Dr. Su Yu-Chang



EL TEJIDO INVISIBLE

MANUAL DE **TAI CHI CHUAN**

Vision Libros

EL TEJIDO INVISIBLE

Dr. Su Yu-Chang

EL TEJIDO INVISIBLE

MANUAL DE TAI CHI CHUAN

Vision Libros

© Obra: EL TEJIDO INVISIBLE

Primera edición: Noviembre, 2023

© Autor: Dr. Su Yu-Chang

ISBN: 978-84-19559-09-8

Fotos realizadas por: Su Yu-Chang, Francisco Orejudo Tomeu Cloquell, José Luis Galbe
Además del Maestro Su Yu Chang aparecen en las fotos sus alumnos:

Wei Jen Su (New York) - Silvana Eck (Palma) - David Rivero (Palma) - Roberto Orozco (Caracas) - Francisco Orejudo (Palma) - Mónica Florit (Palma) - Iraima Orejudo(Palma) - Shiou-Chong Yan de Su (Taiwan) - Zaidah Bellod (Palma) - Elsa Fernández (Caracas) - I Ting Su (La Palma) - Marit Ramberg (Noruega) - Miguel Garcia (Palma) - Marianne Lemn (Holanda) - Sane (Holanda) - Cristobal (Venezuela) - Jaume Cloquell (Montuiri) - Jose Antonio de Paz (Palma) - Han Harteveld (Holanda) - Roland Smit (Holanda) - Baltasar Martinez (Palma) - Remedios Artacho (Palma) - Guillermo Arrollo (Barcelona) - Carlos Alonso (Venezuela) - Chikai Sun (Venezuela)

Transcripción original en español y revisión: Francisco Orejudo
Dibujos originales by Antonio Salas

Pachi Tanglang Chuan y Tao es una asociación dedicada a propagación y enseñanza de los aspectos tradicionales de la cultura china, incluyendo filosofía, artes marciales, acupuntura, y meditación.

Es también posible encargar vídeos sobre este libro y otros estilos de kung fu (Pachi Chuan, Tang Lang Chuan, Pakua Chang, Pi Kua Chuan).

Para mayor información contactar
Asociación Europea Pachi Tanglang Chuan y Tao
Can Caragol Nou 26
07009 Palma, Baleares, Spain

© Editado por VISION LIBROS www.visionlibros.com

Gestión, promoción y distribución: Grupo Editor Vision Net S.L.
C./ San Ildefonso 17, local, 28012 Madrid. España.
Tlf: 0034 91 3117696 // Email: pedidos@visionnet.es
www.visionnet-libros.com

Disponible en librerías físicas y online.

Las opiniones expresadas en este trabajo son exclusivas del autor. No reflejan necesariamente las opiniones del editor, que queda eximido de cualquier responsabilidad derivada de las mismas.

Queda prohibida, salvo excepción prevista por la ley cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra sin contar con la autorización de los titulares de la propiedad intelectual. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.es o por teléfono 917021970) si necesita fotocopiar, escanear o utilizar algún fragmento de esta obra. Gracias por comprar una edición autorizada de esta obra y por respetar las leyes del *copyright*.



Movimiento del cuerpo para atraer a la mente.
Entonces, ya son solo uno.
Esta es la chispa que atrae a la energía
esta es la verdad del cuerpo.
¿El Tao? ¡Ya lo tienes!

Dr. Su Yu-Chang

自序

太極拳現今風靡全球，成爲中國傳統武術各派別中，在全世界最廣受歡迎並深入研究的一門功夫。練習太極人口急遽增加的同時，有關太極拳的書籍及錄影帶也以各種語言發行市面，呈現出各式不同的風貌。本人於此時出版此書並非爲趕赴時雄，實自有一番用心。

舉凡多數研練太極拳者，均採用現存古傳的理論、歌訣，或拳譜遵行運用到拳套動作上；故因各人思悟領會有所不同，衍變成各有所長、各化其用的套路林林總總，往往令初學者不知何以適從，也無從選擇起。有鑑於此，遂於日常教學指導學生及寫作此書時，將重點放在觀照省思的工作上。我用太極拳動作所本之精神藝術，來考正古傳理論哲學、歌訣及拳譜秘訣的正確性與否，是否能引領感悟到「道」的境界。

深藏多年的一個念頭，想向西方世界公開傳統中國武藝中隱藏在師承間傳授之實情。以東方人的習慣，大家明白若想學一門技藝，除非拜入師門，否則是不能獲得眞技藝的；這種門內及門外界限傳授的方法及技術要領，實有天壤之別。

我出生於臺灣臺南東山鄉，一九四八年開始隨張德奎先師啓蒙學藝，一九六零年又從衛笑堂先師門下，一九六二年同時再就教於李崑山先師膝下，一九六三年開始追隨恩師劉雲樵。從師學藝的三十多年中，各位師父傳授的方法都是遵循古傳統習慣，秘訣均是以口相傳及親自示範動作；同時也用他們的精神氣質來感應我，而將本門技術秘訣傳之於我。於是我深切體會到眞正技藝之要不是寫在紙上，也不是憑聽聞記憶可得的，必須靠自己努力，用身體活動經由動作姿勢，而使自己精神意識能感受出潛在體內之氣質；這種「身」與「神」合一領悟所得的境界，才是眞正的功夫，也就是太極之「道」。

之所以將數十年來經驗所得，及師承傳授的眞情實意公諸於世，實有感於中國武術之傳承在今日時空遞換幻化，瞬息千變之時，若仍拘古法必須師徒相授，必不能將中國武藝之精華傳諸於全世界以及後世，期以此書將本家之學破除門戶及國籍之別，發揚武學「道」之眞意。

這本書的完成最大功臣爲我在西班牙的學生法蘭西斯哥、奧雷胡羅，他自一九八四年開始於南美委內瑞拉同我學藝；而後在一九八九年與我在歐洲西班牙成立八極螳螂武藝總館歐洲分館。於此期間，我們開始此書以西班牙文的編寫，由我詳述秘訣、作動作，由法蘭西斯哥記錄。他十年追隨我學藝的堅苦耐心，恒久不變；而在研習太極中獲得了師承奧秘，「身」與「心」也達到本門要求的境界，才能排除語言的隔閡，將中國古傳文化深奧難解的觀念，翻解爲西班牙文，作不失眞意的記傳。他並親身二次隨我旅行亞洲各國，去體驗生活在中國文化的環境中之感受。同時也參加國際性武術比賽獲得冠軍，來驗証自己所學，因此雖然他用外國文寫之意，並沒有失去我當要的中國神意，其用心良苦，其貢獻也大。

本書之日本文由弟子野田久貴編輯，中文由女兒蘇意婷醫師及兒子蘇威任負責，紐約郭曼麗居士協助。另有英文、法文等各版本由各地分館弟子適時編譯。

本書編寫多年中蒙委內瑞拉及西班牙各分館學生共同鼎力相助，特此致謝

八極螳螂武藝總館
臺灣　蘇昱卓
一九九四年六月二十四日

Prólogo

En Tai Chi Chuan es un estilo de Kung Fu. Es un arte que actualmente está de moda en el mundo. Dentro de las Artes Marciales Tradicionales Chinas es el que más gusta y practica la gente. Existe una gran influencia mediante libros, revistas y videos publicados en diferentes idiomas, llegando así a casi todos los países. Con tanta abundancia de material, se ha saturado el mercado sobre este tema.

Yo me he retraído hasta ahora en publicar este libro y el video de Tai Chi Chuan. Puede ser que con mi demora ya no parezca original o raro, puede ser que muchas personas hayan perdido el interés en el tema. Pero mi intención no es seguir la moda; ni tampoco ser una persona célebre para obtener un puesto destacado. para mí no es importante ganar un renombre o reputación, ni sacar una ventaja o provecho.

¿Porqué entonces escribir y publicar este libro?

Tengo un importante motivo. Ahora muchas personas conocen y practican Tai Chi Chuan y adoptan una antigua enseñanza y tradición. Cada escuela tiene una teoría filosófica, una poesía reservada y un libro con un método secreto. Debido a esto, ellos hacen los movimientos del Tai Chi Chuan, pero cada quien con una comprensión diferente por esta razón es que se han modificado tanto los esquemas originales. Hoy en día miles de esquemas de Tai Chi Chuan, tantos como granos de arena en una playa.

Esta situación es la que ha originado el motivo de escribir este libro. Contrariamente a la situación común histórica, en vez de validar mis movimientos con los libros, yo me diferencio porque valido los libros con mis movimientos. Así escribo este libro con el "Espíritu del Arte del-Movimiento de Tai Chi Chuan" con él pongo en práctica y examino las antiguas enseñanzas y tradición, la teoría filosófica, el secreto del método, la poesía y las explicaciones de los maestros. De este modo experimento si son verdad o no y confirmo si con todo ello se puede comprender o llegar hasta el "Tao".

Desde hace muchos años, tanto en mi mente como muy dentro de mi corazón, he abrigado la idea de escribir en otro idioma que no fuera mi lengua original para poder presentar las Artes Marciales Tradicionales Chinas a otras culturas, manifestándoles las enseñanzas entre el Maestro y el discípulo sin ocultar mi experiencia personal.

Para la cultural oriental la idea del Maestro que confirma las enseñanzas es fácilmente comprensible porque ellos saben, por hábito o costumbre, que si un discípulo desea realmente estudiar la técnica y el arte de estas enseñanzas necesita tomar a alguien como Maestro y ser reverente ante él. De lo contrario no puede adquirir la verdadera técnica de estos conocimientos que se transmiten oralmente. El Maestro tiene dos tipos de enseñanzas: una interna y otra externa. Entre el método de enseñanza general y la técnica de puntos esenciales hay una diferencia como del cielo a la tierra. Esta diferencia no se pude asimilar con la sola lectura de los libros.

Yo nací en el año 1940 en la ciudad de Tong Shan, provincia de Tainan, en Taiwan. En 1948 yo empecé a estudiar con mi maestro Chang Te-Kuei, luego con el Mestro Wei Hsiao-Tang, posteriormente con el Maestro Li Kuen-Shan y en 1963 con mi último Maestro Liu Yuen-Chiao. Casi 30 años estuve con ellos estudiando Artes Marciales, Filosofía, Medicina China y Meditación. Todos ellos me enseñaron personalmente su método secreto, por comunicación oral, por medio del modelo ejemplar y de la transmisión directa en energía, hasta llevarme a percibir e integrar el Arte y la técnica del Método Secreto. Por eso yo conozco estas Artes y técnicas en forma directa y vivencial, y no solamente a través de la transmisión escrita u oral. Yo con los movimientos de mi cuerpo puedo hacer sentir a mi espíritu el poder oculto, la fuerza y el vigor de una energía corporal muy especial. Yo comprendo que la unión de la esencia y el espíritu dan como resultado esa energía, lo cual es un verdadero secreto.

