

ARMONÍA HOLÍSTICA

Edición No. 9 - Enero de 2026

MEDICINAS ANCESTRALES

Cosmovisión de Noviembre
La Medicina Como Energía de
la Tierra

María Sabina y el Poder de los
Hongos Sagrados

Comunidades Que Conservan
la Medicina Tradicional

Bienestar Integral
Plantas Que Sanan el Alma y el
Cuerpo

Herramientas Holísticas
Prácticas de Sanación
Ancestral

La Medicina Ancestral Como
Legado Vivo

REVISTA ARMONÍA HOLÍSTICA
Centro Internacional de Estudios Holísticos A.C
CIEH A.C 2026

Índice

01

Editorial: El Regreso a las Raíces

Las medicinas ancestrales nos invitan a reconectar con la tierra y con la memoria colectiva.

02

Cosmovisión del Mes: La Medicina Como Energía de la Tierra

Las culturas ancestrales entendían la sanación como un acto espiritual y energético.

03

¿Quién es?: María Sabina y el Poder de los Hongos Sagrados

Homenaje a la sabia mazateca que llevó la medicina de los hongos al reconocimiento mundial.

04

Proyectos Inspiradores: Comunidades Que Conservan la Medicina Tradicional

Pueblos y colectivos que mantienen vivas las prácticas ancestrales.

05

Bienestar Integral: Plantas Que Sanan el Alma y el Cuerpo

El poder de las plantas como aliadas en la salud física y emocional.

06

Herramientas Holísticas: Prácticas de Sanación Ancestral

Técnicas y rituales que pueden integrarse en la vida diaria.

07

Terapias Holísticas en Profundidad: El Poder de los Rituales

Cómo los rituales ancestrales influyen en el bienestar emocional y energético.

08

Ciencia y Holismo: Estudios Sobre la Medicina Tradicional

Investigaciones sobre la relación entre las medicinas ancestrales y la salud moderna.

09

Medicinas Ancestrales del Mundo: México, China e India

Sección especial dedicada a las tradiciones médicas más influyentes.

10

Arte y Creatividad: La Medicina Como Inspiración

Cómo las medicinas ancestrales han influido en el arte, la música y la literatura.

11

La Medicina Ancestral Como Legado Vivo

Conclusiones y agenda de actividades.

1. Editorial: El Regreso a las Raíces

Las medicinas ancestrales nos invitan a reconectar con la tierra y con la memoria colectiva.

El inicio de un nuevo año nos invita a mirar hacia atrás, hacia las raíces que sostienen nuestra existencia. Las medicinas ancestrales, transmitidas de generación en generación, nos recuerdan que la salud no se limita a curar el cuerpo, sino que es un estado de armonía con la tierra, con los ciclos del universo y con la memoria de quienes nos precedieron.

