

espacio ||
espacio ||

Cuaderno I. Espacio II. Exposición y experiencia performática.

Juan Andrés Maldonado Neira.

Artista Visual - Sensorial

Esta publicación se realizó como parte de la obra:
espacio, II. Instalación Sensorial interactiva.
2019

Instalación Sensorial Interactiva

Espacios sonoros - Audioguías /

Arte Generativo - sensorial - interactivo.

Juan Andrés Maldonado Neira

juanandresmaldonadoneira.com

Cuenca - Ecuador.



Edición numerada

Impreso en Cuenca, Ecuador. Octubre de 2019

Impresión: Editorial mínima - edición única

a Ximena Moscoso por su cariño incondicional y su paciencia infinita.



Inauguración
Juan Andrés Maldonado Neira.
ESPACIO I. 2019. Instalación - sensorial - interactiva.
Casa Piedra. Calle larga 8-69 y Benigno Malo.
Cuenca - Ecuador



espacio II

Instalación Sensorial Interactiva.

Paisaje sonoro y arte generativo.

Juan Andrés Maldonado Neira.

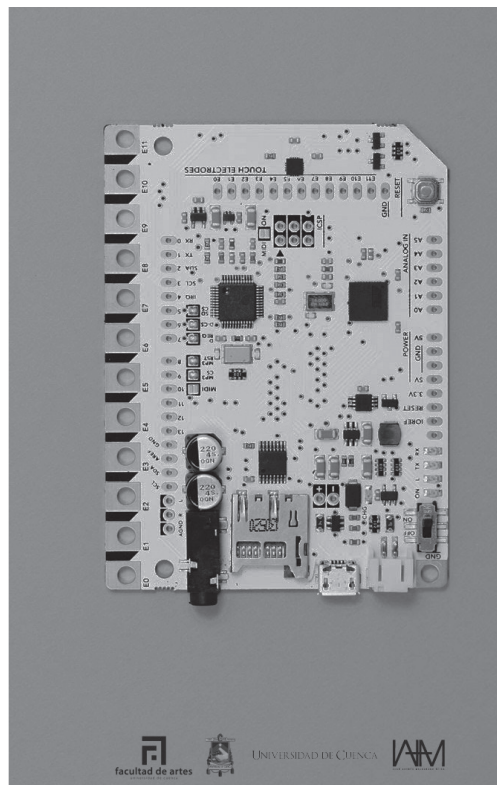
Instalación lúdica que activa nuestra imaginación, recuerdos y emociones, induce al participante a un estado anímico a un, estado cognitivo que permite controlar su interpretación de la asociación de ideas metafóricas, para incitar en el, ideas de empatía. Vivencias que nos hacen únicos, sensaciones que nos unen.

ESPACIO

INSTALACIÓN
SENSORIAL - INTERACTIVA

JUAN ANDRÉS MALDONADO NEIRA

CASA PIEDRA · 10/07/2019 · 20:00
CALLE LARGA 8-69 Y BENIGNO MALO



Comportamiento social. n-34 / serie digital / espacio II. 2019
Juan Andrés Maldonado Neira.
ESPACIO I. 2019. Instalación - Sensorial - Interactiva.
Casa Piedra. Calle larga 8-69 y Benigno Malo.
Cuenca - Ecuador



space II

Interactive Sensory Installation

Sound landscape and generative art

Juan Andrés Maldonado Neira.

Playful installation that activates our imagination, memories and emotions, induces the participant to a cognitive mood state that allows you to control, and your interpretation of the association of metaphorical ideas, to incite in it, ideas of empathy. Experiences that make us unique, sensations that unite us.

Afiche. Julio 2017

Juan Andrés Maldonado Neira.

ESPACIO I. 2019. Instalación - Sensorial - Interactiva.
Casa Piedra. Calle larga 8-69 y Benigno Malo.
Cuenca - Ecuador

espacios II, lugares armónicos / recuerdos y libertad

Juan Andrés Maldonado Neira

Mi cuerpo, de hecho, está siempre en otra parte, está ligado a todas las otras partes del mundo, y a decir verdad está en otra parte que en el mundo. Porque es a su alrededor donde están dispuestas las cosas, es respecto a él –y respecto a él como con respecto a un soberano– que hay un arriba, un abajo, una derecha, una izquierda, un delante, un atrás, un cercano, un lejano. El cuerpo es el punto cero del mundo, allí donde los caminos y los espacios vienen a cruzarse el cuerpo no está en ninguna parte: en el corazón del mundo es ese pequeño núcleo utópico a partir del cual sueño, hablo, expreso, imagino, percibo las cosas en su lugar y también las niego por el poder indefinido de las utopías que imagino. Mi cuerpo es como la Ciudad del Sol, no tiene un lugar, pero de él salen e irradian todos los lugares posibles, reales o utópicos. (Foucault, *Le corps utopique. Les hétérotopies*, 2009, pp. 17-18)

espacio II, es una propuesta paisajística sonora, creada para guiar un proceso de construcción espacial a partir del autoanálisis, promoviendo una mirada autocrítica de la vida cotidiana, una reflexión y proyección hacia una sociedad más igualitaria. Instalación artística que se concibe como un paisaje fantástico que solo puede ser visualizado mediante la imaginación. Esta experiencia sensorial revaloriza los recuerdos olfativos, visuales y sonoros de cada participante, para crear una experiencia personal y única.

De acuerdo con un guión sonoro, elaborado bajo parámetros emocionales, *Faro*, construye experiencias en un espacio ficticio a partir del recorrido del participante por varios escenarios, entre ellos un faro, -metáfora de vida- que, como una estructura material, almacena y protege los recuerdos, sentimientos y emociones que mold-

ean el carácter y la personalidad, esta práctica sensorial guía al participante, que se sumerge en el recorrido de una historia, donde el protagonista es uno mismo, quien concibe una idea espacial y luego la manifiesta formalmente en un espacio simbólico intangible, que se da a través del *yotopia* del participante, como ser intermediario y promotor de proceso de construcción de nuevos no lugares que dan paso a situaciones y sensaciones que solo se dan en el territorio de los sueños. Narración sonora que se enfoca en la visualización de un espacio efímero e ideal. Lugar interno de auto conocimiento y construcción, que detona desde la acción del Yo, como cuerpo transformador de espacios y eje accionador de conciencia.