Tengo muchos años de experiencia personal y conozco muy bien esta forma de enseñanza por lo que ahora quiero publicarla para poder compartir importantes secretos, rompiendo con la milenaria tradición de mantenerlos dentro de la cultura original y de revelarlos solamente a los alumnos iniciados (o "Pai-su").

Terminar de escribir este libro es un gran mérito de mi alumno español Francisco Orejudo; él, en 1984, empezó a estudiar conmigo en Venezuela. En 1989 los dos juntos fundamos en España la Escuela de Kung Fu, Pachi Tanglang y Tao.

Durante estos años buscamos tiempo para escribir este libro con título original en castellano. Yo hablé de los puntos esenciales e hice la demostración de los movimientos y Francisco fue redactando, poco a poco, todo esto. Hace diez años que él estudia conmigo, sufrió mucho y tuvo mucha paciencia. Sin embargo, él siguió firme y sin vacilar, investigó y ya conoce mi método secre-

to. Su cuerpo y su espíritu ya están en una alta posición. Por esto, él puede escuchar mi limitado idioma castellano y transcribir los conceptos e ideas de mi cultura china. Para poder examinar por si mismo a modo de poder explicar mejor y no cometer errores por negligencia, viajó dos veces conmigo por diferentes países de Oriente con el fin de conocer, convivir y estar en contacto con esa cultura. También participó en competiciones ganando el primer puesto en Artes Marciales. La maestría en este trabajo exige una penosa labor. Esto es un aporte con gran mérito de su parte.

Si luego de leer este libro el lector puede apreciar su utilidad, todo el tiempo que nos esforzamos en escribirlo no será en vano, ya que dio fruto en su provecho.

Este libro ha sido traducido al japonés por mi alumno Hisataka Noda. Al idioma chino por mi hija Dra. I-Ting Su y mi hijo Wei-Jen Su y mi alumna Profesora Man-Li Kuo.

La traducción a otros idiomas como el inglés y francés se encargarán mis alumnos de mis escuelas en esos países.

Se precisaron varios años para concluir este libro. También prestaron su ayuda todos los alumnos de mi escuela en Venezuela y España. A todos ellos mi agradecimiento.

Pachi Tanglang Chuan Dr. Su Yu-Chang
24 de junio de 1994

Exordium

Corría el año 1984. Era una lluviosa tarde tropical del mes de agosto caraqueño cuando subí la escalera que daba acceso al Instituto Pachimen. ese día había decidido comenzar a practicar Tai-Chi Chuan.

Todo había comenzado algunos días antes cuando de pie en un autobús, me dirigía hacia mi trabajo al otro lado de la ciudad. Acababa de subir y me había acomodado en el pasillo sujeto a la barra del techo, cuando mis ojos se posaron en un gran cartel amarillo, ubicado en la terraza de un pequeño edificio cuya planta baja estaba ocupada por una estación de servicio. Tai Chi Chuan, Pachi Chuan, I Ching, Filosofía, Meditación, pude leer mientras pasaba el autobús. Me extrañe un poco pues aquello parecía un gimnasio y en aquel cartel no se hablaba de gimnasia ni de nada parecido que yo conociera. Sí conocía, no obstante, el I Ching, y sabía lo que era la filosofía y la meditación; nada de ello tenía que ver con lo que yo sabía que se podía aprender en un gimnasio.

Hasta aquel momento, y desde que acabé mi bachillerato, nunca había tenido contacto con gimnasios ni me había interesado en lo que se llamaba Artes Marciales pues no estaba dispuesto a exponerme a recibir un número indeterminado de golpes pará ser "artista marcial". La presencia de aquellos conceptos en el cartel y la convicción de que tenía que hacer algo con mi cuerpo pues ya se estaban aproximando los cuarenta, me indujeron aquella misma tarde a acercarme y pedir información.

"Pues aquí puede hacer Tai-Chi y Mantis" me dijo la secretaria, una muchacha delgada y con cara de india. "El Tai-Chi es más suave y el Mantis es algo más fuerte. ¿Para qué quiere usted estudiar?", inquirió la muchacha.

"Pues yo no tengo intención de ir dando bofetadas por ahí", le contesté. "Entonces creo que lo que le conviene es el Tai-Chi", dijo ella.

"¿No será esa especie de gimnasia que hacen los chinos en los parques?" pregunté yo recordando un programa de televisión que había visto hacia poco.

"Si, sí, eso es", convino la chica.

Yo siempre había presentido que debía existir algún tipo de ejercicio que fuera algo más que mover el cuerpo y cansarse. En mi adolescencia había practicado todo tipo de deportes que fui abandonando a medida que avanzaba en la vida y descubría los placeres del cuerpo y de la psique. Por otra parte la famosa serie de televisión Kung Fu, me había evidenciado el hecho de que era posible actuar de manera violenta sin tener que ponerse violento.

"-Bueno, pues eso es lo que quiero hacer", dije yo sin saber muy bien a que me comprometía.

"Las clases con los miércoles y los sábados de 8 a 10 de la noche, si quiere venga mañana y podrá ver cómo es, dijo. "O si lo prefiere puede pagarme la inscripción y así ya podrá practicar".

Le pagué los 100 bolívares de la inscripción y decidí que al día siguiente, pasara lo que pasara, empezaría aquello del Tai-Chi.

El día siguiente fue el típico día lluvioso tropical de la ciudad de Caracas. Al llegar la hora en que debía ir a comenzar las clases, me asaltó la pereza diciendo que a la vista de la lluvia que caía sería mejor que comenzara otro día, no obstante, me dije que una decisión es una decisión y pertrechado de un chándal con capucha me dirigí hacia el centro Pachimen intentando mojarme lo menos posible. Me había sentado en la pequeña oficina que se encontraba al final de la escalera mientras esperaba que comenzara la clase, cuando al poco tiempo vi subir a un hombre pequeño cargado con una enorme bolsa de viaje y con un gran manojo de llaves a la cintura. El hombre terminó de subir y sin parar de balancearse sobre sus pies se dirigió a la secretaria en una especie de jerga castellana que no me fue posible entender. Era de baja estatura, pelo lacio muy negro, y rasgos inequívocamente orientales. Se movía a pequeños pasos que podían parecer saltitos lo que le hacia aparentar como inquieto. Me escrutó levemente, hizo una especie de saludo con un movimiento de la cabeza y desapareció hacia el interior del gimnasio.

"Ese es el maestro Su", dijo la muchacha. "Parece un poco nervioso", dije yo.

"Sí, nervioso por fuera y tan tranquilo por dentro, comentó la secretaria.

Ese fue mi primer encuentro con Su Yu Chang y el comienzo de la andadura por el camino del Kung Fu, el Arte del Movimiento. A partir de entonces y durante cuatro años asistí a todas las clases que me fue posible en el Instituto Pachimen de Caracas, al principio fue el Yang Tai-Chi, luego el Mantis y el Pa Kua, el Chen Tai-Chi, y posteriormente a partir del 88 ya fuera de Caracas el Pachi y el Shing I.

Durante casi tres años el Maestro Su y yo no cruzamos más que unas pocas palabras. Yo veía unos movimientos y mal que bien procuraba imitarlos. El Maestro Su decía algo y yo procuraba comprenderlo. Yo no era capaz de saber exactamente lo que estaba estudiando, mi razón no tenía elementos de juicio anteriores que me permitieran establecer lo que en realidad estaba pasando. Mi cuerpo no obstante, iba notando cosas y a la vez se iba transformando paulatinamente, al mismo tiempo mi mente iba siendo capaz de adentrarse en terrenos hasta entonces velados por la ignorancia.

No fue sino hasta más de dos años después de nuestro primer encuentro que comenzó una relación -intelectual-, por así decirlo, entre nosotros. El Maestro Su quería hacer una versión castellana de los aspectos oraculares del I Ching, el gran clásico de la filosofía china, y solicitó de los alumnos que quisieran, que acudieran los fines de semana para ayudar a escribir el libro. Me pareció una oportunidad y durante casi dos años acudí junto a algunos otros alumnos, a escuchar al Maestro Su y a tomar notas de lo que decía. Poco a poco fui capaz de ir entendiendo al Maestro Su hablando esa jerga hispano-china que utiliza, si bien me parecía entonces que no era capaz de comprender completamente su significado. Yo tomaba notas sin saber muy bien lo que hacía, pero lo cierto es que me veía obligado a poner toda mi atención al servicio de lo que estaba diciendo. De ese tiempo quedó la versión del I Ching que algún día, cuando sea capaz de explicarla adecuadamente, espero que vea la luz.

La siguiente colaboración -intelectual- con el Maestro Su tuvo como resultado el libro que ahora el lector tiene entre las manos.

En el año 1989 durante la visita que realice al Maestro Su en Caracas, le propuse que viniera a España a dar unos cursillos de Kung Fu. En septiembre de ese mismo año vino y visitó Barcelona y Palma impartiendo varios cursillos. Al año siguiente y vista la inestable situación que se estaba viviendo en Venezuela le propuse que viniera a España a lo cual accedió instalándose en Palma y repartiendo sus actividades entre Barcelona y Palma. Fue entonces cuando surgió la idea de escribir un libro sobre Tai-Chi Chuan.

La idea de este libro llevaba rondando desde los tiempos de Caracas pero no se había realizado debido a la dificultad de concentrar esfuerzos que permitieran aunar las diversas versiones que surgían de las palabras del Maestro Su.

El hecho de escuchar al Maestro Su y transcribir sus palabras ha sido para mí de valor incalculable; he podido comprender que el auténtico conocimiento no se puede obtener de un libro aunque como este tenga más de mil fotos.

El libro es un vehículo del espíritu, pero en esta vida, tal y como la conocemos, el espíritu no puede darse separado del cuerpo y por eso una simple traducción no significa nada si no tiene acceso al conocimiento práctico que dio lugar al original. Para acceder a ese conocimiento práctico es preciso estar en contacto con la persona, no basta conocer sus ideas y pensamientos plasmados en un libro. Los hechos precisan de movimiento y, a través de un libro, del movimiento se puede llegar a conocer su existencia pero no se puede aprender más que al nivel de burdos remedos.

La función del libro es no obstante necesaria dentro del sistema de formación de realidad que conforma actualmente nuestra cultura. Precisamos del conocimiento intelectual de la realidad antes de atrevernos a sumergirnos en ella, es por eso que vivimos en el mundo de las explicaciones de cosas que nunca llegaremos a percibir, más que si acaso a través de descripciones parciales de quinta mano acompañadas, en el mejor de los casos, de someras video-ojeadas. Estamos pues frente a un tipo de realidad intelectual que para nosotros nunca se hace realidad.

