

Los 10 para la conexión

La Isla cuenta con espacios de alto nivel holístico para nutrir el cuerpo y el alma. Sierra Bender, Kate Garrity, Camille Carrión y Jossette Pagán te dicen dónde están



Son espacios sanadores por naturaleza, en los que se sienten energías vitales sea por su cercanía a elementos como el agua, la tierra, el viento y la vegetación, o porque sabe Dios qué razón más mística. Los cierto es que expertas en la materia, estudiosas o sanadoras espirituales como Sierra Bender, Kate Garrity, Camille Carrión y Jossette Pagán, acuden aquí a encontrar el balance. Son accesibles y no requieren dividendos. A continuación el censo:

1. El Yunque, Río Grande: Es para las cuatro el lugar preferido. Nuestro bosque lluvioso -administrado por el Servicio Nacional Forestal de Estados Unidos- es un lugar sagrado, dice la sanadora espiritual Sierra Bender, famosa por el diseño de un sistema holístico para mujeres. “Es uno de los sitios más puros de la Isla, y su frondosa flora y cuerpos de agua son capaces de restaurar.” Para excursiones guiadas (787) 888-1810. Hotel sugerido: Ecolodge Casa Cubuy,

2. Las montañas de Orocovis: Esta zona está en el mismo centro de la Isla. Según Jossette Pagán, quien vive en contacto con la tierra y la naturaleza, en estas montañas hay un vórtice de energía impresionante, por lo que es un excelente lugar para ir a meditar. Muy cerca está el parque Toro Verde, donde a través de cables puedes recorrer las montañas y sentir su energía. (787) 867-7020. Hotel sugerido: Hacienda Moraika: A (787) 867-2113

3. Playas de Rincón : Por algo es que estas aguas atraen a las ballenas jorobadas a aparearse cada año. Bender dice que estos mamíferos necesitan cierta frecuencia de ondas que estas cálidas aguas del oeste poseen. Además, desde estas costas se observan los atardeceres más espectaculares en la Isla. Esta costa posee el ambiente ideal para relajar la mente y el espíritu. Hotel sugerido: Rincón Beach Resort: Hotel

boutique en la playa Almirante (787) 589-9000

4. La Montaña Santa, San Lorenzo: Un oasis espiritual con historias que datan de un siglo atrás cuando Elenita Hüge llegó a la montaña a evangelizar. El padre, Giovanni Ruiz Esquivel, quien vive en esta montaña, dice que Hüge le decía a las personas que si tomaban con fe el agua del manantial del santuario se sanaban. Hotel sugerido: El hotel más cercano es el Four Points Sheraton en Caguas. (787) 653-1111.

5. Bahía Bioluminiscente de Vieques: Llegar hasta aquí en luna nueva es una experiencia mística. En una noche despejada es posible ver hasta la Vía Láctea. La conexión con el ambiente es indescriptible. Se puede ir en excursión en bote eléctrico, con oportunidad de nadar entre dinoflagelados. O remar en kayaks. Algunos operadores son Island Adventures, (787) 741-0720; y Vieques Adventure's Company (787) 692-9162 (tienen kayaks transparentes). Hotel sugerido: Casa de Amistad (787) 741-3758

6. Baños de Coamo: Hasta este lugar han llegado miles de personas buscando alivio a sus males musculares, o para saciar la curiosidad. La temperatura de las aguas fluctúan entre los 115 y los 119 grados Fahrenheit. Dicen que el agua tienen un alto contenido de minerales. La entrada a las piscinas termales es \$3 por persona. Abre a diario de 6 a.m., hasta las 7 p.m. Información: (787) 825-1150 ext. 2052. Hotel sugerido: Golf View Apartments, (787) 825-4843

7. Samnyasin/La Finca, Utuado: Al llegar a “Samnyasin”, o renunciar, en sánscrito, estás en el centro de la Isla. Aquí hay 30 cuerdas de naturaleza, con acceso privado al río Limón, que según explican en la finca, es uno de los ríos más puros de Puerto Rico. “Es un lugar único porque estamos completamente en la naturaleza. Hay mucha paz y equilibrio natural”, dice Diana Muriel, quien vive en la finca hace 25 años. Hay una casita, cabañas y un salón disponible para meditar o hacer talleres. Hotel sugerido: La Finca (787) 894-0024

8. Charco Azul, Cayey: Hay Veredas con árboles gigantes y sabiondos. Dicen que abrazarse a ellos, libera a uno de cualquier preocupación. Hazlo antes de llegar a este balneario natural azulado. El entorno del charco sirve para meditar o pasar el día. Hotel sugerido: Four Points Sheraton en Caguas. (787) 653-1111.

9. Jardín Botánico de Caguas: Este lugar inspira respeto por la naturaleza. Bender, la sanadora espiritual, asegura que el jardín tiene una gran energía de la madre tierra. Según ella, las montañas que lo rodean tienen la silueta de una mujer. Será por esto que las llaman “la india dormida”. Hotel sugerido: Four Points Sheraton en Caguas. (787) 653-1111.

10. Santuario de la solidaridad, Cabo Rojo: En este hermoso lugar, conocido como el santuario Schoenstatt, en Cabo Rojo, puedes pasear por los alrededores, meditar, rezar o disfrutar de una tranquilidad poco usual. Para llegar, desde la carretera #2, toma la carr 100 hasta el Km 5.3 Información: (787) 851 - 5368 Hotel sugerido: Western Bay Boquerón Beach Hotel (787) 851-7110