



VOLVER

AL ORIGEN



**“ES HORA DE VOLVER  
a caminar juntos,  
como hijos responsables,  
que van de la mano de su Madre  
y velan por su salud.**

**Porque su salud es la nuestra.**

**Y NUESTRA SALUD DEPENDE  
DE CÓMO NOS TRATEMOS  
A NOSOTROS MISMOS  
Y A TODO LO QUE EXISTE EN,  
DENTRO Y SOBRE SU SER.”**



# VOLVER AL ORIGEN

**Textos: Marcelo Ponzzone, Silvia Franco  
y Cristina Mejía.**

**Ilustraciones: Silvia Franco**

**Diseño gráfico manual y digital:  
Silvia Franco y Marcelo Ponzzone**

**Canciones: Marcelo Ponzzone**

# VOLVER AL ORIGEN

No es solo el título de este cuento.  
Tampoco una expresión de deseos.  
Es una necesidad de la especie humana en estos tiempos.

Retornar a la vida en relación con la naturaleza,  
escuchando la urgencia de su mensaje por sobre  
la palabra de cualquier ser humano.

Ella es la gran maestra y nos lo cuenta permanentemente  
a través de sus sagrados elementos  
y su diversidad de especies sin fin.

Inspirándonos en el ejemplo de los pueblos originarios  
antes de la llegada de los europeos a América,  
para los que la Madre Tierra, era verdaderamente su madre,  
y todos sus seres, sus hermanas y hermanos.

Pese a que también cometían sus errores, ésta era una certeza.



Debemos volver a esa visión si queremos preservar  
la Vida Humana sobre este planeta.  
Porque allí hay respeto, hay humildad,  
reconocimiento y agradecimiento.

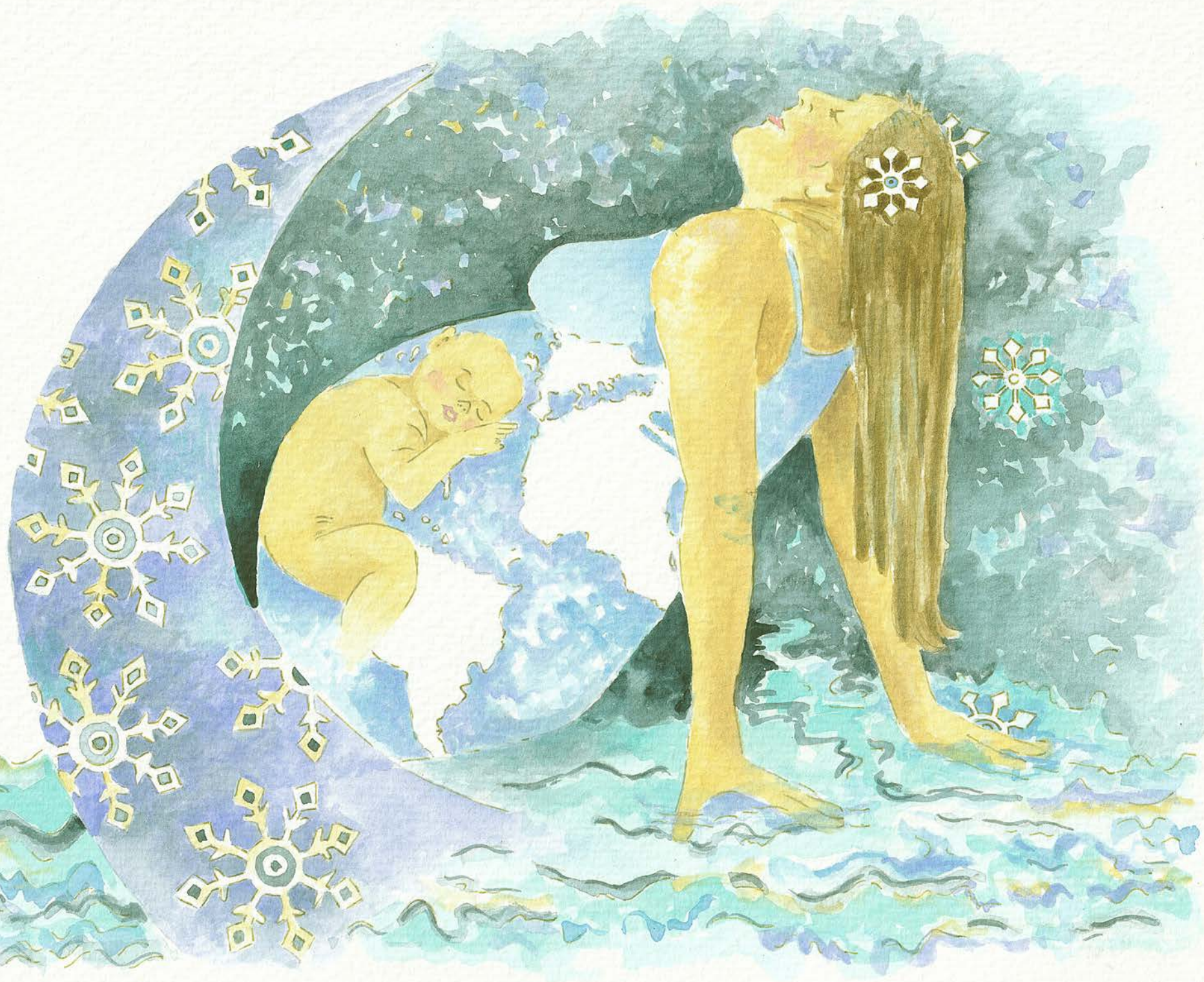
Y hay reciprocidad, ofrenda, pagamento.  
Hay pedir permiso y pedir perdón.

No es preciso haber nacido en el seno de una comunidad indígena  
para encarnar esta visión. Ya está en nosotros. Solo debemos recordarla.  
Todos tenemos un indígena interior esperando ser despertado.

Volver a la sencillez, a la simpleza de la Vida,  
al asombro y la reverencia por su incomparable magia.  
A la cooperación y la redistribución de bienes y energías,  
a la tribu que piensa colectivamente,  
sin dejar a nadie fuera, como una gran familia.

¡Qué así sea!







# PARTE 1: AGUA

## SINTIENDO EL ORIGEN

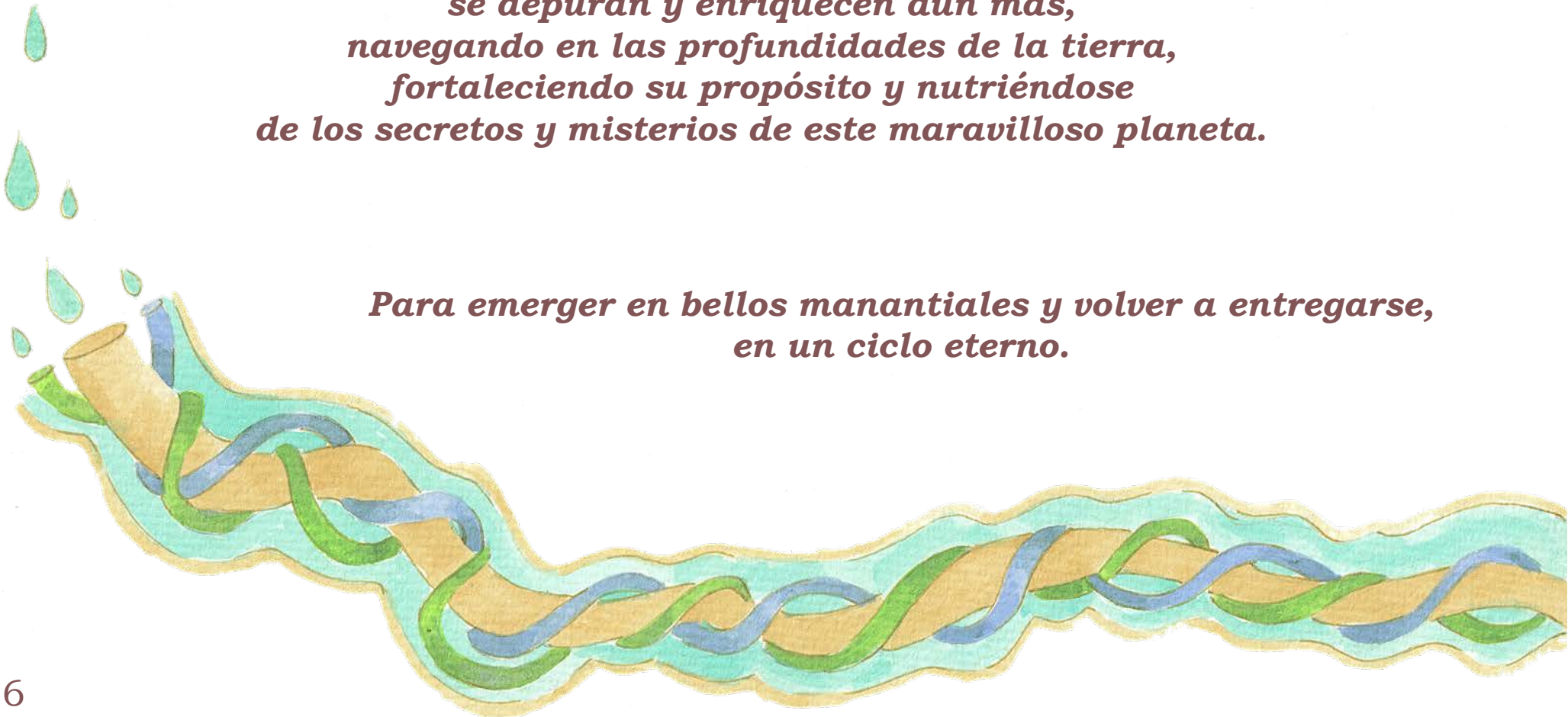
*“Porque nosotros amamos esta tierra  
así como ama el niño los latidos del corazón de su madre”  
(Gran Jefe Seattle de la tribu Duwamish)*



*EN ESTE MOMENTO,  
en una hermosa cuenca,  
estrella de aguas en el corazón del planeta,  
palpitando entre las selvas de la Amazonía, la cordillera de los Andes  
y la Sierra Nevada de Santa Marta,  
fluye este relato.*

*Delta de ríos sagrados que brotan purificados en lluvia del cielo,  
se depuran y enriquecen aún más,  
navegando en las profundidades de la tierra,  
fortaleciendo su propósito y nutriéndose  
de los secretos y misterios de este maravilloso planeta.*

*Para emerger en bellos manantiales y volver a entregarse,  
en un ciclo eterno.*