El Tai-Chi Chuan sigue el proceso inverso, primero se sumerge uno en la realidad de los movimientos del cuerpo, realiza los movimientos, hace realidad. Sólo después de que se dominan los movimientos es que se empieza ser capaz de entender intelectualmente lo que está pasando y se puede entender lo que realmente significan. No importa lo clara que pueda ser la explicación, si no se adentra uno primero en la realidad no hay manera de comprenderla. De suyo todo lo que realmente sabemos funciona así, no importa lo mucho que se haya estudiado, no seremos capaces de llegar al significado real hasta que lo hayamos pasado por la práctica.

Este libro es como todos los libros un alimento para el espíritu que nos puede dar acceso a una realidad intelectual que es reflejo de una realidad auténtica, y que como todos los libros sirve realmente de muy poco si no se lleva a la práctica. Aquí se brinda al lector el espíritu del Tai-Chi Chuan en particular y del "Arte del Movimiento" en general, se describen los movimientos y se explica su función, pero lo que falta, el movimiento, es al lector al que corresponde ponerlo.

27 Años después.
Prologo a la segunda edición

Ya han pasado 27 años desde que saliera publicada la primera edición de este libro que se ha convertido en un libro de referencia para todos los auténticos practicantes de Kung Fu.

Hace ya algún tiempo que se agotaron todos los ejemplares impresos, y dado que sigue habiendo demanda decidimos reeditar el libro con el objeto de que este conocimiento permanezca al alcance de todo aquel que lo desee.

Dado que la primera edición se llevó a cabo *"a la antigua"*, para realizar la reedición ha habido que maquetar de nuevo todo el libro y realizar nuevas fotografías con el objeto de disponer de una versión digital que facilite la publicación, además el Maestro Su deseaba que se cambiaran algunas fotos. Siempre que se ha podido se han mantenido las fotos originales del Maestro. También se ha añadido alguna información que el maestro ha ido proporcionando como la contenida el el librito amarillo de Yang Tai Chi Chuan.

Durante la realización de la nueva maqueta he podido comprobar nuevamente, después de 27 años adicionales de práctica, que este libro es auténtica sabiduría. En él se contienen los secretos de la práctica efectiva del Kung Fu, el método secreto del Maestro Su.

Corresponde al practicante investigar a través de su cuerpo con el objeto de ir incorporando a sus movimientos todo lo que aquí se expone del modo que aconseja el Maestro Su: *"... en vez de validar mis movimientos con los libros, yo me diferencio porque valido los libros con mis movimientos."*

Así mismo animamos al practicante a perseverar y llegar a estudiar y ejecutar los movimientos según indica el Maestro Su: "*... pongo en práctica y examino las antiguas enseñanzas y tradición, la teoría filosófica, el secreto del método, la poesía y las explicaciones de los maestros. De este modo experimento si son verdad o no y confirmo si con todo ello se puede comprender o llegar hasta el "Tao"*

Para esto es imprescindible el Espíritu Yang: adoptar el pensamiento del Maestro. y llegar hasta el final sin importar los resultados.

Palma-Noviembre de 2022

Capítulo I

道之太極拳

中

中國哲學基礎之概念

El Tao del Tai Chi Chuan, Conceptos Básicos de Filosofía China

El Tao engendra al Uno, el Uno
engendra al Dos, el Dos engendra
al Tres, y el Tres engendra los
10.000 seres. Los 10.000 seres
llevan a sus espaldas el Yang y en
sus brazos el Yin y el Chi del
vacío queda armonizado.

Lao Tse

El Tao

-Todas las cosas son parte del Ser, el Ser a su vez es parte del No Ser (la Unidad Primordial) y todas las cosas, en la medida que son y se desarrollan, progresan a través de una serie de cambios moviéndose persistentemente hacia un retorno al estado del No Ser, la Fuente (Tao)-. Quizá por eso un nombre mas apropiado para este primer capítulo sería: "El retorno al Tao a través del Tai-Chi Chuan", esto estaría mas acorde con lo que pueden llegar a representar en la vida del ser humano, el Tao, y la práctica correcta del Tai-Chi Chuan, entre otras muchas técnicas. En este primer capítulo intentaremos sentar las bases que permitan comprender esto y para ello comenzaremos explicando someramente las ideas de Tao y Tai-Chi para pasar acto seguido a otros conceptos filosóficos de la cultura china.

Lao Tse empezaba diciendo que en el principio solo existía nada (como ausencia de "algo" en el sentido que nos es mas familiar), uno (como indiviso), Tao. En términos mas familiares a nuestra cultura hablaríamos del Verbo (Biblia) o el segundo anterior al Big Bang (pensamiento científico). Dado que este libro se refiere al Tai-Chi Chuan y el Tai¬Chi Chuan es chino, y muy probablemente de origen taoista, adoptaremos el término Tao para designar aquello que es representado por el concepto al que estamos aludiendo.

El Tao se ubica, explota, en el caso del Big Bang, o reside, en el caso del Creador bíblico, en un lugar al que se le llama Wu Chi, Macrocosmos, Paraíso, etc... Este Wu-Chi es inconmensurable, es decir que no se puede medir, se pueden hacer cábalas acerca de su tamaño pero siempre se acaba en el terreno de las hipótesis. Dentro del inmenso Wu-Chi existen algunos sitios dónde empieza "algo". A estos sitios se les denomina lo/Chi, Espacio-Tiempo, Paraiso Terrenal. El conjunto de todos los infinitos Io-Chi, entre los cuales está el mundo en que vivimos, constituye al Wu-Chi. Si tomamos uno solo de loa Io-Chi e intentamos expresarlo, conocerlo, es cuando aparece el Tai-Chi.



Lao Tse

Yin y Yang. Tai Chi

Tai Chi en filosofía china alude al concepto que da origen a la posibilidad de describir la realidad. El concepto de Tai-Chi precisa primeramente de los conceptos de Yin y Yang.

Se denominan Yin y Yang a los aspectos opuestos, pero complementarios, de una realidad. Yin y Yang, considerados separadamente, pueden aparecer como opuestos, pero si se consideran en conjunto y en movimiento cambiante nos conforman las diferentes realidades. Así pues podemos decir que el día y la noche son opuestos, pero para definir un día completo necesitamos incluir tanto al día como a la noche y a su alternancia. Parecido razonamiento se podría hacer en relación a lo claro y lo oscuro, a lo frío y lo caliente, y prácticamente a todas las realidades que nos rodean y que conforman nuestra vida cotidiana. La descripción de cualquier tipo de realidad completa exige la inclusión tanto de los aspectos Yang como Yin de la misma, así como sus patrones de alternancia. A su vez cualquier aspecto Yang tiene en su interior un germen Yin y viceversa, éste es el sentido y significado del símbolo del Tai-Chi.

En la cultura china el concepto de Tai-Chi fue de los primeros en ser expresados. En un principio lo fue de manera gráfica, a través de dibujos. Los dibujos primitivos fueron dos. El primero estaba formado por un círculo donde aparecían dos pescados unidos, el uno Yin y otro Yang; posteriormente, y con el objeto de dibujarlos mas fácilmente se simplificó llegando al dibujo que hoy conocemos.



Símbolo original del Tai Chi



Símbolo actual del Tai Chi

Tai-Chi no se refiere únicamente a la dualidad sino que incluye también al movimiento, la dinámica, el cambio permanente. No es un concepto exclusivo de la cultura china, es un concepto universal necesario a la hora de intentar expresar y comprender el mundo que conocemos.

Los conceptos de ion, protón, electrón etc..., bases de la física y la química modernas son Tai-Chi puro ya que incluyen realidades opuestas (iones positivos y negativos), complementarías (los átomos precisan de ambos para ser tales), y en movimiento (no se conocen partículas atómicas en reposo).

Todo el mundo de la informática, base de la descripción y control de la realidad ordinaria de nuestros días, está basado en el sistema binario que no es otra cosa que ceros y unos (realidades opuestas) cambiando de manera vertiginosa. Niels Bohr padre de los conceptos modernos sobre el átomo, exhibía en su blasón el milenario símbolo del Tai-Chi.



Blasón de Niels Bohr

Tai-Chi no da origen únicamente a la realidad material sino que abarca todo lo que conocemos como mundo incluyendo por tanto las realidades emocionales y psicológicas. Este aspecto es evidente en las diferentes culturas y en particular en la nuestra. Así pues en la Biblia se habla de que el hombre vivía en el Paraíso hasta que comió el fruto del árbol del bien y del mal, es decir que separó el uno en dos accedió a la dualidad y con ella al mundo con todas sus consecuencias.

Todo nuestro mundo mental y psicológico está basado en escalas de valores de todo tipo en base a las cuales determinamos en todo momento lo que está bien o nos gusta, y lo que no está bien o no gusta (conceptos opuestos y complementarios, no puede haber bien bien sino hay mal), siendo estos conceptos cambiantes (los momentos de felicidad o satisfacción se van alternando con los de insatisfacción).

Wu Chien. Los Cinco Elementos

El Tai Chi pone al hombre en disposición de describir realidades. La separación del Uno en Dos abre para el ser humano la posibilidad de la descripción, pero al intentar reflejar en la descripción los diferentes fenómenos que percibe, el ser humano se encuentra falto de medios, el Yin y el Yang permiten saber y describir en qué lado de la montaña se encuentra uno pero no permiten describir lo que uno está percibiendo allí

El intento de caracterizar a la realidad material hace que aparezca el concepto de los Cinco Elementos (Wu Chien), estos son los que permiten describir las características de la realidad material; son los que nos permiten, una vez que sabemos en que lado de la montaña nos encontramos, describir las cualidades de los árboles, el agua, las rocas, la tierra, el fuego. Por extensión y dado que el hombre está ligado a la materia en tanto dura su vida, Wu Chien hace referencia también a aspectos mentales o psicológicos. Los Cinco Elementos nos permitirán establecer las características de la realidad y por ende de los movimientos que realicemos, así como su correlación y compatibilidades.

En taoísmo los cinco elementos son: agua, madera, fuego, tierra y metal. Cada uno de estos cinco elementos representa el paradigma de un tipo de cualidades o elementos característicos de la realidad material, y por extensión de la psicológica; se les asocia un órgano o sistema orgánico del cuerpo humano, un color, un sabor, un punto cardinal, y muchas otras cualidades y cosas. De este modo cualquier tipo de realidad es susceptible de ser encuadrado dentro de lo definido uno o varios de los cinco elementos.

