

CARLOS
CASTANEDA

PASES
MÁGICOS

LAS ENSEÑANZAS PRÁCTICAS DE DON JUAN

Pases mágicos

Las enseñanzas prácticas
de Don Juan



A todos los practicantes de la Tensegridad que, al unir fuerzas a su alrededor, me han puesto en contacto con formulaciones energéticas a las que don Juan Matus y los chamanes de su linaje jamás accedieron.

Introducción

Don Juan Matus, maestro de brujos o *nagual* –nombre que reciben los maestros chamanes cuando encabezan un grupo de brujos–, me introdujo en el mundo cognitivo de los chamanes que en la antigüedad vivieron en México. Don Juan Matus era un indio nacido en Yuma, en Arizona. Su padre era yaqui de la mexicana Sonora y, por lo que se sabe, su madre era una yuman de Arizona. Don Juan vivió en Arizona hasta que cumplió los diez años. Su padre lo llevó a Sonora y se involucraron en las guerras incesantes entre los yaquis y los mexicanos. Mataron a su padre y a los diez años don Juan acabó en el sur de México, donde unos parientes lo criaron.

A los veinte años contactó con un maestro de brujos llamado Julián Osorio. Éste presentó a don Juan un linaje de chamanes que pretendidamente se remontaba a veinticinco generaciones atrás. Julián Osorio no era indio, sino hijo de europeos que habían emigrado a México. Don Juan me contó que el *nagual* Julián había sido actor y que era muy dinámico: narrador, mimo, adorado por todos, influyente, imponente. En una de sus giras teatrales por provincias, el actor Julián Osorio cayó bajo la influencia de otro *nagual*: Elías Ulloa, que le transmitió los conocimientos de su linaje de brujos.

Fiel a la tradición de su linaje de chamanes, don Juan Matus enseñó a cuatro discípulos algunos movimientos corporales que denominó *pases mágicos*. Sus discípulos fuimos Taisha Abelar, Florinda Donner-Grau, Carol Tiggs y yo. Los transmitió con el mismo espíritu con que se habían enseñado durante generaciones, aunque con una notable excepción: eliminó los excesos rituales que durante mucho tiempo habían rodeado la enseñanza y la práctica de los *pases mágicos*. En este aspecto don Juan comentó que los ritos habían perdido su influencia a medida que las nuevas generaciones de practicantes se mostraban más interesados por la eficacia y el funcionalismo. Me aconsejó que bajo ninguna circunstancia hablase de los *pases mágicos* con sus discípulos o con otras personas. Sostuvo que los *pases mágicos* pertenecen exclusivamente a cada persona y que el efecto es tan imponente que lo mejor es practicarlos sin hablar del tema.



Don Juan Matus me enseñó cuanto sabía sobre los brujos de su linaje. Me expresó, declaró, afirmó y explicó hasta el último matiz de sus conocimientos. Por consiguiente, todo lo que digo sobre los pases mágicos es consecuencia directa de sus enseñanzas. Los pases mágicos no son un invento. Fueron descubiertos por los chamanes del linaje de don Juan, que vivieron en el antiguo México, mientras estaban en estados chamánicos de *conciencia acrecentada*. El descubrimiento de los pases mágicos fue casual. Todo comenzó con preguntas muy simples sobre el carácter de la increíble sensación de bienestar que los chamanes experimentaban en los estados de *conciencia acrecentada* cuando mantenían ciertas posturas corporales o movían las extremidades de determinada manera. La sensación de bienestar fue tan intensa que el deseo de repetir los movimientos en los estados de conciencia normal se convirtió en el centro de sus esfuerzos.

Por lo visto, lo consiguieron y se convirtieron en poseedores de una complejísima serie de movimientos que, una vez practicados, daban magníficos resultados en lo que a habilidades físicas y mentales se refiere. De hecho, las consecuencias de la práctica de los movimientos fueron tan espectaculares que los denominaron *pases mágicos*. Durante generaciones sólo los transmitieron a iniciados chamánicos y de manera personal, respetando complejos rituales y ceremonias secretas.

En su enseñanza de los pases mágicos don Juan Matus se separó radicalmente de la tradición, lo que le llevó a volver a formular el objetivo pragmático de los pases. No me planteó dicho objetivo como el realce del equilibrio físico y mental —fin que había tenido en el pasado—, sino como la posibilidad práctica de *redistribuir la energía*. Explicó que dicho cambio se debía a la influencia de los dos naguales que lo precedieron.

Los brujos del linaje de don Juan creen que en cada ser humano existe una cantidad inherente de energía, cantidad cuyo aumento o disminución no está sometida a los embates de fuerzas externas. Están convencidos de que dicha cantidad de energía basta para conseguir lo que esos brujos consideran la obsesión de la especie humana: trascender los parámetros de la percepción normal. Don Juan Matus estaba seguro de que nuestra incapacidad de romper con dichos parámetros se debía a nuestra cultura y entorno social. En su opinión, nues-

tra cultura y entorno utilizan hasta el último ápice de energía inherente para cumplir patrones establecidos de comportamiento, lo que nos impide trascender los parámetros de la percepción normal.

En cierta ocasión pregunté a don Juan:

–¿Por qué otra persona o yo querríamos trascender esos parámetros?

–Porque trascender esos parámetros es la cuestión inevitable de la humanidad –replicó–. Superarlos significa entrar en mundos impensables, de un valor pragmático que en modo alguno se diferencia del valor de nuestro mundo cotidiano. Lo aceptemos o no, la superación de dichos parámetros nos obsesiona y nuestro estrepitoso fracaso explica la abundancia de drogas, estimulantes, ceremonias y rituales religiosos que rodean al hombre moderno.

–Don Juan, ¿por qué habla de un fracaso estrepitoso?

–Nuestra incapacidad de cumplir este deseo subliminal se debe a que lo abordamos atropelladamente. Nuestras herramientas son muy toscas. Es como si quisiésemos derribar una pared a cabezazos. El ser humano no considera ese derribo en función de la energía. Para los brujos el éxito está determinado por el acceso o la inaccesibilidad de la energía. Puesto que es imposible acrecentar nuestra energía inherente, para los chamanes del antiguo México la única vía posible era la *redistribución* de dicha energía. Para ellos el proceso de la *redistribución* comenzaba con los pases mágicos y la forma en que influían en el cuerpo físico.

Mientras enseñaba, don Juan recalca de todas las maneras posibles que la gran importancia que los chamanes de su linaje atribuían a la habilidad física y el bienestar mental perduraba hasta el presente. Comprobé la veracidad de sus afirmaciones cuando lo observé en compañía de quince brujos. El extraordinario equilibrio físico y mental que mostraban era el rasgo que más los caracterizaba.

Cuando le pregunté de manera directa las razones por las que los brujos daban tanta importancia al aspecto físico del hombre, la respuesta de don Juan me dejó totalmente desconcertado porque siempre lo había considerado un ser espiritual.

–Los brujos no son espirituales, sino seres muy pragmáticos. De todos es sabido que, en general, se considera que los

chamanes son excéntricos e incluso locos. Tal vez esto te lleva a pensar que son espirituales. Parecen locos porque intentan explicar lo inexplicable. En su intento vano de dar explicaciones completas que bajo ninguna circunstancia podrán completar pierden la coherencia y dicen necedades. Necesitas un cuerpo flexible si buscas la habilidad física y la sensatez. Se trata de las dos cuestiones más importantes en la vida de los chamanes porque proporcionan sobriedad y pragmatismo, únicos requisitos indispensables para entrar en otras esferas de percepción. Para navegar auténticamente por lo desconocido hace falta una actitud osada, nunca temeraria. Para conseguir el equilibrio entre la audacia y la temeridad, el brujo debe mostrarse muy sobrio, precavido, hábil y manifestar una excelente forma física.

–Don Juan, ¿para qué necesita una excelente forma física? ¿No basta con el deseo o la voluntad de viajar por lo desconocido?

–¡Jamás de los jamases! –exclamó secamente–. Piensa que afrontar lo desconocido, para no hablar de adentrarse, requiere entrañas de acero y el cuerpo capaz de albergarlas. ¿De qué te serviría tener entrañas si carecieras de lucidez mental, habilidad física y músculos adecuados?

Estaba claro que la excelente forma física que don Juan había defendido incesantemente desde el día en que nos conocimos, y que era consecuencia de la ejecución rigurosa de los pases mágicos, era el primer paso hacia la *redistribución* de la energía inherente. En opinión de don Juan, la *redistribución de la energía* es el tema más decisivo en la vida de los chamanes y de cualquier individuo. La *redistribución de la energía* es un proceso que consiste en trasladar de un sitio a otro la energía que ya existe en nuestro interior. Dicha energía ha sido desplazada de los centros de vitalidad del cuerpo, que la necesita para alcanzar el equilibrio entre la lucidez mental y la habilidad física.

Los chamanes del linaje de don Juan se comprometieron firmemente con la *redistribución* de la energía inherente. No fue una labor intelectual ni consecuencia de la inducción, la deducción o las conclusiones lógicas, sino el resultado de su capacidad de percibir la energía como fluye por el universo.

–Los brujos llamaron *ver* a esta capacidad de percibir la energía como fluye por el universo –explicó don Juan–. Describieron el *ver* como el estado de *conciencia acrecentada* en el que

el cuerpo humano percibe la energía como flujo, corriente o vibración que se parece al viento. *Ver* la energía como fluye por el universo es producto de la detención momentánea del sistema de interpretación característico de los seres humanos.

–Don Juan, ¿en qué consiste ese sistema de interpretación?