## ***EL CICLO DEL AGUA***

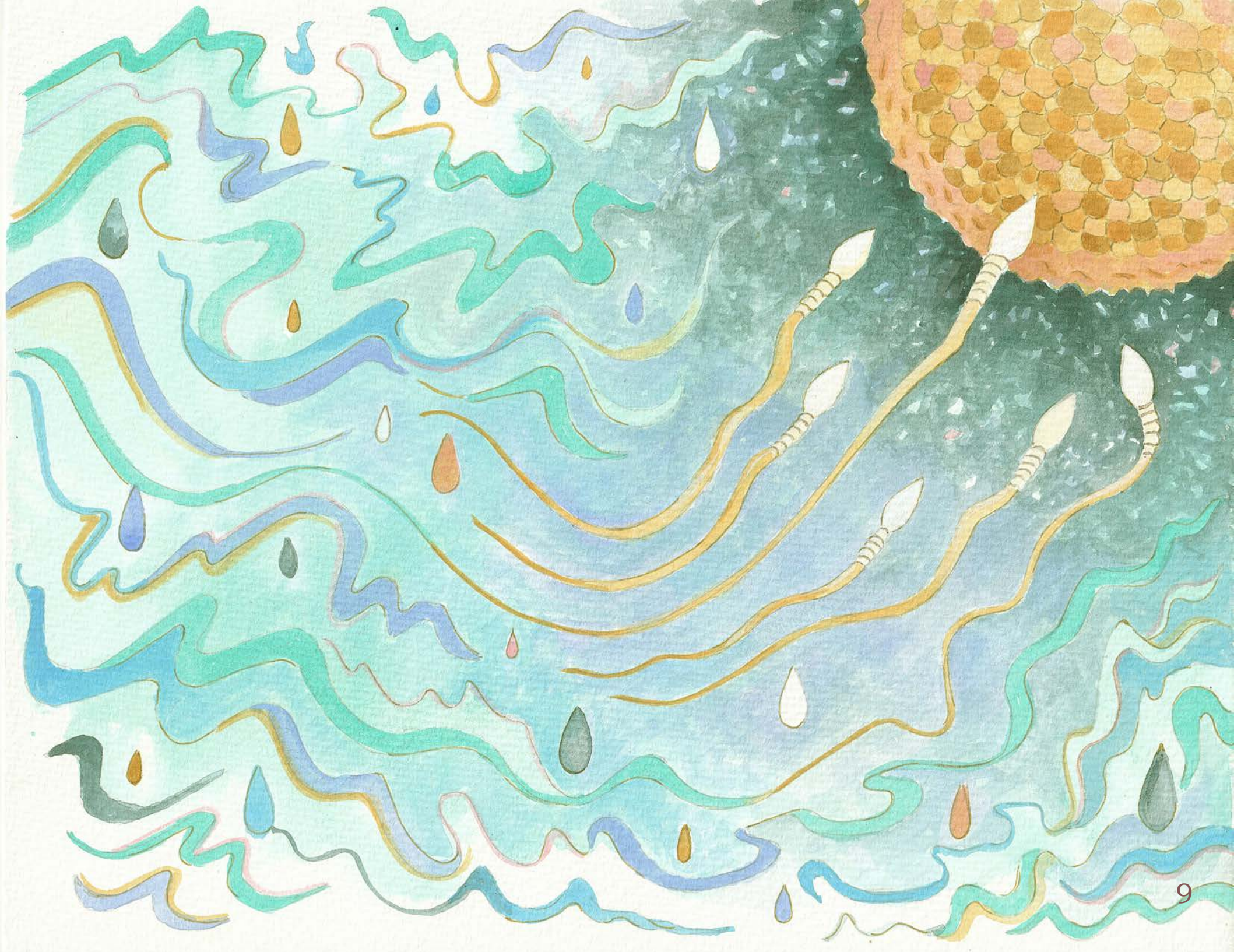
***es el ciclo de la Vida.***

***Ella es el origen,  
la guardiana de sus memorias ancestrales.***

***Somos el resultado de la mágica y líquida unión  
del agua de la semilla de nuestro padre,  
que navegó impulsivamente,  
hasta anclar en el húmedo vientre materno,  
donde nos contuvo, alimentó y nos hizo crecer.***

***¡Qué dicha escucharla en su permanente fluir!  
Compartiendo un mensaje, una información única  
que nos habla de nuestros lejanos comienzos.***







**“SOY ANTIGUA, ETERNA,**  
sé muchas cosas.

Desde que existo en la Tierra, existe sobre ella la Vida.

Soy siempre la misma, desde el inicio de los tiempos,  
en transformación permanente.

Salada o dulce, como hielo, vapor o líquida,  
dentro o fuera de tu cuerpo.

**¡ÓYEME BIEN!**

Te necesito para crear una nueva realidad.

Protegiendo y cuidando al planeta, desde el lugar en que te encuentres.

Te contaré una historia para que conozcas, te sumes, y pasemos a la acción.  
Por tu bien, el mío, el de la Tierra y todos sus seres.

El tambor está sonando y mi voz se remonta a aquellos lejanos tiempos.”







**“EN EL INICIO,**  
cuando empezaron los seres humanos a habitar este corazón,  
vivían aquí tribus indígenas muy sabias y armoniosas.

Eran autosuficientes, solidarias, espirituales.  
Y prestaban un servicio muy importante al planeta:  
abrir el corazón del ser humano.

Entre ellas, la competencia era por quién obsequiaba el regalo más valioso.

Así también en toda Colombia, en toda América,  
a la que algunos llamaban Abya Yala,  
y hasta en otras regiones del planeta.

No todos los pueblos tenían el mismo desarrollo,  
pero compartían una visión de la Vida.

Se sentían parte de la naturaleza,  
la respetaban y se comunicaban con ella.

Cuando la desoían, les tocaba vivir las consecuencias de sus malas decisiones.  
De esta manera aprendían y estaban en proceso de evolución y crecimiento.”







**“ESTABAN CONECTADOS CON EL ORIGEN,**  
eran pueblos originarios.

.

La vida y la naturaleza eran su centro y su prioridad.

Sentían profundamente que la Tierra era su Madre;  
los animales, sus hermanos a quienes respetaban y amaban.  
Los bosques y sus árboles eran sagrados.

La palabra explotación no existía en su idioma y su cultura.

Cooperaban en vez de competir.

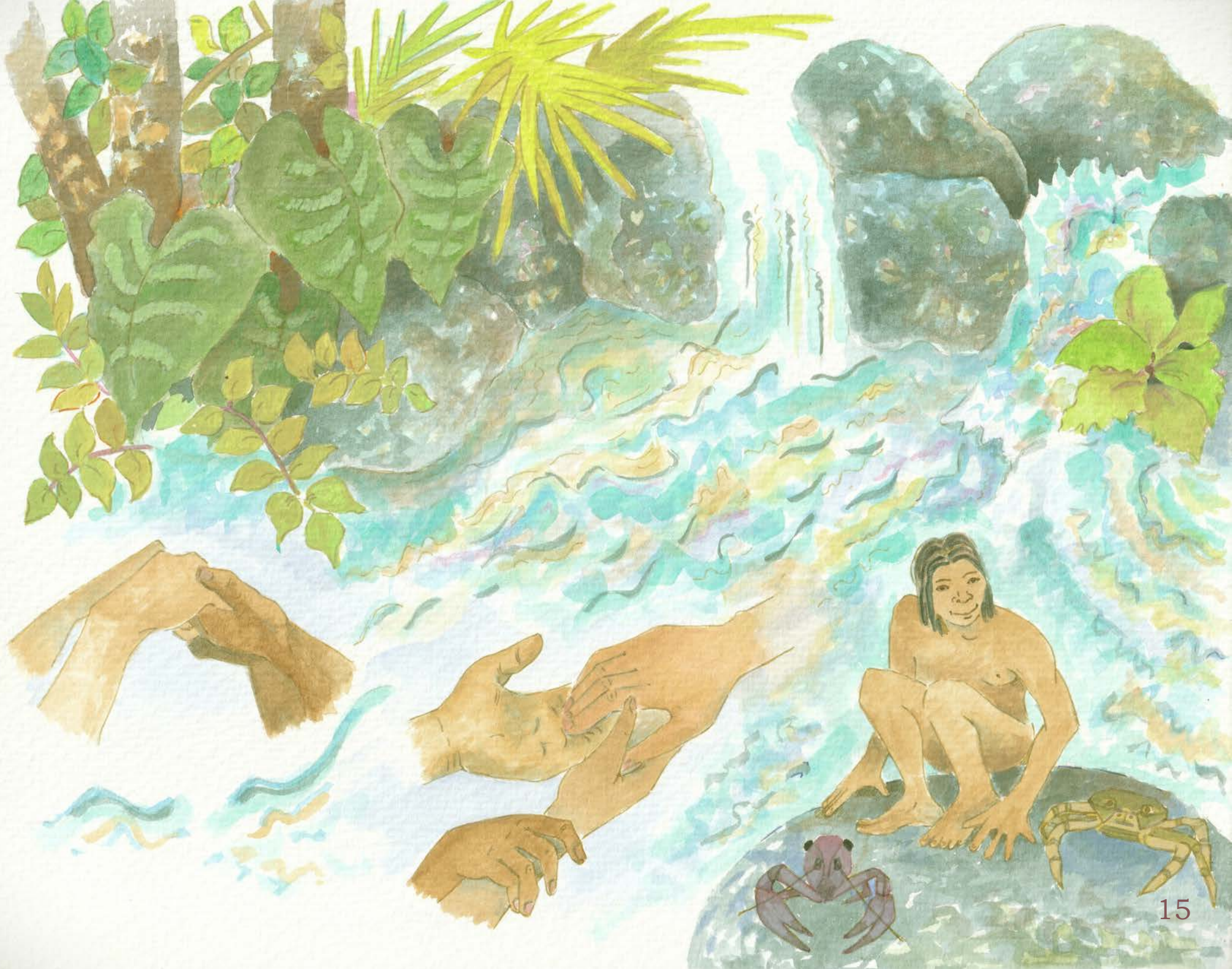
Compartían en vez de acumular.

Priorizaban lo colectivo antes que lo individual.

No se consideraban dueños de la tierra sino sus hijos.

Evolucionar para ellos era mantenerse fieles a la sencillez  
y simplicidad de la Vida.”







## “SU SABIDURÍA

no surgía de una sola mente, sino de la reflexión colectiva,  
y estaban profundamente unidos por el bien de todos.

Veneraban y ofrendaban a los cerros guardianes y a los sitios sagrados  
para mantener el orden primordial del mundo.

El cuidado, protección y respeto de niños y ancianos,  
era la base para asegurar su continuidad sobre la tierra.

Reían, cantaban y bailaban habitualmente.

No eran perfectos, pero me cuidaban, me oraban y ofrendaban.

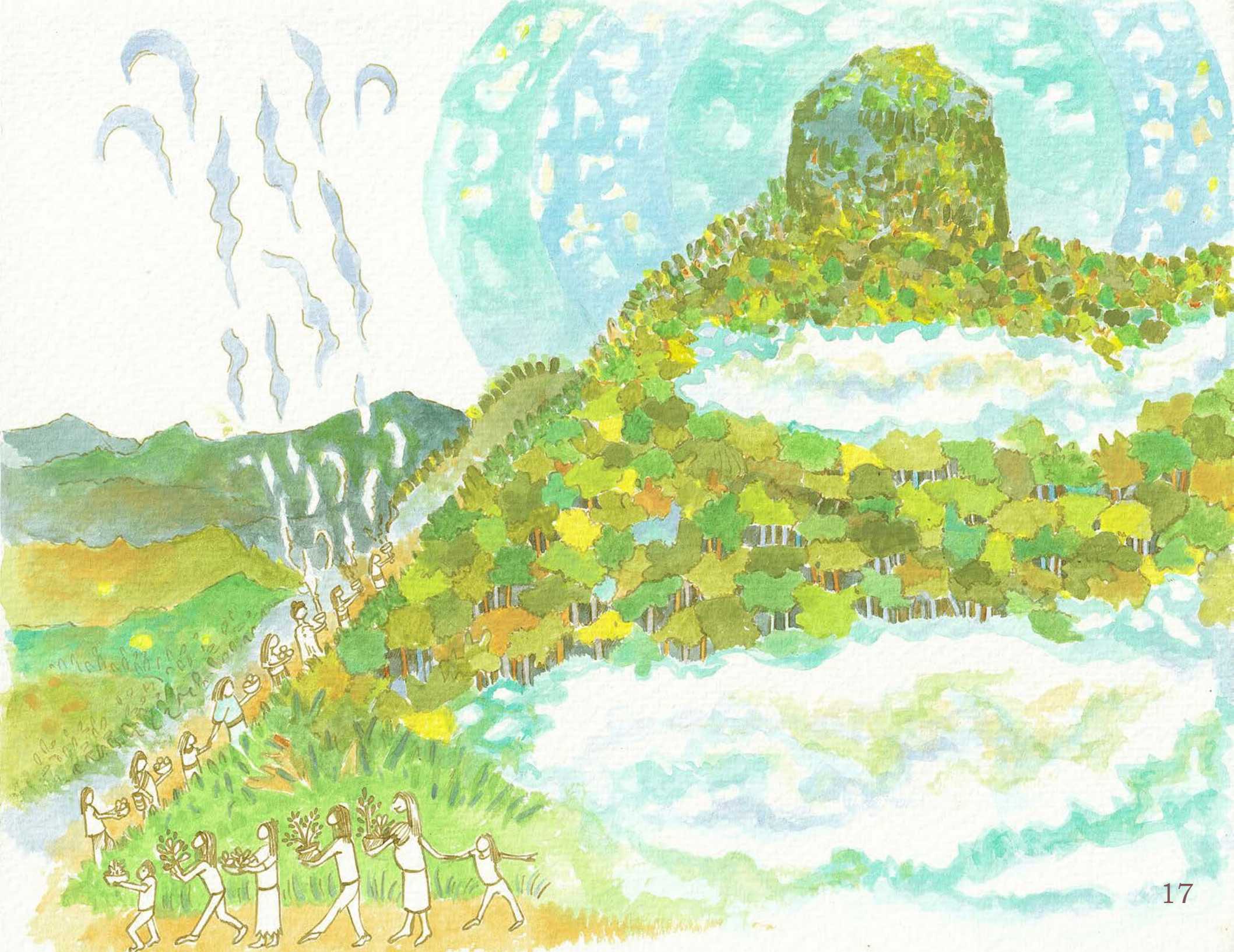
## ENTRE TODOS ELLOS,

quienes caminaron por esta cuenca fueron llamados  
**Tahamíes, Pantágoras, Nutabes.**

Periódicamente, peregrinaban a las grandes piedras sagradas de la región  
que los acercaban al cosmos, conectándolos con los seres ancestrales.