La teoría de los cinco elementos aparece en otras tradiciones culturales, en budismo los elementos son tierra, agua, fuego, viento y aire. Dado que el Tai Chi Chuen tiene origen taoísta adoptaremos los elementos según se definen en el taoísmo.

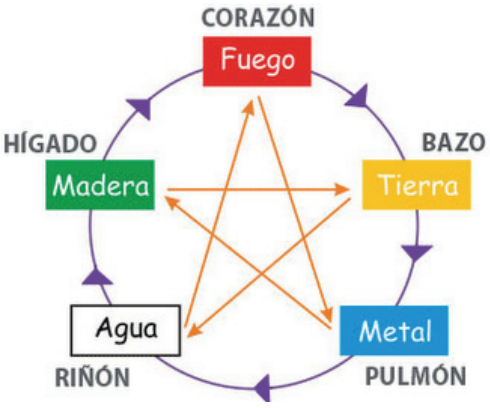
En este libro nos ocuparemos principalmente de lo concerniente a las características del ser humano y de los movimientos del cuerpo, vistas a través de la óptica de los cinco elementos. En el capítulo referente a las 5 Energías Originales y posteriores se expone esto con detalle. Citamos a continuación diversas correspondencias de los cinco elementos.

Asociaciones diversas correspondientes a los Cinco Elementos

5 Elementos	Agua	Madera	Fuego	Tierra	Metal
5 Órganos	Riñón	Hígado	Corazón	Bazo	Pulmón
5 Vísceras	Vejiga	Vesícula	Int.Delgado	Estómago	Int.Grueso
5 Colores	Negro	Verde	Rojo	Amarillo	Blanco
5 Direcciones	Norte	Este	Sur	Centro	Oeste
5 Tejidos	Oseo-Medular	Tendones	Sanguíneo	Muscular	Cutáneo
5 Orificios	Oídos	Ojos	Labios	Boca	Nariz
5 Estaciones	Invierno	Primavera	Verano	Canícula	Otoño
5 Sabores	Salado	Ácido	Amargo	Dulce	Ágrio
5 Planetas	Mercurio	Júpiter	Marte	Saturno	Venus
5 Virtudes	Prudencia	Benevolencia	Cortesía	Fidelidad	Equidad
5Sonidos	Yú	Chiao	Cheng	Kong	Shang

Los cinco elementos están sujetos a la ley del Tai Chi, es decir que un árbol, un río, una piedra, etc..., pueden estar en el lado soleado de la montaña, pero también puede estar en el lado umbrío, y a su vez, los dos lados estarán sujetos a las variaciones del día y de la noche. Cada uno de ellos puede ser Yin, Yang o una combinación Yin o Yang. Los cinco elementos se relacionan entre sí a través de dos ciclos, que reflejan las interacciones y relaciones de transformación y transmisión de energía entre ellos.

En el primero, también llamado benéfico, se establecen las relaciones de ayuda mutua. Estas relaciones se establecen en base a las características y cualidades de cada elemento, formándose un ciclo cerrado, que saliendo de cualquiera de los elementos nos lleva de nuevo hasta el mismo después de pasar por todos los demás.



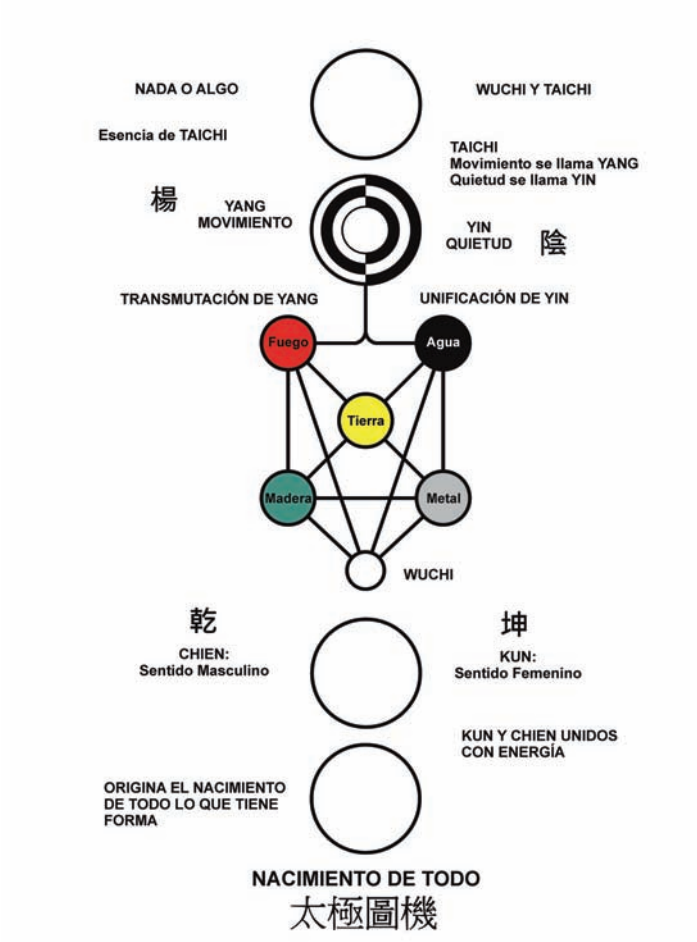
Ciclos de relación entre los cinco elementos

El ciclo de ayuda o benéfico establece el origen y el destino de cada elemento, el progenitor y la descendencia, el que le ayuda y a quien debe ayudar. De este modo, el agua da origen a la madera mientras que la madera da origen al fuego; el fuego da origen a la tierra (cenizas) y de la tierra sale el metal que nos lleva nuevamente al agua (fusión).

En el ciclo de oposición o maléfico definen las relaciones de destrucción, quien puede acabar con uno y a quién se puede eliminar. Así pues, el agua acaba con el fuego que a su vez derrite el metal; el metal en forma de herramientas corta a la madera, y la madera (árbol, raíces) denomina a la tierra; la tierra es capaz de controlar al agua (presas, pantanos), con lo que el ciclo comienza de nuevo.

Estos ciclos son aplicables, tanto a los elementos, como a sus cualidades o cosas asociadas.

En Tai-Chi Chuan se utilizan los dos ciclos, a nivel de sus efectos para la salud (ciclo benéfico), a nivel de arte marcial propiamente dicho (ciclo maléfico).



El nacimiento de los 10.000 seres

Los Tres Tesoros, San Chai

San Chai es el concepto que en filosofía china introduce el tercero.

Una vez establecido el concepto de Tai Chi (Yin, Yang) que hace posible la descripción de una realidad, y Wu Chien (5 Elementos) que nos da las herramientas para realizar la descripción, el ser humano se sitúa a sí mismo en el sitio donde se manifiesta la realidad; no obstante, esta ubicación no se realiza a modo de espectador; el que percibe forma parte de la realidad, contribuye a la conformación de la misma convirtiéndose en cierta medida él mismo en una manifestación de lo que rodea.

La representación completa de la realidad exige pues el tercero esto da lugar a la representación completa del Tai Chi, la que introduce el tercer elemento, San Chai.

El Chien es el sentido femenino, el Kun es el sentido masculino y de ellos salen los 10.000 seres.

Así pues, existe el cielo y existe la tierra, pero para poder conformar la realidad hace falta que en medio aparezca el hombre que es el que percibe. De este modo, todo lo que implica movimiento, vida, realidad, exige un lugar de acción definido por dos polos Yin y Yang que al interactuar producen la aparición del tercero. No hay dos sin tres, reza el refrán.

El concepto definido por San Chai es común a muchas filosofías y está presente en casi todas las culturas. En lo que se refiere a la cultura cristiana podemos hacer referencia a la Santísima Trinidad, El padre (Yang) interacúa con el Hijo (Yin) y se manifiesta como el Espíritu Santo. Las potencias del alma son tres: la Memoria (Yin) interactúa con la Voluntad (Yang) y se produce el Entendimiento.

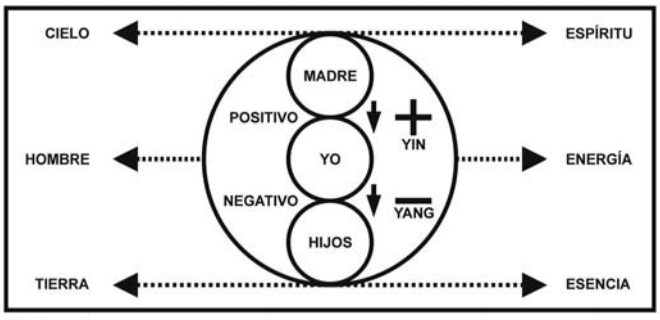
Todo el mundo científico práctico podría ser descrito en base a este concepto; en una turbina existe un estator (Yin) que al actuar con el rotor (Yang) da lugar a la aparición de la electricidad. El concepto San Chai al establecer el centro permite conformar el espacio en que las realidades y en particular los movimientos tiene lugar, y al dar paso a la energía hace que pueda nacer el movimiento.

La filosofía china, cuando habla de los "Tres Tesoros", "Tres Sabios", o "Tres Poderes", se refiere al concepto de San Chai aplicado al ser humano. En el ser humano los "Tres Tesoros" son el cuerpo, la energía y el espíritu.

En todo momento de su vida el cuerpo (Yin) interactúa con el espíritu, mente (Yang), dando lugar a la energía que conforma la vida.

El I Ching es un de los libros más antiguos que existen. En él se describe el origen y la evolución de las diferentes realidades a que el ser humano puede tener

acceso. En principio se establece que toda realidad se ajusta a una de las dos posibilidades, una Yang, u otra Yin, esto se representa mediante dos tipos de trazos, uno entero y otro partido. A continuación se introduce un tercer trazo dando lugar a los ocho trigramas (Pa Kua), que como veremos conforman los movimientos básicos del Tai Chi Chuan.



Los Tres Tesoros

Los Ocho Trigramas, Pa Kua

Pa kua en el idioma chino quiere decir literalmente ocho (Pa) triramas (Kua). Pa Kua como concepto filosófico establece la totalidad de la realidad en su forma más simplificada. Esta totalidad se representa mediante un grupo de ocho que en principio fueron los ocho trigramas, ocho líneas, ocho caminos, pero que es generalizable a cualquier grupo de ocho conceptos que represente la realidad. Así pues el término Pa Kua se puede referir a diferentes cosas, es una manera para hacerse entender, un símbolo que indica el conjunto de todas las cosas.

