





LA DANZA  
DE LAS SOMBRAS  
DIENCEFÁLICAS

POESÍA PARA LA MENTE  
DESPIERTA



Manuel Quiñones

LA DANZA  
DE LAS SOMBRAS  
DIENCEFÁLICAS

POESÍA PARA LA MENTE  
DESPIERTA



Primera edición: abril de 2024

© Comunicación y Publicaciones Caudal, S.L.

© Manuel Quiñones

ISBN: 978-84-10253-38-4

ISBN digital: 978-84-10253-39-1

Depósito legal: M-9957-2024

Editorial Adarve

C/ Luis Vives 9

28002 Madrid

[editorial@editorial-adarve.com](mailto:editorial@editorial-adarve.com)

[www.editorial-adarve.com](http://www.editorial-adarve.com)

Impreso en España

*A Margarita*





«La poesía es la música del alma y,  
sobre todo, del cosmos...  
un canto que trasciende las palabras y  
eleva el espíritu humano a la contemplación  
de la belleza, la verdad y  
la grandeza del universo».

CARL SAGAN



## ¿ESTE LIBRO ES PARA USTED?

Es un honor para mí presentarle este lacónico compendio de poesía, producto de mi experiencia desde las neurociencias, de lo cual soy profesor hace veintidós años, y donde me permito guiarle en una travesía, vadeando las profundidades de la mente y el universo. Este libro es una invitación a explorar la oscuridad y la luz, a sumergirse en la belleza y la paranoia de la conciencia despierta.

La poesía contenida en estas páginas es el resultado de una fusión única entre la ciencia y la espiritualidad, la mente y el cosmos. Los grandes poetas del pasado y del presente han dejado una huella imborrable en la historia de la literatura y la cultura, y este libro solo intenta acercarse prudentemente a esa tradición con su propia voz única y poderosa.

La poesía, en sí misma, es un camino de liberación, una forma de explorar los límites de la percepción y la experiencia humana. Es una llamada a la aventura, una invitación a dejar atrás las limitaciones autoimpuestas y a sumergirse en la belleza y lo insólito del universo.

Este libro es para aquellos que buscan una experiencia más profunda, más allá de las limitaciones de la mente racional y la sociedad convencional. Es para aquellos que se atreven a explorar los rincones lóbregos de la mente y el universo, y a encontrar la belleza y la verdad allí donde otros no se atreven a mirar.

*La danza de las sombras diencefálicas* es una invitación a adentrarse en un universo de poesía señera, que se abre paso en la oscuridad y señala el rumbo hacia la luz y donde las palabras son herramientas para expandir la mente y explorar los límites de la realidad. En estas páginas encontrará una amalgama de influencias y estilos que se mezclan en un torrente de creatividad sin límites.

Es una poesía que se erige como faro en medio de la tempestad, que ilumina con su belleza y su fuerza, y que se convierte en guía para otros poetas y para aquellos que buscan la verdad en la omnisciencia. Es una poesía que trasciende el tiempo y el espacio, que va más allá de las modas y los caprichos de la boga, y que se instala en el corazón y el alma de quienes la leen o la escuchan, dejando una huella indeleble en sus vidas.

Este libro es para los que buscan algo más que las palabras vacías de la cotidianidad. Aquí encontrará la poesía que le hará sentir, pensar y experimentar. Los poemas de este libro son una invitación a la introspección, a explorar los rincones más insondables de la mente y descubrir los secretos que se esconden en ella.

Si está buscando algo que le lleve más allá de la realidad, si está buscando una experiencia poética única y transformadora, este libro es para usted. Prepárese para una migración que no le dejará indiferente, para la danza de las sombras diencefálicas, que le llevará a lugares inexplorados y le mostrará la belleza que hay en lo más borroso de la mente.

Solo espero que esta danza lo traslade a lugares inimaginables y lo inspire a explorar su propio potencial creativo y espiritual. Este libro es una invitación al albedrío, a la creatividad desbordante, a la libertad absoluta: poesía para la mente despierta.

Un libro para buscadores.

MANUEL QUIÑONES V.

