



## Léxico de la Escuela del Despertar

Muchas palabras han ganado en diferentes interpretaciones. Mi propósito con este breve léxico es que conozcan como utilizo yo ciertas palabras y cual es para mi su significado. De manera tal que nos podamos entender y que se eviten confusiones y/o interpretaciones diferente en su significado, al que quiero expresar.

Un léxico que se irá completando según las necesidades que se vayan generando para tener un entendimiento mutuo. ¡Gracias!

**Alma:** es necesario percibir, recordar que la naturaleza de nuestra verdadera esencia es espiritual, para así llegar a alcanzar un estado de bienestar y sentido de identidad personal dentro de la eternidad de la existencia. Va unido de la mano de un despertar de conciencia y de conocimiento de Dios, dentro de un acto sagrado de toma de conciencia de la inmensidad y la omnipresencia de algo superior a nosotros mismos que nos sostiene. Que da cabida a la expresión y manifestación en nosotros, en nuestro cuerpo, en nuestro interior, de una fuerza impulsora que nos lleva a salir de nuestra inercia y nos empuja a experimentar, movernos, crecer y madurar. Nos lleva a seguir el camino que nos permite desarrollar las cualidades del ser humano en un contexto de servicio – ayuda a los demás.

**Aprendizaje vivencial:** la combinación de las funciones cognitivas, intuitivas-emocionales de nuestro cerebro para lograr una comprensión de conjunto. Hemos limitado culturalmente el desarrollo de todas las capacidades sensoriales, sensitivas a la hora de tener un conocimiento sobre algo. Nuestra mente racional dirige e interpreta la información que recibe dentro de un planteamiento lineal y separado de la visión global – relacional- intuitiva y emocional, necesario para integrar lo que se está comunicando, y así tener una experiencia real que incluye la comprensión intelectual y la emoción percepción-sensación de como se siente la información en nuestro cuerpo.

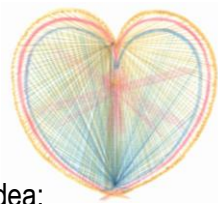
**Ayuda Psicoafectiva:** utiliza el conjunto de las funciones sensitivas, afectivas y mentales de la persona para ayudar a la persona a tener una comprensión dinámica – representada con imágenes, colores, emociones, sensaciones, que le permiten experimentar y sentir, rehabilitando así este aspecto fisiológico de su cuerpo, que repercute positivamente en la creación de sentimientos positivos.

**B**

**C**

**Conciencia:** se emplea para definir la capacidad de los seres humanos para distinguir entre el bien y el mal, su sentido de la moral y de la ética, así como para el conocimiento crítico y reflexivo de la realidad.

**Conciencia del Ser:** es un estado que se experimenta cuando alcanzamos un estado de conciencia elevado que trasciende la manipulación mental y labilidad emocional, alcanzando a alinear nuestra mente cuerpo y alma. Que se experimenta como una ampliación-extensión y capacidad de expansión de nuestro cuerpo. Que se vive como una sensación de unión, continuidad, comunión con la vida.



**Consciencia:** se refiere a la capacidad del ser humano para reconocer y percibir la realidad que lo rodea; para relacionarse con ella, reconocerse dentro de ella, interactuar y reflexionar con ella. Es también el acto psíquico por medio del cual el individuo se reconoce a sí mismo en el mundo.

**Contemplación:** es una observación profunda – expandida de lo que miramos, que no se ve limitada ni circunscrita a un solo plano de lo que está ante nuestros ojos. Se necesita alcanzar un nivel de control mental y capacidad de concentración, así como la habilidad de dominar y saber controlar nuestro momento en presente, para ser capaces de abrirnos a la capacidad de contemplar lo que vemos.

**Cualidad humana:** es un concepto que designa cada uno de los caracteres que distinguen y definen a las personas. Asimismo, las cualidades pueden referirse a la manera de ser de alguien, así como a sus atributos y virtudes. En este sentido, las cualidades tienen un **valor positivo** para nuestra apreciación de la persona.

Las cualidades, como tal, pueden ser innatas de un individuo, es decir, que este nació con ellas o son parte de su naturaleza, o, por el contrario, pueden adquirirse y perfeccionarse con el paso del tiempo. Hablar, por ejemplo, es una cualidad innata del ser humano, mientras que cantar es una cualidad adquirida.

**Cuerpo energético humano:** es un campo de energía que sustenta el cuerpo físico y es inseparable del mismo. Está constituido, como su nombre lo dice, por energía. A esta energía se le llama sutil para diferenciarla de la energía densa de nuestro cuerpo físico. Hay que tener en cuenta que este campo no es el resultado de procesos metabólicos del cuerpo sino su origen.