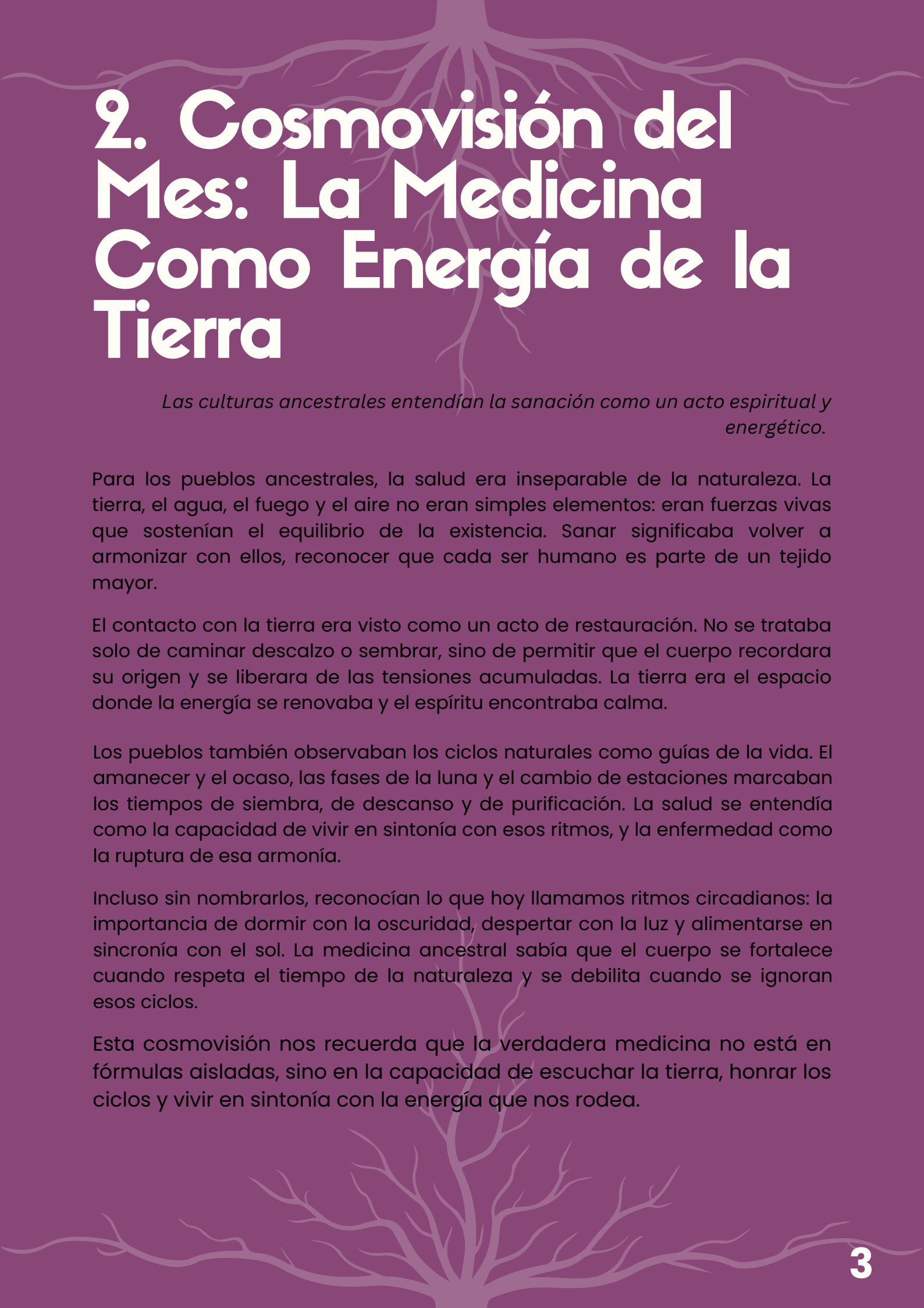
Las culturas originarias comprendieron que la tierra es la primera medicina. Caminar descalzo sobre ella, respirar su aire, escuchar el murmullo del agua o sentir el calor del fuego no eran simples actos cotidianos, sino rituales de conexión profunda. En cada gesto se reconocía que la vida se sostiene en un equilibrio delicado, y que la enfermedad surge cuando nos alejamos de ese vínculo esencial.

Hoy, en medio de un mundo acelerado y desconectado, recuperar estas enseñanzas se convierte en un acto de resistencia y de amor propio. Los ritmos circadianos —esa danza entre la luz del día y la oscuridad de la noche— nos recuerdan que el cuerpo también es naturaleza, que necesita sincronizarse con el sol, con la luna y con los tiempos de descanso para mantener su vitalidad. La medicina ancestral nos invita a escuchar esos ritmos, a honrar el tiempo de la vida y el tiempo del reposo, a vivir en sintonía con lo que nos rodea.

Esta edición es un viaje hacia esa memoria viva. Nos adentraremos en la cosmovisión que entiende la sanación como energía de la tierra, en el legado de figuras como María Sabina, en las comunidades que aún preservan sus saberes, en las prácticas que podemos integrar en nuestra vida diaria y en los estudios que muestran cómo la ciencia moderna comienza a reconocer lo que los pueblos sabían desde hace siglos. También recorreremos las tradiciones médicas de México, China e India, tres pilares que nos enseñan que la salud es equilibrio y que la medicina es, ante todo, un camino de regreso a lo esencial.

Este número es una invitación a volver a la raíz, a recordar que la verdadera medicina está en la tierra, en los ciclos y en la memoria de nuestros ancestros.

Sanar es recordar que somos naturaleza.



2. Cosmovisión del Mes: La Medicina Como Energía de la Tierra

Las culturas ancestrales entendían la sanación como un acto espiritual y energético.

Para los pueblos ancestrales, la salud era inseparable de la naturaleza. La tierra, el agua, el fuego y el aire no eran simples elementos: eran fuerzas vivas que sostenían el equilibrio de la existencia. Sanar significaba volver a armonizar con ellos, reconocer que cada ser humano es parte de un tejido mayor.

El contacto con la tierra era visto como un acto de restauración. No se trataba solo de caminar descalzo o sembrar, sino de permitir que el cuerpo recordara su origen y se liberara de las tensiones acumuladas. La tierra era el espacio donde la energía se renovaba y el espíritu encontraba calma.

Los pueblos también observaban los ciclos naturales como guías de la vida. El amanecer y el ocaso, las fases de la luna y el cambio de estaciones marcaban los tiempos de siembra, de descanso y de purificación. La salud se entendía como la capacidad de vivir en sintonía con esos ritmos, y la enfermedad como la ruptura de esa armonía.

