

K I N A M

el poder del Equilibrio



# K I N A M

EL PODER DEL EQUILIBRIO

*ANTIGUAS TÉCNICAS TOLTECAS*



**Frank Díaz**



EDITORIA ALBA

Editora Alba S. A. de C. V.

edialb@editoraalba.com

Dirección:

Primera Edición en español: Abril del 2004.

El editor no se hace responsable por el contenido de este libro, o por las consecuencias de la práctica de los ejercicios descritos.

Título: Kinam, el poder del equilibrio.

Copyright © 2002 por Frank Díaz.

ISBN:

Diseño de portada: FD. Estandarte de Anawak, tomado del Códice Magliabecchi.

Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta publicación puede utilizarse o reproducirse en forma alguna, sin la autorización por escrito del editor.

## AGRADECIMIENTO

**QUIERO** agradecer a mi profesor de Yoga, Eduardo Pimentel Vázquez, quien me dio mis primeras lecciones de disciplina física y mental, a Carlos Castaneda, por ayudarme a vislumbrar la dimensión mágica del pensamiento tolteca, a Víctor Sánchez, quien reparó en el concepto de “Kinam” y lo propagó por primera vez en nuestra edad moderna, así como a Julio Diana, Sergio Gómez, Armando Cruz, y a todos los amigos que me estimularon a llevar adelante esta investigación.

Frank Díaz.



## ÍNDICE

Nota Ortográfica		9
Presentación	Kinam y Toltequidad	11
Capítulo 1	Toltekayotl, <i>cultura</i>	25
Capítulo 2	La evolución del ser humano	43
Capítulo 3	Nawatilli, <i>principios</i>	59
Capítulo 4	Teochiwa, <i>devoción</i>	75
Capítulo 5	Chipawa, <i>purificación</i>	95
Capítulo 6	La ciencia del aliento	125
Capítulo 7	Higiene y terapéutica toltecas	139
Capítulo 8	Teomania, <i>meditación</i>	153
Capítulo 9	Nawallotl, <i>nagualismo</i>	173
Capítulo 10	Yekoa, <i>ejercicios físicos</i>	201
Capítulo 11	Los ejercicios sociales	217
Capítulo 12	La práctica actual del Kinam	237
Anexo	Las palabras de la Serpiente Emplumada	241
Glosario		255
Bibliografía		261



## NOTA ORTOGRÁFICA

**ESTE** libro contiene muchas palabras tomadas de la lengua nawatl, hablada por diversas naciones del México antiguo. Para facilitar su lectura, he adoptado la Convención Ortográfica Fonética. Ello significa que los términos se leen tal como están escritos, según la pronunciación del español. Se excluyen de esta regla los términos que aparecen en las citas textuales y los locativos y gentilicios en uso.

Los sonidos del nawatl son los siguientes:

- Cinco vocales: A, E, I, O, U.
- Dos semivocales: W, Y.
- Once consonantes: Ch, K, L, M, N, P, S, Sh, T, Tl, Ts.
- Un sonido aspirado, representado por el apóstrofe (').

Para su correcta lectura, tengamos en cuenta que en esta lengua todas las palabras, excepto los monosílabos, son graves. Por lo tanto, no se dice Kinám, sino Kínam. Los diptongos al final de la palabra valen como dos sílabas. La doble L se pronuncia como L larga, nunca como la doble L del español; lo correcto es decir Tonal-li, Nawal-li, etcétera.



PRESENTACIÓN  
KINAM Y TOLTEQUIDAD

EN el antiguo México florecieron culturas muy avanzadas, que supieron vivir en armonía con la Naturaleza, crearon un arte y una ciencia impresionantes y desarrollaron los poderes latentes del ser humano. La suma de todos esos conocimientos fue llamada por sus creadores Toltekayotl, *toltequidad*.

Con frecuencia, el término “tolteca” se ha empleado para designar exclusivamente a los moradores de la ciudad de Tula, en el estado de Hidalgo (cuyo nombre prehispánico era Xicocotitla, *avispero*). Sin embargo, ese título es propiedad de todos los mesoamericanos, independientemente de la lengua que hablaran o del lugar en que habitaran. Así lo vemos en el Popol Vuh, libro sagrado de los maya-quichés, donde el Ser Supremo es reverenciado con la siguiente invocación:

*¡Da a conocer tu naturaleza, tú, dos veces madre, dos veces padre, Maestro Tolteca, que así serás llamado por tus criaturas!*  
(Popol Vuh I.2)

Por su parte, el libro de los maya-xahil explica que la verdadera Tula no es una ciudad física, sino una dimensión espiritual que abarca los cuatro rumbos del Universo:

*Hacia los cuatro rumbos está Tula. Hay una Tula en el oriente y otra en el Inframundo, hay una donde se pone el Sol y otra en el trono de Dios.* (Anales de los Cacchiqueles 4)

Apropiadamente, uno de los primeros estudiosos de la lengua nawatl, el padre Alonso de Molina, tradujo el término Toltekeyotl como *arte para vivir* (Vocabulario nahuatl-castellano). En el presente libro lo aplicaremos al legado de los abuelos indoamericanos como un todo.

Los toltecas históricos aparecieron hace unos 5000 años. En Perú se les conoce como cultura de Chavín, y en México reciben el nombre de Olmecas. Sus ideas y experiencias sobre el Universo, la vida, la evolución de la conciencia y el destino del hombre fueron desarrolladas más tarde por las grandes civilizaciones de Tiahuanaco, Teotihuacan, Tenochtitlan y el Cuzco.

El centro de la cosmovisión tolteca era Ketsalkoatl, *Serpiente Emplumada*, la entidad suprema del Universo, conocida en el Perú como Wirakocha, *Simiente del Océano*, y entre las naciones de Norteamérica como Manitou, *Gran Espíritu*.

Este símbolo sagrado representa la trascendencia de las limitaciones materiales (comparadas con una serpiente) y la liberación del espíritu (el quetzal). Ketsalkoatl es, pues, la conciencia cósmica encarnada cíclicamente en nuestro mundo, para llevar a cabo una misión civilizadora entre los seres humanos.

*Para los antiguos mexicanos, todos los hombres y mujeres somos la Serpiente Emplumada: una mezcla tremenda de posibilidades. La Toltequidad es el modo de conducir esas posibilidades por su*



*Serpiente Emplumada. Códice Borgia.*

*senda natural, para que se vinculen armónicamente hacia el logro de un ideal supremo. (Frank Díaz, Los Mensajeros de la Serpiente Emplumada.)*

## LA PRÁCTICA TOLTECA

Un aspecto fundamental de la Toltequidad, que la distingue de otras propuestas culturales y espirituales de la Tierra, es su carácter práctico y la búsqueda de soluciones viables para los problemas humanos. Al respecto, comentan dos conocidos investigadores:

*Es conveniente notar que, tanto para los toltecas de la antigüedad como para los sobrevivientes de hoy en día, la religión no era un conjunto de pautas de conducta predeterminadas, dogmas, o la proyección de la importancia personal, sino una serie de prácticas que tenían como objetivo mantener al hombre en contacto con el Espíritu. (Víctor Sánchez, Toltecas del Nuevo Milenio.)*

*En lugar de plantear el problema de la existencia a partir, sea de lo físico, de lo social o de lo divino, Quetzalcoatl establece como realidad primera de la situación humana la fuerza potencial de integración que le es exclusiva. De ahí que su mensaje aparezca*

*más como una guía de acción que como una teoría filosófica.* (Laurette Séjourné, *Pensamiento y Religión en el México Antiguo.*)

Sin embargo, aunque este afán por los resultados debió generar entre los prehispánicos un gran interés por los ejercicios, las escuelas y los sistemas de entrenamiento, es muy poco lo que se ha investigado al respecto. Con razón, una autora se queja:

*A pesar de que he encontrado numerosas posturas de Yoga en esculturas de origen prehispánico, durante mi investigación en los archivos del Instituto de Antropología no encontré ninguna referencia al respecto. Las figuras son descritas como danzantes, contorsionistas y chamanes, y sus prácticas, que un estudiante identificaría claramente como prácticas de Yoga, son generalmente mencionadas en los textos como 'procedimientos médicos'. (Herta Rogg, Yoga and prehispanic culture of Mesoamerica, Yoga Rahasya no. 1, 2003.)*

Esta situación de desconocimiento se debe a que el fanatismo de los invasores europeos suprimió brutalmente los valores de la civilización indígena, destruyendo la mayor parte de sus documentos. Como resultado de ello, se generaron prejuicios que pesan aún sobre la mentalidad de los investigadores. Por fortuna, una parte de aquel saber quedó guardada en la memoria popular, así como en ciertos códices y manuscritos que hoy están saliendo a la luz.

En tiempos recientes ha habido varios intentos por recuperar la práctica tolteca, aunque todavía sin una interpretación exhaustiva de las fuentes. Mencionemos, por ejemplo, a Samuel Martí, descubridor del lenguaje manual de los mesoamericanos; a Carlos Castaneda, quien trató de resucitar los ejercicios prehispánicos bajo el nombre de Tensegridad; a Víctor Sánchez, investigador de las técnicas sagradas de los huicholes; a Marisela Ugalde, quien adaptó la lucha popular mixteca

bajo el nombre de Xilam; a don Antonio de Catemaco y otros difusores de los ejercicios vernáculos llamados Repliegue y Desbloqueo...

Merece un reconocimiento especial el trabajo que, tanto en México como en la zona andina, Norteamérica y la cuenca amazónica, han venido realizando diversos grupos de defensores de la tradición, más conocidos como danzantes. Gracias a ellos, se mantiene viva la antorcha del saber.



*Danzante de la tradición mexicana. Foto: Boris Vega.*

## UN DESCUBRIMIENTO SIGNIFICATIVO

El rescate de las tradiciones mexicanas de entrenamiento psicofísico constituye un acto de justicia histórica, un aporte sustancial a nuestra cultura y una forma de apoyar la evolución del ser humano. Pero tiene otra cualidad.

Esta se hizo patente en agosto del 2002, cuando un equipo de investigadores liderado por el arqueólogo japonés Saburo Sugiyama descubrió un enterramiento múltiple de hace 17 siglos

en la Pirámide de la Luna, Teotihuacan. Uno de los aspectos más notables del hallazgo, fue comprobar que los tres personajes fueron enterrados con las piernas cruzadas en la posición de “flor de loto” y las manos suavemente depositadas sobre el regazo. (La postura del loto consiste en que ambos pies se colocan por encima de los muslos. Se ha hecho internacionalmente famosa gracias al Yoga, donde se le conoce como Padmasana. En Mesoamérica también era practicada con fines rituales y llevaba el nombre de Shomalina.)

Al margen de la incógnita generada sobre la identidad de esos personajes, está el hecho de que en la cultura tolteca existió un código de posturas físicas de gran contenido simbólico y espiritual. Este código no pasó desapercibido para el doctor Saburo, debido quizás a su procedencia oriental. Pero, ¿qué habría ocurrido si el descubrimiento hubiese sido efectuado por otra persona?

Se impone una pregunta: ¿cuánta información hemos dejado de obtener sobre nuestro pasado, por desconocer que los antiguos mexicanos prestaban una enorme atención a aspectos de la conducta humana (posturas, gestos, formas de concentración, vocalizaciones, etcétera) que para nosotros no significan nada? Para rectificar este déficit informativo, tenemos que volver a las fuentes documentales y estudiar con nueva óptica lo que hasta ahora ha sido descrito con el vago nombre de “procedimientos rituales”.

## LOS KINAME TOLTECAS

Las fuentes constituyen un problema grave para los investigadores porque, a pesar de que se conserva una gran cantidad de información sobre el México antiguo, esta es difícil de interpretar y sus claves permanecen cifradas. Tal situación hace que con frecuencia se generen errores de interpretación.

Veamos un ejemplo. Un manuscrito azteca afirma:

*Ipam inin quinametin nemia – por entonces vivían en esta tierra los Kiname.* (Anales de Cuauhtitlan p. 13.)

En los libros de historia, la palabra Kiname suele traducirse como “gigante”. Sin embargo, al analizar su significado, encontramos algo muy diferente.

En lengua nawatl, la raíz Kin significa *poder*. Forma los términos Kinatia, *aplicar una fuerza para conseguir el equilibrio*, y Kinamiktli, *encuadrado, armonizado*. La forma abreviada Kinam daba nombre a los kiname toltecas, no porque tuvieran una alta estatura física, como se ha supuesto, sino porque eran unos verdaderos gigantes en sentido espiritual.

Es interesante comprobar que el mismo sonido Kin aparece en otras lenguas del mundo con un sentido análogo al nawatl. En sumerio da nombre al *sol*; en japonés, a la *luz*, el *brillo* y el *oro*; en griego, al *movimiento* y la *vitalidad*; en quechua, al *movimiento* y el *calor*; mientras que, en maya, Kin es el *sol*, y Kinam, la *fuerza vital* y la *virtud*.

La etimología anterior nos explica por qué el manuscrito que acabo de citar afirma con respecto a los kiname toltecas:

*Huetlapalolizcatca matimohuetziti ipampa – y su saludo era ‘que no te caigas sobre la tierra’ – en otras palabras, “que conserves tu equilibrio”.*

A la luz de esta interpretación, resulta clara la hermosa definición que hace de ellos un libro maya:

*Sólo al dios verdadero adoraban en la lengua de la sabiduría. No eran dioses, eran gigantes.* (Chilam Balam de Chumayel, Libro de los Linajes.)

Como un homenaje a aquellos antiguos practicantes, hemos elegido

la voz Kinam para dar nombre a un conjunto de técnicas y ejercicios que se conservaron en las fuentes prehispánicas y coloniales. Tales documentos dan fe de que en la antigüedad de México existió una disciplina psicofísica y espiritual equivalente por su profundidad al Yoga de la India, la Gimnosofía griega y las artes marciales de China y Japón.

Podemos definir al Kinam como un arte tolteca para la armonización del cuerpo y el espíritu.

### ¿UN ORIGEN ASIÁTICO?

Al adentrarse en el estudio de esta disciplina, el lector encontrará que tiene puntos de contacto con sus homólogos del Oriente.

*Es fascinante descubrir en las culturas (de México) descripciones de técnicas de purificación, control del aliento y meditación, guías éticas, votos de renuncia y vigilia, danzas, así como posturas estáticas y dinámicas, tal como son conocidas por los estudiantes de Yoga. (Herta Rogg, Yoga and prehispanic culture of Mesoamerica, Yoga Rahasya no. 1, 2003.)*

Estas semejanzas no deben sorprendernos, si tenemos en cuenta las siguientes razones:

Primero: el cuerpo, la psiquis y el lado energético del ser humano son básicamente iguales en todas las razas y culturas del mundo. Por lo tanto, es natural que las técnicas para nuestro desarrollo sean sensiblemente parecidas en todas partes.

