



www.paulinas.org.ar

EDITORIAL

1030 BUENOS AIRES: Larrea 44/50 (Estacionamiento para clientes)
Telefax (011) 4952-5924 y líneas rotativas. Fax directo de 18 a 9 hs /
Línea de fax gratuita para clientes: 0-800-333-7717, editorial@paulinas.org.ar

DISTRIBUIDORA

1030 BUENOS AIRES: Larrea 44/50 (Estacionamiento para clientes)
Telefax (011) 4952-5924 y líneas rotativas. Fax directo de 18 a 9 hs /
Línea de fax gratuita para clientes: 0-800-333-7717, ventas@paulinas.org.ar

LIBRERÍAS

3760 AÑATUYA (Santiago del Estero): Av. 25 de Mayo 69,
Telefax (03844) 421661, paulinasanatuya@yahoo.com.ar
8000 BAHÍA BLANCA (Buenos Aires): Zelarrayán 132,
Tel. (0291) 4502740, paulinasbb@yahoo.com.ar
1419 BUENOS AIRES: Nazca 4249, Tel. (011) 4572-3926 /
Fax 4571-6226 (Estacionamiento propio para clientes)
1032 BUENOS AIRES: Pueyrredón 528, Telefax (011) 4962-4848,
libreriacapital@paulinas.org.ar
3400 CORRIENTES: San Juan 936, /
Telefax (03783) 429974, paulinascor@arnet.com.ar
5500 MENDOZA: San Martín 980, Telefax (0261) 429-1307, paulinaszm@arnet.com.ar
1744 MORENO (Buenos Aires): Carlos M. Joly 656,
Tel. (0237) 466-6323, paulinasmor@speedy.com.ar, paulinasmor@yahoo.com.ar
3500 RESISTENCIA (Chaco): Arturo Illia 178
Tel. (03722) 427188, Fax (03722) 442110, paulinasres@arnet.com.ar
2000 ROSARIO: Maipú 812, Telefax (0341) 448-1832, paulinasro@yahoo.com.ar
4000 SAN MIGUEL DE TUCUMÁN: Maipú 320,
Telefax (0381) 4217837, paulinastucuman@arnetbiz.com.ar
3000 SANTA FE: San Jerónimo 2134,
Telefax (0342) 4533521, paulinassfe@arnet.com.ar
6300 SANTA ROSA (La Pampa): Lisandro de la Torre 163, paulinassr@yahoo.com.ar
11100 MONTEVIDEO (Uruguay): Colonia 1311,
Tel. (00598-2) 900 68 20, / Fax (00598-2) 902 99 07, paulinas@adinet.com.uy
ASUNCIÓN (Paraguay): Azara 279 (casi Iturbe),
Tel. (00595) 21440651, Fax (00595) 21440652, paulinas@pla.net.py

FAMILIA CRISTIANA

1030 BUENOS AIRES: Larrea 44, Telefax (011) 4952-5924 y líneas rotativas.
Fax directo de 18 a 9 hs / Línea de fax gratuita para clientes: 0-800-333-7717,
familiacristiana@paulinas.org.ar

RADIO SOLIDARIDAD

3700 ANATUÑA (Santiago del Estero): Av. 25 de mayo 69
Telefax (03844) 421611, amsolidaridad@yahoo.com.ar

MARÍA LAURA AGUILAR JUSTICIA

AQUA

Método de autoconocimiento integral para el desarrollo del potencial humano & creativo



INTRODUCCIÓN

LA FUERZA DE LA VIDA

En la unidad está el origen de la fuerza de la vida. El movimiento en el interior de esta fuerza produce intención. Envuelto en sí mismo es denominado caos, pero cuando el caos se abrió hizo girar las cuatro estaciones y todas las cosas fueron creadas.

HO KUAN TSE⁴

Todo fluye; el proceso de la vida, las estaciones, la naturaleza, el tiempo, el movimiento del Sol, la Tierra y la Luna; todo se desarrolla y avanza en un movimiento que parece dar cuenta del eterno regreso al punto de origen.

Humilde y silenciosa el agua penetra en el interior de la tierra para madurar durante siglos hasta que, a través de sus propias fuerzas, brota pura y cristalina en un manantial de montaña, que es a la vez memoria de su largo viaje.

También nuestra vida, como realidad novedosa, en permanente cambio y con capacidad de transformación, fluye en un constante movimiento circular.

⁴ HO KUAN TSE, *Tao te ching* (los místicos taoístas), 2004.

Y es en este movimiento que nuestra voz más auténtica nos invita a viajar hacia las profundidades de nuestro ser, allí donde habita nuestro KA.

