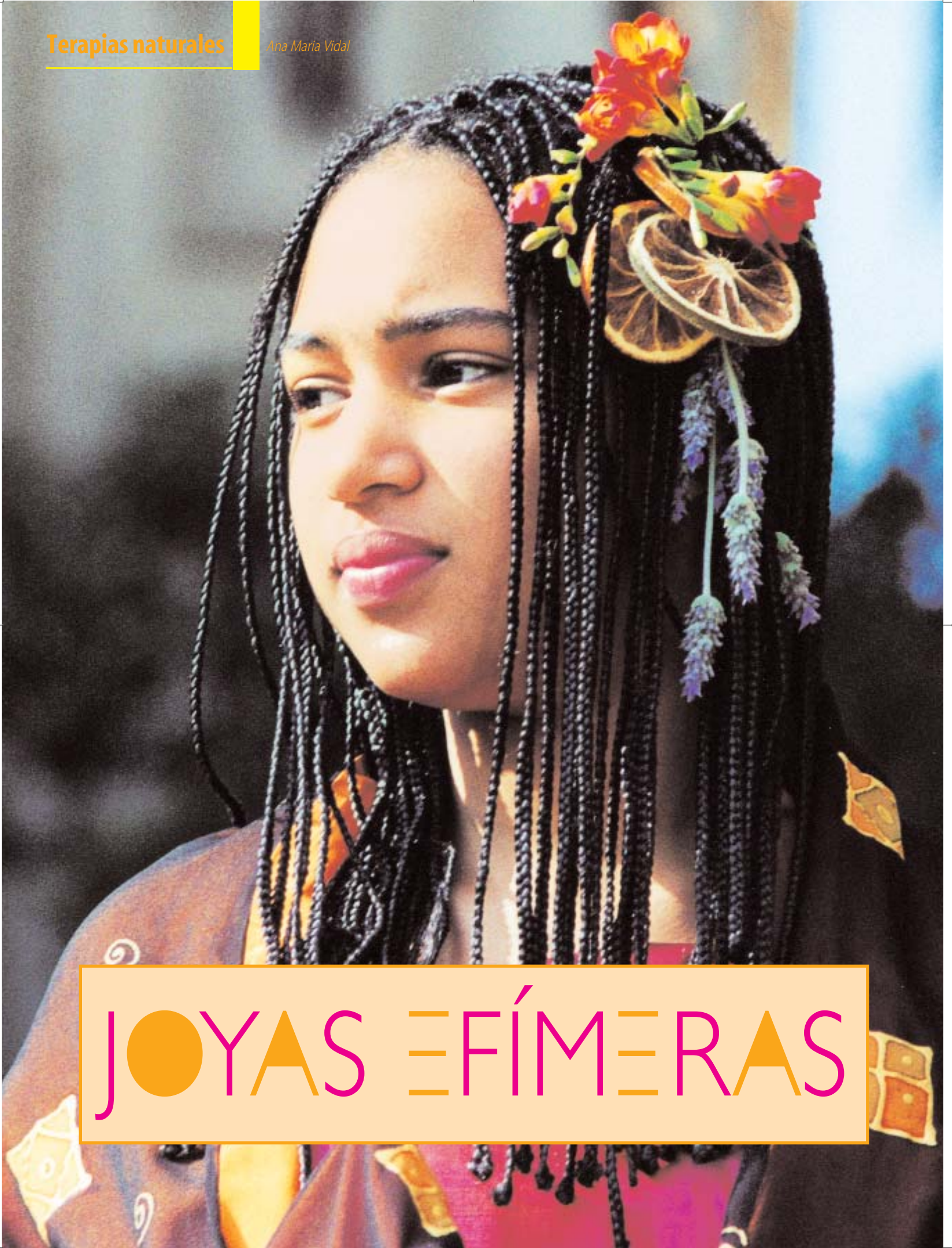


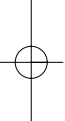
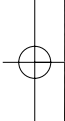


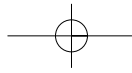
Terapias naturales

Ana María Vidal



JOYAS EFÍMERAS





Una joya, según la escueta definición del diccionario, es un objeto de metal precioso, a veces con perlas y piedras finas, para adorno de las personas. El uso de las joyas se pierde en el origen de los tiempos, como objeto sagrado, objeto frívolo, objeto de intercambio, objeto codiciado, objeto de admiración. Las ha habido rodeadas de misterio e incluso asociadas a poderes mágicos. Se regalan, se lucen, embellecen un cuerpo o un traje, responden a una necesidad de dar un toque especial a una velada, a una cita, a una celebración o se asocian a una conmemoración.