La primera vez que se habla de los ocho trigramas es en el I Ching. El I Ching parte de la base del Yin, y el Yang. Como ya se ha dicho, para que se produzca una realidad perceptual se necesita el Yin y el Yang (Tai Chi). El conjunto del Yin y el Yang establece el entorno básico donde surge la realidad. De la interacción de los dos polos surge el tercero conformándose un estado de realidad perceptual (San Chai), esto se representa mediante un trigrama (Kua).

Se pueden formar 8 diferentes trigramas a base de combinar líneas enteras,-(Yang) con líneas partidas -- (Yin). Esos ocho trigramas reciben el nombre de Pa Kua, y representan de manera básica todas las formas en que puede

manifestarse una realidad perceptual constituyendo la base del Universo de la filosofía china.

Las características de las realidades que se manifiestan en este Universo y sus relaciones se agrupan según la teoría de los cinco elementos -Wu Ching- explicada anteriormente. A cada trigrama se le asocia una de las facetas posibles en que se puede manifestar una realidad, siendo las asociaciones posibles innumerables. Cada realidad que queramos considerar, -animales, familia, estados de la materia, movimientos.1, sentimientos, etcétera-, es susceptible de ser definida mediante los ocho trigramas, abarcando el conjunto de éstos todos los posibles aspectos de la misma. Los nombres de los ocho trigramas y algunas de sus asociaciones, así como su relación con los cinco elementos y el Tai Chi, se pueden ver en la página opuesta.

El Pa Kua es un concepto dinámico que implica la mutación, el cambio de un estado a otro, de una situación actual a una posterior, existe por tanto el Pa Kua anterior y el posterior, el de ahora y el de después. Un correcto planteamiento, y posterior interpretación de dichos Pa Kua permite conocer la evolución de las cosas y las causas de dicha evolución.

Existen siempre, para cada realidad, un Pa Kua natural y otro no natural. El natural significa o representa los aspectos originales o naturales, es decir sin alterar, de la realidad. El no natural se refiere a los aspectos donde ya se han producido influencias externas al propio fenómeno o situación.

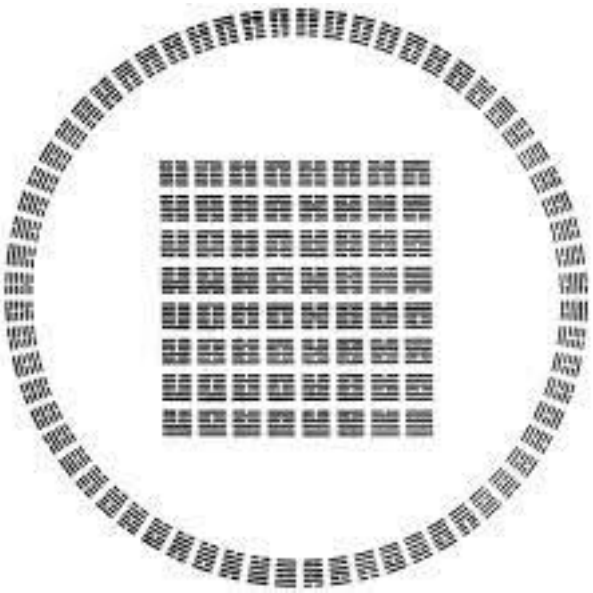
Toda realidad implica Yin y Yang, el Pa Kua como sistema de expresión de la interrelación entre las diferentes realidades o fenómenos no podía ser menos. Para cada fenómeno, o aspecto del mismo existe un Pa Kua Yin y uno Yang que representan las interrelaciones de uno u otro signo.

Este libro se refiere al Tai-Chi Chuan que es Arte de Movimiento del ser humano Todo Arte de Movimiento o Kung Fu debe abarcar un universo de movimientos y por tanto debe estar definido por su Pa Kua correspondiente. En el Capítulo 5 se define el Pa Kua correspondiente al Tai-Chi Chuan analizando los movimientos básicos que corresponden a cada uno de los trigramas.

El orden en que se disponen los ocho trigramas (el Pa Kua) se presenta en diversas disposiciones. En la antigua China había tres disposiciones diferentes, cada una de las cuales correspondía a una concepción filosófica diferente. En la actualidad se utiliza la disposición llamada Tso I, las demás se han perdido.

Combinando dos a dos los diferentes trigramas (Kua) del Pa Kua, se obtienen 64 hexagramas. Esto permite adentrarse en la realidad de una manera más detallada. Una realidad cualquiera representada por uno de los trigramas de relaciona con el entorno a través del Pa Kua correspondiente. El I Ching da una descripción de los significados de los 64 hexagramas para múltiples acepciones.

Chien		Cielo Lo Creativo Metal	Fortaleza Noreste	Caballo Luchar Cabeza	Padre Dar Yang
Kan		Tierra Lo receptivo Tierra	Docilidad Suroeste	Vaca Servir Tantien	Madre Alimentar Yin
Chen		Trueno Lo excitante Madera	Movimiento Este	Dragón Surgir Hígado	Hijo mayor Movilizar Yang
Sun		Viento Lo suave Madera	Penetración Sureste	Ave Roc Llenar Columna	Hija mayor Purificar Yin
Kan		Agua Lo abismal Agua	Decadencia Norte	Serpiente Afanarse Riñón	Segundo hijo Humedecer Yin
Li		Fuego Lo adherente Fuego	Brillantez Sur	Gavilán Percibir Corazón	Segunda hija Calentar Yang
Ken		Montaña El Aquietamiento Tierra	Estático Noreste	Tigre Detener Homoplatos	Hijo pequeño Consumirse Yin
Tui		Pantano Lo sereno Metal	Alegría Oeste	Mono Alegrarse Pulmón	Hija pequeña Serenarse Yang



Los 64 hexagramas del I Ching



Pakua Natural



Pakua No Natural

Capítulo II

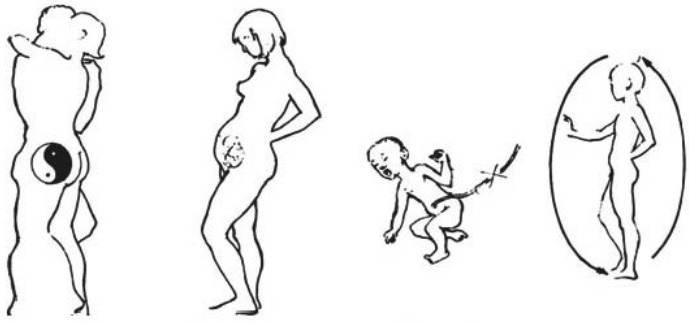
中國哲學之人體

El Hombre en la Filosofía China

El hombre es una de las infinitas posibilidades en que se manifiesta el Chi Natural y esa manifestación la percibimos en forma de un conjunto de energía de cuerpo y de energía de espíritu

El Hombre como Manifestación Energética

Según las enseñanzas filosóficas tradicionales transmitidas a través del Maestro Su Yu-Chang, la energía primordial o Chi es subyacente a todo lo existente, precisando para su manifestación de la interacción de dos polos, uno Yin y otro Yang. Las diferentes características de estas manifestaciones del Chi vienen dadas en función del sistema (Yin y Yang) a través del cual se producen. Así tendríamos que la luz, la gravedad, el electromagnetismo, la vida humana, y cualquier otra manifestación energética, son afloraciones del Chi a través de la interacción de un sistema de dos polos (Yin y Yang).



El hombre como manifestación energética

En este orden de cosas el hombre puede asimilarse a uno de esos sistemas de manifestación del Chi Natural. La vida humana surge como una manifestación del Chi Natural a través de la interacción del padre (Yang) y de la madre (Yin), y se manifiesta igualmente mediante interacción de dos polos el cuerpo o esencia (Yin) y el espíritu o mente (Yang).

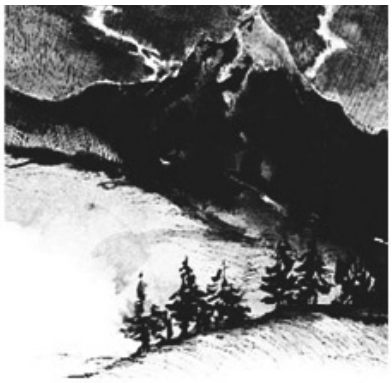
En todos y cada uno de los momentos de la vida del ser humano se presenta una condición energética que damos en distinguir como de cuerpo (posición, movimiento, etc...), y como de mente, espíritu (pensamiento, emoción, memoria, etc...), si bien la forma en que se presentan puede variar según sean los diferentes individuos y la actividad que éstos realicen. Estos dos tipos de manifestación no son independientes entre sí, sino que se ven afectados mutuamente; comienzan en el momento del nacimiento para, en la mayoría de los casos, extinguirse en el momento de la muerte.

Manifestaciones de Cuerpo y Espíritu

Si se tuvieran que definir o diferenciar estas manifestaciones energéticas, podríamos decir que las de cuerpo o esencia tienen que ver con los aspectos materiales del hombre, con el cuerpo propiamente dicho. El movimiento, las posturas, las actividades biológicas, el cuerpo mismo, son manifestaciones energéticas de cuerpo o esencia. Estas manifestaciones son susceptibles de ser percibidas por los sentidos, bien directamente o mediante aparatos. El instrumento, por así decirlo, a través del cual se producen estas manifestaciones es el cuerpo o esencia; ese cuerpo que una vez desprovisto de su energía, se nos presenta como cadáver después de la muerte.

Las manifestaciones energéticas de espíritu tienen que ver con todos los aspectos inmateriales del ser humano. La inteligencia, el amor, la memoria, el razonamiento, la intuición, los presentimientos, etcétera, son manifestaciones de energía de espíritu. Las realidades a las que en la cultura occidental se alude como mente, alma, psique, etcétera, están conformadas por este tipo de manifestaciones.

La energía en cualquiera de sus manifestaciones es eso, una manifestación, y como tal, no es posible percibirla mas que por sus efectos. Si observamos nuestra vida cotidiana podremos darnos cuenta de que está constituida por manifestaciones energéticas, el movimiento, la luz, la electricidad, etc..., son manifestaciones energéticas. En lo que se refiere al ser humano, cuando decimos a alguien que tiene mala cara o mal aspecto, lo que estamos percibiendo es un bajo nivel de la Energía de Esencia; de modo parecido cuando uno percibe un color o identifica un sonido, está haciendo uso de su capacidad de manifestar Energía de Espíritu. La cultura china ha incluido estos conceptos en su manera de describir el mundo desde hace mas de 5000 años, de suyo, la medicina china tradicional esta basada en el conocimiento de los canales por donde circula la energía de la esencia a los que llama meridianos.



El rayo, manifestación energética entre el cielo y la tierra

Origen y Transformación de los Componentes del Hombre

Los componentes del hombre provienen, en parte de los padres y en parte de las características energéticas y espirituales (tal como se han definido estos conceptos), del lugar y momento del nacimiento.

