

EL RETORNO A LA RAÍZ

Gran Tejido Ediciones
(+56) 983 227 213
www.grantejido.cl

El Retorno A La Raíz
H Spartaco

Luna del Trigo Verde
Noviembre de 2018

EL RETORNO A LA RAÍZ

H Spartaco

Al Comprar este libro estás aportando al resguardo de territorios de alto valor eco-sistémico, a la creación de tejidos colaborativos y a la difusión de saberes ancestrales a través de GRAN TEJIDO

Para mayor información ingresa a:
WWW.GRANTEJIDO.CL

Portada hecha por Lorena Pizarro

Ilustraciones de Horacio Spartaco

Texto original de Horacio Spartaco

Creciente, Luna del Trigo Verde
Noviembre de 2018

ÍNDICE

Del deterioro de la especie humana..... 7

El retorno a la raíz.....	13
Ensayo de una revolución.....	17
Del resguardo territorial.....	22
Sobre el cáncer pos-moderno.....	24
Sobre cómo conducirse.....	26
De los métodos y principios de la conciencia corporal.....	28

DEL DETERIORO DE LA ESPECIE HUMANA

En los tiempos que corren la humanidad se encuentra en el apogeo de su autodestrucción. Desde los

remotos tiempos el humano ha causado estragos en sí mismo de las formas más rebuscadas.

Cuando los más inteligentes crearon el calzado para protegerse del exterior atrofiaron por completo la estructura ósea del humano, generando hipercifosis e hiperlordosis en prácticamente toda la población, desacomodando los órganos, haciendo que la gente levante los hombros para respirar, sin poder llenar de aire como corresponde los pulmones, generando una insuficiencia de circulación, entorpeciendo la acumulación de energía vital en los riñones, generando un envejecimiento prematuro generalizado.

En otra ocasión, los más inteligentes crearon la luz eléctrica para facilitarse la vida, acto seguido se hicieron completamente dependientes de ella. Habiendo luz cuando no debía, alteraron las percepciones humanas, atrofiando su metabolismo, desequilibrando los ciclos de sueño y vigilia, generando disfunciones en la energía del hígado, haciendo que la vista se deteriore a pasos agigantados.

Los antiguos decían que del equilibrio entre el cielo y la tierra nace la vida, y que de la armonía entre el cuerpo y la mente se puede conservar la vitalidad. En estos tiempos mucha es la mente y poca la conciencia corporal, muchas ideas y nada concreto.

Nos hemos metido en un hoyo ¿podremos salir de él? Todos sabemos que la humanidad está enferma ¿cuál será el remedio? Hay algo que he oído acerca de remediar enfermedades, y es que antes de remediar es necesario diagnosticar. Sólo comprendiendo la raíz última de la enfermedad es posible encontrar una solución certera. No basta con observar síntomas y manifestaciones superficiales si no se conoce la raíz de la enfermedad.

¿Dónde se encontrará la raíz de la ininterrumpida bizarres humana? Tal vez haya que buscarla hace miles de años.

Dijo Zhuang Zi: <<Distinguir lo que es obra del cielo de lo que es obra del hombre, he ahí la suma perfección. Saber lo que es obra del cielo es reconocer que el cielo es el que engendra. Saber lo que es obra del hombre, es usar de lo que alcanza a conocer nuestro entendimiento para preservar lo que nuestro entendimiento no alcanza a conocer; es conservar la vida hasta su limite natural evitando una muerte prematura. He ahí la plenitud del saber. Con todo las cuitas no han de faltar, por cuanto que todo conocimiento, para poder ser juzgado verdadero, fuerza es que se conforme a su objeto; y ese objeto cambia, no es algo fijo ¿Cómo saber que lo que llamo cielo no es el hombre? ¿Y que lo que llamo hombre no es el cielo? Sólo el hombre verdadero puede tener verdadero conocimiento.

¿A quienes llaman hombres verdaderos? Los hombres verdaderos de la antigüedad no huían de la escasez, no se vanagloriaban de sus éxitos, ni se daban trazas en mundanos negocios. Siendo así, podían subir a las alturas sin temblar, entrar en el agua sin mojarse y en el fuego sin quemarse. Todo lo cual sólo es posible cuando el conocimiento ha llegado a la cumbre de la unión con el Tao.

Los hombres verdaderos de la antigüedad, cuando dormían no soñaban, ni tenían cuitas cuando velaban. No comían ricos manjares; su respiración era profunda. La respiración del hombre verdadero llega hasta los talones. El hombre vulgar sólo respira con la garganta. Éste, cuando se ve superado en un debate, parece como si se le atragantaran las palabras. El hombre de grande concupiscencia sólo posee menguadas prendas.

Los hombres verdaderos de la antigüedad no conocían ni el amor a la vida ni el horror a la muerte. No se holgaban de haber nacido, ni dejaban de aceptar su muerte. Partíanse tan naturalmente como habían venido; eso era todo. No olvidaban su origen, y no buscaban su final. Aceptaban alegres lo que les venía, y cuando algo perdían teníanlo por retorno. Esto es no menoscabar el tao por usar de la propia mente, y no pretender ayudar al cielo usando de humanas acciones. Estos son los hombres verdaderos...

