

# DESCUBRIENDO LA CUADRATURA DEL CÍRCULO EL IKARO DE LA “A”\*

Rosa Giove

Rosa Giove es médica cirujana, egresada de la Universidad Cayetano Heredia de Lima. Vive y trabaja en Tarapoto desde 1980 dedicándose particularmente a la salud del niño y de la mujer, utilizando no sólo la medicina alopática sino también su importante conocimiento de las plantas medicinales. Fundadora de Takiwasi, es autora del libro “Medicina tradicional amazónica en el tratamiento de la abuso de drogas: Experiencia de dos años y medio (1992 a 1994) del Centro Takiwasi de Tarapoto – Perú”. Cedro – 1996.

RESUMEN: La autora nos explica el sentido del *ikaro* de la **A**, canto terapéutico captado por ella durante una "dieta chamánica" en la selva y utilizado en las sesiones de curación con plantas en el Centro Takiwasi. El *ikaro* de la A expresa la Apertura, en particular la del corazón.

---

\* Artículo inédito.

**C**amino bajo una lluvia torrencial, cúmulo de miedos, en un bosque pleno de árboles frondosos, olor a tierra mojada y a musgo, a tiempo ido y a madera.

Mis pies hacen el camino, mi mente es libre, sin tiempo ni destino... La lluvia afuera, la lluvia adentro: ojos secos que no quieren llorar. No estoy más perdida que hace muchos cuerpos, muy cansada, no quiero caminar más, no veo el camino.

Han huido los *ikaros*<sup>1</sup> como pájaros al venir la lluvia y mientras la tierra se humedece, rayos de sol juguetean entre ramas sollozantes permitiendo ver humildes florecitas regalando belleza. Mi mente se pregunta entonces por el vuelo del águila.

Deambulando, tropiezo de pronto con unos muros de piedra, cubiertos de musgo y maleza. Parece que en muchos años nadie pasó por aquí. Pero estas no son piedras al azar, llevan en sí un mensaje...

La curiosidad me empuja a limpiarlas, con relativa facilidad, pese a no tener herramientas y es grande mi sorpresa al ver que lo que tengo delante son enormes letras de piedra, de las que la letra A es la primera. Los muros me hablan con su voz de lejanía y entiendo...

La forma y sonido de las letras no es casual, hay una intencionalidad antigua en ellas, son claves-llaves que abren puertas desconocidas haciéndolas vibrar adecuadamente. Los sonidos actúan a nivel energético muy específicamente, aunque el exceso de racionalidad nos haya desconectado de la capacidad de entender su acción. Nuestro cuerpo sabe reconocerlos.

De allí que las palabras no sean un ordenamiento caprichoso de letras, existe un sentido profundo que implica un entendimiento de la idea, aun pasando por encima del entendimiento racional del símbolo: el orden y la inteligencia de ese orden le dan sentido...

Y entonces todo el abecedario juega y tiene sentido, como las palabras fundamentales, que a pesar de las diferencias idiomáticas llegan al alma igual.. La voz/ la verbalización llevan en sí, aparte de las letras ordenadas, la energía que proyecta, la intención de la persona, el verbo creador del Padre... Los *ikaros* actúan a este nivel y es parte del rito respetar la palabra.

Es así que la **A** se me presenta como la **A**pertura bucal que nos proyecta y permite tomar **A**ire, **A**mpliamos, distender el **Á**rbol respiratorio y expandir la conciencia, **A**brimos al mismo tiempo para llegar al **O** corazón-centro-sol.

¿Es esta la clave que abrirá el cuarto *chakra*, el *anâhata* hindú, elemento de aire y fuego, relacionado al corazón y al pulmón, a las fantasías y a la palabra...?

Siento mucha debilidad y me recuesto, un aletea lejano se acerca y al mismo tiempo está dentro de mí, en el pecho. Son mi respiración y el latido de mi corazón, estoy hiperventilando...

Soy consciente de cada movimiento respiratorio y siento que al expandirse mis pulmones, una gran ave bate sus alas y se eleva al cielo azul llevándome sobre ella. Con el viento sobre mi piel, vienen a mi mente recuerdos que no identifico como de mi existencia actual, aunque los siento míos.

