

este es un espacio para usted, recreé



recreélo... este es un espacio para t

o... este es un espacio para usted



ted, recréelo... este es un espacio

Metodología

Lo cósmico es una realidad que se asemeja a la vida particular de cada uno de nosotros y en esta dirección los cuatro principios fundamentales nos hablan de no separar la naturaleza humana de la naturaleza, lo individual de lo universal, porque todo se rige por las mismas leyes.

Tomar contacto con nuestras sensaciones; reflexionar a partir de nuestra experiencia personal y sensorial; considerar nuestra percepción de la realidad; reconocer estímulos y respuestas propias, recrear la experiencia de ver, oler, tocar, pisar descalzos, jugar a la gallina ciega; dejarnos guiar por los sentidos y compartir nuestras experiencias en este sentido, permitirá que rescatemos ese lazo, olvidado entre nosotros y el mundo externo como una realidad de continuidad.

Todas estas experiencias sensoriales y no racionales del entorno, son una de las partes de nuestra realidad necesarias de recuperar y poner en relación con la situación que vivimos hoy.

Ejemplo:

Realicemos a través de 3, 4, 5 olores o aromas, diferentes asociaciones:

Qué nos recuerdan? Qué situaciones de la vida nos evocan?

Observemos que existen olores de los que ya no nos percatamos.

Los campesinos, por ejemplo, saben que va a ocurrir un determinado cambio en la naturaleza porque hacen caso de las sensaciones del viento en la piel, del sonido del aire, del cambio de las aguas..... Así fue como un campesino de Armero, al ver los peces nadar en sentido contrario al cauce del río, presintió que algo andaba mal y se alejó del lugar.

Este ejercicio puede hacerse con todos los sentidos, en diferentes perspectivas; por ejemplo, observemos lugares públicos como parques, estadios, después de un espectáculo: qué encontramos? cómo estamos tratando el afuera? es fiel reflejo de lo que somos y desde allí, podemos comenzar a transformar nuestra relación con el mundo.