...Tan alto y lejos llegaba su libertad, que ningún rito ni ley la podía estorbar. Por su silencio parecían tener sellados los sentidos, y tal era su desapego por el mundo, que se dijera habían olvidado el uso de la palabra.>>

En el texto anterior pudimos observar la visión de hace dos mil quinientos años atrás acerca de los antiguos de la llamada “antigua antigüedad”. En la obra Zhuang Zi se puede apreciar la memoria de una humanidad carente de maquiños y artificios.

Dijo Lao Tse: <<...En aquellos tiempos, el liderazgo estaba oculto, lo cual creaba de manera espontánea una simplicidad pura. La simplicidad pura no se había perdido todavía, de manera que multitud de seres estaban muy sosegados.

Más tarde, la sociedad se deterioró. Hacia la época de Fu Xi, se produjo un florecimiento del esfuerzo deliberado; todo el mundo estaba a punto de abandonar su mente inocente y de comprender conscientemente el universo. Sus virtudes eran complejas y no estaban unificadas.

Al llegar la época en que Shen Nung y Huang Di gobernaban el país y elaboraban calendarios para armonizar el yin y el yang, todo el mundo se mantenía

honrado y voluntariamente soportaban la carga de mirar y de oír. Por ello, estaban en orden pero no en armonía.

Posteriormente, en los tiempo de la sociedad de la dinastía Chang-Ying, la gente llegó a saborear y a desear cosas, y la inteligencia fue seducida por las cosas externas. La vida esencial perdió su realidad.

Al llegar la dinastía Chou, hemos diluido la pureza y perdido la simplicidad, apartándonos del camino para idear artificios, actuando sobre la base de cualidades peligrosas. Han surgido los brotes de la astucia y del ardid; la erudición cínica se utiliza pretendiendo llegar a la sabiduría, el falso criticismo se utiliza para intimidar a las masas, la elaboración de la poesía y de la prosa se utiliza para conseguir fama y honor. Todo el mundo quiere emplear el conocimiento y la astucia para ser reconocido socialmente y pierde el fundamento de la fuente global; por ello en la sociedad existen quienes pierden sus vidas naturales.

Este deterioro ha sido un proceso gradual, que se ha estado produciendo durante largo tiempo. Así, el aprendizaje de las personas completas consiste en regresar su naturaleza esencial al “no ser” y dejar flotar sus mentes en la amplitud. El aprendizaje de lo mundano elimina sus virtudes inherentes y reduce su naturaleza esencial, mientras que internamente se preocupa de su salud, utiliza acciones violentas y exceso de astucia para confundir acerca del nombre y del honor. Esto es algo que las personas completas no hacen.>>

En el fragmento que acabamos de ver, pudimos observar como se percibió el deterioro de la humanidad, que vino de la mano de la complejización del intelecto.

Como pudimos observar anteriormente, el desencadenamiento de la bizarres humana se atribuye a la época de Fu Xi, uno de los grandes personajes de la historia china. Nunca se aventuraron fechas concretas para

él ya que este personaje vivió en una época anterior a la agricultura, se le asocia con los orígenes de la cría de animales de labor, y por ello a su época se le atribuye una enorme antigüedad. Fu Xi es reconocido por la creación de los símbolos originales del I Ching, siendo un sistema primitivo de anotación basado en dos signos, uno femenino correspondiente a la tierra, y otro masculino correspondiente al cielo.

Dice el Wen Tzu: <<Cuando se inventó la escritura, se empleó para manejar los asuntos; los tontos podían usarla para no olvidar las cosas, y los sabios podían utilizarla para registrar los acontecimientos. Cuando degeneró, hizo falsedades traicioneras que podían liberar a los culpables y matar a los inocentes.>>

Shen Nung También fue un héroe cultural de la prehistoria al que se le atribuye el desarrollo de la agricultura y de la herbolaria. Se decía que su esposa había comenzado a practicar el cultivo de la seda y las artes del tejido.

Huang Di es venerado como estudiante y patrón de todas las artes taoístas, y se le atribuye la autoría de diversas recopilaciones sobre medicina, alquimia, política, guerra y otras artes. Entre estas recopilaciones podemos encontrar el “Huang Di Nei Jing So Ouenn”, el “Su Nu Jing” y “Los Cuatro Libros del Emperador Amarillo”.

Al igual que en el caso de Fu Xi, no hay intentos de situar a Shen Nung en algún momento de la historia por su enorme antigüedad. Por el contrario, se dice que Huang Di vivió al rededor del año dos mil setecientos antes de cristo.

Dijo Zhuang Zi: <<En el tiempo del emperador Hexu, los hombres vivían tranquilos sin hacer nada, y cuando viajaban no iban a ninguna parte. Holgábanse cuando comían, se daban unas palmaditas en la barriga, y se iban a pasear. Eso era todo lo que aquellas gentes sabían hacer.

Cuando aparecieron los sabios, doblegaron y quebraron a los hombres con los ritos, para así corregir las formas del mundo entero; y presentaron como modelo la benevolencia y la justicia, para consuelo de los corazones del entero mundo. Sólo entonces el pueblo se lanzó a la carrera en pos del conocimiento, y empezó a luchar ahincadamente por las ventajas materiales. Y ya no se pudo parar. De todo lo cual los solos culpables fueron los sabios.>>

El emperador Hexu fue uno de los doce legendarios emperadores de la prehistoria china. Gobernó en tiempos de la perfecta virtud, anterior a Fu Xi y Shen Nung.

