



El siguiente ejemplar gratuito pertenece a la serie "Apuntes para Terapeutas", un aporte a la integración de las terapias de sanación energética, con las técnicas y recursos de la sabiduría ancestral.

Recuerde que existe una formación específica para sanadores, dentro del taller de Chamanismo Integral. Consulte en la web www.flaviacarrion.com.ar o en nuestro blog <http://www.flaviacarrion.com.ar/espiritualidadnatural/> acerca de la posibilidad de acceder a dicha formación.

SAHUMADO EN EL CHAMANISMO

La quema de hierbas para sanación ha sido utilizada por diversas culturas desde la antigüedad. Ya en tiempos prehistóricos, los seres humanos arrojaban al fuego sustancias que generaban humo, con la convicción de que esto los purificaría y liberaría de enfermedades.



En el ámbito de la tradición nativa existen fundamentalmente dos formas de sahumar: a través de varillas en donde se atan hierbas secas que luego se encienden, y dentro de recipientes especiales para sahumar en donde se colocan las sustancias a quemar. En este caso, el humo se proyecta hacia las personas u objetos, con la mano o con un abanico de plumas.

Mediante el sahumado es posible limpiar el campo energético propio y el de otras personas, propiciar el contacto con el mundo espiritual y generar cambios en nuestra conciencia que nos permitan eliminar los bloqueos que conducen a las enfermedades.

SAHUMADO PARA UNO MISMO

Si bien en chamanismo utilizamos la quema de hierbas dentro de ceremonias y rituales de sanación complejos, muchas veces, un pequeño sahumado puede ser suficiente para recuperar la estabilidad, el centrado y el balance emocional. Recomiendo seguir

los lineamientos que a continuación detallo, para una pequeña ceremonia de sahumado que podemos realizar en nuestra propia casa.

Recuerde siempre "programar" el acto de sahumar: establecer claramente su intención y propósito respecto al humo que pondrá a trabajar. Entre los objetivos más comunes encontramos: limpieza, purificación, y eliminación de bloqueos; pero también podemos programar al sahumado para ampliar nuestra claridad mental en procedimientos que involucren nuestra percepción o para transformar una situación que se encuentra estancada.

Hierbas más comunes

A continuación encontrarán una lista con algunas de las hierbas y resinas habitualmente utilizadas en los rituales chamánicos tradicionales. De todos modos, siempre es preferible utilizar aquellas plantas que se encuentran en el entorno del paciente, ya que estas poseen una conexión natural con él y con las causas de sus dolencias.

Romero: despeja muy bien el campo mental, libera de miedos

Copal: resina muy utilizada por los mayas para conducir la expansión de la conciencia durante los viajes sagrados, durante ceremonias adivinatorias y de limpieza.



Copal a la izquierda, copala a la derecha. Dos resinas muy utilizadas. A pesar de la similitud de sus nombres no deben confundirse ya que sus fragancias e intensidades son muy diferentes.

Contrayerba: muy efectiva en la limpieza de densidades adheridas al campo energético y en la limpieza de lugares

Mirra: resina presente en el antiguo Egipto y asociada con ritos de transformación y pasaje.

Rosa: alivio de las heridas emocionales y purificación de las intenciones

Incienso: resina utilizada ampliamente para conexión espiritual, se cree que expande el chakra corona de quien la utiliza

Salvia: hierba esencial de la práctica ceremonial nativo americana. Utilizada para purificar el entorno y los instrumentos del chamán previo a su trabajo, y también como ofrenda a los espíritus de las cuatro direcciones.

Lavanda: la quema de sus flores secas alivia emocionalmente y ayuda a recuperar la alegría. En el mundo Celta se la asociaba con las hadas, los elfos y otros espíritus de la naturaleza.

Palo Santo: corteza vinculada con las habilidades psíquicas y el lado femenino de la vida ya que se encuentra regida por la Luna. (es conveniente evitar su uso debido a que esta especie vegetal se encuentra en peligro de extinción)

Corteza de Cedro: se utiliza para fortalecer el propósito (la misión de vida).

SAHUMADO PARA TERAPEUTAS

Para un sanador energético, el sahumado constituye una herramienta imprescindible de preparación y limpieza, tanto de sí mismo, como de sus pacientes, sus instrumentos y su lugar de trabajo.

Si Ud. es un terapeuta, le recomiendo que -antes de recibir a un paciente- sahúme sus cristales u otros elementos de sanación, su espacio de trabajo, a Ud. mismo, su camilla, todo objeto que vaya a participar en el procedimiento de sanación. De esa manera, establecerá una intención poderosa respecto a su servicio y convocará la presencia de espíritus asistentes que le resultaran muy benéficos para el proceso terapéutico.

