

Imaginativos y sensibles, experimentan emociones profundas que a veces reprimen. Como les disgusta sentirse vulnerables, procuran guardar cierta reserva. Necesitan comprender y sentirse plenamente libres para expresarse tanto emocional como creativamente.



Agua sobre Agua
El elemento Agua alimenta el Agua y genera profundos sentimientos e intuición.

Rasgos elementales

Para los Pájaro carpintero, el Aspecto elemental del Agua emotiva es puro, puesto que el Elemento principal es también Agua. Los nacidos en esta época tienen sentimientos muy profundos y una comprensión intuitiva de las emociones ajenas.

Tienden a ser demasiado sensibles y se dejan dominar por el dictado del corazón, llevados por la turbulenta fuerza del Agua. Por ello, en ocasiones se sentirán inquietos y descontrolados. Cuando se enfrentan a los problemas que surgen en estas situaciones, los invaden sentimientos negativos y agrios. En momentos como éstos, cuando se sientan estresados o se les presente un dilema, deben practicar el siguiente ejercicio: han de buscar un lugar tranquilo cerca de un río, un lago, el mar o incluso una piscina o una fuente, lejos de la contaminación y el ajetreo humano.

Disfrutemos de los destellos de la luz sobre la superficie y dejemos que el sonido del agua nos proporcione alivio mientras respiramos lenta y profundamente. Cada vez que inspiremos hemos de sentir cómo el poder reparador de la fuerza vital fluye y nos aporta la claridad de un manantial de la montaña, refrescándonos el cuerpo, la mente y el espíritu.

35

Librodot

PIEDRA AFÍN
CUARZO ROSADO

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 temporada de nacimiento, cuya energía resuena con los nacidos en esa época.



Cuarzo rosado
Al cuarzo rosado se le atribuía la capacidad de sanar males espirituales y fortalecer los lazos familiares.

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.

RESONANCIA ENERGÉTICA

Los Pájaro carpintero guardan afinidad con el cuarzo rosado, una variedad de cuarzo cuyo color se atribuye a partículas de titanio. Algunos lo llaman «piedra del amor», y se creía que apaciguaba los ánimos y confería ternura a las relaciones. Los nativos norteamericanos lo consideraban

Librodot

CÓMO ACTIVAR LA GEMA

Se consigue un cuarzo rosado 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 impregnarlo 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 nos enfrentemos a un problema repentino, el cuarzo rosado nos ayudará a meditar. Hemos de buscar un lugar tranquilo donde tumbarnos y ponernos el cuarzo en el esternón. Cerramos los ojos e imaginamos que su cálida luz rosada entra en nosotros y nos ofrece una solución. Debemos escuchar la voz de nuestro interior.

una ayuda para sanar heridas espirituales y calmar la mente, sobre todo tras una experiencia turbulenta. También fomenta la receptividad a la belleza.

A los Pájaro carpintero, el cuarzo rosado les ayuda a enfrentarse a dificultades inesperadas.

Su suave energía tranquilizadora reforzará su percepción, por lo que resulta muy valiosa en momentos de crisis y en situaciones conflictivas.

El poder del cuarzo rosado

Para beneficiarnos de sus efectos llevaremos siempre un cuarzo rosado y distribuiremos algunos por la casa para crear un ambiente de paz.



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

37

Librodot

Kenneth Meadows

ÁRBOL AFÍN

ÁLAMO TEMBLÓN

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 aguantan 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 Pájaro carpintero son afines al álamo temblón, un árbol vigoroso y elegante. El característico susurro de sus hojas nos recuerda que los Pájaro carpintero también son capaces de expresar con dulzura sus intensos

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.

El álamo temblón es un árbol fuerte y a la vez elegante, de hojas pequeñas que se agitan con la más ligera brisa y emiten un suave susurro.

El siguiente ejercicio se practica cuando resulta necesario reavivar la fuerza interior. Nos acercamos a nuestro árbol, colocamos las palmas de las manos en el tronco y apoyamos la frente sobre ellas. Respiramos lentamente y sentimos cómo fluye la energía desde las raíces hasta nuestro cuerpo. Si nos es posible, conseguimos una rama del árbol y la guardamos como tótem.

sentimientos. El temblor del álamo refleja la gran sensibilidad de los Pájaro carpintero, que cuando se encuentren muy cargados emocionalmente, deben recurrir a su capacidad de moderación conectando con su árbol (véase cuadro superior).