EL RETORNO A LA RAÍZ

Dijo un Viejo Sabio hace miles de años: <<La vida es una condensación de energía vital, su dispersarse es la muerte>>.

Cuando el humano se separa de la tierra al usar calzado no solo atrofia por completo su estructura ósea

desacomodando las posiciones de los órganos, si no que al perder su conexión con la tierra también se desconecta de sí mismo. Porque todo es uno.

Mientras que se debilita por completo la estructura corporal humana, se atrofia la totalidad del ser, abarcando cuerpo y alma.

Cuando al usar zapatos de atrofian los pies, todo el cuerpo se desequilibra. Cuando se debilitan las raíces de un árbol, los frutos son de mala calidad.

La energía no está separada de la materia. Por ello las raíces de un ser son por fuerza las raíces de todas sus metas, lo concreto de sus fundamentos, de donde emerge su voluntad.

Cuando las raíces son fuertes los frutos también lo son. Cuando se pierde la raíz la estructura ósea se ve afectada, debilitando los riñones que son el almacén de la energía vital.

Los riñones y el corazón, el invierno y el verano, las raíces y los frutos, la materia y la energía, el fundamento y los resultados, el agua y el fuego.

Un ser es producto de la unión y equilibrio entre el agua y el fuego, entre el frío y el calor, entre la materia y la energía, entre las energías femenina y masculina. Si un polo se encuentra en deficiencia, el otro estará en exceso. Por eso si nuestros riñones -que gobiernan la materia de nuestro ser – se encuentran en deficiencia, el corazón -que gobierna el espíritu y la actividad mental de nuestro ser – se ve en exceso.

Si se pierde la conexión con la tierra no hay sustento para la raíz, causando debilidad en los riñones y generándose un exceso de energía de fuego. Así la mente se pierde en la divagación mientras que se separa de la materia, la energía alimenta la región superior y no circula

en la región inferior, el corazón late agitadamente mientras que se debilitan los lumbares, la cara se enrojece al tiempo que se enfrían los pies, los argumentos son aparentemente ingeniosos pero carecen de raíz, las ideas son muchas pero los resultados son desastrosos.

Ningún órgano está separado del otro. Se dañan las raíces y todo se desmorona, toda la atención se va hacia el exterior y se pierde la conciencia del interior.

Fácil es ver hacia afuera, pero el que sabe ver hacia adentro alcanza la profundidad. Por eso el que juzga a los demás no es por fuerza un gran juez.

Cuando el humano pierde la conexión con la materia no es capaz de percatarse de sus desequilibrios físicos si no hasta que detonan, viéndose incapaz de prevenir la enfermedad.

Si queremos recuperar nuestra conexión con la tierra conviene nutrir nuestras raíces físico-energéticas uniendo el principio activo con el pasivo, regulando nuestras energías femenina y masculina, enviando el fuego del corazón a la recámara del agua en los riñones. Así el principio del movimiento se fundamenta en la quietud, La base de la actividad se asienta en la Estabilidad, Se realiza el exterior sin menoscabar el interior, se equilibra la creatividad con la receptividad.

Al perderse la raíz se debilita la estructura corporal en cada movimiento, se agita la respiración en cada inhalación se altera el corazón con cada emoción, se pierde la concentración con cada estímulo, se generan conflictos en cada mal entendido.

<<Para llevar a cabo el exterior sin atrofiar el interior se debe ser capaz de sentir el propio cuerpo, es necesario tener pleno sentido de cada milímetro de nuestro

cuerpo con el fin de ser capaces de percibir el origen de cualquier daño que se esté produciendo en nuestro ser. También resulta de suma relevancia enviar el principio vital a donde corresponde a través de la atención. Una vez siendo conscientes del interior seremos realmente conscientes de nuestros desequilibrios, así será inevitable la calibración de nuestra estructura corporal.

Este trabajo, que consiste en tomar conciencia de nuestro interior, puede llegar a ser mucho más arduo de lo aparente, por lo que alguien débil de mente puede sentir que su vida se desploma una vez que es capaz de sentir sus desequilibrios internos en todo su esplendor.>>

Mantener la quietud en el movimiento significa nutrir los frutos sin perder las raíces, resolver un conflicto sin perder el sosiego, poder manipular pesos externos sin descalibrar la propia órbita. Mantener la quietud en el movimiento es el principio y fundamento de la vida.

Por esto cuando los sabios usan herramientas, sus movimientos emergen desde la base de su cuerpo, pueden desenredar algo sin enredarse ellos mismos, pueden estar solos sin deprimirse, tanto en lo grande como en lo pequeño.

Dijo Lao Tse: <<¿Por qué el río y el mar son los reyes de cientos de valles? Porque son capaces de estar por debajo de cientos de valles, y por eso sobres cientos de valles son capaces de reinar.

ENSAYO DE UNA REVOLUCIÓN

Venimos de la aberrante civilización “Patriarcal” y sabemos lo horrible que es la verticalidad, es decir, los entramados jerárquicos. Por ello se suele recurrir a la horizontalidad, sistema que muchas veces desemboca en el caos ¿Por qué? Porque en ninguno de los casos se toma como punto de referencia la naturaleza ¿Qué significa esto? La naturaleza no es tan burda como para basarse en un sistema vertical, ni mucho menos horizontal. Pretender que la horizontalidad puede ser favorable es tan absurdo como pensar que los órganos del cuerpo funcionarían mejor situándose todos a la misma altura.