El proyecto sensorial, *espacio II*, investiga métodos de condicionamiento participativo, como





*Evento de inauguración.
Juan Andrés Maldonado Neira.
ESPACIO I. 2019. Instalación - sensorial - interactiva.
Casa Piedra. Calle larga 8-69 y Benigno Malo.
Cuenca - Ecuador*

puntos detonantes de emociones y sensaciones, eje focal de un encuentro lúdico de libre interrelación del individuo que ese encuentra en una constante búsqueda de complementación bidireccional entre mente, sociedad y espiritualidad, con el fin de conformar un cuerpo público, organismo donde no “[...] se encuentra el estigma de los sucesos pasados, de él nacen los deseos, los desfallecimientos y los errores; en él se entrelazan y de pronto se expresan, pero también en él se desatan, entran en lucha, se borran unos a otros y continúan su inagotable conflicto.” (Foucault, 2001, p. 1011), sucesos que conllevan ha replantearnos continuamente la postura del individuo como cuerpo político en la sociedad y como este ejerce su poder.

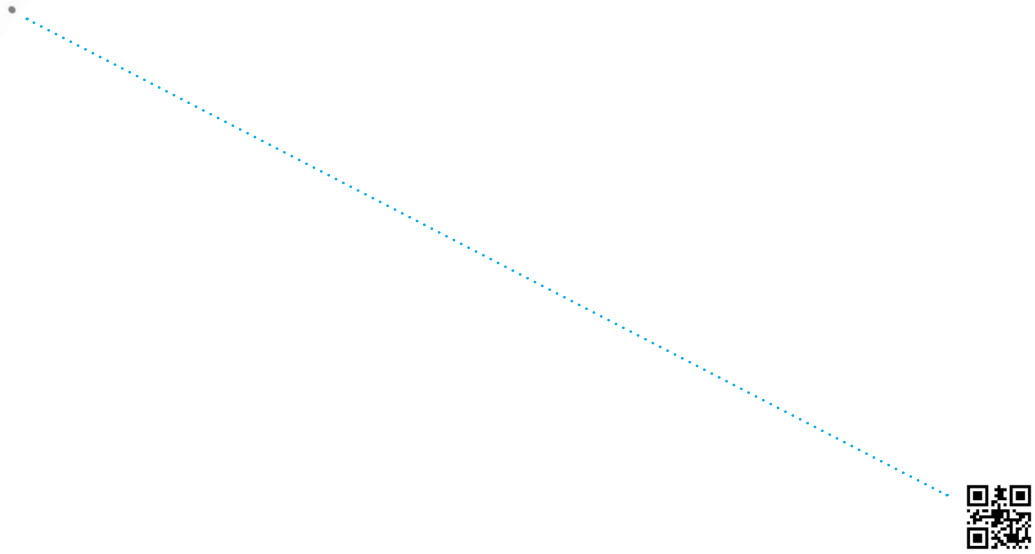
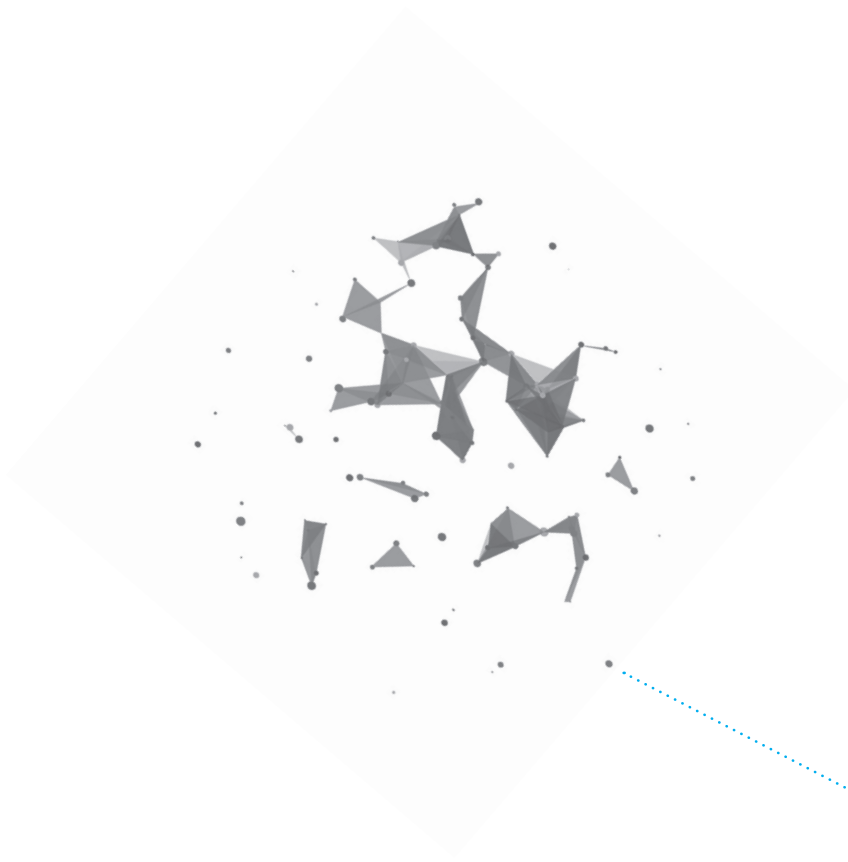
Los sueños, entendidos desde la proyección de nuestro ser en un futuro ideal, son el eje de crecimiento de nuestra sociedad, son el vehículo por el cual el individuo maquina sus necesidades más anheladas y donde las realidades idealizadas son el resultado del proceso de interpretación de nuestros actos pasados, presentes y planes futuros. En los sueños el subconsciente asume desde la parte instintiva y primigenia del ser y los redibuja de forma metafórica para un autoconocimiento. “Sólo cuando el hombre haya alcanzado el conocimiento de todas las cosas [que lo conforman], podrá reconocerse a sí mismo, pues las cosas son únicamente los límites del hombre” (Nietzsche, 2000, pág. 91). Un hombre que no conoce sus límites o sus miedos es un ser que no puede desenvolverse en una sociedad de for-