Segundo: se ha comprobado que los aborígenes de América están racial y culturalmente emparentados con los moradores del Extremo Oriente. Este parentesco se extiende a sus concepciones religiosas y filosóficas.

Tercero: no podemos descartar la posibilidad de que en tiempos

antiguos haya habido contactos culturales a través del Océano Pacífico, en los cuales se intercambiaron técnicas, creencias, estilos artísticos y conocimientos, incluyendo las prácticas psicofísicas toltecas.

Esta eventualidad nos introduce en una interesante cuestión, que fue planteada por el investigador Samuel Martí:

*La similitud... de ciertas posiciones o ademanes de las manos de las deidades y danzantes mayas con sus colegas de la India... nos precipita dentro de uno de los grandes problemas de la antropología americana: las posibles relaciones prehistóricas entre América y Asia. (Samuel Martí, Mudra, manos simbólicas en Asia y América.)*

Sin embargo, debemos tener cuidado de no sacar conclusiones apresuradas a partir de tales semejanzas. A causa de la propaganda que han recibido entre nosotros las ideas orientales, solemos considerar al Yoga como una disciplina netamente hindú; pero, como afirma un autor:

*Creer que el Yoga es exclusivo de la India es tan falaz como creer que la filosofía es propiedad de Grecia. (Serge de la Ferrière, Yug Yoga Yoguismo.)*

La palabra Yoga significa *unificar*, y equivale al término latino *Religare, religión*. Las técnicas para unificar el cuerpo y el espíritu son universales. Fueron desarrolladas por los orientales, pero también por los islámicos, los druidas, los pueblos de África y los cristianos de la Edad Media. Por supuesto, estas técnicas estuvieron presentes desde tiempos inmemoriales en las altas culturas de América.

*El Yoga ha existido en todas las grandes culturas, con otro nombre y hasta con técnicas diferentes, pero con el mismo sentido:*

*tratar de desarrollar las facultades del ser humano para permitirle afrontar su realidad. Así es que, tanto en la antigua América como en las culturas europeas, ha existido esta disciplina. (José Marcelli, La experiencia del Yoga.)*

La similitud mencionada por Samuel Martí entre las posiciones de las manos de las deidades hindúes y mayas forma parte de un sistema simbólico más extenso, que abarca las posturas estáticas, las marchas, los pases marciales y la danza. Lo notable es que, cuanto más profundizamos en el pasado de México, más nítidas son esas posturas por su intencionalidad, contenido y función didáctica.

El comienzo de este código de gestos puede ubicarse durante el período Preclásico (cuatro mil años antes de Cristo), siendo particularmente claro en las figurillas producidas por la cultura de Tlatilco. Su definición “clásica” fue alcanzada por los olmecas hacia el segundo milenio antes de Cristo.

Por lo tanto, algunas posturas y símbolos que hoy consideramos patrimonio del Yoga, aparecieron en Mesoamérica al mismo tiempo que sus primeras manifestaciones en la India (en las ciudades de Harappa y Mohenjo Dharo), y milenios antes de que fueran sistematizadas por el sabio Patanjali. Esto descarta la posibilidad de que el Kinam haya sido producto de una transferencia directa de Asia a América.

Hablando con propiedad, no es que las técnicas toltecas se parezcan a las asiáticas, sino que todas ellas derivaron de un origen común.

## LOS SIETE PASOS DEL KINAM

Las páginas siguientes intentan dar al lector una visión general de la ideología de los mesoamericanos, aplicada a nuestro desarrollo integral como seres humanos.

Aquí encontraremos descripciones de posturas físicas, marchas guerreras, respiraciones, danzas y elementos del Yayaotl, una disciplina mexicana para la preparación de guerreros. Asimismo, entraremos en contacto con los ejercicios toltecas de meditación, sus concepciones filosóficas y éticas, su manejo de la energía y una breve introducción a sus doctrinas esotéricas, recogidas bajo el nombre de Nawallotl, *nagualismo*.

A pesar de que no se ha conservado ningún tratado prehispánico exclusivamente dedicado a estas técnicas, sí quedaron suficientes elementos que sugieren que se hallaban divididas en categorías. Por ejemplo, si buscamos en los diccionarios de la lengua nawatl, encontraremos términos específicos para expresar conceptos tales como “lenguaje manual”, “posturas devocionales”, “ejercicios dinámicos”, “ciencia de la marcha”, etcétera. También existen nombres propios para designar al cuerpo físico, la percepción, el aliento, la energía vital, los centros energéticos, y a un conjunto de vehículos de conciencia que los cronistas españoles confundieron con la idea cristiana del “alma”.

Por su parte, el cronista Sahagún reporta que en el antiguo México había decenas de categorías de lo que él calificó como “brujos” –en realidad, especialistas en diversos aspectos de la conducta humana–, lo cual demuestra que la mentalidad tolteca era propensa a las clasificaciones.

Teniendo en cuenta lo anterior, hemos diseñado el Kinam de acuerdo al modelo cosmogónico de los mexicanos, estructurado en cinco rumbos espaciales y siete planos de conciencia, dividiendo la información en siete pasos o ramas, que a su vez tienen una estructura pentagonal.

El primer paso es Toltekayotl, el acercamiento a la *cultura* tolteca. Incluye un conocimiento de las ciencias, las artes, la religión y la

filosofía prehispánica, todo lo cual se armoniza en una Cosmogonía. Su centro de resonancia en nuestra red energética recibe el nombre de Iwitl, *pluma*, y está ubicado un poco debajo del ombligo.

El segundo paso es Nawatilli, el compromiso con los *principios*. Su fundamento es la disciplina del guerrero, y las herramientas para conseguirlo: los principios generales de la Toltequidad, los tres mandamientos de Ketsalkoatl, el código de conducta del kiname y los reglamentos del grupo de prácticas. Su centro de resonancia es Pamitl, *bandera*, en el ombligo.

Le sigue Teochiwa, el acercamiento *devocional*. Sus aspectos son: el conocimiento del ritual, la teología y la mística toltecas, las iniciaciones sacramentales y el acto individual de devoción. Su centro de resonancia es Shochitl, *flor*, en la zona del corazón.

El cuarto paso es Chipawa, *transparencia o purificación*. Incluye el conocimiento y manipulación de nuestros centros vitales, el trabajo con los vehículos de la conciencia, el control del aliento y un acercamiento práctico a las teorías higiénico-terapéuticas toltecas, todo lo cual está orientado a conseguir la compactación de nuestra luminosidad. Su centro de resonancia es Topilli, *bastón de mando*, colocado en la garganta.

Teomania, *meditación*, es el quinto paso. Tiene como finalidad la obtención de los diversos grados del éxtasis. Sus elementos son: la recapitulación, la observación, la vocalización y la concentración por centros vitales, resumidos en la disciplina del silencio mental. Su centro de resonancia es Chalchiwitl, *piedra preciosa*, ubicado en el entrecejo.

El sexto paso es Nawallotl; podríamos describirlo como el trabajo chamánico con la energía. Su objetivo, el desarrollo del nagual o doble luminoso que todos llevamos en latencia. Sus técnicas auxiliares: el vínculo y alianza con los poderes de la Naturaleza,

el manejo del sueño, el acecho y la recanalización de la energía sexual. Su centro de resonancia es Tekpatl, *cuchillo de pedernal*, localizado en el ápice de la cabeza.

El último paso está constituido por Yekoa, los *ejercicios físicos*, divididos también en cinco ramas, que son: las posturas sedentes (entre las cuales se incluyen los lenguajes corporal, manual y facial), y cuatro tipos de ejercicios dinámicos que derivan de aquellas, y que llevan los nombres de Nenemi, *marchas*, Mitotl, *danza*, Yayaotl, *arte marcial*, y Ulama, un deporte ritual prehispánico. Su centro de resonancia es Kolotl, *escorpión*, ubicado en la zona sexual.

## EL LIBRO

Las fuentes de este libro han sido los códices, vasijas, pinturas y esculturas prehispánicas, así como la tradición oral que sobrevive en los campos de México y los testimonios que dieron algunos cronistas de la época de la invasión europea, quienes vieron con sus propios ojos la grandeza de la civilización que estaban destruyendo.

Debo aclarar que la mayor parte de la información disponible está mezclada con las creencias y ritos de los antiguos mexicanos. Es por ello que me he visto obligado, en ocasiones, a emplear términos y metáforas tomadas del simbolismo religioso.

No obstante, el Kinam no es una práctica de fe ni se basa en algún sistema de creencias. Sus principios están diseñados para producir resultados energéticos concretos, y eso es lo que verdaderamente importa. Es facultad de cada estudiante el cultivar el lado devocional de la Toltequidad, o bien adaptar los ejercicios a su propia visión del mundo.

Debido a lo novedoso y amplio de esta materia, me he visto forzado

a sintetizar la información, analizándola en forma general y poniendo sólo algunos ejemplos del enorme caudal de técnicas de todo tipo que se han conservado. Por lo tanto, el presente libro es una introducción; tiene una segunda parte que será publicada próximamente con el título de Manual de Kinam, donde se desarrollarán metódicamente los ejercicios, sus variantes, grados de intensidad, propiedades terapéuticas y contraindicaciones.

Invito a todos los interesados a participar en esta obra de rescate y adaptación, para hacer de la práctica tolteca una herramienta de utilidad para el hombre y la mujer de nuestra época.

Toltekayotl, *toltequidad*

Nawatilli, *principios*

Teochiwa, *práctica devocional*

Chipawa, *purificación*

Teomania, *meditación*

Nawallotl, *práctica chamánica*

Yekoatl, *ejercicios físicos*

## CAPÍTULO 1

## TOLTEKAYOTL , CULTURA

**EL** primer requisito para adentrarnos en el Kinam es conocer qué cosa es la Toltekayotl o *toltequidad* -el modo de vida de los toltecas.

Podemos comparar al Kinam con una pirámide, porque su punto de partida son los cuatro “rumbos” o componentes básicos de nuestra personalidad, para llegar, etapa tras etapa, a la elevada meta de la integración energética, que en las pirámides mesoamericanas era representada por el Teokalli o *santuario* ubicado en su cúspide. Siguiendo este ejemplo, diremos que la Toltequidad es el terreno firme donde se asienta nuestra pirámide.

El término Tolteca procede de una raíz que está presente en casi todas las lenguas de Asia y América. Podemos traducirlo como *persona culta*, no en un sentido mundano, sino de realización espiritual. En el idioma de los mexicas, Toltekatl quería decir *artista*, en referencia al “arte real” de la transmutación alquímica.

El primer paso del Kinam consiste en que nos acerquemos a algunos de los elementos básicos del saber tolteca, como son: las creencias filosóficas y religiosas, los mitos, la cosmogonía y la historia (en particular, la historia de la Serpiente Emplumada, que servía como

modelo de vida para la persona común). Asimismo, es importante que tengamos un conocimiento del calendario prehispánico, ya que este sistema de símbolos será de gran utilidad para definir ciertas condiciones que favorecen la práctica de los ejercicios.

Como toda obra humana, la Toltequidad se fue haciendo poco a poco, mediante experimentos; cuando llegaron a México los invasores europeos, se encontraba en plena evolución. Uno de los objetivos que se han trazado los practicantes de Kinam, es apoyar esa evolución en la medida de sus conocimientos, a fin de mantener viva nuestra herencia espiritual.

## HOMBRES DE EXPERIENCIA PROPIA

A diferencia de otros sistemas ideológicos de la Tierra, la filosofía tolteca sostiene que no hay mejor guía para nuestra evolución que la experiencia propia. Eso lo dicen con toda claridad ciertos textos tradicionales llamados *Wewetla'tolli*, *antiguas palabras* de sabiduría:

*De este modo os convertiréis en toltecas: si adquirís hábito y costumbre de consultarlo todo con vuestro propio corazón.* (Olmos, Huehuetlahtolli.)

En otra descripción, el tolteca es definido como una persona consciente de su responsabilidad frente al desafío del conocimiento:

*El tolteca es sabio, es una lumbre, una antorcha, una gruesa antorcha que no ahuma. Hace sabios los rostros ajenos, les hace tomar corazón. No pasa por encima de las cosas: se detiene, reflexiona, observa.* (Códice Matritense.)

Junto con la experiencia propia y la actitud reflexiva, la enseñanza de Ketsalkoatl preconiza la amplitud mental, es decir, la capacidad de adaptarnos ante las diversas situaciones humanas para asimilar lo bueno y ponerlo en función del crecimiento de la comunidad:

*Id por los valles y las sierras averiguando las cosas concernientes a la vida. Y si encontráis alguna buena costumbre o una esclarecida creencia, traedlas a vuestra comunidad y compartidlas con todos, para que de ese modo perfeccionéis el*

*modo de vida tolteca. Mas aún, donde quiera que lleguéis, preguntad por las historias y tradiciones del lugar, comprendiendo sus cosas oscuras y ayudando en los rituales.* (Cita resumida de Sahagún, Suma Indiana.)

Podemos concluir que no hay doctrinas rígidas en la Toltequidad, sino, más bien, un sistema de ideas susceptibles de evolución, así como un conjunto de técnicas diseñadas para ampliar los límites de nuestra atención y permitirnos un criterio más amplio a la hora de evaluar, comparar y juzgar.

## EL PRINCIPIO CÓSMICO

Las ideología tolteca afirmaba que todas las cosas -tanto lo que percibimos como lo que está más allá de nuestros límites humanos- forman un principio cósmico autosuficiente llamado Semanawak, *unidad circundante*. Esta palabra se compone de las raíces Sen, *uno, integrado*, y Anawak, *en torno, opuesto*. También se puede traducir como *complementación de los opuestos*, y equivale con exactitud a nuestro concepto de Universo.

El centro motor de la unidad recibía el nombre de Teotl. A pesar de que esta voz está emparentada con el nombre griego de Dios (Theos), para los toltecas no tenía un sentido personal, ya que ellos consideraban que Dios es un ser abstracto. El término Teotl nunca era empleado como sustantivo, sino como calificativo, y significaba *poderoso, energético*.

Por supuesto, tal como ocurrió en otras culturas de la Tierra, los toltecas tuvieron algunas creencias de tipo teísta. Ellos reverenciaban a la energía cósmica bajo el nombre personal de Senteotl, *dios único*, también conocido como Tlasopilli, *príncipe del amor*.

La presencia de Senteotl en el panteón prehispánico demuestra que los toltecas tuvieron una percepción de la unidad cósmica, de la cual proceden y a la cual regresarán todos los seres. Esto echa por tierra la justificación de los conquistadores españoles, quienes

afirmaban que las creencias indígenas merecían ser destruidas, porque eran politeístas.

Según reconocieron los cronistas, los diversos “dioses” que adoraba el pueblo mesoamericano eran en realidad aspectos o cualidades de ese ser único, a quien los aztecas apodaron Witsilopochtli, *colibrí zurdo*.

