

## ONIRODINÁMICA

Esta técnica de autoconocimiento estudia el aspecto onírico de la realidad, y el importante papel que juega en nuestro devenir personal. Su creador es el actor **Sergio Villoldo** (a la derecha).



### –¿Qué es la Oniroduinámica?

–La Oniroduinámica es una vía completa en sí misma que estudia el aspecto onírico de la realidad. Se entiende por aspecto onírico el carácter de cambio constante de aquello a lo que llamamos realidad. Aunque vivimos bajo una apariencia de continuidad, esta continuidad no es más que una ilusión creada por la repetición constante de nuestro pensamiento (diálogo interno) a través del contenido que albergamos en nuestro inconsciente (historia personal). La historia personal es la información que hemos ido acumulando con el paso de los años, formada por multitud de conclusiones emocionales y la herencia de patrones de comportamiento transmitidos por nuestros semejantes. Este compendio de información actúa como un conjunto de agregados, generando la aparición de una entidad parlante, la cual se nutre de dicha información por medio de la repetición constante, dando así la sensación de continuidad y, por lo tanto, de existencia. Esta entidad parlante es aquello a lo que llamamos “ego”, y es a través de ella que construimos el mundo que hemos aprendido a percibir.

### –¿Para qué sirve soñar?

–El uso consciente de los sueños abre infinitas posibilidades de expansión de la conciencia si se aplica correctamente. De modo que a medida que vamos deshaciéndonos de los límites de nuestro aprendizaje humano, iremos ampliando nuestra capacidad de percibir. Llegado el momento, cuando el practicante haya experimentado lo suficiente, descubrirá que el mundo

o la realidad puede ser experimentado de infinitas formas. Será entonces el momento de descubrir su verdadera identidad y potencial.

### REALIDAD SOÑADA

#### –¿Estamos viviendo un sueño? ¿Somos nosotros mismos un sueño?

–Digamos más bien que somos como un sueño que es real. Esto a nuestro usual modo de entender es una contradicción. Hemos de tener especial cuidado al exponer un tema tan delicado como este, pues en nuestra cultura occidental atribuimos al mundo de los sueños, o bien una fantasía por completo inmadura, o bien un cometido no superior que el de “basurero” o mero refugio donde descargar los estímulos más mundanos e inconfesables del día a día. Es cierto que en una capa muy superficial el mundo de los sueños cumple una labor de descarga del inconsciente, pero eso es solo en la superficie. Obviamente, si entendemos que somos un sueño desde una perspectiva tan pobre, nos condenaremos a una existencia en exceso intelectualizada y exenta de valor... y esto no es así. De modo que sí que estamos viviendo un sueño no lúcido que se repite constantemente, de ahí que tanta gente al mirar atrás se dé cuenta de que su vida han sido una repetición constante de los mismos ciclos y patrones con distinto disfraz... También somos un sueño... ¿Pero el sueño de qué o de quién? Si somos un sueño, por fuerza debe existir un potencial mayor que el de nuestro personaje humano, potencial que

no solo nos sueña a nosotros como individuos, sino que también sueña al Universo entero en su infinita complejidad.

#### –Usted habla de memoria emocional residente en el cuerpo que nos ayuda a vivir un estado de claridad total y absoluta...

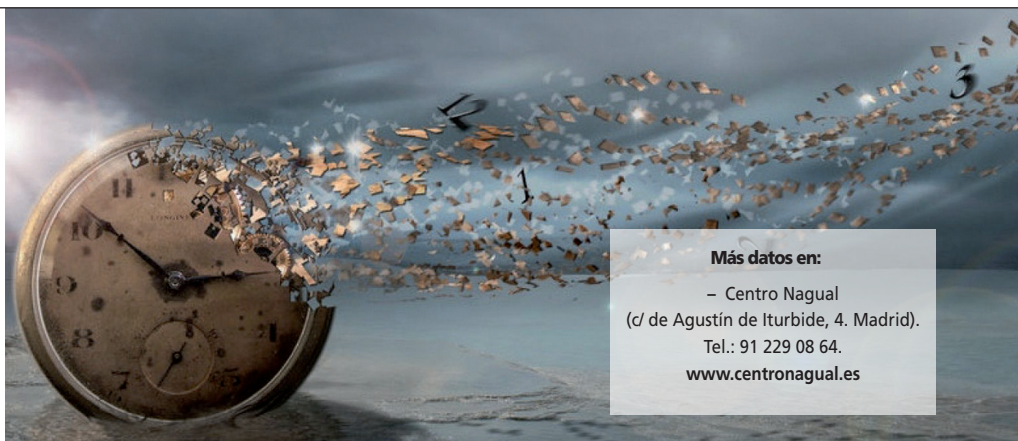
–La integración de lo que conocemos como mente inconsciente con la mente consciente es lo que nos aporta claridad total y absoluta, para ello debemos “bucear” en nuestro inconsciente y “actualizar” por distintos medios la información que encontremos. La des-identificación con el cuerpo, el pensamiento, las emociones y los sentidos nos llevará a descubrir la esencia del estar consciente de ser. Es ahí, y solo ahí, donde encontraremos paz y sabiduría, no existe otro “lugar” en el que podamos hallar semejante estado.

#### –Entonces ¿los sueños nos muestran nuestro verdadero “yo”, nuestro camino de evolución personal?

–Definitivamente, sí. Los sueños pueden llegar a ser una verdadera vía de evolución, de reencuentro con uno mismo, con nuestra esencia. Para esto hay que ir más allá de los aspectos fenomenológicos y comprender que si bien pueden ser una forma de descubrir nuestros nudos y traumas, los sueños también pueden ayudarnos a solucionarlos. Los sueños son una puerta a otros reinos de la conciencia, de la creatividad y de la experiencia de ser. Cuando una persona se descubre a sí misma durmiendo, observará que es, además de un cuerpo, una esencia que atestigua, y esto es el principio de un gran descubrimiento.



INGIMAGE



#### Más datos en:

– Centro Nagual  
(c/ de Agustín de Iturbide, 4. Madrid).  
Tel.: 91 229 08 64.  
[www.centronagual.es](http://www.centronagual.es)