

Revista electrónica trimestral de la web www.EnSincronia.net

E-zine nº 7 julio 07

Estar en sincronía: “No te detengas...con el calor del verano”



Verano, la estación del crecimiento y la maduración

NOVEDADES:

Nueva programación de cursos:

En octubre Ensincronia ofrecerá algunos de los cursos en el Casal Cardener. C/ Cardener 45. 08024 Barcelona. Las inscripciones se podrán hacer el 13 y 14 de septiembre. Encontrarás más detalles de las actividades en la web www.ensincronia.net

REIKI INICIACIÓN DE NIVEL 1. En el Casal Cardener
CHAKRAS. CÓMO POTENCIAR TUS CENTROS ENERGÉTICOS. En el Casal Cardener
“CHACRA MASSAGE AYURVÉDICO”

RESPIRAR LA VIDA: TALLER DE MEDITACIÓN BIOENRGÉTICA
GRUPO DE PRÁCTICA DE MEDITACIÓN VIPASSANA.
PRÁCTICAS DE REIKI.

Consulta la programación de las actividades en www.ensincronia.net

1 EL MENSAJE

El verano propicia el crecimiento y la maduración. Es tiempo de pasear por el campo, bañarse en el mar y retomar ese contacto con la madre naturaleza para equilibrarnos, armonizarnos y tener tiempo para descansar y tal vez reflexionar...Tener tiempo para ti. Disfrútalo y cárgate de energía para el otoño. No te detengas!

Walt Whitman (1819-1892), en la Versión de: Leandro Wolfson, lo expresa así:

NO TE DETENGAS

No dejes que termine el día sin haber crecido un poco,
sin haber sido feliz, sin haber aumentado tus sueños.

No te dejes vencer por el desaliento.

No permitas que nadie te quite el derecho a expresarte,
que es casi un deber.

No abandones las ansias de hacer de tu vida algo extraordinario.

[Más... abajo](#)

2 LIBROS Y ARTÍCULOS.

Esta vez yo también hago vacaciones y, en vez de presentaros un libro, os propongo que visitéis una biblioteca digital. Libros gratis a vuestro alcance:

El Grupo La Diosa Dorada, nos comunica la apertura de La biblioteca Digital de Tantra que se ha ampliado y da acceso a miles de libros gratis en la Sección de Ficheros del Grupo. Hay libros de Tantra, de Tao, Yoga, Hermetismo, Chamanismo, Teosofía, New Age, Crecimiento Personal, etc.

El link de acceso es: <http://www.egrupos.net/grupo/ladiosadorada>

3 TÚ TIENES LA PALABRA: HISTORIAS DE VIDA:

Mis amigos Guillermo Leyva y Quim Castellá coincidieron al enviarme esta "contra" de la Vanguardia, para Historias de Vida. Aunque la entrevista se hizo en febrero, la guardé para el verano porque tal vez se entienda mejor el tema de tener tiempo. Deseo que os inspire para que en estas vacaciones podáis disfrutar de la belleza que nos rodea.

Se titula: **"Tú tienes reloj, yo tengo tiempo"**

Entrevista a MOUSSA AG ASSARI. Escritor tuareg, defensor de los pastores

La Contra _ La Vanguardia. VÍCTOR-M. AMELA - 01/02/2007

[.Más... abajo](#)

4 RECOMENDAMOS:

El próximo encuentro de MEDITACIÓN VIPASSANA que tendrá lugar los días 1 al 11 de agosto en el Monasterio de Les Avellanes (Lérida). Cuenta con la presencia y las enseñanzas de Dhiravamsa que nos guiará en el camino del auto desarrollo y crecimiento espiritual. Para más información dirigirse a Teresalina Callizo. Correo-e: teresalina.callizo@gmail.com

5 SABER MÁS. ENLACES DE...

MEDITACIÓN...