*En opinión de algunos experimentados y versados en estas materias, todos estos nombres, o los más de estos dioses, eran nombres de Huitzilopochtli, según diversos favores que les hacía.* (De la Serna, Tratado de las Supersticiones.)

*Bien sabían ellos que los ídolos eran obras suyas y muertas y sin deidad, mas los tenían en reverencia por lo que representaban.* (Diego de Landa, Relación de las Cosas de Yucatán.)

## LA DIVINA DUALIDAD

A pesar de proclamar la unidad esencial de todas las cosas, la enseñanza tolteca afirma que el lado manifiesto del Universo es dual, porque está formado por la acción combinada de dos polaridades. Dicha polarización recibía en nawatl el nombre de Ometeotl, *divina dualidad*. En los códices y esculturas, es frecuente encontrar que ambas fuerzas son presentadas como dos serpientes de cascabel que se entrelazan, representando las serpientes a los rayos o energías creadoras, y sus crótalos, a los ciclos del tiempo.



*Doble energía creadora. Relieve olmeca.*

A fin de crear el Universo, Ometeotl se reflejó a través de doce planos de densidad creciente, el último de los cuales es nuestra propia Tierra. Estos planos y su sede suprema, llamada Omeyokan, *lugar de la dualidad*, conformaban en su conjunto el “divino trece”, número prehispánico de la creación.

*Sabían los toltecas que muchos son los cielos, son doce las escalas. Allá vive el Dios verdadero, al que llamaban Ometeotl, con su contraparte.* (Informantes de Sahagún.)

Ometeotl no era Dios, en el sentido occidental de la palabra, ya que no tenía una personalidad exclusiva con atributos humanos, tales como deseos, preferencias, caprichos o resentimientos. Más bien, lo entendían como un principio operativo, en el cual se resumían todas las tendencias y se reconciliaban todas las contradicciones –algo parecido a la idea de Brahma dentro de la religión hindú.

Filosóficamente, Ometeotl recibía los nombres de Yilan Kailan, *par e impar*, Tlilli Tlapalli, *claro y oscuro*, y Tonal Nawal, *evidente y oculto*. En términos psicológicos, podríamos decir que esta deidad simboliza a las fuerzas del consciente y el subconsciente, mientras que en una clave chamánica, es la conjunción del orden perceptible a nuestros sentidos y su contraparte energética.

## SEÑOR DE TRES DIGNIDADES

A pesar de que Ometeotl encarnaba la idea de la dualidad, la visión mesoamericana no era plana, como la de los cristianos, quienes consideran que existe una oposición irreconciliable entre lo espiritual y lo material, representados respectivamente por un Dios “bueno” y un Diablo.

Por el contrario, el Ser Supremo de los toltecas lo abarcaba todo y no había nada que escapara a su voluntad. En él residían el espíritu y la materia, Dios y el hombre, lo singular y lo plural, las fuerzas evolutivas y las involutivas, lo relativo y lo absoluto, el sueño y el despertar. De ahí que otro de sus múltiples nombres fuese Tloke

Nawake, *dueño del cerca y el junto*, es decir, el que mora en el corazón de todos los seres.

¿Qué significa esto? Que, en realidad, Ometeotl no era un concepto tajantemente dualista, sino *trinitario* o relativista.

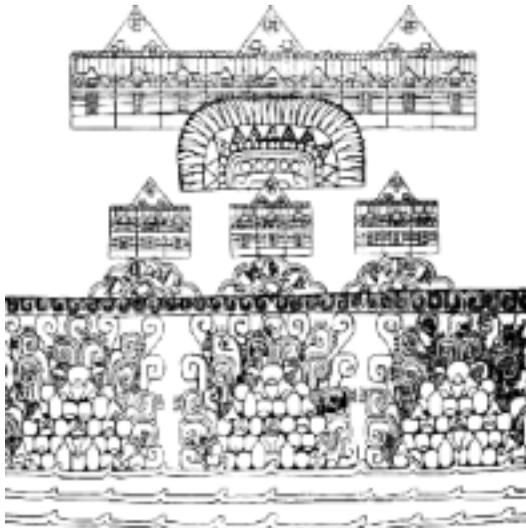
La traducción ordinaria de ese nombre, *dios dual*, es defectuosa, porque no tiene en cuenta la raíz E, que en nawatl clásico significa *tres*. Compuesta con la partícula Om (apócope de Ome, el número *dos*), esta raíz indica la idea de una *dual trinidad* -lo que hoy conocemos como “dialéctica”. De modo que una traducción más correcta de este título es la que aparece en el Códice Vaticano:

*Este era llamado Señor de Tres Dignidades.*

El mismo códice especifica que sus tres aspectos recibían los nombres de Oloni, *aquel de quien mana* (la existencia), Iwinawi, *el dispensador de dicha*, y Napaniu'ka, *el sintetizador*.

Para confirmar su coexistencia y unidad, el Popol Vuh afirma de ellos:

*Estos tres son el Corazón del Cielo.*



*La Creación de Ometeotl. Mural del Templo de la Agricultura, Teotihuacan.*

Debido a su naturaleza trina, el jeroglífico con el cual se identificaba a Omēteotl en los códices y murales mexicanos era la pirámide o su estilización, el triángulo. También era aludido por el gorro triangular con un ojo en su centro que llevaban los sacerdotes de Ketsalkoatl. Los pueblos de la zona andina lo representaron mediante una escalera de tres peldaños.

## NAOLLIN, “MOVIMIENTO CUATRO”

Las dos corrientes de fuerza que integran la totalidad de Omēteotl, armonizadas en el tercer punto del triángulo, son la más pura expresión del concepto tolteca de Kinam, *equilibrio*. Por ello, una de sus múltiples cualidades se definía con el término Sansemka, *inmutable*.

Aquí surge una pregunta: ¿cómo fue posible que esta energía inmutable se transformara en una fuerza dinámica, al servicio de la creación del mundo físico, la vida y la conciencia? Para dar este salto de orden, fue preciso que Omēteotl se proyectara hacia fuera, rompiendo su propia estabilidad mediante un gesto transgresivo, y convirtiéndose en un metafórico chorro de sangre que fecundó la Naturaleza. Ese movimiento de vida recibió el nombre de Naollin o Nawi Ollin, *cuatro movimiento*.

¿Por qué asociaban los toltecas la idea del movimiento con el número cuatro? Porque cuatro es la cantidad mínima de coordenadas que son necesarias para que un cuerpo llegue a existir en el mundo material (tres correspondientes al espacio y una al tiempo). Por eso, el cuatro llegó a ser en esta filosofía el número de la manifestación y la transformación de las cosas. De hecho, los aztecas creían que el mundo se acabaría y renacería en un día llamado Cuatro Movimiento.

El concepto de “movimiento” se representaba mediante una cruz svástica más o menos estilizada. Esto se refiere a la rotación de la materia en torno a un punto central de equilibrio, que a veces era dibujado como un ojo, porque corresponde a la conciencia -la quinta dimensión de la creación.

## LAS CINCO EMANACIONES DE OMETEOTL

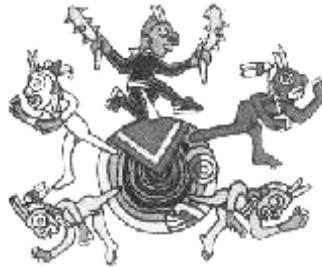
De esa manera, partiendo de la unidad y a través de la dualidad, la trinidad y el cuaternario, llegamos al misterio del cinco: el número que resume a la Toltequidad.



*Variantes del glifo Ollin, “movimiento”.*

Afirmaba la teología tolteca que, a través del movimiento centrífugo, Ometeotl emanó de su esencia cinco poderes mediadores que le auxiliaron en la tarea de crear y sostener al mundo. Hacia ellos estaba dirigida la adoración del pueblo; en consecuencia, recibieron muchos nombres, entre los cuales destacan los de Teskatlipoka, *humos del espejo*, Ketsalkoatl, *dobles preciosos*, y Tonaleke, *rayos o tonos luminosos* de la creación. Los cinco residían en el quinto “cielo” o plano de la mente cósmica:

*Creían los mexicanos que había trece cielos... En el quinto (moraban) cinco dioses, cada uno de diverso color y por esa causa (llamados los) Tonaleque. (Teogonía e Historia de los Mexicanos.)*



*Los cinco Teskatlipokas. Códice Borgia.*

Podemos comparar a los Tonaleke con cinco lentes, o mejor aún, con un prisma de cinco caras donde se refracta la pura luz del Supremo, produciendo un mundo de ondulantes tonalidades, poéticamente llamado en los códices Senka Papalokan, *el país de las infinitas mariposas*.

Ellos son los rayos vibratorios básicos de la creación, los principios sutiles y las energías irreductibles de cuya mezcla se produjo la multitud de las cosas que vemos. Al proyectarse a través de ellos, Omoteotl, que hasta entonces era un espíritu incondicionado, adquiere los títulos personales de Moyokoyani, *aquel que a sí mismo se crea*, Ipalnemoani, *aquel por quien todos viven*, y Tlakatl, el *humano*.

Los Tonaleke no son meras abstracciones filosóficas, sino vibraciones conscientes y con voluntad propia, capaces de tomar forma física mediante el recurso de penetrar en un cuerpo de naturaleza apropiada y dominar su psiquis. Según la doctrina tolteca de los ciclos, ellos encarnan periódicamente sobre la Tierra como Serpientes Emplumadas, para inspirar al hombre en la búsqueda de los más refinados ideales.

El objetivo último de los Tonaleke es conducir a la Naturaleza por el sendero evolutivo, hasta que cada uno de los seres creados llegue a hacerse consciente de su divinidad esencial. Por lo tanto, ellos son los responsables de la progresiva humanización del primate, del surgimiento de la cultura, la civilización, los grandes ciclos religiosos y los avances científicos. En otras culturas fueron conocidos con el título de Avatares.

## LA EVOLUCIÓN DE LA CONCIENCIA

Una de las ideas básicas de la cosmogonía tolteca, es que las cosas no salieron “de la nada”, sino que fueron paulatinamente evolucionadas por Omoteotl a través de sus poderes auxiliares: las fuerzas y leyes de la Naturaleza. Dicho en otros términos, la creación era para ellos un proceso continuo, que va *de la oscuridad a la luz* (Tilli-Tlapalli), a través del progresivo despertar de la conciencia.

Consideraban que este proceso es tan universal, que ocurre incluso en términos biológicos. Los mesoamericanos fueron probablemente el único pueblo del mundo antiguo que tuvo creencias evolucionistas, en un sentido afín a lo que ha descubierto la ciencia

moderna. Veamos, por ejemplo, la siguiente cita del Popol Vuh sobre la humanidad que nos antecedió en la Tierra:

*Dicen que la descendencia de aquellos hombres son los monos que ahora existen en los bosques. Por esta razón el mono se parece al hombre: es la muestra de una generación creada.* (Popol Vuh I.IV.)

El concepto tolteca de la evolución recibía el nombre de Senkawa, *un movimiento que tiende a la perfección*, donde la raíz Sen, *uno*, indica que esa perfección se concebía como un retorno a la unidad. Según esta idea, la evolución del primate no termina en el hombre, sino que va más allá, hasta el plano de existencia de los “dioses”, e incluso sigue ascendiendo, gracias a la toma de conciencia de las Serpientes Emplumadas, hasta integrarse de nuevo en Omoteotl.



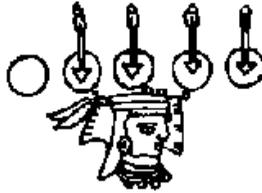
*Del hombre al dios. Chilam Balam de Chumayel.*

## EL DESCENSO DE LAS SERPIENTES EMPLUMADAS

Para supervisar y guiar la evolución del hombre, cada uno de los Tonaleke descendió a la Tierra en forma de una entidad mediadora a la que los pueblos de habla nawatl llamaron Ketsalkoatl y los mayas Ah Katiyom, *padres del sacrificio*. En Perú les conocieron como los cinco huevos que el Supremo puso sobre una montaña al principio del tiempo, los cuales, al manifestarse sucesivamente entre los hombres, fueron conocidos como los Wirakochas.

La siguiente imagen, tomada de un códice mexica, describe en forma alegórica la fecundación y el nacimiento de los primeros cuatro

Ketsalkoatl. Las flechas representan a la conciencia divina, y los globos, al vehículo humano. Debajo aparece la deidad de los nacimientos.



*La encarnación de los Mensajeros  
cósmicos. Códice Vaticano.*

Siendo la evolución la doctrina básica de esta teología, los toltecas consideraban que la condición de Ketsalkoatl como mediador entre Ometeotl y el hombre también fue producto de un proceso evolutivo. En Mesoamérica no existía el dogma de la “gracia”, según el cual un dios descendió a la Tierra por medios sobrenaturales para “rescatar” al hombre de una condición congénita de pecado. En su lugar, estaba la doctrina del Masewalistli, *merecimiento*, es decir, el logro obtenido como consecuencia de las acciones propias.

Ketsalkoatl no nació con privilegios divinos, sino como un ser humano idéntico a cualquiera de nosotros, que fue tentado, falló y tuvo que sufrir diversos castigos. Fue únicamente en virtud de su descomunal esfuerzo personal como llegó a convertirse en mensajero cósmico y en un ejemplo viable para los seres humanos. Una investigadora comenta al respecto:

*Su valor arquetípico reside precisamente en el hecho de que él es el primer hombre que se convierte en dios; es la fórmula misma de este triunfo lo que constituye su enseñanza. No se trata, entonces, de una divinidad dispensadora de gracia, sino de un mortal que descubre una nueva dimensión humana, de la que hace partícipes a sus semejantes. (Laurette Séjourné, Pensamiento y Religión en el México antiguo.)*

## LA MISIÓN DE KETSALKOATL

La misión de los mensajeros de Ketsalkoatl estuvo orientada a difundir la civilidad por toda la Tierra. Ellos inventaron la escritura y el calendario, dictaron leyes racionales y enseñaron a los hombres a trabajar en conjunto para aprovechar los frutos de la tierra. Pero, sobre todo, generaron un sendero de autorrealización.

En México, la persona que aceptaba iniciarse en los principios de la sabiduría tolteca recibía el título de Masewalli, *merecido o comprometido* por el sacrificio de Ketsalkoatl. El símbolo de su pertenencia era un caracol cortado por la mitad, tal como los cristianos tienen la cruz y los musulmanes la media luna.

Los toltecas se guiaban por dos grandes fuentes de inspiración. La primera era la Wewemekayotl, *tradición de los ancianos*, transmitida de boca en boca durante generaciones y aprendida de memoria en las escuelas primarias llamadas Telpochkalli, *casas de niños*. La segunda fuente era el Teomoshtli, *libro sagrado* del México antiguo, cuya instrucción se impartía en escuelas superiores llamadas Kalmekak, *monasterios*.

