

# AMOR & REVOLUCIÓN

## Capítulo 10 Encuentros de la Tribu, Recomendaciones

*Veo a megalóman@s tecnócratas ingresando los nombres de la raza humana, uno por uno, en el registro de una IA militarizada y centralizada a nivel mundial.*

*L@s escucho bromejar sobre el genocidio.*

*L@s escucho jactarse de que en sus Ciudades Inteligentes lo que quede de vida humana será tan intrincadamente, biométricamente controlable, que seremos como personajes dentro de un videojuego que poseen y al que juegan.*

*Sí, ¡es surrealista! ¿Son estos nuestros líderes?*

*¿Tod@s l@s villan@s ridícul@s de las películas de James Bond han saltado de la pantalla de cine, y se han subido a un tren a Davos?*

*No, ¡son tan reales como Mao, Pol Pot, Hitler e Idi Amin!*

*Sin embargo, siento que estamos en una época de Surgimiento Colectivo en la que se ha levantado el telón del Mago de Oz, y las autoridades gubernamentales y corporativas han quedado al descubierto - no sólo como un grupo de delincuentes infantiles, egocéntric@s y presuntuos@s, sino como tecnócratas, transhumanistas, fundamentalistas, fanátic@s, que nos ven como personas que necesitan ser salvadas, y se consideran a sí mism@s nuestr@s salvador@s y que creen que sus planes son tan universales, tan meritórios y tan grandiosos que no necesitan mostrar ninguna restricción moral.*

*Ladrillo a ladrillo, los edificios antaño-majestuosos de las grandes instituciones - palacios y parlamentos, juzgados y universidades - se derrumban dentro de nuestras mentes.*

*Sin fe en estas autoridades externas,*

*cuestionamos nuestros valores y nuestros estilos de vida.*

*Vemos que hemos sido condicionad@s a tomar decisiones que sirven a un sistema despiadado -*

*no a nosotr@s mism@s, ni a quienes nos rodean...*

*y abrimos nuestras vidas y corazones a nuevas posibilidades.*

### SI NO ES AHORA, ¿CUÁNDO? VALE, ¿PERO CÓMO?

Supongamos que has estado practicando las Relaciones Conscientes con algun@s amig@s cercan@s, y que ell@s también han estado practicando con familiares y amig@s. Y supongamos que tod@s estáis entusiasmad@s con la Visión de las Tribus Conscientes - y queréis formar una... ¿Qué hacer? ¿Reuniros? ¿Qué hacer cuando os reunís? ¿Por qué

reuniros? ¿Con qué objetivos? ¿Qué pasa con l@s niñ@s? ¿Tod@s deben asumir algún tipo de compromiso? ¿Qué otras consideraciones podría haber?

En este capítulo quiero hacer algunas recomendaciones que espero que sean de apoyo... ¡Y son recomendaciones - no instrucciones! Las ofrezco como puntos de partida, con la idea de que gradualmente, con el tiempo, cada Tribu Consciente pueda ajustarlas, como crea conveniente. Consideradlas un recurso que podéis utilizar para ayudarlos a comenzar - y luego adaptar y desarrollar. Tienen el propósito de ayudar a las nuevas Tribus a encontrar su unidad y dirección.

¿**Cómo** adaptar y desarrollar estas recomendaciones? Volveré a esta pregunta en la sección sobre “La Forma Flexible” al final del capítulo.

Entonces, en primer lugar, ¿deberíamos tener reuniones? ¿Reuniones regulares? Bueno, ¡ya sabes lo que voy a decir! ¡Sí, por supuesto! ¿Por qué?

- Para conectarnos entre nosotr@s, conocernos, y fortalecer nuestro sentido de unidad como Tribu, ¡y celebrar junt@s!
- Para abrirnos profundamente un@s a otr@s, y comprometernos entre nosotr@s.
- Para practicar la Honestidad Radical y las Relaciones Conscientes (en parejas y como Tribu), y recorrer junt@s el Camino del Aprendizaje Compartido.
- Para nutrir el campo energético de la Tribu, y ser nutrid@s por él.
- Para solicitar y recibir apoyo práctico para ser menos dependientes de la cultura dominante.
- Para desarrollar proyectos, colaboraciones y planes para poder vivir en una alineación más profunda con nuestros valores, y contribuir a la co-creación de Culturas Comunitarias Locales Conscientes.
- Al servicio de las generaciones venideras.
- Para avanzar hacia vidas plenamente alineadas - existencial, emocional y físicamente
- Como servicio u ofrenda al Gran Misterio En Sí

Y aquí hay algunas recomendaciones para esas reuniones

## ALGUNAS RECOMENDACIONES

\* Frecuencia Recomendada de Reuniones: semanal (si son quincenales y te pierdes una, ¡no te reúnes con la Tribu durante un mes!)