ma libre y sin prejuicios, ya que “las relaciones de poder operan sobre él una presa inmediata; lo cercan, lo marcan, lo doman, lo someten a suplicio, lo fuerzan a unos trabajos, lo obligan a unas ceremonias, exigen de él unos signos” (Foucault, 1998, p. 32) que el individuo no comparte por el simple hecho de no entenderlas, puesto que “... el sujeto se forma a partir de una serie de procesos y sistemas que no responden a una naturaleza originaria de la subjetividad, sino que obedecen a condiciones históricas, políticas y sociales” (Orellana, 2006, p. 173) nos lleva a la “... contraposición entre el sujeto que ejerce su autonomía en las prácticas de sí mismo y el sujeto completamente colonizado por resortes de poder. En el primer caso, la subjetividad se despliega en un ejercicio de la libertad; en el otro, la subjetividad es una materia dócil que vive la ficción de su libertad” (Orellana, 2006, p. 403).

El mundo necesita personas que ejerzan su libertad y se auto conozcan, es la única forma de crear una espacio armónico.

Bibliografía

- Foucault, M. (1998). Vigilar y castigar. Nacimiento de la prisión. Mexico : Editorial Siglo Veintiuno.
- Foucault, M. (2001). Dits et écrits (Vol. I). Paris: Quarto Gallimard.
- Foucault, M. (2009). Le corps utopique. Les hétérotopies . Paris: Éditions Lignes.
- Nietzsche, F. (2000). Pensamientos sobre los prejuicios morales. Madrid : Biblioteca Nueva.
- Orellana, R. C. (2006). Ética y Libertad: la Pars contruens de la filosofía foucaltiana. En R. c. Orellana, Ética y Libertad: la Pars contruens de la filosofía foucaltiana (pág. 173). Chile: LOM.



Comportamieto social. n-36 / serie digital / espacio II. 2019
Arte generativo. Processing.
Medidas variables.

Representación abstracta del comportamieto social de los humanos dentro de un grupo. /
Ejemplificación de enlaces o lazos sociales/

Social behavior. n-36 / digital series / space II. 2019
Generative art. Processing
Variable measures.

Abstract representation of the social behavior of humans within a group. / Exemplification
of links or social ties /

Se aconseja utilizar un teléfono inteligente con lector de código QR y audífonos.

Si es posible conénctate a una red de WI-Fi

It is advisable to use a smartphone with QR code reader and headphones.

If possible connect to a Wi-Fi network

Juan Andrés Maldonado Neira.
ESPACIO I. 2019. Instalación - sensorial - interactiva.
Casa Piedra. Calle Larga 8-69 y Benigno Malo.
Cuenca - Ecuador



spaces II, harmonic places / memories and freedom

Juan Andrés Maldonado Neira

My body, in fact, is always elsewhere, is linked to all other parts of the world, and to tell the truth it is elsewhere than in the world. Because it is around him where things are arranged, it is with respect to him - and with respect to him as with respect to a sovereign - that there is an up, a down, a right, a left, a front, a back, a near, A distant The body is the zero point of the world, where roads and spaces come to cross the body is nowhere: in the heart of the world is that little utopian core from which I dream, I speak, express, imagine, perceive things in their place and I also deny them because of the indefinite power of the utopias I imagine.

Space II, is a sound landscape proposal, created to guide a process of spatial construction based on self-analysis, promoting a self-critical view of daily life, a reflection and projection towards a more egalitarian society. Artistic installation that is conceived as a fantastic landscape that can only be visualized by imagination. This sensory experience revalue the olfactory, visual and sound memories of each participant, to create a personal and unique experience.

According to a sound script, elaborated under emotional parameters, Faro, builds experiences in a fictional space from the participant's journey through several scenarios, including a lighthouse, -membrane of life- that, as a material structure, stores and protects the memories, feelings and emotions that shape the character and personality, this sensory practice guides the participant, who immerses himself in the path of a story, where the protagonist is oneself, who conceives a spatial idea and then formally manifests it in a Intangible symbolic space, which occurs through the partic-

ipant's yotopia, as an intermediary and promoter of the construction process of new non-places that give way to situations and sensations that only occur in the territory of dreams. Sound narration that focuses on the visualization of an ephemeral and ideal space. Internal place of self-knowledge and construction, which triggers from the action of the Self, as a transforming body of spaces and a driving axis of consciousness.

Invitación ESPACIOS
Juan Andrés Maldonado Neira.
ESPACIOS. 2015. Instalación
Galería José Domingo Lamar
Cuenca - Ecuador

The sensory project, space II, investigates participatory conditioning methods, such as trigger points of emotions and sensations, the focal point of a playful encounter of free interrelation of the individual that he finds in a constant search for two-way complementation between mind, society and spirituality, with the purpose of forming a public body, an organism where "[...] there is



the stigma of past events, from it are born desires, faintness and mistakes; in it they intertwine and suddenly express themselves, but they also unleash themselves, enter into struggle, erase each other and continue their inexhaustible conflict. position of the individual as a political body in society and how it exercises its power.

The dreams, understood from the projection of our being in an ideal future, are the axis of growth of our society, they are the vehicle by which the individual machines his most desired needs and where idealized realities are the result of the process of interpretation of our past, present and future plans. In dreams, the subconscious assumes from the instinctive and primitive part of being and redraws them metaphorically for self-knowledge. "Only when man has reached the knowledge of all things [that comprise it], can he recognize himself, because things are only the limits of man" (Nietzsche, 2000, p. 91). A man who does not know his limits or his fears is a being who cannot function freely and without prejudice in a society, since "power

El Faro

Juan Andrés Maldonado Neira.