Así como el sol, la luna y las estrellas ordenan el tiempo – Las cuatro estaciones, las trece lunas del año, los ciclos de expansión y contracción del día y la noche, las fases lunares, etc. - también los grupos humanos han de estar orgánicamente establecidos. La comunidad no es una mezcla vertical, horizontal, ni homogénea de individuos, si no que requiere de una estructurada diversificación si es que ha de conducir al orden.

Las personas tienen distintas capacidades, unos cargan con uno y les resulta pesado, otros cargan con cien y les resulta ligero.

Por eso el dicho: “Con personas iguales se pueden hacer cosas iguales, con personas distintas solo se pueden hacer cosas distintas”. Afortunadamente todos concordamos en que esta sociedad necesita un cambio profundo, lamentablemente no se contempla la naturaleza en ese cambio profundo. Todos continúan conformándose a un desequilibrado estilo de vida industrial, esperando que alguien haga algo. Si las hormigas se separaran y vivieran de forma individual morirían de hambre ¿Por qué nosotros no?

Todos rechazamos tajantemente las violaciones ¿Pero y la violación a la tierra?

Nací sin voluntad, sin raíz. Desde el vientre mi naturaleza fue perturbada, como la de todos. Es mi intención recuperar mi voluntad, y eso es imposible en la ciudad.

Venimos de la “máquina”, el sistema, por lo que podemos ser reacios a los sistemas organizativos, pero la única forma de hacerle peso al sistema es con organización, voluntad, perseverancia.

La máquina ya ha avanzado mucho y no piensa detenerse. La guerra ya empezó hace varios siglos, no sé cuando terminará.

Nada se puede lograr sin una firme disciplina. Por ello debemos formar un tejido, y ese tejido una vez completo puede formar un ejército.

La revolución es un fruto, los frutos vienen de una planta, y ésta tiene raíces. Es absurdo pretender dar frutos sin enraizar. Este enraizamiento puede durar años, mejor dicho décadas. Y ese enraizamiento sólo se puede llevar a cabo efectivamente en suelo fértil, en armonía con la naturaleza. Por el momento no hay armonía con la naturaleza, no hay raíz, sólo una pila de choclos transgénicos, todos cómodos en su monocultivo. Por eso tomar las armas es lo más absurdo que se puede hacer. Primero hay que enraizar, tejer, hacer una red con sabiduría. Si no te puedes poner de acuerdo contigo mismo, mucho menos con un tejido de personas. Y si no puedes vivir en armonía con la naturaleza, mucho menos con nada.

No dejará de ser conveniente examinar la envolvente visión de los antiguos, basada en la naturaleza. La primavera no llega si no hubo antes un invierno, no se puede exhalar sin antes inhalar. Por eso se dice: <<La expansión no será eficaz si no hubo antes contracción>>.

Por eso los sabios de los tiempos antiguos equilibraban su interior antes de “arreglar el mundo”, ya que de no ser así se obtendrá un resultado contrario al deseado.

Lo que el humano sabe es mucho menos de lo que ignora. La moralidad, los maquiños y artificios sólo llevan a la confusión.

Por ello no se debe confundir la verdadera naturaleza interior con los traumas mentales impuestos por la sociedad ¿Cómo diferenciar la verdadera naturaleza interior con los traumas mentales?

El fuego y el agua tienen naturalezas opuestas. El agua baja mientras que el fuego sube. El agua es de naturaleza material y el fuego es de naturaleza energética. El fuego y el agua se alternan y complementan en nuestro ser, de muchas formas, como en nuestro corazón – de naturaleza caliente y masculina – y nuestros riñones – de naturaleza fría y femenina -, o como en nuestro sistema de nutrición y defensa. Los órganos de nuestro cuerpo tienen sexo entre sí, y el producto de su orgasmo es la vida.

Para aclarar dudas, la masculinidad y la feminidad natural nada tienen que ver con las concepciones occidentales patriarcales. En todo caso una persona íntegra debe concertar ambas energías dentro de sí para alcanzar el equilibrio.

En nuestra sociedad se ha perdido la feminidad – el agua ha sido consumida por el fuego -, todos y todas sufren de enfermedades de fuego como la rosácea, falta de lubricación en las articulaciones, encanecimiento prematuro, sequedad en la piel y una lista interminable de patologías físicas, y soberbia, ira, ensimismamiento, ansiedad, obsesión, bipolaridad, orgullo, falta de receptividad e inestabilidad en el ámbito mental.

Todos queremos hablar y no escuchar, nos hemos vuelto sordos. Todos queremos ser vistos y no ver, nos

hemos vuelto ciegos. La sordera y la ceguera no sólo se encuentran en el ámbito corporal, si no que también en el entendimiento. Nadie quiere entender nada que no se acomode a sus prejuicios. Nadie quiere comprender nada que derribe sus creencias. Por que el “patriarcado” - el fuego – ha llegado hasta lo mas profundo de nuestro ser, hasta la médula. Ya no hay feminidad, la gente cree que ser femenino es llorar por cualquier cosa y hablar como “mina”, lamentable.