SUPERAR LOS MIEDOS

Los Pájaro carpintero tienen una naturaleza cariñosa y emotiva. La parte negativa de esta sensibilidad radica en su tendencia a preocuparse demasiado, lo que puede causarles melancolía o apatía.

Sin embargo, así como la madera del álamo se utilizaba para fabricar escudos, los Pájaro carpintero son capaces de fortalecer su determinación y de encontrar esperanzas y valor frente al riesgo y la incertidumbre. Deben solicitar la ayuda del álamo a fin de obtener el vigor y la energía para superar sus miedos y seguir el camino que les indica el corazón.

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

Librodot

COLOR AFÍN
ROSA

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

Cada época 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 rosa resuena con los Pájaro carpintero. Compuesto por partes iguales de rojo y blanco, combina la influencia de ambos colores. El rojo se asocia con la pasión, mientras que el blanco evoca paz y serenidad, de modo que el rosa encarna el afecto y el sentimiento de protección. Es un color sedante que mitiga la rabia, la tensión y cualquier sentimiento negativo. Además estimula la energía y la tenacidad emocional. Es el color de la vitalidad, el altruismo y la capacidad de sentir la energía del amor constante y sensible.



Esquema de colores
Hay que dejar que el rosa vista la casa, desde los ornamentos hasta las paredes y suelos.

40

Librodot

BAÑO DE COLOR

Echamos unas gotas de aceite de rosa, de aromaterapia, en un baño caliente y removemos bien el agua. Debemos disponer de al menos media hora para relajarnos en el agua. Bañarnos en nuestro color nos libra de las tensiones, alivia el estrés y al mismo tiempo suaviza la piel. Es muy recomendable si nos sentimos emocional o mentalmente agotados o deprimidos, y también en momentos de baja autoestima. Hemos de dejar que las sensaciones y pensamientos nos pasen por la mente y el cuerpo y reflexionar sobre ello.



no sólo el pasajero o intensamente apasionado.

LOS BENEFICIOS DEL COLOR

Para fortalecer el aura e intensificar la cualidades positivas se introducen pinceladas de rosa —rosa claro y rojo pálido— en la decoración del hogar, lo que puede marcar una gran diferencia. Basta con la pantalla de una lámpara, por ejemplo, para cambiar el ambiente de una habitación.

Un jarrón de rosas, tradicional muestra de amor, también surte efecto.

Si se necesita una pequeña inyección de confianza, hay que llevar alguna prenda de ropa de color rosa, y si las energías están bajas debe practicarse el ejercicio del baño de color expuesto arriba, lo que equilibra los sentimientos, despierta la creatividad y ayuda a sentirse mejor.