ESPACIO I. 2019. Instalación - sensorial - interactiva.

Casa Piedra. Calle Larga 8-69 y Benigno Malo.

Cuenca - Ecuador

relations operate on him an immediate prey; the near, mark it, tame it, subject it to torture, force it to some work, force it to ceremonies, demand signs of it" (Foucault, 1998, p. 32) that the individual does not share for the simple fact of not understanding them, since "... the subject is formed from a series of processes and systems that do not respond to

an original nature of subjectivity, but rather obey historical, political and social conditions" (Orellana, 2006, p. 173) leads us to the "... contrast between the subject who exercises his autonomy in the practices of himself and the subject completely colonized by power springs. In the first case, subjectivity unfolds in an exercise of freedom; in the other, subjectivity is a docile subject that lives the fiction of its freedom" (Orellana, 2006, p. 403).

The world needs people who exercise their freedom and know themselves, it is the only way to create a harmonious space.

Bibliography

Foucault, M. (1998). *Vigilar y castigar. Nacimiento de la prisión*. Mexico : Editorial Siglo Veintiuno.

Foucault, M. (2001). *Dits et écrits (Vol. I)*. Paris: Quarto Gallimard.

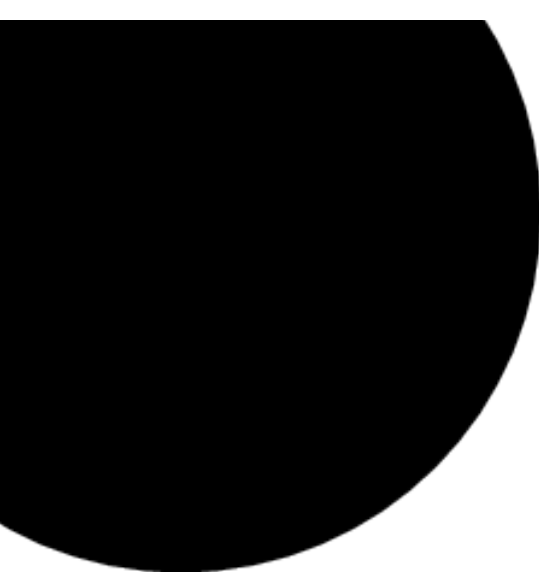
Foucault, M. (2009). *Le corps utopique. Les hétérotopies*. Paris: Éditions Lignes.

Nietzsche, F. (2000). *Pensamientos sobre los prejuicios morales*. Madrid : Biblioteca Nueva.

Orellana, R. C. (2006). *Ética y Libertad: la Pars contruens de la filosofía foucaultiana*. En R. c.

Orellana, *Ética y Libertad: la Pars contruens de la filosofía foucaultiana* (pág. 173). Chile: LOM.





space II, October 2019
Audion transcript, n-3
The lighthouse

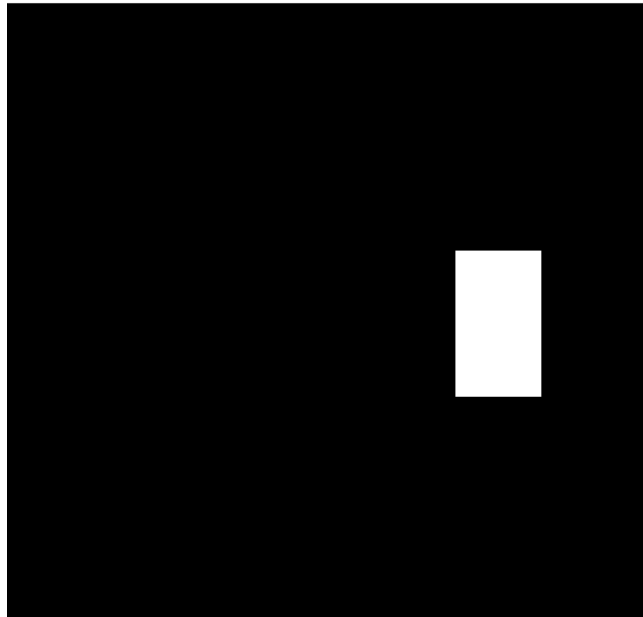


1. Close your eyes.
2. You are in a blank space.
3. You don't hear anything around you.
4. Feel your body.
5. Relax your legs.
6. Feel your arms.
7. Move your hands
8. The Head.
9. Breath deeply.
10. Feel how oxygen enters your body.

11. Concentrate.
 12. You are in a space of calm.
 13. No one can harm you.
 14. Breathe and project yourself in a large space.
Where there is no up or down left or right.
 15. You are floating.
 16. Your body is as light as a feather.
 17. Feel the universe from your navel
 18. Flood your body of oxygen.
 19. Hold your breath
 20. Exhale all the air.
 21. Concentrate
 22. Put all your energy on your forehead.
 23. Concentrate.
 24. Feel your limbs relax.
 25. Feel you head.
 26. Your body no longer exists.
 27. You are only thoughts.
 28. You inhabit a blank space.
 29. It is a space of calm and tranquility.
 30. In front of you there are some stairs.
 31. Walk towards them.
 32. Go up step by step.
 33. There is a white door in front of you.
 34. Concentrate and open the door with your mind.
 35. A strong white light emerges.
 36. Keep going.
 37. Do not be afraid.
 38. Step through the door.
 39. A desert of golden sand stretches at your feet
 40. Take a step and let yourself fall into the sand.
- 
- 

41. Feel the heat of the sand on your feet.
42. The sun shines but does not burn.
43. Its warmth comforts you.
44. Get down and take some sand in your hands.
45. Feel the sand grains slide between your fingers.
46. Each grain is a memory.
47. Sink your hands in the sand and absorb its energy.
48. Get up and look around.
49. Look at that great desert that merges with the blue sky.
50. Feel how all that space fills you with energy.
51. Take a deep breath and focus.
52. Let's start walking through the desert.
53. There is no road
54. Just enjoy

55. Take one step at a time.
56. No hurry.
57. Enjoy the calm.
58. Go down the golden sand dunes.
59. There is a white sand path that changes with the wind.
60. Take the road
61. Follow it.
62. Listen in the distance the sound of the sea.
63. Concentrate and let the sound guide you.
64. May the path of white sand guide you to the sea.
65. Walk faster
66. Run along the white path.
67. The sound of the sea is louder, but you don't see it yet.
68. The smell of salt water floods your body.
69. Concentrate



70. Imagine all that desert covered with water.
71. There is no desert anymore.
72. You are on a small piece of sand surrounded by a calm sea.