A los componentes que conforman al hombre en el momento del nacimiento se les llama originales. Serían pues la Esencia o Cuerpo Original, la Energía Original y el Espíritu Original.

El Cuerpo Original

También llamado Esencia, es el instrumento a través del cual se producen las manifestaciones energéticas de esencia. Empieza a comportarse como tal en el momento de nacer, ya que hasta ese momento estaba ligado cuerpo de la madre del que dependía para su existencia.

El Cuerpo Original está formado por el conjunto de los componentes materiales de todas las células que lo constituyen. Provienen en su totalidad de nuestros padres y posee en el momento de nacer unas características que daremos en llamar originales. El Cuerpo Original se identifica con un cuerpo pletórico de capacidades, sano, y sin problemas, como es el del bebé en el momento de nacer.

A partir del momento en que el ser humano comienza a tener que desenvolverse por sí solo, el cuerpo se ve sometido a las condiciones ambientales de todo tipo, esto le obliga a acometer el desarrollo de sus potencialidades hasta entonces vírgenes, lo que conlleva la pérdida de su condición de original, de natural.

Así pues tenemos que el cuerpo del niño recién nacido no es capaz de moverse mas que de una manera natural. Las capacidades naturales de movimiento son sólo dos: una que tiene como objetivo alimentarse, la succión con la boca, y otra cuya finalidad es obtener cosas del mundo que nos rodea, agarrar



El cuerpo original

con las manos y pies. Poco a poco, a medida que precisa adaptarse a las nuevas circunstancias, el cuerpo empieza a aprender, y va siendo capaz de moverse de una manera no natural. El cuerpo aprende a mantenerse derecho, a andar, a sentarse, etcétera, dependiendo en todo caso el resultado del aprendizaje, de las circunstancias en que se produce.Una vez que el cuerpo ha dejado de ser original, es posible recuperar aquella condición mediante la práctica y el estudio. Este es uno de los objetivos de la práctica del Tai-Chi Chuan y otros estilos de Kung Fu, como el Pa-Kua Chuan.

Las circunstancias prenatales también son tenidas en cuenta en la Filosofía China; según ésta, el comienzo de todo tipo de vida tiene lugar en el agua, la parte del cuerpo humano que se identifica con el agua son los riñones, de ahí que la formación del cuerpo en el útero materno deba comenzar por los riñones. Un Cuerpo Original perfectamente equilibrado exigiría que los dos riñones comenzaran a formarse al mismo tiempo, esto no es posible, no puede existir una simultaneidad absoluta y por consiguiente la formación del cuerpo comienza siempre por uno de los riñones. Esta circunstancia hace que en todos nosotros, desde el mismo momento en que comienza la formación del cuerpo, se produzca un desequilibrio hacia un lado o hacia el otro, este desequilibrio debe ser corregido una vez se alcanza el Cuerpo Original. Una enfermedad congénita es un caso de desequilibrio prenatal acentuado que de igual modo deberá corregirse una vez se alcanza el Cuerpo Original.

El Espíritu Original

En Filosofía China y bajo el nombre genérico de Espíritu, se hace referencia a un conjunto de potencialidades de manifestación de actividades de cualquier tipo, también se alude al concepto de conciencia. Haciendo un símil con la realidad informática se podrá comparar un espíritu a un programa de ordenador. Un programa de ordenador no es sino un conjunto de potencialidades susceptibles de manifestarse como un conjunto de actividades. Cualquier tipo de espíritu, como cualquier programa de ordenador, necesita para poner en juego sus potencialidades una fuente de energía. Cada tipo de energía tiene su contrapartida de espíritu, y dado que existen en el universo múltiples tipos de energía podemos intuir que existen múltiples tipos de espíritus.

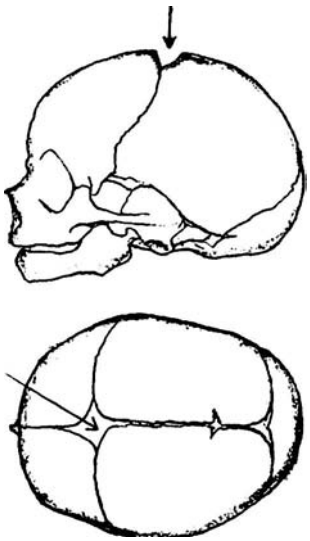
No todos los espíritus tienen las mismas posibilidades de actuación, de igual modo que no todas las energías se manifiestan de la misma manera. Así por ejemplo dentro de la escala cósmica tiene más limitaciones la energía

ligada a la materia que la ligada a la luz. Esto puede hacerse más comprensible si echamos mano de conceptos de nuestro entorno cultural. La definición ancestral que en nuestra cultura se hace de la realidad cósmica se encuentra en la Biblia. En el extremo superior de la escala está Dios que es espíritu dotado de energía propia con capacidad para acometer por sí mismo cualquier actividad incluso la de la creación. En el extremo inferior está Lucifer, que es un espíritu al que Dios le ha privado de energía, y por tanto precisa para manifestar sus actividades de la energía ajena.

Los seres humanos estamos en un punto intermedio de la escala cósmica, las potencialidades de manifestación de actividades aparejadas a nuestro espíritu disponen de una fuente energética propia, que en principio es de tipo material pero que puede llegar a ser más sutil. Según esto denominaremos espíritu del ser humano al conjunto de potencialidades que el hombre posee para la manifestación de actividades no naturales, aprendidas. Se incluyen tanto las potencialidades que dan lugar a las manifestaciones que hacen posible la vida cotidiana (movimientos, pensamientos, memoria, sentimientos, etc...), como las que se manifiestan de otra forma (intuición, presentimientos, etcétera), es lo que en la cultura occidental se conoce bajo el nombre de mente, alma, psique, etcétera. La manifestación de estas potencialidades se realiza mediante un fenómeno energético que daremos en llamar Energía de Espíritu que describe más adelante.

El Espíritu Original está constituido por las potencialidades de manifestación de Energía de Espíritu de todo tipo que el hombre posee en el momento de nacer. Este bagaje consiste en 12 funciones diferentes cada una de ellas con potencialidad de manifestar un tipo distinto de Energía de Espíritu, esto se expresa en Filosofía China diciendo que el Espíritu Original está formado por 12 espíritus.

De estas doce capacidades siete son transmitidas por los padres en el momento de la concepción, a estos los llamaremos los 7 Espíritus Heredados. La manifestación de estas potencialidades va unida indefectiblemente al cuerpo, y por lo tanto desaparecen en el momento de la muerte.



La fontanela punto de conexión con el Tao

Las otras cinco capacidades a las que llamaremos 5 Espíritus Naturales, tienen su origen en el Tao, y como éste, no están sujetas a los condicionantes del espacio-tiempo. Los 5 Espíritus Naturales entran a formar parte del ser humano el momento de nacer a través del hueco perinatal o fontanela. Las manifestaciones de Energía de Espíritu debidas a estas potencialidades no precisan necesariamente de la presencia del cuerpo.

Si las condiciones ambientales de tipo inmaterial son extrañas, esto puede alterarse (puede que solo entren cuatro naturales y otro extraño) en cuyo caso el individuo resultará con rasgos de carácter inalterables que no pueden modificarse por mucho que se intente.

El Espíritu, o las doce potencialidades de espíritu, son el instrumento que posibilita y conforma las manifestaciones de la Energía de Espíritu.

Los 7 Espíritus Heredados

Los 7 Espíritus Heredados son transmitidos al ser humano por sus padres mediante el mensaje genético que éstos poseen en el momento de la concepción. Los 7 Espíritus Originales Heredados están conformados por la información genética concerniente a las potencialidades de manifestación psíquica, intelectual, emocional, interpretativa de percepción, etc...

Estas potencialidades tienen como base de operaciones los hemisferios cerebrales si bien residen en la memoria genética de todas y cada una de las células del cuerpo. La actuación coordinada de todas ellas permite obtener el tipo de información necesario en cada momento, esta información convertida en Energía de Esencia llega hasta los hemisferios cerebrales, y desde allí convenientemente procesada se manifiesta como el tipo de Energía de Espíritu que nos configura la realidad cotidiana.

Las capacidades iniciales son las que constituyen los 7 Espíritus Heredados Originales, posteriormente se van transformado, se desarrollan culturalmente a partir de las diferentes descripciones que vamos obteniendo de nuestro entorno acerca de lo que percibimos a través de los sentidos.

En las potencialidades operativas de los hemisferios cerebrales reside la capacidad de manifestación de la parte heredada de las habilidades para manifestar actividades del ser humano. Hablamos de que reside la capacidad de manifestación porque como ya se ha indicado anteriormente es el conjunto total de las células del cuerpo el que alberga a los 7 Espíritus Heredados, y es debido a que esto es así que se pueden producir las mutaciones que subyacen

en la teoría evolutiva. El cerebro es el procesador y emisor energético, pero toda la información a ser procesada procede de alguno de los conjuntos celulares que componen el cuerpo humano, y es transmitido al cerebro por otros conjuntos celulares que poseen el conocimiento necesario para poder transmitir ese tipo de información precisa.

De todas las capacidades que se han ido acumulando a través de los tiempos en los 7 Espíritus Heredados solamente se utilizan las necesarias para el desenvolvimiento actual.

El resto de capacidades aprendidas a lo largo de toda nuestra experiencia ancestral, es relegado al olvido y la inactividad por la falta de fuentes donde aprender a utilizarlas, es decir, por ausencia dentro de nuestro entorno social del conocimiento cultural que permita manifestar Energía de Espíritu a través de las mismas. La selección de posibilidades de manifestación cerebral heredadas (7 Espíritus Heredados) está limitada debido a la reducción de la capacidad interpretativa de los fenómenos que se perciben. La percepción, y con ella las características de dicha capacidad, son aprendidas, y como tales, se limitan a lo que nuestro entorno cultural considera funcional para el desarrollo de la vida y la sobrevivencia, desechándose paulatinamente las posibilidades de manifestación de Energía de Espíritu que no sean funcionales para la vida cotidiana.

Los 7 Espíritus Heredados pueden ser Yang o Yin, y son los que definirán en primera instancia el comportamiento masculino o femenino del individuo, independientemente de que el cuerpo pueda ser masculino o femenino. Según sea la proporción de unos u otros así será la tendencia del comportamiento y personalidad del individuo. Así pues desde el punto de vista del comportamiento sexual, con todo lo que ello conlleva a efectos de personalidad, una proporción de 4 y 3 resultará en personalidades ambiguas de tipo homosexual, las proporciones de 6 a 1 corresponderán a hombres muy varoniles o mujeres muy femeninas, una proporción Yin en un cuerpo Yang desemboca en los conocidos casos de auténtico travestismo, cambios de sexo, etc... .

