

DON JOSE RUIZ

DESAGA DE LEAC

INSTRUMENTE, RITUALURI ȘAMANICE
ȘI CEREMONII DE TRANSFORMARE
PERSONALĂ

Traducere din limba engleză:
IONESCU MIRELA-MĂDĂLINA



EDITURA  HERALD
București

Dedicație

Tuturor femeilor și bărbaților care au deprins cu măiestrie practica vindecării proprii vieți și care ne-au transmis această sacră moștenire șamanică provenită din diferite tradiții șamanice din întreaga lume.

Tuturor celor care se află în procesul de vindecare a minții, a trupului și a spiritului, pentru a le fi de mai mare ajutor celorlalți și Mamei Pământ.

Generațiilor viitoare care mențin flacăra aprinsă și duc mai departe învățăturile sacre din desaga de leac.

CUPRINS



CUVÂNT-ÎNAINTE	9
INTRODUCERE	13
CAPITOLUL 1	
IMPORTANȚA VINDECĂRII	29
CAPITOLUL 2	
ARMONIZAREA CU PUTEREA NATURII	41
CAPITOLUL 3	
ROATA MEDICINEI ȘI LUNA	59
CAPITOLUL 4	
ÎNȚELEPCIUNEA ANIMALELOR	83
CAPITOLUL 5	
OBIECTELE DE PUTERE	99
CAPITOLUL 6	
ONORAREA STRĂMOȘILOR	111

CUPRINS



CAPITOLUL 7

INSTRUMENTE DE DIVINAȚIE ȘI PRACTICI CEREMONIALE	125
---	-----

CAPITOLUL 8

SUNETELE CEREMONIALE	139
----------------------	-----

CAPITOLUL 9

INSTRUMENTE ENERGETICE PENTRU PURIFICAREA SPAȚIULUI	157
--	-----

CAPITOLUL 10

CĂLĂTORIILE DE PUTERE	169
-----------------------	-----

CONCLUZIE	189
-----------	-----

DESPRE AUTOR	191
--------------	-----

CUVÂNT-ÎNAINTE



Când fiul meu Jose avea 11 ani, l-am dus împreună cu fratele lui mai mare, Miguel Jr., care avea 14 ani la vremea aceea, pe Madre Grande, un munte din California de Sud. Încă de pe vremea când urcam pe munte cu ocazia unor evenimente de familie, când făceam drumeții și picnicuri, Madre Grande avea o semnificație profundă pentru mine, fiind locul unde mama mea, Sarita, o *curandera*, sau „vindecătoare prin credință”¹, ne împărtășea adesea învățăturile sacre ale tradiției toltece a familiei noastre. În generația ei, Sarita era păstrătoarea tradiției înțelepciunii în familia noastră.

În ziua aceea, când am ajuns pe Madre Grande, i-am întrebat pe băieți dacă sunt pregătiți să fie inițiați în calea toltecă, lucru pe care amândoi l-au acceptat, arătându-și nerăbdarea. Această ceremonie tradițională a maturității a avut loc cu aproximativ 30 de ani în urmă și a marcat începutul unei îndelungi ucenicii pe care ei aveau să o facă pentru a învăța căile strămoșilor

¹ În orig., engl. *faith healer*. Într-o traducere adaptată la mediul nostru cultural, am putea spune că a fi *curandero* este echivalentul „vraciului”. Curandero îndeplinește ritualuri de vindecare, cunoaște calea plantelor sacre și uneori îndeplinește și funcția de moașă. (N. red.)

noștri, pentru ca ani mai târziu să devină maestri cu drepturi depline.

Deși Jose și Miguel Jr. au multe în comun, ei au optat pentru direcții ușor diferite în ceea ce privește calea de împărtășire a învățăturilor familiei noastre, adoptând perspective unice. Miguel Jr. a adus ideile în fața unei comunități ample, având un interes general, pe când Jose a îmbrățișat originea șamanică a tradiției toltece, explicând învățăturile străvechi într-o manieră în care lumea modernă să le poată înțelege.