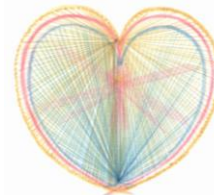
Se encuentran referencias históricas que lo describen en la India hace más de 4000 años, esquematizando la anatomía energética humana en cuerpos, chacras y canales por donde fluye la energía sutil.

Este campo de energía o Bioplasma, como también se le conoce, contiene una proporción equilibrada de protones y electrones libres en constante intercambio. Un campo que emite una frecuencia lumínica visible como un halo, que no es estático y que varía según el estado de salud, siendo menos luminoso en personas enfermas y cambiando según el estado de ánimo de las personas.

En este sentido, la detección precoz de alteraciones a nivel energético nos puede dar una alerta temprana que permita la corrección de la disfunción, antes de que esta se materialice en el cuerpo físico por medio de una enfermedad.

**Cuerpos platónicos:** figuras geométricas, polígonos regulares con una forma determinada, cuya forma contiene en sí misma, una fuerza energética en movimiento, que contiene una información determinada que se correlaciona con los cinco elementos: tierra, fuego, agua, aire y éter. Que encierran en sí mismo el lenguaje de la creación, siendo los pilares básicos de como se ha construido el universo y la materia.

**Cultivo del sentir:** consiste en sentirnos a nosotros mismos, percibir en nosotros la energía, volvernos sensibles al lenguaje de la vida, percibir la esencia de la que estamos hechos. Desarrollar la consciencia de que nuestro cuerpo es el vehículo que permite a nuestra alma experimentarse.



## D

**Despertar de conciencia:** es un estado a alcanzar como personas, que nos brinda la posibilidad de darnos cuenta de otros aspectos que nos contienen y nos da una visión más amplia y sabia de la vida. Que nos ayuda a conocernos, recuperar nuestra autoestima, autoconfianza y alcanzar un estado de serenidad.

**Diagnóstico energético:** identificar si la energía en nuestro campo de energía es adecuada, si estamos perdiendo energía, si hay algún bloqueo al fluir de la energía, nos permite establecer un diagnóstico energético que está asociado a la disfunción y/o enfermedad de la persona.

**Dios:** Dios como fuente de toda vida. Fuente de toda la creación. Principio original de la fuerza que mantiene todas las cosas y las formas. Que, en lo más profundo de nuestro ser, se sostiene como una sensación- sentimiento de una energía poderosa y gratificante, que es expresión de un amor inmenso e incondicional. Que activa en cada uno de nosotros el deseo de darse a los demás. Que es la inspiración que nos eleva e impulsa a ser mejores personas, a dar lo mejor de nosotros mismos. Que nos orienta al objetivo a alcanzar por cada uno de nosotros legado su momento, a través de una creación propia que expresa belleza y armonía.

## E

**Ego:** se define como “Yo como sujeto pensante”, siendo necesario e imprescindible para dirigir nuestro cuerpo, nuestras acciones, expresar nuestra personalidad. Está vinculado negativamente con el **egoísmo**, siendo el reto a alcanzar por cada ser humano, llegar a armonizar – dominar su mente, su manera de comportarse y actuar, para de la ayuda del Ego, construir una personalidad atractiva, que revele su original naturaleza, que se sostiene en el amor, la compasión, pensamientos inteligentes y la acción buena.

**Energía:** Si buscamos la definición clásica nos encontramos que no es un concepto muy preciso ni fácil de entender y además varía dependiendo del campo de estudio: «El término energía (del griego ἐνέργεια *enérgeia*, «actividad», «operación»; de ἐνεργός *energós*, «Fuerza de acción» o «fuerza de trabajo») tiene diversas acepciones y definiciones, relacionadas con la idea de una capacidad para obrar, surgir, transformar o poner en movimiento.

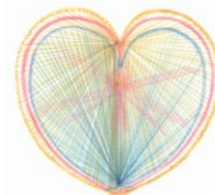
En física, «energía» se define como la capacidad para realizar un trabajo.

En tecnología y economía, «energía» se refiere a un recurso natural (incluyendo a su tecnología asociada) para poder extraerla, transformarla y darle un uso industrial o económico.”

Según la física, el concepto de energía es diferente si lo analizamos desde el punto de vista de la física mecánica clásica, relativista o cuántica.

Debemos decir que todo lo que existe está constituido por campos activados de electrones, que en su movimiento generan ondas electromagnéticas. Estas ondas electromagnéticas poseen frecuencia y por tanto vibración.