Incluso sin nombrarlos, reconocían lo que hoy llamamos ritmos circadianos: la importancia de dormir con la oscuridad, despertar con la luz y alimentarse en sincronía con el sol. La medicina ancestral sabía que el cuerpo se fortalece cuando respeta el tiempo de la naturaleza y se debilita cuando se ignoran esos ciclos.

Esta cosmovisión nos recuerda que la verdadera medicina no está en fórmulas aisladas, sino en la capacidad de escuchar la tierra, honrar los ciclos y vivir en sintonía con la energía que nos rodea.

Isak Andrés / Astrología vibracional y Tarot psicoevolutivo

No soy mucho de hablar de medicina en relación con la astrología, es un campo que no domino y en el que no me he querido adentrar demasiado, pues siento se ha de ser muy cuidadoso a la hora de hablar de este tema.

Pero, me gustaría aportar un punto de vista sobre el momento actual que estamos viviendo y el tránsito de los Nodos (puntos matemáticos donde ocurren los eclipses) por el eje Virgo- Piscis y el cual precisamente nos habla de Medicina (Virgo) y lo ancestral(Piscis). Los Nodos Lunares, son puntos clave que dictan la dirección evolutiva de la humanidad, este ciclo no está siendo casual, sino que refleja entre otras cosas, la búsqueda colectiva de una medicina más humana y holística.

La salud, nos recuerdan las tradiciones ancestrales, no se limita a curar el cuerpo, sino que es un estado de armonía con la tierra, con los ciclos del universo y con la memoria de quienes nos precedieron.

El Nodo Sur representa la zona de "confort" , lo que se debe asimilar y trascender. En Virgo, esta posición nos habla de una visión de la salud centrada en el análisis, el diagnóstico, el detalle y la formulación precisa. Es la medicina en su expresión más rígida, enfocada en el síntoma aislado, sin tener en cuenta la conexión con un todo.

El desafío de este tránsito es reconocer el valor de Virgo por su rigor, su enfoque en la prevención, su capacidad para discernir y cuidar la rutina, pero sin caer en el reduccionismo. Porque la enfermedad no es solo un fallo biológico, sino una ruptura de la armonía con el todo.

Por otro lado, el Nodo Norte marca el camino de la evolución y por Piscis nos invita a sumergirnos en el reino de lo invisible, lo energético, lo intuitivo y lo sagrado. Esta es la resonancia perfecta con la Medicina Ancestral, donde la conciencia se expande y se reconecta con lo divino.

Piscis nos enseña que el bienestar se alcanza a través de la compasión, la disolución de límites y la conexión con el alma. Este movimiento astrológico valida el auge de las prácticas que nutren la dimensión emocional y espiritual: los rituales , la meditación, el sonido y el reconocimiento de que la salud se cultiva en conexión con un todo.

Por lo tanto, los eclipses en el eje Virgo-Piscis nos van guiando a encontrar el punto medio entre estos dos Nodos. El camino no es rechazar la ciencia, sino integrar lo ancestral con lo moderno. Se trata de permitir que la ciencia y la tradición dialoguen, reconociendo que la evidencia moderna puede unirse al conocimiento ancestral para ofrecer soluciones integrales.

Por ejemplo, Piscis rige también la vibración, el sonido y en perfecta sintonía con este Nodo Norte, estamos asistiendo a un auge en la integración de terapias basadas en el sonido y la frecuencia, como la sonoterapia, ya que el sonido es, en esencia, la medicina del alma en acción, que nos invita a sanar desde la raíz, a través de la vibración.

A nivel personal, estoy desarrollando un proyecto inspirado por la sabiduría ancestral y alineado con este ciclo cósmico, uniendo la Astrología con el poder de la frecuencia. Para ello utilizo diapasones afinados a las frecuencias exactas de los planetas (Sol, Luna, Júpiter, etc.) para crear una "música de las esferas" personalizada. Esto permite armonizar el campo energético de la persona a través de su carta astral, llevándola a una sintonía con su propio ritmo cósmico.



Eventos astrológicos de Enero:

Para el primer mes del año gregoriano (el astrológico inicia el 20 de marzo) yo destacaría las dos lunaciones que vamos a tener, pues se producen ambas con stelliums (acumulación de tres o más planetas) haciendo que se concentre mucha energía en la cualidad del signo donde se produce el evento.

El día 3 de enero tendremos la Luna Llena en Cáncer, con el Sol en oposición a la Luna, desde Capricornio, haciendo conjunción a Marte, Venus y Mercurio también muy cerquita. No podemos olvidar de dónde venimos, un 2025 que ha sido rampa de impulso hacia todo lo nuevo que este 2026 y los próximos años nos van a llevar. Por lo tanto la inercia ya está clara y en este mes de enero, hemos de afianzar los

cimientos en los que se irán construyendo las nuevas estructuras, que sostengan nuestras vidas de ahora en adelante.