Según cuenta el cronista Ixtlixochitl, la primera compilación de los textos sagrados fue terminada en el año 33 antes de Cristo por el tercer vocero de Ketsalkoatl, llamado Weman, *gran ofrenda*. Los últimos segmentos de ese libro fueron añadidos hace un milenio por Se Akatl, el cuarto mensajero, quien dictó póstumamente su biografía a los ancianos del pueblo de Ocuituco.

El Teomoshtli era un libro muy voluminoso, compuesto de cánticos, mitos, profecías, oraciones y sermones de carácter moral y pedagógico. Se conservaron dos copias, en español y nawatl, hasta el año de 1746, cuando las autoridades coloniales confiscaron los documentos del caballero Boturini.

## LAS PERSONALIDADES DE KETSALKOATL

No es posible entender la historia de México sin conocer a la Serpiente Emplumada, porque la Toltequidad es Ketsalkoatl. Y no podemos descifrar el mito de Ketsalkoatl si no tenemos en cuenta la historia de sus avatares humanos.

Este gran maestro de los pueblos americanos nació repetidas veces en Anawak (nombre antiguo de México), siendo conocido como Sipaktonal, *dragón solar*, Nanawatsin, *bubosillo*, y Weman, *gran ofrenda*. Su último advenimiento ocurrió en la ciudad de Tula, Hidalgo, y llevó el nombre de Se Akatl Topiltsin, *nuestro señor uno caña*; debido a su número de orden, le dieron los apodos de Nakshitl, *cuarto paso*, y Nauyotl, *el cuarto*.

El momento exacto de su natalicio fue un importante día astronómico, correspondiente al 14 de mayo del 947 después de Cristo, cuando el Sol pasa por el centro del cielo en la latitud de la ciudad calendárica de Xochicalco. El sitio natal fue una barranca llamada Michatla'ko, *lugar del pez*, probablemente ubicada en las inmediaciones del pueblo que hoy lleva el nombre de Amatlan de Quetzalcoatl, cercano a Tepoztlan, Morelos.

La leyenda prehispánica, copiada del mito universal, afirma que su concepción fue immaculada, pues ocurrió después de que Chimalma, la joven madre, tragara una cuenta de jade que le había ofrecido un pez. Esto es una alegoría filosófica y significa el cumplimiento de los ciclos (representados por la cuenta de jade) y el descenso del Espíritu a la materia (el pez en la cueva).

Debido a que su madre murió al darlo a luz, Se Akatl fue criado por sus abuelos. Pasó los primeros trece años de su vida en las inmediaciones de Tepoztlan, ganándose la vida como cazador. Posteriormente, lo enviaron a estudiar al colegio de sacerdotes de Xochicalco, donde entró en contacto con las enseñanzas de la Serpiente Emplumada.

Cuando alcanzó los veintiséis años de edad, y debido a la forma

como se había destacado en diversas guerras por la consolidación del reino, las autoridades toltecas le enviaron a la ciudad de Tulantzingo para que se preparara como estadista. A los treinta y un años le eligieron rey de Tula, donde reinó por poco tiempo.



*Anunciación de Ketsalkoatl a Chimalma. Códice Laúd.*

Allí le ocurrió un episodio dramático. Transcurría el año Cinco Casa, equivalente al 977 de la era cristiana. El joven rey se hallaba dedicado a sus labores, cuando unos sabios que seguían el culto de Tescatlipoka le dieron a conocer ciertas enseñanzas reservadas para los chamanes. La iniciación trastornó de tal modo su espíritu que, a partir de ahí, renunció a sus deberes como gobernante y se hizo un monje errante.

En la ciudad maya de Chichén Itzá, Se Akatl, ahora conocido como el Penitente, fue iniciado en las profundidades de la doctrina tolteca. Cuenta la leyenda que él fue capaz de responder las “siete

preguntas de la serpiente”, una difícil prueba que lo proclamó como nueva encarnación de Ketsalkoatl.

Hacia el año 990 de la era cristiana, los habitantes de Cholula, quienes habían oído hablar de su sabiduría, le invitaron a morar entre ellos. A partir de ahí, esta ciudad se convirtió en el centro de su actividad profética y en la capital de la Toltequidad.

Afirman las crónicas que, durante toda su vida, Se Akatl fue duramente perseguido por fuerzas hostiles que deseaban destruir la religión pacífica de la Serpiente Emplumada. En septiembre del año 999 de la era cristiana, considerando que ya había cumplido con su misión, el Penitente se dirigió con sus seguidores hacia el Golfo de México. Allí, en un punto cercano a la costa de Coatzacoalcos, se incendió a sí mismo con un fuego interior y su corazón ascendió al cielo.

Se dice que durante cuatro días fue a visitar a sus divinos antepasados en el inframundo, y luego entró en la gloria de Venus, el astro de la transformación. Sin embargo, su partida no fue definitiva. Un poema mexica afirma:

*Después de cuatro años nos fue devuelto. Nadie lo esperaba, nadie lo reconoció. De la región del misterio regresó Aquel que ilumina al mundo. (Cantares de los Señores)*

Tras demostrar con este retorno que se había convertido en el Señor de la vida y la muerte, Se Akatl, ahora transformado en



*La partida de Ketsalkoatl. Mural teotihuacano.*

Tlawiskalpanteku'tli, el *lucero del alba*, partió hacia el Oriente sobre una balsa en figura de serpiente, no sin antes profetizar su regreso en un futuro próximo.

Como sucede con el mito del nacimiento, la historia de su partida es simbólica; significa que, una vez incinerado su aspecto personal en la hoguera del éxtasis, él disolvió su individualidad en el “mar” de la conciencia cósmica, a través de esa “nave de serpientes” que es la activación de nuestra energía interior.

## LAS DIMENSIONES DE LA SERPIENTE EMPLUMADA

Durante la etapa del esplendor de los toltecas, la Serpiente Emplumada llegó a convertirse en el punto de referencias universal. Su imagen se llenó de significados, entre los cuales, los más importantes eran los siguientes:

Primero: constituyó el modelo de conducta ideal para los ciudadanos.

Segundo: fue el título supremo de la jerarquía eclesiástica, equivalente al Papa cristiano o el Dalai Lama budista.

Tercero: fue el concepto prehispánico más parecido a nuestra idea de Dios, por lo cual, él recibía las alabanzas dirigidas a Ometeotl.

Cuarto: tuvo también una dimensión naguálica o mediadora (entendiendo al Nawalli como *aquel que se desdobra* y se hace mensajero de lo desconocido). Prueba de ello es la gran cantidad de mitos mesiánicos que se le atribuyen, entre los cuales podemos destacar los siguientes:

- Fue anunciado por un pez y concebido en forma “inmaculada”.
- Nació en una cueva.
- Fue arrojado al agua y sobrevivió milagrosamente.
- Siendo niño, le persiguieron los reyes del país.
- Llegó a ser rey.
- Sufrió tentación, pecado y exilio.
- Realizó milagros.

- Ordenó a un número ritual de discípulos.
- Se iluminó o ardió sobre una montaña.
- Resucitó al cuarto día.
- Prometió su regreso.
- Caminó sobre el mar.
- Recibió el título de Señor de Venus.
- Fue asociado con un cérvido (el venado), con la Luna y con las plantas embriagantes.

Debido a que la mayoría de estos mitos están presentes en la historia de Jesús, algunos cronistas españoles interpretaron que Ketsalkoatl en realidad fue un misionero cristiano llegado accidentalmente a las costas de México. Otros pensaron que, más bien, el Diablo había copiado la historia bíblica para aplicársela al héroe pagano. Ellos desconocían que estos mitos están presentes en todas las leyendas mesiánicas de la Tierra, porque no pertenecen a ninguna religión en particular, sino a esquemas colectivos de pensamiento, profundamente grabados en nuestro subconsciente.

Teniendo en cuenta lo anterior, podemos decir, sin temor a equivocarnos, que el mismo espíritu que animó a Zoroastro, Krishna, Buda, Jesús y Mahoma, habitó en cada uno de los mensajeros de Ketsalkoatl. Esta doctrina quedó sólidamente enunciada en las escrituras de los toltecas y es la base de su pensamiento universalista.

## EL RETORNO DE LA SERPIENTE EMPLUMADA

Una de las leyendas más populares sobre Ketsalkoatl era su prometido retorno. Este aspecto de las creencias prehispánicas es tan vital, que sigue interesando aún hoy a muchos mexicanos y extranjeros, sea por razones de conocimiento, de fe o de reivindicación nacionalista.

Se ha especulado mucho al respecto. Algunos investigadores interpretan el retorno como un suceso literal; otros, como don Felipe Alvarado (el anciano guardián de la tradición tolteca en el pueblo de Amatlan de Quetzalcoatl), esperan que la Serpiente Emplumada se manifieste como un espíritu de comunión que sacudirá los corazones de la gente.

Según los testimonios que se han conservado, las palabras que pronunció Se Akatl al despedirse de los suyos fueron que volvería *cuando se cumplan las edades, en un año llamado Uno Caña*. Para entender esta profecía, tengamos en cuenta que el ciclo en cuestión está compuesto por la sucesión de veinte “siglos” nawas de 52 años cada uno, por lo que tiene una duración total de 1040 años. Si sumamos esa cantidad a la fecha del natalicio de Se Akatl Topiltzin (947 d. C.), ello nos lleva al pasado año Uno Caña de 1987, cuando las autoridades indígenas del pueblo de Amatlan instituyeron la primera festividad oficial en homenaje a este gran avatar, después de cinco siglos de silencio.

Por su parte, los mayas conservaron una profecía similar, aunque expresada en otro sistema cronológico, que afirma:

*Katún Cuatro Ahau: entonces llegará el quetzal al árbol dorado, regresará la Serpiente Emplumada. Es la cuarta vez que habla su ciclo, la cuarta vez que regresa a los suyos.* (Chilam Balam, 2da. Rueda de Katunes, 11.)

El ciclo maya llamado Katún Cuatro Ahau comenzó a regir el pasado 4 de Abril de 1993, y terminará el próximo 22 de Diciembre del 2012. Este lapso de casi veinte años será testigo, si hemos de creer en la escritura, del renacimiento del “árbol dorado” de la Toltequidad, y su conclusión pondrá fin a una gran era del calendario maya. La mención de que por entonces ocurrirá el “cuarto regreso” de la Serpiente Emplumada, debemos entenderla con arreglo a la forma maya de contar, que comenzaba por el número cero. Por lo tanto, corresponde a lo que nosotros llamaríamos su quinta aparición, cuyo nombre nawatl es Makuilshochitl, *cinco flor*.

## CAPÍTULO 2

## LA EVOLUCIÓN DEL SER HUMANO

UNA característica original del pensamiento tolteca, era que concebía al ser humano como un reflejo de la totalidad, a tal punto, que los propios dioses se entendían como hombres y mujeres altamente evolucionados, que alcanzaron la condición de inmortalidad gracias a sus méritos.

*Algunos de los indios daban a entender que sus dioses habían sido primero puros hombres, puestos luego en el número de los dioses por algunas notables hazañas que en su tiempo habían hecho. (Torquemada, Monarquía indiana.)*

Por lo tanto, más que una visión teísta, los toltecas tenían una visión humanista del Cosmos, donde el ser humano era el punto de partida, y la Divinidad, la meta.

*Pues les repugnaba que lo que nunca fue hombre ni estuvo revestido de carne, obtuviese distinción divina. (Hernández, Historia de las Indias.)*

De manera que la humillación de Ketsalkoatl y su nacimiento en un cuerpo humano, era sólo la mitad del proceso mesiánico tolteca. La otra mitad tenía que ver con cada uno de nosotros, con nuestro anhelo de liberación y nuestra disposición para aceptar los retos de la conciencia.



llamado Chichikauu'tlan, *el lugar del árbol de los pechos*, también conocido como Tamoanchan, *casa de nuestro origen*,

el sitio desde donde la Serpiente Emplumada rige al Universo.

Allí, los niños que aún no han nacido llevan una forma de existencia impersonal, “mamando” directamente de la fuente de la vida.

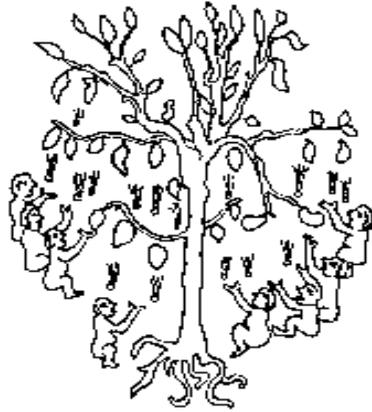
La muerte de los lactantes implicaba su automático retorno a esa dimensión prehumana, de donde podían regresar una y otra vez, siempre que no acumularan

“deméritos energéticos” en forma de una historia personal.

*Los niños que mueren antes de que coman maíz o dejen de mamar, regresarán a la casa de sus padres; pero los viejos que mueren no han de tornar.* (Fernández de Oviedo XI.)

Pero, desde el momento en que la criatura comía su primer bocado de maíz (la planta que representa la cultura), comenzaba su vida social, generadora de responsabilidad. A partir de ahí, los destinos de la conciencia variaban, según el mérito de la persona.

Los toltecas consideraban que la vida es un privilegio, una excepción a las leyes del Cosmos y un don de la Serpiente Emplumada. Por lo tanto, la veían como algo sagrado y definitivo. Ellos no evadieron la certidumbre de nuestro fin con creencias consoladoras, como las que tenemos en Occidente -resurrección, reencarnación, etcétera-. Por el contrario, se atrevieron a sostener una percepción directa de la muerte, que no era considerada una enemiga, sino un estímulo digno y necesario para el guerrero. (Aún después de cinco siglos de aculturación cristiana, la muerte, en su



*Árbol de la leche. Códice Durán.*

sentido prehispánico, sigue siendo una activa presencia en la vida de los mexicanos.)

Esa percepción tuvo dos importantes consecuencias: por un lado, les proporcionó un sentimiento de urgencia por aprovechar el tiempo, por vivir el Nikan Nach, *aquí y ahora*, y expresar sin ambages la plenitud de nuestras posibilidades. Por el otro, les permitió descubrir aspectos sutiles de nuestro proceso perceptual; particularmente, lo relativo a las condiciones del sueño y el despertar.

Con el paso del tiempo, este descubrimiento, incomparablemente superior al del fuego, desembocó en una tecnología psíquica capaz de activar el nagual y permitir, al decir de sus cultores, la proeza de trascender a la muerte. Pero de esto hablaremos adelante.

## SOBRE LA TIERRA

Consideraban los toltecas que nuestra vida cotidiana se desarrolla en Tlaltikpak, *sobre la tierra*, que es la parte superficial o visible del Universo. La peculiaridad de esta forma de existencia es que todos estamos permanentemente hipnotizados por los influjos de Mayawel, la *embriagadora*. Esta es una diosa, o mejor dicho, una función divina, cuyo nombre deriva de la misma raíz Mai que dio origen en la India a la doctrina de Maya, la “gran ilusión”.