Mi estado era puro y yo, tu **AGUA**, subía a los cielos, en forma de vapor,  
feliz de repetir mi ciclo, una y otra vez,  
limpia y refrescante, alimentando a todos los seres.”







# RECORDEMOS

En este pilar de luz,  
en este pilar de luz,  
conectando con el corazón del cielo.  
Con el humo del tabaco,  
con el humo del tabaco,  
llamando a nuestros abuelos.

Con este fuego sagrado,  
con este fuego sagrado,  
convocando a los ancestros.  
Con el rezo y con el canto,  
con el rezo y con el canto,  
recordando a nuestros pueblos.

Los pueblos de nuestra América  
que poblaron esta tierra  
imprimiendo su energía,  
Imprimiendo su energía,  
su energía en este suelo.  
Y dejando su semilla, su semilla, su semilla  
para que hoy los recordemos.  
Recordemos, recordemos,  
recordemos, recordemos, recordemos.....

Recordemos nuestro origen, recordemos,  
despertemos en el sueño, despertemos,  
recordemos quienes somos, quienes somos  
y con ellos finalmente conectemos,  
recordemos quienes somos, quienes somos  
y emprendamos el camino de regreso.



**Escanea el código  
y escúchala**

Recordemos quienes somos,  
quienes somos  
desplegando nuestras alas en el vuelo.

En el vuelo, en el vuelo,  
en el vuelo, en el vuelo, en el vuelo.....

Con los pies sobre la Tierra  
y con la Luz de las Estrellas  
recordando quienes somos, quienes somos,  
y afirmando en nuestra vida la Belleza.  
Recordando quienes somos, quienes somos  
transformando en Alegría la tristeza.

Los pueblos de nuestra América  
que aún habitan esta tierra  
imprimiendo su energía,  
imprimiendo su energía,  
su energía en este suelo.  
Y sembrando sus semillas,  
sus semillas, sus semillas  
para que nos conectemos.  
Conectemos con sus dones,  
sus principios, sus visiones  
para que al fin despertemos.  
Despertemos con sus sonos,  
medicinas y tambores,  
desplegando nuestro vuelo.







# JUGANDO CON EL AGUA

Permítele a estas goticas correr por los caminos de la gran gota Madre de Agua, para humedecer a la Tierra y compartir con ella, sus memorias del origen.

Ayúdales a ingresar por las entradas y llegar hasta el centro sin cruzar ninguna línea.

Hay un solo camino posible para arribar al corazón de la Tierra. Si transitan por uno sin salida, les toca devolverse e intentar encontrar el correcto.

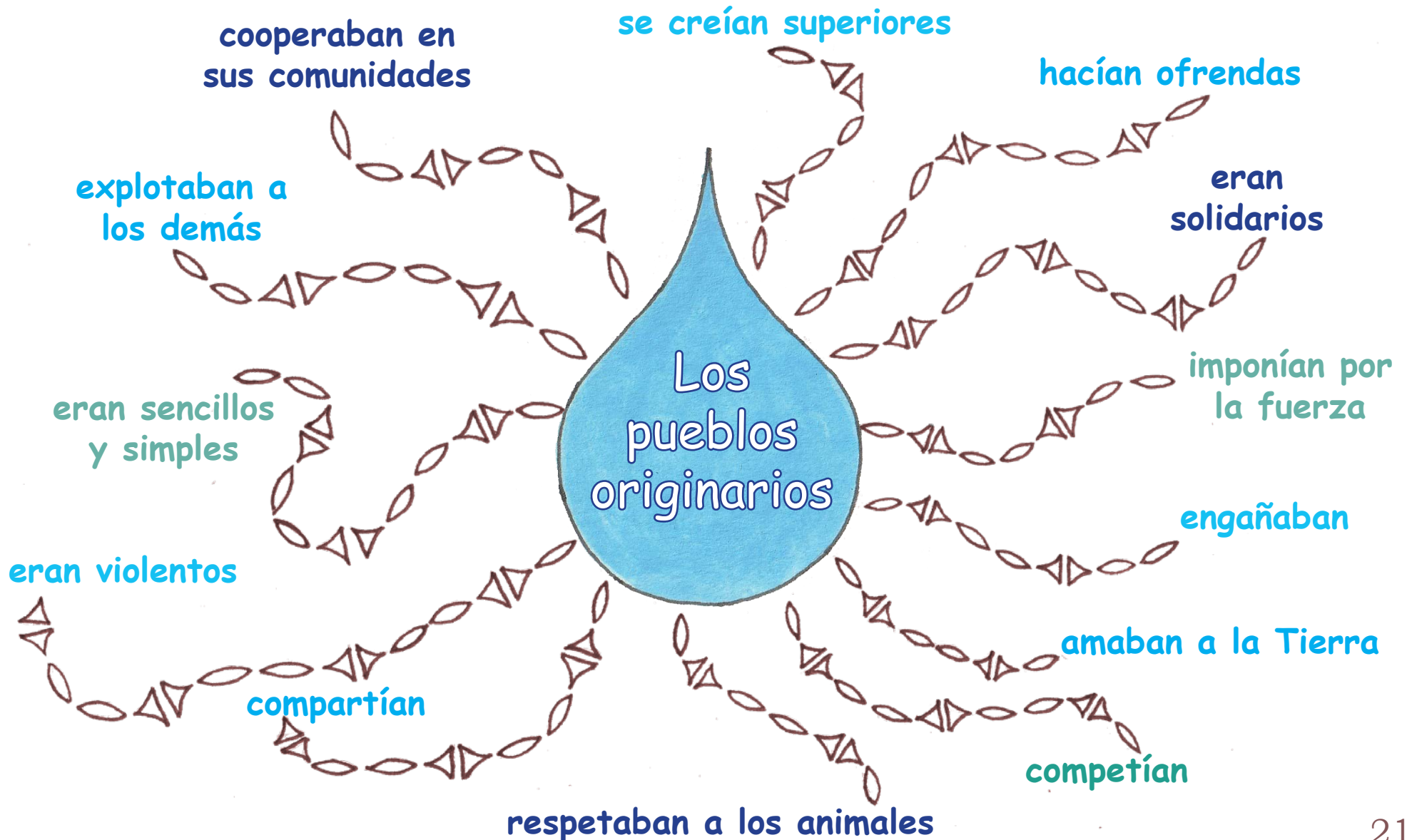
Cuando lo consigan, píntalo con color junto con la Madre Tierra.





# CONECTANDO CON LOS PUEBLOS ORIGINARIOS

Colorea los caminos que llevan a los complementos correctos de la frase central.









# PARTE 2: AIRE

## VACÍOS EN EL ALMA

*“El hombre blanco trata a su madre, la tierra, y a su hermano, el firmamento,  
como objetos que se compran, se explotan y se venden.  
Su apetito devora la tierra, dejando detrás solo un desierto.”  
(Gran Jefe Seattle de la tribu Duwamish)*

*“¿De qué le sirve al hombre ganar el mundo entero si pierde su alma?”  
(Jesús)*





**ARRASTRADOS POR LAS CORRIENTES DEL OCÉANO Y EL PODER DEL VIENTO,**  
*humanos venidos de otros sitios de la Tierra, llegaron a este continente.*

“Así ocurrió, mis amig@s, soy el espíritu del **AIRE** y lo recuerdo muy bien.

Representaban a una cultura desconectada  
de los principios del origen de su propia tierra y de su propia gente.

¿Cómo pudo haber pasado?

Primero, fueron unos pocos hombres los que mucho tiempo atrás,  
dejaron de escuchar a la naturaleza, se concentraron en su propio pensamiento  
y separaron su mente de su corazón.

Con los años, al sentirse aislados de todo,  
el miedo los volvió cada vez más egoístas, avaros e insensibles.  
Se creyeron superiores y dueños de la verdad que su imaginación creó.

Sin límites éticos, comenzaron a acumular riquezas y poder,  
sometiendo con violencia a la tierra, sus árboles y animales.  
También a otros hombres y mujeres de sus propias familias y comunidades,  
contagiándoles como un virus,  
el espíritu de la desconfianza, el temor y la falta de respeto.

Justificaban sus actos en nombre de un dios establecido por su propia mente,  
a su imagen y semejanza, que los impulsaba a ir más allá,  
a conquistar e imponer su verdad a quienes se cruzaran en su camino,  
inspirados por una lógica de división y guerra.”







**“LLEGADOS A ESTAS NUEVAS TIERRAS,**  
no entendieron ni aceptaron los saberes, creencias y formas de vivir  
de los pueblos nativos.

Tampoco supieron escuchar a las selvas exuberantes,  
las montañas majestuosas, los ríos infinitos, las portentosas abuelas piedras  
y la profusión de especies vegetales y animales desconocidas.

Al contrario, la diferencia los encerró más en sí mismos  
y llenaron el vacío de su corazón de crueldad y barbarie.  
Convencidos de que lo hacían en nombre de un supuesto progreso y desarrollo.

Estaban obsesionados con el brillo de los metales,  
símbolo de riqueza y poder para ellos,  
mientras que los indígenas los veneraban como materiales nobles  
para la conexión con el Gran Espíritu.

Después de robar los que ya encontraron artísticamente trabajados  
en bellas formas, los obligaron como esclavos a perforar la tierra,  
reproduciendo en ella los huecos de su propio ser,  
lastimándola y desequilibrándola.  
Arrancándole partes que cumplían una función vital en su interior.

Sin comprender que todo lo que le hicieran a la Tierra,  
se lo estaban haciendo a sí mismos.”







**“NO CONSIDERAR A LA TIERRA COMO UN SER VIVO,**  
sino como algo a lo que utilizar para el propio beneficio,  
es el inicio de todas las violencias.

Si no se respeta a la Madre, menos se respetará a sus hijos.

Así, muchos pueblos originarios desaparecieron;  
otros pudieron esconderse en las selvas y en la montaña.

Se multiplicaron miedos, sospechas, envidias, resentimientos, iras,  
generando una forma de ser que contagió a todas las culturas.

**POR ESTA HERMOSA CUENCA TAMBIÉN PASARON,**  
dejando sembrada la semilla de la minería y la destrucción.

Quizás por eso, muchos años después,  
cuando las sangres de unos y otros se fueron mezclando  
y la guerra fue haciendo las paces temporarias consigo misma,  
llegaron por aquí otras personas,  
buscando el oro que aún no había sido arrancado.

Afortunadamente, no todos eran iguales.  
Junto a ellos fueron llegando también otros seres,  
queriendo aprender, conocer, explorar, cultivar,  
dejar atrás su mundo y buscar una nueva oportunidad en éste.

Arrieros, campesinos, comerciantes, hombres y mujeres  
que repoblaron este territorio y lo transformaron en su hogar.”







## **“LAS MONTAÑAS SE LLENARON**

de café, caña de azúcar, maíz, frijol, plátanos, yucas,  
naranjas, limones, guayabas, piñas.

Los bosques se achicaron, especialmente con la reproducción y cría de ganado.  
El oro se fue acabando.