Esta Luna Llena en Cáncer, ilumina aquello de lo que nos tenemos que hacer cargo para generar el cuidado necesario durante esta nueva etapa que vamos a ir viviendo. El arquetipo de lo paterno (Sol capricornio) y lo materno (Luna Cáncer) se encuentran cara a cara, para poner en común las bases del hogar en nosotr@s que debemos construir.



labuenas
astrología y

labuenas•ul
astrología vibracional

A nivel personal, esta lunación nos empuja con todo para construir un sueño, pero nos exige también, madurez y responsabilidad, ante las dificultades que todo gran cambio conlleva. Feliz año.

Isak Andrés / Astrología vibracional y Tarot psicoevolutivo /
@Astrodomvs y @labuenasoul



labuenasoul
astrología vibracional

3. ¿Quién es?: María Sabina y el Poder de los Hongos Sagrados

Homenaje a la sabia mazateca que llevó la medicina de los hongos al reconocimiento mundial.



En la historia de las medicinas ancestrales, pocas figuras han dejado una huella tan profunda como María Sabina, la sabia mazateca que abrió al mundo la puerta de los hongos sagrados. Su vida fue un testimonio de cómo la medicina no se limita a sanar el cuerpo, sino que también puede expandir la conciencia y reconectar al ser humano con lo divino.

Nacida en la Sierra Mazateca de Oaxaca, México, María Sabina fue reconocida como curandera desde temprana edad. Su don no provenía de un aprendizaje formal, sino de una conexión íntima con la naturaleza y con los espíritus que habitaban en ella. Los hongos, a los que llamaba “niños santos”, eran para ella un medio de comunicación con lo sagrado, un puente hacia la sabiduría ancestral.



En sus ceremonias, los cantos eran tan importantes como los hongos mismos. Cada palabra pronunciada en lengua mazateca era medicina, vibración que guiaba al espíritu hacia la sanación. No se trataba de un ritual recreativo, sino de un acto profundo de curación, donde el cuerpo, la mente y el alma se alineaban en un mismo propósito.

Con el tiempo, su figura trascendió las fronteras de su comunidad y atrajo la atención del mundo. Investigadores, artistas y buscadores espirituales llegaron a Huautla de Jiménez para conocerla. Aunque esto trajo consigo luces y sombras —pues su práctica fue a veces malinterpretada o explotada—, el legado de María Sabina permanece como símbolo de respeto hacia las medicinas ancestrales y hacia la sabiduría indígena.

Recordar a María Sabina es reconocer que la verdadera medicina no está en la apropiación ni en la moda, sino en el respeto profundo por los saberes que nacen de la tierra y de la tradición. Su voz sigue resonando como un canto que nos invita a mirar hacia dentro y a sanar desde la raíz.

4. Proyectos Inspiradores: Comunidades que Conservan la Medicina Tradicional



Pueblos y colectivos que mantienen vivas las prácticas ancestrales.

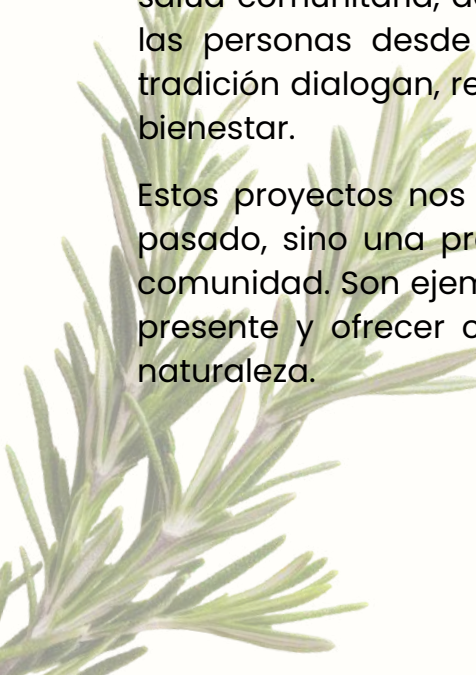
En distintos rincones del mundo, las comunidades han decidido mantener vivas las prácticas ancestrales como un acto de resistencia cultural y de cuidado colectivo. La medicina no se concibe como un servicio aislado, sino como parte de la vida diaria, un saber compartido que se transmite de generación en generación.

En los pueblos indígenas de México, los huertos comunitarios de plantas medicinales se han convertido en auténticas farmacias vivas. Cada planta tiene un propósito y cada cultivo es enseñanza para los más jóvenes. Allí, la tierra se honra como fuente de salud y como memoria de los ancestros. Un ejemplo de ello se encuentra en la Sierra Norte de Puebla, donde las comunidades han creado huertos colectivos que ilustran cómo la tradición se mantiene en diálogo con el presente.

En otras regiones, han surgido escuelas de herbolaria y saberes indígenas, espacios donde se enseñan técnicas de preparación de infusiones, ungüentos y remedios naturales. Estos lugares no buscan competir con la medicina moderna, sino complementarla, recordando que la prevención y el equilibrio son tan importantes como la curación.