Spre deosebire de alte forme de șamanism, tradiția toltecă pune accent în mod special pe iubirea necondiționată și pe vindecarea personală ca fiind modalitatea prin care ne putem transforma pe noi înșine și lumea în care trăim. Ca tolteci, noi spunem că suntem cu toții artiștii vieților noastre și că avem puterea de a ne schimba viața dacă nu ne place cea pe care o trăim acum.

De fapt, adevărul este că *numai după ce ne schimbăm noi vom putea schimba lumea*. Această axiomă a fost exprimată în diferite moduri de către marii maestri ai tuturor tradițiilor spirituale.

În opinia mea, astăzi, mai mult ca oricând, este nevoie de acest mesaj. Oriunde întoarcem privirea pe această planetă frumoasă, îi vedem pe foarte mulți dintre semenii noștri suferind – din punct de vedere mental, emoțional, spiritual sau fizic – și, ca rezultat, se confruntă adesea cu blocaje în ceea ce privește sentimentul înnăscut al iubirii de sine, al bucuriei și al păcii, sentimente care ne sunt accesibile tuturor.



Este timpul să te vindeci de acest tip de suferință, iar cartea pe care o ții acum în mână te poate ajuta. În paginile următoare, fiul meu, don Jose Ruiz, îți va împărtăși ritualuri și ceremonii specifice tradiției toltece, care te pot ajuta să intri în armonie cu sinele tău profund și cu lumea din jur.

Practicile șamanice descrise aici te vor învăța cum să iei materia brută a lumii – părți fizice din lumea naturală împreună cu gândurile și intențiile tale lăuntrice – și să extragi cu ajutorul ritualurilor sensul și puterea înscrise în ele. Aceasta este reuniunea dintre spirit și materie, dintre intenție și acțiune, totul cu scopul de a te ajuta pe tine – și, prin urmare, de a-i ajuta pe ceilalți de pe această planetă frumoasă.

Ca să fim proprii noștri vindecători, trebuie să privim în adâncul rănilor noastre, nu să ne ferim de ele sau să le ignorăm. Este nevoie de curaj și putere pentru a face asta, însă numai după ce ne vom înțelege rănilor și le vom vindeca, ne vom transforma și viața.

Din punctul meu de vedere, niciodată nu a existat un moment mai important ca acesta în care să fie nevoie să faci acest efort. Speranța mea este că vei folosi instrumentele prezentate de Jose în aceste pagini pentru a-ți crea viața pe care o meriți.

Cu toată dragostea,
don Miguel Ruiz
Autorul cărții *Cele patru legăminte*¹

¹ Carte apărută în traducerea Svetlanei Sauciuc, la Editura Mix, Brașov, 2002. (N. tr.)





INTRODUCERE



În regiunea central-sudică a Mexicului de astăzi, în perioada cuprinsă între acum 1 000 și 3 000 de ani, s-a dezvoltat înfloritoarea civilizație toltecă. Potrivit tradiției orale a familiei mele, toltecii au fost cei care au construit amplul complex din jurul piramidei Teotihuacán, aflat la aproximativ 40 de kilometri distanță pe direcția nord-est de modernul Ciudad de Mexico. Cultura toltecă era venerată de azteci – popor care a apărut după ei și care vorbea aceeași limbă, nahuatl – pentru realizările lor în materie de artă, scriere, medicină și religie.

Însă o astfel de caracterizare a toltecilor dezvăluie doar o mică parte din grandioasa și fascinanta lor moștenire. Societatea toltecă era în multe feluri centrată pe studierea minții, având drept scop crearea celei mai bune vieți cu putință. Dincolo de simpla supraviețuire sau de dominația războinică asupra altor popoare, toltecii erau profund motivați să fie creativi și expresivi. De fapt, însăși denumirea de *toltec* înseamnă „artist” în limba nahuatl. În acest context, întrebuintarea cuvântului „artist” nu se rezumă numai la sensul de persoană care pictează, sculptează sau

care creează forme tradiționale de artă. Toltecii ne-au învățat că fiecare dintre noi este un artist, iar arta pe care o creăm este însăși povestea vieții noastre. Într-un fel, s-ar putea spune că toltecii au explorat la modul profund psihologia și dezvoltarea personală cu mii de ani înainte de a se naște Sigmund Freud sau Carl Jung.