## A MANERA DE PRÓLOGO

Bienvenido a este éxodo sideral; que su presencia en estas páginas sea un regalo para su espíritu, una espiración para su mente y una invitación a un viaje por el universo de la palabra escrita. Es una travesía en la que se exploran las fronteras de la mente, en la que se rompen las barreras de lo convencional y se abrazan las posibilidades infinitas del universo. Es un viaje que nos lleva más allá de nuestra zona de confort y nos sumerge en la oscuridad del espacio infinito, pero que a su vez nos brinda la fluorescencia necesaria para encontrar nuestro camino.

En estas páginas encontrará poesía que desafía la lógica, que rompe las barreras de la realidad y le sumerge en un mundo de monomanía y surrealismo. En este libro, la mente se convierte en un universo en sí mismo, lleno de estrellas y universos por descubrir.

Nuestra danza comienza con el llamado de las antiguas glías, que nos invitan a unirnos a ellas en su baile frenético. Es un viaje sin retorno, una inmersión en las profundidades del subconsciente, donde las sombras toman vida y la luz brilla con intensidad.

A través de estas páginas descubrirá los secretos arcanos del cerebro y su capacidad para crear realidades alternativas. Encontrará palabras que se desvanecen en la nada, mientras

que los colores y los sonidos adquieren vida propia y lo envuelven en una danza hipnótica.

Las páginas de este libro son como un portal hacia lo indocumentado, hacia lo subrepticio, hacia lo que habita en las sombras del instinto. Son como un viaje a través de la psique, un baile entre la luz y la oscuridad, entre lo consciente y lo inconsciente.

Aquí, en la danza de las sombras diencefálicas, se encuentra la poesía para la mente despierta, la poesía que hace temblar los cimientos de la realidad, la poesía que nos lleva más allá de lo que podemos ver y sentir.

Cada palabra, cada verso, es una invitación a explorar los rincones más profundos de nuestra psique, a desafiar nuestras percepciones y nuestras creencias, a trascender los límites de lo que conocemos y a sumergirnos en lo que aún no hemos descubierto.

La poesía aquí contenida es una mezcla de ciencia y misticismo, de arte y locura, de luz y oscuridad. Es una danza que nos lleva a través de los misterios del cerebro y del universo, una danza que nos conecta con lo divino y lo profano, con lo sagrado y lo mundano.

Aquí encontramos el camino hacia la liberación, hacia la expansión de la conciencia, hacia la iluminación. En estas páginas se encuentra la llave para abrir la puerta hacia la percepción ampliada, hacia la comprensión de lo que somos y hacia la conexión con el todo.

Así que, adelante, adéntrese en estas páginas y déjese llevar por la poesía para la mente despierta. Sumérjase en las sombras diencefálicas y permita que lo guíen hacia la verdad que se oculta en lo más profundo de su ser.

Este libro es una invitación a explorar la vastedad del universo, a descubrir nuevas dimensiones y a sentir el latido de la

vida misma. Es una oportunidad para perderse en la demencia y encontrar la cordura, para bailar con las sombras y abrazar su luz.

Cada poema es una puerta que se desdobra a un mundo nuevo de sensaciones y emociones. Cada palabra es un conjuro que le lleva más allá de lo que creía posible, más allá de los límites de su mente y de su cuerpo.

Déjese llevar por la magia de la poesía y descubra la belleza de lo desconocido, de lo imposible, de lo inimaginable.

La danza de las sombras diencefálicas es un libro que podría cambiarlo para siempre, que le curvará la perspectiva a una nueva realidad, a una nueva forma de ser. Es un libro que no puede perderse, un libro que debe leer con el corazón abierto y la mente despierta. ¿Está listo para danzar?





## INTRODUCCIÓN

Este libro busca llevar al lector a través de un viaje sensorial y emocional, utilizando la poesía como medio para explorar el mundo interior y conectarse con la mente y el universo.

Cada poema del libro está escrito en un estilo libre y experimental, con un énfasis en el ritmo y la musicalidad del lenguaje. Las imágenes y metáforas utilizadas en la poesía son a menudo surrealistas y oníricas, creando una sensación de extrañeza y maravilla en el lector.