73. The sun is shining and the sky is an intense blue color.
74. The water is crystal clear, and you can see the golden sand in the background.
75. You are not alone anymore.
76. There are millions of colorful fish swimming.
77. Concentrate
78. Let's walk on water
79. Let the fish be your support.
80. Observe how a colored path is built by the fish.
81. Do not be afraid.
82. Walk on them
83. Follow the path

84. Feel the water on your feet, it is warm.
85. The colorful path crosses a great wave.
86. Follow it.
87. You are facing a great crystalline wave
88. The sun illuminates it.
89. Watch the fish swim freely in the great wall of water.
90. There are all sizes and species.
91. Take a deep breath and focus.
92. Go through the wall.
93. Go through the great wave
94. Extend your arm, place your hand into the great wave and feel the energy of the sea.
95. Take one more step and go through the wall.
96. The sea cleans you.
97. You are on the other side of the wall and you are naked.

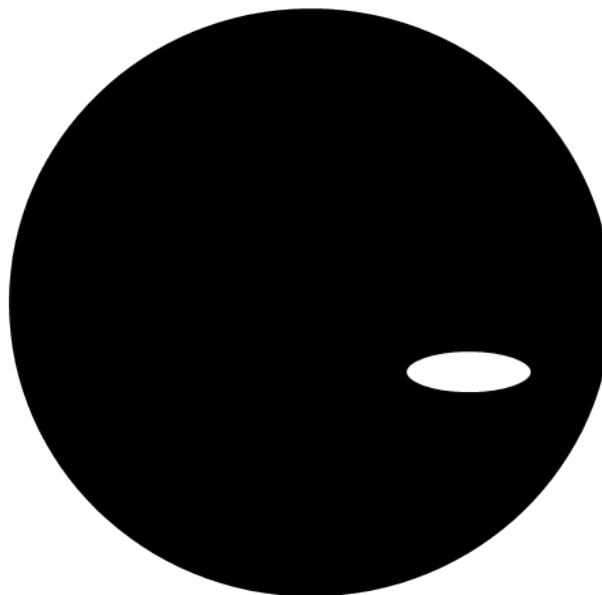
98. Your skin shines like glass.
 99. You are transparent, a being of light.

100. You hear the waves break hard.
 101. In the distance you can see an upright structure in the middle of the sea.
 102. It's a beacon, walk towards it.
 103. Glide over the sea.
 104. Float towards the structure.
 105. Imagine the color of the lighthouse.
 106. You are close, you can see it.
 107. It is giant, almost lost in the sky.
 108. The lighthouse is surrounded by beautiful corals, full of marine life.
 109. Fish jump, inviting you to come closer.
 110. You are in the lighthouse.
 111. Walk around it.
 112. Find a door.
 113. Imagine one.
 114. Concentrate
 115. Gather your energy in your forehead and visualize how it opens.
 116. The door opens.
 117. Inside there is a dim and warm light.
 118. Do not panic.
 119. Enter the lighthouse.
 120. It is your beacon.

121. You are in a circular room.
 122. The sound of the sea is no longer heard, and the sound of the wind leads you to a ladder.
 123. There is a spiral staircase in the middle of

the bedroom.
 124. Approach it and climb slowly.
 125. Let the wind take you away
 126. Enter the new room.
 127. It is a little narrower and the sound of fire calms you.

128. There is a great portrait on the wall, it is your family.
 129. There are hundreds of pictures of when you were little.



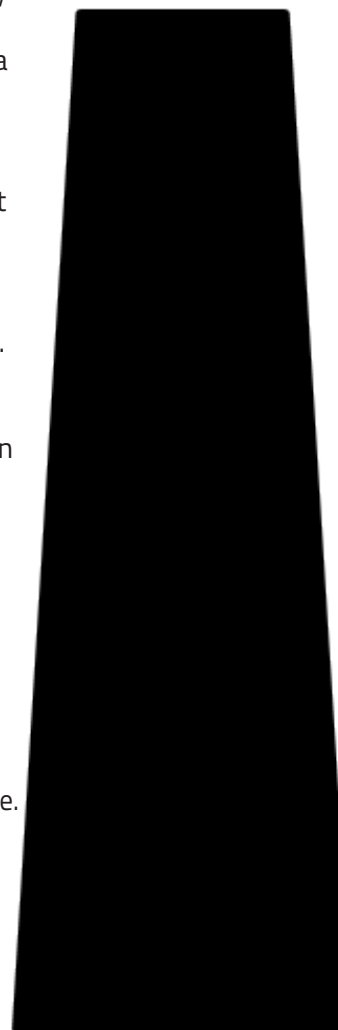
130. Listen to the voices of your parents.
 131. Listen to those happy moments.
 132. There are all your childhood toys.
 133. There is a big banquet full of your favorite foods.
 134. Take a piece of what you like and enjoy it.
 135. The atmosphere is serene and peaceful.
 136. Take the spiral stairs and go up one more floor.
 137. Let the wind take you away.
 138. You are in a smaller room, your favorite music floats in the air.
 139. There is a small table, get close to it.
 140. Look what's on the table, it's an empty portrait holder.
 141. Take it and think about what memory you would like to fill it with.
 142. Look at that little object that is in your hand.
 143. It contains all your life.
 144. Look at all those memories you have.
 145. Joyful, sad, and painful moments.
 146. All those moments have created the person you are.
 147. Be proud of yourself.
 148. Look at your memories and choose the one that makes you truly happy.
 149. A memory that makes you feel alive.
 150. Own that moment and go up one more floor by the spiral stairs.
 151. Let the wind guide you.