¿Estaremos condenados? ¡¿Quién sabe?! Lo mejor será nutrir nuestras raíces en suelo fértil y formar ese tejido de una vez por todas.

DEL RESGUARDO TERRITORIAL

Es necesario comprender que para el resguardo de un territorio se deben considerar muchos factores, entre ellos la geografía, la historia e incluso la psicología.

Chile es una nación ilegítima, lo cual genera un desarraigo identitario, cognitivo y material en quienes forman parte de dicho territorio. Creando como consecuencia una sociedad carente de raíz, responsabilidad y voluntad. Este vacío material afecta directamente sobre nuestra forma de actuar y de pensar, siendo causa y agravante de diversas problemáticas sociales, psíquicas e incluso físicas. Por ello es tan importante comprender el territorio que habitamos desde su identidad legítima, Wall Mapu.

La división de Chile a través de regiones no tiene sustento material, cada línea divisora existente en el Estado de Chile es ilegítima. Las divisiones del Wall Mapu son las que establece la naturaleza,

cuenclas, ríos y montañas son las que moldean este territorio.

Durante milenios la orgánica social de los territorios se llevó a cabo de forma fractal y no en base a la absurda organización social “democrática” que fragmenta al pueblo en base a partidos políticos. Una nación debe funcionar como un cuerpo humano, y un cuerpo humano no está dividido en partidos.

Para que un cuerpo humano mantenga su integridad, cada célula que lo compone debe mantener resguardado su núcleo y membrana, como si se tratase de un ser vivo único e independiente. Sin embargo un cuerpo humano no es el aglutinamiento azaroso de células apelotonadas, si no que para articularse conforman tejidos, estos tejidos se agrupan en órganos, y estos órganos trabajando juntos mantienen vivo un cuerpo.

Así mismo para que un territorio mantenga su integridad, cada asentamiento que lo compone debe mantener su autonomía en la toma de decisiones. Los asentamientos se articulan en sectores, estos sectores son unidos geográficamente en base a las grandes cuencas, y en base a la articulación de varias cuencas nace un territorio.

Así es como antaño se lograba una armonía entre la unidad y la diversidad, entre la quietud y el movimiento, entre la solidez y la flexibilidad.

La democracia de hoy en día no une a las personas, mas bien las pone en una juguera y la enciende.

Cientos son los métodos y formas organizativas hoy en día, pero sólo basta con ver el TERRITORIO y su HISTORIA, la NATURALEZA y su DIVERSIDAD.

Cada persona es como una familia, cada continente es como una célula, cada territorio es como un órgano, y el mundo entero es como una semilla.

SOBRE EL CÁNCER POSMODERNO

Lo que permitió la resistencia durante siglos por parte de la nación mapuche frente al ejército español fueron las fronteras que defendieron sus guerreros. Ahora ves a la muchedumbre cantando “...no necesitamos banderas, no necesitamos fronteras...”, todos muy cómodos viviendo dentro del sistema que “rechazan”.

El sistema industrial quiere que seamos “anti-sistema”, que seamos incapaces de organizarnos, que no nos sintamos arraigados al territorio que habitamos. Siempre con buenas intenciones, como la LIBERTAD.

Anarquismo, Comunismo, Nihilismo, Anarco-comunismo... Elige la que quieras, mientras venga de otro continente y ayude a satisfacer tus ansias de disidencia será perfecto para invisibilizar la cosmovisión de la cultura que existió sobre el suelo que pisan tus pies.

Organízate como quieras, de forma circular, horizontal, sociocrática, democrática... mientras no te

organices como quienes lucharon durante siglos no hay problema para el sistema.

¿Orden, Disciplina, Estructuras Organizativas?
¡Qué patriarcal! ¡Qué piramidal!

¿Qué pasaría si Calfucura – el más grande toquí de todos los tiempos – estuviera vivo? Organizaría un ejercito, distribuiría los territorios y establecería fronteras ¿Y sabes a quién no le gustaría? A los deconstruidos, Si, a quienes viven en el sistema y se “deconstruyen” pero siguen viviendo sobre el cemento. Al sistema le conviene que vivamos en la ambigüedad, le conviene que no seamos capaces de definirnos, le sirve que no tomemos posición fija. Esta bien deconstruirse de vez en cuando, pero no basta con hacerle el peso a la máquina del sistema. Hay que RECONSTRUIRSE, eso es lo que teme el sistema, que tengamos las cosas claras.

Antes de llegar y demoler hay que tener donde refugiarse.

SOBRE CÓMO CONDUCIRSE

Nuestra forma de caminar está estrechamente ligada a nuestra forma de conducirnos en la vida. El hecho de usar calzado a moldeado nuestra forma de caminar, así como el “sistema” ha moldeado nuestra forma de accionar. Miremos como caminamos y sabremos como es el “sistema”. Primero analicemos como se caminaría de forma natural para tener un punto de referencia desde donde juzgar. En todo caso sería muy difícil encontrar a alguien que camine de forma “natural” en esta era en la que el 99% de la población tiene la estructura ósea descalibrada, así que para facilitar las cosas recurramos a una práctica antiquísima que contempla el “natural” caminar, el tai chi. Según el tai chi, para dar un paso hay que situar el peso de gravedad en un pié para dar un paso con el otro, y el centro de gravedad se traslada al otro pie sólo cuando éste ya se ha asentado en el suelo ¿Sencillo, No? De esta forma el peso del cuerpo siempre se apoya en el pié que va hacia atrás al caminar, haciendo que sea prácticamente imposible enterrarse un clavo.