Una joya suele ser un valor de larga vida. Quienes las diseñan y realizan son los joyeros, poseedores de un arte que, aunque ha evolucionado, engarza con una sabiduría artesanal de larga tradición.

Pero ni sólo lo duradero tiene valor, ni el concepto de joya se puede circunscribir a un solo territorio. El lenguaje nos da la razón cuando, por ejemplo, le decimos a un ser querido: **eres una joya**.

Hoy acercamos nuestra mirada a unas joyas efímeras que son todo **un reto a la creatividad y una reflexión sobre el valor de la impermanencia**.

La creadora de estas maravillosas "joyas efímeras", María Ponsà, pertenece a la cuarta generación de un linaje de floristas. Ha recorrido senderos propios en busca de nuevos horizontes para su arte. Ha sabido aunar de manera muy personal su peculiar percepción del lenguaje del mundo vegetal con la tradición japonesa del arte floral. Utiliza las flores como un pintor la paleta de colores. Sus decoraciones y sus composiciones florales tienen siempre un **sello poético inconfundible**. Con un hilo de plata u oro, o simplemente un alambre multicolor, unas flores, unas hojas, en pocos minu-

tos hace surgir ante nuestros ojos joyas sorprendentes. Durarán hasta que se marchiten, quizás el tiempo de una fiesta. Simples o sofisticadas, rústicas o fantásticas, consiguen despertar la admiración y llamar la atención. Eclipsan sin pudor a sus compañeras más nobles, por más cargadas de piedras preciosas que vayan.

predecibles, que nos dan una falsa seguridad. Recordemos que podemos contactar de nuevo con el placer que sentíamos de pequeños, por ejemplo, al coger un pincel, al oler las acuarelas, al escoger los colores y descubrir la forma que iba apareciendo ante nuestros ojos, llena de vida y espontaneidad, libre de valoración o juicio.

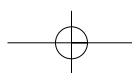
Descubrir en nuestro interior

Estas joyas son también **una invitación a perder el miedo a dar rienda suelta a nuestra creatividad**, cualidad que todos poseemos y que sólo pide que le demos espacio para soltarse. Nunca es tarde para dedicarle una atención especial.

La creatividad es una capacidad que está en el interior del ser humano y le permite hacer surgir, recrear, transformar, los materiales que conforman su vida, tanto a nivel interior como exterior. Todos tenemos a nuestro alcance la posibilidad de abrir puertas que nos permiten avanzar por senderos en los que lo nuevo nos brinda la oportunidad de salir de la rueda de la rutina, descubrir y descubrirnos, **expresar lo que bulle en nuestro interior**. Cuando estamos inmersos en la rutina la mente gira y gira, con frecuencia de forma obsesiva y estéril. Pero cuando la mente coge la punta de un hilo y avanza por él, se orienta hacia lo nuevo, lo desconocido, la sorpresa. El estado de la persona se modifica. Ésta se sumerge en un estado que cuesta nombrar.

Renovar la capacidad de maravillarnos

Sin que nos demos apenas cuenta, perdemos la capacidad de maravillarnos ante la vida y la Naturaleza que teníamos de niños, cuando nuestra mirada aún estaba limpia, sin el espeso filtro que el condicionamiento entierra en nosotros a modo de rígidas pautas establecidas, inamovibles,