En la mitología egipcia, el KA es un pellizco del principio universal e inmortal de la vida; la “fuerza vital”.

El elemento individual que marca el “Ser y el Cómo” de cada ser humano; la presencia escondida “que permanece a la espera de que le abramos el camino, [...] preparemos el terreno”⁵ para manifestarse en total plenitud.

AQUA como nombre que define e identifica esta metodología, nace de la integración de dos elementos:

- Agua, en la riqueza de su significación simbólica.
- Ka, en la profundidad de su significado.

Recurriendo al campo de la hidrodinámica, AQUA selecciona dos movimientos para ejemplificar la dinámica de su proceso.

• *Torbellino o flujo de vórtice*

La aparente calma de un recipiente de agua, una bañera por ejemplo, se ve afectada en el preciso instante que alguien quita el tapón. Todo se pone en movimiento, desarrollando una nueva configuración.

Este movimiento definido como flujo circular en rotación espiral alrededor de un punto común (centro del vórtice), es muy estable y casi imposible de parar una vez que comienza.

Este principio ocurre porque la masa de aire tiene

⁵ PINKOLA ESTÉS, C., *El jardinero fiel*, Barcelona, Byblos, 2004, p. 96.

una clase especial de movimiento llamada circulación y la circulación lleva un vórtice.



IMAGEN 2
Torbellino o flujo de vórtice.

Este primer movimiento (circular en rotación espiral) sirve para ejemplificar el carácter progresivo del proceso de autoconocimiento o profundización experiencial. A partir de una serie gradual de experiencias, el participante avanzará hacia un conocimiento cada vez más profundo de sí mismo, manteniendo una unidad de dirección que permite la reconsideración del nivel previamente avanzado y en continuidad con él.

• *Ondulatorio*

Ya sea que lancemos una piedra a un lago o añadamos un poco de tinta al agua contenida en un recipiente, podremos observar una estructura de círculos concéntricos que se originan a partir del centro del vórtice, manteniéndose radialmente alrededor del mismo.



IMAGEN 3
Movimiento ondulatorio.

Este segundo movimiento sirve para ejemplificar la meta e hipótesis de esta propuesta metodológica: “El reencuentro con algún aspecto del ser verdadero o sí mismo (centro del vórtice), provoca el despliegue de la riqueza potencial de cada ser humano (movimiento expansivo radial), enriqueciendo y transformando su experiencia personal, social y productiva”.

A partir de estos dos movimientos AQUA diseña la estructura de su secuencia metodológica a la luz de la aventura del héroe mitológico.

En la primera parte de este libro presentaré aquellas fuentes que, como referentes teórico-conceptuales, guiarán al lector hacia una comprensión más profunda y acabada del contexto en el que AQUA se inserta.

La segunda parte está dedicada a la presentación, desarrollo y análisis de la propuesta metodológica en cada uno de sus elementos.

Dirijo estas páginas a aquellas personas que gozan

del enorme privilegio de acompañar al ser humano en su camino de crecimiento y desarrollo personal y a todos aquellos que experimentan el llamado y tienen el coraje de lanzarse a la aventura del autodescubrimiento.

Por último, dedico este libro a los verdaderos artistas, aquellos que saben contemplar a cada ser humano en la hondura de su misterio; aquellos que descubren la presencia escondida y trabajan, con toda la fuerza de su vida y su alma, para que ésta pueda nacer a la vida; aquellos que se atreven a vivir siendo fieles a sí mismos.

1. POTENCIAL HUMANO Y CREATIVO

EL PROCESO DE LLEGAR A SER

En nuestro interior [...] tenemos el aliento, nuestras verdades y nuestros anhelos; juntos constituyen el canto, el himno de la creación que siempre hemos ansiado entonar.

CLARISSA PINKOLA ESTÉS⁶

Desde el momento de la concepción, en el entramado genético de esa célula primera, ya se encuentra todo el potencial que, como seres humanos, podremos desplegar a lo largo de nuestra vida. Es a partir de esa unicidad, aún indiferenciada, que nacerán y se desarrollarán estructuras especializadas y diversas conformándonos como seres únicos e irrepetibles.

Al momento de nacer nos encontramos plenamente conectados con toda la riqueza de nuestro potencial, en un estado de inocencia, libres de miedos y necesidades de posesión o defensa. Sin conciencia aún del pasado o del futuro, vivimos la autoaceptación, la confianza y el amor en un eterno presente.

Será el contacto con el mundo, nuestra madre en primera instancia, lo que determinará el inicio de un proceso

⁶ PINKOLA ESTÉS, C., *Mujeres que corren con los lobos*, op. cit.