Tengo la sensación de una luz intensa azulgrisácea en el pecho y un leve dolor asociándose a mis recuerdos, que vienen todos a un tiempo, como marejada... Todo mi tórax es de este color y una sensación picante asciende hasta mis ojos y mis miedos, al fin, se materializan en lágrimas.

Un esplendor intenso y frío me ciega, creo recordar sensaciones de muerte y al mismo tiempo siento que esta luz proviene de un sol que me da vida: ya no sé si mi recuerdo es de muerte o de renacimiento. Los objetos externos no existen en este momento, sólo la inefable sensación de estar suspendida en mi respiración, la cual me contiene totalmente, y la de dar la cara a este sol.

No necesito más, sólo el gozoso descubrimiento de mi individualidad como parte de un todo al que volveré, la recuperación de mis memorias infantiles, prenatales y más atrás... la restitución de la totalidad dimensional de la esfera, la luz y la sombra, el término-inicio del camino circular-espiral que se repite una y otra vez ascendiendo en cada ciclo hacia el sol-espíritu.

Al fondo una canción me guía mientras acompaño al águila en su vuelo, es el *ikaro* de la **A**.

“

Es así que la  
**A** se me  
presenta  
como la  
Apertura  
bucal que nos  
proyecta y  
permite tomar  
Aire,  
Ampliamos,  
distender el  
Árbol  
respiratorio y  
expandir la  
conciencia,  
Abrimos al  
mismo  
tiempo para  
llegar al  
O corazón-  
centro-sol.

”

## “A”

Ábrete corazón, ábrete sentimiento, ábrete entendimiento, deja a un lado la razón y deja brillar el sol, escondido en tu interior.

Ábrete memoria antigua, escondida en la tierra, en las plantas, en el aire...  
recuerda lo que aprendiste bajo agua, bajo fuego...  
hace ya mucho tiempo.

Es hora ya, ya es ahora, abre la mente y recuerda cómo el espíritu cura..., cómo el amor sana...  
cómo el árbol florece... y la vida perdura...  
Cómo abriéndote al mundo, al darte, tu ser crece...

Ábrete corazón, ábrete sentimiento, ábrete entendimiento, deja a un lado la razón y deja brillar el sol, escondido en tu interior.

Acércate ya, aprende ya, actúa ya abre tus alas, asciende al sol míralo de frente y recíbelo en tu alma, respira profundo, ábrete a él...

No pienses más, no la razón...  
sólo siente..., sólo vive...  
ábrete, recuerda, respira...

Ábrete corazón, ábrete sentimiento ábrete entendimiento, deja a un lado la razón y deja brillar el sol, escondido en tu interior.

## En el útero verde

Días antes, luego de caminar 45 minutos desde la ciudad, había llegado al tambo en la selva que ocuparía durante los 8 días siguientes. Una rústica tarima con mosquitero y una hamaca eran el único mobiliario, plantas y animales del monte, mis compañeros.

Ni libros, ni trabajo, nada que distraiga el encuentro conmigo misma. Libre de preocupaciones o perturbaciones externas podría oír la voz de mi cuerpo energético que liberado de bloqueos se manifestaría, recuperando así la comunicación con lo trascendente, con mi "maestro interior".

Era la segunda de cuatro dietas realizadas ingiriendo ushpawasha sanango (*Rauwolfia* sp.), "planta maestra" 2 que, según los curanderos de esta región, es la de la memoria del corazón.

El trabajo sobre el cuerpo físico del "curandero" (su principal arma curativa) y principalmente la depuración periódica utilizando diferentes plantas purgativas y las denominadas "dietas" son conceptos fundamentales en la medicina tradicional amazónica.

La "dieta" es un período de retiro en la selva con aislamiento y régimen alimentario muy estricto, durante el cual se ingiere en forma ritual plantas maestras o medicinales, según la necesidad del "dietador" (curación y aprendizaje son etapas del mismo proceso).

El objetivo es eliminar las sustancias que entorpecen y disminuyen nuestra sensibilidad, tener un espacio reservado a la limpieza física y energética, estimular la producción onírica, favorecer la rememoración de hechos o situaciones del pasado no metabolizadas, dedicar un espacio sin tiempo ni preocupaciones a la introspección y retomar contacto con la naturaleza.