Con las técnicas de la tapia y el bahareque, levantaron sus viviendas  
utilizando la misma tierra del lugar, aprovechando guaduas y maderas del monte.

En innumerables trapiches, la caña se transformó en panela.

Niños y jóvenes llenaron de bullicio a las escuelas,  
y las juntas de acción comunal prosperaron en el territorio,  
respondiendo a necesidades comunitarias para el beneficio de todos.

A punta de pico y pala, la gente fue transformando las trochas  
para personas y animales, en vías para vehículos motorizados.

Así, la escalera pudo llegar a la cuenca,  
facilitando la comercialización de productos  
y la traída de los mercados de vecinas y vecinos.”







## **“PERO LA SEMILLA DE LA VIOLENCIA**

estaba sembrada y en algún momento,  
abonada por la desigualdad y la codicia, se volvió a manifestar.

Como en muchos lugares de Colombia, América y el mundo entero,  
milicias, cuadrillas, guerrillas y contraguerrillas  
se pelearon esta cuenca durante años. Era rica, estratégica.

Muchos debieron huir, muchos murieron. Todos sufrieron.

Los cultivos desaparecieron, el ganado se robó o se perdió.  
En contraposición, los bosques se regeneraron en las tierras abandonadas,  
más rápida e intensamente en las zonas de cultivos que en las de ganado,  
que dejaban suelos compactos y apelmazados.

Está marcado en el territorio,  
en las mentes y corazones de sus habitantes.

En las energías que circulan en mí, tu **AIRE**,  
cuando me respiras.”







**“NUEVAMENTE, RESPONDIENDO EN PARTE**

a los rezos y plegarias brotadas del sufrimiento de tanta gente,  
la violencia calmó, y así comenzaron lentamente  
a retornar algunas familias desplazadas.

A la determinación de los que nunca partieron,  
se sumó la alegría de los que volvían,  
con la profunda tristeza por aquellos que ya no estaban.  
La vida siguió fluyendo como las aguas que bañan esta cuenca,  
y comenzó a limpiar, a sanar.

Atrayendo también a otros seres,  
que cautivados por las bellezas de este territorio,  
llegaron y se enamoraron.

Venían con otras costumbres y prácticas,  
también con una forma diferente  
de conectarse con el mundo espiritual.

Poco a poco, fueron integrándose unos con otros,  
conociéndose y poniéndose de acuerdo para realizar cosas en común,  
superando lentamente desconfianzas y enemistades.”







**“LAS COMUNIDADES VOLVIERON A FLORECER.**

La cuenca se llenó de gente.

Y la gente, luego de todo lo sufrido,  
tiene el propósito de aprender a vivir en Paz.

Abrazando el sentimiento de producir localmente  
lo necesario para una vida sencilla.

Dejando atrás la visión de desprecio por lo sagrado de la Vida,  
la idea de que explotando a la Tierra, se progresa.

Y el pensamiento de que nada es más importante que el dinero,  
entendiendo que es mal negocio cuando para obtenerlo  
se genera destrucción, contaminación, malestar y vacíos en el alma.”

**QUIZÁS PARA FORTALECER ESTA VISIÓN DE PAZ,**  
*fueron llegando, de uno en uno,*  
*algunos abuelos indígenas, atraídos por la energía de la cuenca.*  
*Compartían su palabra y sus saberes y se marchaban.*  
*Pero establecían una conexión.*

*Se sentían de aquí, aunque vivieran en otros lugares.*  
*En sus sueños, el Gran Espíritu les encomendaba tareas*  
*porque había llegado el momento de sanar el pasado*  
*para que el presente fuera luminoso.*



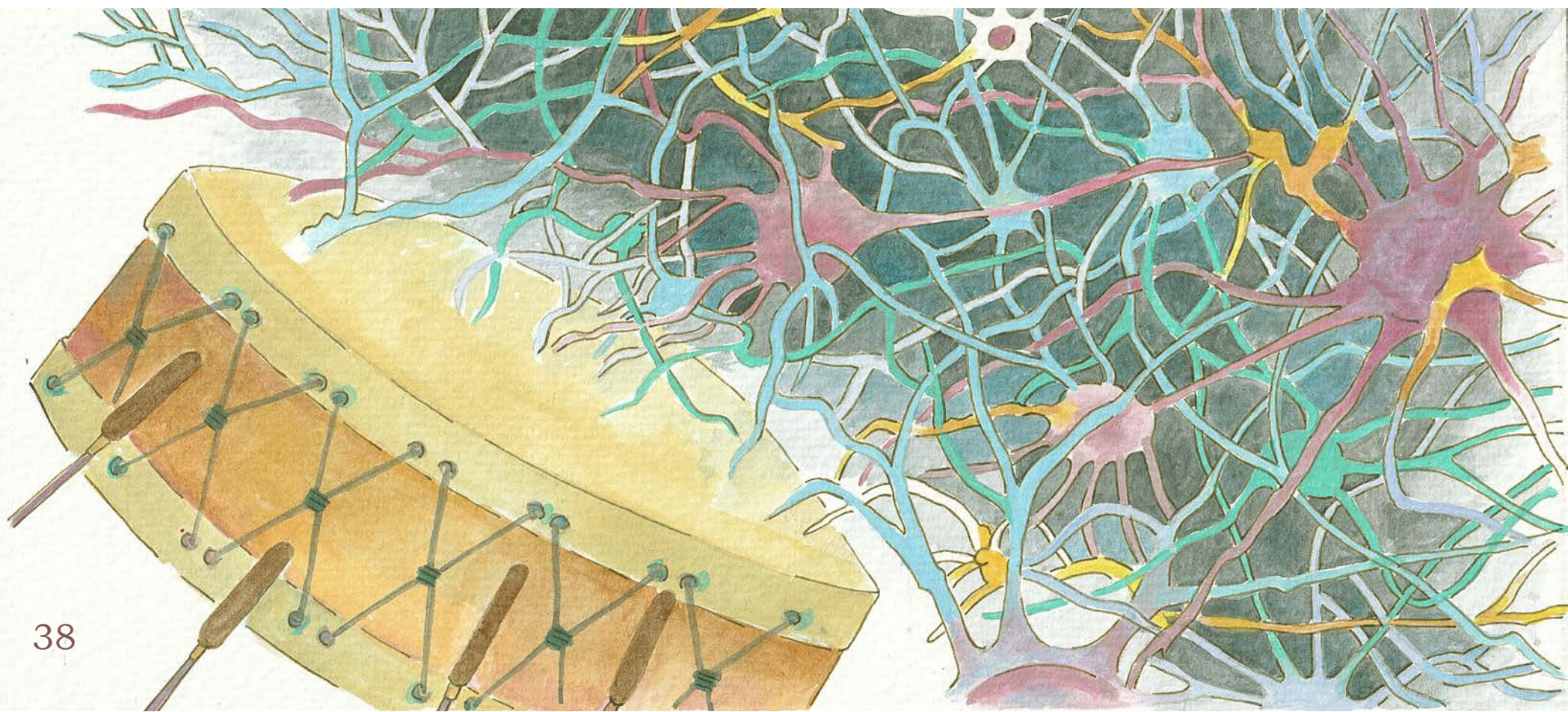




**NO SOLO EN ESTA CUENCA,**  
*no solo en este corazón, sino en toda la Tierra.*  
*Para que junto con ella, pudieran sanar todos sus seres.*

*Volviendo a reunir a sus mentes con sus corazones.*  
*Desandando el camino sin olvidarse de lo transitado para esta vez si,*  
*cortar con la eterna espiral de la desunión y la violencia.*

*Con el sonido del tambor, el tejido del encuentro va resurgiendo.*









# JUGANDO CON EL AIRE

En silencio, con los ojos cerrados, respira profundamente.

Trata de no pensar en nada, solo observar como el aire llega a cada parte de tu cuerpo y luego sale de él, una y otra vez, permanentemente.

Hazlo varias veces, llenándote y vaciándote con el silencio del aire, que también está lleno de sonidos a la espera de ser escuchados, lleno de mensajes aguardando ser descifrados, como éste que sigue a continuación.

Coloca las vocales correspondientes sobre cada rayita,  
para dar sentido a estas 2 frases.

\_l \_a\_r\_ \_s \_l \_sp\_c\_o \_n \_l \_q\_e v\_el\_n l\_s \_v\_s,  
s\_ d\_spl\_z\_n l\_s l\_b\_l\_l\_s, l\_s m\_r\_p\_s\_s,  
y \_tr\_v\_es\_n l\_s m\_rci\_l\_g\_s.

\_n \_l s\_ \_nc\_entr\_n t\_d\_s l\_s p\_l\_br\_s  
y t\_d\_s l\_s m\_l\_dí\_s.

T\_ pr\_pi\_ c\_nci\_n, c\_m\_ \_l \_x\_g\_n\_ d\_ t\_ v\_d\_,  
fl\_t\_ \_n \_l \_re.



# COMPLETANDO LOS VACÍOS

Coloca estas palabras en los sitios correctos para ir llenando cada uno de los vacíos de estas frases, y reconectar con los principios del origen.

OFRENDAR - INSPÍRATE - HUMANOS - AGRADECE - COMPASIÓN -  
AMOR - COOPERACIÓN - MULTIDIVERSO - GENERACIONES - VIVIR

LA \_\_\_\_\_ ENTRE LOS SERES Y LA MADRE TIERRA,  
ES LA BASE PARA TENER UN BUEN \_\_\_\_\_.

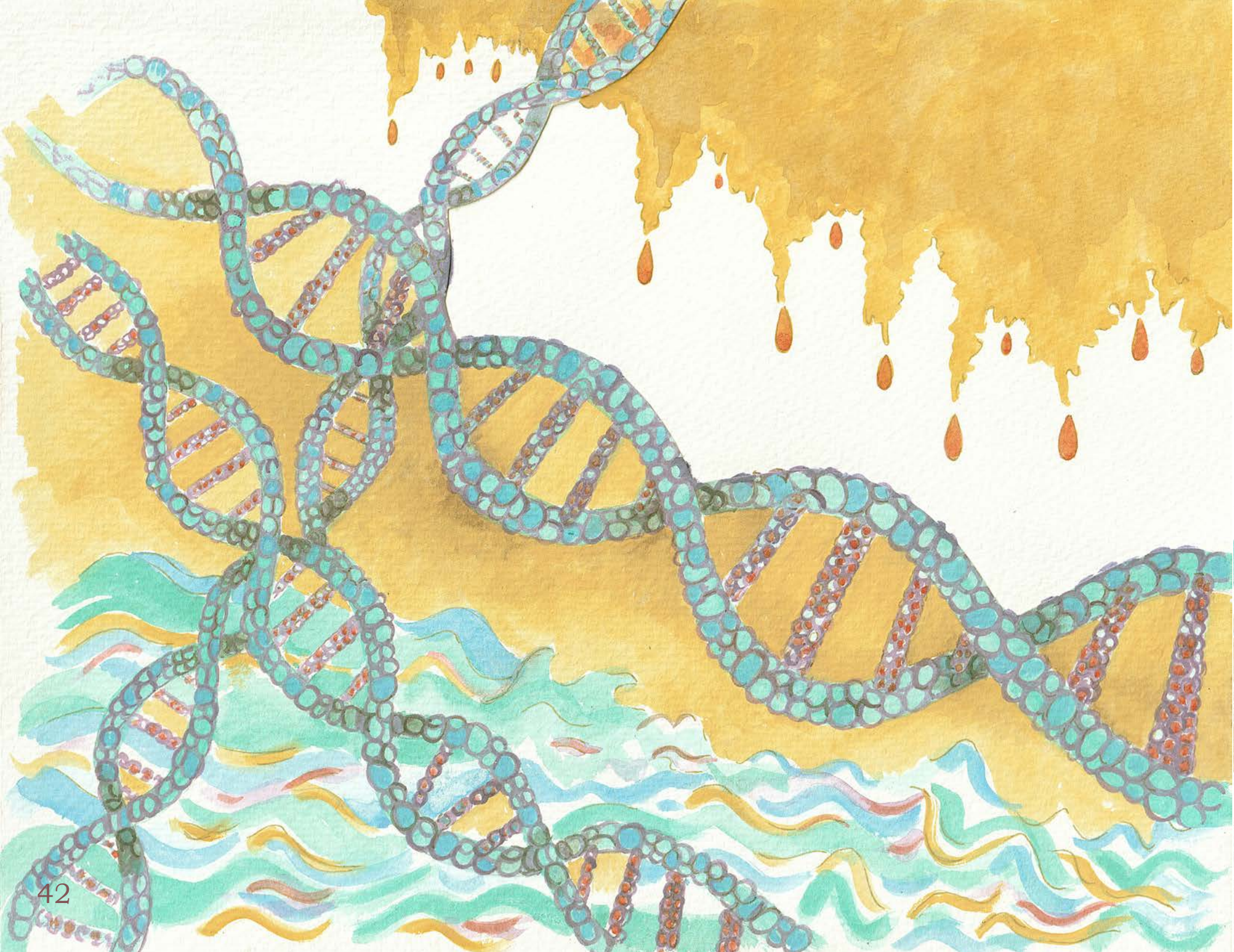
\_\_\_\_\_ Y PIDE PERDÓN A LA TIERRA, TU MADRE,  
POR SU ABUNDANCIA, MISERICORDIA Y \_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_ A LA TIERRA ES VOLVER A CONECTAR CON ELLA,  
ENTRÉGALE TU \_\_\_\_\_.