–Los chamanes del antiguo México descubrieron que, de una u otra manera, todo el cuerpo humano participa en la conversión del flujo vibratorio o corriente de vibración en alguna clase de información sensorial. A través de las costumbres, la suma del bombardeo de entradas sensoriales se convierte en el sistema de interpretación que permite que los humanos perciban el mundo como lo hacen. Los brujos del antiguo México aplicaron una enorme disciplina para detener este sistema de interpretación. Denominaron *ver* a la detención y la convirtieron en la piedra angular de sus conocimientos. Para ellos, *ver* la energía como fluía por el universo se convirtió en una herramienta imprescindible que utilizaron en la elaboración de sus programas clasificatorios. Por ejemplo, gracias a esta capacidad concibieron la totalidad del universo asequible a la percepción de los seres humanos como una cebolla compuesta por miles de capas. Llegaron a la conclusión de que el mundo cotidiano de los seres humanos no es más que una capa. En consecuencia, también creyeron que otras capas no sólo son asequibles a la percepción humana, sino que forman parte de la herencia natural de la humanidad.

Otra cuestión de valor incalculable en el conocimiento de los chamanes –cuestión que también fue consecuencia de la capacidad de *ver* la energía como fluye por el universo– es el descubrimiento de la configuración energética humana. Consideraron que se trata de un conglomerado de campos de energía aglutinados por la fuerza vibratoria que los une hasta formar una luminosa bola de energía. Para los chamanes del linaje de don Juan el ser humano tiene forma ovalada, como de huevo, o redonda como una pelota. Por eso los llamaron *huevos luminosos* o *bolas luminosas*. Desde su punto de vista, esta esfera de luminosidad es nuestro auténtico yo, auténtico en el sentido de que resulta irreductible en lo que a la energía se refiere. Es irreductible porque la totalidad de los recursos humanos participan en el acto de percibirla directamente como energía.

Los chamanes descubrieron que en la cara posterior de la *bola luminosa* existe un punto de brillo aún mayor. De los pro-

cesos de observación directa de la energía dedujeron que dicho punto es fundamental para convertir la energía en datos sensoriales y, a continuación, interpretarlos. Por este motivo lo llamaron *punto de encaje* y consideraron que es allí donde encaja la percepción. Sostuvieron que el *punto de encaje* se encuentra detrás de los omóplatos, a un brazo de distancia. También descubrieron que el *punto de encaje* de toda la humanidad está situado en el mismo sitio, lo que proporciona a cada ser humano una visión muy parecida del universo.

Un hallazgo de gran valor tanto para estos chamanes como para los de generaciones posteriores es la comprobación de que el emplazamiento del *punto de encaje* en ese sitio es consecuencia de las costumbres y la socialización. Por este motivo llegaron a la conclusión de que se trata de una posición arbitraria que sólo crea la ilusión de ser definitiva e irreductible. Producto de esta ilusión es la convicción aparentemente inquebrantable que los humanos tienen de que el mundo de cada día es el único que existe y que su irrevocabilidad es innegable.

Cierta vez don Juan me dijo:

–Créeme cuando afirmo que esta sensación de irrevocabilidad del mundo es pura ilusión. Como nunca se ha puesto en duda se sigue considerando la única opción posible. El instrumento para cuestionarla consiste en *ver* la energía como fluye por el universo. Mediante el empleo de esta herramienta los chamanes de mi linaje llegaron a la conclusión de que existe una asombrosa cantidad de mundos asequibles a la percepción humana. Los definieron como esferas que todo lo incluyen y en las que uno puede actuar y luchar. Dicho de otro modo, se trata de mundos en los que el ser humano puede vivir y morir como en este mundo de la vida cotidiana.

A lo largo de nuestros trece años de relación don Juan me enseñó los pasos básicos para lograr la proeza de *ver*. En mis obras anteriores he analizado dichos pasos, aunque jamás me he referido a la clave del proceso: los pases mágicos. Don Juan me enseñó muchísimos pases mágicos y, junto a ese caudal de conocimientos, me dejó la certidumbre de que yo era el último eslabón de su linaje. Aceptarlo representó para mí la tarea de buscar nuevos modos de difundir los conocimientos de su linaje, dado que su continuidad ya no era un problema.

En este aspecto debo aclarar una cuestión muy importante: don Juan Matus nunca se preocupó por transmitir sus co-

nocimientos, lo que le interesaba era perpetuar su linaje. Las tres discípulas y yo –que, según dijo, fuimos elegidos por el espíritu propiamente dicho, ya que él no tuvo participación activa– fuimos los medios para garantizar dicha perpetuación. Por consiguiente, don Juan hizo un esfuerzo titánico para enseñarme todo lo que sabía sobre brujería o chamanismo y sobre el desarrollo de su linaje.

En el transcurso de mi formación se percató de que mi configuración energética era tan distinta a la suya que lo único que podía significar era el fin de su linaje. Repliqué que me molestaba profundamente su interpretación de las diferencias invisibles que existían entre nosotros. No me gustaba la carga de ser el último de su linaje ni comprendía su forma de pensar.

En cierta ocasión me comentó que los chamanes del antiguo México consideraban que, tal como lo entienden los seres humanos, elegir es la condición previa del mundo cognitivo del hombre, pero sólo se trata de una interpretación benévola de lo que se encuentra cuando la conciencia trasciende el cojín de nuestro mundo, una interpretación benévola de la aceptación. Los seres humanos están dominados por fuerzas que los empujan en todas direcciones y el arte de los brujos no consiste en elegir, sino en ser lo bastante sutiles para aceptar.

–Aunque parece que no hacen nada más que tomar decisiones, los chamanes no deciden nada –puntualizó–. Yo no decidí elegirte ni que fueras como eres. Como no podía elegir a quién transmitiría mis conocimientos tuve que aceptar al que me ofreció el espíritu. Esa persona fuiste tú y energéticamente sólo eres capaz de terminar, no de continuar.

Insistió en que el fin de su linaje no tenía nada que ver con él, con sus esfuerzos ni con su éxito o fracaso en cuanto brujo que busca la libertad total. Lo interpretó como algo relacionado con una elección ejercitada más allá del nivel humano, no por seres o entidades, sino por las fuerzas impersonales del universo.

Finalmente acepté lo que don Juan llamaba mi destino. Aceptarlo me obligó a afrontar otra cuestión que denominaba *cierra la puerta al irte*. Es decir, asumí la responsabilidad de decidir exactamente qué haría con todo lo que me había enseñado y de cumplir la decisión al pie de la letra. En primer lugar, me planteé la pregunta crucial de qué haría con los pases mágicos: la faceta de las enseñanzas de don Juan que estaba más

cargada de pragmatismo y funcionalismo. Opté por usar los pases mágicos y enseñarlos a quien quisiera aprenderlos. La decisión de poner fin al secreto que secularmente los rodeó fue, como es lógico, el corolario de mi convicción absoluta de que soy el fin del linaje de don Juan. Me parecía inconcebible acarrear secretos que ni siquiera me pertenecían. Envolver los pases mágicos en el manto del secreto no fue decisión mía; yo sólo decidí poner fin a esa situación.

A partir de entonces me esforcé por encontrar una forma más genérica para los pases mágicos, una forma adecuada para cualquier persona, lo que dio como resultado la configuración de pases ligeramente modificados. He llamado *Tenseguridad* a la nueva configuración de movimientos, vocablo que pertenece a la arquitectura y significa «propiedad de los armazones que utilizan miembros de tensión continua y miembros de compresión discontinua de tal modo que cada uno opera con el máximo de eficacia y economía».

Me gustaría hacer una aclaración para explicar qué son los pases mágicos de los chamanes que vivieron en el antiguo México: para don Juan la «antigüedad» quería decir hace diez mil años o más, cifra que resulta incongruente si la analizamos desde la perspectiva de los estudiosos modernos. Cuando planteé la discrepancia entre su cálculo y el que yo consideraba más realista don Juan no cedió un ápice en sus convicciones. Estaba seguro de que los habitantes del Nuevo Mundo hace diez milenios se interesaron vivamente por cuestiones del universo y de la percepción que el hombre moderno ni siquiera es capaz de atisbar.

Al margen de las interpretaciones cronológicas divergentes, para mí la eficacia de los pases mágicos es incuestionable y me siento obligado a esclarecer la cuestión respetando estrictamente la forma en que me fue presentada. El efecto directo que han ejercido en mí tuvo una gran influencia en el modo en que los abordo. En esta obra ofrezco una reflexión íntima sobre dicha influencia.

Pases mágicos

La primera vez que don Juan se explayó sobre los pases mágicos comenzó por un comentario despectivo sobre mi peso.

–Estás muy regordete –aseguró, me miró de arriba abajo y meneó la cabeza con gesto desaprobador–. Te falta poco para estar obeso. Tu deterioro se nota. Al igual que el resto de tu raza tienes una bola de grasa en el cuello, como los toros. Ha llegado el momento de que te tomes en serio uno de los grandes hallazgos de los chamanes: los pases mágicos.

–Don Juan, ¿a qué pases mágicos se refiere? Nunca habíamos hablado de este tema. Si lo ha mencionado lo hizo tan a la ligera que no lo recuerdo.

–No sólo te he dicho muchas cosas sobre los pases mágicos, sino que ya conoces un montón. Te los he enseñado sin cesar.

En lo que a mí se refería, no era cierto que me había enseñado pases mágicos, por lo que protesté acaloradamente.