Según el mito, Mayawel era la “hermana” o aspecto femenino de Ketsalkoatl. El libro sagrado maya describe así el modo como ella manipula la conciencia humana, para hacer que dejemos de ver el mundo real y nos concentremos en nuestro propio reflejo:

*Entonces el Corazón del Cielo sopló su aliento sobre los ojos (de los primeros hombres), los cuales quedaron empañados como cuando se sopla sobre la luna de un espejo, y se oscurecieron.* (Popol Vuh III.3.)

Debido a tal estado de velación, mientras permanecemos sobre la Tierra, somos incapaces de percibir directamente el universo de Teotl, la *energía* (a pesar de que podemos representárnoslo o aun



*El lazo de Mayawel. Códice Nuttall.*

manipularlo a través del intelecto), y únicamente nos concentramos en Tlakeke, los *objetos*. Esta característica de la percepción hace que el mundo nos parezca “objetivamente” real.

Tlaltikpak es el plano más denso de la conciencia, el único donde existe la gravedad y donde son posibles fenómenos paradójicos como la mentira y la confusión. Además, es el único plano del Universo donde no hay transparencia mental. Se entra en él por la puerta del nacimiento y, en condiciones ordinarias, sólo podemos abandonarlo a través de la puerta de la muerte.

Según los textos nawas, nuestro reto, mientras permanecemos atados por los lazos de la “embriagadora”, es generar *Ishtli Yollotl*, *cara y corazón*, esto es, una identidad y un carácter que nos permitan permanecer concientes allí donde no hay ninguna razón humana para hacerlo.

## LOS DESTINOS DE LA CONCIENCIA: MIKTLAN

Pero nuestro planeta no es el único destino de la conciencia. Afirmaban los sabios de México que, una vez que morimos, la experiencia que hemos acumulado durante toda la vida permanece activa como Sennamiki, *memoria de unidad*. Por lo tanto, aún por algún tiempo seguimos reaccionando como si fuéramos “nosotros mismos” (tal fenómeno, puramente psíquico, es lo que ha generado en casi todas las culturas la creencia en un alma que sobrevive).

*Decían los antiguos que, cuando morían los hombres, no perecían, sino que de nuevo comenzaban a vivir, casi despertados de un sueño.* (Sahagún, Historia General III.)

Según un texto azteca, en la generalidad de los casos, la duración de ese recuerdo es de cuatro años terrestres, que pueden parecer un tiempo infinitamente largo o breve para la experiencia subjetiva del difunto:

*A los cuatro años ya hay disolución, ya se pierde el recuerdo, ya nada permanece ahí.* (Informantes de Sahagún.)

Afirmaban que los estados o planos de conciencia adonde va la memoria durante ese tiempo difieren, según sea la forma en que se haya vivido, y sobre todo, según sea el estado emocional en que esté inmersa la persona en el momento de morir. De ahí que morir fuera considerado un arte supremo, y la mayoría de la gente procurase hacerlo en medio de la batalla, el parto o el cumplimiento del deber, es decir, en el esplendor de la energía.

Creían que quienes siguieron durante su vida el camino de la satisfacción de los sentidos, llevando vidas ordinarias y muriendo de una muerte natural, iban a un lugar llamado Mikltan, *mundo de los muertos*, convirtiéndose en Mikteka, *espíritus tenebrosos*.

*Hacían ofrendas a los muertos durante cuatro años, pues creían que en ese tiempo no iban las ánimas al lugar de su descanso, (sino que) tenían mucho trabajo, frío y cansancio, y pasaban por unos lugares llenos de espinas.* (Códice Telleriano.)

Mikltan no era el Infierno, tal como lo entienden las religiones

dualistas, sino un mundo de conciencia superior a la Tierra, donde se rompía gradualmente la embriaguez de los sentidos. Estaba dividido en nueve estancias o grados de atención donde todos los apegos, recuerdos, creencias y compromisos generados con el mundo eran rigurosamente “molidos” por unas ruedas erizadas de navajas, hasta que la conciencia individual, convertida en una pasta indiferenciada, se integraba de nuevo con su fuente cósmica. El estado de quienes permanecían allí se calificaba de Temiktli, *sueño de tipo humano*.

## TLALOKAN

Pero aquellas personas que quemaron sus apegos materiales debido a una larga enfermedad física o mental, así como los suicidas, los ahogados, los que fueron marcados por el rayo y quienes murieron bajo el efecto de las plantas de poder, se creía iban al Tlalokan, *mundo de Tlalok*, donde se transformaban en dos tipos de espíritus de la Naturaleza: los Awiake, *proveedores*, y los Tlaloke, *formadores*.

Esta transformación también estaba relacionada con la manera en que hubiera vivido la persona, o mejor dicho, con las virtudes de carácter desarrolladas durante su vida:

*Dicen los viejos que (a) quienes son de buen corazón, los piden los Tlaloke y los llevan a su casa en el Tlalokan, donde viven junto al Señor de la libertad. Y viven una primavera eterna, que nunca se marchita, que constantemente brota y se recrea, que florece para siempre. (Códice Florentino VI.21.)*

Así como el Miktlan se ubicaba hacia el centro de la Tierra, el Tlalokan estaba en las regiones lunares. Estas locaciones pertenecían a la geografía mítica; los toltecas cultos no las tomaban como algo literal, pues sabían que los astros del cielo eran imágenes exteriores de ciertos centros vitales de nuestra estructura energética.

En el Tlalokan, la conciencia se recuperaba del estrés de la vida terrestre y se regocijaba con la paulatina disolución de todos los



*El paraíso de Tlalok. Mural teotihuacano.*

apegos. El estado subjetivo de estos difuntos era calificado de *Temishochitl*, *sueño florido* o *lúcido*, ya que, usando la imaginación como herramienta, ellos auxiliaban al dios Tlalok (quien no es otro que la forma sustentadora de Ketsalkoatl) en sus proyectos creativos.

Se afirmaba que los Tlaloke podían comunicarse con los vivos a través del sueño. Esta creencia dio origen a un culto espiritista que matizó con frecuencia la práctica tolteca.

## TONALOKAN

En un orden superior estaba el destino de los guerreros, los santos, los héroes, los prisioneros sacrificados y las mujeres muertas en su primer parto. Lo que caracterizaba a estas personas era que, a través de su sentido del deber, fueron capaces de trascender las barreras de lo personal para transfundirse en lo social.

Debido a que ya no tenían ego, tales difuntos no estaban obligados a pasar por los planos de existencia de los espíritus intermedios, sino que iban directamente al Tonalokan, *lugar del sol*, un sitio de felicidad plena y eterna, donde acompañaban al Sol y a los astros en su movimiento, haciéndose de este modo señores de los ciclos de tiempo. El nombre que recibían en esta nueva condición era Tonaloke, espíritus *ardientes*.

El paraíso solar de los creyentes toltecas no era una esperanza remota, sino una posibilidad que estaba al alcance de la mano. Algunos aspectos de la conducta indígena que a nosotros, como occidentales, nos resultan desconcertantes, se explican por la creencia de que el sacrificio era preferible a una vida indigna, y de que la guerra “florida”, fuese individual o colectiva, justificaba a la paz. Como dice el texto:

*Aquel que va con integridad a la muerte heroica, viene a llamarlo el Sol, vive a su lado. Constantemente y para siempre es feliz. Muchos desean, muchos buscan este tipo de muerte.* (Códice Florentino VI.)

El estado subjetivo de estos difuntos se calificaba de Melawakatemiktli o Neltemiltli, *sueño verdadero* –el término prehispánico más cercano a nuestra idea filosófica de la “realidad”. De ellos dice un poema azteca:

*Cuando morimos, no es verdad que morimos, porque en verdad vivimos, seguimos sintiendo, despertamos a una existencia feliz. Así se dirigían al muerto cuando moría, le decían: ‘Despierta, ya el cielo enrojece, ya se levanta la aurora, ya cantan los faisanes color de llama, las golondrinas de fuego, ya vuelan las mariposas’. Quien se ha muerto se ha vuelto Dios.*

(Códice Matritense.)

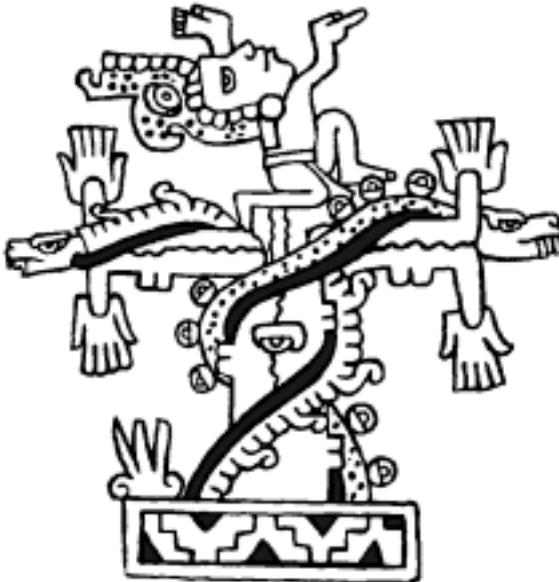
El poema anterior hace un juego de palabras entre las aves y mariposas flameantes, y los rayos del Sol, que se suponían transportaban el “corazón” o conciencia de la persona hacia la “aurora” permanente de la iluminación interior.

## TAMOANCHAN

A pesar de que la forma de morir tenía la mayor influencia en la forma de pasar al más allá, se creía que, en última instancia, todos los destinos eran dictados por Ketsalkoatl desde el momento en que el niño comienza a crecer.

*Es en la infancia, siendo aún libre la persona, cuando tiene compasión de ella Nuestro Señor y le da sus dones... Y es en la infancia, en la edad de la pureza, cuando se merece una buena muerte. (Códice Florentino VI.)*

Esta idea, parecida a la doctrina islámica de la predestinación, no se contradecía con la del merecimiento según las obras, ya que en la concepción tolteca del tiempo no había líneas rectas, sino ondulaciones cíclicas. El principio y el final de nuestra vida estaban místicamente enlazados, eran incidentes ilusorios en un ciclo infinito de creación.



*Tamoanchan, más allá de la dualidad. Códice Vindobonensis.*

Independientemente de los sitios a donde fuera a morar la conciencia, los toltecas creían que el destino final de todos los seres era Tamoanchan, la residencia espiritual de Ketsalkoatl. El jeroglífico con que representaban este lugar era el caduceo, un árbol con figura de dragón, enlazado por una o dos serpientes. Siendo el estado resumen de la creación, el objetivo de los toltecas era penetrar en Tamoanchan con toda su conciencia. De hecho, interpretaban nuestro paso por la tierra como una “broma” o espejismo del ego; la verdadera vida tenía lugar allí:

*He aquí lo que nos dijeron los ancianos: en verdad, nadie sale de Tamoanchan, el sitio del Espíritu. No es cierto lo que hacemos aquí; sólo es como una burla nuestra estancia (en la tierra). (Códice Florentino VI.)*

Lo anterior significa que el retorno a Tamoanchan no era percibido como un viaje literal, sino como un darse cuenta. Desde el punto de vista de la individualidad, la permanencia allí era eterna. No se consideraba un plano de sueño, sino un verdadero despertar, y quienes lo alcanzaban con una conciencia lúcida recibían el honroso título de Itstika, *despiertos*.

## LA OPCIÓN DEL NAWALLI

Pero algunos toltecas buscaban un destino diferente. Estos eran los naguales, quienes aspiraban a conservar por toda la eternidad las características individuales de su conciencia, sin dejarse deslumbrar, seducir o aterrar por las visiones habidas en los planos infernales, y sin diluirse en la intensidad vivencial del contacto con Ketsalkoatl en Tamoanchan.

A fin de conseguir su objetivo, los naguales seguían un arduo entrenamiento, cultivando el sueño y trabajando con los poderes de la Naturaleza, para gestar de ese modo un *alter ego* o doble energético al cual transferían en cierto momento sus principios mentales y emocionales, y a veces también los físicos.

A partir de ahí, tales personas morían como hombres y renacían

como regentes de su propio mundo mental. Tal suceso era representado mediante el símbolo de la ruptura del árbol de Tamoanchan, dicho en otros términos, la liberación definitiva de la conciencia de sus raíces terrestres. En la siguiente imagen, vemos a uno de tales individuos que se ha transformado él mismo en un árbol, que no nace de la tierra material, sino del océano de la conciencia.



*Hombre-árbol. Códice París.*

Los naguales eran émulos de Ketsalkoatl. Su preparación chamánica les permitía crear, por lo que se les conocía como Moyokoyani, *quien a sí mismo se inventa* (esta voz también significa *sobriedad*, lo cual nos da luz sobre un principio de las prácticas naguálicas). Ketsalkoatl, el autor de este Universo, era el modelo más elevado de un nagual, razón por la cual otro de sus múltiples nombres era Nawalpilsintli, *príncipe de las transfiguraciones*.

Debido a la incomprensible naturaleza de las actividades de los naguales, los invasores europeos los calificaron de brujos y los persiguieron casi hasta la extinción. En términos occidentales, diríamos que ellos eran los alquimistas prehispánicos.

## EL CALENDARIO TOLTECA (MODELO 13:20)

No puedo cerrar este capítulo sin referirme brevemente a un aspecto medular de aquella sociedad: el calendario. En el antiguo México todo giraba en torno a los astros y sus ciclos. La obsesión por medir los movimientos del cielo hizo que los sabios mayas y nawas inventaran el mejor sistema de medición del tiempo que recuerde la historia humana. La razón de su interés era que:

*A diferencia nuestra, los moradores de México concebían al tiempo como algo misterioso que nace de adentro. Y como ese lado interior es, por definición, divino,*

*entonces el tiempo era para ellos una función de Dios.* (Frank Díaz, Sagrado Trece.)