El millonésimo círculo Con el nombre de "El Millonésimo Círculo", se ha proyectado una organización mundial para crear círculos cuya formación revela los pasos para cambiar la conciencia planetaria. Esta frase viene del libro de Jean Shinoda Bolen, [El Millonésimo Círculo: Cómo Cambiar Nosotros el Mundo](#) que a su vez fue inspirado por "los cien monos" la historia que ayudó a activistas anti-nucleares en 1970-1980 a continuar, cuando la sabiduría convencional dijo que nada (especialmente gente común) podría detener el crecimiento de armas nucleares entre las superpotencias. El millonésimo círculo se basa en simples hipótesis: cuando un número crítico de personas cambia su pensamiento y su manera de comportarse, se iniciará una nueva era. Para ello apela a la sagrada sabiduría de lo femenino que se encuentra tanto en los hombres como en las mujeres. Sabréis más de este proyecto en: <http://www.millionthcircle.org/trans/span/intenciones.html>

REIKI...

Tecnología Kirliana y Reiki, visto en imágenes: <http://www.reiki-4-all.com/kirlian.html> En esta página encontrareis fotografías Kirlian que muestran antes y después del tratamiento los efectos del Reiki, captados en el campo energético de la persona que lo recibe. Y aquí podeis ver cómo se captó el campo biomagnetico de una mujer antes y después de un tratamiento de Reiki de 20 minutos <http://64.224.49.156/practicalreiki/kirliantesting.htm>

CÁNCER DE MAMA...

Lo que necesitas saber sobre el cáncer de mama en:

http://www.fefoc.org/educacion/publicaciones_fefoc/pdfs/loque.pdf

6 OPINIONES Y SUGERENCIAS DE NUESTROS LECTORES

Pilar escribió: "Hola, Isabel me llamo Pili y ante todo darte mi enhorabuena por lo que estas haciendo en tus talleres. Ayudando a encontrar la paz interior y la luz que llevamos dentro..."
Gracias Pilar.

Isabel Tribó
Psicóloga y Pedagoga
Balmes 348 ático 1ª 08006 Barcelona
isabel.tribo@ensincronia.net
www.ensincronia.net

Tejiendo redes es una revista electrónica que distribuye gratuitamente EnSincronia, un site para promover el crecimiento, la armonía y el amor

www.ensincronia.net

Para hacernos llegar comentarios, ideas o sugerencias, escribe a:

info@ensincronia.net

Para darte de baja manda un e-mail a:

info@ensincronia.net

poniendo Baja en el asunto

1 El mensaje

NO TE DETENGAS

No dejes que termine el día sin haber crecido un poco,
sin haber sido feliz, sin haber aumentado tus sueños.

No te dejes vencer por el desaliento.

No permitas que nadie te quite el derecho a expresarte,
que es casi un deber.

No abandones las ansias de hacer de tu vida algo extraordinario.

No dejes de creer que las palabras y las poesías
sí pueden cambiar el mundo.

Pase lo que pase nuestra esencia está intacta.

Somos seres llenos de pasión.

La vida es desierto y oasis.

Nos derriba, nos lastima,

nos enseña,

nos convierte en protagonistas
de nuestra propia historia.

Aunque el viento sople en contra,

la poderosa obra continúa:

Tú puedes aportar una estrofa.

No dejes nunca de soñar,

porque en sueños es libre el hombre.

No caigas en el peor de los errores:

el silencio.

La mayoría vive en un silencio espantoso.

No te resignes.

Huye.

"Emito mis alaridos por los techos de este mundo",

dice el poeta.

Valora la belleza de las cosas simples.

Se puede hacer bella poesía sobre pequeñas cosas,
pero no podemos remar en contra de nosotros mismos.

Eso transforma la vida en un infierno.

Disfruta del pánico que te provoca

tener la vida por delante.

Vívela intensamente,

sin mediocridad.

Piensa que en ti está el futuro
y encara la tarea con orgullo y sin miedo.
Aprende de quienes puedan enseñarte.
Las experiencias de quienes nos precedieron
de nuestros "poetas muertos",
te ayudan a caminar por la vida
La sociedad de hoy somos nosotros:
Los "poetas vivos".
No permitas que la vida te pase a ti sin que la vivas...