–Vaya defensa apasionada de tu maravilloso yo –bromeó y frunció el ceño con gesto ridículo–. Quise decir que, como me imitas en todo, he sacado provecho de tu capacidad. Te he enseñado diversos pases mágicos y en todo momento has considerado que me encanta hacer crujir las articulaciones. Es así como lo interpretas: ¡hago crujir las articulaciones! Seguiremos llamándolos de esta forma. Te he mostrado diez modos de hacer crujir las articulaciones. Cada uno es un pase mágico que se adapta perfectamente a mi cuerpo y al tuyo. Podríamos decir que estos diez pases mágicos coinciden contigo y conmigo. Nos pertenecen personal e individualmente, como pertenecieron a otros brujos que en las veinticinco generaciones precedentes fueron como nosotros dos.

Como él mismo había dicho, los pases mágicos a los que don Juan aludía eran el modo en que yo creía que hacía crujir las articulaciones. Me parecía que movía los brazos, las piernas, el torso y las caderas de determinada manera para conseguir el estiramiento máximo de los músculos, los huesos y los ligamentos. Desde mi perspectiva, el resultado era una sucesión de crujidos que emitía para sorprenderme y divertirme. Es verdad que siempre me pedía que lo imitara. Con actitud desafiante me



retó a que memorizara los movimientos y los repitiese en casa hasta que mis articulaciones crujieran como las suyas.

Aunque nunca logré reproducir los sonidos, indiscutible e involuntariamente aprendí los movimientos. Ahora sé que no lograr que las articulaciones crujieran fue una especie de bendición porque los músculos y los tendones de los brazos y la espalda *no deben* estirarse tanto. Don Juan nació con facilidad para hacer crujir las articulaciones de los brazos y la espalda, del mismo modo que otras personas chasquean los nudillos.

—Don Juan, ¿cómo inventaron los pases mágicos los chamanes de la antigüedad?

—No los inventó nadie —replicó con severidad—. Pensar que los inventaron supone automáticamente la intervención de la mente, que no tiene nada que ver con los pases mágicos. Es mejor decir que los chamanes los descubrieron. Me explicaron que todo comenzó por la extraordinaria sensación de bienestar que experimentaban cuando alcanzaban estados chamanísticos de *conciencia acrecentada*. Notaban un vigor tan intenso y cautivador que se esforzaban por sentir lo mismo en la vigilia.

En cierta ocasión don Juan me explicó que los chamanes creían que, en un sentido amplio, la *conciencia acrecentada* creaba un estado de bienestar. Poco después comprobaron que no todos los estados de *conciencia acrecentada* chamánica que alcanzaban producían la misma sensación de bienestar. La observación atenta les permitió saber que esa sensación de bienestar se producía cuando realizaban un tipo concreto de movimientos corporales. Se dieron cuenta de que, al entrar en estados de *conciencia acrecentada*, sus cuerpos se movían involuntariamente de determinadas maneras que eran el origen de la peculiar sensación de plenitud física y mental.

Don Juan añadió que siempre había pensado que los movimientos que los cuerpos de los chamanes realizaban espontáneamente en estados de *conciencia acrecentada* eran una especie de herencia oculta de la humanidad, algo profundamente arraigado que sólo era revelado a quienes lo buscaban. Describió a los brujos como buceadores de las profundidades que, sin saberlo, recuperan dicha herencia.

Don Juan acotó que los chamanes hicieron un laborioso intento de reunir los movimientos que recordaban. Sus esfuerzos dieron resultado. Recrearon movimientos que habían considerado reacciones espontáneas del cuerpo en el estado de *con-*

ciencia acrecentada. Alentados por el éxito obtenido, recuperaron centenares de movimientos y los ejecutaron sin intentar organizarlos mediante una clasificación comprensible. Llegaron a la conclusión de que, en el estado de *conciencia acrecentada*, los movimientos se producían espontáneamente y una fuerza guiaba los efectos sin la intervención de la voluntad de los brujos.

Don Juan comentó que el carácter de estos hallazgos le llevó a creer que los brujos de la antigüedad eran seres extraordinarios porque los movimientos que descubrieron no fueron revelados de la misma manera a los chamanes modernos que alcanzaron la *conciencia acrecentada*. Tal vez se debió a que, de alguna manera, los chamanes modernos los aprendieron antes de sus predecesores o a que los brujos de la antigüedad tenían más *masa energética*.

-Don Juan, ¿qué significa que tenían más *masa energética*? -inquirí-. ¿Eran más corpulentos?

-No creo que fueran más corpulentos, sino que energéticamente aparecían ante el vidente con forma oblonga. Se autodenominaban *huevos luminosos*. Nunca en mi vida he visto un *huevo luminoso*. Sólo he visto *bolas luminosas*. Por consiguiente, cabe suponer que a lo largo de las generaciones el hombre ha perdido parte de la *masa energética*.

Don Juan me explicó que para el vidente el universo se compone de una cantidad infinita de campos de energía. Ante el vidente aparecen como filamentos luminosos que salen disparados en todas direcciones. Don Juan añadió que dichos filamentos atraviesan las bolas luminosas que son los seres humanos y que se podía suponer que eran mucho más altos que una bola si antaño habían tenido forma oblonga, como de huevo. Por lo tanto, los campos de energía que tocaban la coronilla del *huevo luminoso* de los seres humanos ya no la rozan porque se han convertido en *bolas luminosas*. En opinión de don Juan, se trataba de una pérdida de la *masa energética* que, por lo visto, había sido decisiva para recuperar el tesoro bien guardado: los pases mágicos.

-Don Juan, ¿por qué los pases de los chamanes de la antigüedad se llaman pases mágicos? -le pregunté en cierta ocasión.

-No sólo se les llama pases mágicos. ¡Son mágicos! Producen un efecto que no responde a las explicaciones habituales. Los movimientos no son ejercicios físicos ni posturas cor-

porales, sino verdaderos intentos de alcanzar el estado óptimo del ser. La *magia* de los movimientos radica en el cambio sutil que los practicantes experimentan al ejecutarlos. Los movimientos introducen en el estado físico y mental del practicante una cualidad efímera, una especie de brillo, una luz en la mirada. Este cambio sutil es el *toque del espíritu*. Es como si a través de los movimientos los practicantes recuperaran un vínculo inutilizado con la fuerza vital que los sustenta.

Explicó que otro motivo por el cual los movimientos se denominan *pases mágicos* consiste en que, al practicarlos, en lo que a la percepción se refiere los chamanes son transportados a otros estados del ser en los que perciben el mundo de manera indescriptible.

–En virtud de esta cualidad, de su magia, los pases no deben practicarse como ejercicios, sino como el modo de llamar al poder.

–¿Se les puede considerar movimientos físicos a pesar de que nunca han sido interpretados así? –quise saber.

–Practícalos como más te guste –repuso don Juan–. Cualquiera que sea la interpretación, los pases mágicos realzan la conciencia. Lo más inteligente sería tomarlos por lo que son: pases mágicos que, al ejecutarse, permiten que los practicantes se despojen de la máscara de la socialización.

–¿Qué es la máscara de la socialización?

–La apariencia que todos defendemos y por la cual morimos, la apariencia que adquirimos para estar en el mundo, la que nos impide desplegar la totalidad de nuestro potencial, la que nos lleva a creer que somos inmortales. El *intento* de miles de brujos impregna estos movimientos, y ejecutarlos, incluso de una manera casual, permite que la mente se detenga.

–¿Qué quiere decir que permiten que la mente se detenga?

–Reconocemos e identificamos todo lo que hacemos en el mundo porque lo convertimos en líneas de semejanza, líneas de cosas unidas por la finalidad. Por ejemplo, si digo *tenedor* inmediatamente acude a tu mente la idea de la cuchara, el cuchillo, el mantel, la servilleta, el plato, la taza y el platillo, la copa de vino, el chili con carne, un banquete, un cumpleaños, una fiesta. Sin duda podrías mencionar casi hasta el *infinito* cosas unidas por la finalidad. Todo lo que hacemos se encadena de esta forma. Lo curioso es que los brujos *ven* que estas líneas de semejanza o líneas de cosas unidas por la finalidad

se relacionan con la idea humana de que las cosas son inmodificables y eternas, como la palabra de Dios.

—Don Juan, no entiendo por qué incorpora la palabra de Dios a esta aclaración. ¿Qué tiene que ver con lo que intenta explicar?

—¡Todo! —exclamó—. Parece que en nuestra mente el universo entero es la palabra de Dios: algo absoluto e inmutable. Así nos comportamos. En lo más profundo de nuestra mente existe un mecanismo de control que nos impide detenernos a analizar que, tal como la aceptamos y creemos en ella, la palabra de Dios pertenece a un mundo muerto. Por su parte, el mundo vivo es un flujo constante. Se mueve, cambia, invierte la dirección. El motivo más abstracto por el cual los pases mágicos de los chamanes de mi linaje lo son consiste en que, al ejecutarlos, los cuerpos de los practicantes se percatan de que, en lugar de ser una cadena ininterrumpida de objetos afines, todo es una corriente, un flujo. Si todo lo que existe en el universo es un flujo o una corriente, ésta puede detenerse. Es posible represarla para detener o desviar el flujo.

En otra ocasión don Juan me explicó el efecto general que la práctica de los pases mágicos surtía en los chamanes de su linaje y los relacionó con lo que les sucedería a los practicantes modernos.

—Los brujos de mi linaje se llevaron un susto de muerte al darse cuenta de que la práctica de los pases mágicos provocaba la detención del flujo ininterrumpido de las cosas. Construyeron una sucesión de metáforas para describirla, pero se equivocaron cuando intentaron explicarla o reconsiderarla. Cayeron en los rituales y el ceremonial. Se dedicaron a representar el acto de detener el flujo de las cosas. Supusieron que si determinadas ceremonias y rituales se centraban en un aspecto concreto los pases mágicos conducirían a un resultado específico. Al cabo de poco tiempo la cantidad y complejidad de ritos y ceremonias resultó más engorrosa que el número de pases mágicos. Es de suma importancia centrar la atención de los practicantes en un aspecto definido de los pases mágicos. Sin embargo, dicha fijación debe ser ligera, divertida, carente de pesimismo y rigidez. Debe hacerse por diversión, sin esperar nada a cambio.