152. You are in a small but comfortable room; it is also circular.
 153. Everything is covered with clouds and by a wonderful smell.

154. That smell transports you to that memory that you are longing to live again.
155. Lie on the soft, fluffy floor.
156. What can you do to revive that feeling of happiness that you are longing for?
157. Listen to your heart, what it tells you.
158. Listen to your instinct, what it tells you.
159. Imagine that person you want to be with.
160. What would you say?
161. Listen to their voice.
162. Take the spiral stairs once more and go up, be guided by the wind.

163. You are at the top of the lighthouse.
164. The clouds surround you.
165. You can see from the top of the lighthouse the transparent sea that covers the golden sands.
166. The sea is full of fish of all species, sizes, and colors that shine with the last rays of the sun.
167. The lighthouse light is off, and the night is approaching.
168. Concentrate.
169. Breathe.
170. Take that memory of peace and happiness.
171. Project it onto the light that is off.
172. Turn it on, seize that light.
173. Look how from a dim light a great light grows, strong and warm.
174. Feel that calm that floods you, that satisfies you.
175. Your light is on.
176. Be guided by the light that you created from a feeling.

177. Do not let anyone turn off that light.
178. Approach the edge of the lighthouse and observe, the night has fallen.
179. See how the sea is full of lighthouses to infinity.
180. All different, some off, others very bright.
181. Each of those lighthouses is a person with a past, a present, and a future.
182. Concentrate.
183. Breathe.
184. Think of a person that you think has its light off somewhere in this sea.
185. Focus on a name.
186. Repeat that name in your mind.
187. Repeat the name of this person in your mind.
188. Think of that person.
189. When you leave your lighthouse, contact this person, talk to this person, help her turn on her lighthouse.
190. Help build a world of peace and love.
191. A world of equality and respect.
192. No discrimination.
193. Repeat the name of the person who needs your help.
194. You must jump.
195. You are at the edge of the lighthouse, it looks very tall, but it is time to wake up.
196. Hold on to your memory and the person's name.
197. Approach the edge of the lighthouse, focus.
198. It is time to jump.
199. Take a step forward.
200. And let yourself fall.
201. Feel your body.
202. It's at home.



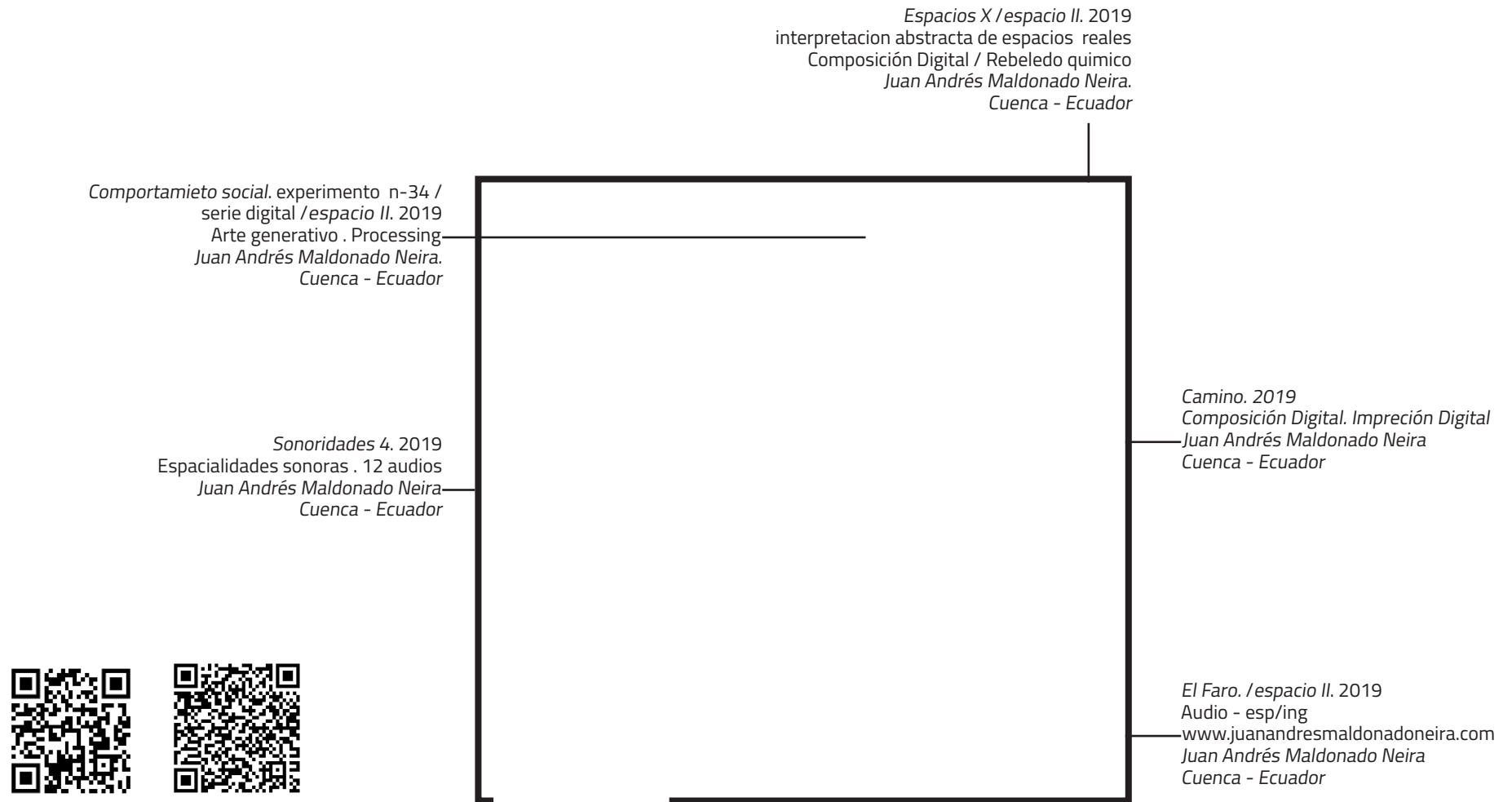
Write your experience.