VIVIMOS EN UN MUNDO \_\_\_\_\_ Y LOS \_\_\_\_\_  
SOLO SOMOS UNA MÁS DE SUS ESPECIES.

CUANDO HAGAS ALGO, \_\_\_\_\_ EN LAS PRÓXIMAS  
\_\_\_\_\_. TODAS ELLAS VIVEN EN TÍ.







# PARTE 3: TIERRA

## UN LLAMADO A LA ACCIÓN

*El agua cristalina que corre por los ríos y arroyuelos, no es solamente agua,  
representa también la sangre de nuestros antepasados.  
El murmullo del agua es la voz del padre de mi padre.  
(Gran Jefe Seattle de la tribu Duwamish)*





**UN GRUPO DE ABUELAS Y ABUELOS**  
*sabios de distintas culturas indígenas de América*  
*están reunidos en círculo, alrededor del fuego.*

*Representan a los primeros pobladores,*  
*nativos y originarios, de todo el continente.*

*¿Cómo han llegado hasta esta cuenca? ¿Para qué?*

*La Madre Tierra los ha convocado.*  
*Respondieron a su llamado y ella facilitó su llegada a este territorio.*

*Vienen del norte y del sur, del oriente y el poniente.*  
*Cumpliendo un sueño: unir las sagradas plumas del Cóndor de los Andes,*  
*el Águila del norte y el deslumbrante Quetzal del centro,*  
*para restaurar la armonía.*

*Materializando una profecía que sus ancestros vislumbraron*  
*cuando fueron perseguidos y negados:*  
*el resurgimiento de la visión del origen.*

*Vienen a ofrendar, a compartir y agradecer.*  
*A pedir perdón a la Madre Tierra, a la Pachamama,*  
*en nombre de toda la Humanidad.*







**CADA UNA Y CADA UNO**  
*traen semillas y tesoros de sus tierras.*

*Cacao, tabaco, algodón, hojas de coca, plumas de aves, huesos y piedras,  
alimentos y elementos de poder valiosos para ellos,  
que alguna vez recogieron.*

*Pidiendo permiso a los espíritus guardianes del territorio,  
entre todos tejen un hermoso altar, que se transformará en ofrenda.*

*Como aprendieron de sus ancestros,  
es necesario ofrendar para sostener el orden en el mundo.*

**CON SUS TAMBORES Y SONAJAS**  
*comparten sus cantos y sus danzas, sus historias de Vida.*

*Luego, rezan en silencio, observándose a sí mismos y a la naturaleza.*

*Conectándose con todos los seres visibles y no visibles.*

*Para escuchar la palabra del Gran Espíritu de la TIERRA.*







**“ESTÁN AQUÍ**

en nombre de sus pueblos y sus ancestros,  
los primeros, los más antiguos.

Regados por toda América  
algunos de ellos siguieron conectados conmigo,  
supieron honrarme y respetarme, pese a todo lo ocurrido.

Hoy, los hermosos colores de la espiral de la Vida,  
vuelven y relucen, para finalizar un ciclo  
y marcar el comienzo de otro.

Después de muchos años, la ley del origen  
se reaviva y manifiesta para ayudarles a comprender  
los errores cometidos y buscar un equilibrio,  
compartiendo la escucha y la palabra.

Hoy, más que el color de la piel, las tradiciones y la cultura,  
son las acciones y los pensamientos  
quienes entretejen a los seres humanos.”







**“ES HORA DE VOLVER**

a caminar juntos, como hijos responsables,  
que van de la mano de su Madre y velan por su salud.

Porque mi salud es la de ustedes.

Y tu salud depende de cómo te trates a tí mismo  
y a todo lo que existe en mí,  
dentro de mí y por sobre mi ser.

Si caminas de mi mano,  
estarás honrando también a la energía femenina  
y con ella a cada mujer que me habita.

**“VOLVER AL ORIGEN,**  
le llamo.

Recuperar los principios que gobiernan mi existencia  
y la de todos mis seres.

Entender que no estamos separados, que somos Uno.”







**“NO EXISTE OTRA ALTERNATIVA QUE VOLVER AL AMOR,**  
conteniendo y transformando la destrucción,  
en una nueva oportunidad para la especie humana.

Es tarea de abuelas y de nietos, de madres y padres dispuestos,  
de niños inocentes y jóvenes inquietos.

De cada persona, cualquiera sea el color de su piel  
y la sangre que corra por sus venas.

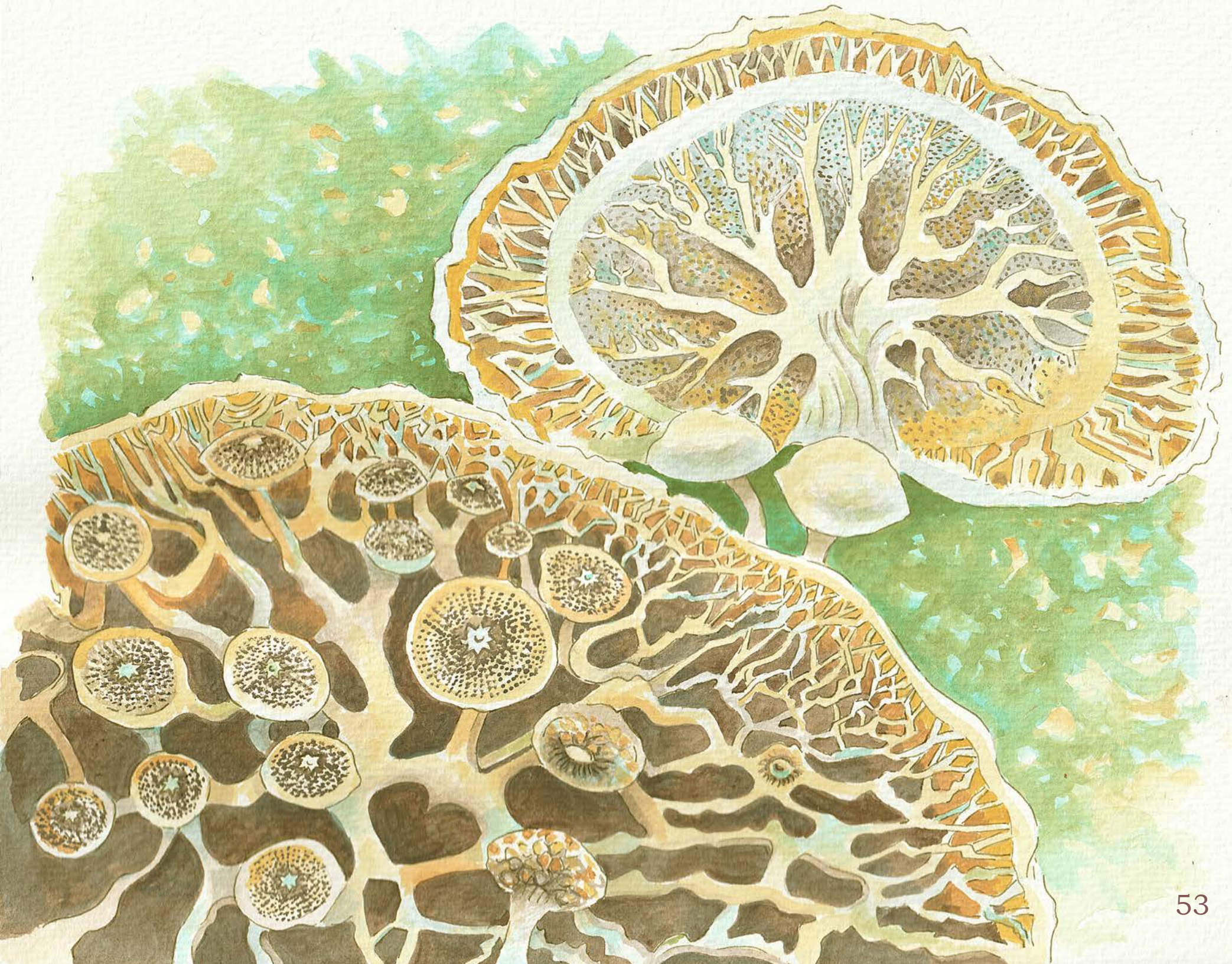
**SON USTEDES QUIENES ESTÁN EN RIESGO.**

Yo sufro, pero sé cómo regenerarme.  
No dejaré de existir.

Si es necesario, temblaré, me sacudiré.  
Sacaré a la superficie mis entrañas de fuego.  
Me calentaré y me congelaré.

Así limpiaré y volveré al origen,  
aunque los humanos no quieran acompañarme.”







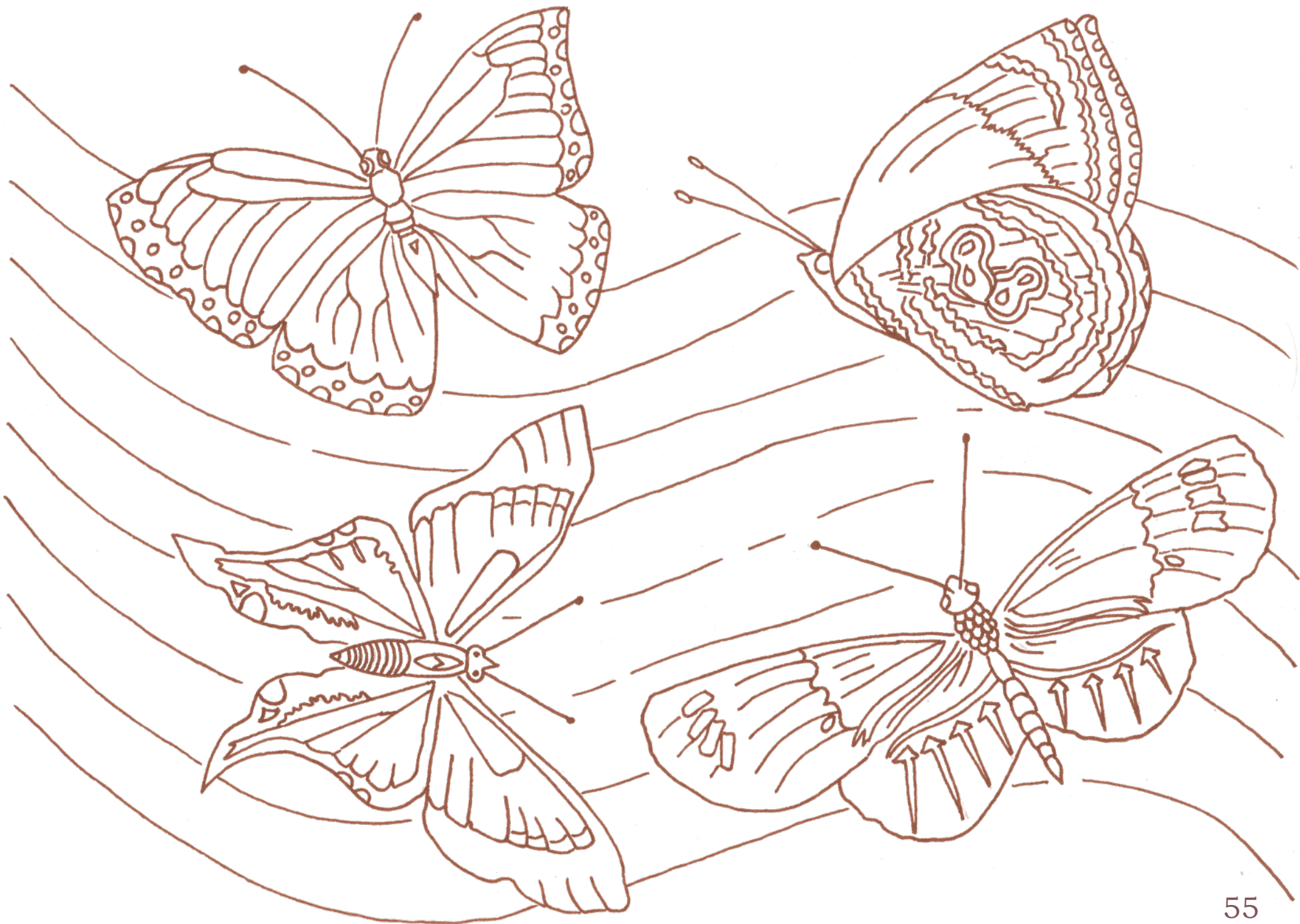


**“PUEDEN VENIR CONMIGO Y SER PARTE DE ESTE VIAJE.**

Gente del campo, pueblos y ciudades, de espíritu libre, peregrinos de la Vida.

