

El laberinto: una medicina natural para la salud mental y el alma

Noemí L. Wahls

University of Colorado Denver

Martes, 15 de septiembre 2010

Ensayo 1

SPAN 5640

Profesor: Dr. Andrés Lema-Hincapié

Un laberinto definitivamente es una medicina alternativa para la mente, el alma, y el sistema de los nervios. Los laberintos pueden ser mentales o físicos. Ambos ayudan los seres humanos a entender mejor a sí mismos y además a calmar a sus almas.

El laberinto tiene diferentes significados: un laberinto en un jardín, un edificio enterrado con un diseño para confundir a la gente, unas “doble cara ejes”, y rompas de cabeza. También hay varios tipos de laberintos, los que tienen caminos que llegan a la misma destinación (unicursal) o los que tienen diferentes destinaciones (multicursal). (Bord, 9) Un libro de Janet Bord, *Mazes and Labyrinths of the World*, tiene muchos ejemplos de varios laberintos en el mundo antiguo y también en el tiempo moderno. Los laberintos son extraordinarios y al mismo tiempo temerosos. El ejemplos de los laberintos en el libro de Bord muestran el porqué, algunos fueron usado para mejorar los seres humanos y otros para disciplinar o tortúrales.

Sarah McFarland Taylor explica que laberintos son una manera de mejorar el espíritu y escribió un libro enfocado en el tema religioso y tiene un capítulo hablando de los laberintos religiosos. Martin Pops dice “Most labyrinths are oriented toward secret knowledge, gnosis, as if breath or word were passed mouth to mouth” (24). Estoy de acuerdo con los usos de los laberintos. El pasado apoya estas teorías también.

El primer laberinto era en egipcia cerca de 3400 BC y era una tumba con un diseño de un laberinto y pareció para protegerles en la tumba. Desde el principio del tiempo, el laberinto más conocido era lo cual existió de la isla de Creta, dónde Teseo mató al Minotauro. En este ejemplo, no sabemos si había un laberinto para caminar, un edificio construido como un laberinto, o unas dobles caras ejes. Otro ejemplo de un laberinto antiguo era de Cocodrilópolis en egipcia en 1795 B.C, lo cual era un edificio con un parte enterrado y con un diseño que confunde gente. (Poundstone, 61) Más

adelante, en una isla de Nuevas Hébridas, un laberinto era un camino de un fantasma. Más cerca el tiempo presente, en Inglaterra era un laberinto de jardín que puede caminar y ahora siga esta tradición de los laberintos. (Poundstone, 162)

Todavía hay varios ejemplos de laberintos en la vida, más que los laberintos del pasado. Me imagino que el uso del laberinto diario es más común, como este ejemplo, aunque tal vez no es notable. Este poema es un laberinto de la mente: un mapa mental de la ciudad.

Como algunos otros seres humanos en el mundo,

veo la ciudad en un mapa 3d, como un laberinto.

Me ayuda a encontrar lugares más rápido y también conocer la ciudad;

Me siento como una parte de la ciudad.

Entiendo que no todos los humanos crean mapas de ciudades en la imaginación,

pero me da cuenta que con esta manera de poner la ciudad en un laberinto,

me ayuda a tranquilizarme cuando estoy perdida dentro mi ciudad,

porque en realidad no estoy perdida en el laberinto,

sino que no he encontrado la destinación.

Hay un dicho en inglés: “trace your steps”, la cual se usa cuando alguien olvida el tema de lo que estaban hablando o cuando pierden algo. La idea es para recordar su “train of thought”, el hablante tiene que regresar dónde estaba físicamente para poder recordar su pensamiento y sus palabras. Esta manera de regresar físicamente representa el laberinto o más, el camino del laberinto; hay que caminarlo para recordarlo. También cuando pierden algo. La persona que ha perdido algo, tiene que regresar dónde quedó la cosa últimamente en su mente. En este ejemplo, la persona no tiene que regresar físicamente, aunque le ayudará más, pero igual puede regresar en su mente y andar lo mismo camino en su mente a llegar a la nueva posición de la cosa que fue perdida. Así que las dos maneras de “tracing your steps” ayuda la persona a caminar un laberinto físicamente o en su mente.

Estudiar idiomas y hacer rompas de cabeza con palabras son maneras de guardar las memorias y ayudar el cerebro a memorizar cosas nuevas. En un artículo de la New York Times, la autor explica que una persona tiene que hacer varias cosas para cuidar su mente y su memoria. Así que como seres humanos tenemos que hacer cosas a guardar nuestras memorias, también, tenemos que atender nuestros nervios, nuestros cuerpos, y nuestras mentalidades. Los laberintos parecen como la manera de tranquilizar gente y también de asistir los ciclos naturales de la vida. En un otro artículo, los laberintos son medicinas naturales por el uso de los prisioneros, las personas con problemas mentales, y los que quieren serenar sus vidas.

Me fascina como escriba Borges. Parece que su idea de realidad es semejante a una idea que explicó Dr. Tiffany Terneny de una teoría de antropólogos en una película en el curso (ANTH 2102) en el semestre de otoño en 2007, que no sabemos que es realidad o que es ficción y que hay varios realidades. Por eso, la realidad y el sueño son un laberinto de la vida.

Un laberinto da una nueva oportunidad físicamente o perspectiva intelectualmente o espiritualmente. Por eso, el laberinto es una medicina alternativa. Incluyo mi primer poema que escribí y lo hice cuando pensé en los laberintos antes de escribir este papel. Imagino que este camino funciona como un laberinto y hablo del camino y la salida de un laberinto con una nueva vista del mundo. Así me siento cuando llego a varios puntos de decisiones de la vida y creo que los laberintos de mente me han apoyado mucho en mi pasada y me ayudarán en mi futuro.

Corro entre los túneles abiertas, mirando al cielo.

Siento el sol, quemando mi cara

pero si acerco a la pared,

siento el aire fresco y frio.

Toco la pared,

fuerte, duro y diverso.

Tiene el sentido de estuco y está rojo.

Un rojo maravilloso, vibrante y rico;

llena de vida.

Sigo las curvas de la pared

y me calma...

Paro de pensar en mis problemas

y concentro en estas paredes mágicas y viejas,

con el color de sangre. Llego a un punto dónde no hay salida.

Grito a la pared.

Quiero salir y pego la pared con mi mano.

La pared mueve como una puerta.

Una nueva vista abra en frente de mi cara.

Miro atrás y veo el laberinto.

Bibliografía anotada

Bord, Janet. *Mazes and Labyrinths of the World*. New York: E.P. Dutton & Co, Inc., 1975. Print.

Parrish, Kathleen. *Walking in Circles*. USA: American Way. May 15, 2010. Print.

Pops, Marin. *Home Remedies*. Amherst , USA: The University of Massachusetts Press, 1984. Print.

Poundstone, William. *Labyrinths of reason: paradox, puzzles, and the frailty of knowledge*. New York, New York: Anchor Press. Bentam Doubleday Dell Publishing Group, Inc., 1988. Print

Taylor, Sarah McFarland. *Green Sisters:A Spiritual Ecology*. Cambridge Massachusetts: Harvard University Press, 2007. Print.

Underwood, Anne. *Can Memory Loss Be Prevented?* The New York Times: The New Old Age. June 11, 2009. Web. 9/14/2010. <http://newoldage.blogs.nytimes.com/2009/06/11/can-dementia-be-prevented/>.