Draw your experience.

RAP your experience.

espacio II. Mapa

www.juanandresmaldonadoneira.com



espacio II, octubre de 2019
Transcripción de audio, n-3
El faro

1. Cierra tus ojos.
2. Estas en un espacio en blanco.
3. No escuchas nada a tu alrededor.
4. Siente tu cuerpo.
5. Relaja tus piernas.
6. Sienta tus brazos.
7. Mueve las manos.
8. La cabeza.
9. Respira profundamente.
10. Siente como entra el oxígeno a tu cuerpo.
11. Concéntrate.
12. Estas en un espacio de calma.
13. Nadie ni nadie te puede hacer daño.
14. Respira y proyéctate en un gran espacio.
Donde no hay arriba o abajo izquierda o derecha.
15. Estas flotando.
16. Tu cuerpo es ligero como una pluma
17. Siente el universo desde el ombligo
18. Inunda tu cuerpo de oxígeno.
19. Mantén la respiración.
20. Exhala todo el aire.
21. Concéntrate.
22. Coloca toda tu energía en la frente.

23. Concéntrate.
24. Siente como tus extremidades se debilitan.
25. Siente solo tu cabeza
26. Tu cuerpo ya no existe.
27. Eres solo pensamiento.
28. Habitas un espacio en blanco.
29. Es un espacio de calma y sosiego.
30. Frente a ti hay unas escaleras.
31. Camina hacia ellas.
32. Sube paso a paso.
33. Hay unas puertas blancas en tu camino.
34. Concéntrate y abre la puerta solo con tu mente.
35. Una fuerte luz blanca penetra.
36. Sigue adelante.
37. No tengas miedo.
38. Cruza la puerta.
39. Un desierto de arenas doradas se extiende
a tus pies
40. Da un paso y déjate caer entre la arena.
41. Sienta en tus pies el calor de la arena.
42. El sol brilla, pero no quema.
43. Su calor te reconforta.
44. Agáchate y toma un poco de arena entre
tus manos.
45. Siente como se deslizan los granos de are
na entre tus dedos.
46. Cada grano es un recuerdo.
47. Hunde las manos en las arenas y absorbe
su energía.

48. Levántate y mira a tu alrededor.
49. Observa ese gran desierto que se funde
con el azul del cielo.
50. Siente como todo es e espacio te llena de
energía.
51. Respira profundamente y concéntrate.
52. Empecemos a caminar por el desierto.
53. No hay camino
54. Solo disfruta.



55. Da un paso a la vez.
56. No hay prisa.
57. Disfruta de la calma.
58. Baja las dunas de arena dorado.
59. Hay un sendero de arena blanca que cambia con el viento.
60. Toma el camino.
61. Síguelo.
62. Escucha a lo lejos el sonido del mar.
63. Concéntrate y guíate por el sonido.
64. Que el camino de arena blanca te guíe hasta el mar.
65. Camina mas rápido.
66. Corre por el sendero blanco.
67. El sonido del mar es mas fuerte, pero aun no lo vez.
68. El olor salino inunda tu cuerpo.
69. Concéntrate
70. Imagina todo ese desierto cubierto de agua.
71. Ya no hay desierto.
72. Estas en una pequeña porción de arena rodeado de un mar en calma.
73. El sol brilla y el cielo es de un color azul intenso.
74. El agua es cristalina y puedes ver en el fondo la arena dorada.
75. Ya no estas solo.
76. Hay millones de peses de colores nadando.
77. Concéntrate.
78. Caminemos sobre el agua
79. Deja que los peces sean tu apoyo.
80. Observa como se forma un sendero de colores construido por los lomos tor nasoles de los peces.
81. No tengas miedo.
82. Camina sobre ellos
83. Sigue el sendero
84. Siente el agua en tus pies, es cálida.
85. El sendero tornasol atraviesa una gran ola.
86. Síguelo.
87. Estas frente a una gran ola cristalina
88. El sol la ilumina
89. Mira como los peces nadan libremente en el gran muro de agua.
90. Hay de todos los tamaños y especies.
91. Respira profundamente y concéntrate.
92. Atraviesa el muro.
93. Atraviesa la gran ola
94. Extiende tu brazo, introduce tu mano en la gran ola y siente la energía del mar.
95. Da un paso mas y atraviesa el muro.
96. El mar te limpia.
97. Estas al otro lado del muro y estas desnudo.
98. Tu piel brilla como el cristal.
99. Eres transparente, un ser de luz.

- 100. Escuchas romper las olas con fuerza.
- 101. A lo lejos puedes ver una estructura erguida en la mitad del mar.
- 102. Es un faro, camina hacia el.
- 103. Deslízate sobre el mar.
- 104. Flota hacia la estructura.
- 105. Imagina el color del faro.
- 106. Estas cerca, lo puedes ver.
- 107. Es gigante, casi se pierde en el cielo.
- 108. El faro esta rodeado de corales de fuertes corales, repleto de vida marina.
- 109. Los peces saltan, te invitan ha acercarte.
- 110. Estas en el faro.
- 111. Camina alrededor de este.
- 112. Busca una puerta.
- 113. Imagina una.
- 114. Concéntrate.
- 115. Reúne tu energía en la frente y visualiza como esta se abre.
- 116. La puerta se abre.
- 117. Dentro hay un luz tenue y cálida.
- 118. No te asustes.
- 119. Entra en el faro.
- 120. Es tu faro.
- 121. Estas en una habitación circular.
- 122. El sonido del mar ya no se escucha y el sonido del viento te conduce a una escalera.