Walt Whitman (1819-1892)
Versión de: Leandro Wolfson

3 Historias de vida

Mis amigos Guillermo Leyva y Quim Castellá coincidieron al enviarme esta "contra" de la Vanguardia, para Historias de Vida. Aunque la entrevista se hizo en febrero, la guardé para el verano porque tal vez se entienda mejor el tema de tener tiempo. Deseo que os inspire para que en estas vacaciones podáis disfrutar de la belleza que nos rodea.

Se titula: **Tú tienes reloj, yo tengo tiempo**

Entrevista a MOUSSA AG ASSARI. Escritor tuareg, defensor de los pastores

La Contra _ La Vanguardia. VÍCTOR-M. AMELA - 01/02/2007

"Debe de tener cerca de 30 años y llega de otro planeta, como el Principito. Cautiva la suavidad de sus gestos, la dulzura de su voz y lo que cuenta. Un día, en un bar, charló al azar con un desconocido acerca de su añorado mundo. Y resultó ser un editor... que se empeñó en publicarle. "En el desierto no hay atascos. Un tuareg en la ciudad" (Sirpus): hoy es todo un éxito en Francia, y Moussa es ya una celebridad mediática. Que un pastor tuareg llegue a estrella en Europa es tan improbable que Moussa lo interpreta como un designio: lo aprovecha para defender la vida nómada y pastoril de los tuareg. ...Pasó por Barcelona con una caravana París-Tombuctú que llevaba material médico y escolar a su comunidad tuareg (véase caravaneducocoeur.com), y expuso fotos en la librería Baïbars **MOUSSA AG ASSARID**
No sé mi edad: ¡nacé en el desierto del Sahara, sin papeles...! Nací en un campamento nómada tuareg entre Tombuctú y Gao, al norte de Mali. He sido pastor de los camellos, cabras, corderos y vacas de mi padre. Hoy estudio Gestión en la Universidad Montpellier-1. Estoy soltero. Defiendo a los pastores tuareg. Soy musulmán, sin fanatismo."

- **¡Qué turbante tan hermoso...!**

- Es una fina tela de algodón: permite tapar la cara en el desierto cuando se levanta arena, y a la vez seguir viendo y respirando a su través.

- **Es de un azul bellísimo...**

- A los tuareg nos llamaban los hombres azules por esto: la tela destiñe algo y nuestra piel toma tintes azulados...

- **¿Cómo elaboran ese intenso azul añil?**

- Con una planta llamada índigo, mezclada con otros pigmentos naturales. El azul, para los tuareg, es el color del mundo.

- **¿Por qué?**

- Es el color dominante: el del cielo, el techo de nuestra casa.

- **¿Quiénes son los tuareg?**

- Tuareg significa abandonados, porque somos un viejo pueblo nómada del desierto, solitario, orgulloso: señores del desierto, nos llaman. Nuestra etnia es la amazigh (bereber), y nuestro alfabeto, el tifinagh.

- **¿Cuántos son?**

- Unos tres millones, y la mayoría todavía nómadas. Pero la población decrece... "¡Hace falta que un pueblo desaparezca para que sepamos que existía!", denunciaba una vez un sabio: yo lucho por preservar este pueblo.

- **¿A qué se dedican?**

- Pastoreamos rebaños de camellos, cabras, corderos, vacas y asnos en un reino de infinito y de silencio...

- **¿De verdad tan silencioso es el desierto?**

- Si estás a solas en aquel silencio, oyes el latido de tu propio corazón. No hay mejor lugar para

hallarse a uno mismo.

- **¿Qué recuerdos de su niñez en el desierto conserva con mayor nitidez?**

- Me despierto con el sol. Ahí están las cabras de mi padre. Ellas nos dan leche y carne, nosotros las llevamos a donde hay agua y hierba... Así hizo mi bisabuelo, y mi abuelo, y mi padre... Y yo. ¡No había otra cosa en el mundo más que eso, y yo era muy feliz en él!