También existen proyectos que integran la medicina tradicional en programas de salud comunitaria, donde curanderos y médicos trabajan juntos para atender a las personas desde una visión integral. En estos encuentros, la ciencia y la tradición dialogan, reconociendo que ambas tienen un lugar en la búsqueda del bienestar.

Estos proyectos nos muestran que la medicina ancestral no es un vestigio del pasado, sino una práctica viva que se adapta, se comparte y se fortalece en comunidad. Son ejemplos de cómo la sabiduría de los pueblos puede iluminar el presente y ofrecer caminos de sanación más humanos y conectados con la naturaleza.





5. Bienestar Integral: Plantas Que Sanan el Alma y el Cuerpo

El poder de las plantas como aliadas en la salud física y emocional.

Las plantas han sido desde siempre compañeras silenciosas del ser humano, guardianas de la salud y del equilibrio interior. Su poder no se limita a lo físico: también sostienen la dimensión emocional y espiritual, recordándonos que la naturaleza ofrece lo necesario para sanar en todos los planos de la vida.

Las infusiones son quizá la forma más cotidiana de acceder a su medicina. Una taza de manzanilla calma la mente y relaja el cuerpo; la hierbabuena refresca y ayuda a la digestión; el toronjil devuelve serenidad en momentos de ansiedad. Cada hierba encierra un conocimiento ancestral que, al compartirse, se convierte en medicina accesible y cotidiana.

La herbolaria preventiva es otro aspecto fundamental. Plantas como el ajo, el jengibre o la equinácea fortalecen el sistema inmunológico, mientras que otras como la sábila ayudan a regenerar tejidos y equilibrar la piel. En muchas culturas, se considera que las plantas no solo curan síntomas, sino que armonizan la energía del cuerpo, devolviendo al ser humano su capacidad natural de mantenerse sano.

Más allá de lo físico, las plantas transmiten vibraciones que sostienen el alma. Encender un sahumerio de copal limpia los espacios y eleva la energía; preparar un baño con flores abre caminos de renovación; cuidar un jardín se convierte en un acto meditativo que conecta con la paciencia y la gratitud. Estos gestos sencillos son rituales que nutren la conexión interior y generan paz.

Incluso en la vida moderna, las plantas siguen siendo un puente hacia la naturaleza. Tener una maceta en casa, cultivar hierbas en la cocina o recolectar flores en el campo son prácticas que nos recuerdan que la salud no se compra ni se impone: se cultiva día a día en diálogo con la tierra.

En ellas encontramos un recordatorio constante: la verdadera medicina está en lo simple, en lo cercano, en lo que crece a nuestro alrededor y nos invita a vivir en armonía.



6. Herramientas Holísticas: Prácticas de Sanación Ancestral

Técnicas y rituales que pueden integrarse en la vida diaria.