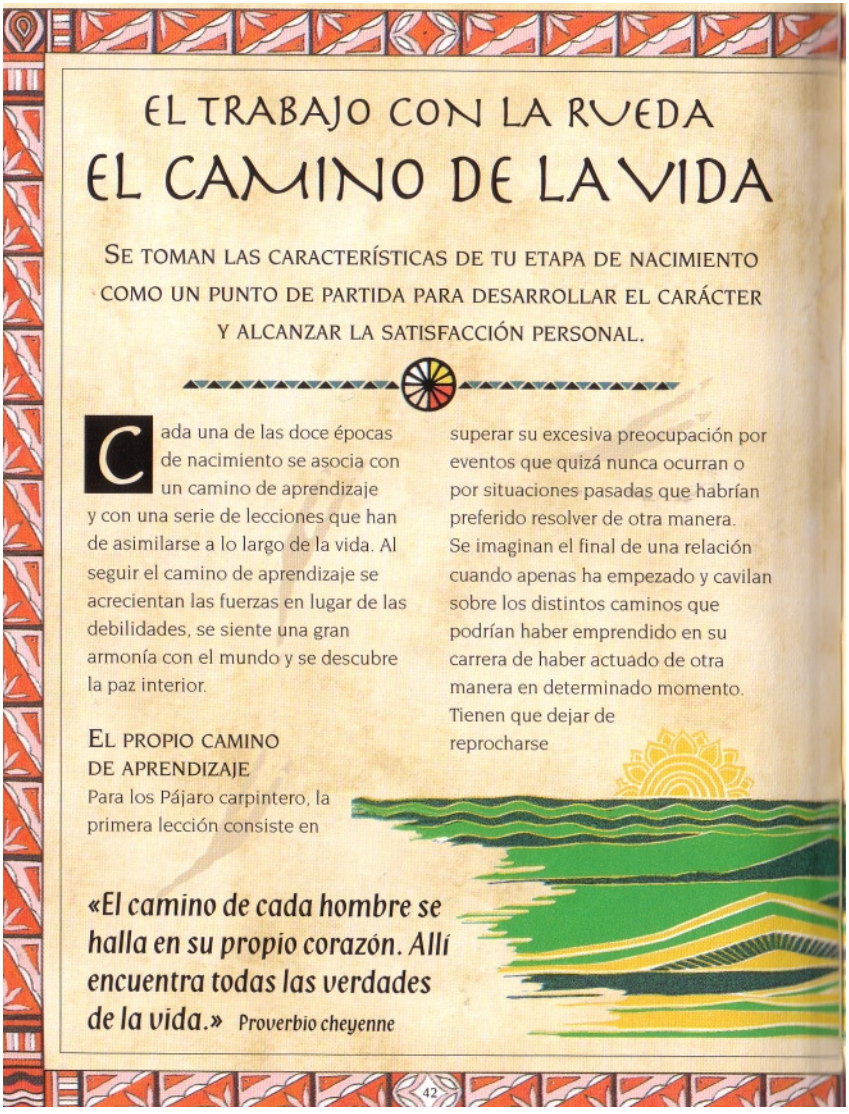
«El poder del espíritu debe ser venerado con su color.»

Proverbio lakota siux

41

Librodot

Kenneth Meadows



EL TRABAJO CON LA RUEDA

EL CAMINO DE LA VIDA

SE TOMAN LAS CARACTERÍSTICAS DE TU 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 aprendizaje y con una serie de lecciones que han de asimilarse 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 Pájaro carpintero, la primera lección consiste en superar su excesiva preocupación por eventos que quizá nunca ocurran o por situaciones pasadas que habrían preferido resolver de otra manera. Se imaginan el final de una relación cuando apenas ha empezado y cavilan sobre los distintos caminos que podrían haber emprendido en su carrera de haber actuado de otra manera en determinado momento. Tienen que dejar de reprocharse

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

42

Librodot

Kenneth Meadows

hechos del pasado y desterrar las dudas sobre el futuro. Deben vivir el presente: la existencia les resultará más agradable y satisfactoria.

Los Pájaro carpintero han de aprender también a controlar sus turbulentas emociones y su cáracter posesivo. Cariñosos y sensibles, se sienten heridos con facilidad, lo que les provoca estallidos irracionales y amargas recriminaciones. Deben recordar que las personas que los quieren no desean herirlos, de modo que hay que apreciar su comportamiento en su justo valor y dejarles el espacio que necesiten.

La tercera lección es reconocer que los conflictos de la vida, tanto los éxitos como los fracasos, constituyen experiencias valiosas en su desarrollo personal. No han de permitir que los reveses en el amor o en el trabajo los desmotiven. Deben ser positivos y contemplar las decepciones como desafíos en el camino para llegar a ser personas más fuertes y satisfechas.



43

Librodot

Kenneth Meadows

EL TRABAJO CON LA RUEDA

EL PODER DE LA MEDICINA

SI APROVECHAMOS LOS PODERES DE NUESTRA ÉPOCA 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.



Afinidad complementaria

Una fuerza clave en Ganso —débil en Pájaro carpintero— es la objetividad.

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

44

Librodot

Kenneth Meadows



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 representa está dentro de uno.

Medicina del Halcón: es 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: se 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