\* Compromiso Recomendado con la Asistencia a las Reuniones: idealmente, ¡cien por cien! Esta es mi recomendación porque siento que si la gente solo viene cuando “se siente bien”, eso debilita la unidad de la Tribu – existencial y emocionalmente, y también en términos de los proyectos creativos de la Tribu. Mientras que si tod@s se comprometen a venir todas las semanas (incluso si “se sienten agotad@s” o un poco baj@s) - entonces fortalecen a la Tribu - y la Tribu l@s fortalece a ell@s.

\* Tamaño de Tribu Consciente Recomendado: 10 a 30 adultos, más l@s niñ@s. Siento que este tamaño pequeño de Tribu es crucial, porque entonces realmente nos podemos conocer - y la vulnerabilidad y la intimidad, en términos generales, son mucho más fáciles con caras familiares, donde la confianza ya ha crecido. Este tamaño también significa que hay tiempo para que tod@s sean escuchad@s cuando la Tribu "se sienta en círculo". Al mismo tiempo, la

presencia de alrededor de 20 adultos puede generar suficiente energía para realizar tareas prácticas bastante grandes junt@s, y para que haya un espectro de opiniones, debate y creatividad.

\* Compromiso Recomendado con la Tribu Consciente: inicialmente, tres meses. Esto tiene como objetivo apoyar la cohesión de la Tribu - especialmente durante los momentos difíciles (¡porque tod@s prometieron no irse cuando hayan sentimientos difíciles!). Al final de los tres meses, o el período de tiempo acordado, los compromisos se pueden renovar. La gente puede irse, puede entrar gente nueva...

\* Recomendaciones para Formar y Re-formar la Tribu:

- cuando decidís por primera vez convertiros en una Tribu, co-cread una Ceremonia de Compromiso (consulta el capítulo “Formando una Tribu Consciente”)
- al final del período de tiempo acordado entre tod@s, si alguien se fue, o alguien se unió – co-cread otra Ceremonia de Compromiso, utilizando La Forma Flexible (consulta a continuación)

\* Estructura Recomendada para las Reuniones de la Tribu Consciente:

1. Apertura: si la gente ha estado atrapada en el tráfico, por ejemplo, o ha venido directamente de la oficina, o tuvo que apurarse para llegar, o ha sido afectada de alguna otra manera por la Cultura del Estrés - es posible que deseéis crear una forma de abrir la reunión que incluya, por ejemplo, bailar junt@s, o hacer yoga, o Tai Chi... algo para relajar a tod@s, y ayudar a centrarlos. (Ver “Forma Flexible” al final de este capítulo.) (30min, aprox.)
2. La Práctica de Relaciones Conscientes como Tribu (como “Expresión” al principio, quizás, pero luego cada vez con más frecuencia como “Conversación” (entre 1 y 2 horas, dependiendo, en parte, del tamaño de la Tribu).
3. Cierre: La Apertura y la Práctica de Relaciones Conscientes concluyen la parte “formal” de la reunión. Y aunque la Práctica de Relaciones Conscientes cierra con expresiones de agradecimiento, recomendaría algo un poco más elaborado para cerrar la parte formal de la reunión. Quizás tod@s dais y recibís un abrazo. Quizás cantáis junt@s. Infinitas posibilidades... (Ver “Forma Flexible” al final de este capítulo.) (15min, aprox.)
4. ¡La Fiesta! ¿Comer junt@s? ¿Baile? Conexión personal, fuera del círculo. (¡Sin límite de tiempo!)