Alimento, "maestro" y "dietador" interactúan en forma ritual, en un plano intemporal e inespacial regido por conceptos "chamánicos" que trastocan nuestros conceptos occidentales, sobre todo el de **causalidad**.

El "maestro" que atiende la dieta debe tener cuidados especiales (alimentación, energía sexual, baño antes de acercarse a los que dietan, *ikararse*<sup>3</sup> si siente perturbación, evitar situaciones de stress, etc.)

La comida en la dieta no sólo es alimento físico sino energético y como tal hay un orden y reglas estrictas. Preparada en ambiente aislado, permite sólo la ingesta, una o dos veces al día, de arroz, avena, plátano verde asado (*karantin*) o sancochado (*Unguri*) preparados sin sal, dulce ni ningún saborizante. Ocasionalmente se ingiere pescado de río (sin dientes), gallina de chacra y otras veces se ayuna.

“

Las dietas son espacios privilegiados para el trabajo sobre nosotros mismos y nos permiten realizar saltos cualitativos en nuestra evolución mediante la integración de los contenidos que surgen en ellas.

Para terminar o "cortar" la dieta, el "maestro" sopla con tabaco *ikarado* en los puntos energéticos del "dietador" antes de darle a probar una mezcla de limón, ajo, ají, cebolla picada y sal, cuyo efecto reconstituyente se identifica de inmediato al pasar rápidamente la fatiga: la puerta que abrimos al iniciar la dieta ahora... se cierra...

Viene luego la primera comida con sal y el retorno a la rutina cotidiana, sin embargo hay restricciones alimentarias<sup>4</sup> y abstinencia sexual por 30 o más días, de acuerdo al efecto que se espere de la dieta (la planta continúa actuando hasta terminar este período). Infringir esto, además de cortar su efecto, causa molestias físicas y psíquicas y en algunos casos implica tener que repetirla "para enderezar la dieta".

Al aumentar nuestra sensibilidad estamos temporalmente más "frágiles" y vulnerables, y debemos extremar el cuidado a nivel energético.

Todo acto dentro de la dieta se acompaña de medidas de protección como una ingesta ritualizada de la planta, evitar el esfuerzo físico, el sol, la lluvia, el fuego, olores fuertes, una disposición cuidadosa de las excretas y sobre todo la alimentación especial.

Se evita el contacto físico con personas que puedan perturbar a nivel energético: las que hayan tenido relaciones sexuales recientemente, mujeres menstruando, personas enfermas.

Las dietas son de este modo espacios privilegiados para el trabajo sobre nosotros mismos y nos permiten realizar saltos cualitativos en nuestra evolución mediante la integración de los contenidos que surgen en ellas.

Son muchas las plantas maestras<sup>5</sup> y cada cual tiene diferente acción en los niveles físico, psicoafectivo y espiritual. Comparando algunos conceptos del chamanismo amazónico y oriental, podemos diferenciar plantas Yin o Yang, de acuerdo a su efecto. La elección adecuada compensa los excesos o carencias del paciente/aprendiz, la necesidad de reconectarse con sus emociones, ablandarse o fortalecerse (si fortalecemos una estructura errada, los aspectos negativos también serán reforzados).

Entre los efectos bio-fisiológicos comunes a todas las plantas, el insomnio es la sensación física predominante, encontrando también bienestar, aumento de percepción sensorial, malestar, dolor generalizado o localizado, vómito, mareo, diarrea, estreñimiento, cansancio.

A nivel psico-afectivo-espiritual tenemos sensación agradable de integración con la naturaleza, visiones placenteras, rememoración de contenidos afectivos, ampliación de conciencia, reconexión con la espiritualidad y la trascendencia, etc.

Si bien los efectos físicos a veces son leves y no se experimenta nada aparentemente extraordinario, a largo plazo vemos que se producen importantes cambios en el ritmo de vida y las relaciones con los demás,

”

mayor flexibilidad y seguridad en uno mismo, aumento de la intuición, mejor capacidad de expresión afectiva, etc. Todo ello como parte de un proceso de reconexión con nuestro ser profundo, la naturaleza, el sentido de trascendencia y la ritualidad.

## La memoria del corazón

Dentro de las plantas maestras utilizadas en dietas es conocido el ushpawasha sanango porque produce un recuerdo vívido de situaciones de importancia afectivo-emocional que permite la metabolización de circunstancias traumáticas del pasado.