- 123. Hay una escalera de caracol en medio de la recamara.
- 124. Acércate a ella y sube lentamente.
- 125. Déjate llevar por el viento.
- 126. Entra en la nueva habitación.
- 127. Es un poco mas estrecha y el sonido del fuego te arrulla.

- 128. Hay un gran retrato en la pared, es tu familia.
- 129. Hay un centenera de fotos de cuando eras pequeño.
- 130. Escucha la voz de tus padres.
- 131. Escucha esos momentos de felicidad.
- 132. Están todos tus juguetes de la infancia.
- 133. Hay un gran banquete repleto de tu comida favorita.
- 134. Toma un pedazo de lo que mas te guste y disfrútalo.
- 135. El ambiente es sereno y cándido.
- 136. Toma las escaleras de caracol y sube un piso mas.
- 137. Deja que el viento te lleve.
- 138. Estas en una habitación mas pequeña, tu música favorita flota en el ambiente.
- 139. Hay una mesa pequeña, acércate.
- 140. Mira lo que hay sobre la mesa, es un porta retratos vacío.
- 141. Tómallo y piensa con que recuerdo te gustaría llenarlo.
- 142. Mira ese pequeño objeto que esta en tu mano.
- 143. Este contiene toda tu vida.
- 144. Observa todos esos recuerdos que almacenas.
- 145. Momentos alegres, tristes y dolorosos.
- 146. Todos esos momentos han forjado la persona que eres.
- 147. Siéntete orgulloso de ti.

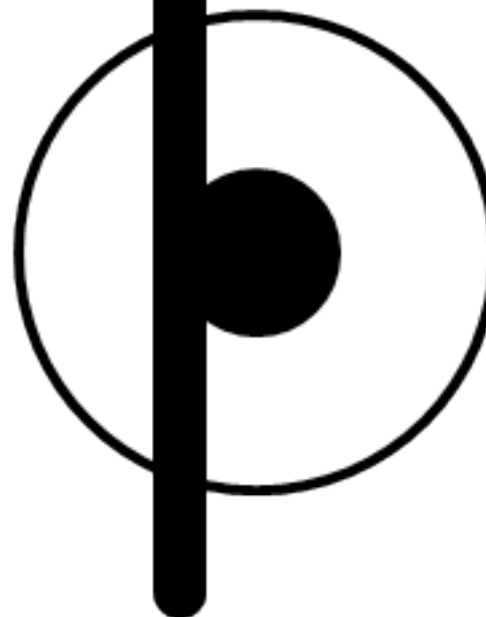


148. Observa tus recuerdos y escoge uno que te haga verdaderamente feliz.
149. Un recuerdo que te haga sentir vivo.
150. Aprópíate de ese momento y sube un piso mas por las escaleras de caracol.
151. Deja que el viento te guíe.
152. Estas en una habitación pequeña pero cómoda, también es circular.
153. Todo esta cubierto de nubes y por ese olor que tanto te agrada.
154. Ese olor te transporta a ese recuerdo que tanto anhelas volver a vivir.
155. Recuéstate sobre el suelo blando y esponjoso.
156. Que puedes hacer para revivir esa sensación de felicidad que tanto anhelas.
157. Escucha tu corazón, que te dice.
158. Escucha ha tu instinto, que te dice.
159. Imagina a esa persona que quieres que te acompañe.
160. Que le dirías.
161. Escucha su voz.
162. Toma una vez mas las escaleras de caracol y sube, guíate por el viento.
163. Estas en lo mas alto del faro.
164. Las nubes te rodean.
165. Puedes ver desde lo alto del faro el mar transparente que cubre las arenas doradas.

166. El mar esta repleto de peces de todas las especies, tamaños y colores que brillan con los últimos rалlos del sol.
167. La luz del faro esta apagada y la noche se acerca.

168. Concéntrate.
169. Respira.
170. Toma ese recuerdo de paz y felicidad.
171. Proyéctalo sobre la bombilla del faro que esta pagada.
172. Enciéndela, apodérate de esa luz.
173. Mira como de una luz tenue crece una gran luz, fuerte y cálida.
174. Siente esa calma que te inunda, que te sat isface.
175. Tu faro esta encendido.
176. Guíate por luz que creaste de un sentimiento.
177. No dejes que nadie apegue esa luz y tu no apagues las del resto.
178. Acércate al borde del faro y observa, la noche ha caído.
179. Mira como el mar esta repleto de faros hasta el infinito.
180. Todos diferentes, unos apagados, otros muy brillantes.
181. Cada uno de esos faros es una persona con un pasado un presente y un futuro.
182. Concéntrate.
183. Respira.
184. Piensa en una persona que pienses que tiene en algún lugar de este mar su faro apagado.
185. Concéntrate en un nombre.
186. Repite ese nombre en tu mente.

- 187. Repite el nombre de esta persona en tu mente.
- 188. Piensa en esa persona.
- 189. Cuando salgas de tu faro contacta con esta persona, habla con esta persona, ayúdala a encender su faro.
- 190. Ayuda a construir un mundo de paz y amor.
- 191. Un mundo de igualdad y respeto.
- 192. Sin diferencias.
- 193. Repite el nombre de la persona que necesita de tu ayuda.
- 194. Tienes que saltar.
- 195. Estas en el borde del faro, se ve muy alto, pero es momento de despertar.
- 196. Aférrate a tu recuerdo y al nombre de la persona.
- 197. Acércate al borde del faro, concéntrate.
- 198. Es momento de saltar.
- 199. Da un paso al frente.
- 200. Y déjate caer.
- 201. Siente tu cuerpo.
- 202. Esta en casa.



What do **yo** see?