A pesar de que la cronología de cada pueblo de Mesoamérica tenía sus particularidades, el calendario que todos empleaban era básicamente el mismo. En la actualidad, solemos llamar a sus variantes “calendario mexicana” y “calendario maya”, y conocemos también las versiones de los zapotecas y los olmecas. Pero estas denominaciones son arbitrarias, ya que los mesoamericanos atribuían unánimemente su calendario a los toltecas:

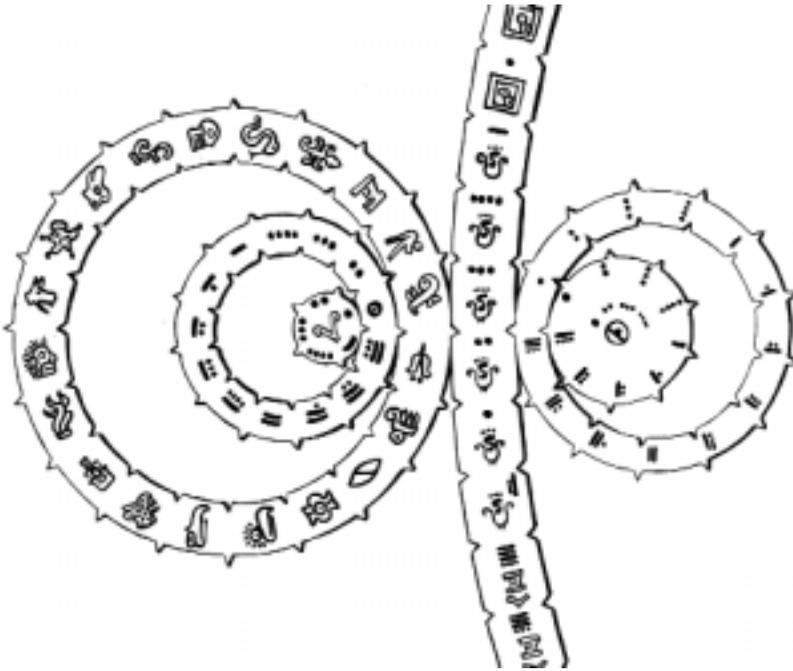
*Eran tan curiosos los toltecas, que ellos fueron los primeros que llevaron las cuentas del año y ordenaron sus días y sus meses.* (Sahagún, Historia General.)

El aspecto básico de este sistema era la correlación de dos ruedas de signos, una de trece unidades y la otra de veinte. Su rotación conjunta formaba una matriz de doscientos sesenta combinaciones que daban nombre a otros tantos días y estaban místicamente relacionados con el período de gestación de la mujer.

Como contaban en bloques de veinte, los mesoamericanos tenían dieciocho “meses” más un período especial de cinco días, para completar la duración del año trópico (365 días). Desde el punto de vista astronómico, el nombre del año era el mismo de su día inicial, por tal razón llamado Tameme, *cargador*.

Pero como el año trópico dura en realidad 365 días y cuarto, cada cuatro años intercalaban un día extra, el Mowechiwa, *duplicado*, equivalente a nuestro bisiestro. Además, cada 520 años suprimían cuatro días de la cuenta, mediante el recurso de iniciar el año número 521 cuatro días antes de lo que le correspondía. Esta circunstancia, al mismo tiempo que ajustaba rigurosamente el calendario con respecto al movimiento de los astros, originaba un cambio en la serie de los “cargadores”, lo cual permitía definir las eras con toda precisión. La exactitud conseguida con tales ajustes era casi tres veces superior a la del calendario gregoriano que empleamos en Occidente, cuatro veces superior a la del judeo-musulmán, veintinueve veces mejor que la de los sistemas griego,

sumerio y chino, y setenta y tres veces mas refinada que la de los sistemas egipcio y romano.



*Ruedas calendáricas básicas del sistema 13:20*

Este calendario tenía una importante consecuencia social: se empleaba para la ceremonia del Totonal, *nuestro nombre*, en la cual los infantes eran bautizados con fuego y agua, y se les imponía el nombre del día en que había nacido. El nombre calendárico, a su vez, regía sobre un montón de actividades cotidianas, como la elección del trabajo, el matrimonio y la vocación artística.

Los sacerdotes se creían capaces de determinar, a partir de ese nombre, qué tipo de “animal” o energía le correspondía al recién nacido, lo cual era básico para conducir su posterior búsqueda espiritual. Por supuesto, los cronistas europeos interpretaron tal astrología como una especie de pacto con el demonio:

*Cuando el niño nace, el demonio, por el pacto expreso que sus padres tienen con él, le dedica al animal que el dicho niño ha de tener por nahual. Advirtiéndole que tal niño, después que llega a uso de razón, reitera el pacto expresamente. (R. Alarcón, Tratado de las Idolatrías.)*

Es apropiado que el kiname tenga al menos una idea de cómo funcionaba aquel calendario, no por mero adorno intelectual, sino porque la forma tolteca de medir el tiempo estaba diseñada para vincular al individuo con la Totalidad, representada por el curso inmutable de los astros.

También es conveniente que conozca su Tonalli u *horóscopo* tolteca, pues ello le será muy útil a la hora de las prácticas, en detalles tales como la orientación hacia su rumbo cardinal, el empleo de ciertos horarios, elementos, plantas, colores, formas y sonidos de concentración, en la clasificación de los ejercicios y sus propiedades terapéuticas, en el trabajo con el doble de ensueños, etcétera.



*Cálculo del Tonal. Códice Matritense.*



## CAPÍTULO 3

NAWATILLI , *PRINCIPIOS*

**ASÍ** como la Toltequidad o aspecto cultural es nuestro terreno de partida, los compromisos exigidos al tolteca (el aspecto disciplinario) son los cimientos sobre los cuales nos basaremos. Mientras más fuertes sean esos cimientos, mayor altura y solidez podrá alcanzar nuestra pirámide.

Los deberes del kiname son muy sencillos. No hemos de verlos como imposiciones o tabúes, sino, más bien, como una cuestión de sentido común. Al mismo tiempo, son tan esenciales que, si no los asumimos, no tenemos oportunidad de penetrar en la dimensión más profunda de este conocimiento, que es el trabajo con la energía. No en vano, la voz Nawatilli, *ordenanza*, se forma de la misma raíz que da nombre al Nawalli, *transfigurado*.

A continuación analizaremos brevemente los cinco principios básicos del sendero tolteca y los tres consejos que dio la Serpiente Emplumada a sus seguidores.

En el último capítulo de este libro tomaremos contacto con los compromisos que se establecen en la actualidad dentro de los grupos de prácticas de Kinam.

## PRINCIPIOS BÁSICOS

Los principios de la Toltequidad quedaron enunciados en los *Wewetla'tolli*. El primero de ellos es la emancipación de la conciencia.

La palabra *Shoshou'ki*, *libertad*, significa en sentido directo *verdor*, *vitalidad*, mientras que el nombre de la *bestia fiera*, *Tekuani*, también se aplicaba a la persona que era víctima de sus pasiones; de ahí el juego de palabras contenido en el siguiente texto:

*Si no te liberas a la hora del verdor y del renuevo, por tu propia voluntad te habrás arrojado a la boca de las fieras.* (Olmos, Huehuetlahtolli.)

Además de las repercusiones filosóficas de esta idea, la libertad era entendida en un sentido práctico, como el desapego de los condicionamientos materiales de la existencia, a través de la sobriedad y el entrenamiento de los sentidos.

El segundo principio era *Kinamiktia*, *equilibrio*, la vía del medio entre los extremos de la existencia.

*En esta tierra caminamos por lugares escabrosos, un hueco de un lado y un hueco del otro. Si te inclinas hacia acá o hacia allá, de seguro caerás. Sólo en el medio se puede vivir y avanzar.* (Códice Florentino VI.18.)

Este principio se refiere al acto de salir de las dualidades de la vida cotidiana, a través del camino de síntesis representado por la Serpiente Emplumada. Su lado práctico implicaba la extraordinaria regla de no tener reglas absolutas:

*No te vistas de bordados ni te pongas harapos. No seas presumido, pero tampoco corriente. Que tu habla no sea precipitada ni tardada. No alces la voz ni la bajas demasiado.*

*No camines deprisa, tampoco muy lento. Y no tomes nada como regla absoluta.* (Códice Florentino VI.18.)

Este consejo, revolucionario aun para nuestra época, se justificaba en el siguiente principio: *Ishtlamati*, guiarse por la *experiencia propia*. Los textos no se cansan de repetir:

*Conoced experimentalmente el camino de las cosas... Haceos toltecas: hombres de experiencia propia.* (Olmos, Huehuetlahtolli.)

Tal es la enseñanza característica de la Toltequidad, y ninguna otra cultura, antigua ni moderna, la enunció en forma tan clara. Es una enseñanza de libertad, porque transfiere nuestra responsabilidad hacia nosotros mismos, relegando a un segundo plano la autoridad de los líderes políticos y religiosos. En aquel pensamiento, era el individuo, y no el grupo social, la medida de la creación; por lo tanto, únicamente el individuo era capaz de acumular el tipo de experiencia que conduce al merecimiento.

*No es por la existencia colectiva por lo que Nuestro Señor nos conserva sobre la tierra. ¡Que lleguemos a vivir por mi mérito y por el tuyo!* (Códice Florentino VI.41.)

En cuarto lugar estaba Nanamiki, tener una vivencia inmediata de la *finitud de nuestra vida*. Dicho punto quedó reflejado en un dicho popular mexicana que decía:

*¡Mira! Es apenas un niño, aún está fresquito, y en breve tiempo es un viejecillo encorvado, desdentado y pálido, que muere.* (Códice Florentino VI. 22.)

Según los textos, la percepción de la muerte es valiosa porque nos limpia de la superstición y nos permite desarrollar un carácter.

*Aparejaos como varones para morir y no esperéis por agüeros (falsas creencias de supervivencia), porque en breve sabremos por nosotros mismos qué es lo que nos está deparado. Puesto que no somos los primeros ni los últimos a quienes esto acontece, ¡esforzaos como valientes, hijos míos!* (Sahagún, Suma Indiana.)

Por último, los mesoamericanos daban una gran importancia al principio de Yeyekoltia, valorar el *consejo* de quienes nos preceden. Este tomó cuerpo en la institución prehispánica de los linajes de sabiduría, garantes de la tradición que transmitían en forma oral los ancianos y las ancianas.

*Acércate al que es modelo y ejemplo, libro y pintura, a quienes por todas partes hicieron lo excelente, dando brillo, dejando lo bueno, imponiendo un orden con prudencia, alegría y serenidad, a quienes no se quedaron dormidos ni se ocultaron en el sueño. (Olmos, Huehuetlahtolli.)*

*Sería una burla si yo ocultara una palabra de las que nos legaron los ancianos, porque ellas son para vivir en la tierra, son para desarrollar la atención. (Códice Florentino VI. 22.)*



*El consejo de los ancianos. Códice Dresden.*

*Pues ellos vinieron a ordenar (las cosas) del Dueño del Cerca y el Junto, a limpiar al pueblo, a enjugar las lágrimas de los rostros y a anular a la muerte. (Códice Florentino VI. 20.)*

La aplicación de estos principios en la vida diaria constituía un curso de acción conocido como *Yaoyotl*, *condición del guerrero* o *camino del guerrero*. Caso único en el mundo: la sociedad mesoamericana se propuso seriamente hacer de cada uno de sus ciudadanos un combatiente modelo de la “guerra florida”.

## LOS TRES CONSEJOS DE KETSALKOATL

Además de estos principios generales, la tradición conservó tres consejos atribuidos a Ketsalkoatl y a sus discípulos, que fueron puestos por escrito por los informantes del cronista Sahagún. He aquí su versión resumida:

*Hijos, notad el fin de mi plática y escribidlo en vuestro corazón. Sólo unas palabras os quiero decir, que los viejos nos dejaron encomendadas.*

*Lo primero es que os hagáis amigos de Aquel que está en todas partes y es invisible e impalpable, y le deis todo vuestro corazón y cuerpo. No presumáis ni os desesperéis, ni seáis cobardes en vuestro corazón, sino humildes, teniendo esperanza en Nuestro Señor.*

*Lo segundo, que tengáis paz con todos, con ninguno os desvergoncéis. Humillaos, que digan de vosotros lo que quieran; callad aunque os abatan y no respondáis.*

*Lo tercero es que no perdáis el tiempo que os da Nuestro Señor en este mundo, ni de día ni de noche; no defraudéis al tiempo, porque os es muy necesario. Basta con esto, que es mi deber. Cualquiera de vosotros que hiciere estas (cosas), allegará gran bien para sí y vivirá largo tiempo sobre la tierra. (Sahagún, Suma Indiana, versión del Códice Florentino VI.17.)*

He aquí resumido el punto de vista tolteca. Para quienes hemos sido educados en los sistemas religiosos del Viejo Mundo, repletos de decálogos arbitrarios, no deja de ser sorprendente que los mesoamericanos se contentaran con unas ordenanzas tan sencillas y racionales.

## AMOR A DIOS

El primero de estos consejos era Teosentlasotla, *amor concentrado a la divinidad*, también traducible como *tener amor o celo por la energía* (de Teo, *energía*, y Tlasotla, *amor*). Como ya

mencioné, el amor trascendente era prerrogativa de Senteotl, la forma fecundante de Ketsalkoatl:

*Este dios era amado de todos los indios y le llamaban Tlazopilli, que quiere decir dios amado (literalmente, ‘príncipe del amor’).* (Teogonía e Historia III.169.)

Puesto que el concepto tolteca de Dios era abstracto, el amor a Senteotl –cuyo nombre deriva de Sentli, *semilla*– no se entendía como un acto de adoración a un individuo en particular, sino a la chispa vital que mora en todos los seres.

Este consejo nos indica cómo debe ser nuestra relación con Ketsalkoatl: una relación de amistad. Nada que implique la sumisión del espíritu, porque un verdadero amigo no nos impondría eso. La Toltequidad no admite actitudes subordinadas ante el Ser Supremo; la dignidad de la condición humana es esencial para que podamos entender el principio del afecto abstracto a lo que nos trasciende.

La fase superior de la amistad con Ketsalkoatl es Teosenmatilistli, *mente concentrada en lo espiritual*. Cuando una persona ha alcanzado ese grado de sintonía con el todo, ya no se puede hablar de Divinidad y devoto como entidades separadas, porque ambos moran en unidad. En términos chamánicos, diríamos que esa persona ha llegado a su totalidad energética.

## MANIFESTACIONES DEL AMOR A SENTEOTL

El amor por lo divino se manifiesta de diversas maneras. Una de las que más cultivaron los prehispánicos, fue una apasionada devoción por la Naturaleza. Al respecto, es muy interesante que el nombre de Senteotl también signifique *divino maíz* y haya sido aplicado por los mexicas al antepasado silvestre de esta planta (hoy llamado Teocinte), ya que el maíz representaba a la vegetación en general, y por extensión, a la Naturaleza.

La Tierra, como entidad divina, era Tonantsin Koatlikue, *nuestra madrecita falda de serpientes*. Dicho apelativo se debe a que la vida era considerada un campo de energías ondulantes, vivas,

concientes de sí mismas e interdependientes, a la manera de un gigantesco tejido de serpientes. Por supuesto, el amor a la Deidad inmanente en la Naturaleza incluía, en primer lugar, el respeto a los poderes y los derechos de las plantas y animales. Haciendo gala de una fina sensibilidad ante el medio ambiente, los antiguos mexicanos crearon una de las sociedades más ecológicas que recuerde la historia.

Otra forma de amor a Dios, en estrecha relación con la devoción por la Madre Tierra, se pone de manifiesto en la dignificación que hicieron de la condición de la mujer como generadora de la vida. En la época del esplendor tolteca no existía el menor indicio de discriminación sexual; hombres y mujeres participaban por igual en todas las esferas de la vida. De hecho, el título supremo de la jerarquía sacerdotal no era masculino, sino femenino: Siwakoatl, *mujer serpiente* o *energía femenina*. No fue sino hasta la llegada de los mexicas, y posteriormente, con la invasión hispánica, cuando esta situación comenzó a cambiar.