Estas imágenes se presentan como insights o imaginación activa, aunque notamos también incremento de la actividad onírica, visiones, surgimiento de emociones que hacía tiempo no se experimentaban, percepción ampliada de la naturaleza y sensación de expansión de los sentidos y del corazón.

He realizado cuatro dietas con esta planta, en cuatro años consecutivos, sin planificar racionalmente los temas, el número, y sin imaginar lo que iba a pasar.

Ellas me permitieron aprender y conocerme un poco más, en un verdadero trabajo de Abreacción y Análisis, de modo que abarcando 4 etapas vitales, lineales, siento haber cerrado un círculo, haber llegado al final de un ciclo que es al mismo tiempo el inicio del mismo y de otro. ..

Si el tiempo-camino es circular, al ser fecundado con el espíritu, éste le da una perspectiva hacia arriba, evolutiva, en espiral. En este caso considero que es la búsqueda del espíritu la que me inició y me guía en este proceso; la búsqueda de mi espíritu, del espíritu de las plantas, del espíritu creador, de El.

## La puerta

La primera dieta fue la puerta de entrada a mis profundidades, a mi mundo oscuro, partiendo de la etapa formativa. Me mostró mis miedos más profundos, rememoré vivencias relativas a temas primordiales en una aproximación centrípeta, de lo más impersonal a lo más íntimo, poco a poco, como para facilitar la integración.

Es así cómo en 8 días plenos de sueños, visiones, emociones e irracionalidad, se sucedieron temas generales, vivencias espirituales, recuerdos personales y familiares, aun pre-natales, emociones del nacimiento hasta los 4 años vivenciadas a la luz de los 40, la niña y su sensación de alienación y abandono, la madre y todas sus representaciones en un verdadero desfile de arquetipos.

Ello me llevó a la percepción de algunos aspectos aparentemente ocultos míos y de personas cercanas, a la súbita toma de conciencia de mis complejos, lo cual se me aparecía con carácter de revelación.

Finalmente, el último día, el de mi cumpleaños número cuarenta, reviví mi nacimiento y pude entonces sentirme con pleno derecho a habitarme y habitar el mundo.

Demasiada información para tan poco tiempo. Vislumbraba un interesante camino a explorar, largo y oscuro, como un túnel que debía atravesar para hallar el sol, como el canal del parto para nacer, un camino a recorrer sola. Había aprendido que sólo entiende el que, cerrando los ojos, puede comprender con el corazón; y el mío quería continuar adelante.

## Abriendo el corazón

Empecé mi segunda dieta con la extraña sensación de no estar, de ser ajena a mí... Al oír una voz que me llama "¡Rosa!", no sé quien es Rosa, no soy yo... esa persona es una figura para vivir hoy...

Fue el inicio de un duro trabajo de identificación propia, que aún continúa, de restitución de elementos que balancean los recuerdos conscientes, las conductas aprendidas; de descubrir qué es mío y qué no...

Sentí la necesidad de reconocer lo bueno, el cariño, el apoyo, de integrarlo a mí, de aceptar todo, de reconectarme con la alegría, de confiar y confiarme, de abrir los brazos del corazón sabiendo que los brazos cerrados no pueden dar ni recibir.

Mi cuerpo físico, en cuanto esencia material del espíritu, me maravillaba: era consciente de sus mecanismos fisiológicos, la respiración, sus quejas a veces no entendidas, el instinto, la búsqueda de la trascendencia, su potencia vital.

Al reconectarme con algunas sensaciones físicas, éstas se asociaban a memorias diferentes en cada órgano, surgían recuerdos que sentía propios pero que eran racionalmente imposibles, como si mi cuerpo, mis células rememoraran cosas ajenas a mi persona que era imperativo retomar para mi evolución actual y allá, al final, el espíritu, prevaleciendo sobre todo, iluminando todo...

### ¿Dónde está el camino?

Vislumbrar mi sombra y jugar a atraparla inició la tercera dieta, y los 8 días siguientes se marcaron por los encuentros y desencuentros con ella.

Despierto de un ensueño al oír: "¿ Dónde está el camino?" y la pregunta resonó en mí, en búsqueda de otro tipo de camino, interior... una voz cascada, de vieja, dice en mi oído: "¿Qué haces acá?". Busco las respuestas en mi mente como si de verdad "tuviera" que responder a alguien...