La clave está, hasta donde sabemos, en el patrón frecuencial de la vibración. Este patrón es el que porta la información: la Energía es información que vibra. Cuando la información genera una vibración que crea patrones geométricos, que confluyen en la construcción de formas que tienden a la formación de algo hermoso y armónico, se está creando el patrón original de la creación, que genera frecuencias en coherencia armónica. La referencia-relación matemática que lo define es el número áurico. Todo lo que existe en la naturaleza, en el universo, nosotros, esta construido siguiendo proporciones áuricas. Cuando las frecuencias vibracionales- campos de energía se ven afectados – distorsionados, se generan



patrones desestructurados que provocan desestructuración de la tendencia natural de los electrones a organizarse ordenadamente para construir las estructuras básicas de las formas geométricas armónicas que conocemos, lo que origina una tendencia a la disarmonía y la destrucción.

Así podemos decir que todo lo que existe está constituido de Información, Energía y Materia.

**Energía sutil:** es la palabra que se emplea para diferenciar la energía más densa que es la materia, que podemos tocar, ver, palpar, del flujo de energía que percibimos y genera un efecto real sobre la materia, pero no la podemos ver.

**Espiritualidad:** para mí la palabra espiritualidad es otra manera de definir la palabra Amor. Es el poder fluir desde nuestro corazón y relacionarnos desde la comprensión mutua, la fraternidad, la compasión, la igualdad, el respeto, la tolerancia, la solidaridad, la ayuda mutua. Meta a alcanzar como seres humanos.

**F**

**Facultades sensitivas extrasensoriales:** a desarrollar en la medida que la persona desarrolla su sensibilidad, nivel de consciencia y se vuelve más perceptivo. Son sentidos que van más allá de los cinco sentidos que conocemos, permitiendo la telepatía, la clarividencia, el siquismo.

**G**

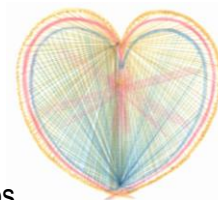
**H**

**I**

**Instinto:** Es una herramienta de nuestro cuerpo a desarrollar y perfeccionar. Existe el instinto natural de supervivencia que nuestro cuerpo ha desarrollado por millones de años y que se relaciona con los mecanismos automáticos de alerta de nuestro sistema nervioso autónomo ante situaciones de riesgo reales. Existe una extensión de su función que se correlaciona con la sabiduría existente en nuestro cuerpo que reacciona con sensaciones agradables o desagradables ante una situación concreta, siendo de guía y orientación.

**Inteligencia emocional:** recién estados tomando conciencia de la importancia de las emociones y el papel que juegan en nuestra vida. El sistema límbico es un área específica de nuestro cerebro responsable de las manifestaciones fisiológicas que generan las diferentes emociones: tristeza, miedo, rabia, ira, alegría, etc. Existe un circuito cerebral entre este sistema, la amígdala cerebral y el área septal que contiene la memoria emocional y provoca sentimientos subjetivos que se desencadenan automáticamente tanto para atraer recuerdos placenteros como traumáticos y dolorosos. Siendo importante conocer su mecanismo de acción para ayuda a rehabilitar sentimientos subjetivos positivos y restaurar el circuito emocional alterado por memorias de trauma y chok emocional.

**Intuición y cultivo de la intuición:** la intuición conocida también como el despertar del sexto sentido, es una facultad-habilidad que se va desarrollando en la medida que adquirimos un mayor grado de sensibilidad perceptiva, que nos permite comprender el lenguaje sutil de la creación en todo lo manifestado. Se va despertando en la medida que desarrollamos nuestra consciencia y nos abrimos a



aceptar que todo lo que hace parte de la vida es una manifestación de la creación y que todos estamos comunicados y formamos parte de algo más inmenso y sagrado.

**J**

**K**

**L**

**M**

**Medicina holística:** visualiza a la persona como un todo, la considera como una unidad: cuerpo, mente y espíritu. En su enfoque atiende a la persona en su conjunto y no a su enfermedad. Reconoce los poderes de sanación naturales del organismo, las formas en que los tejidos interaccionan, la influencia del medio ambiente. La sanación se realiza de manera natural para conseguir la armonía y la restauración del equilibrio, que llevan a la persona a un buen estado de salud.

**Medicina integral:** combina las prácticas de medicina complementaria y alternativa con la medicina convencional.

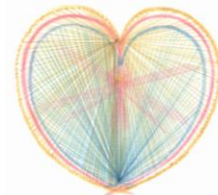
**Movimiento consciente sanador:** parte del hecho de hacer consciente a la persona de su propio cuerpo, de ayudarle a tomar conciencia de lo que está generando en él una pérdida de equilibrio y de la integridad de su organismo, bien sea a nivel físico, emocional, mental, o en el entorno donde se desenvuelve, que necesita ser atendida y modificada, algo que tiene que ver con él, con su vida. Movimiento integral que pretende restaurar su estado de bienestar físico, psíquico y espiritual.