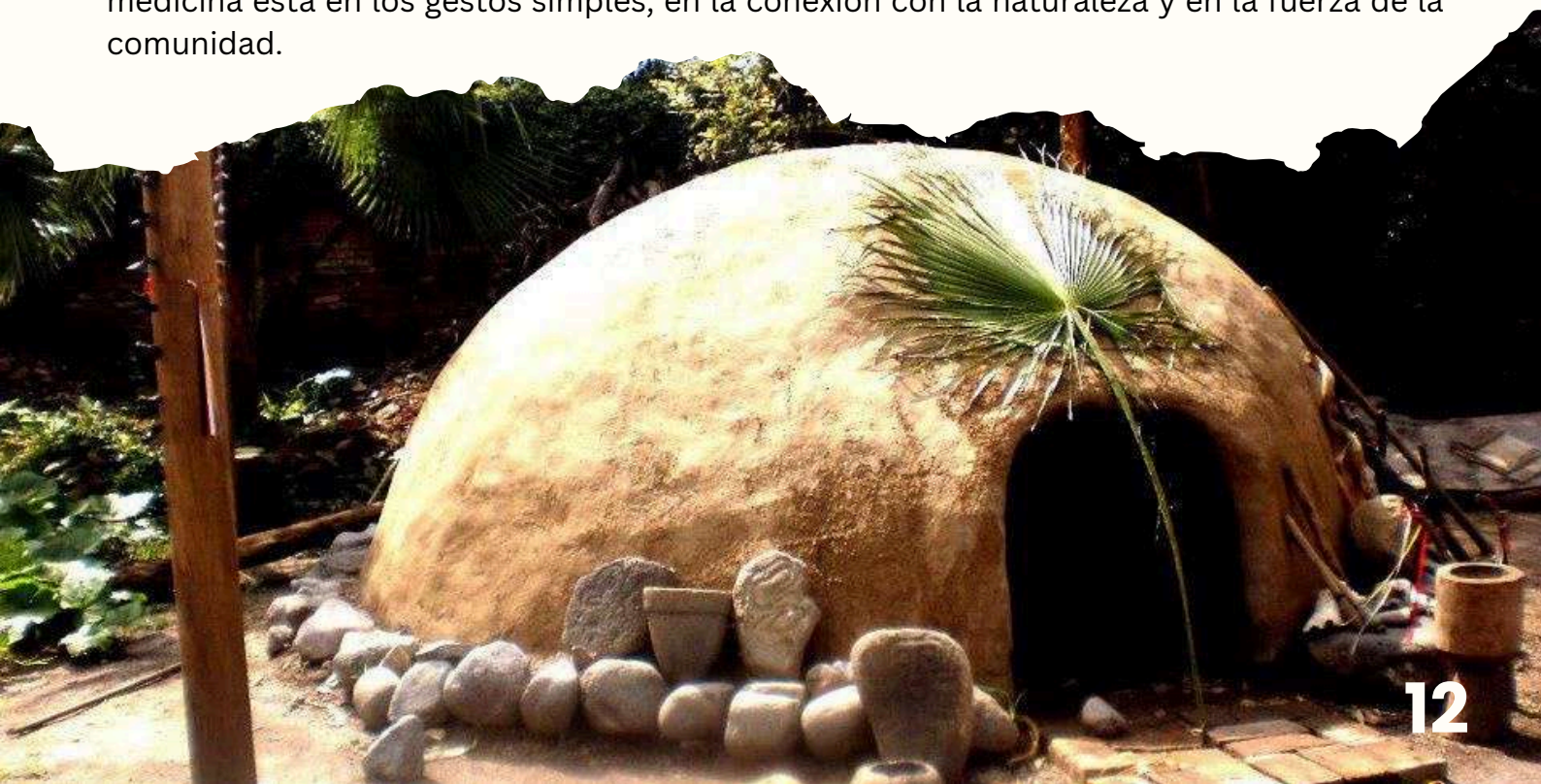
Las prácticas ancestrales se concebían como herramientas cotidianas para mantener el equilibrio del cuerpo y del espíritu. Cada gesto, cada aroma y cada canto formaban parte de un entramado de sanación que podía integrarse en la vida diaria.

El temazcal, propio de México y de las culturas mesoamericanas, es uno de los ejemplos más poderosos. Este baño de vapor tradicional no solo purifica el cuerpo, también limpia la mente y fortalece el espíritu. En su interior, el calor y las hierbas medicinales crean un espacio de renacimiento, donde se sueltan cargas y se recupera la vitalidad.

Los sahumerios y aromas son otra herramienta esencial, presentes en diversas culturas. El copal en México, la salvia en Norteamérica o el palo santo en Sudamérica se utilizan para limpiar la energía de los espacios y de las personas. El humo se convierte en puente entre lo visible y lo invisible, recordando que la sanación también ocurre en el plano espiritual.

Los cantos, rezos y círculos de palabra son medicina del alma. En ellos, la voz se transforma en vibración sanadora, capaz de liberar emociones y fortalecer la comunidad. Compartir la palabra es un acto de confianza y unión, donde cada persona encuentra alivio en la escucha y en el acompañamiento.

Estas herramientas nos enseñan que la sanación no depende de grandes recursos, sino de la capacidad de integrar lo ancestral en lo cotidiano. Son recordatorios de que la medicina está en los gestos simples, en la conexión con la naturaleza y en la fuerza de la comunidad.



7. Terapias Holísticas en Profundidad: El Poder de los Rituales

Cómo los rituales ancestrales influyen en el bienestar emocional y energético.

Los rituales ancestrales son mucho más que ceremonias: son espacios de transformación donde cuerpo, mente y espíritu se alinean. Cada gesto tiene un sentido, cada canto es medicina y cada símbolo abre un camino hacia la sanación.

El simbolismo de los cantos y danzas ocupa un lugar central en muchas culturas. En México, los rezos mazatecos y las danzas tradicionales se realizan como actos de conexión con lo divino, mientras que en India los mantras y en otras regiones los movimientos rituales cumplen la misma función: liberar emociones y restablecer la armonía interior.

Las terapias que integran tradición y prácticas modernas muestran cómo los rituales pueden dialogar con la ciencia. Sesiones de meditación acompañadas de música ancestral, ceremonias de plantas combinadas con acompañamiento psicológico o prácticas de respiración inspiradas en tradiciones orientales son ejemplos de cómo lo antiguo y lo nuevo se complementan.

El acompañamiento comunitario es otro aspecto esencial. Los rituales se realizan en círculo, en comunidad, porque la sanación también ocurre en el encuentro con los otros. La fuerza del grupo sostiene al individuo, y la palabra compartida se convierte en medicina colectiva.