Una forma particularmente hermosa de manifestar el amor, derivada de la estimación que se hizo de la condición femenina, se manifiesta en algunos de los nombres que los mesoamericanos aplicaron a Ketsalkoatl, tales como Topiltsin, *nuestro respetable niño*, Mekonetsin, *niñito precioso*, y E'ekapilli, *hijo del viento*. Asimismo, la fiesta por el natalicio de esta deidad era llamada con una frase metafórica que los padres aplicaban a sus hijos: Teoshiwitl, *hijito amado*.

Lo anterior denota un rasgo básico de aquella mentalidad: su profundo respeto por los pequeños; y nos explica por qué daban a los santos y héroes el título de Tsintli, *pequeñines*.

*Dicen los viejos que los niños son los amigos queridos del Amo de la Cercana Compañía, que viven a su lado y junto a él se alegran. Por eso los sabios espirituales, los mercedos, los ayunadores, tienen mucha confianza en los niños, porque en verdad son de corazón bueno, sin mezcla, limpios, atentos, perfectos. Por ellos permanece la tierra (y ellos) son nuestro descanso. (Códice Florentino VI..21.)*



*La diosa de falda de serpientes. Escultura mexicana.*



*Dios niño. Escultura olmeca. Foto: Justin Kerr.*

## PAZ CON LOS HOMBRES

El segundo consejo es *Kateikniu'tlani, tener paz o fraternidad con todos los seres.*

Según vemos en la siguiente cita, la repulsión por la guerra injustificada fue una de las actitudes que caracterizaron a Se Akatl Topiltsin Ketsalkoatl:

*A este canonizaron por sumo dios y le tuvieron grandísimo amor, reverencia y devoción, porque prohibía las guerras. Cuando nombraban delante de él guerras, muertes u otros males de los hombres, volvía la cara y se tapaba los oídos por no ver ni oír.* (Las Casas, Los indios de México y Nueva España.)

El mismo ideal de fraternidad se percibe en los siguientes versos:  
*¿Acaso por mí ha de acabar esta amistad? ¿Acaso yo he de destruir la unión de quienes moramos en la tierra?* (Cantares de los Señores, Canto de Yoyontsin.)

*En paz y alegría vivamos la vida. ¡Ven y regocíjate, olvida a los amargados! La tierra es muy ancha.* (Cantares de los Señores, La amistad efímera.)

Esta enseñanza contiene una aparente contradicción, ya que el tolteca es, por definición, un Yaokiske, *guerrero*, pero también es un Matkanemi, *practicante de la paz*. ¿Cómo entenderlo?



*Flores y espinas, la guerra y la paz. Códice Nuttall.*

Desde aquella óptica no había incongruencia, porque la paz no era prerrogativa de los débiles, sino de quienes sabían defenderla. Recordemos que la palabra Kinam no sólo significa *equilibrio*, sino también *aplicar una fuerza* para conseguirlo.

Sólo que el objeto de la lucha tolteca no era lo que hoy entendemos como guerra, sino algo muy diferente. Veamos lo que dice al respecto un texto nawatl:

*Los malos oficiales águilas, los malos guerreros, sólo saben de matar. Por eso son llamados pelones, salvajes, tristes segadores (de vidas).* (Códice Florentino VI..20.)

Así como la paz del tolteca era una definición guerrera, también su concepto de la guerra era un cántico a la paz, entendida no como pasividad o inercia, sino como el control de nuestras inclinaciones animales.

## NO PERDER EL TIEMPO

El tercer consejo es Amo Keketsa, *no perder el tiempo* (literalmente, *no detenerse, no abortar la obra*). Tiene que ver con el uso del tiempo de vida que se nos ha concedido.

Los toltecas eran adictos a las obras. Los textos sagrados hacen énfasis en el trabajo productivo. Uno de los títulos más honrosos que dieron al Supremo fue precisamente el de Tekiwa, *trabajador*. En consecuencia, lo menos que cabía esperar del ser humano, era que trabajara.

*No te distraigas, no molestes. En cualquier sitio donde se esté trabajando, donde se exprese o se cree algo, no causes problemas. No perturbes a otros a causa de tu ignorancia...*

*No sientas dulce el dormir. No vagues por ahí de día o de noche, porque no es buen hacer, hace que aprendas lo malo: la negligencia.* (Olmos, Huehuetlahtolli.)

A diferencia del mito bíblico del Génesis, donde el trabajo es visto como un castigo impuesto por Dios al hombre pecador, en mesoamérica el trabajo se tomaba como un privilegio, un don divino mediante el cual podemos apoyar, en la medida de nuestras fuerzas, al proceso evolutivo de la Naturaleza.

*De estas dos cosas sólo Nuestro Señor sabe para cuál de*

*ellas te tiene: o que, siendo diligente y sabio seas amado, o que, siendo perezoso y necio seas aborrecido.* (Sahagún, Suma indiana.)

En esta doctrina, el trabajo y el valor personal eran sinónimos. De su unión nace el merecimiento, que asciende como incienso delante de Ipalnemowani, *aquel por quien vivimos.*

*Sé valiente, sé útil. Porque el trabajo asciende como olor; es nobleza, merecimiento, libro de pinturas, modelo, color rojo...*

*Eres águila, tigre, eres el sostén y el merecimiento, eres valiente, eres el cantor. Con el adobe y la mezcla, con el cargador y el cayado, con la azada y la cuerda, así ayudas a la comunidad, así edificas e instruyes a los demás.* (Olmos, Huehuetlahtolli.)

El trabajo en la sociedad prehispánica no era sólo una necesidad económica, sino también espiritual. Lo entendían como una especie de sacramento colectivo, moralmente obligatorio, mediante el cual se hacía gala de piedad y se alcanzaba la honra. Su importancia era mayor, teniendo en cuenta la carencia de ciertos recursos materiales en la antigua América.

El *trabajo comunal* recibía en mesoamérica el nombre de Tekiotl, y de Mita en la zona andina. Las impresionantes obras arquitectónicas, urbanísticas y agronómicas de los incas, mayas y aztecas se realizaron con este tipo de prestación, que no era forzada, sino gozosa y voluntaria.

## EL COMPROMISO DE LOS PADRES DE FAMILIA

La costumbre de identificar a la Divinidad con los símbolos de la madre y el hijo, y ocasionalmente con el del padre, revela que los toltecas daban mucha importancia a la vida de familia, porque esa era la base del crecimiento sano de la sociedad. El mantener y educar a los hijos con el ejemplo del trabajo y la participación comunitaria era una imposición espiritual, comparada con la sagrada tarea de sembrar maíz:

*A la hora de sembrar prepárate, colócate bien, selecciona bien, planta bien, bien hecha raíces. Cultiva tu sementera, tus*

*campos, tus nopales. Constrúyete una casa buena y firme, con ayuda de todos, y déjala en herencia a aquellos a quienes educas. (Olmos, Huehuetlahtolli.)*

El trabajo se complementaba con unas normas éticas diseñadas para garantizar la estabilidad del núcleo familiar:

*Conoced la condición honorable, lo que es bueno: no cometáis adulterios, no os embriaguéis, no os entreguéis al juego ni os sometáis al azar, no hagáis alarde de vuestro linaje o vuestra condición viril, no seáis indiscretos ni cobardes, ni procuréis los primeros lugares. (Olmos, Huehuetlahtolli.)*

El reino en su totalidad era visto como una gran familia, cuyos dirigentes recibían el respeto y la ayuda de sus conciudadanos, no porque estuvieran en la cima de la pirámide social, sino precisamente porque estaban en su base, funcionando como sirvientes y cargadores. A diferencia de lo que ocurre en la cultura occidental, cuyos líderes han llegado a convertirse en verdaderos parásitos, los dirigentes prehispánicos estaban obligados a demostrar su vocación de servicio a través de un esfuerzo abnegado. He aquí la descripción que hace un texto del príncipe Se Akatl:

*En verdad, andaba a ras de tierra, se humillaba, iba al encuentro de Nuestro Señor, velando en las noches, postrándose sobre sus rodillas y sus codos. Y al amanecer se levantaba y salía, tomaba la escoba y barría el camino, limpiaba el pozo, atendía a las cosas del reino. (Códice Florentino VI. 20.)*

*Ayunaban durante el día, gimiendo en sus corazones por sus vasallos, por sus hijos y sus mujeres. Este era el precio de la vida feliz, el precio del poder. (Popol Vuh IV. 11.)*

## EL COMPROMISO DE LOS SACERDOTES

El Códice Ramírez afirma:

*De cada cinco mexicanos, uno era sacerdote.*

Lo anterior significa que hasta un veinte por ciento de la

población se decidía por una práctica más intensa, con el fin de salirse de los compromisos dictados para los ciudadanos en general y convertirse en Teowa, *divinizados*. Generalmente, la persona que sentía este llamado se retiraba a la montaña, la selva o el desierto, o se internaba en uno de los numerosos Kalmekak, *monasterios*.

Los monjes prehispánicos tenían ordenanzas bastante estrictas, que iban desde una dieta vegetariana salpicada de ayunos, hasta el autosacrificio ritual y la renuncia a la reproducción. He aquí el modo como describe un cronista la elección de los sumos sacerdotes:

*En su elección no miraban el linaje, sino los ejercicios, doctrina y buena vida, si vivían castamente, si guardaban todas las costumbres. Se elegía al que era virtuoso, humilde, pacífico, considerado, cuerdo, grave, riguroso, celoso de las costumbres, amoroso, misericordioso, compasivo, amigo de todos, devoto, temeroso de Dios. De estos sacerdotes, a los mejores elegían por sumos pontífices y les llamaban sucesores de Quetzalcoatl.* (Sahagún, Suma indiana.)

Era costumbre de los monjes someterse a diversos tipos de penitencia, no por un sentimiento de morbosidad, como han afirmado erróneamente algunos historiadores, sino por poner a sus conciudadanos un ejemplo de abnegación. Entre las penitencias estaba el barrer de noche los patios de los templos, realizar ayunos, dirigir los rituales y sangrarse con espinas de maguey. Esta última práctica



*Sangrado ritual. Códice Florentino.*

dejó horrorizados a los españoles, ya que los sacerdotes mexicas la realizaban con verdadera obsesión. Sin embargo, a mi juicio, no era

más cruel que las flagelaciones a las que, por la misma época, se entregaban en Europa los monjes cristianos.

También era deber del sacerdote tolteca atender a sus “hermanos menores”, descifrando sus sueños, orientándoles con respecto al calendario, escuchando sus confesiones en forma privada y proporcionándoles aliento en las circunstancias difíciles.

Una muestra de la particular visión que tuvieron los mesoamericanos de la vía monacal, se nota en el hecho de que los grados sacerdotales y militares eran equivalentes.

## CENTRO, EQUILIBRIO Y FLUIDEZ

Como vemos, los tres mandamientos de Ketsalkoatl tenían por objeto ubicar al hombre en su Shiktli, *centro*, el cual era entendido como una fusión dinámica de lo divino y lo humano, lo particular y lo social. El concepto de Shiktli (que literalmente significa *ombligo*) contenía además las ideas de *atención, nobleza y concentración*, evidentes en las siguientes expresiones idiomáticas de la lengua nawatl:

- Nikan noshiktli, *aquí en mi ombligo*, es decir, “estoy concentrado”.
- Nino shikkawa, *he perdido mi ombligo*, es decir, “he cometido un descuido”.
- Ni shikwatsi, *se me ha caído el ombligo*, “he perdido la honra”.

Pero el centro no se concebía como un punto estático, sino como un espacio donde tenía lugar una forma especializada de movimiento, una conversión de la energía. Las ideas de “estar en el propio centro” y “avanzar en sentido correcto” eran equivalentes, tal como vemos en el siguiente consejo:

*Sólo avanza directo adelante, sólo mira al frente cuando vayas. Pues únicamente en el centro existe la función social, la condición honorable.* (Olmos, Huehuetlahtolli.)

Tal forma correcta de avanzar hacia un estado de concentración

recibía el nombre de Nawa, *fluidez*. Al respecto, afirma un amigo que ha practicado durante años las técnicas toltecas:

*Hay una diferencia entre Shiktli, ‘centro’, y Kinam, ‘equilibrio’. El Shiktli es el punto en torno al cual gravitan nuestros intereses en un momento dado. El Kinam es un estado de equilibrio profundo, de estar en uno mismo, sin tender a los extremos, teniendo en cuenta las necesidades de cada uno de nuestros vehículos de conciencia y defendiendo sin fanatismo nuestro Pantli (las creencias e ideas que profesamos). Por su parte, la fluidez se manifiesta cuando compartimos con los demás lo que hemos llegado a saber por experiencia propia.*

Los conceptos relativos de “centro”, “equilibrio” y “fluidez” quedaron sintetizados en uno de los símbolos más hermosos de la Toltequidad, que hemos adoptado como emblema del Kinam: el llamado “yin-yang prehispánico”, cuyos nombres originales son Nawipapalotl, *cuatro mariposas*, y Atokatl, *araña del agua*.



*Atokatl, “araña del agua”, bandera de Anawak y emblema del Kinam, tomado del Códice Magliabecchi.*



## CAPÍTULO 4

## TEOCHIWA , DEVOCIÓN

UNA vez en contacto con la cultura y los principios toltecas, el tercer punto que debemos conocer es Teochiwa, término que podríamos traducir como *devoción*. Este es un aspecto muy dulce del Kinam, y su objeto es sensibilizar al estudiante con la dimensión mística, ritualista y religiosa del legado prehispánico.

La sociedad del México antiguo estaba impregnada de fe, y el mejor modo de entenderla, es analizando esa mezcla de experiencias, creencias y prácticas que modelaban cada detalle de la vida de sus miembros. Si podemos comparar a los principios con unos fuertes cimientos, la devoción es el cuerpo mismo de la pirámide de la Toltequidad; un cuerpo que sustentaba en su cúspide el santuario de la meditación, y que escondía en su interior las misteriosas cavidades del saber esotérico.

A través de las siguientes páginas, conoceremos los diversos tipos de oración que practicaba la gente y los ritos sacramentales a los cuales se sometían desde el momento de nacer. En un trabajo

próximo, analizaremos otros tres aspectos de aquella fe: la teología, la mística y la aplicación de los principios calendáricos y astrológicos a la vida diaria.

## DEVOCIÓN Y AHORRO DE ENERGÍA

La palabra “devoción” nos engaña, porque en las lenguas de Occidente significa un acto pasivo de adoración a una deidad exterior. En cambio, Teochiwa es un concepto activo e interiorizado, pues significa literalmente *divinizarse* (de Teo, *divino*, y Chiwa, *hacer*).