După cum spuneam, toltecii vorbeau limba nahuatl, iar eu vreau să îți împărtășesc un cuvânt foarte important din această limbă, întrucât va ocupa un rol central în cadrul ideilor prezentate în cartea de față. Acest cuvânt este *nagual* și, la fel ca multe alte cuvinte din limba engleză, are două înțelesuri. În primul rând, cuvântul *nagual* se referă la *energia forței vitale* sau la *divinitatea* care sălășluiește în tine, în mine și în tot ce ne înconjoară. Energia *nagual* este invizibilă, dar totodată nimic nu ar putea exista sau vieții în absența ei. *Nagual* mai este întrebuințat și pentru a face trimitere la femeile sau la bărbații care au fost maeștrii spirituali, doctori, filosofi sau vindecători ai unei comunități. În această accepțiune, *nagual* înseamnă „cel care este trezit”. Astăzi, pe acești oameni îi numim șamani. În tradiția mea toltecă, eu sunt considerat un *nagual*, dar mă autointitulez și șaman, deoarece acesta este termenul modern utilizat pentru a descrie această chemare.

Un alt aspect pe care vreau să îl clarific este că, având în vedere că toți avem înlăuntrul nostru energia *nagual*, cu toții avem potențialul de a deveni *naguali* sau șamani. Într-o oarecare măsură, și tu ești deja unul. Simplul fapt că ești înzestrat cu darul de a fi în viață ca ființă umană înseamnă că poți alege modul în care



vrei să îți trăiești viața. Asta te face să fii artist, adică ești creatorul propriei vieți. Cu toate acestea, mulți oameni creează în mod inconștient – de ca și cum ar picta în somn.

Acum mai mult ca niciodată, este important să ne amintim de această energie inerentă pe care o avem cu toții și să o prețuim, fiindcă o putem folosi pentru a descoperi o modalitate mai bună de a trăi în această lume. În această carte, îți împărtășesc o multitudine de ritualuri, practici și ceremonii pentru a putea accesa această energie conștientă, creativă, pentru a te ajuta să îți trezești abilitățile creative și să îți valorifici potențialul. Prin practica constantă a ritualului, vom ajunge să ne trezim.

Puterea ritualului și a ceremoniei

Într-un sens mai larg, fiecare ființă umană de pe această frumoasă planetă împlinește zilnic o serie de ritualuri. Ne spălăm pe dinți, ne spălăm corpul, ne hrănim, mergem la muncă și poate ne preocupăm de nevoile copiilor și ale bătrânilor. Se poate să avem și alte ritualuri pe care inițial le efectuăm de plăcere, ca de exemplu să ieșim în mod regulat la cină cu partenerul, să plecăm în fiecare vară în vacanță ori să planificăm o reuniune de familie. Mergând mai în profunzime, mulți dintre noi desfășoară practici religioase și spirituale



care iau forma ritualului. Acestea pot include ceremonii care au loc în anumite zile din an sau la ocazii speciale, precum nașterea, moartea sau uniunea prin căsătorie.

Cu toate că cei mai mulți dintre noi participă deja la astfel de ritualuri și ceremonii, ritualurile din această carte sunt orientate spre o direcție complet diferită. Sunt menite să te ajute în călătoria ta de *trezire*. Ce vreau să spun prin trezire? Folosesc acest cuvânt aici deoarece, conform tradiției toltece a familiei mele, spunem că oamenii visează în permanență. Haide acum să explic mai pe larg.

În primul rând, orice om se află în mijlocul a ceea ce noi numim *Visul personal*, adică propria sa perspectivă – cum privește el lumea din jur și cum o înțelege prin intermediul poveștilor pe care și le spune despre ceea ce percepe. În al doilea rând, avem ceea ce noi numim *Visul Planetei*, adică *Visul personal* al fiecărei persoane de pe Planetă combinat cu cele ale tuturor celorlalți oameni. Împreună, ele formează baza modului în care creăm lumea înconjurătoare și comunicăm.¹

Așadar, eu nu spun că ritualurile și ceremoniile prezentate în această carte ne ajută să ne trezim din Vis, ci că mai degrabă ne ajută să ne *trezim*, să devenim conștienți *de faptul că visăm*.