Estos rituales nos recuerdan que la sanación no es solo un proceso físico, sino un viaje espiritual y emocional. Son prácticas que nos invitan a reconectar con lo sagrado, a reconocer la fuerza de la comunidad y a vivir la salud como un acto de equilibrio profundo.

8. Ciencia y Holismo: Estudios Sobre la Medicina Tradicional

Investigaciones sobre la relación entre las medicinas ancestrales y la salud moderna.

La investigación contemporánea ha comenzado a dialogar con los saberes ancestrales, reconociendo que la medicina tradicional no es solo un legado cultural, sino también una fuente de conocimiento útil para la salud global.

En los últimos años se han impulsado estrategias internacionales que buscan integrar la medicina tradicional en los sistemas de salud de manera segura y respetuosa. Estas iniciativas promueven la recopilación de evidencia científica, la regulación de prácticas y la creación de espacios de intercambio entre comunidades indígenas, investigadores y profesionales de la salud. Un ejemplo es la Estrategia sobre Medicina Tradicional 2014-2023, que fomentó estudios comparativos y proyectos de integración en distintos países.

Hoy, millones de personas en todo el mundo recurren a la medicina tradicional como primera opción de cuidado. En regiones rurales y comunidades con acceso limitado a hospitales, los saberes ancestrales representan la forma más cercana de atención. Esta realidad ha motivado proyectos de investigación que estudian desde la eficacia de las plantas medicinales hasta el impacto de terapias complementarias como la acupuntura, la meditación o los rituales comunitarios.

Ejemplos recientes incluyen estudios sobre la herbolaria mexicana, que han demostrado la efectividad de la sábila en la regeneración de tejidos; investigaciones en Asia que confirman los beneficios de la medicina tradicional china en problemas digestivos y respiratorios; y proyectos en India que validan el uso del ayurveda en la prevención de enfermedades crónicas.

Este diálogo entre ciencia y tradición abre un camino hacia un modelo de salud más inclusivo y humano, donde la evidencia moderna se une al conocimiento ancestral para ofrecer soluciones integrales.

9. Medicinas Ancestrales del Mundo: México, China e India

Sección especial dedicada a las tradiciones médicas más influyentes.

La medicina ancestral se despliega como un tapiz de saberes que, aunque distintos en forma y lenguaje, comparten una misma esencia: devolver al ser humano el equilibrio perdido y reconectar con la naturaleza como fuente de vida.

México: herbolaria viva y rituales de calor
En las comunidades indígenas, la medicina se experimenta como un acto de comunión con la tierra. El temazcal, propio de México y Mesoamérica, es más que un baño de vapor: es un renacimiento. Entre piedras ardientes y aromas de hierbas, el cuerpo se purifica mientras la mente se libera de cargas. La herbolaria tradicional acompaña este camino con plantas como la sábila, el epazote y la hierbabuena, utilizadas en infusiones, cataplasmas y baños florales. Y en Oaxaca, las ceremonias con hongos sagrados —como las que practicaba María Sabina— revelan la dimensión espiritual de la sanación, donde los cantos en lengua originaria guían hacia la introspección.



China: el arte de armonizar el Qi

La medicina tradicional china se sostiene en la idea de que la energía vital, el Qi, debe fluir sin bloqueos. La acupuntura y la moxibustión regulan ese flujo, aliviando dolores y equilibrando emociones. La fitoterapia china, con fórmulas que combinan múltiples plantas, busca armonizar órganos y sistemas, mientras que la observación de la lengua y el pulso ofrece un mapa detallado del estado interno. Prácticas como el Qi Gong y el Taichi completan esta visión, integrando movimiento consciente y respiración para cultivar vitalidad y prevenir desequilibrios.



India: ayurveda, la ciencia del equilibrio

El ayurveda, con más de 3,000 años de historia, describe la salud como la armonía de los doshas —Vata, Pitta y Kapha—. Sus terapias incluyen masajes con aceites medicados, rutinas de oleación y sudoración que desintoxican y calman el sistema nervioso. La fitoterapia ayurvédica emplea plantas como la cúrcuma, para procesos inflamatorios, y la ashwagandha, para fortalecer el tono vital y reducir el estrés. Junto a ello, el yoga y el pranayama se convierten en pilares preventivos, estabilizando la mente y fortaleciendo la resiliencia emocional.

México, China e India nos muestran que, aunque sus caminos difieren, todos conducen a la misma verdad: la salud es un estado de armonía que se cultiva día a día, en diálogo con la naturaleza y con lo sagrado. Estas tradiciones, vivas y vigentes, son faros que iluminan un futuro donde lo ancestral y lo moderno caminan juntos.

10. Arte y Creatividad: La Medicina Como Inspiración

Cómo las medicinas ancestrales han influido en el arte, la música y la literatura.