\* Recomendaciones para la Fiesta:

Obviamente, depende de cada Tribu decidir cómo quiere celebrar. Los comentarios que quiero hacer aquí se basan en la observación de que podemos pasar fácil y rápidamente de una profunda unidad a la forma-de-ser superficial y fragmentada de las fiestas modernas. Así que más que recomendaciones, aquí hay dos sugerencias que pueden ayudar a mantener la presencia y la intimidad que acabamos de experimentar en la parte formal de la reunión:

1. Sentaos a comer tod@s junt@s - y haced de “comer junt@s” una forma de reconoceros y celebrarlos como Tribu.
2. Bailad **junt@s** (no solo individualmente o en parejas). Las danzas folklóricas tradicionales se bailaban junt@s, en comunidad - y siento que la ruptura de la comunidad se refleja en el individualismo/emparejamiento del baile social moderno. Incluso podríais usar la herramienta de Forma Flexible (abajo) para co-crear vuestras propias danzas...

\* Recomendaciones para la Facilitación de las Reuniones:

1. Tened un@ facilitador@ cada vez, y tomad turnos para facilitar.

2. El papel del/de la facilitador@ incluye:

(a) Sostener la Apertura. (Si la Apertura va a incluir bailar los Cinco Ritmos, por ejemplo, el/la facilitador@ no necesariamente tiene que facilitar el baile - pero debe asegurarse de que el sistema de música esté listo, que la gente respete el espacio una vez que el baile haya comenzado, etc.)

(b) Recordar a la Tribu los tiempos acordados. (Incluyendo cuándo comienza y termina cada parte de la Práctica de Relaciones Conscientes).

(c) Asegurarse de que la Tribu haya hecho los acuerdos necesarios antes de comenzar la Práctica de Relaciones Consciente (quiénes serán los compañer@s de práctica, si Expresión o Conversación, cuánto durará la tercera parte).

(d) (Si es lo que la Tribu desea): ofrecer algunos recordatorios durante la Práctica de Relaciones Conscientes sobre los diferentes patrones de respiración, y los diferentes focos de atención, durante las diferentes partes de la práctica.

(e) Si lo siente necesario: recordar gentilmente a la gente que hable desde la Honestidad Radical y en Conexión Emocional durante la tercera parte de La Práctica de Relaciones Conscientes (ya sea que se practique como Expresión o Conversación) - y hacer cualquier otra intervención durante la reunión que sienta necesaria para apoyar un campo energético de presencia y Amor.

(f) Sostener el Cierre.

\* Recomendaciones con ResPECTO a l@s Niñ@s:

1. Mi sugerencia es incluir a tod@s l@s niñ@s, incluso a l@s más pequeñ@s, al menos por un minuto o dos, durante la Apertura de la Reunión, y el Cierre (de la parte formal de la Reunión) - para que **la Tribu Consciente entera** pueda verse y sentirse a sí misma.

2. También sugeriría dejar que l@s niñ@s y adolescentes participen en toda la "parte formal del Encuentro"- si ell@s quieren, y si sentís que pueden.

3. Tened un espacio separado listo para l@s bebés, peques y niñ@s.

4. Turnaos (al menos dos personas) para ser responsables del espacio de l@s niñ@s.

\* Recomendación Geográfica (¿A quién invitar?):

1. Lo ideal es que tod@s los miembros de la Tribu vivan en la zona.

2. Si esto no es posible de inmediato, tened en cuenta la posibilidad de que a medida que las Tribus Conscientes se vuelvan más populares, vuestra Tribu Consciente podría subdividirse en Tribus de personas que viven más cerca unas de otras.

\* Recomendaciones para Conocerse Mejor:

1. Además de reuniros en las Reuniones Regulares de la Tribu Conscientes, considerad la posibilidad de reuniros como Tribu durante un día entero algunas veces - especialmente al principio, cuando las personas recién están comenzando a "tener la sensación" de ser una Tribu y algunas personas aún pueden no conocerse muy bien. Intentad reuniros así una vez cada dos o tres meses.

2. Sobre todo al principio, sugiero que hagáis un esfuerzo especial para conectar con gente de la Tribu **entre** las Reuniones. Hablad por teléfono, reuníos. Especialmente con gente que sea nueva para ti.

3. Quizás queráis crear un grupo de Chat en Las Redes Sociales para la Tribu. Recordad que esto **no es, no es, y no es** un sustituto de reunirse cara a cara.

4. Por último: si por alguna razón, a pesar de tu compromiso, no vas a poder asistir a una

Reunión - escribe o graba un mensaje, y pide que se comparta en la Reunión. Esto nos ayuda a mantenernos conectad@s.