Puso como ejemplo a un compañero, el chamán Silvio Manuel, a quien le encantaba y se regodeaba adaptando los pases mágicos de los brujos de la antigüedad a los pasos de la

danza moderna. Don Juan describió a Silvio Manuel como un excelso acróbata y bailarín que, de hecho, realizaba los pases mágicos danzando.

—El nagual Elías Ulloa fue el renovador más destacado de mi linaje. Por decirlo de alguna manera, arrojó los rituales por la ventana y ejecutó los pases mágicos con la única finalidad con la que originalmente se practicaron en el pasado remoto: con el propósito de *redistribuir la energía*. El nagual Julián Osorio, su sucesor, asestó el definitivo golpe mortal a los rituales. Como era un auténtico actor profesional que en cierta época se ganó la vida en las tablas, atribuyó mucha importancia a lo que los brujos denominaban el *teatro chamanístico*. Lo denominó *teatro del infinito* y le incorporó todos los pases mágicos que estaban a su alcance. Cada movimiento de los personajes que interpretó estaba imbuido de los pases mágicos. Por si esto fuera poco, convirtió el teatro en una nueva vía para enseñarlos. Entre el nagual Julián, el actor del *infinito*, y Silvio Manuel, el bailarín del *infinito*, resolvieron la cuestión. ¡Por el horizonte asomó una nueva era: la de la pura *redistribución*!

La explicación que don Juan dio de la *redistribución* sostenía que, percibidos como conglomerados de campos de energía, los seres humanos son unidades energéticas herméticas y con límites definidos que impiden la entrada y la salida de la energía. En consecuencia, la energía existente en el seno del conglomerado de campos de energía es lo único con que cuenta cada individuo.

—Los seres humanos tienden espontáneamente a apartar la energía de los centros de vitalidad, situados en el lado derecho del cuerpo, justo en el borde de la caja torácica, en la zona del hígado y la vesícula biliar; en el lado izquierdo del cuerpo, también en el borde de la caja torácica, en la zona del páncreas y el bazo; en la espalda, debajo de los otros dos centros, alrededor de los riñones, y en la zona de las glándulas suprarrenales; en la base del cuello, en la V que forman el esternón y la clavícula y, en las mujeres, alrededor del útero y los ovarios.

—Don Juan, ¿de qué manera los humanos apartan la energía?

—A través de las preocupaciones y dejándose arrastrar por el estrés de la vida cotidiana. La coerción de las actividades diarias pasa factura al cuerpo.

—Don Juan, ¿qué sucede con esta energía?

-Se acumula en la periferia de la *bola luminosa* y en ocasiones forma un depósito grueso semejante a la corteza de árbol. Los pases mágicos se vinculan con el ser humano total en cuanto cuerpo físico y como conglomerado de campos de energía. Agitan la energía acumulada en la *bola luminosa* y la devuelven al cuerpo físico propiamente dicho. Hacen participar al cuerpo como entidad física que padece la dispersión de la energía y como entidad energética capaz de *redistribuir* la energía dispersada. Acumular energía en la periferia de la *bola luminosa*, es decir, energía que no *se redistribuye*, es tan inútil como no tenerla. Resulta aterrador disponer de un excedente de energía acumulada y que en la práctica sea inaccesible. Es como estar en el desierto, a punto de morir de deshidratación, y acarrear un depósito de agua que no puedes abrir porque careces de herramientas. En ese desierto ni siquiera encuentras una piedra con la que golpearlo y romperlo.

La verdadera magia de los pases radica en que permiten que la energía encostrada vuelva a entrar en los centros de vitalidad, de ahí la sensación de bienestar y habilidad que experimentan los practicantes. Antes de consagrarse a un exceso de rituales y ceremonias, los chamanes del linaje de don Juan sentaron las bases de la *redistribución*. La llamaron *saturación*, pues inundaron sus cuerpos con numerosos pases mágicos para permitir que la fuerza aglutinante los guiara y provocase la máxima *redistribución* de energía.

-Don Juan, ¿está diciendo que cada vez que hace crujir las articulaciones o que yo intento imitarlo en realidad lo que hacemos es *redistribuir energía*? -le pregunté sin la pretensión de ser sarcástico.

-Cada vez que ejecutamos un pase mágico modificamos las estructuras básicas de nuestro ser. La energía habitualmente encostrada se libera y entra en los vórtices de vitalidad del cuerpo. Sólo a través de la energía recuperada podemos levantar un dique o una barrera que contenga el flujo, por lo demás incontenible y siempre deletéreo.

Pedí a don Juan que diese un ejemplo de cómo contener lo que denominaba el flujo deletéreo y añadí que quería visualizarlo mentalmente.

-Te daré un ejemplo. A mi edad debería padecer hipertensión. Si visitara al médico, nada más verme supondría que soy un viejo indio cargado de incertidumbres, frustraciones y mala

alimentación. Como es lógico, todo esto daría por resultado una dolencia tan esperada y previsible como la hipertensión: consecuencia aceptable a mis años. Pero no padezco hipertensión. No se debe a que sea más fuerte que la media o a mi disposición genética, sino a que los pases mágicos han permitido que mi cuerpo rompiera las pautas de comportamiento que conducen a la hipertensión. Puedo afirmar legítimamente que, después de la ejecución de un pase mágico, cada vez que hago crujir las articulaciones bloqueo el flujo de expectativas y comportamientos que a mi edad suelen provocar hipertensión. También puedo poner como ejemplo la agilidad de mis rodillas –prosiguió–. ¿Has notado que soy mucho más ágil que tú? ¡Si se trata de mover las rodillas parezco un niño! Con los pases mágicos represó la corriente de comportamientos y actitudes físicas que llevan a que, con la edad, se anquilosen las rodillas de los seres humanos.

Una de las sensaciones más molestas que he experimentado se debía a que, aunque podría haber sido mi abuelo, don Juan Matus era infinitamente más joven que yo. Por comparación, yo era rígido, obstinado, reiterativo y senil. Por su parte, don Juan era inventivo, ingenioso, ágil y estaba lleno de recursos. En síntesis, don Juan poseía algo que yo no tenía a pesar de mis pocos años: juventud. Le encantaba repetirme constantemente que la juventud no era lo mismo que tener pocos años y que estos en modo alguno evitaban la senilidad. Reiteró que si observaba de forma atenta y desapasionada al resto de los humanos comprobaría que, cuando cumplían veinte años, ya estaban seniles y se repetían neciamente.

–Don Juan, ¿cómo es posible que sea más joven que yo?

–Porque he vencido a mi mente –respondió y abrió desmesuradamente los ojos para transmitir desconcierto–. Mi mente no me dice que ha llegado el momento de ser viejo. No acato acuerdos en los que no participé. Recuérdalo: no es sólo para los chamanes la consigna de que no acatan acuerdos en los que no participaron. Sentirse agobiado por los años es un pacto de esas características.

Permanecimos largo rato en silencio. Pensé que don Juan quería ver el efecto que sus palabras surtían en mí. Lo que consideraba mi unidad psicológica quedó desgarrada por mi respuesta claramente dual. Por un lado, repudí con todas mis fuerzas los disparates que don Juan expresó y, por el otro, no

pude negar la pertinencia de sus comentarios. Don Juan era viejo..., pero no lo era. Era muchos siglos más joven que yo. Se había liberado de pensamientos y hábitos que lo obstaculizaban. Recorría mundos increíbles. Era libre mientras yo permanecía encarcelado a causa de patrones de pensamiento y hábitos muy pesados, de consideraciones mezquinas e inútiles sobre mí mismo que, por primera vez, en aquellas circunstancias, sentí que ni siquiera me pertenecían.

En otra ocasión pregunté a don Juan algo que me preocupaba desde hacía mucho tiempo. Había asegurado que los chamanes del antiguo México descubrieron los pases mágicos y que eran una especie de tesoro oculto, guardado a la espera de que la humanidad lo encontrase. Quería saber quién lo había guardado y la única idea que se me ocurrió procedió del catolicismo: pensé que lo había hecho Dios, el ángel de la guarda o el Espíritu Santo.

-No ha sido el Espíritu Santo, que sólo es santo para ti porque en el fondo eres católico. Tampoco ha sido Dios que, según tu interpretación, es una especie de padre benévolo. No ha sido una diosa, una madre nutritiva que se ocupa de los asuntos humanos, como creen muchas personas. Más bien se trata de una fuerza impersonal que aguarda con infinidad de cosas a los que se atreven a buscarla. Es una fuerza del universo, como la luz o la gravedad. Es un factor aglutinante, una fuerza vibratoria que une el conglomerado de campos de energía que son los seres humanos y forma una unidad concisa y cohesiva. Esta fuerza vibratoria es el factor que impide que la energía entre o salga de la *bola luminosa*. Los chamanes del antiguo México estaban convencidos de que la práctica de los pases mágicos es el único factor que prepara el cuerpo y lo conduce a la corroboración trascendental de la existencia de dicha fuerza aglutinante.