Los 7 Espíritus Heredados son los que servirán de base para la formación del individuo como tal. Son potencialidades en base a las cuales se ira conformando la personalidad a medida que el ser humano se vaya desarrollando en su medio ambiente. Estas habilidades son las que nos permiten primero conocer, y luego relacionarnos, con el mundo tal y como lo conocemos; en este sentido se puede decir, que son los que establecen las directrices para desarrollar nuestra vida, y que los padres, son los que nos transmiten la energía necesaria para ello.

Los 5 Espíritus Naturales

La otra parte del bagaje que permite la manifestación de Energía de Espíritu de que dispone el ser humano, son los 5 Espíritus Naturales que no son, como ya se ha ducho, heredados de los padres. Los Espíritus Naturales van aparejados en la manifestación de sus actividades, con un tipo de energía sutil (la Energía Original); mientras que los Espíritus Heredados van aparejados con un tipo de energía más burda (la Energía de Esencia). En este sentido, ambos forman parte de la escala cósmica que se presenta en el universo, y que únicamente está sujeta a las limitaciones del espacio-tiempo tal y como lo conocemos en una mínima parte de sus componentes.

Un acercamiento a esta visión de conceptos desde el punto de vista científico actual, podría hacerse teniendo en cuenta que todo el mundo material que realmente conocemos con nuestros sentidos, es decir lo sólido, líquido y gaseoso sólo constituye un 0.01% del total de la materia del universo, al resto se le llama en términos científicos, plasma.

La energía asociada a las manifestaciones de los Espíritus Naturales se encuentra pues en el límite de la materia. Esta materia incluye a toda la creación en el sentido Bíblico, siendo en los humanos donde se presenta la oportunidad de que se complete la conformación de los 5 Espíritus Naturales, con el consiguiente acceso a la manifestación de actividades independientemente de la Energía de Esencia, es decir del cuerpo.

Las informaciones y potencialidades a las que hemos llamado 5 Espíritus Naturales se introducen por la fontanela en el momento de nacer plasmándose, a modo de impronta cósmica como si de una reacción química se tratase, en los líquidos del cerebro. Durante un periodo de tiempo la conexión con el cosmos (la fontanela) sigue abierta permitiendo que la relación se afiance.

Una vez que la fontanela se cierra, la comunicación automática con el Tao se interrumpe y los Espíritus Naturales que han pasado a residir en el nuevo ser humano, comienzan a verse opacados por la actividad de los 7 Espíritus Heredados.

Las zonas centrales del cerebro son los receptores de este tipo de 'Ondas de Espíritu, y son también el instrumento que posee el ser humano para hacer uso de ellas jugando la glándula pineal un papel fundamental, es lo que en filosofía china se conoce como el punto Miao Men, la -Puerta Celeste...

Los 5 Espíritus Naturales constituyen la parte del ser humano que es susceptible de trascender el espacio-tiempo relacionándose por tanto con las

actividades de tipo metafísico. Son la contrapartida Yang a los 7 Espíritus Heredados que dentro de este contexto tienen carácter Yin. Se relacionan por así decirlo con la sobrevivencia cósmica, con el cumplimiento de un papel de aprendizaje durante la vida.



La Puerta Celeste, Miao Men, Hipófisis, Epífisis

El uso consciente de la información y potencialidades que contienen los 5 Espíritus Naturales no es estrictamente necesario para la sobrevivencia ordinaria y debido a eso, pueden permanecer ignorados a lo largo de toda la vida, Esto no obstante, sus influencias se dejan sentir independientemente de que seamos o no conscientes de su existencia.

La forma en que los 5 Espíritus Naturales actúan sobre los otros 7, se describe más adelante cuando se habla de la Energía de Espíritu, digamos ahora que es esa tendencia a seguir una dirección sin que haya bases estrictamente conscientes o racionales que lo aconsejen. La manera global en que se manifiestan estas -tendencias- ha sido estudiada a lo largo de la historia de la humanidad, y de suyo todas las culturas poseen algún tipo de conocimiento que hace referencia a ello. En este sentido podríamos decir que la astrología es una de las ciencias que en occidente se ha ocupado de estudiar estas influencias. En la filosofía china la existencia de los 5 Espíritus Naturales forma parte de la cultura tradicional que permite el con oc o miento del ser humano desde el nacimiento, existiendo cinco tipos básicos de personas relacionadas con los cinco elementos.

Los 5 Espíritus Naturales son retazos de conciencia cósmica no sometidos al espacio-tiempo, flujos potenciales de información y de acción que como todo en el universo cumplen una función de transformación energética que en este caso es a nivel de lo que hemos dado en llamar Energía de Espíritu.

Hoy en día vivimos rodeados de flujos potenciales de información que bajo formas energéticas de tipo diverso, (ondas de televisión, radio, etc...), y al llamado de los aparatos adecuados, se nos manifiestan como imágenes, sonidos, etc...; susceptibles de ser grabadas y reproducidas, e incluso, capaces de manejar complicádnoslos aparatos (naves espaciales). De modo similar,

existen dotaciones de 5 Espíritus Naturales que al abrirse la posibilidad de un futuro ser humano a punto de nacer, se albergan en éste en forma de potencialidades de manifestación de Energía de Espíritu.

Los 5 Espíritus Naturales, si no se trabaja para acceder a ellos, si no se procura la posibilidad de que la Energía de Espíritu se manifieste a través de ellos, permanecen por así decirlo opacados por los otros siete; esto no obstante mantienen un nexo de unión con su origen, este nexo es una especie de cordón umbilical que partiendo de la fontanela (ápice de la cabeza) nos une permanentemente al Tao. Este concepto no es exclusivo de la cultura china sino que aparece en otras culturas, entre ellas las precolombinas de Centroamérica.

Ningún ser humano recibe al nacer la totalidad de los 5 Espíritus Naturales ya que a escala cósmica, la condición humana es el albergue y apoyo energético de paquetes de 5 Espíritus incompletos pero con potencialidad de que sean completados. La reunión del paquete completo en esta vida da acceso al siguiente peldaño de la escala cósmica.

El camino evolutivo del ser humano pasa por el conocimiento y utilización consciente de los Cinco Espíritus Naturales, por la aproximación a su origen. Cuanto mas cerca de ese origen seamos capaces de llegar a través de nuestra práctica mayor será la sabiduría obtenida. En este sentido se puede decir que los 5 Espíritus Naturales son los que marcan las directrices para alcanzar el Tao, y que el Maestro es el que proporciona la energía necesaria para seguir ese camino.



La Conexión con los Antepasados Tapiz Huichol.

La Energía Original

La Energía Original es la potencia de caudal de Chi Natural que irrumpe merced a la concepción cuando los padres dan origen al nuevo ser mediante la unión de sus cuerpos y sus espíritus. Esta Energía es por así decirlo una

donación de los padres, y es por eso que son las circunstancias en las que se produce la concepción las que determinan el caudal de energía de que dispondrá el futuro ser humano.

La Energía Original -mientras dura la gestación- permanece en el feto como tal ya que al no respirar no existen en éste manifestaciones separadas de Energía de Esencia y de Energía de Espíritu. La separación de estas manifestaciones exige como veremos, el funcionamiento independiente del pulmón y del hígado, y en el caso del feto son los de la madre los que le permiten sobrevivir.

En el momento en que la respiración empieza a entrar y salir por la boca y la nariz, y se corta el cordón umbilical, los pulmones y el hígado empiezan a ser activos y la Energía Original empieza a ser susceptible de manifestarse como Energía de Espíritu y como Energía de Esencia. Así pues diremos que el hombre dispone en el momento de nacer de una monto de Energía Original que da lugar a manifestaciones de Energía de Esencia y de Energía de Espíritu. De igual modo que en el momento de nacer se produce la posibilidad de disociación de la Energía Original en Energía de Espíritu y Energía de Esencia, existe la posibilidad de utilizar la Energía de Espíritu y la de Esencia de manera conjunta para poder disponer nuevamente de la Energía Original. Esto se consigue mediante el estudio del Tai-Chi Chuan y otras técnicas.

La Energía de Esencia. El Tejido Invisible

La Energía de Esencia se manifiesta como tal a través de las actividades y funciones del cuerpo, y es también en ultima instancia la que hace posible las manifestaciones de la Energía de Espíritu. En el momento del alumbramiento se manifiesta como lo que llamaremos Energía Original de Esencia, es decir la manifestación de Chi a través de un cuerpo puro, natural.

Las manifestaciones de la Energía de Esencia se identifican dentro de nuestro contexto cultural, con las actividades fisiológicas propias de los diferentes tipos de células que componen el ser humano; es energía fisicoquímica cuyos patrones de manifestación se rigen por las funciones asignadas por el pensamiento científico a los diferentes tipos de tejidos celulares.

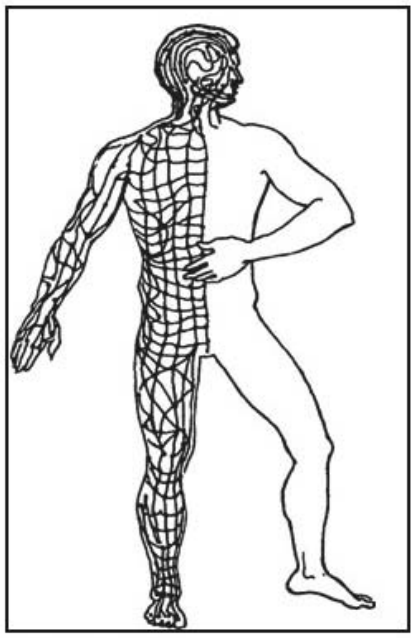
Existe otra manifestación de la Energía de Esencia que aparece como menos obvia dentro de nuestro contexto cultural. Esta manifestación es una ener-

gía de tipo lumínico que circula por lo que daremos en llamar, a semejanza con los demás tejidos del cuerpo El Tejido Invisible. El trazado y funciones que cumple este tejido están básicamente definidos por lo que en medicina tradicional china se llama meridianos.

Este tejido es lo que dentro de nuestro contexto cultural se llama *"fascia"*. Está formado de colágeno y esencialmente de agua y constituye el medio de donde proceden, y gracias al cual viven, todas las células del cuerpo.

Este tejido interconecta todas y cada una de las células del cuerpo, y su función es el intercambio de información energética, además de regular y equilibrar los posibles excesos y deficiencias que se produzcan entre los diferentes grupos de células.

