

Ángel León

CUADERNO
DE BITÁCORA

(Diario de una senda espiritual,
un camino de ida y vuelta)

Jerez de la Frontera, 2017

DESPUÉS de un largo período de enfermedad que culminaría con el paso por el quirófano, estaba en mi casa convaleciendo de la intervención. Ya habíamos “tonteado” con el tarot en alguna ocasión pero sin profundizar demasiado, pues los manuales que caían en mis manos no me convencían mucho. Eso de que si sale el dos de copas invertido es que tu pareja te está poniendo los..., en fin...

Como decía, estaba convaleciendo de la intervención y decidí buscar en internet. Entonces encontré el “Manual práctico de tarot”, de José Antonio Portela, y para mí fue toda una revelación. Llevaba años practicando Yoga y profundizando en el budismo, y en las páginas de este manual descubrí un tarot de alto contenido espiritual, la continuación lógica en mi búsqueda.

Por supuesto que es un tarot que puede ser utilizado como soporte para la videncia, pero su aportación principal, en mi opinión, no es ésa. El diseño de estos arcanos constituye una herramienta muy válida. Una vez interiorizados y comprendido el significado de sus contenidos, proporcionan

un complemento sólido para la práctica espiritual. Archivados en el subconsciente se convierten en un recurso rápido que se activa como el Pepito Grillo de Pinocho, refuerzan la asimilación de los conceptos y facilitan la disciplina y el trabajo interior.

La visualización e interiorización de los diseños actúa sobre el subconsciente al igual que lo hace, por ejemplo, la contemplación de un mandala. Modifican y transforman en profundidad el lastre del ego y de todo lo almacenado en la memoria celular, favoreciendo la evolución y el crecimiento personal. Además, el proceso de visualización es dinámico, es decir, a medida que se avanza se descubren aspectos nuevos que, al principio, no habían llamado nuestra atención y ahora se revelan, aumentando nuestra comprensión y abriendo las puertas a un nuevo entendimiento.

Conocí a Eloíssa y a José Antonio hace tres años. Un día nos llamaron muy animados y quedamos para desayunar. Pepa y yo les escuchamos atentamente. Habían decidido abrir un centro de terapias alternativas que, finalmente, se concretaría en la asociación *La casa de los ángeles*. Posteriormente me brindaron la oportunidad de colaborar con ellos a través del bloj de su página web.

¿Sobre qué escribir?, pensé, y entonces se iluminó la bombilla. Desde 2008, año de mi primera operación, venía investigando y trabajando con la simbología de estos arcanos, y no dejaban de sorprenderme.

Consideré que sería buena idea publicar un artículo mensual, haciéndolo coincidir con el cambio de ciclo astrológico y combinando en cada artículo el aspecto astrológico con los contenidos del arcano correspondiente a cada signo.

A medida que los artículos tomaban forma y se plasmaban en mi ordenador, me di cuenta de que, poco a poco, estaba compilando conocimientos sobre espiritualidad y observé que la vida, esta etapa en mi vida, me estaba conduciendo hacia otro propósito .

Este libro es el resultado de dicho trabajo, el fruto de la fusión de todo lo aprendido en mi senda particular.

Amiga lectora, amigo lector, desde estas páginas te hablo y también me hablo a mí mismo. Sólo sé que escribo... escribo y al hacerlo me siento estupendamente... Así quiero compartirlo contigo. Si esta obra te sirve y te ayuda... ésa será mi recompensa.

¿ESPIRITUALIDAD? PERO ¿DE QUÉ ESTAMOS HABLANDO?

Desde que el *homo sapiens* tomó consciencia de sí mismo y elevó su mirada hacia las estrellas nos hemos estado haciendo las mismas preguntas. Qué somos y qué hacemos aquí, “envasados” en este

cuerpo, además de un largo etcétera de cuestiones. A medida que la civilización humana avanzó en su entendimiento, fue compilando todo su saber en lo que denominó “filosofía”, la ciencia de la sabiduría, y dividió su conocimiento en dos campos: la física, el mundo de todo lo medible y constatable, y la metafísica, el universo de todo aquello que, no siendo palpable, sin embargo puede ser concebido e imaginado.

La separación entre estos dos planos, lo físico y lo metafísico ha perdurado en nuestra civilización occidental. En Oriente, por el contrario, las cosas han ido a otro ritmo. Desde siempre su filosofía ha postulado la no-dualidad, es decir, el hecho de que vivimos en un universo holístico, en el que la parte y el todo, el todo y la parte, son en esencia lo mismo e interactúan entre sí.

Aunque la ciencia oficial sigue insistiendo en que no podemos conciliar ambos niveles, los últimos descubrimientos en física cuántica van corroborando, poco a poco, la concepción holística del universo. Experimentos como el de la doble ranura (efecto observador) y estudios como, por ejemplo, la psico-neuro-inmunología demuestran que la física cuántica y la física newtoniana están más próximas de lo que parece.

Mente y cuerpo, cuerpo y mente, esencia y substancia..., como se dice en el Sutra del Corazón: “la forma está vacía, el vacío es forma”. Después de

todos estos años de estudio y reflexión he llegado a la misma conclusión, al igual que otros muchos lo hicieran antes que yo: no hay diferenciación, no existe física y metafísica, la naturaleza es un continuo y nosotros, los *homo sapiens*, formamos parte de su ecología, al igual que el resto de las especies.