El uso de calzado embruteció nuestra forma de caminar, ahora siempre el centro de gravedad adelante al

caminar, en el pie que aún no ha tocado el suelo, por eso se golpean los pies contra el suelo en cada paso. Es la forma de conducirse en la vida dentro del “sistema”, la forma bruta.

¿Para qué toda esta analogía? Pueden sacar sus propias conclusiones, sin embargo esta vez utilizaremos lo anteriormente expuesto para hablar sobre un tema puntual: Salir del “sistema”.

Salir del sistema industrial para entrar en uno natural puede ser una tarea ardua como puede que no. depende de como nos conduzcamos. Utilicemos el ejemplo del “caminar natural”. Para sacar los dos pies del sistema, primero hay que llevar todo el centro de gravedad a un solo pie, luego se extiende el otro y se saca del sistema sin llevar el peso hacia delante aún. Solo cuando el pie delantero esta bien apoyado en la naturaleza se puede mover el centro de gravedad - que estaba en el pie que se apoyaba en el sistema – hacia el pie que está en la naturaleza. Así evitas caerte o pisar una espina. Luego que tu centro de gravedad ya está sobre el pie que está en la naturaleza puedes sacar el pie que estaba en el sistema.

No se puede saltar de La industria a la naturaleza sin rasmillarse y herirse. Así como no se puede caminar a puros saltos por la vida sin lesionarse.

DE LOS MÉTODOS Y PRINCIPIOS DE LA CONCIENCIA CORPORAL

Inimaginable es la cantidad de ecosistemas, climas, culturas, ideas, razones y percepciones de la realidad. Aún así el Sol no deja de salir y esconderse todos los días con segura regularidad, y avanza y retrocede de forma regular. Las estrellas y planetas tienen todos sus cálculos y medidas, y no se desvían de sus caminos. Es la ley de segura regularidad del cielo.

Yu Xiong dijo: <<El movimiento de los cielos nunca se detiene ¿Quién podría descubrir las mutaciones escondidas del cielo y la tierra? Disminuyen las cosas en una parte y, al mismo tiempo, aumentan las cosas por otro lado. Se desarrollan aquí y allí se debilitan.>>

Huang Di dijo al respecto: <<Por eso, aunque los seres salen todos de la profunda oscuridad, unos viven y otros mueren. Felicidad y desgracia, salud y enfermedad ¿Quién conoce la raíz última? Todo lo que existe viene de la misma raíz ¿Pero cómo sé si he llegado a la raíz, o si me he ido por las ramas?>>

En el mundo hay humanos fuertes y débiles, musculosos y flacos. Aún así si les entregas hachas y

picotas a todos ellos, unos sufrirán y otros no, unos de atrofiarán y otros se perfeccionarán. Y ese resultado no tiene que ver con la musculatura, tampoco con ser hombre o mujer.

En el sur había un viejo de campo que tenía la columna quebrada por una grave caída en el trabajo. Estaba ese viejo de campo cortando un árbol ayudado por un joven citadino. El viejo de campo con un hacha chica de dos manos y el joven con un hacha grande. El viejo cortó la misma cantidad de madera que el joven citadino y al mismo tiempo, pero con muchos menos cortes, con movimientos más lentos y gastando menos fuerza. El joven turbó su corazón, el viejo no se inmutó. El joven quedó completamente contracturado. El viejo ni arrugó la cara ¿Por qué?

Un joven con escoliosis severa estaba cortando eucaliptos de buen grosor con un hacha. Llevaba ya veinte arboles cuando llegó su amigo Fortachón. A los diez árboles cortados a Fortachón le tiritaban las manos y le dolían los tendones. Y no sólo eso si no que luego de cortar cien árboles en sólo una semana, el escoliósico se sentía más derecho y vital cada día, en cambio fortachón tenía todo el cuerpo adolorido, músculos y tendones agarrotados.

Un amigo y su vecino compraron hachas de muy buena calidad. Los dos cortaban relativamente la misma cantidad de madera al día. Pero el hacha de uno se mello en pocos días, en cambio el hacha del otro se melló mucho tiempo después.

Nuestro cuerpo, de naturaleza material, es una extensión de la tierra.

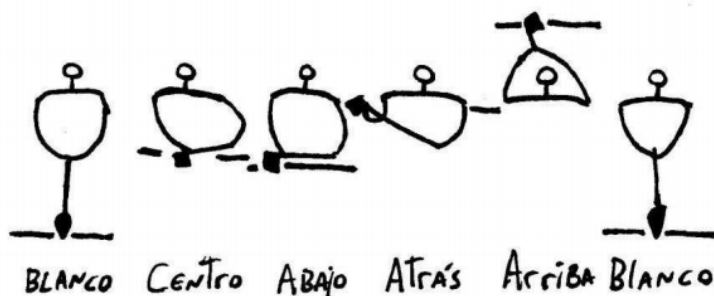
Nuestra energía, de naturaleza material, es una extensión del cielo.