Caminos escondidos entre la maleza, senderos abandonados, el monte alrededor escondiendo la vida dentro de sí, un mar verde...

y en medio del afán de limpiar y ordenar la vida y los recuerdos, para encontrar las respuestas, la sombra se asoma y se esconde, ensombrece el sol y sobresalta los sueños, se evade y no la puedo ver aunque sé que está allí, robándome la sonrisa del corazón, sembrando dudas y desconfianzas y ocultándose vergonzosa...

“

Delante de una  
ventana veía  
un paisaje  
luminoso y  
decía,  
admirando la  
ventana:  
"¡¡Qué linda  
luz¡¡" y la  
ventana me  
respondía: "La  
luz no es mía  
ni soy yo, yo  
soy sólo el  
cristal que le  
permite pasar.  
La condición  
es la limpieza,  
eso es lo que  
me compete".

”



“

Un caballito de totora plácidamente a la deriva en alta mar. Sentí que la muerte es eso: no es ausencia de vida ni de movimiento, sino otra vida, otro estilo, el reposo del caballito de totora independizado de la mano del hombre que lo dirige, blanda, pasivamente abandonado a otra fuerza mayor.

La acecho con paciencia, con disimulo pero atenta, voy lentamente delineando sus facciones, quitando sus disfraces, la descubro debajo de la araña que me paraliza y domina, de la madre-bruja, de mis deseos y de la tristeza. Replantea mi vida, quiere abrir nuevos caminos y vuelve a huir...

Larga tarea de capitular -armonizar- restituir cada cosa a su lugar, a su tiempo, de asumir errores y aciertos, sin ánimo de herir, como algo que debe ser visto, aceptado, superado. Es el camino, es la vida.

Tal vez, al final, todo se exprese en un sueño que tuve en esta dieta: Delante de una ventana veía un paisaje luminoso y decía, admirando la ventana: "¡¡Qué linda luz!!" y la ventana me respondía: "La luz no es mía ni soy yo, yo soy sólo el cristal que le permite pasar. La condición es la limpieza, eso es lo que me compete".

En este momento siento que las ventanas somos nosotros. Si nuestra sombra empaña nuestra transparencia, o nuestra persona que permite asomarnos hacia adentro o afuera como una ventana, la luz no pasará.

Ser cristales que permitan hablar al corazón sin decir nada, sólo dejar pasar la luz y dejar que lo que somos se exprese solo, y más aún, dejar que los demás también pasen a través nuestro... Nuestra voz será el instrumento que exprese el sonido de nuestro ser profundo, como la melodía sólo depende del instrumento en la medida que pasa a su través.

la gota en el mar

La cuarta dieta me enfrentó a una etapa aún no vivida, a la senectud y a la muerte y al recuerdo de muchas muertes. Complemento del ciclo desarrollado en las dietas precedentes en que reviví sucesivamente desde la época prenatal hasta los 4 años, mi infancia-adolescencia y juventud-madurez.

Esta dieta trabajó mucho sobre mi cuerpo y mis sensaciones físicas, mis necesidades elementales y el redescubrimiento del placer de sentirme encarnada en mí, en mi cuerpo material y el hecho de aprender a escucharlo. Lento discernimiento entre lo mío, el instinto y el espíritu, que entretejidos con miedos, sombras, complejos y otros elementos arman la telaraña en la que estoy sujeta...

”

Fue el regreso al mar, a mi mar.

Muchas visiones marinas y entre ellas un caballito de totora 6 que soy y no soy yo... Un caballito de totora plácidamente a la deriva en alta mar. Sentí que la muerte es eso: no es ausencia de vida ni de movimiento, sino otra vida, otro estilo, el reposo del caballito de totora independizado de la mano del hombre que lo dirige, blanda, pasivamente abandonado a otra fuerza mayor.

Sin voluntad, con la armonía y la paz de no "tener" que ir a ningún lugar, de reposar en el hecho de "estar-aquí-en-este-instante", sin más, sin tiempo ni lugar... libre en este mar interior, mar prenatal, de vida y de muerte, donde todas las aguas confluyen y el ser encuentra la paz de ya no ser persona.

