



Realiza cada una de tus acciones  
como si fuera la última de tu vida.  
Marco Aurelio

## Sendas del Sol

Lambaré 990 - CABA - Tel./Fax (011) 4861 - 3055 / 4865 - 0023 - [www.sendasdelosol.com.ar](http://www.sendasdelosol.com.ar) - [info@sendasdelosol.com.ar](mailto:info@sendasdelosol.com.ar)

### Editorial

Responsable:  
**Luis Ramos**

Diseño y Diagramación:  
**Maccam** - Tel.: 4855-6126  
[info@maccam.net](mailto:info@maccam.net)

Se permite la reproducción total o parcial de las notas de esta publicación, citando la fuente. La redacción no necesariamente coincide con los conceptos y posiciones de los autores que firman los artículos.

### NOVEDADES

El **iaido/iai-jutsu** es un arte marcial japonés relacionado con el desenvainado y el envainado de la katana. Era practicado por los samuráis. Estas técnicas surgen, comenzando por el enfrentamiento con el arma aún en la saya (vainas) y desenvainando para atacar o contraatacar al oponente sin darle tiempo a reaccionar. La principal idea del iaido es ser capaz de reaccionar correctamente ante cualquier situación inesperada

#### Kung Fu y Chi Kung.

Actividad destinada a jóvenes y adultos donde se trabajan estiramientos biomecánicos, respiración, equilibrio, alineación y ejercicios de fuerza.  
Prof. José Sanchez.  
15 5421 0712

#### ESTUDIO FOTOGRAFICO:

Espacios y equipamiento para el desarrollo de la producción fotográfica en sus múltiples aspectos.

#### ALQUILER DE SALAS Y GABINETES:

para el desarrollo de actividades que mejoren la calidad de vida

# COMO GRANO DE ARENA

Hace algún tiempo escuché una historia sobre los orígenes de nuestra humanidad. Se trata de un relato digno de una serie de ciencia ficción, ( aunque hemos comprobado repetidas veces que al final la realidad supera la fantasía) y en síntesis dice lo siguiente: Hace más de 200.000 años una civilización sumamente avanzada necesitaba extraer oro para utilizarlo en un proceso vital para la vida de su planeta. Transitando por nuestro sistema solar, en un momento llegan a la Tierra encontrando el precioso metal. Dado que se trataba de seres muy evolucionados su nivel vibracional no les permitía tolerar la densidad de nuestra tercera dimensión, por lo cual, con el objeto de extraerlo se clonaron a sí mismos realizando cierta manipulación genética, que buscaba adaptar a esa incipiente humanidad, a las tareas que debían realizar. Quizás éste sea el registro más antiguo que podamos reconocer sobre el significado de la esclavitud, lo cual explicaría la aceptación tácita de esa práctica entre las primeras generaciones de humanos, dando también sentido al valor que le hemos asignado al oro a través de todos los tiempos.



Quizás esta especie de experimento humano, fue algo realizado para lograr un objetivo puntual como el descrito, o bien, se salió de control y adquirió fuerza de crecimiento por sí mismo, tomando impulso hacia el nivel evolutivo del cual proviene.

Se dice que esos seres ya eran conscientes de su divinidad, de su participación dentro del plan maestro, por ello el ser humano aunque modificado, conserva en su esencia esa chispa divina que nos hizo formar parte del Orden universal conciente.

Nuestra historia, breve para lo que es la vida del Universo, nos muestra como seres capaces de las más terribles atrocidades y de las más nobles acciones, un cierto

contrasentido que divide las opiniones acerca de lo que nos puede suceder como especie entre aquellos que imaginan nuestra autodestrucción y los que ven un futuro brillante capaz de llevarnos enriquecidos de regreso a la fuente primordial. ■

*Como vemos el interrogante está planteado, debemos elegir en el día a día a través de nuestras actitudes, que camino tomaremos. Avancemos prudentemente pero con paso firme, hacia una conciencia que vaya dejando de lado, las inseguridades y los miedos, que nos libere de ataduras del pasado incorporadas en nuestro código genético y nos permita modificar nuestras estructuras con la fuerza de nuestra intención, alzando la vista para ver más allá del cielo, para contemplar las estrellas y sintetizar todo en un solo punto, que al igual que nosotros no sea más que un grano de arena en el desierto.*



# EL ARTE DE LA PAZ

La vida es crecimiento. Si detenemos el crecimiento técnica y espiritualmente, somos tan útiles como cadáveres. El arte de la paz es la celebración del enlace del cielo, la tierra y la humanidad. Es todo lo verdadero, lo bueno y lo bello.

Una y otra vez será necesario que te retires entre montañas profundas y valles ocultos para restablecer tu lazo con la fuente de vida. Inspira y déjate elevar a los confines del universo; expira y deja al cosmos regresar dentro de ti. Luego aspira toda la fecundidad y vitalidad de la tierra. Por último, combina el aliento del cielo y el aliento de la tierra con el tuyo propio,

transformándote en el Alieno mismo de la Vida.

Todos los principios del cielo y de la tierra están vivos dentro de ti. La vida misma es la verdad y esto nunca cambiará. Todo, en el cielo y en la tierra, respira. La respiración es el hilo que ata la creación y la mantiene unida. Cuando la miriada de variaciones de la respiración universal pueden ser percibidas, nacen las técnicas individuales del Arte de la Paz.

*Morihei Ueshiba*



## FABULA del BUDISMO ZEN

Un hombre – contó el maestro a sus alumnos – tiene que encarar un largo viaje. En el camino se topa con un río. ¿Cómo cruzarlo? A nado, imposible. Piensa y piensa. Al mirar a su alrededor ve árboles, ramas, y decide hacer una balsa. La confecciona y cruza el río.

### *La pregunta del maestro es la siguiente:*

¿Debe el hombre conservar la balsa, cargarla sobre sus hombros durante el trayecto hasta el próximo río que habrá de cruzar? ¿O debe desecharla y lanzarse a la aventura y a la espera de lo que vendrá?

La respuesta correcta es usar la balsa y desecharla luego. Nadie sabe del próximo río y nadie sabe por lo tanto por anticipado si necesitará una balsa ni qué balsa necesitará. Caminar con la balsa a cuestas, a modo de prevención, le impedirá caminar.

La seguridad es un peso. Es confortable, pero impide caminar.

La lección es clara y se aplica perfectamente al ideal de Nietzsche que conduce a la total devastación de dioses, balsas y soluciones prefabricadas.

Pensar es vivir este momento desde este momento y para este momento. Vivir en plenitud. Y en plenitud de inseguridad, porque a este momento sucede otro momento. Y hay que empezar de nuevo. Ni se enseña ni se aprende en forma definitiva, sino que el proceso es una renovación continua del ser.

*La Filosofía. Jaime Barylko.*

### *Reflexiones*

*Para cambiar tu vida por fuera debes cambiar tú por dentro. En el momento en que te dispones a cambiar, es asombroso cómo el universo comienza ayudarte, y te trae lo que necesitas.*