De todos los colores, hermanados. Una misma familia, los seres del Arcoíris.”

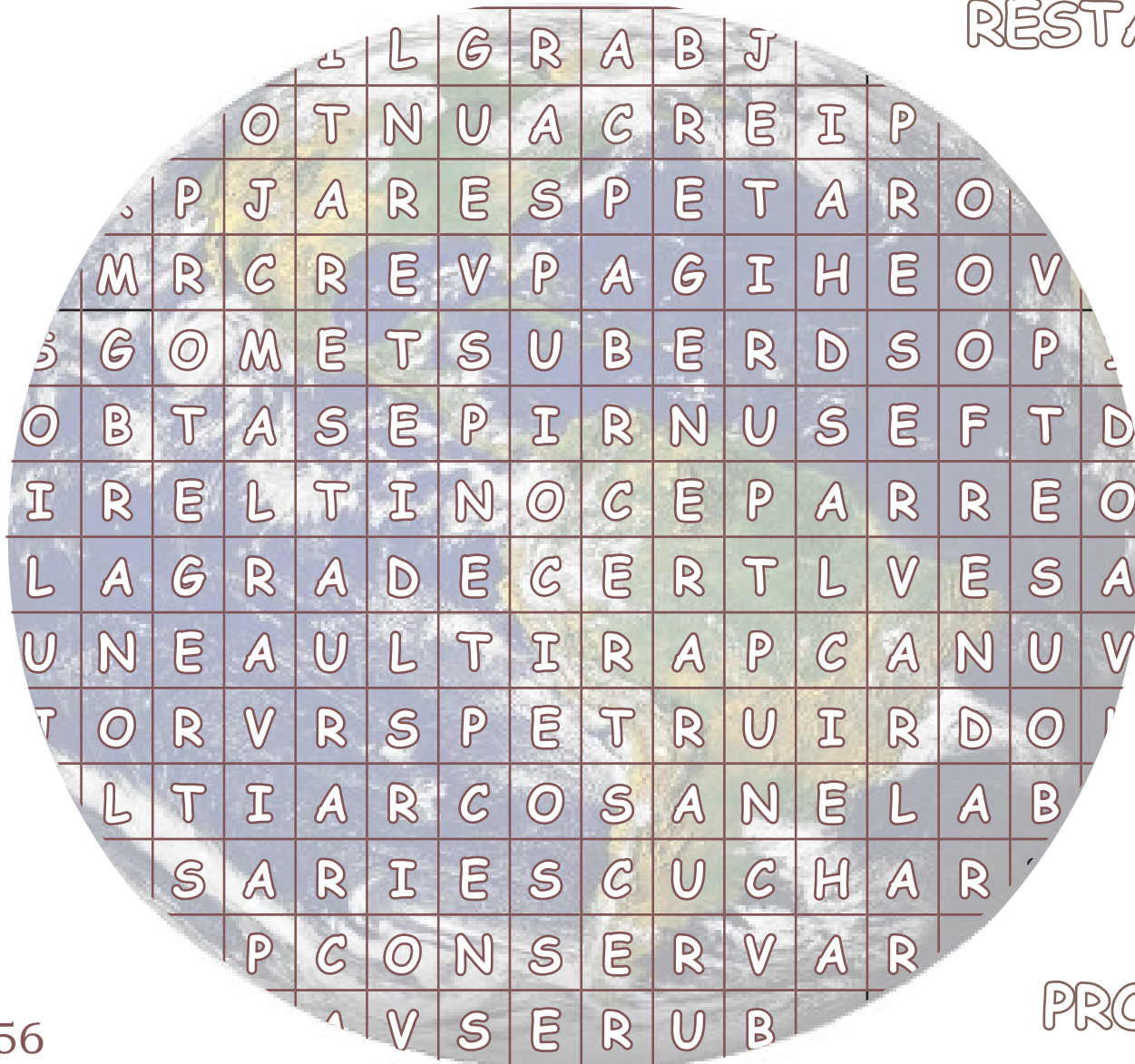






# JUGANDO CON LA TIERRA

Encuentra y colorea en esta sopa de letras las actitudes de amor a la Madre Tierra, mencionados a continuación:



RESTAURAR

OFRENDAR

ESCUCHAR

RESPETAR

PRESERVAR

AGRADECER

REGENERAR

CONSERVAR

PROTEGER



# OFRENDANDO A NUESTRA MADRE

Coloca en esta ofrenda tus regalos a la Pachamama, coloreando los que sientas que son de su agrado y uniéndolos con flechas con la Tierra central.









# PARTE 4: FUEGO

## VOLVER AL ORIGEN

*Enseñad a vuestros hijos lo que nosotros hemos enseñado a los nuestros:  
la tierra es nuestra madre.*

*Lo que afecte a la tierra, afectará también a los hijos de la tierra.*

*Si los hombres escupen a la tierra, se escupen a sí mismos.*

*La Tierra no pertenece al hombre, es el hombre el que pertenece a la Tierra.*

*Todo va enlazado, el hombre no tejió la trama de la Vida, él es solo un hilo.*

*Lo que hace con la trama, se lo hace a sí mismo.*

*(Gran Jefe Seattle de la tribu Duwamish)*





## ***EL CÍRCULO SE HA AMPLIADO.***

***A los representantes de los pueblos nativos,  
nos hemos sumado personas de toda la Tierra,  
entretejiendo colores, lenguas, vestuarios  
y distintas maneras de conexión con la espiritualidad.***

***En el centro, el Abuelo FUEGO nos convoca,  
en conexión con la luz del Taita Inti, el gran Padre Sol.***

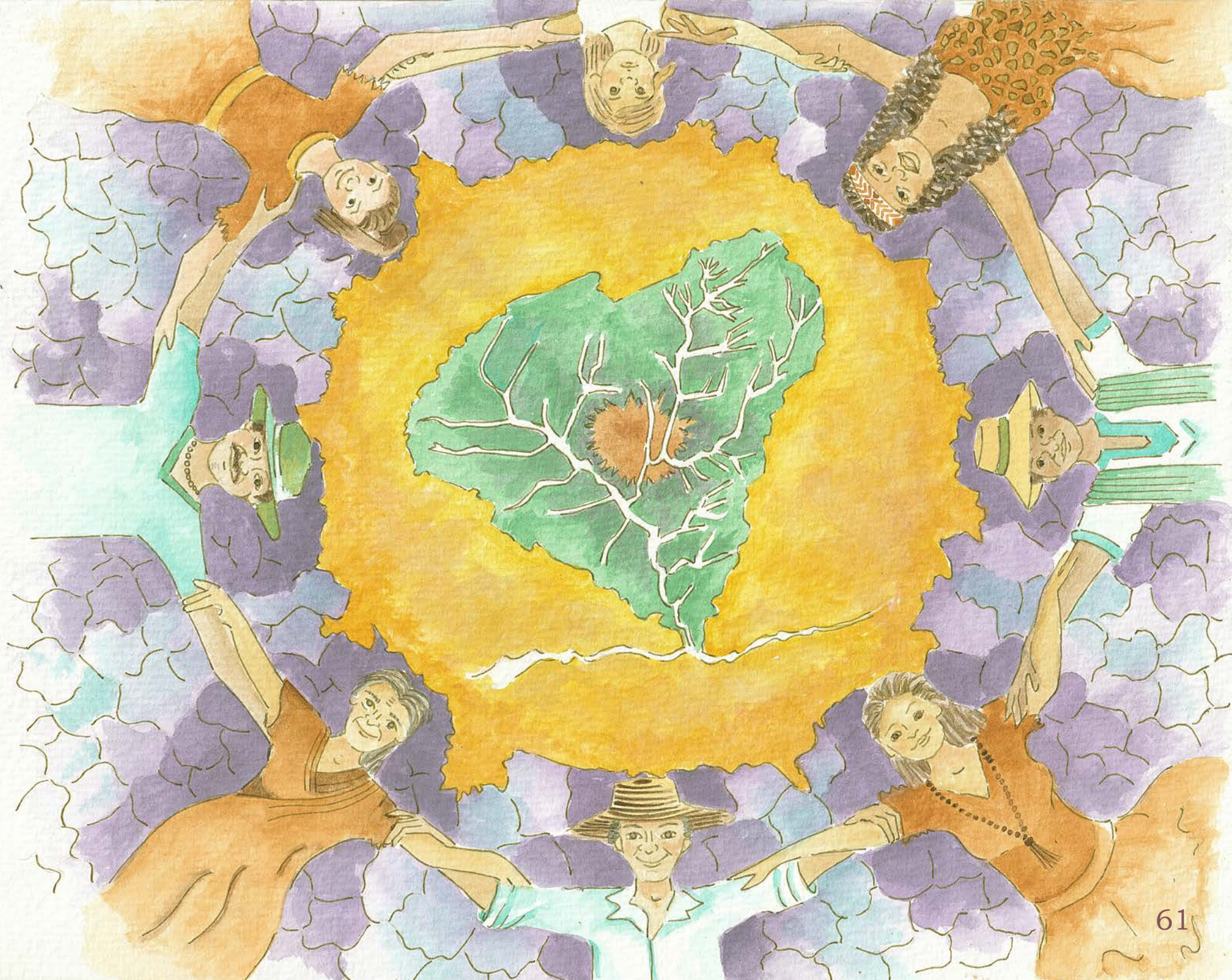
***Al calor de sus llamas, surgen también sus palabras y su voz.***

***“LA HUMANIDAD ESTÁ PRESENTE HOY AQUÍ,  
en esta bendita cuenca, en cada una y cada uno de ustedes,  
para alimentarme con sus propósitos  
y transformar en mi vientre sus dudas y temores.***

***Es hora de que los humanos hablen y asuman su compromiso  
para la continuidad de la vida sobre esta Tierra.***

***Los escucho.”***









Ante tí, sagrado fuego,  
me comprometo a poner  
mis habilidades y dones  
al servicio de la  
humanidad y la Tierra.  
Y con este palito entrego mi  
timidez y mi falta de confianza  
al poder de tu calor.

Yo ofrendo mi corazón y  
mis manos para sembrar  
y tejer en comunidad  
con mis vecinos.  
Cancelo mi egoísmo  
y mi individualismo.



Purificaré y silenciaré  
mi mente, dejándome  
guiar por la naturaleza.  
Me despojo de todas mis  
barreras y controles.

