

temazcal

INSTRUMENTO DE
ARMONIZACIÓN

HERRAMIENTA DE
SANACIÓN

VEHÍCULO DE
TRANSFORMACIÓN



Taller de iniciación al conocimiento práctico del temazcal

El temazcal como ritual de sanación y crecimiento transpersonal heredado de las culturas prehispánicas mexicanas.

Temazcal es la palabra de origen nahuatl, la lengua de la cultura azteca, empleada para referirse al templo de los antiguos mexicanos: un baño de vapor ritual que constituye una ceremonia de curación y purificación. El temazcal es el baño de vapor indígena, una práctica muy antigua que se extiende por todo el continente americano, pero cuyas raíces nos hacen recorrer muy diferentes tiempos y espacios, ya que el uso del baño de vapor ha sido encontrado en muchas culturas a lo largo de la historia.

El temazcal es un recinto donde se disfruta de la acción benéfica natural del cuerpo a través del uso del vapor, con la finalidad de crear una reacción positiva de transpiración en el organismo para así depurar toxinas y otros elementos nocivos para la salud. Es una práctica de limpieza corporal, expresión emocional, reestructuración cognitiva, convivencia comunitaria y crecimiento espiritual. Dentro del temazcal confluyen seis ámbitos diferentes de lo terapéutico: la termoterapia, la hidroterapia, la musicoterapia, la fitoterapia, la aromaterapia y la psicoterapia.

Pero la importante intención curativa y depurativa no es el único sentido del temazcal, sino que este aspecto es una parte que se articula dentro de un complejo entramado místico-religioso o espiritual. El temazcal es el principal templo de oración en las

tradiciones originarias de América, es el lugar predilecto para la curación y para experimentar la existencia y el vínculo con el Gran Espíritu. El temazcal es un espacio/tiempo donde poder vivir la espiritualidad como se vive en el mundo indígena, desde la experiencia propia, sin dogmas ni fe, en un dialogo íntimo con la tierra, el agua, el aire y el fuego.

En el temazcal se entremezclan conceptos relacionados con la magia del nacimiento, la vida y la muerte. El temazcal es una metáfora del vientre materno, del útero, de la luna. La entrada y salida del temazcal queda representada por la puerta donde entrando nos enfrentamos a la oscuridad, al silencio, a la muerte, donde uno solo puede mirar hacia dentro de uno mismo, para más tarde salir a la luz emergiendo de nuevo a la vida. Es regresar a sí mismos, a la parte más profunda de la existencia cotidiana. Es el regreso simbólico al vientre materno y a la madre tierra, para salir de ahí como recién nacidos.

El temazcal es el lugar de los tránsitos, donde es posible la transformación, el renacimiento físico, emocional, mental y espiritual. Donde la gente accede para limpiarse con agua, aire y fuego, celebrando su regreso al útero en un continuo ciclo de renovación, en acuerdo a la regeneración cíclica del mundo. En la cosmovisión del temazcal, el ser humano es parte integral del universo y, a la vez, todo el universo se encuentra contenido en cada ser humano. El nacimiento y la muerte son transmutaciones energéticas en un ciclo continuo, se nace para morir y se muere para nacer.

Bajo esta concepción simbólica, la salud y la enfermedad toman otro carácter, siendo el resultado del equilibrio material, emocional, mental y espiritual del ser humano. Al enfermar, la persona debe hacer un análisis retrospectivo del vínculo consigo mismo, con sus semejantes, con la sociedad y con la naturaleza. Es por ello que debe regresar a su origen individual y social. El retorno a la raíz prepara un nuevo nacimiento, pero este no repite al primero, el nacimiento físico, sino que es de orden mítico, espiritual. Para acceder a un mundo superior de vivencia hay que repetir la gestación y el nacimiento, pero de manera ritual, simbólicamente.

Esto es lo que nos ofrece el temazcal, comenzar a transitar el camino que nos lleva al corazón... descubrir que somos aire, somos agua, somos tierra, somos fuego... sentir que somos parte íntegra de la danza eterna de la vida, del devenir del intento.

programa fin de semana

- viernes** ceremonia de tabaco..
meditación y canto..
- sabado** ceremonia de temazcal..
- domingo** caminata de poder..
liberación de emociones.
elaboración de la
experiencia..

Psicología Transpersonal



Esta propuesta de trabajo de sanación y crecimiento a través del temazcal nace de la investigación de un grupo de psicoterapeutas en las tradiciones mexicanas. Un grupo de personas interesadas en la búsqueda de nuevas herramientas que enriquezcan la práctica clínica de la Psicología.

El ámbito de la Psicología que puede contener este tipo de prácticas ancestrales de conocimiento es la Psicología Transpersonal, una psicología que no se limita a los modelos mecánicos, materialistas o psicologistas, sino que propone integrar al ser humano desde todas sus diferentes dimensiones. Por tanto, una psicología que integrando las cuestiones personales, familiares y sociales del individuo, conecta también lo psicológico con el sentido espiritual del cosmos, entendiendo lo espiritual como aquella parte de la realidad que no es accesible a los sentidos en los estados ordinarios de consciencia.