☉ A través de las explicaciones de don Juan llegué a la conclusión de que la fuerza vibratoria a la que se refería -la que aglutina nuestros campos de energía- se parece a lo que los astrónomos modernos suponen que ocurre en el centro de todas las galaxias que existen en el cosmos. Parten de la hipótesis de que, en el seno de las galaxias, una fuerza de incalculable poder mantiene las estrellas en su sitio. Dicha fuerza, denominada «agujero negro», es un constructo teórico que parece la explicación más razonable del motivo por el cual las

estrellas no salen disparadas, impulsadas por sus respectivas velocidades de rotación.

Don Juan añadió que los chamanes de la antigüedad sabían que, en cuanto conglomerados de campos de energía, los seres humanos no están unidos por envolturas o ligamentos energéticos, sino por una especie de vibración que permite que todo esté vivo y en su sitio. En cuanto eran plenamente conscientes de su existencia, por mediación de las prácticas y la disciplina, los brujos se volvían capaces de manejar dicha fuerza vibratoria. Su habilidad se tornó tan extraordinaria que sus actos se convirtieron en leyendas y en acontecimientos mitológicos que sólo existen como fábulas. Por ejemplo, don Juan refirió que los chamanes de la antigüedad eran capaces de disolver su masa física situando su conciencia y su *intento* en esta fuerza.

Don Juan aseguró que, aunque eran capaces de atravesar un agujero de alfiler si lo consideraban necesario, a los brujos nunca les satisfizo el resultado de la maniobra de disolver la masa. La insatisfacción radicaba en que, una vez disuelta la masa, desaparecía su capacidad de actuar. Sólo podían ser testigos de los acontecimientos, ya que les resultaba imposible participar. Según don Juan, la frustración que experimentaron –consecuencia de la imposibilidad de actuar– se convirtió en una pega decisiva: la obsesión por descubrir la naturaleza de la fuerza vibratoria, obsesión generada por la necesidad de concreción, lo que les llevó a querer dominar y controlar dicha fuerza. Experimentaron el intenso deseo de contraatacar desde la condición espectral de la falta de masa, algo que según don Juan jamás lograron.

Una vez comprobado que es imposible ser concreto y utilitarista en relación con la fuerza vibratoria, los practicantes modernos –herederos culturales de los chamanes de la antigüedad– se han decantado por la única alternativa racional: tomar conciencia de esta fuerza sin otra finalidad que la elegancia y el bienestar que produce el conocimiento.

Cierta vez don Juan me dijo:

–El único momento permisible en que los chamanes modernos utilizan el poder de la fuerza vibratoria aglutinante es cuando arden desde dentro, a la hora de dejar este mundo. Para los brujos es muy fácil centrar su conciencia total y absoluta en esta fuerza de enlace con el *intento* de arder y ascienden en llamas como una ráfaga de aire.

La Tensegridad

La *Tensegridad* es la versión moderna de los pases mágicos de los chamanes del antiguo México. El vocablo *Tensegridad* es muy apropiado porque mezcla dos palabras, *tensión* e *integridad*, que aluden a las dos fuerzas impulsoras de los pases mágicos. La actividad creada por la contracción y la relajación de los tendones y los músculos del cuerpo es la *tensión*. Por su parte, la *integridad* es el acto de considerar el cuerpo como una unidad completa, competente y perfecta.

La Tensegridad se enseña como sistema de movimientos porque es la única forma en la que, en nuestros días, puede abordarse el tema misterioso y extenso de los pases mágicos. Los seres humanos que actualmente practican la Tensegridad no son brujos a la búsqueda de alternativas chamanísticas que requieren disciplina rigurosa, esfuerzos y dificultades. Por consiguiente, hemos de valorar los pases mágicos como movimientos y por las consecuencias que producen.

Don Juan Matus me explicó que, en lo que a los pases mágicos se refiere, el primer impulso de los chamanes de su linaje, que vivieron en México en la antigüedad, consistió en *saturarse* de movimiento. Agruparon las posturas y los movimientos corporales. Creyeron que, cuanto más largo el grupo, mayor era el efecto de *saturación* y la necesidad de que los practicantes apelaran a la memoria para recordarlo.

Después de organizar los pases mágicos en grupos largos y practicarlos como secuencias, los chamanes del linaje de don Juan consideraron que el criterio de *saturación* estaba cumplido y lo descartaron. A partir de entonces buscaron lo contrario: la fragmentación de los grupos largos en segmentos que practicaron en cuanto unidades independientes e individuales. La forma en que don Juan Matus enseñó los pases mágicos a sus cuatro discípulos –Taisha Abelar, Florinda Donner-Grau, Carol Tiggs y yo– fue resultado de la búsqueda de la fragmentación.

Don Juan opinaba que era obvio el beneficio que representaba practicar los grupos largos, pues obligaba a los iniciados en el chamanismo a utilizar la memoria cinética. Conside-



raba que el empleo de la memoria cinética es una verdadera bendición, que los chamanes la habían descubierto por casualidad y que surtía el efecto tan maravilloso de aislar del ruido de la mente: el *diálogo interior*.

Don Juan ya me había explicado que el modo en que reforzamos la percepción del mundo y la fijamos en determinado nivel de eficacia y funcionamiento consiste en hablar con nosotros mismos.

- Toda la humanidad mantiene cierto nivel de funcionamiento y eficacia a través del *diálogo interior*. El *diálogo interior* es la clave que mantiene fijo el *punto de encaje* en la posición compartida por todos los humanos: a la altura de los omóplatos y a un brazo de distancia. Al alcanzar lo contrario al *diálogo interior*, es decir, el *silencio interior*, los practicantes rompen la fijación de los *puntos de encaje* y consiguen una extraordinaria fluidez perceptiva.

La práctica de la Tensegridad gira en torno a la realización de los grupos largos, que en lo que a la Tensegridad se refiere han sido rebautizados como *series* para evitar las consecuencias genéricas de denominarlos simplemente *grupos*, como los llamaba don Juan. Para conseguir esta disposición hubo que restablecer los criterios de *saturación* que llevaron a la creación de los grupos largos. Los practicantes de la Tensegridad necesitaron años de meticolosos y concentrados esfuerzos para recuperar gran parte de los grupos desmembrados.

La recuperación de los criterios de *saturación* a través de la práctica de las series largas dio por resultado lo que don Juan ya había definido como el objetivo moderno de los pases mágicos: la *redistribución de la energía*. Don Juan estaba convencido de que éste es el propósito implícito en los pases mágicos, incluso en la época de los brujos de la antigüedad. Al parecer, los chamanes antiguos no lo sabían y, si lo supieron, no llegaron a conceptualizarlo con tanta claridad. Es evidente que lo que buscaron ávidamente y experimentaron como sensación de bienestar y plenitud al realizar los pases mágicos fue, en esencia, el efecto de la energía no utilizada y reclamada por los centros de vitalidad del cuerpo.

La Tensegridad ha reorganizado los grupos largos y ha mantenido muchos fragmentos como unidades individuales de funcionamiento. Estas unidades se han encadenado según sus propósitos -por ejemplo, el propósito del *intento*, el propósito

de la *recapitulación*, el propósito del *silencio interior* y así sucesivamente— y así se han creado las series de la Tensegridad. De esta forma se ha desarrollado un sistema que busca los mejores resultados realizando secuencias largas de movimientos que, sin duda, ponen a prueba la memoria cinética de los practicantes.

En todos los demás sentidos la Tensegridad se enseña reproduciendo fielmente el modo en que don Juan transmitió los pases mágicos a sus discípulos. Proporcionó muchísimos detalles y desconcertó con la cantidad y variedad de pases mágicos que enseñó y con la conclusión de que cada uno es un camino al *infinito*.

Durante años los discípulos se sintieron abrumados, confundidos y, sobre todo, desanimados, pues consideraron que esa riada era un ataque injusto.

En cierta ocasión lo interrogué sobre el tema y respondió en estos términos:

—Cuando te enseñé los pases mágicos sigo el método de los chamanes tradicionales: *enturbiar* tu perspectiva lineal. Al *saturar* tu memoria cinética creo una vía para que llegues al *silencio interior*. Nos queda muy poco espacio para la memoria cinética porque estamos llenos a rebosar de las idas y venidas del mundo de la vida cotidiana. Es posible que te hayas percatado de que tú no la tienes. Cuando imitas mis movimientos te resulta imposible mirarme a la cara. Necesitas situarte a mi lado para establecer con tu propio cuerpo la derecha y la izquierda. Si te enseñara una secuencia larga tendrías que repetirla varias semanas para recordar todos los movimientos. Cuando intentas memorizarlos tienes que hacerles sitio en tu memoria, lo que te lleva a apartar otras cuestiones. Éste es el efecto que buscaban los chamanes de la antigüedad.

Don Juan estaba seguro de que, a pesar de la confusión, si practicaban tenazmente los pases mágicos los discípulos llegarían al umbral en el que la *energía redistribuida* inclinaría la balanza y podrían realizarlos con claridad meridiana.

Me costó mucho creer las afirmaciones de don Juan. Sin embargo, tal como había expresado, llegó un momento en que dejé de sentirme confuso y desanimado. De forma misteriosa, los pases mágicos —que no por nada lo son— se organizaron por sí mismos en secuencias extraordinarias que aclararon todo.

Don Juan explicó que mi claridad era resultado de la *redistribución de la energía*.

La inquietud de las personas que en nuestros días practican la Tensegridad es exactamente igual a mi preocupación y a la de las otras discípulas de don Juan cuando empezamos a ejecutar los pases mágicos: quedan desconcertadas por la cantidad de movimientos. Les digo lo que don Juan me repitió una y otra vez: es de máxima importancia practicar cualquier secuencia de la Tensegridad que se recuerde. A la larga, la *saturación* provocada a voluntad da los mismos resultados que buscaban los chamanes del antiguo México: la *redistribución de la energía* y las tres cuestiones que lo acompañan, es decir, la interrupción del *diálogo interior* , la posibilidad del *silencio interior* y la fluidez del *punto de encaje* .