Las medicinas ancestrales no solo han sido prácticas de sanación, también han nutrido la imaginación y la sensibilidad artística de los pueblos. En ellas, el arte se convierte en un espejo de la espiritualidad y en un vehículo para transmitir la sabiduría de generación en generación.

Representaciones en pintura y escultura: desde los códices prehispánicos en México —como el Códice Florentino, que describe rituales y plantas medicinales— hasta murales contemporáneos de artistas como Diego Rivera, donde la relación entre cuerpo y naturaleza se plasma con fuerza, el arte ha sido un archivo vivo de la medicina tradicional.

La música como medicina del alma: cantos ceremoniales mazatecos, percusiones africanas y mantras indios muestran cómo el sonido puede sanar, liberar emociones y fortalecer la comunidad. La vibración musical se entiende como energía que armoniza el espíritu; un ejemplo es el uso del huehuatl (tambor tradicional mexicana) en ceremonias de sanación.

Literatura y palabra sagrada: poemas, rezos y narraciones han preservado la memoria de curanderos y rituales. En México, la tradición oral ha transmitido fórmulas de herbolaria y cantos de sanación; en India, los textos védicos integran medicina y espiritualidad; en China, los clásicos médicos como el Huangdi Neijing se entrelazan con filosofía y poesía.

El arte como vehículo de transmisión: cada obra, cada canto y cada relato son más que expresión estética: son medicina simbólica que mantiene viva la conexión con lo ancestral y que inspira a nuevas generaciones a valorar la relación entre salud y cultura.

Así, la medicina ancestral se expande más allá de lo físico: se convierte en fuente de creatividad, en inspiración para artistas y en un lenguaje universal que recuerda que sanar también es crear.



Huehuatl (tambor tradicional mexicana).

11. La Medicina Ancestral Como Legado Vivo

La medicina ancestral no es pasado, sino presente y futuro.

La medicina ancestral no es un recuerdo lejano, sino una raíz que sigue latiendo en el presente y que proyecta su fuerza hacia el futuro. Cada planta, cada ritual y cada palabra transmitida de generación en generación son hilos que sostienen la identidad de los pueblos y nos recuerdan que la salud es un acto de pertenencia y de memoria.

Preservar estos saberes significa proteger las lenguas, las prácticas y los territorios donde habitan. Allí, en los huertos comunitarios, en las ceremonias que aún se celebran y en los textos que guardan la sabiduría de los ancestros, se mantiene viva una medicina que no se limita a curar el cuerpo, sino que también fortalece el espíritu y la comunidad.

La integración de lo ancestral con lo moderno abre caminos hacia un cuidado más humano y holístico. La ciencia confirma lo que los pueblos han sabido desde siempre: que los ritmos naturales, la energía de los rituales y la fuerza de la comunidad impactan directamente en el bienestar. La espiritualidad aporta sentido y propósito, mientras que la tradición ofrece raíces sólidas para enfrentar los desafíos del presente.

Este recorrido nos invita a mirar hacia atrás para caminar hacia adelante. La medicina ancestral, con su sabiduría profunda, nos enseña que la verdadera salud no se compra ni se impone: se cultiva día a día, en diálogo con la tierra y con la memoria de quienes nos precedieron.

“Sanar es recordar quiénes somos en esencia.”

Así cerramos esta edición especial de la Revista Armonía Holística, una edición dedicada a reflexionar acerca de las Medicinas Ancestrales. Esperamos que este contenido haya sido de tu agrado y encuentres en él información y nuevas puertas al conocimiento de este fascinante tema.

Mantente atento a las novedades del C.I.E.H. y a los próximos temas que juntos seguiremos explorando. ¡Gracias por acompañarnos en este viaje de equilibrio y transformación!





AGENDA MENSUAL DE ACTIVIDADES

ENERO – MÉXICO

🕒 10:00am - Cholula, Puebla.

Concierto *2026 en Resonancia*,
Armonización de Aura, Meditación

10

🕒 9:00am - Cholula, Puebla.

Ceremonia grupal para
Cumpleañeras del mes.

11

🕒 9:00am - Cholula, Puebla.

Armonización de Chakras +
Sesión de Sound Healing

16

🕒 7:00pm - Cholula, Puebla.

Recibiendo el 2026 *Ceremonia de
Inicio de Año, Limpieza energética,
Sound Healing con Gongs*

17

🕒 9:30am - Cholula, Puebla

Taller de Inmersión a la Sonoterapia con
Cuencos Tibetanos

18

🕒 10:00am - Cholula, Puebla

Taller Sonopuntura Astrológica

31

20

Revista Armonía Holística
Edición No. 9 - Enero de 2026

Una publicación del
Centro Internacional de Estudios Holísticos A.C.
C.I.E.H. A.C 2026



Email : cieh.info@gmail.com
Instagram : @campus.holistico