Ante la pregunta “¿de qué estamos hechos?” podríamos responder, de acuerdo con lo aprendido en el colegio:

-De músculos, huesos, órganos y tejidos.

-Muy bien..., ¿sólo de eso?.

-Pues... de células, moléculas y átomos.

-¿Y...?

-¿De partículas subatómicas quizás?.

Si seguimos avanzando llegaremos a la frontera que la física cuántica estudia, la dualidad onda-corpúsculo. En este “terreno” las cosas no están tan delimitadas. Aquí pasamos, en una millonésima de segundo, de la “luz” a la materia y de la materia a la “luz”. A este nivel podemos afirmar y así lo desgrano en estas páginas, que, en última instancia, somos luz y estamos hechos de luz, de “quantos” de luz.

En nuestro estado actual de evolución, la percepción mental ordinaria no nos permite “ver” más allá de los umbrales de percepción. Sin embargo, inconscientemente, estamos continuamente interactuando con el medio que nos envuelve, configurando la realidad que vivimos y experimentamos. Cuando hablo de espiritualidad

me refiero a la naturaleza como matriz de la que el hombre y todo los demás seres emergen, y a la interacción que con ella realizamos. En mi opinión no existe un dios antropomórfico actuando entre bambalinas y dirigiendo nuestro destino, no somos marionetas en sus manos, y todo ésto lo afirmo con sumo respeto. Por el contrario, el ser humano tiene la capacidad y el poder de forjarse a sí mismo, de crear (y así lo hace segundo a segundo) el cielo y el infierno, aquí, en este planeta que habita.

Uno de los beneficios de la práctica regular de la meditación es la apertura hacia los estados modificados de consciencia. En esta situación la mente vuelve al lugar que le corresponde y podemos, por fin, reconocernos en nuestra auténtica dimensión. Amigo lector, amiga lectora, no te pido que me creas. Como dice el antiguo aforismo “enciende tu propia lámpara” y compruébalo, compruébalo por ti mismo.

CÓMO TRABAJAR CON ESTE LIBRO

Como indico en el título, este libro recoge las enseñanzas de una de las distintas sendas espirituales que el hombre ha concebido y desarrollado a lo largo de su historia, el darshana o camino de la no-dualidad. Como podrás comprobar, es un camino de ida y vuelta estructurado en dos partes. En la

primera estudiaremos la vía que conduce hacia la materialización y condensación del pensamiento en realidad concreta y palpable. En la segunda nuestro estudio se centrará en la vía inversa, el proceso por el que cada ser, una vez completada su finalidad, retorna a su origen y principio.

Cada capítulo se inicia con la referencia al paso del tiempo, el devenir de los ciclos mensuales y los cambios de estación. Su finalidad es que acompañes el ritmo de tu estudio al péndulo del tiempo. Recuerda el refrán: “no por mucho madrugar amanece más temprano”. Ten paciencia y asimila poco a poco los conceptos, no permitas que la sed, el deseo de realización, apresure tus pasos. Memoriza, sí, pero a continuación tómate tu tiempo y verifica por ti mismo lo que aceptas y das por válido.

A continuación se abordan los aspectos relacionados con el arcano correspondiente a cada ciclo astrológico. Interiorízalos y asócialos con el diseño de la imagen. Su fijación en el nivel subconsciente facilitará tu progreso por esta senda espiritual.

Cada capítulo incluye un ejercicio de meditación activa. Incorpóralo en tu rutina diaria, persevera y establécelo en tu disciplina interior. Con ello pasamos a la práctica. Ejercítate primero en la meditación sentada. A medida que avances en tu entrenamiento conformarás una nueva actitud ante el día a día, en base a todo lo aprendido.

Finalmente se exponen los aspectos físicos relacionados con cada ciclo. Fíjate qué interesante, ésto también me llamó muchísimo la atención cuando leí el manual de José Antonio Portela. Con ello se abre la puerta a otra posibilidad, la capacidad para colaborar activamente en el sostenimiento y restauración de nuestro estado de salud.

El proceso es sencillo. Si lo que se pretende es mantener el estado de salud, ésto lo podemos hacer de dos formas:

1.- Trabajar con el arcano correspondiente a Leo, la fuerza. Consulta el ejercicio de meditación que se incluye en el capítulo.

2.- Trabajar en cada ciclo con los aspectos físicos correspondientes. Una vez interiorizados los conceptos y asociados con la imagen del arcano, se practica la meditación activa dirigiendo la visualización hacia las zonas específicas, imaginándolas y sintiéndolas vibrar, brillando y reluciendo con una luz blanca y dorada.

Si, por el contrario, estamos pasando por un período de enfermedad, lesiones, accidentes, etc, procederemos de igual forma hacia las zonas afectadas, sintiendo que con la visualización del arcano éstas se inundan de la misma luz blanca y dorada, imaginando cómo las células sanan y los órganos, los tejidos y las funciones orgánicas se equilibran y la salud se reestablece. Como es obvio, esta técnica ni excluye ni sustituye el tratamiento

médico que estés recibiendo. Se trata de otro ángulo, otro frente desde el que abordar la enfermedad. Considéralo así: al igual que cada 8 horas te tomas tus pastillas, acuérdate de meditar y colaborar en tu curación... te sorprenderás de los resultados.

Naturalmente, esto que te planteo es una propuesta de entre todo el abanico de posibilidades. Disculpa si en algunos momentos el texto te parece reiterativo. En tus manos tienes este libro, puedes, y debes, ser creativo... Todo lo creativo que te apetezca.