A nivel personal puedo asegurar que, al *saturarme* de pases mágicos, don Juan logró dos proezas impresionantes: en primer lugar, hizo aflorar un tropel de recursos ocultos –como la capacidad de concentración y la de recordar detalles– que yo tenía pero cuya existencia ignoraba y, en segundo lugar, quebró paulatinamente mi obsesión por la interpretación lineal.

Cuando hablamos de lo que yo experimentaba en este aspecto, don Juan explicó:

–Lo que te ocurre es que, una vez que el *diálogo interior* se reduce al mínimo, notas la llegada del *silencio interior* . Un nuevo flujo de cosas entra en tu campo de percepción. Estas cuestiones siempre estuvieron en la periferia de tu conciencia general, pero no disponías de suficiente energía para ser deliberadamente consciente de su existencia. Por decirlo de alguna manera, a medida que desvías el *diálogo interior* otros elementos de la conciencia ocupan el espacio vacío. El nuevo flujo de energía que los pases mágicos llevan a tus centros de vitalidad da más fluidez a tu *punto de encaje* , que ya no está rígidamente vallado. Los miedos ancestrales que nos impiden dar un paso han dejado de impulsarte. Los brujos dicen que la energía nos libera y me parece que es una verdad absoluta.

En lo que a los movimientos se refiere, el estado ideal de los practicantes de la Tensegridad es el mismo que el de los practicantes del chamanismo con respecto a la ejecución de los pases mágicos. Tanto a unos como a otros los movimientos los conducen a una culminación sin precedentes. A partir de aquí los practicantes de la Tensegridad están en condicio-

nes de ejecutar por sí mismos, para conseguir los efectos que consideren adecuados y sin instrucciones externas, cualquier movimiento del conjunto con el que han sido *saturados*; como tendrán energía los realizarán con precisión y velocidad mientras caminan, comen, descansan o desarrollan cualquier otra actividad.

Como demuestra la Tensegridad, la ejecución de los pases mágicos no exige un tiempo y un espacio determinados. Sin embargo, deben practicarse lejos de fuertes corrientes de aire. Don Juan temía las consecuencias de las corrientes de aire en el cuerpo sudado. Estaba totalmente convencido de que no todas las corrientes de aire se deben al aumento o la disminución de la temperatura de la atmósfera y de que algunas corresponden a conglomerados de campos de energía comprimida que se desplazan decididamente por el espacio.

Don Juan tenía la certeza de que estos conglomerados de campos de energía poseen una variante específica de la conciencia, muy deletérea porque en general los seres humanos no la perciben y quedan indiscriminadamente expuestos. El efecto deletéreo de estos conglomerados predomina, sobre todo, en las grandes urbes, donde suelen confundirse, a falta de algo mejor, con el impulso creado por la velocidad de los coches.

Otro elemento que hay que tener en cuenta cuando se practica la Tensegridad es que, puesto que el objetivo de los pases mágicos es ajeno al hombre occidental, debemos hacer el esfuerzo de ejecutarla al margen de las preocupaciones del mundo cotidiano. Por muy bajo que esté el volumen, no debe mezclarse con cosas tan habituales como la conversación, la música, el sonido de la radio o la voz del locutor del telediario.

El marco de la vida urbana moderna facilita la formación de grupos y, en estas circunstancias, el único modo en que la Tensegridad puede enseñarse y ejecutarse en seminarios y talleres consiste en la creación de grupos de practicantes. La práctica en grupo es beneficiosa en muchos aspectos y deletérea en otros. Es beneficiosa porque permite el establecimiento de un consenso de movimientos y la oportunidad de aprender mediante la observación y la comparación. Es deletérea porque fomenta la dependencia de los demás y el surgimiento de órdenes y peticiones sintácticas relacionadas con la jerarquía.

Don Juan opinaba que, puesto que la totalidad del comportamiento humano se rige por el lenguaje, los seres humanos hemos aprendido a responder a lo que denominaba *órdenes sintácticos*, es decir, fórmulas elogiosas o de desaprobación incorporadas al lenguaje. Por ejemplo, las respuestas que cada individuo da o provoca en otros con frases hechas como: *No pasa nada, Un juego de niños, Ha llegado la hora de preocuparse, Podrías hacerlo mejor, No puedo, Tengo el trasero demasiado gordo, Soy el mejor, Soy el peor del mundo, Lo soportaré, Lo superaré, Todo se resolverá*, etc. Don Juan sostuvo que, de modo empírico, los chamanes siempre intentaron apartarse de las actividades que proceden de las órdenes sintácticas.

Según las explicaciones de don Juan, en principio los brujos del antiguo México enseñaron y practicaron los pases mágicos de manera individual y en solitario, espontáneamente o cuando surgía la necesidad. Los transmitió a sus discípulos de la misma manera. Insistió en que, para los chamanes, el desafío siempre ha consistido en practicarlos a la perfección, pensando exclusivamente en la perspectiva abstracta de la ejecución perfecta. Lo ideal sería enseñar y practicar la Tensegridad de la misma forma, si bien las condiciones de la vida moderna y la peculiaridad de que el objetivo de los pases mágicos se ha reformulado para abarcar una gran cantidad de personas obligan a buscar un nuevo enfoque. Por lo tanto, debe ejecutarse de la manera que resulte más fácil: en grupo, en solitario o combinada.

En mi caso, la práctica de la Tensegridad en grupos muy numerosos ha sido ideal porque me ha dado la ocasión única de presenciar algo que don Juan Matus y los chamanes de su linaje nunca vieron: los efectos de la *masa humana*. Don Juan y los brujos de su linaje, que consideraba que se remontaban veintisiete generaciones, jamás fueron testigos de las consecuencias de la masa humana. Ejecutaron los pases mágicos en solitario o en grupos de hasta cinco practicantes, por lo que los consideraron muy individualistas.

Si los practicantes de la Tensegridad son centenares, casi en el acto se crea una corriente energética. Ésta, que el chamán es capaz de *ver* sin dificultades, provoca en los practicantes la sensación de apremio. Es como si los recorriera un viento vibratorio que los dota de los elementos primarios del propósito. He tenido el privilegio de *ver* algo que considero portentoso.

so: el despertar del propósito, la base energética del ser humano. Don Juan Matus lo llamaba *intento inflexible* y me enseñó que es el instrumento imprescindible de los que viajan por lo desconocido.

Una cuestión de suma importancia que hay que tener en cuenta cuando se practica la Tensegridad es que los movimientos deben ejecutarse con la idea de que el beneficio de los pases mágicos llega por sí mismo. Es imprescindible recalcar esta idea. Al principio cuesta aceptar que la Tensegridad no es un sistema estandarizado de movimientos para desarrollar el cuerpo. Evidentemente lo desarrolla, pero sólo como derivado de un efecto más trascendental. Mediante *redistribución* de la energía que no se utiliza los pases mágicos conducen a los practicantes a un nivel de conciencia en el cual los parámetros de la percepción normal tradicional quedan anulados porque se expanden. Así, los practicantes incluso pueden entrar en mundos inimaginables.

–¿Y por qué me apetecería entrar en esos mundos? –pregunté a don Juan cuando describió esta consecuencia de los pases mágicos.

–Porque eres un ser de la conciencia, un percibidor como el resto de nosotros –replicó–. Los seres humanos están en un viaje de la conciencia, momentáneamente interrumpido por fuerzas ajenas. Te aseguro que somos seres mágicos de la conciencia y que si nos falta esta convicción no tenemos nada.

Se explayó y añadió que, a partir del momento en que se interrumpe el *viaje de la conciencia*, de alguna manera los seres humanos quedan atrapados en un remolino y giran, tienen la sensación de que se desplazan con la corriente aunque en realidad no se mueven.

–Hazme caso, ya que mis afirmaciones no son arbitrarias –acotó don Juan–. Lo digo porque he corroborado personalmente lo que descubrieron los chamanes del antiguo México: los humanos somos seres mágicos.

He necesitado treinta años de férrea disciplina para alcanzar un nivel cognitivo que me permite reconocer las afirmaciones de don Juan y demostrar su validez sin atisbo de duda. Ahora sé que los humanos somos seres de la conciencia, que participamos en el evolutivo *viaje de la conciencia*, que somos seres que no nos conocemos a nosotros mismos y que estamos llenos a rebosar de recursos increíbles que jamás aprovechamos.

Las seis series de la Tensegridad



Las seis series de la Tensegridad

Analizaremos las seis series siguientes:

1. La serie para preparar el *intento*
2. La serie para la matriz
3. La serie de los cinco intereses: La serie de Westwood
4. La separación del cuerpo izquierdo y el cuerpo derecho: la serie caliente
5. La serie de la masculinidad
6. La serie de dispositivos utilizados conjuntamente con determinados pases mágicos

Los pases mágicos de la Tensegridad que componen cada una de las series se ajustan al criterio de la eficacia máxima. Dicho de otra manera, cada pase mágico es el ingrediente imprescindible de una fórmula. Se trata de la reproducción del modo en que originalmente se empleaban las series largas de pases mágicos y cada una era autosuficiente para producir la máxima liberación de *energía redistribuible*.

Para ejecutar los movimientos con el máximo de eficacia es necesario tomar en consideración determinadas cuestiones:

1. Los pases mágicos de las seis series pueden repetirse tantas veces como se quiera a menos que se especifique lo contrario. Si primero se realizan con el lado izquierdo del cuerpo, a continuación deben repetirse la misma cantidad de veces con el derecho. Por regla general, cada pase mágico de las seis series comienza por el lado izquierdo.