El libro está dividido en tres actos, o secciones, cada una de las cuales representa un viaje a través de la mente y el universo.

En la sección *Visiones*, el lector es transportado a través de imágenes y metáforas que representan estados alterados de conciencia y visiones lisérgicas. Asimismo explora temas místicos y espirituales, como la naturaleza de la realidad y el papel del ser humano en el universo.

La sección *Sueños* ofrece una mirada introspectiva a través de la poesía, donde se exploran los misterios y significados ocultos detrás de las fantasías y las sombras de la mente. Por último, *El despertar* cierra el libro con una serie de poemas que invitan al lector a sacudir su realidad y la conciencia en uno mismo.

La danza de las sombras diencefálicas, es una odisea poética a través de los límites de la conciencia, donde los mundos

se encuentran y se fusionan en un torbellino de imágenes y sonidos. Es una obra que se inspira en la sabiduría neuronal del místico cerebro profundo y las dendritas chamánicas claves para esta elucidación, en los sueños y las visiones que nos conectan con el universo y nos revelan la verdad oculta detrás de la ilusión.

En estas páginas encontrará una poesía que se mueve al ritmo de los latidos del corazón y de los ciclos de la naturaleza. Una poesía que le lleva por un camino de revelación, donde los límites entre la realidad y la fantasía se desdibujan y todo es posible. Una poesía que le sumerge en la danza de las sombras, donde las sombras se convierten en luz y la luz en sombras, y donde la mente se convierte en un portal hacia otras longitudes.

El autor es un reconocido profesor de neurociencias y sus derivaciones hacia múltiples campos, que por más de 20 años ha explorado los límites de la materia, las posibilidades infinitas de la mente humana y su intrincado laberinto de sílabas inconexas, lo cual con minucioso cuidado y metódica pasión ha trasladado sus hallazgos en forma de poesía que se alimenta de la música del cosmos y del flujo de la vida misma. Una poesía que le lleva a través de la danza de las sombras, donde los límites entre la realidad y la fantasía se desvanecen y todo es posible.

Sus páginas son una invitación a despertar, a abrir los ojos a la realidad que nos rodea y a explorar los límites de nuestra propia mente. Es una exploración del subconsciente y del inconsciente, de los sueños y las visiones, de la monomanía y la lucidez, en definitiva, una obra que se nutre de la sabiduría y la experiencia de aquellos que han buscado respuestas en los lugares más insospechados y han encontrado la luz en la cerrazón.

Un libro para la mente despierta, para aquellos que están dispuestos a adentrarse en los misterios de la existencia y a descubrir su propio camino hacia la verdad. Es una obra que lo invita a explorar el universo a través de la poesía y la imaginación, a través de un viaje poético que cambiará su forma de ver la existencia para siempre. Descubra los secretos del universo, despierte a la realidad que lo rodea y encuentre su verdadero ser en la luz de la conciencia.

*La danza de las sombras diencefálicas: Poesía para la mente despierta* es un libro de poesía que invita al lector a un viaje de exploración interior, utilizando un lenguaje poético y figuras literarias para crear un ambiente de ensoñaciones y una atmósfera de reflexión.



I.  
VISIONES



# LA DANZA DIENCEFÁLICA

## (SOMBRAS)

En la danza de las sombras diencefálicas,  
donde el cielo y la tierra se unen,  
los sueños y las visiones se entrelazan,  
y los mundos se desdoblán ante nuestros ojos.

Las sombras se convierten en maestros,  
guiándonos por los senderos del éxtasis suprarrenal,  
mientras la mente se expande hacia el sempiterno,  
y la conciencia se funde con el cosmos.

Sombras que bailan al son de la música del universo,  
que se deslizan entre la niebla del tiempo,  
que nos invitan a explorar los misterios del epítalamo,  
que se ocultan detrás de la ilusión.

En la danza de las sombras diencefálicas,  
la luz y la oscuridad se entremezclan,  
y las fuerzas que rigen el universo  
se revelan en su majestuosidad.