## LA FORMA FLEXIBLE - CO-CREANDO NUESTRAS PROPIAS TRADICIONES

Si cada persona llega a la Tribu Consciente con su propio camino existencial y sus propias prácticas, entonces, ¿cómo decidimos, en la práctica, cómo inauguramos y cerramos nuestras reuniones o, por ejemplo, diseñamos un ritual para honrar el nacimiento de un niño, o la muerte de alguien de la Tribu, o una celebración para honrar un Solsticio o un Equinoccio? Si diferentes personas tienen diferentes ideas sobre cómo se hacen las cosas - ¿cómo mantenemos nuestra unidad?

Usando lo que me gusta llamar La Forma Flexible. La Forma Flexible es una técnica, un método, que podemos usar para mantener nuestra unidad. Por ejemplo: una Tribu Consciente quiere reunirse para celebrar el Solsticio de Verano... (Y, por cierto, si queremos co-crear comunidades que estén integradas en el mundo natural, recomendaría enfáticamente celebrar la rueda de las estaciones.) Entonces... en esta Tribu Consciente en particular hay gente influenciada por la Tradición Celta, gente influenciada por el Budismo, y gente cuya espiritualidad fue forjada en las Raves, con MDMA, en la pista de baile. ¿Cómo celebramos entonces el Solsticio?

Nos sentamos junt@s y acordamos una estructura que incluya a tod@s. Incluimos, tal vez, un ritual Celta basado en la naturaleza, meditación silenciosa Budista, canciones, baile y MDMA para quien quiera...

Ahora tenemos una forma, una estructura, para nuestra celebración - nuestra propia forma co-creada. Y la probamos. Y luego, algún tiempo antes del próximo Solsticio de Verano - nos reunimos de nuevo, y hablamos sobre lo que sentimos que funcionó, y lo que sentimos que necesita ajustes - y agregamos y sustraemos a la forma que creamos.

De esta manera, año tras año, ¡comenzamos a establecer nuestra propia Tradición! Una Tradición que tiene las resonancias históricas, y lleva las energías acumuladas y el poder de la Forma repetida - y también la libertad y la frescura de la Flexibilidad. Nuestra Tradición tiene una forma clara, al igual que los rituales y celebraciones de la pre-modernidad, y sin embargo, de una manera muy moderna, no estamos subordinad@s a la Tradición. No hacemos las cosas "porque así se hacen". Honramos humildemente todo lo que ha sucedido antes, pero no lo seguimos ciegamente. Hacemos todo lo posible para asegurar que la Tradición siga viva, y siga sirviendo a la comunidad. Re-modelamos y re-estructuramos **nuestra** Tradición, reverencialmente, junt@s.

La Forma Flexible se puede utilizar, exactamente de la misma manera, para estructurar y desarrollar formas de abrir y cerrar las Reuniones de la Tribu. Una Tribu podría co-crear una Apertura o Cierre de la Reunión y revisarla y ajustarla cada dos o tres meses, por ejemplo. Y en términos más amplios, concibiendo las culturas conscientes que buscamos co-crear, podemos usar La Forma Flexible para desarrollar nuestras propias tradiciones: Ritos de Paso a la edad adulta para nuestr@s hij@s, por ejemplo. Tradiciones alineadas con **nuestra propia** perspectiva.

Según tengo entendido - durante los últimos siglos, con el avance de la modernidad, las autoridades espirituales dogmáticas han sido cada vez más rechazadas y, por lo tanto, las

tradiciones religiosas han sido abandonadas. Y con la urbanización cada-vez-mayor, las tradiciones comunitarias "folklóricas" extremadamente antiguas que honraban el paso de las estaciones han llegado a sentirse irrelevantes, y también han sido abandonadas. Pero siento apasionadamente que necesitamos Tradiciones. Creo que la comunidad se teje en el telar de las Tradiciones. Pero la forma debe ser Flexible; de lo contrario, ¡terminaremos nuevamente en el dogmatismo jerárquico de la pre-modernidad!

(Hay más información sobre lo que hemos perdido al rechazar lo pre-moderno en el capítulo “El Vuelo Sagrado, El Sentimiento de Tribu: La Unión de lo Pre-moderno, lo Moderno y lo Post-moderno”).

\*

*Para descargar una muestra gratuita (capítulos 1-4)  
de “Amor & Revolución”,  
o solicitar el libro completo como ebook gratuito,  
o comprar una copia en rústica,  
visita  
[www.tribusconscientes.com](http://www.tribusconscientes.com)*

\*