- **¿Sí? No parece muy estimulante...**

- Mucho. A los siete años ya te dejan alejarte del campamento, para lo que te enseñan las cosas importantes: a olisquear el aire, escuchar, aguzar la vista, orientarte por el sol y las estrellas... Y a dejarte llevar por el camello, si te pierdes: te llevará a donde hay agua.

- **Saber eso es valioso, sin duda...**

- Allí todo es simple y profundo. Hay muy pocas cosas, ¡y cada una tiene enorme valor!

- **Entonces este mundo y aquél son muy diferentes, ¿no?**

- Allí, cada pequeña cosa proporciona felicidad. Cada roce es valioso. ¡Sentimos una enorme alegría por el simple hecho de tocarnos, de estar juntos! Allí nadie sueña con llegar a ser, ¡porque cada uno ya es!

- **¿Qué es lo que más le chocó en su primer viaje a Europa?**

- Vi correr a la gente por el aeropuerto... ¡En el desierto sólo se corre si viene una tormenta de arena! Me asusté, claro...

- **Sólo iban a buscar las maletas, ja, ja...**

- Sí, era eso. También vi carteles de chicas desnudas: ¿por qué esa falta de respeto hacia la mujer?, me pregunté... Después, en el hotel Ibis, vi el primer grifo de mi vida: vi correr el agua... y sentí ganas de llorar.

- **Qué abundancia, qué derroche, ¿no?**

- ¡Todos los días de mi vida habían consistido en buscar agua! Cuando veo las fuentes de adorno aquí y allá, aún sigo sintiendo dentro un dolor tan inmenso...

- **¿Tanto como eso?**

- Sí. A principios de los 90 hubo una gran sequía, murieron los animales, caímos enfermos... Yo tendría unos doce años, y mi madre murió... ¡Ella lo era todo para mí! Me contaba historias y me enseñó a contarlas bien. Me enseñó a ser yo mismo.

- **¿Qué pasó con su familia?**

- Convencí a mi padre de que me dejase ir a la escuela. Casi cada día yo caminaba quince kilómetros. Hasta que el maestro me dejó una cama para dormir, y una señora me daba de comer al pasar ante su casa... Entendí: mi madre estaba ayudándome...

- **¿De dónde salió esa pasión por la escuela?**

- De que un par de años antes había pasado por el campamento el rally París-Dakar, y a una periodista se le cayó un libro de la mochila. Lo recogí y se lo di. Me lo regaló y me habló de aquel libro: El Principito. Y yo me prometí que un día sería capaz de leerlo...

- **Y lo logró.**

- Sí. Y así fue como logré una beca para estudiar en Francia.

- **¡Un tuareg en la universidad...!**

- Ah, lo que más añoro aquí es la leche de camella... Y el fuego de leña. Y caminar descalzo sobre la arena cálida. Y las estrellas: allí las miramos cada noche, y cada estrella es distinta de otra, como es distinta cada cabra... Aquí, por la noche, miráis la tele.

- **Sí... ¿Qué es lo que peor le parece de aquí?**

- Tenéis de todo, pero no os basta. Os quejáis. ¡En Francia se pasan la vida quejándose! Os encadenáis de por vida a un banco, y hay ansia de poseer, frenesí, prisa... En el desierto no hay atascos, ¿y sabe por qué? ¡Porque allí nadie quiere adelantar a nadie!

- **Relátame un momento de felicidad intensa en su lejano desierto.**

- Es cada día, dos horas antes de la puesta del sol: baja el calor, y el frío no ha llegado, y hombres y animales regresan lentamente al campamento y sus perfiles se recortan en un cielo rosa, azul, rojo, amarillo, verde...

- **Fascinante, desde luego...**

- Es un momento mágico... Entramos todos en la tienda y hervimos té. Sentados, en silencio, escuchamos el hervor... La calma nos invade a todos: los latidos del corazón se acompañan al pot-pot del hervor...

- **Qué paz...**

- AQUÍ TENÉIS RELOJ, ALLÍ TENEMOS TIEMPO.