Impulsaré las prácticas de la  
minga, el convite y el trueque  
para manifestar el poder  
de la labor conjunta.  
Dejo en ti, toda mi pereza  
y mi indiferencia.

Me nutriré de las tradiciones ancestrales y prácticas  
espirituales de todas las culturas del mundo.  
Me libero de todos mis prejuicios.











Respetaré a las  
plantas y animales.  
Les pediré perdón y  
permiso si son necesarios  
para mi salud y alimento.  
Te entrego mi ignorancia  
y torpeza.

Ofrendaré  
semillas a la tierra,  
flores al agua, inciensos  
al viento y dulces a ti,  
poderoso Abuelo Fuego.  
Agradeciéndote,  
abandono mi codicia.



En todos los aspectos de mi vida,  
tomaré solo lo que necesite,  
sin acumular ni desperdiciar  
bienes ni enegías.  
Quemo en ti mi avaricia.

Defenderé con firmeza  
la pureza de estas aguas,  
la abundancia de esta  
selva y de todos los  
ecosistemas vitales  
de la tierra.  
Dejo atrás mi indiferencia.

¿Cuál es tu compromiso?  
¡Escríbelo!

---

---

---

---







**“GRACIAS POR ESTA ENTREGA**

para restaurar la ley del origen sobre esta Tierra.  
Son palabras brotadas del corazón.

No las olvides. Por tu vida y la de todos los seres,  
ya no es posible avanzar en otra dirección.

Cuando dudes de tus propósitos,  
enciéndeme y reconcílate en mi humito sagrado.

Sé responsable, eres necesario, valiosa.  
Ahora y aquí, en esta hermosa cuenca  
y en cualquier sitio en el que estés.

**TÚ, HERMANA LECTORA, VECINO LECTOR.**

Has leído las palabras del fuego, el agua,  
el aire, la tierra, sus animales y plantas.  
Ahora escúchate a ti mismo, diciendo en voz alta:”







**VUELVO AL ORIGEN.**

**RESTAURO EL EQUILIBRIO.**

**APACIGUO MI CORAZÓN.**

**REGENERO MIS RELACIONES.**

**ATRAIGO LA LUZ HACIA EL PLANETA.**

**TRAIGO LA PAZ A MI SER.**

**VUELVO AL ORIGEN.**







**ME AMO.**

**ELIJO EL AMOR EN MIS RELACIONES.**

**AMO A LA MADRE TIERRA.**

**SOY UNO CON ELLA Y TODOS SUS SERES.**

**VUELVO AL ORIGEN.**







# VOLVER AL ORIGEN

Volver al origen, volver al origen, dije,  
volver a la Tierra, volver al tambor.

Volver al origen, volver al origen, dije,  
a la ley primera, volver al Amor.

He-he-he-ya-há, he-he-he-he-ya-hó  
llevando a la mente hasta el corazón  
He-he-he-ya-hó, he-he-he-he-ya-há  
con la Madre Tierra, conectar, conectar.

Volver a la fuente, volver a la fuente, siempre  
volver a la esencia, volver al honor.

Volver a la fuente, volver a la fuente, siempre  
volver a la siembra, volver a la unión.

He-he-he-ya-há, he-he-he-he-ya-hó  
llevando a la mente hasta el corazón  
He-he-he-ya-hó, he-he-he-he-ya-há  
con la Madre Tierra, recordar, recordar.

Volver al comienzo, volver al comienzo, eso,  
volver a la ofrenda, a pedir perdón.

Volver al comienzo, volver al comienzo, eso,  
volver a la senda de la evolución.

He-he-he-ya-há, he-he-he-he-ya-hó  
llevando a la mente hasta el corazón  
He-he-he-ya-hó, he-he-he-he-ya-há  
a la Madre Tierra, abrazar, abrazar.

Volver al abrigo, volver al abrigo, digo  
al vientre materno, al vital cordón.

Volver al abrigo, volver al abrigo, digo  
al presente eterno en el corazón.

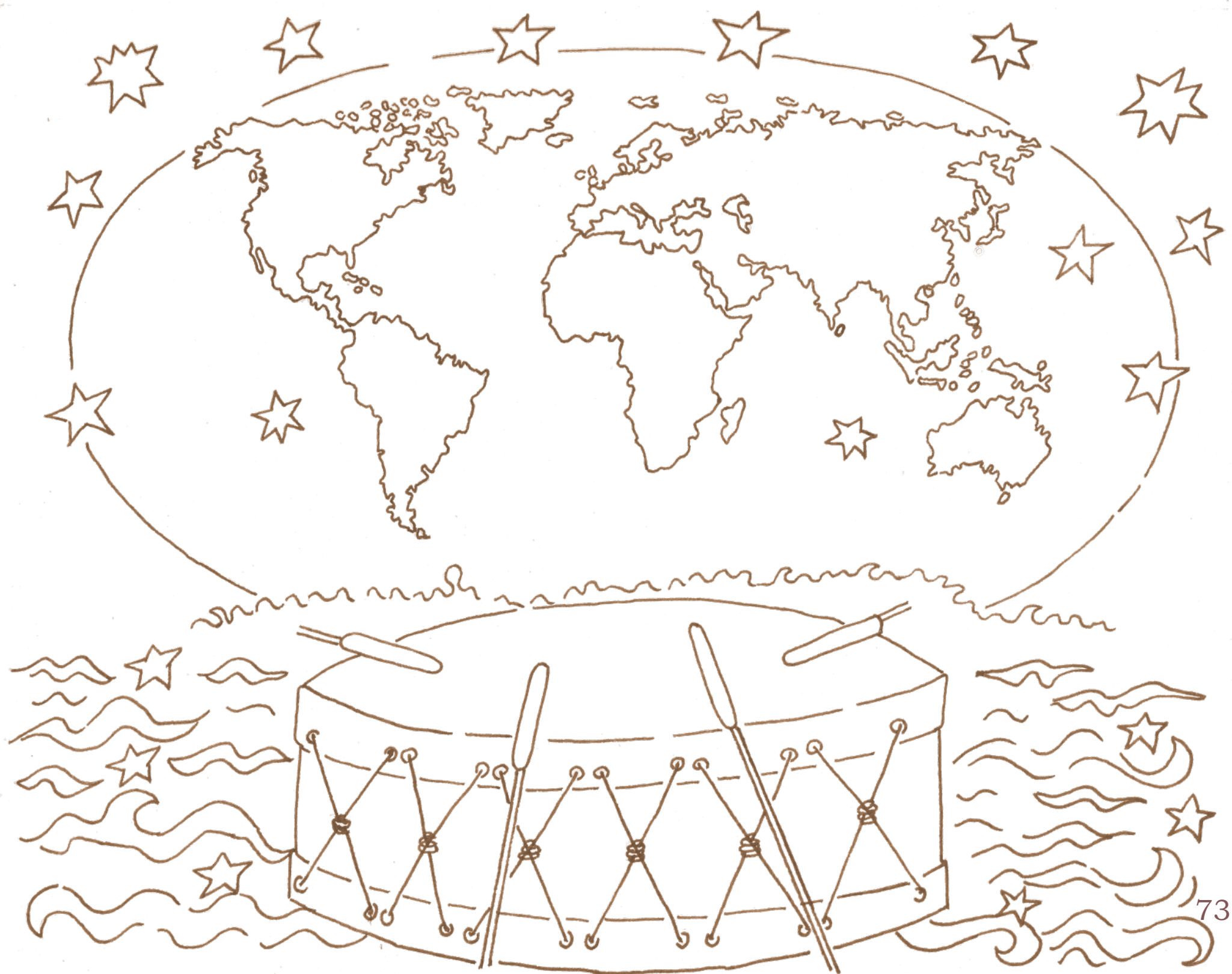
He-he-he-ya-há, he-he-he-he-ya-hó  
llevando a la mente hasta el corazón  
He-he-he-ya-hó, he-he-he-he-ya-há  
a la Madre Tierra, venerar, venerar.

Restaurar, restaurar.  
Preservar, preservar.  
Amar



**Escanea el código  
y escúchala**







# JUGANDO CON EL FUEGO

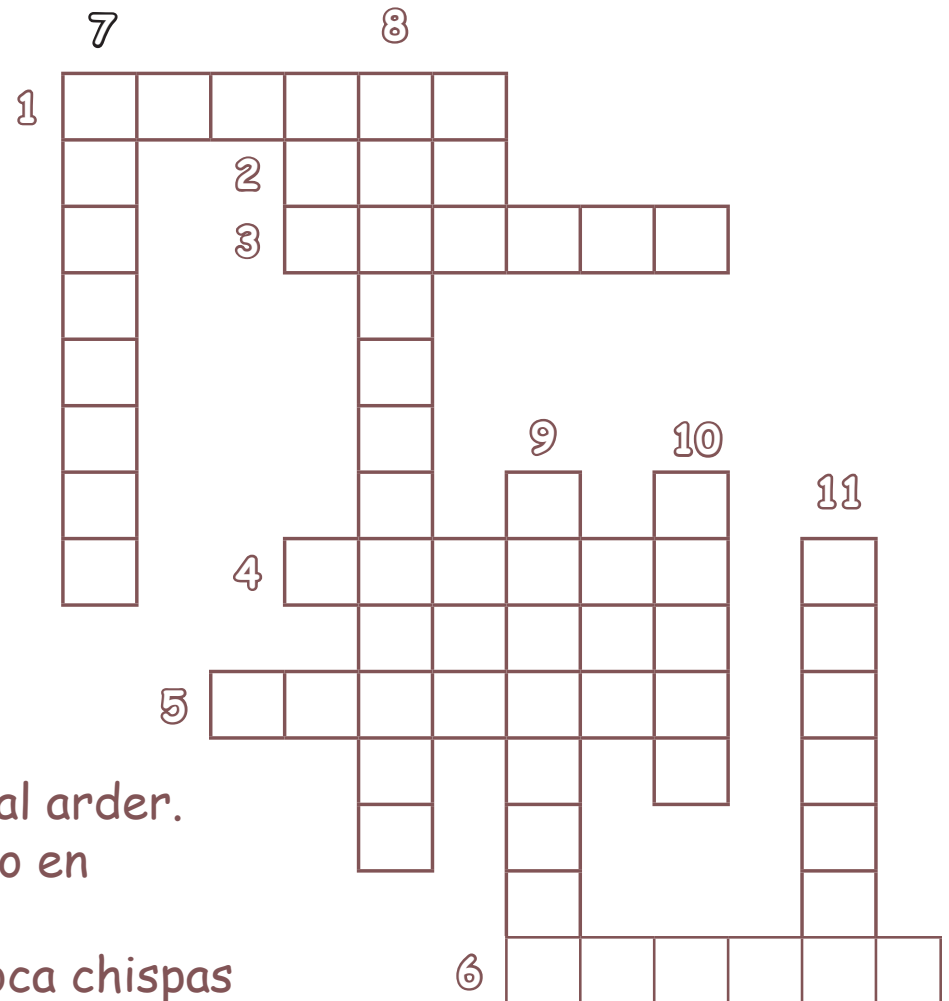
Enciende el fuego de tu mente y coloca las palabras correspondientes a cada una de las definiciones, de acuerdo a sus números.

## HORIZONTALES

1. Partícula encendida que salta del fuego o del choque entre piedras, metales, etc
2. Lo que ilumina del abuelo fuego.
3. Carbones encendidos, rojos e incandescentes, corazón del fuego.
4. Parte sólida de los árboles, que al secarse alimenta al fuego.
5. Elemento del aire, que aviva al fuego.
6. Lo que despide la combustión del Abuelo Fuego, de distintos colores (plural)

## VERTICALES

7. El hablar del fuego, sonidos repetidos, rápidos y secos que produce la madera al arder.
8. Lo que ocasiona el sagrado Abuelo Fuego en nuestro corazón.
9. Variedad de cuarzo compacto que provoca chispas al ser golpeado y con el que se puede encender fuego.
10. Lo que calienta del fuego.
11. Lo que permite al Abuelo Fuego transformar y renovar.