Querámoslo o no, todo guarda relación, todo es una y la misma cosa. Por eso, aunque incalculable sea la variedad de sabidurías, todos tienen la misma raíz, pero eso no quita que sea muy fácil irse por las ramas. Aunque todas las formas de usar el hacha son circulares, unos cuidan su postura y descuidan su respiración, otros cuidan su respiración y descuidan su energía.



¿Conoces la ley de las mutaciones?
Todo extremo se transforma en su opuesto.

Hay una forma de usar el hacha en la que esta se levanta gracias a la fuerza de gravedad. Se toma el hacha en las manos y se hace girar como una boleadora para cortar. Bajando el hacha se genera el impulso para levantarla. Cuando el hacha se encuentra en lo alto aún viene impulsada por la fuerza de gravedad de la bajada.

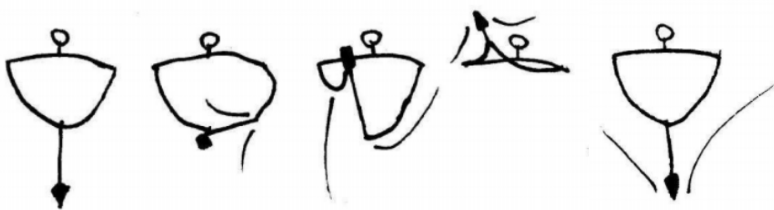


Esta forma de usar el hacha es una de las más comunes, pero no es la única, ni tampoco la mejor.

En el movimiento que acabamos de ver, la fuerza del corte se multiplica y no requiere de mucha tensión, en el movimiento anterior, cuando el hacha pasa por detrás del hombro, la escápula se fuerza contra la columna empujando las vértebras que se encuentran a su lado. Este sutil y constante movimiento causa estragos en la columna vertebral y en consecuencia en el resto de tejidos.

La extensa e ininterrumpida desadaptación del humano con su entorno ha generado profundos desequilibrios, excesos y deficiencias en el cuerpo y en la mente. Entre tanto alboroto físico y mental es difícil generar conciencia corporal. Haciendo que forzar la escápula contra la columna pase de ser percibido hasta que el daño ya esté hecho.

Pero hay otra forma de usar el hacha, también usada a nivel mundial desde antaño, en la que el hacha pasa por delante del hombro y no detrás, así la escapula no empuja las vértebras que están a su lado.



Además de todo esto, ocurre que al inclinarte manipulando fuerzas, además de perder tu raíz, perderás lo que se llama “quietud en el movimiento”, generando contracturas severas que terminan arruinando la médula ósea más temprano que tarde. Una vez estando aplomado y sin inclinarte ni achurrascarte. La energía que recorre la médula ósea circulará con mayor facilidad haciendo más fácil el enraizamiento.

Cuando se gira desde los hombros y no desde las caderas se pierde el control del cuerpo. Si se levantan los hombros se pierde la relajación, entorpeciendo todo. Si se estiran las articulaciones hasta su máxima capacidad, la energía no circulará correctamente y se desgastarán las articulaciones, todas las articulaciones deben mantenerse flectadas en su justa medida.

Si se inclina la columna se pierde la raíz, si los hombros se levantan o no se encuentran sobre el centro de gravedad de las caderas, o si se estiran las articulaciones hasta el punto de trabarse, sea trabajando o descansando, se gastarán las articulaciones haciendo que la energía de los riñones se vuelva insuficiente, provocando una deficiencia de líquidos en el cuerpo, secando las articulaciones, generando que se manifiesten síntomas por calor como cara roja, encanecimiento, sequedad en la piel, lesiones en todos los órganos, vísceras y tejidos corporales, pudiendo generarse incontables patologías físicas y emocionales. Desnutrición y estancamiento, frío y calor, insomnio y cansancio, miedos y enojos, y una interminable lista de peldaños hacia un deterioro acelerado.

Gracias al uso de calzado los dedos de los pies no pueden ejercer correctamente sus funciones, perdiéndose

la raíz del cuerpo, enviando el centro de gravedad de los pies hacia atrás junto con toda la región inferior del cuerpo, como piernas y caderas, haciendo que se abran las costillas generando hipercifosis e hiperlordosis. Así los pulmones sólo reciben aire en la región superior desabasteciendo la circulación de energía en la región inferior del cuerpo junto con los riñones.

Al recuperarse la raíz se cierran las costillas enderezando los lumbares, así los órganos pueden volver a sus posiciones originales, pudiendo desempeñar correctamente sus funciones, así los pulmones pueden nutrir los riñones y por ende los líquidos del cuerpo, lubricando las articulaciones, fortaleciendo la médula ósea y la energía sexual reproductiva.

Cuando los riñones están fuertes el cuerpo se mantiene en perfectas condiciones, mientras que si la mente está serena el corazón se mantiene tranquilo. Y cuando los riñones están desnutridos la vitalidad se desploma mientras que si la mente es caótica el corazón se vé alterado.

Se puede decir que lo que no tiene forma tampoco tiene límites y que lo que tiene forma si los tiene. En este caso el cuerpo tiene forma por lo que también tiene límites. Y estos límites dicen que los pies son las raíces de nuestro cuerpo, que el cuerpo es controlado por la cintura, y que los brazos y manos son los frutos. Por eso antes de aprender a usar tus brazos y manos debes trabajar la raíz del movimiento. Por que una planta antes de dar frutos debe enraizar.