Para este sahumado de preparación (o también llamado inspiración o preparación del espacio sagrado), es conveniente que utilice resinas, como incienso, copal, copala, benjuí, mirra o cualquier otra resina que consiga en el mercado

¿Alguna recomendación sobre cual usar?

Existen algunas características específicas de cada resina pero su descripción y aplicación excede los límites de este apunte. Sin embargo, habitualmente sugiero a los terapeutas que se forman en mi taller que experimenten ellos mismos hasta que encuentren las variedades o combinaciones que mejor resuenen con su propia energía o que les demuestren mejores efectos a lo largo del tiempo.

Una vez que termine de atender a su paciente, le recomiendo que realice un nuevo sahumado, esta vez para eliminar todo residuo energético tóxico que pueda haber quedado en el espacio, los objetos, su ropa y su propio campo.

Desde el punto de vista de la cosmovisión aborígen, el sahumado es un procedimiento mediante el cual son invocados los espíritus de las plantas, los cuales serán los encargados de arrastrar y llevarse lejos la toxicidad o densidad contenida en personas, objetos y lugares sahumados. Esas energías densas son entonces transformadas en energías ligeras, son regeneradas.

Para este sahumado de limpieza o descarga recomiendo utilizar hierbas, como el romero, la salvia blanca, la menta, la contrayerba o la coa.

Técnica de Sahumado

Como comenté anteriormente, el sahumado puede estar incorporado a complejos procedimientos de sanación, pero también puede utilizarse solo, en rituales sencillos que podemos practicar a diario o cuando necesitamos reconectarnos con el Espíritu, purificar nuestro campo energético o propiciar cambios. La técnica que les detallo a continuación sigue los lineamientos del sahumado en las tradiciones ancestrales en las que me he formado y les permitirá experimentar sus beneficios de una manera simple y práctica.

1. Prepare los elementos: hierbas, recipiente sahumador, carbones, fósforos
2. Tome unos segundos para meditar acerca del propósito de este sahumado (¿para qué lo usará? ¿Para limpiar, para inspirarse, para generar cambios? Establezca los objetivos en su mente y su corazón.)

3. Coloque el carbón y enciéndalo. Espere que libere el humo inicial. Una vez que deje de chispear coloque las hierbas o resinas elegidas.

4. Ofrezca el humo al Padre Cielo, agradeciéndole por lo que recibe de El y pidiéndole por su intención especial. Pida inspiración



Abanicos de plumas para sahumar

5. Ofrezca el humo a la Madre Tierra, agradeciéndole por lo que recibe de Ella y pidiéndole por su intención especial. Pida protección.
6. Ofrezca el humo a las 4 direcciones. (en el caso de tener identificado a su animal de poder y a los animales de su rueda medicina, ofrézcales también el humo)
7. Pase el humo por su cuerpo, ayudado por su mano o un abanico de plumas.
8. Pase el humo por sobre sus objetos y el espacio que desea limpiar o transformar.

9. Cuando termine, haga un pozo en la tierra y coloque allí los desechos de la sahumadora. La tierra se encargará de procesar las energías negativas remanentes y transmutarlas.

10. Agradezca a la infinita generosidad del Gran Espíritu por esta gran bendición del sahumado.

UN PASO MAS ALLA

El sahumado puede utilizarse sobre un paciente, pero requiere una preparación que no puede transmitirse a través de un apunte escrito.

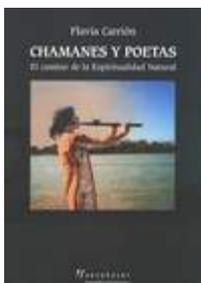
Si está interesado en capacitarse en esta técnica de sanación, lo invitamos a acercarse al taller de Chamanismo Integral. Allí encontrará indicaciones específicas con respecto al uso de estos elementos, los movimientos específicos para cada paso de la sanación y otras prácticas vinculadas con el proceso del sahumado terapéutico.



http://www.flaviacarrion.com.ar/espiritualidadnatural/?page_id=256

Para estar informado sobre actividades, solicite ser incluido en nuestra lista de distribución enviando un mail a flaviacarrion@gmail.com

Más información sobre el modelo:



“Chamanes y Poetas: el camino de la Espiritualidad Natural”, Flavia Carrión 2008, Grupo Editor Latinoamericano, Bs.As, Argentina

© Flavia Carrión. Todos los textos registrados en la Dirección Nacional de Derechos de Autor (Ley 11.723) de la República Argentina. Puede distribuirse gratuitamente siempre que se cite la fuente y la dirección web correspondiente (www.flaviacarrion.com.ar).