2. Los pies han de estar separados a una distancia equivalente al ancho de los hombros. Es la forma equilibrada de repartir el peso del cuerpo. Si las piernas están demasiado separadas el equilibrio se resiente. Pasa otro tanto si están demasiado juntas. La mejor manera de encontrar la dis-



Fig. 1



Fig. 2



Fig. 3

tancia consiste en comenzar con los pies juntos (fig. 1). Se giran las puntas de los pies sin mover los talones y se abren hasta formar una V (fig. 2). El peso pasa del cuerpo a las puntas de los pies y se giran lateralmente los talones para situarlos a la misma distancia (fig. 3). Las puntas de los pies quedan alineadas en paralelo y la distancia que los separa es aproximadamente la del ancho de los hombros. Tal vez haya que hacer otro ajuste para conseguir el ancho deseado y el equilibrio óptimo del cuerpo.

3. Durante la ejecución de los pases mágicos de la Tensegridad las rodillas se mantienen ligeramente dobladas para que, al mirar hacia abajo, las rótulas impidan divisar las puntas de los pies (figs. 4 y 5), salvo en el caso de determinados pases en los que las rodillas permanecen extendidas. Las excepciones se señalan en la descripción de los pases. Mantener las rodillas extendidas no significa tensar las corvas hasta que duelan, sino estirarlas con delicadeza, sin aplicar demasiada fuerza.

Esta forma de doblar las rodillas es un añadido moderno a los pases mágicos y se origina en influencias recientes. Uno de los maestros del linaje de don Juan Matus fue el nagual Luján, marinero originario de China cuyo nombre era algo así como Lo-ban. Llegó a México al filo del siglo XIX y allí pasó el resto de su vida. Una de las chamanas del grupo de don Juan Matus viajó a Oriente y estudió artes marciales. El propio don Juan aconsejaba a sus discípulos que aprendieran a moverse de manera disciplinada practicando alguna variante de las artes marciales.

Otra cuestión a considerar o que se refiere a las rodillas ligeramente dobladas radica en que, cuando las piernas avanzan con movimiento de patoleo, las rodillas no se sacuden. La tensión de los músculos de los muslos debe mover toda la pierna. De esta forma los tendones de las rodillas no se lesionan.



4. Los músculos posteriores de los muslos deben estar tensos (fig. 6). Se trata de algo muy difícil. La mayoría de las personas aprenden fácilmente a tensar los músculos anteriores de los muslos, mientras que los posteriores permanecen flácidos. Don Juan decía que el lugar del cuerpo donde se acumula la historia personal es en los músculos posteriores de los muslos. En su opinión, los sentimientos se aposentan allí y se estancan. Insistía en que la dificultad para modificar las pautas de comportamiento podía atribuirse fácilmente a la flacidez de los músculos posteriores de los muslos.

5. Cuando se realizan los pases mágicos, los brazos se mantienen ligeramente doblados a la altura de los codos –nunca estirados del todo– antes de golpear, ya que de esta forma se evita la irritación de los tendones de los codos (fig. 7).

6. El pulgar siempre debe estar *cerrado*, es decir, curvado sobre la mano. No debe sobresalir (fig. 8). Los chamanes del linaje de don Juan consideraban que el pulgar es un elemento decisivo en lo referente a la energía y el funcionamiento. Creían que en la base del pulgar existen puntos en los que la energía se estanca, puntos capaces de regular el flujo de la energía del cuerpo. Para evi-

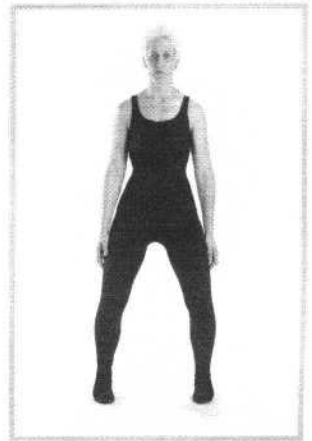


Fig. 4

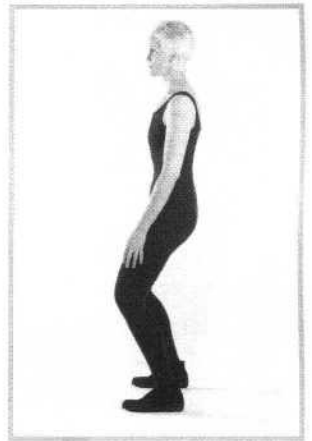


Fig. 5



Fig. 6



Fig. 7



Fig. 8

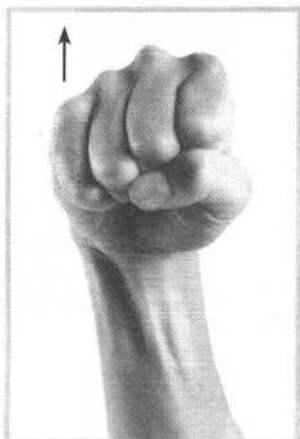


Fig. 9



Fig. 10



Fig. 11



Fig. 12

tar tensiones innecesarias o lesiones debidas a la sacudida enérgica de las manos adoptaron la medida de apoyar los pulgares en el filo interior.

7. Al cerrar el puño hay que levantar el meñique para evitar la posición de puño anguloso (fig. 9), en la que los dedos corazón, anular y meñique caen. Lo ideal es formar un puño cuadrado (fig. 10), en el que el anular y el meñique se levantan, lo que crea una peculiar tensión en la axila, tensión de lo más deseable para el bienestar general.

8. Cuando se abre el puño las manos quedan totalmente extendidas. Los tendones del dorso se ponen en actividad y la palma es una superficie plana regular (fig. 11). Don Juan prefería la palma plana para contrarrestar la tendencia –en su opinión, creada por la socialización– a ofrecer la mano ahuecada (fig. 12). Decía que la palma ahuecada es la de un mendigo y que todo aquel que practica los pases mágicos no es en modo alguno un mendigo, sino un guerrero.

9. Cuando los dedos se contraen a la altura del segundo nudillo y se cierran firmemente sobre la palma, los tendones del dorso de la mano se tensan al máximo, sobre todo los del pulgar (fig. 13). La tensión de los tendones ejerce presión en las muñecas y los antebrazos, zonas que, según creían los chamanes del antiguo México, eran decisivas para favorecer la salud y el bienestar.

10. Muchos movimientos de la Tensegridad exigen que las muñecas se inclinen hacia delante o hacia atrás, formando un ángulo de aproximadamente noventa grados, mediante la contracción de los tendones del antebrazo (fig. 14). La inclinación debe realizarse poco a poco porque la muñeca suele estar rígida y es importante que adquiera la flexibilidad necesaria para girar el dorso de la mano hasta que alcance el máximo ángulo con respecto al antebrazo.

11. Otra cuestión importante en la práctica de la Tensegridad es la actividad denominada *conectar el cuerpo*. Se trata de un acto singular en el que

todos los músculos del cuerpo y, en concreto, el diafragma se contraen durante un instante. Los músculos del estómago y del abdomen se sacuden, lo mismo que los que rodean los hombros y los omóplatos. Los brazos y las piernas se tensan simultáneamente con la misma fuerza, aunque sólo durante un segundo (figs. 15 y 16). A medida que progresen en la ejecución de los movimientos, los practicantes de la Tensegridad aprenderán a mantener más tiempo esta tensión.

Conectar el cuerpo no tiene nada que ver con el estado de tensión corporal permanente que caracteriza nuestra época. No podemos decir que el cuerpo está conectado cuando la tensión responde a las preocupaciones o al exceso del trabajo y los músculos del cuello están rígidos. Relajar los músculos o alcanzar un estado de serenidad tampoco significa desconectar el cuerpo. Según los chamanes del antiguo México, con los pases mágicos el cuerpo se pone en alerta y se prepara para actuar. Es lo que don Juan Matus denominaba *conectar el cuerpo*. Sostenía que cuando se interrumpe la tensión muscular de *conectar el cuerpo*, éste desconecta espontáneamente.

12. Según don Juan, el aliento y la respiración eran de suma importancia para los brujos del an-



Fig. 13



Fig. 14



Fig. 15

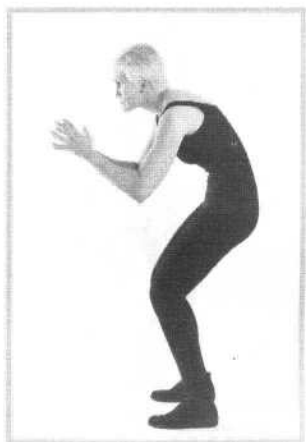


Fig. 16

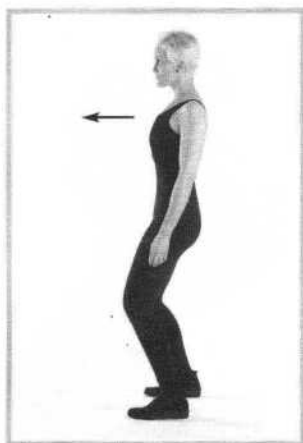


Fig. 17

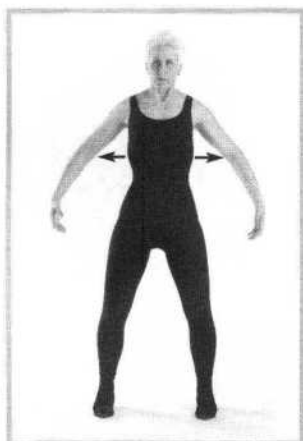


Fig. 18

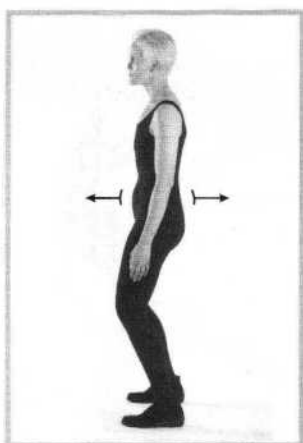


Fig. 19

tigo México. Los dividieron en respirar con lo alto de los pulmones, con la sección central y con el abdomen (figs. 17, 18 y 19). Llamaron *aliento animal* a la respiración mediante la expansión del diafragma y, según don Juan, lo practicaron a menudo por cuestiones de longevidad y salud.