¹ A se vedea în acest sens și cărțile *Înțelepciunea șamanilor. Învățăături străvechi pentru a trăi în prezent o viață plină de sens și iubire* (2024), *Animale de putere în practica șamanică* (2024), *Trezirea șamanului și calea spre libertate* (2024), de don Jose Ruiz, apărute în limba română la Editura Herald, București. (N. red.)





CAPITOLUL 1

IMPORTANȚA VINDECĂRII

În tradiția toltecă, spunem că fiecare dintre noi este artist (amintește-ți că *toltec* înseamnă „artist”), iar arta pe care o creăm este însăși viața noastră. După cum îi place tatălui meu, don Miguel Ruiz, să spună: „Dacă nu îți place povestea pe care o trăiești, tu ești singurul care o poate schimba”.

Vindecarea este cea care face posibilă o schimbare durabilă. Desaga de leac este menită să te ajute să reușești acest lucru.

Am învățat importanța vindecării de la unul dintre cei mai influenți șamani pe care i-am cunoscut vreodată: bunica mea. Ea a fost păstrătoarea tradiției orale a familiei noastre și le-a împărtășit înțelepciunea tatălui meu, fraților mei și celorlalți membrii ai familiei, astfel încât să fie transmisă mai departe, consolidată și practică

de următoarele generații. Acesta este mărețul ei dar, de care ne bucurăm și în ziua de azi.

Bunica mea a fost o *curandera* (vindecătoare) deosebit de puternică, ale cărei practici de autovindecare au conectat-o cu forța generațiilor de dinaintea ei, cu natura, cu profunda ei credință religioasă și cu puterea vindecătoare a Mamei Pământ.

Prin exemplul bunicii mele, am învățat trei aspecte esențiale:

1. Când ne vindecăm, construim o temelie mai trainică pentru viața noastră.
2. Când ne vindecăm, pregătim omenirea – nu doar pe cei dragi nouă, pe care îi influențăm în mod direct, ci pe toți oamenii – să se vindece.
3. Când ne vindecăm, ne revendicăm statutul de *războinici tolteci*.

Pentru cei care nu cunosc noțiunea de *războinic toltec*, aceasta nu presupune violență fizică, ci face referire la oamenii care și-au luat angajamentul de a-și supraveghea propria minte și de a elimina din ea orice formă de negativitate. Războinicul toltec este cel care își ia angajamentul de a pune capăt dependenței de suferință a minții.

Când vorbesc despre tolteci în acest context, nu mă refer la civilizația străveche înfloritoare de acum aproximativ 2 500 de ani. Vorbesc despre toltecii care trăiesc în zilele noastre, despre aceia dintre noi care



conștientizează că suntem artiștii propriei noastre vieți și care se dedică creării unei frumoase opere de artă. În același timp, este important să ne amintim că nu suntem la începutul acestei lucrări de artă. Noi construim pe înțeleșurile oferite de generațiile din trecut, care ne-au transmis această cunoaștere și care ne-au ajutat să ajungem în acest punct. Acum avem șansa de a alege să transcendem, să creștem și să înflorim. Îți spun asta pentru a-ți aminti că nu ești lipsit de sprijin, deși practicile de autovindecare pot veni doar din interiorul tău și doar dacă tu îți dorești sincer. Pe parcursul travaliului tău de vindecare, ține minte că ești susținut de puterea și de iubirea războinicilor care au trăit înaintea ta.

Pentru a porni în călătoria ta ritualică, îți vei crea două instrumente speciale – unele la care vom face referire de nenumărate ori în această carte: desaga de leac și altarul personal.

Desaga de leac

Desaga de leac este un obiect tradițional prezent în numeroase culturi indigene, care conține o multitudine de elemente sacre, specifice celui căruia o poartă. Este ca un memento fizic care nu îți dă voie să te abați de la calea ta în timp ce înaintezi prin lumea fizică. Atunci când ești stresat, poate acționa precum balastul care îți asigură stabilitate în cele mai importante momente, iar greutatea și textura sa sunt ca o atenționare constantă că ești parte dintr-o poveste mai amplă și că mergi pe calea vindecării și a dezvoltării personale.