El miedo escondido detrás de todos los miedos, grandes o pequeños, es el miedo a morir, a fundirse en el maremagnum de lo indiferenciado, a perder la individualidad. Al mismo tiempo es el temor a dejar de ser, el temor de la gota a dejar de ser gota y fundirse en el mar, a dejar de ser una minúscula gota para pasar a ser parte de un inmenso mar.

Absurdo, ridículo, ¿tener temor a dejar de ser pequeño para crecer? ... es muy grande el miedo a vemos detrás de la persona, a perder el Yo, la individualidad.

Surge entonces la necesidad de no escapar de uno mismo mediante el movimiento, la hiperactividad, de confrontarnos... ¿Desenmascarados mis mecanismos de defensa tendré que enfrentar mis dragones?.. ¿Qué haré cuando no tenga un cuerpo físico cuyo movimiento distraiga el temor de enfrentarme a mí?... ¿Cómo superar la inmensa, eterna quietud de la nada, del todo?... ¿Cómo superar la angustia de flotar para siempre en un mar uterino?... ¿Cómo diferenciarme y reconocermé individuo dentro de la mar colectiva?..

Estoy en el mismo punto y no estoy al mismo tiempo. Nuevamente en el punto de inicio, llena de interrogantes y con la sensación de tener que reiniciar el camino, de querer volver a caminar.

He revivido cuatro etapas lineales de mi vida que han cerrado un círculo continuo, sin punto de quiebre entre ellas, y recorro un largo camino interior, me acerco al centro, viviendo y reviviendo vidas y muertes... al mismo tiempo, estoy aquí, viviendo igual cada nuevo día.

No soy la misma que emprendió el camino, creyendo ir sola, sin ver su sombra. Sé ahora que viene conmigo, pegada a mí, que se alarga o difumina según de dónde venga el sol. Mis recuerdos no son tampoco totalmente míos, he buceado pescando recuerdos ajenos y separando lo mío de lo colectivo.

Ha sido duro a veces mirarme al espejo, habiéndome reconocido y quitado la máscara; otras veces he disfrutado al percibir la armonía, la gracia, lo inefable de todo.

Recibí muchas indicaciones en estas dietas, enseñanzas e *ikaros*; también confronto mis errores, las dudas, la dificultad de materializar en la vida cotidiana lo aprendido... Sigo viva y buscando respuesta a mis preguntas, a cada paso surgen más interrogantes y así, una y otra vez, en un juego que es al mismo tiempo la vida...

y el mar está allí, esperando, adentro, afuera... a veces se agita, se revuelve y asusta, queriendo desbordarse, y otras parece demasiado calmo, pero aun dentro de su aparente calma esconde vida, profundidad y movimiento...

---

## Notas

1 Ikaro – canto curativo utilizado por los curanderos de la amazonia.

2 Las “plantas maestras” en la tradición curanderil son las que enseñan al ser ingeridas, ya sea a través de sueños, sensaciones físicas o percepción intuitiva.

3 Ikarar – cargar energéticamente un objeto mediante cantos curativos y acompañando por “sopladas”

4 Ají, condimentos, licor, grasas, cerdo, pescado con dientes, dulces incluyendo frutas.

5 Ajosacha (*Mansoa stendlyi*), Ayahuasca (*Banisteropi caapi*), Ojé (*Ficua insipida*), Camalonga (*Strychnus sp.*), Bachufa quilluhiqui, nombre formal, Bolaquiro (*Pouteria ucuqui*), Chiric sanando (*Rauwolfia duckei*), Ushpawasha sanando (*Rawolfia sp.*), Chuchuwasha (*Maytenus lavéis*), Bubinzana (*Calliandra augustifolia*), Zarsa (*Smilax sp.*), etc.

6 Embarcación liviana para pesca artesanal típica de la costa norte y del lago Titicaca en el Perú. Es hecha en totora (juncos), y el pescador se sienta a horcajadas en ella, de allí su nombre.

## Bibliografía

JUNG C. G., 1992. Formaciones de /0 inconsciente. Paídos, Barcelona.

SHARP Daryl, 1994. Lexicon Jungiano. Cuatro vientos, Ed. Santiago de Chile.

MONICK Eugene, 1994. phallos. Cuatro vientos, Ed. Santiago de Chile.