Es la danza de la vida y la muerte,  
del nacimiento y la transformación,  
una danza sagrada de la habénula que nos lleva,  
más allá de los límites de la mente.

En la danza de las sombras diencefálicas,  
nos sumergimos en la psique colectiva,  
en los arquetipos y los símbolos,  
de los núcleos catenulares,  
que dan forma a nuestro ser.

Y así de astronómica es esta danza.  
que desde el *quattrocento* musita:  
*teeodaiin shey epairody osaiin yteeoey shey epaiin oaiin*  
*daiir okeody qoekshg sar oteody oteey keey keo keodal*  
*ycheo s o g cheos aiin okesoe aram shees dalaiin dam*  
*cheodaiin chekeey sar air soar cheey dair ctthey<sup>1</sup>.*

Es un viaje sin rumbo fijo a la médula del ser,  
una travesía pineal hacia lo más indescifrable,  
una búsqueda incesante de la conciencia espiritual,  
que nos conduce a la esencia misma del universo.

Es un despojarse de las ataduras terrenales,  
una entrega total a la aventura interior,  
una exploración incesante de la gnosis,  
que nos muestra la belleza infinita del ser.

---

1 (EVA (European Voynich Alphabet)



En el baile de nuestras almas,  
con la divinidad dimetiltriptamina,  
encontramos el hechizo y lo ignoto,  
la claridad y la sombra que coexisten,  
y la hermosura que brota en cada rincón,  
desatando así la genialidad humana.

Sombras que nos invitan a la danza epinefrina,  
que nos llevan al éxtasis y la revelación,  
a la comunión con lo sagrado,  
y a la transformación del ser.

En la danza de las sombras diencefálicas,  
la mente se convierte en un peristilo,  
que nos lleva a la verdad última,  
a la unidad que subyace en todo lo creado.

La danza diencefálica continúa,  
en un eterno fluir de sombras y luces,  
en una danza sagrada que no tiene fin,  
donde la autenticidad se manifiesta sin velos ni disfraces.

Es la danza de la creación y la destrucción,  
de la muerte y el renacimiento,  
de los cuerpos arenáceos,  
de la dualidad y la unidad.

En este éxodo sideral,  
descubrimos el sortilegio del metatálamo,

nos sumergimos en lo profundo del ser,  
en lo desconocido y lo mágico voynichés;  
en lo que nos hace humanos.

Es una danza en la que perdemos el control,  
en la que nos dejamos llevar por la corriente,  
como proyecciones parafasciculares,  
en la que confiamos en el poder de las sombras,  
y en la sabiduría del universo.

En la danza diencefálica,  
aprendemos a dejar atrás el miedo y la duda,  
a entregarnos a la experiencia sin reservas,  
a confiar en nosotros mismos y en la vida.

Es una danza que nos hace más fuertes,  
más sabios y más humanos,  
una danza que nos lleva más allá de nosotros mismos,  
hacia la eternidad y la verdad última.

Encontrarás la fuerza, la sabiduría y el amor,  
encontrarás la comunión con lo sagrado,  
encontrarás la verdad última que habita en ti,  
y la respiración del cosmos.

Se despierta el instinto primario,  
el fuego ancestral que arde en lo más profundo,  
la llama divina que ilumina el camino,  
en un abrazo cósmico y divino.

Se escuchan los baladros de la noche,  
los aullidos de los *lupi*,  
se funden los cuerpos en éxtasis,  
en una sinfonía de *motus*.

Se abren las puertas del subconsciente,  
se desata la serpiente Kundalini,  
los núcleos intralaminares son testigos,  
y se despliegan los velos de la conciencia.

Se siente el pulso de la tierra,  
el latido melifluo del universo,  
se conecta con la esencia de lo divino,  
y se transmuta el miedo en amor.

¡Danza, danza, danza diencefálica!,  
siente el éxtasis divino,  
la unión con lo absoluto,  
la comunión con el todo.

Así que danza, sombra y luz,  
danza al son de la música del universo,  
deja que tus pies te lleven hacia la verdad,  
hacia la esencia misma del ser.