# DESENREDANDO EL ORIGEN

Ordena las sílabas para obtener las palabras correctas, escríbelas debajo, una letra por rayita. Luego hazlo en la frase, en el mismo orden en que aparecen, para descubrirla su mensaje.

1. DACUIDO

-----

2. TOPERES

-----

3. TECPROCIÓN

-----

4. NIÓNU

-----

5. CIÓNPERACOO

-----

6. DAMUNIDESCO

-----

7. PARTIRCOM

-----

8. LLEZCISEN

-----

9. DARFRENO

-----

10. TARCAN

-----

11. ZARDAN

-----

12. TUARILES

-----

13. GRADOSSA

-----

Para los pueblos originarios era importante el \_\_\_\_\_,

\_\_\_\_\_ y \_\_\_\_\_ de la naturaleza.

La \_\_\_\_\_ y \_\_\_\_\_ en sus \_\_\_\_\_,

el \_\_\_\_\_ y vivir con \_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_ a la Madre Tierra, \_\_\_\_\_ y \_\_\_\_\_ en \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ para la continuidad de la Vida.



# ¿ CÓMO JUEGAN LOS INDÍGENAS ?

Sopas de letras, crucigramas, laberintos, etc, son maneras de jugar, superando retos y desafíos con nuestra mente.

Pero, ¿cómo juegan los pueblos originarios?

En primer lugar, no lo hacen sobre un papel.  
Sus juegos están muy ligados a la naturaleza  
e incluyen desde competencias físicas  
como carreras de resistencia y lanzamientos de precisión,  
hasta juegos de habilidad mental y estrategia.

Además de entretenimiento y diversión,  
sus juegos son una manera de transmitir tradiciones,  
valores y conocimientos ancestrales  
de generación en generación  
fortaleciendo los lazos comunitarios.

A lo largo de la historia, han sido utilizados  
como una herramienta para preservar su identidad cultural  
y resistir la asimilación impuesta por colonizadores.



Muchos de estos juegos están inspirados  
en la observación de los animales  
y la imitación de sus movimientos,  
como en el caso de juegos de caza y pesca  
lo que les ayuda a mantener sus cuerpos ágiles.

Otros tienen un carácter más ceremonial,  
y son utilizados en rituales para honrar a la naturaleza,  
el cosmos y el mundo espiritual.

En algunas comunidades indígenas actuales,  
aún subsisten algunos de estos juegos,  
a veces un poco transformados por el paso del tiempo.

Y en aquellas que viven más apartadas,  
los juegos y juguetes siguen estando muy ligados a la naturaleza,  
la destreza física, la danza, el canto y el espíritu sagrado de la Vida.



Uno de los juegos indígenas más emblemáticos es el Juego de Pelota practicado por los antiguos mayas. Esta actividad no solo es un juego deportivo, sino que también tiene connotaciones religiosas y ceremoniales.



Se juega en un campo especial, con dos equipos que buscan marcar puntos golpeando una pelota de caucho con sus caderas, codos o rodillas, sin usar las manos.

Otro juego es la pelota mixteca donde se utiliza un guante como raqueta para pasar la pelota entre los dos equipos que se enfrentan;



También la pelota purépecha, que se practica con bastones de madera para empujar una pelota hasta llevarla a la meta, juego que tiene tres modalidades, una de ella es la de jugar con la pelota encendida con fuego, donde se representa el movimiento del sol.



Uno de los juegos de la cultura mapuche más popular es el palín o chueca, muy parecido al actual hockey. Se juega con bastones y una bola; a la que hay que llevar hasta la cancha contraria para anotar un punto. Antiguamente, las canchas debían estar orientadas este-oeste, los jugadores se adornaban con pinturas, birretes y borlas de lana, y se realizaban bailes y cánticos antes de los partidos.



Y es que incluso aún siendo juegos de competencia en los que hay un ganador, son una posibilidad de encontrarse y renovar la conexión con la naturaleza, intercambiando semillas y ofrendas entre los equipos, agradeciendo por la abundancia y la fertilidad de la Vida. En síntesis, poner en práctica los principios del origen.



Muchos de estos juegos han dado origen a algunos modernos. Mira estos otros.



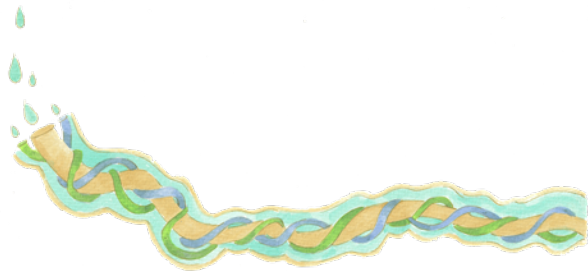


# ACLARACIONES

Los párrafos citados al comienzo de cada una de las 4 partes de este relato, son extractos de una carta que el Jefe Seattle de la tribu Duwamish, escribió en 1854, como respuesta a Isaac Stevens, gobernador del territorio de Washington, ante su ofrecimiento de comprar tierras ancestrales de pueblos originarios de Norteamérica y desplazarlos, ubicándolos en pequeñas Reservas.

Las páginas 19, 39, 59 y 73, son para colorear, disfrútalas.

Las imágenes de las páginas 4, 5 y 19, son representaciones inspiradas en fotografías microscópicas de cristales de agua congelada, realizadas por el autor japonés Masaru Emoto, intentando mostrar las diferentes reacciones del agua a pensamientos, palabras y estímulos positivos, manifestadas en la belleza de sus cristales.



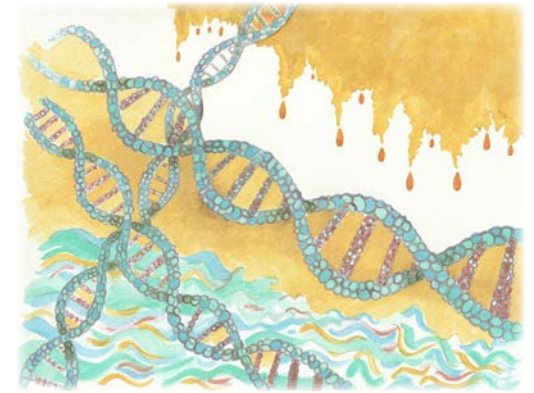
Esta ilustración de la página 6 corresponde a una visión interior del cordón umbilical que une a los seres humanos con sus madres.



Y esta otra, de la página 38, a las conexiones del tejido nervioso del cuerpo humano.



En la página 42 se refleja una visión microscópica de la espiral de ADN de un ser vivo, que contiene la información genética para su desarrollo, funcionamiento y reproducción.



Las imágenes que hacen parte de las ilustraciones de las páginas 49, 51 y 54, hacen referencia a vestigios arqueológicos correspondientes a la cultura de los Tahamíes, según detalla el antropólogo Ricardo Saldarriaga Gaviria en su libro *El paisa y sus orígenes*.



Esta ilustración de la página 53 muestra el interior del aparato reproductor de un hongo (lo que vemos y que brota del micelio que está bajo tierra) y una colonia de hongos conectados por sus micelios extendidos.

La expresión minga o convite señalada en la página 62 hace referencia a una reunión de amig@s y vecin@s para realizar una labor solidaria y gratuita por el bien común.



# ALGUNOS ANIMALES Y PLANTAS DE LA CUENCA

y sus nombres científicos



**Colibrí pardo**  
*Colibrí delphinae*



**Carbonero**  
*Calliandra*  
*Pittieri*



**Colibrí hada**  
*Heliothryx*  
*auritus*



**Garza**  
*Ardea alba*

**Venturosa**  
*Lantana*  
*camara*



**Gorro del diablo**  
*Psychotria*  
*poepigiana*



**Saltarroyo**  
*Basiliscus*  
*basiliscus*



**Ranas**  
Varias especies



**Zarzamora**  
*Rubus*  
*ulmifolius*



**Cuco ardilla**  
*Piaya*  
*cayana*



**Nutria**  
*Lontra*  
*longicaudis*



**Oso hormiguero**  
*Tamandua*  
*mexicana*

**Marteja**  
*Aotus*  
*lemorinus*



**Tití gris**  
*Saguinus*  
*leucopus*



**Boa - Po**  
*Boa constrictor*



**Ocelote**  
*Leopardus*  
*pardalis*



**Guagua**  
*Cuniculus*  
*paca*



# PALABRAS DE ORIGEN INDÍGENA

Las siguientes palabras, que usamos cotidianamente, derivan de lenguas de culturas nativas de América, como el náhuatl (Cultura Mexica, México), el taíno (Cultura Taína, Antillas), el aimara (Cultura Aymara, Bolivia), el quechua (Cultura Inca, Bolivia, Perú, Ecuador, Colombia, Chile y Argentina), el guaraní (Cultura Guaraní, Paraguay, Argentina) y otras lenguas de Culturas caribeñas.

|                           |                            |                           |
|---------------------------|----------------------------|---------------------------|
| <b>Aguacate</b> (náhuatl) | <b>Choclo</b> (quechua)    | <b>Pampa</b> (quechua)    |
| <b>Ají</b> (taíno)        | <b>Chocolate</b> (náhuatl) | <b>Papa</b> (quechua)     |
| <b>Cacao</b> (náhuatl)    | <b>Coca</b> (quechua)      | <b>Papaya</b> (caribeña)  |
| <b>Cacique</b> (caribeña) | <b>Cóndor</b> (quechua)    | <b>Piragua</b> (caribeña) |
| <b>Caimán</b> (taíno)     | <b>Coyote</b> (náhuatl)    | <b>Puma</b> (quechua)     |
| <b>Cancha</b> (quechua)   | <b>Iguana</b> (antillano)  | <b>Quena</b> (quechua)    |
| <b>Caucho</b> (quechua)   | <b>Guacamole</b> (náhuatl) | <b>Tamal</b> (náhuatl)    |
| <b>Chicle</b> (náhuatl)   | <b>Loro</b> (caribeña)     | <b>Tomate</b> (náhuatl)   |
| <b>Chile</b> (náhuatl)    | <b>Maraca</b> (guaraní)    | <b>Tucán</b> (guaraní)    |
|                           | <b>Maíz</b> (taíno)        | <b>Yuca</b> (taíno)       |



# BIBLIOGRAFÍA CONSULTADA Y SUGERIDA

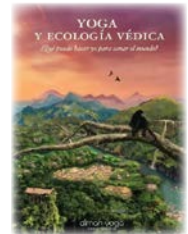


Martín Von Hildebrand: El llamado del jaguar - Mi vida en el Amazonas (2024), Penguin Random House Grupo Editorial



Silfo Cifuentes: El indio interior - Memorias de un Hippie Kogui (2016), Taller Chuno - Felipe Arévalo Vargas

Cristina Mejía, Volker Dieze: Yoga y ecología védica. ¡Qué puedo hacer yo para sanar al mundo? (2013), Atman Yoga Tradición Sivananda



Nat Cardozo: Origen (2023), Libros del Zorro Rojo, Barcelona.



Luz Miriam Gutiérrez Gracia: Wirá, hijos del colibrí - Contando mitos (2024), Viento ediciones

Luz Miriam Gutiérrez Gracia, Manuel Alberto Torres: Así soñaron los antiguos (2011), Viento ediciones



Salima Curé Valdivieso y otros: Tiempos de curación - Renovar el mundo desde el Amazonas (2023), Bogotá: Banco de la República, Museo del Oro





**“NO EXISTE OTRA ALTERNATIVA  
QUE VOLVER AL AMOR,  
conteniendo y transformando la  
destrucción, en una nueva oportunidad  
para la especie humana.**

**Es tarea de abuelas y de nietos,  
de madres y padres dispuestos,  
de niños inocentes y jóvenes inquietos.**

**De cada persona,  
cualquiera sea el color de su piel  
y la sangre que corra  
por sus venas.**



**NO ME HAGO DAÑO**  
**NO HAGO DAÑO A NADA NI A NADIE**  
**NO DEJO QUE NADA NI NADIE ME DAÑE**



Fundación  
**Atman Yoga**  
Tradición Sivananda  
[www.atmanyoga.com](http://www.atmanyoga.com)



**Vanadurga  
Ashram**  
Santuario de Yoga  
[www.vanadurga.com](http://www.vanadurga.com)