Existen 5 tipos básicos de Energía de Esencia que se conocen como las 5 Energías Originales. Cada una de estas 5 energías se relaciona con un grupo de tejidos del cuerpo y con unas determinadas funciones anímicas abarcando entre todos ellos la totalidad de los aspectos físicos y psíquicos del ser humano. Estos grupos celulares en que se divide al cuerpo están definidos por la teoría de los 5 Elementos. Cada uno de estos tipos de energía cumple unas funciones determinadas tanto a nivel del mantenimiento y funcionamiento de los tejidos que le son propios, como a nivel del funcionamiento anímico y psicológico de las áreas mentales y emocionales que se relacionan con dichos grupos celulares. En el Capítulo 5 se especifican estos puntos de manera detallada.



El Tejido Invisible

A partir del momento del nacimiento, cuando el nuevo ser humano empieza a desenvolverse en el medio externo al útero, la Energía Original de Esencia empieza a mistificarse, y deja de ser original.

La mistificación a que se ve sometida la Energía Original de Esencia, se manifiesta como un monto creciente de Energía Original (Chi), que manifestado como Energía de Esencia ocupamos en modelar paulatina-

mente la nueva forma, los nuevos movimientos y el funcionamiento biológico del cuerpo que va creciendo, y relacionándose con el entorno. Esta es la energía que se manifiesta como un cuerpo que crece, funciona, se mueve, siente, etc..., y que -también- cuando se altera su equilibro y queda bloqueada en las diferentes partes del cuerpo se manifiesta en forma de un cuerpo enfermo, viejo, etc...

Existe una relación íntima entre la Energía de Esencia y la Energía de Espíritu, pues en última instancia no son más que el resultado de la disociación de la Energía Original. La proporción en que la Energía Original (Chi) se disocia en una u otra, depende del estado del cuerpo y el espíritu en cada momento, pudiendo decantarse hacia una u otra de manera súbita y muchas veces incontrolada. Así pues una alteración violenta de la Energía de Espíritu (susto) puede producir una manifestación súbita de Energía de Esencia en forma de sudor frío, y como este podrían citarse multitud de ejemplos.

El monto de Chi disponible, y susceptible de manifestarse como Energía de Esencia o Energía de Espíritu a lo largo de la vida es limitado, y depende de las circunstancias del momento de la concepción. Como se ha apuntado anteriormente, este monto se va hipotecando desde el momento del nacimiento utilizándolo en mantener la configuración física (forma del cuerpo, manera de moverse, flexibilidad o rigidez, enfermedades, etc...) y psíquica (memoria, personalidad, preocupaciones, preferencias, gustos, etc...) del ser humano durante el transcurso de la vida. Existe además una fuga importante de Chi en estado puro cada vez que se realiza actividad sexual, pues haya o no haya concepción, se realiza una donación o disipación de Chi según sea el caso.

Si el individuo llega a necesitar para el desenvolvimiento de su vida cotidiana, si precisa para vivir, un mayor caudal de energía del que dispone por condiciones de nacimiento, o si ocurre alguna fuga excesiva de la misma (accidentes, heridas, sustos, etc...), sobreviene la muerte.

Uno de los efectos del estudio del Tai-Chi Chuan y otros estilos de Kung Fu, es aprender a disociar mínimamente la Energía Original de modo que en todo momento, las configuraciones física y psíquica indispensables para la vida cotidiana se manifiesten no como Energía de Esencia y de Espíritu sino como el fluir del Tao, la Energía Original.

El Tan Tien

El Tan Tien es el centro de la Energía de Esencia. Es un punto ubicado en el abdomen, en el centro del triángulo que forman: el ombligo, el perineo y

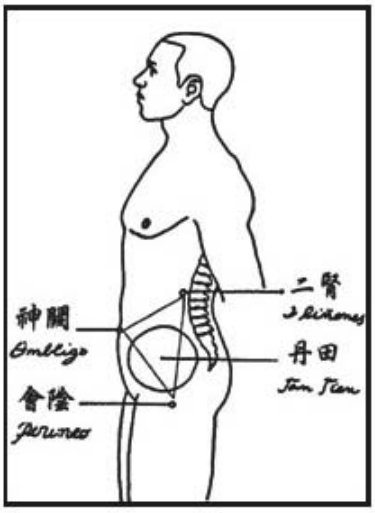
el punto medio entre los riñones. Esto lo sitúa en el abdomen a una distancia de alrededor de 4 dedos por debajo del nivel del ombligo, y aproximadamente tres dedos hacia adentro (ver Fig). Es un punto que no es visible, y que sólo es posible sentirlo.

La Energía de Esencia fluye por todos los meridianos del cuerpo según corresponda a uno u otro de los órganos, pero se concentra en los llamados meridianos curiosos o Canales de Control y de Función (Vaso Gobernador y Vaso Concepción) que discurren por las líneas centrales de la espalda y del pecho, conectándose por arriba en el ápice de la cabeza, y por abajo en el perineo.

Nos referimos a los meridianos Tu Mo y Jen Mo que constituyen lo que se conoce como Pequeño Círculo Celestial u Orbita Microcósmica. El Tan Tien es uno de los puntos del Canal de Función que asciende el perineo hasta el ápice de la cabeza.

Con la llegada de la pubertad, y con el objeto de que pueda tener lugar la reproducción, el flujo de energía a través de estos meridianos se interrumpe en el punto Hui Yin que está ubicado en el perineo.

La Energía de Esencia restablece entonces la conexión entre el Canal de Función (anterior) y el Canal de Control (posterior), a través del meridiano de la cintura (Tai Mo) que queda conectado con el Tan Tien que a su vez está conectado con los órganos sexuales; esto hace posible que toda la Energía pueda ser canalizada en un momento dado a través del Tan Tien hacia los órganos sexuales. En el caso de la mujer la Energía de Esencia va pasando de manera paulatina desde el Tan Tien a los órganos sexuales, donde activa la producción de óvulos fértiles. La producción de energía reproductiva Yang (eyaculación) exige la conjunción del pensamiento (Energía de Espíritu) con el cuerpo (Energía de Esencia) lo que produce Energía Original (Chi), ésta se conforma en el centro del cerebro para desde allí bajar por la espina dorsal hasta el Tan Tien y desde ahí a los testículos donde da vida y hace fértiles a los espermatozoides.



Ubicación del Tan Tien

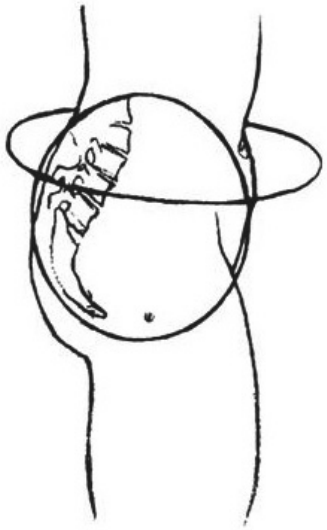
Dado que el flujo de energía a través del Tan Tien es utilizado en su totalidad en actividades sexuales, éste no puede ser

advertido a menos que se practique alguna técnica encaminada a reducir dicho flujo y disponer de este modo de un excedente de energía. En esos casos se empieza a sentir un calor en el mencionado punto. Ese calor es producido por el ahorro de energía consecuencia de la aplicación de técnicas concretas. Antes de la pubertad es fácil de percibir el Tan Tien ya que al no haber actividad reproductiva puede existir un excedente espontáneo de energía, no obstante el desconocimiento de estos fenómenos hace que el Tan Tien no se perciba de manera voluntaria mas que después de largo tiempo de práctica.



La Órbita Microcósmica

Dentro de los movimientos del Tai-Chi Chuan hay dos técnicas específicas que actúan sobre el Tan Tien y que se conocen con los nombres de "Movimiento de Dragón" y "Movimiento Serpiente". Estas técnicas tienen por objeto la recanalización de la energía desde los riñones hacia el Tan Tien, involucran la respiración unida a movimientos de diafragma actuando sobre el abdomen. El "Movimiento de Dragón" hace que la energía describa círculos verticales con eje en la línea que los dos fémures, éstos círculos pasan por el perineo, los riñones y el Tan Tien.



"Movimiento de Dragón" y "Movimiento de Serpiente".

El "Movimiento de Serpiente" hace que la energía describa círculos horizontales que pasan por los riñones y el Tan Tien. En el capítulo dedicado a las técnicas del Tai-Chi Chuan se indica donde deben realizarse estos movimientos.

La práctica continuada del Tai-Chi Chuan y otras técnicas conduce a la apertura del perineo y la consiguiente reconexión de los Canales de Control y

de Función, lo que permite que la Energía de Esencia recupere su recorrido original. También produce la capacidad de manejo conjunto de las Energía de Esencia y la Energía de Espíritu para que circule por la Orbita Microcósmica en forma de Energía Original (Chi). La Energía Original (Chi) -así sintetizada, es la que da lugar a las manifestaciones de Energía de Espíritu propias de los 5 Espíritus, Naturales, es por eso que este es el primer paso hacia el conocimiento de los 5 Espíritus Naturales.

La Energía de Espíritu

La Energía de Espíritu es la manifestación del Chi a través de lo que hemos dado en llamar Espíritu, Conciencia. Al hablar del componente Espíritu del ser humano se ha explicado que existen dos tipos de soporte espiritual que hacen posible la manifestación de la Energía de Espíritu -los 7 Espíritus Heredados los 5 Espíritus Naturales-, así pues diremos que hay dos tipos de Energía de Espíritu. Las manifestaciones de Energía de Espíritu a través de los 7 Espíritus Heredados precisan de Energía de Esencia y por lo tanto existen en tanto exista vida. Las manifestaciones de Energía de Espíritu a través de 5 Espíritus Naturales precisan de Energía Original (Chi), dado que el Chi puede existir sin el soporte del cuerpo 'estas manifestaciones pueden llegar a trascender el espacio-tiempo. El conjunto de los dos tipos de Energía de Espíritu conforma la Energía total de Espíritu.

Así pues el concepto de una realidad conformada por actividades está directamente relacionado con las manifestaciones de Energía de Espíritu, y la manifestación controlada y voluntaria de cualquier tipo de Energía de Espíritu da origen a la formación de conciencia.

La Energía de Espíritu de los 7 espíritus heredados

La realidad ordinaria está formada por manifestaciones de Energía de Espíritu través de los 7 Espíritus Heredados bajo las cuales subyace en todo momento la Energía de Esencia. En el momento de nacer el ser humano dispone para conformar la realidad ordinaria únicamente de manifestaciones de Energía de Esencia, llora, mueve su cuerpo de manera instintiva, etcétera; esta circunstancia hace que sea incapaz de valerse por sí solo ya que una de las condiciones de la sobrevivencia del ser humano, es la de poseer una cierta