

Experiencias extraordinarias

Con tiempo, perseverancia y resignación ante la sensación de no llegar nunca a aquellas zonas de TPE y gracias a una inercia, propia del citado automatismo, la práctica puede traernos unos días, en los cuales parece que, por fin, nos aproximamos mucho a ellas.

Ciertas vértebras, por ejemplo, se relajan y se mueven por sí mismas. En algunos momentos, esta vivencia es acompañada por ciertos recuerdos de nuestro pasado lejano: cierta expresión facial de la madre, un gesto del brazo del padre; una mano del hermano mayor que nos impide pasar a otro lado de un valle atrapando nuestro pie, por ejemplo. Estos recuerdos no forman un historial completo, sino que sólo son fragmentos de alguna escena. Sin embargo, (recalcamos que se producen juntamente con la distensión y movilización de unas vértebras determinadas), provocan relajación y paz, como si nos hubiésemos quitado un nudo o un peso muy profundo de nuestro interior.

Y, uno de esos días, algo hace que lleguemos exactamente a aquellas zonas de TPE (que siempre acabamos tensando sin querer) y éstas se sueltan con toda naturalidad.

Se trata de una experiencia sublime, relacionada con la flexibilidad de la coordinación CVP (como movimiento y como respiración pectoventral), con el correcto funcionamiento de nuestro organismo, con la libertad de nuestra psique y, también, con la “plenitud del vigor natural”, la “calma” y el “equilibrio”.

La experiencia puede ser, de veras, aquella que la cultura oriental tradicional expresó a través de la idea de “abrir el tanden (en la tradición china y japonesa), los chakras (en la tradición hindú) o el tercer ojo (en la tradición tibetana)”. Existe, nada de cuerpo, nada de psique, sino algo que está detrás de ambos y actúa a través de ellos: el fluir continuo del ki.

Pero ¿qué hemos hecho para alcanzar semejante experiencia?

No nos hemos dedicado a las doctrinas valoradas a lo largo de muchos siglos ni tampoco a las modernas. Si hubiésemos seguido alguna de ellas o entendido la práctica del katsugen undo y del yuki como otra doctrina, entonces, estaríamos agradecidos a ella y tal vez diríamos que enseñamos un “dominio sobre nosotros mismos”, la “total unificación de nuestro ser”, la “autocuración” o una “conciencia superior”. Pero, en verdad, no se trata de nada de esto.

No una doctrina, sino unas preguntas y observaciones

Hemos dedicado un tiempo a algo aparentemente simple, que iba evidenciándonos una lógica sorprendente: el automatismo del movimiento-respiración de nuestra CVP, o nuestro propio movimiento espontáneo, saben, mejor que nadie, dónde está localizada la tensión parcial excesiva y cómo recuperar la coordinación natural de la C, de la V y de la P.

Resultó que, simplemente, el prestar nuestra atención a la CVP nos permitió aprender, de la manera más fiel posible, de esta lógica. Comprendimos que esta dedicación tiene sentido. Cada uno puede hacerlo con su propia CVP y ésta nos muestra su sabiduría y nos ofrece una gran enseñanza.

Sorprendidos por esta gran enseñanza, física, orgánica y psíquica, específicamente determinada, nos surgieron las preguntas, expuestas al principio, junto con esta otra: ¿en qué consiste la CVP, rectora de la vida de nuestro ser?

Decimos, a partir de nuestras vivencias, que es esencial sentir “ese algo presente detrás de los fenómenos”.

Pero, ese “algo”, al que nombramos de diferentes maneras, no existe al margen de nada, ni sólo por sí mismo. Este algo creó los minerales, las plantas, los animales, los seres humanos y se está manifestando, a través de la estructura concreta y específica de cada uno de ellos, en formas diferentes. Y en el ser humano:

- Su específica manifestación conlleva necesariamente una relativa disgregación, de tal forma que nos permite alejarnos de una permanente unificación de nuestro ser. Precisamente esta capacidad nos ha permitido dejar de estar totalmente sometidos a la mera supervivencia. Basta con que nuestra actividad psíquica y la singular vida de nuestro organismo que la genera, recuperen, de vez en cuando, su propia y natural coordinación:

- Su acción natural es la activación del deseo o tensión A y el bloqueo o estancamiento de esta tensión. Aquella es el resultado de una canalización energética y orgánica que implica una intensa actividad psíquica; y éste, el de la tensión parcial excesiva que produce la pérdida de la salud y la obsesión psíquica. Estas manifestaciones, tanto saludables como problemáticas, son, ante todo, espontáneas e inherentes a la naturaleza de la vida del ser humano y distintas en cada individuo, según la constitución personal de su CVP humana.

Desde esta nueva perspectiva del “respeto a la manifestación de lo espontáneo”, podremos observar, en cualquier conducta humana, y reconocer, en cualquier conocimiento humano, las diferentes expresiones de:

“ese algo hallado, no sólo detrás sino también delante, de lo voluntario-involuntario, de lo consciente-no consciente y de lo psíquico-orgánico, que está actuando siempre, a partir de la naturaleza de cada individuo, según su particular estructura”.

Lo expresamos como “ki” (lo que sentimos) y como “osei” (lo que entendemos).

Al mismo tiempo, definimos la práctica del katsugen undo y del yuki, sencillamente como “un diálogo interior” que, de vez en cuando, nos hace falta.

Y “la observación de nuestra manifestación espontánea y de su estado real que siempre implica alguna tensión parcial excesiva”, identifica el Seitai.

Esta Actividad Cultural dispone de sus propios métodos, fundamentalmente empíricos, para realizar estas observaciones.

Esta
dial

Para
hum
vital

*

Esta síntesis no fue elaborada para hablar de los métodos particulares del Seitai, sino para dialogar con todos los que desean conocer mejor la vida para cultivarla y respetarla.

Para atender la vida y la salud, es preciso comprender adecuadamente la singular naturaleza humana y la forma particular cómo, en cada ser humano, se produce la pérdida del equilibrio vital ante el mundo y cómo se manifiesta la vital necesidad de recuperarlo.