Reflexión sobre la impermanencia

Al mismo tiempo, estas joyas efímeras son la plasmación de una reflexión filosófica sobre una cuestión que acompaña al hombre, en todas las culturas, desde tiempos inmemoriales: la impermanencia. Todo en el universo está en perpetuo movimiento y transformación. Sólo nuestra mente se empeña en detener, fijar, inmovilizar las cosas, funcionando de forma contradictoria con la esencia misma de la vida. Así, en la medida en que gran parte de nuestros problemas se debe a la forma en que nos agarramos a esta vida, creyendo que permaneceremos siempre en la tierra, haciendo planes que nos llenan de ansiedad, meditar sobre la impermanencia nos ayuda a soltar el apego, el autoagarre a la falsa noción de vida. Colocarnos en equilibrio sobre el movimiento constante aligera el alma. Vivir y disfrutar cada momento nos conecta con la plenitud. El instante presente es efímero y eterno a la vez. Además, si permitimos que nuestra mente se relaje decrece la tensión y los problemas tempo-

rales disminuyen o se disuelven. Las tradiciones orientales afirman que **meditar sobre la impermanencia es sumamente beneficioso** y que deberíamos sentirnos alegres al hacerlo, puesto que nos permitirá abandonar progresivamente las acciones negativas y practicar las positivas. Incluso seremos más valientes, confiados y alegres.

En cambio, solemos esforzarnos en asirnos a objetos, conceptos, personas, deseando encontrar una seguridad inamovible que nos permita no mirar de frente nuestros miedos profundos. Perseguimos una certeza que ejerza de escudo protector ante lo inesperado, lo insospechado, lo desconocido. Parece que vivamos sobre la base de que vamos a vivir eternamente, y luchamos incluso contra los síntomas de maduración propios de la vida, los que van marcando el paso hacia la vejez.

Pero ya nuestras abuelas, con su sabiduría innata, lo han resumido en dos palabras: **todo pasa.**

Las vías para conectar con un estado creativo son innumerables. La que hoy os proponemos es la de practicar la realización de joyas efímeras. Para ello, necesitaréis poco material.

LA PRIMERA OPCIÓN, tras dejar de lado la agenda y las preocupaciones, es pasear por un jardín o por el campo y seleccionar hojas, tallos, ramas, flores, que llamen vuestra atención. Si aguzáis un poco más el sentido de observación y la sensibilidad, podréis sentir las características de esas plantas y descifrar alguno de sus mensajes. Nos hablan de la fuerza con la que se agarran al suelo, lo alto que yerguen su tallo en busca del cielo, el color que ostentan con delicadeza, cómo protegen la fragilidad de su interior; sólo tenemos que escuchar. Esas percepciones pueden jugar un papel en el momento de crear una joya, aportándole un significado más profundo que, aunque no lo explicitéis, seguro que emanará del resultado final. Si estáis iniciados en las esencias florales, también podéis tener en cuenta la acción del campo sutil de la especie

elegida en función de las características o del estado de la persona a quien va destinada la futura joya. También recomendamos pedir permiso a la planta elegida antes de usar las tijeras, haciéndola cómplice del juego en el que va a participar.

LA SEGUNDA OPCIÓN es acercarse a una floristería: todo un abanico de posibilidades se despliega ante vuestros ojos. Pero vale la pena aguzar el instinto. Aunque ya estén cortadas, las flores siguen hablándonos.

Las herramientas necesarias son pocas: hilo de plata o de oro o un alambre multicolor, unas tijeras, unas pinzas, unos cierres de bisutería y una pistola de silicona.

Desplegad sobre una superficie vuestra cosecha. A partir de ahí, dad rienda suelta a vuestra imaginación. Todo es posible. Os damos algunos ejemplos, a modo de inspiración. ¡Pero no vale repetir! Investigad, y luego nos contáis vuestros resultados.

María se ha acercado a una planta grasa que crece en una maceta, en un rincón del jardín. Tras observar un rato, ha elegido un ramillete que muestra unas hojas jugosas. Un corte limpio con las tijeras... y ya tiene en sus manos un primer material. Nos habla de cómo esta planta puede vivir con muy pocos cuidados y, pese a ello, ser muy suave, mu-llida y regordeta, como si nos dijera que a ella nunca le faltará de nada. Mientras, separa las hojas y da un nuevo corte para dejar la forma bien rematada. Con un alambre de plata, ensarta primero una



Terapias naturales

Joyas efímeras

hoja y, a continuación, una segunda y finalmente da forma al hilo metálico para que pueda colgarse... el pendiente.