La Psicología Transpersonal comprende todos aquellos estilos psicoterapéuticos que tienen en común la aceptación de la espiritualidad como una de las dimensiones que constituyen al ser humano. A ella hemos tenido que recurrir para poder integrar el conocimiento tradicional mexicano dentro del conocimiento contemporáneo occidental, para poder apreciar un conocimiento espiritual que transforma y mejora a las personas y sus modos de vida. Es de esta manera como proponemos el temazcal, como un medio de sanación del cuerpo, la mente, las emociones y el espíritu.

Chamanismo

Cuando estudiamos la historia de las tradiciones religiosas de las civilizaciones clásicas, vemos como éstas representan desarrollos de un substrato común de espiritualidad chamánica. El chamanismo es la expresión de la espiritualidad más antigua, cuyas huellas se pierden en el tiempo, pero que ha sido conservada hasta nuestros días en algunas culturas indígenas.

El chamanismo tiene una crucial importancia en este tiempo de vacío espiritual, pues es una práctica ancestral de la espiritualidad que no ha sido institucionalizada ni sobrecodificada. Es un conocimiento cuyo interés principal radica en su plasticidad, en su carácter experiencial y en la búsqueda de la plena libertad.

El temazcal forma parte del conocimiento y la práctica del chamanismo, pues permite vivir lo espiritual desde la experiencia, sin intermediarios ni codificaciones. El temazcal, por tanto nos da la oportunidad de poder construir una espiritualidad que no se basa en la fe, sino en la experiencia. Es por esto que nos parece un elemento privilegiado para el crecimiento personal, familiar, social y político, pues permite enriquecer la experiencia vital con un ejercicio de la espiritualidad en el que no hay que asumir ninguna doctrina religiosa.

Tequiyotl - apoyo mutuo -

Dentro de la tradición del temazcal un elemento fundamental es el trabajo grupal, el sentido comunitario del hacer, lo que en México llaman *tequiyotl*: el apoyo mutuo, la reciprocidad, el compartir el trabajo y los frutos. La ceremonia de temazcal es un proceso de trabajo comunitario donde el objetivo principal es el ofrendar, en el entendimiento de que uno recibe en la medida de lo que esta dispuesto a dar. En el temazcal se ofrenda el trabajo físico, la intención, las palabras, la música, las emociones, los cantos, el sudor, el corazón, para recibir a cambio la medicina del fuego, de la tierra, del agua y el viento. En este íntimo dialogo es difícil introducir la lógica del dinero, permitir que la dinámica del intercambio y la reciprocidad se reduzca a un precio a pagar.

Por ello, la práctica y el aprendizaje de la ceremonia de temazcal está liberada de los flujos monetarios en este sentido, aunque, por supuesto, haya que hacer una aportación para los gastos de la leña, comida, alojamiento, herramientas y demás.

Respecto al trabajo del coordinador y los organizadores del taller que no está directamente relacionado con el día de la ceremonia de temazcal proponemos una forma de pago que respeta y se alinea con esta lógica de entender el intercambio. El taller no tiene un precio fijo, sino que se adapta a las capacidades y posibilidades de cada persona.

Cada participante del taller deberá ofrecer el dinero que considere justo, en la medida de lo que esté dispuesto a recibir y teniendo en cuenta sus circunstancias particulares. Con ello pretendemos comenzar a establecer un nuevo vínculo con el dinero, poniendo el énfasis en el compartir y la reciprocidad.



Para entrar al temazcal se aconseja..

- .. que la mujer lleve falda o vestido, si es posible de color blanco.
- .. que la mujer no esté en su periodo menstrual.
- .. que el hombre lleve bañador o si es posible pantalón blanco.
- .. que cada persona traiga tres mantas.
- .. traer pañuelos para la cabeza y para ponerse sobre los hombros en el caso de la mujer.
- .. una toalla y ropa limpia para la salida del temazcal.
- .. instrumentos de percusión, de viento y sonajas.
- .. flores, frutas, semillas, frutos secos y objetos personales simbólicos para componer el altar.

.....

COORDINADOR DEL TALLER

Jesús González Mariscal

- . Psicoterapeuta
- . Antropólogo

panpariutz@gmail.com

ENLACES

_MADRID

Jonathan Morata 619 671997

jonathanmorata@hotmail.com

_SEVILLA

Pedro Gámiz 652 435156

alegriadoviverr@hotmail.com



Psicología Creativa
INTERNACIONAL

plural basada en la multidimensionalidad de la persona, en la psicoterapia como un camino de liberación. [/www.psicologiacreativa.com.mx/](http://www.psicologiacreativa.com.mx/)

Psicología Creativa es la propuesta de un grupo de psicoterapeutas residentes en México interesados en llevar al campo de la psicología clínica el conocimiento y la práctica de diferentes tradiciones espirituales, tomando como referentes principales el budismo, el hinduismo y el chamanismo. Un intento de búsqueda de la esencia de las psicologías transpersonales. Un intento de composición de una psicología