

# MENTE Y CUERPO sanos

Por: Marién Estrada

Email: marien@caminoamarillo.net  
Twitter: @caminoamarillo7



FOTOS: ESPECIALES

## PASES MÁGICOS: CUERPO FLEXIBLE Y DÚCTIL PARA GENERAR DESTREZA Y SENSATEZ

La Tensegridad es el arte de adaptarse a la propia energía, a la energía de los demás y al entorno que nos rodea, de tal manera que este acto contribuya a la integridad de la totalidad que somos...

La razón para llamar Pases Mágicos a la serie de movimientos proveniente de la sabiduría ancestral de los chamanes de México de acuerdo con el escritor Carlos Castaneda es que, al practicarlos, “el chamán es transportado a otros estados de ser, en los cuales puede percibir el mundo de manera indescriptible”.

Castaneda cuenta en la introducción de su libro *Los Pases*

*Mágicos -La sabiduría práctica de los chamanes del antiguo México: La Tensegridad*, que Don Juan Matus, su mentor y quien lo introdujo al mundo del manejo energético, le explicó que el cuerpo del que practica los Pases comprende que todo, en lugar de ser una cadena ininterrumpida de objetos afines entre sí, es una corriente, un flujo energético constante. Y que si todo en el universo es un flujo, se puede detener. Se le puede poner un dique y, de esa manera, se puede contener o desviar para conseguir algo en específico y eso en pocas palabras es hacer magia.

Los brujos del linaje de don Juan según expone el autor, sabían “que existe una cantidad de energía inherente a cada uno de nosotros que no puede ser aumentada o reducida por obra de ningún tipo de acción externa. Creían que ésta era suficiente



Algunas fuentes han asegurado que Don Juan Matus fue un personaje creado por Carlos Castaneda, aunque el autor siempre lo negó

para lograr lo que consideraban la obsesión del ser humano: Romper los parámetros de la percepción normal.

“Don Juan Matus estaba convencido de que nuestra incapacidad de romper con esos parámetros había sido generada por nuestra cultura y nuestro entorno social. Sostenía que, en ese entorno, se nos exigía encauzar toda esa energía hacia el cumplimiento de esquemas de comportamiento preestablecidos, lo cual no nos permitía traspasar los límites de la percepción normal.

Por esto decía Don Juan, es importante ver a los Pases Mágicos no como ejercicios sino como una forma de acción para atraer poder:

“Hace falta tener un cuerpo flexible y dúctil si buscas destreza y sensatez... Estas son las dos características más importantes en la vida de un chamán, porque generan sobriedad y

pragmatismo, o sea, los únicos requisitos indispensables para ingresar en otros ámbitos de percepción”.

### EL CUERPO ENERGÉTICO

Los llamados hombres y mujeres de conocimiento, se referían al concepto de dualidad en referencia a lo que ellos llamaban el cuerpo energético y que representa la esencia vital de quienes somos.

En realidad, de acuerdo con el blog de Tensegridad “Susurros del Nagual”, el cuerpo energético es un conglomerado de campos de energía, individual en cada uno, que tiene la capacidad de ser transformado en una réplica perfecta del cuerpo humano y viceversa. Esto es, la capacidad de transformar el cuerpo humano en una réplica perfecta del cuerpo energético, es decir en un conglomerado de campos de energía.

Para aquellos expertos en el manejo de la conciencia del ser, expandir los parámetros de la percepción a través de los Pases Mágicos por ejemplo, significaba “entrar en mundos genuinamente nuevos, mundos totalmente detallados y completos. Cuando ellos se referían a tales mundos lo hacían con la certeza de que no eran meramente creaciones de la mente, sino mundos en los que uno puede vivir y morir”. LA



### TRES MOVIMIENTOS BÁSICOS Levantar el eje

Este pase energético es de suma importancia, ya que mueve, de su sitio usual en el suelo, la terminal terrestre del eje invisible de energía que atraviesa el cuerpo y lo proyecta al infinito. Actúa sobre el terminal terrestre, haciendo que la energía flote en lugar de quedarse adherida al suelo. Se cree que un eje vertical de energía llega al suelo a través de un punto que se encuentra detrás de los órganos genitales.

### Sacar la energía de su nido

Este es uno de los pases más importantes. Está relacionado con la transferencia de energía que existe desde fuera del cuerpo al cuerpo mismo. Hay reservas secretas de energía justo arriba de la cabeza y a sus lados. Se cree que esta energía es de dos tipos: oscura y clara, pesada y ligera. La energía pesada y oscura se encuentra arriba, del lado derecho de la cabeza; La energía clara y ligera se encuentra sobre su lado izquierdo. La energía pesada y oscura se dirige hacia fuera. La energía clara y ligera se dirige hacia adentro. La meta de este pase es usar estos dos tipos de energía para renovar totalmente el cuerpo.

### Las antenas cósmicas

Este es un pase misterioso que está relacionado con un nivel de conciencia anterior a la conciencia del hombre. Los hombres y mujeres del México antiguo aseguraban que hay una enormidad de energía en el universo que proviene de fuentes silenciosas e invisibles: Las estrellas muertas. Este pase permite utilizar tal energía. De la multitud de pases que se conocen, éste ha sido seleccionado porque se cree que con él es posible reunir energía que se encuentra fuera de la esfera del sentido común del mundo cotidiano. En este pase las manos actúan como antenas, alcanzando y atrayendo esa energía.

(*Tensegridad Vol.1*)