Don Juan Matus estaba convencido de que la mayoría de los problemas de salud del hombre moderno pueden corregirse mediante la respiración profunda. Insistía en que los seres humanos de nuestros días tienden a respirar superficialmente. Con ayuda de los pases mágicos, uno de los objetivos de los chamanes del antiguo México consistía en preparar sus cuerpos para aspirar y espirar profundamente.

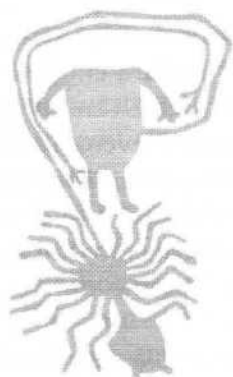
Por lo tanto, se recomienda que los movimientos de la Tensegridad que requieren aspiraciones y espiraciones profundas vayan acompañados de la ralentización de la entrada y la salida de aire para que la respiración sea más prolongada y profunda.

Otra cuestión importante relacionada con la respiración de la Tensegridad es que debe ser normal mientras se ejecutan los movimientos, salvo que la descripción del pase mágico especifique otra cosa.

13. Cuando se ejecutan los movimientos los practicantes deben comprender que la Tensegridad es, básicamente, la interacción entre la relajación y la tensión de determinados músculos del cuerpo para acceder a un deseado estallido físico que los chamanes del antiguo México llamaban la *energía de los tendones*. Se trata de una verdadera explosión de los nervios y los tendones situados debajo o en el centro de los músculos.

Dado que la Tensegridad es la tensión y la relajación de los músculos, la intensidad de la tensión muscular y el tiempo que los músculos permanecen en este estado, sea cual sea el pase mágico, dependen de la resistencia de los participantes. Lo

más aconsejable es que al inicio de la sesión la tensión y el tiempo sean mínimos. A medida que el cuerpo entra en calor la tensión se incrementa y el tiempo puede aumentarse, pero siempre de forma paulatina.



La primera serie

La serie para preparar el *intento*

Don Juan Matus sostenía que, en cuanto organismos, los seres humanos llevan a cabo una estu-penda maniobra de percepción que, lamentable-mente, crea un equívoco, un falso frente: asimilan toda la afluencia de pura energía que discurre por el universo y la convierten en datos sensoriales que interpretan según un severo sistema que los cha-manes denominan *la forma humana*. El acto mágico de interpretar la energía pura da origen al equívoco, a la peculiar convicción que los seres humanos tienen de que su sistema de interpretación es lo único que existe.

Don Juan esclarecía este fenómeno mediante un ejemplo. Decía que, tal como lo conocen los humanos, *árbol* es interpretación más que percep-ción. Añadía que, para establecer la presencia del *árbol*, los seres humanos sólo necesitan una mira-da superficial que prácticamente no les muestra nada. El resto es el fenómeno que definía como la *llamada del intento*, el *intento del árbol*, es decir, la inter-pretación de datos sensoriales correspondien-tes al fenómeno concreto que los humanos deno-minan *árbol*. Al igual que en el ejemplo, para don Juan el mundo de los seres humanos se compone de un repertorio infinito de interpretaciones en las que los sentidos desempeñan una función míni-ma. En síntesis, el sentido de la vista es el único que roza la afluencia de energía que discurre por el uni-verso y sólo lo hace de modo superficial.

Insistía en que casi toda la actividad percepti-va de los seres humanos es interpretación y en que los humanos son la clase de organismos que úni-camente necesitan una entrada mínima de percep-ción pura para crear su mundo o que sólo perci-ben lo suficiente para poner en marcha el sistema de interpretación. El ejemplo que más le gustaba

era la forma en que, según decía, mediante el *intento* construimos algo tan imponente y decisivo como la Casa Blanca. La llamaba la sede del poder del mundo actual; el centro de nuestros esfuerzos, esperanzas, temores, etc.; el conglomerado global de los seres humanos: en lo que a cuestiones prácticas se refiere, la capital del mundo civilizado. Aseguraba que todo esto no pertenece a la esfera de lo abstracto, ni siquiera a la de nuestra mente, sino al ámbito del *intento* porque, desde la perspectiva de nuestras entradas sensoriales, la Casa Blanca es un edificio que en modo alguno se aproxima a la riqueza, el alcance o la profundidad del concepto de Casa Blanca. Añadía que, desde el punto de vista de la entrada de datos sensoriales, sólo asimilamos superficialmente la Casa Blanca –como el resto de nuestro mundo– con el sentido de la vista, ya que el tacto, el olfato, el oído y el gusto no participan. La interpretación que estos sentidos harían de los datos sensoriales relacionados con el edificio que ocupa la Casa Blanca carecería de sentido.

En su condición de chamán, don Juan preguntaba dónde estaba la Casa Blanca. A modo de respuesta decía que no se encontraba en nuestra percepción, ni siquiera en nuestros pensamientos, sino en una esfera específica del *intento*, donde es alimentada con todo aquello que le corresponde. Don Juan aseguraba que nuestra magia consiste en crear de esta forma un universo total de *intento*.

Puesto que el tema de la primera serie de la Tenseguridad consiste en preparar a los practicantes para el *intento* es importante repasar la definición de los chamanes. Para don Juan, el *intento* es el acto tácito de llenar los espacios vacíos dejados por la percepción sensorial directa o enriquecer los fenómenos observables mediante un *intento* de totalidad que desde la perspectiva de la percepción pura no existe.

Don Juan llamaba *convocar el intento* al acto de *intentar* la totalidad. Cuanto explicaba aludía a



que el acto de *intentar* no pertenece a la esfera física. Dicho de otra manera, no forma parte de los elementos materiales del cerebro u otro órgano. Para don Juan el *intento* trasciende el mundo conocido. Es algo semejante a una ola energética, a un rayo de energía que se adhiere a nosotros.

Dada la naturaleza extrínseca del *intento*, don Juan distinguía entre el cuerpo como parte del conocimiento de la vida cotidiana y el cuerpo en cuanto unidad energética que no se relaciona con dicho conocimiento. La unidad energética incluye las partes del cuerpo que no se ven, como los órganos internos, y la energía que fluye por éstos. Don Juan aseguraba que es con dichas partes con las que la energía se percibe directamente.

Puntualizaba que, en virtud del predominio de la vista en nuestro modo habitual de percibir el mundo, los chamanes del antiguo México describieron como *ver* el acto de percibir directamente la energía. Consideraban que percibirla a medida que fluye por el universo significa que la energía adopta configuraciones generales y específicas que se repiten coherentemente y que cualquiera que *vea* puede percibirlas en los mismos términos.

El ejemplo más significativo que don Juan Matús daba de la coherencia de la energía que adopta configuraciones específicas es la percepción del cuerpo humano cuando *se lo ve* directamente como energía. Como ya hemos dicho, los chamanes como don Juan perciben al ser humano como un conglomerado de campos de energía que crean la impresión global de una definida esfera de luminosidad. En este sentido, los chamanes describen la energía como una vibración que se aglutina y forma unidades cohesivas. Dicen que el universo se compone de configuraciones energéticas que el ojo *vidente* percibe como filamentos o fibras luminosas que se entrecruzan sin enredarse. Para el pensamiento lineal se trata de un planteamiento incomprensible y contiene una contradicción irre-

soluble: ¿cómo es posible que las fibras se entrecrucen sin enredarse?

Don Juan insistía en que los chamanes sólo describían los acontecimientos y que si sus descripciones parecían inadecuadas y contradictorias se debía a las limitaciones de la sintaxis, ya que eran tan exactas como cabe imaginar.

Según don Juan, los chamanes del antiguo México describían el *intento* como una fuerza eterna que impregna todo el universo y que es consciente de sí misma hasta el extremo de responder a la llamada o la orden de los chamanes. A través del *intento* no sólo desplegaron todas las posibilidades humanas de percepción, sino las de la acción. Por medio del *intento* hicieron realidad las formulaciones más rebuscadas.

Don Juan me enseñó que el límite de la posibilidad humana se denomina la *banda del hombre*, lo que quiere decir que existe una frontera que delimita las capacidades humanas dictadas por el organismo. Estas fronteras no sólo son los límites tradicionales del pensamiento organizado, sino los de la totalidad de los recursos que nuestro organismo alberga. Don Juan estaba convencido de que dichos recursos no se utilizan, sino que permanecen en su sitio por las ideas preconcebidas acerca de las limitaciones humanas, limitaciones que nada tienen que ver con el potencial real de los seres humanos.

Tan categóricamente como podía don Juan declarar que, puesto que percibir la energía como fluye por el universo no es algo arbitrario o idiosincrásico, los videntes son testigos de formulaciones de energía que suceden espontáneamente y no están modeladas por la intervención humana. Así, en y por sí misma, la percepción de estas formulaciones es la clave que libera el potencial humano cerrado que casi nunca entra en juego. Para alcanzar la percepción de estas formulaciones energéticas hay que recabar la totalidad de las capacidades perceptivas de los seres humanos. La serie para