Dijo Chang San Feng: <<Una vez que empieces a moverte, todo tu cuerpo debe ser ligero y flexible. Todas las partes del cuerpo deben estar conectadas entre sí. Si

quieres mantener la vitalidad hasta el fin de tus días tus movimientos deben ser suaves, continuos e ininterrumpidos. Es necesario enfatizar el uso de la mente al controlar los movimientos, más que el mero uso de los músculos externos.>>

Dijo Huang Di al respecto: <<La región inferior del cuerpo al igual que las raíces de los árboles corresponde a la energía de la tierra. La región superior del cuerpo al igual que el ramaje de los árboles corresponde a la energía del cielo.

Por ello la raíz de nuestro cuerpo como pies, piernas, caderas, lumbares, riñones, huesos y articulaciones de nuestro cuerpo corresponde a la solidez y estructura de nuestro ser. Mientras que la región superior de nuestro cuerpo como brazos, manos, hombros, cuello, pecho, cabeza y corazón corresponde a la mente y espíritu de nuestro ser. Es decir, la región superior corresponde al fuego y la región inferior corresponde al agua así como la región inferior corresponde al agua. Así como la región superficial corresponde a la energía masculina de nuestro cuerpo mientras que la energía femenina corresponde a la región profunda.>>

Entonces el movimiento del hacha, al igual que cualquier movimiento, viene de los pies y es controlado por la cadera.



Todos nuestros movimientos al igual que nuestro cuerpo, son una extensión del universo. Por eso cuando tus movimientos asemejan a los movimientos del universo el cuerpo no sufre por ello. El uso correcto del cuerpo asemeja al cielo y los astros cuando es ininterrumpido y

continuo. Y para ello es necesario que nuestro centro de gravedad circule como corresponde.

Cuando al hacer los movimientos se hace desde las caderas, expandiendo la orbita de todos tus movimientos, todo eso se multiplica al igual que la tensión disminuye poco a poco.

Una vez que Jacinto terminó de leer este libro, lo cerró y dijo: <<¡Basura!>> Y Pepe Luis, que se encontraba junto a él, le dijo: <<Yo encontré que estaba super bueno el libro, se puede aplicar a todo.>>

Dijo Jacinto: <<Pero no comunica lo esencial ¿tu crees que la gente se imagina por qué sería bueno aprender a usar su cuerpo? A la gente le da lo mismo hacer movimientos torpes porque las máquinas lo hacen todo por ellos. Busques donde busques nadie está dispuesto a hacer las cosas sin ayuda de la industria ¿tú crees que un animalista, un anarquista o un ecologista va a pretender abandonar la luz eléctrica, la cocina a gas, y todo lo que implica un estilo de vida industrial para dejar de fomentar la destrucción del mundo entero? ¡Y más encima tener que aprender a usar su cuerpo para reemplazar las comodidades industriales por hachas, picotas y machetes!

A decir verdad, quien esté realmente dispuesto a vivir de forma natural se las va a arreglar como sea, en cambio a quien no le interese dará mil y una excusas y muy buenas razones para llevar a cabo una vida industrial.>>

<<Entonces ¿Qué hacemos?>> Preguntó Pepe Luis, a lo que Jacinto respondió: <<Piquemos un poco de leña y luego vamos a cosechar una de esas manzanas amembrilladas de esas que me gustan tanto.>>

Dijo Pepe Luis: <<Pero Jacinto, ¿Qué estás hablando? ¡Recuerda que vivimos en Santiago, estudiamos en la universidad y somos vegetarianos!>> A lo que Jacinto respondió: <<Tienes razón, bajémonos en metro república, compremos unas hamburguesas de soya y vamos a casa a revisar el facebook.>>

Dijo Pepe Luis: <<¡Pero Jacinto! Recuerda que tienes facebook en tu celular.>>

Dijo Jacinto: <<Tienes razón. Ahora mismo voy a hacer una publicación.>>

Y así fue como Jacinto escribió otra de sus enigmáticas, profundas y controversiales publicaciones en facebook. Fin.

Al terminar de leer este libro, Roberto rió y dijo: <<¡Basura!>>, Tomó el libro y lo dejó junto con muchos libros en la caja de cartoncitos para encender el fuego de la cocina a leña. Luego fue a picar un poco de leña y a cosechar unas manzanas amembrilladas de esas que le gustan tanto.

<<Libros, libros y más libros.>> Dijo Roberto: <<Libros para cocinar, para reforestar, para calcular, para reflexionar... ¡Hasta para culiar hay libros! Es fácil hablar con libros en las manos, pero yo no le creo al que habla con libros en las manos. Yo le creo al que habla con tierra en las uñas y cayos en las manos ¿Estando condenados? ¡Quién sabe! Lo mejor será ir a recolectar moras antes que termine la temporada.>>

Y así fue como Roberto tuvo una vida sencilla y tranquila. Se levantaba en la madrugada y la salud nunca le faltó. Fin.

Cuando Spartaco terminó de escribir este libro dijo: <<Mmm... No lo sé... Creo que no se entiende el sentido de la obra. Debería comenzar de otra manera tal vez... ¡Bueno! Otro libro a la basura.>>

Entonces Spartaco tiró el libro al fuego y nunca se supo de su contenido.