**N**

**Neurociencia:** es un campo de la ciencia que estudia el sistema nervioso y todos sus aspectos; como podrían ser su estructura, función, desarrollo ontogenético y filogenético, bioquímica, farmacología y patología; y de cómo sus diferentes elementos interactúan, dando lugar a las bases biológicas de la cognición y la conducta.

Las neurociencias ofrecen un apoyo a la psicología con la finalidad de entender mejor la complejidad del funcionamiento mental. Hoy en día, la neurociencia cognitiva proporciona una nueva manera de entender el cerebro y la consciencia. Tratando de desentrañar la manera de cómo la actividad del cerebro se relaciona con la psiquis y el comportamiento, revolucionando la manera de entender nuestras conductas y lo que es más importante aún: cómo aprende, cómo guarda información nuestro cerebro y cuáles son los procesos biológicos que facilitan el aprendizaje.

**O**



## P

**Poder curativo del amor:** el amor como energía, el cual tiene un poder curativo difícil de igualar. La potencia que tiene esta energía universal se usa para lograr la sanación de la mente, cuerpo y espíritu.

**Potencial creativo personal:** es el aspecto a descubrir, desarrollar y manifestar para alcanzar a sentirnos realizados. Es la expresión de la originalidad individual - personal inherente a cada ser humano, y que hace parte de su propio proceso de experimentación-crecimiento y evolución personal.

**Prana:** todo lo que existe se sostiene en un campo de energía. Cuando hacemos el acto de pensar en ello y por un momento probamos a percibir el campo de fuerza que se genera por ejemplo entre nuestras manos, es una manera de percibir la energía.

**Proceso creativo de la salud:** cada experiencia que tenemos hace parte de un contexto más amplio que no llegamos a alcanzar a ver del todo, desde nuestra mente racional limitada. Forma parte de un contexto universal – cósmico, entrelazado con el proceso de desarrollo de la humanidad y la toma de conciencia de nuestro origen divino. Cuando tomamos consciencia de nuestra verdadera esencia divina y reconocemos el sentido espiritual que tiene la vida, nos aflojamos, nos rendimos a esa verdad y permitimos que la fuerza original de la creación fluya, y se manifieste, dedicando nuestro día a día a crear amor en cada una de nuestras acciones, a la expresión de la belleza y la armonía, generando con ello las simientes para crear salud.

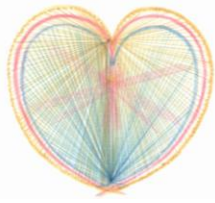
**Psicología humanística:** pretende la consideración global de la persona, la intencionalidad del ser humano como individuo total y la acentuación en sus aspectos existenciales: la libertad, el conocimiento, la responsabilidad, la historicidad.

Se caracteriza por apoyarse en concepciones del ser humano de índole filosófica, con antecedentes que van de Sócrates a la fenomenología y la filosofía de la existencia y el existencialismo. Se interesa en el estudio sobre la conciencia y la introspección. Desde una concepción sociocultural del desarrollo humano, que contempla el estudio de la espiritualidad humana y su lucha por autodesarrollarse, en la búsqueda del sentido de la existencia, intentando mostrar al ser humano más en función de sus motivaciones y necesidades que de sus patologías.

El significado original y principal se refiere al proceso de integración de la personalidad: ayudar a asimilar y armonizar el contenido de las conductas, pensamiento y emociones automatizadas, a relajar los mecanismos auto-protectores, a reestructurar creencias perjudiciales y a reencontrar en el mundo un contacto pleno en el aquí y ahora. Es el proceso de crear la totalidad: tomar aspectos desapropiados, automatizados y no resueltos y hacer que formen parte de un yo cohesionado.

## Q

## R



## S

**Sanación:** los seres humanos tenemos un potencial sanador innato. La sanación es un encuentro sagrado. Es el arte de dirigir la energía con amor y con conocimiento.

La sanación induce en el sistema energético de la persona un campo coherente, ordenante y compatible, que permite generar un patrón de ordenamiento interior en el cual las experiencias que producen sufrimiento y enfermedad adquieren sentido y significado.

**Sentido personal de uno mismo:** es un estado de conciencia que nos permite identificarnos con lo que somos y con quien somos, por el hecho de ser, de estar, de tener la posibilidad de dar expresión a todo lo que hay en nosotros y quiere manifestarse. Va unido a un fuerte sentido de identidad personal e individualidad.

## T

**Terapia energética:** utiliza la energía para restablecer las funciones fisiológicas de nuestro cuerpo físico, nuestros pensamientos, nuestras emociones.

## U

## V

**Visión holográfica:** es una facultad a desarrollar con la práctica que se logra cuando se establece una conexión entre ambos hemisferios cerebrales, el lógico y el intuitivo. Que permite una visión tridimensional de las cosas observadas en un plano lineal.

## W

## X

## Y

## Z