Hojas de la misma planta sirven también para redondear el conjunto: una hoja junto a otra, y otra, y otra... y tenemos una pulsera para adornar la muñeca.

Una variación sobre el mismo tema es la que resulta de pegar con delicadeza, con ayuda de una pistola de silicona, un poco de musgo polar blanco, que vive bajo el mar y es recogido por submarinistas. Con su presencia, añade a las joyas resonancias del mundo inconsciente femenino.

Las **camelias, blancas, nostálgicas, evocadoras de recuerdos**, asociadas a la melancolía, ligeras, nos hablan de un tiempo pasado. Del árbol en flor una es la elegida. Va a provocar la aparición de una joya algo sofisticada, combinada con una hoja de aspidistra, que habla de la renovación constante, de que, por duro que sea el golpe, siempre se puede renacer, y con una rama de hiedra, que se agarra a la vida a costa de quien sea, pero también sabe de amistad indestructible y duradera. Se parte la hoja de aspidistra en láminas estrechas. Sobre una que se mantiene lisa se cose otra a la que se le ha dado forma de tirabuzón. Se puede usar hilo vegetal fabricado con una pequeña fibra de la misma aspidistra o el hilo de

plata. A continuación, se sujeta la hiedra y sobre esta base se coloca la camelia.

De nuevo a María se le ocurre una variación sobre esta pieza. Elige unas piedras tornasoladas, que ella asocia a la pureza máxima de las gotas de rocío que reflejan todos los colores del arco iris, todas las notas musicales. Con la ayuda de la silicona, las sujeta estratégicamente sobre las hojas de hiedra. (Nota: la aspidistra no acepta la silicona.) La transformación se cumple, la joya adopta una nueva apariencia.

“*Todos tenemos la oportunidad de salir de la rueda de la rutina, descubrir y descubrirnos y expresar lo que bulle en nuestro interior*”

La **fresia roja de corazón amarillo** vive en libertad, sin trabas, se asocia sin problemas a una fantasía de rodajas secas de naranja y limón y aun permite que unas ramitas de lavanda aporten al conjunto su aroma a ropa limpia en armarios antiguos. Ya tenemos un pasador para el pelo que no va a pasar inadvertido.

Escoger unas **margaritas amarillas** es el primer paso para adornar con sencillez

la cabeza con una guirnalda tradicional y para añadir un pequeño broche a la blusa. Mientras tanto, María nos habla de cómo la margarita amarilla está asociada a la renovación espiritual y cómo encierra la duda profunda del sí o del no.

Las **anémonas rojas con corazón negro** hablan de protección, de que nadie nos hará daño. En el alto Egipto se usaban en los ritos funerarios para ayudar en la travesía hacia el otro mundo. Combinadas con la thillantsia, que vive del aire en las alturas, a una distancia que oscila entre los quince y los veinticinco metros de altura, tenemos un collar que nos habla de renacer.

Unas simples hojas silvestres se convierten en collar o pulsera, con su frescura y su capacidad de transformarse. Unas lianas, que viven en el aire, pero se orientan hacia la tierra, colocadas con gracia alrededor del cuello, se convierten en un objeto de diseño de lo más vanguardista. Según su textura, hay que trabajarlas durante días para que se contorsionen de la manera deseada, remojándolas y reconduciéndolas con la ayuda de unos alambres enrollados en ellas.

La sencillez tiene cabida también en esta primera lección de construcción de joyas efímeras. Unas ramas de mimosa son la base para un collar o una pulsera. Pero, cuidado, es mejor primero separar las hojas de la flor. Luego se trabajan con el hilo de plata o de oro, hasta conseguir una colocación armoniosa. La **mimosa** añade a su belleza su energía como ayuda y protección ante el miedo.

La propuesta está servida. Se garantiza una experiencia placentera, una **activación de las neuronas creativas**, una forma diferente de pasar un día, un éxito a la hora de lucir las joyas, y el haber desconectado por unas horas de las preocupaciones habituales. A partir de ahí, quienquiera profundizar tiene ante sí la posibilidad de un amplio recorrido. ✨