Dentro de la Toltequidad como sistema de vida, la adoración no se entiende como expresiones de adulación hacia poderes superiores a nosotros mismos -llámense dioses, ángeles o maestros ascendidos-, sino como ahorro de energía. El Kinam es práctico. Para beneficiarnos de sus frutos, no es preciso que comulguemos con las creencias de los antiguos mexicanos. Sus ejercicios producen los mismos excelentes resultados, seamos creyentes, agnósticos o seguidores de la Serpiente Emplumada.

Sin embargo, no podemos olvidar que la Toltequidad se desarrolló en un ambiente eminentemente místico. A falta de grandes guerras materiales o de viajes de descubrimiento geográfico, los prehispánicos volcaron toda su atención hacia el lado misterioso de nuestra existencia, exploraron los archivos ocultos de la conciencia y extrajeron de allí una enorme cantidad de información, que para ellos tenía un valor pragmático, pero que nosotros inevitablemente interpretamos en un sentido mítico.

El kiname debe conocer los recursos técnicos que empleaban los devotos toltecas, tanto para poder interpretar apropiadamente los símbolos de aquella cultura, como porque tales recursos, despojados de su parafernalia ritual y llevados a su esencia, pueden sernos de gran utilidad hoy día.

## LA ORACIÓN

Una técnica religiosa que funciona como catalizador de estados acrecentados de conciencia, es la oración. Los pueblos de habla nawatl le llamaban Ilwikatla'toa, *palabra dirigida al cielo*. Podemos entenderla como una forma popular de meditación, en la cual el silencio interior era sustituido por frases motivadoras y letanías que calman la mente.

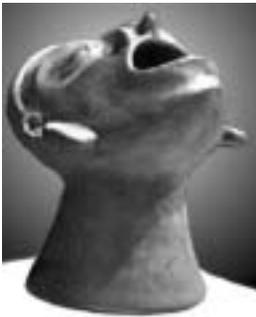
Cuando los primeros frailes cristianos llegados a México interrogaron a los Tlamatini, *sabios* mexicas, sobre sus creencias, esta fue su respuesta:

*Nosotros sabemos a Quién debemos la vida. Nuestros antepasados nos enseñaron cómo orar, cómo pedir.* (Coloquio de los Doce.)

Según un libro sagrado maya, la oración fue la primera exigencia que se le hizo al hombre, la prueba de que este había dejado de ser un animal y se había convertido en un ser sensible ante el misterio que nos rodea.

*Al crear a los cuadrúpedos y los pájaros, les dijo el Creador: '¡Decid nuestro nombre, alabadnos a nosotros, vuestra madre y padre!' Pero (a los animales) les fue imposible hablar como hombres, sólo gritaron. Viendo esto, el Creador dijo: 'No habéis podido decir nuestro nombre, por eso seréis cambiados, vuestra carne será triturada. Pues nuestra gloria no es perfecta si nadie nos invoca. Mas, aún habrá seres esclarecidos que se acuerden de nosotros.*

(Popol Vuh I.2.)



*Palabra al cielo. Vaso mexica.*

El mismo texto afirma que la oración apareció en América con sus primeros moradores hace muchos milenios, antes de que se diversificaran las lenguas, e incluso antes de que el hombre fuese capaz de representar gráficamente sus ideas:

*Era una sola la lengua de todos. Aún no usaban (imágenes de) madera y piedra, sólo invocaban al Creador, a la esencia del Cielo y de la Tierra. Le hablaban, llenos de palabras sagradas, llenos de amor, obediencia y respeto. Hacían sus peticiones levantando los ojos al cielo y diciendo:*

*¡Salud, Creador, Formador! ¡No nos abandones, Deidad que moras en el cielo y en la tierra! Danos hijos mientras camine el Sol y aparezca la aurora! ¡Que las semillas germinen y venga la luz! ¡Danos el don de marchar por caminos abiertos y veredas sin emboscadas, que estemos tranquilos y vivamos en paz! ¡Que hagamos una vida buena, una vida al abrigo de todo reproche! (Popol Vuh IV.4.)*

## TIPOS DE ORACIÓN

En Anawak había muchos tipos de oración. Las principales eran la espontánea, la ritual y las letanías.

La oración espontánea se denominaba Tlatlau'ti, *acto de reconocimiento*. Era un contacto íntimo con la Deidad, producto de un estado emocional intenso. Tenía lugar cuando el devoto se sentía impelido a agradecer o quejarse, o cuando sentía la imperiosa necesidad de solicitar algo a alguna de las numerosas advocaciones de Ketsalkoatl. Podía hacerse de tres maneras: Nekawanotsalli, con *palabras mentales*, Tempepeyotsa, como un *murmullo* casi inaudible, y Tempowa, con *palabras audibles*.

En beneficio del lector interesado en estas cuestiones, aquí traigo algunos ejemplos de oración espontánea que fueron conservados en los textos.

Primero: oración maya a la Serpiente Emplumada, en agradecimiento por el nuevo amanecer:

*Dos, tres veces te doy gracias, Creador, Formador, Corazón del Cielo y de la Tierra, tú que eres los cuatro rumbos del Universo y los cuatro soportes de la tierra. Gracias por la aurora que acabamos de ver, por la luz, por el Sol, por la estrella que nos guía . Gracias, porque eres nuestra montaña de las profundidades, montaña muy dorada y muy verde.*

(Popol Vuh IV.)

(La estrella que nos guía es Venus-Ketsalkoatl. La última frase significa “montaña de las profundidades del espíritu, plena de riqueza y libertad”.)

Segundo: oración mexicana a la Madre Tierra para pedir buena suerte en el camino:

*¡Ven, tú, Señora doble, nuestra abuela Tierra de cara pisoteada! ¡No me reclames aún! Bríndame con suavidad tus pechos, cual coneja parida que se tiende boca arriba sobre la tierra.*

(Alarcón, Tratado de las supersticiones.)

(Los pechos de la Tierra son metáfora por las montañas y los valles; se le compara con una coneja, porque este animal era emblemático de la fecundidad.)

Tercero: oración del príncipe Ilwitimalli de Tula, en la cual solicita alcanzar el estado de conciencia de Ketsalkoatl:

*¡Timal, Timal, yo he renacido! Yo, el doble y copia de la antigua Serpiente Nocturna, el hijo de la Mariposa de Obsidiana y el Señor Sol. Pregunto a mi Dios: ¿Adónde voy, errabundo? Y me respondo: ¡Que yo también vaya allá, junto a él! Yo, Timal, enalteceré al Creador del mundo, allí donde las águilas, donde los tigres.*

(Códice Aubin.)

(Serpiente Nocturna era un título de Ketsalkoatl como señor del conocimiento oculto; Mariposa de Obsidiana era la deidad de la encarnación de la conciencia, y el Sol, el propiciador de la iniciación solar. La referencia a las águilas y tigres significa la batalla interior.)

## LA ORACIÓN RITUAL

Otro tipo de oración eran las fórmulas de fe que el pueblo repetía en forma colectiva durante las ceremonias, o bien en ciertos momentos del día o de la noche. Estas tenían una función confirmatoria y se aprendían en los templos. He aquí unos ejemplos:

Primero: confesión de la unidad divina:

*Dios es Uno, Serpiente Emplumada es Su nombre. Nada exige. Sólo serpientes y mariposas, eso le ofreceré.* (Informantes de Sahagún.)

(La ofrenda de serpientes y mariposas no se refiere al sacrificio literal de estos animales, sino a poner a disposición de la Deidad el cuerpo y la conciencia.)

Segundo: oración mexicana matutina en saludo al Sol:

*Tú, rayo de luz, niño precioso, fuego que brotas y te elevas: no sabemos si continuarás tu camino o si no lo harás. Por favor, ¡favorécenos en este día, oh Sol!*

(Esta oración se ha interpretado como que los prehispánicos sentían inseguridad con respecto al movimiento del Sol; en realidad, significa que no sabemos si volveremos a despertarnos mañana.)

Tercero: invocación nocturna al nagual para que proteja contra las pesadillas:

*Estera, mi asiento de ocelote, tú que abres tu boca hacia los cuatro rumbos, pues tienes hambre y sed como yo: te conjuro por si se acerca el perverso, el burlador de hombres, ese agente de malos consejos; ¡despiértame, protégeme!*

(Alarcón, Tratado de las Idolatrías.)

(El burlador es Teskatlipoka, el espíritu de la tentación; las “bocas” del petate son sus cuatro esquinas, que se alimentan simbólicamente de la conciencia del que duerme. El conjuro se refiere a tener sueños lúcidos.)

Cuarto: invocación especial para los momentos de peligro:

*¡Peligros del monte, todos alerta! Os hablo yo, el Representante divino, el Señor de las transformaciones. Soy*

*mensajero de mi hermana, la de falda de estrellas. Soy vuestro hombre y Señor. Ya vine a disiparos yo, el hijo de los dioses.*

(Alarcón, Tratado de las Idolatrías.)

(Esta oración alude a cierta práctica chamánica. Quien habla es el nagual o *doble* del chamán; los “peligros del monte” son los espíritus de la Naturaleza que va a capturar; su “hermana”, el cielo estrellado.)

## EL ROSARIO TOLTECA

Además de la oración ordinaria, los toltecas solían repetir ciertos nombres y sonidos sagrados para inducirse estados de sugestión positiva. A juzgar por algunas referencias, también recitaban como acto ritual las cifras calendáricas (del uno al trece). Este tipo de oración se llamaba Tlatempoá, *letanía*, y ha quedado profusamente representado en los vasos mayas.

Para ayudarse en sus rezos, usaban un collar semejante al rosario de los cristianos o el japamalam de los hindúes.

*Usaban para sus rezos unas cuentas como nosotros, que llamaban Tzoactli, lo cual quiere decir en su lengua ‘pobrecillo’.*

(F. Hernández, Antigüedades de los indios)

Tsoaktli en realidad significa *semilla arrugada*, y nos indica de qué material estaban hechos los collares de los monjes. La población común empleaba otros, los Tla’kopatl, *canutillos*, un poco más preciosos, pues estaban hechos con cuentas de madera fina. Los nobles rezaban con collares de perlas, oro o piedras semipreciosas, llamados Koskatl, *dorados*.

Detrás del uso del collar se escondía un simbolismo muy profundo, pues las cuentas hacían referencia a los ciclos, tanto físicos como psíquicos, que rigen sobre cada aspecto de la vida terrestre. Por eso, la cuenta individual recibía el nombre de Shiwitl, un término que también significa *período de tiempo*. Soso era el acto de *pasar el rosario*. Debía realizarse en una postura recta, en estado

de reverente concentración, con la mano derecha a la altura del corazón o la garganta, tal como vemos en la siguiente imagen.



*Dios del tiempo repasando el rosario. Vaso maya.*

Cualquier momento era bueno para la práctica, pero, como afirma el siguiente texto, había algunos días dentro de la “semana” y el “mes” prehispánicos que tenían mayor fuerza convocadora:

*Así es el entendimiento de la iniciación. Le dice (el maestro al aprendiz): ‘Hijo mío: si eres un hombre verdadero, búscame tus cuentecillas verdes, aquellas con que oras.’ Las cuentas que así le pide son las piedras preciosas del collar.*

*Luego le pregunta: ‘¿Cuánto tiempo oras?’ Y deberá responderle: ‘Padre: oro en el día primero y también en el día décimo (de la veintena)’. Le pregunta de nuevo: ‘¿En qué otros días alzas tu oración?’ ‘Oh, Padre: alzo mi oración en el día noveno y también en el decimotercero (de la trecena). Así oro al divino nueve, al ordenador trece (el dios del cielo y del inframundo). Es entonces cuando cuento y repaso mis cuentecillas’.*

(Chilam Balam de Chumayel, Lenguaje de Zuyua.)

Otra costumbre era aumentar paulatinamente el número de rezos que se hacían cada día, tanto a los nueve aspectos infernales como a los trece celestiales de Ketsalkoatl, para recomenzar de nuevo en los días diez y catorce:

*Oh padre: yo hago un solo rezo el primer día, y conforme rezo cada día, voy aumentando (el número de) mis oraciones hasta el noveno y el decimotercer día. Nueve (nombres) divinos, trece (nombres divinos), así voy contando alternativamente, así repaso mis cuentecillas.* (Chilam Balam de Tuzik.)

Respecto al número de cuentas que tenía el collar, el dato no está claro. El dios anciano que acabamos de ver sostiene un rosario de 22 cuentas, lo que acaso esté relacionado con la recitación alterna de nueve y trece títulos. Por otra parte, el nombre maya de este implemento, Kalpek, *veintena*, sugiere 20 cuentas o sus múltiplos. Algunos investigadores, basados en los números mágicos del calendario, hablan de rosarios de 52 ó 104 cuentas. Parece que el número no era lo importante, sino el acto mismo de rezar.

La recitación sostenida era, sin dudas, un excelente ejercicio para la respiración, la voz y la concentración, a la par que un poderoso estímulo devocional. Algunas imágenes dan a entender que los monjes y peregrinos solían repasar sus rosarios mientras iban de camino, para lo cual empleaban un Shikipilli, *bolsa*, que ataban a la muñeca, en cuyo interior transportaban el collar.

La importancia de este objeto era tal, que podía representar a la persona ausente durante las ceremonias:

*Luego tomaban al muchacho (candidato a monje) y le ponían unas cuentas de palo que llamaban Tlacopatli. (En el momento de su partida) le quitaban las cuentas y las dejaban en el Calmecac (monasterio), porque decían que el espíritu del muchacho estaba unido a las cuentas, y el mismo espíritu hacía los servicios de penitencia por él.* (Sahagún, Historia General III.)

A continuación veremos dos ejemplos de letanías mesoamericanas. Por la importancia del sonido en este tipo de oración, las presento en su lengua original con traducción al español.

Primero: letanía de nueve nombres en honor de Weweteotl, *dios anciano*:

Teteo inan, *madre de los dioses*,

Teteo tatsin, *padre de los dioses*,

Weweteotl, *deidad antigua*,

Tlalshiktlī tsitsikiani, *sostén del ombligo del mundo*,

Shiu'kashitl nenki, *morador del cofre de turquesas*,

Ketsallatl nenki, *el que habita en las aguas preciosas*,

Mishkalaki nenki, *el del interior de las nubes*,

Miktlansewalli nenki, *el de las sombras del inframundo*,

Shiu'teku'tli, *señor del fuego y del ciclo*.

(Simbolismo: “ombligo del mundo” son las leyes fundamentales de la existencia; “cofre de turquesas”, la Naturaleza; “aguas preciosas”, la conciencia cósmica; “nubes”, la conciencia humana; “inframundo”, los estados de subconciencia.)

Segundo: letanía de trece nombres en honor a Ketsalkoatl:

Ometeotl, *divina dual-trinidad*,

Ipalnemowani, *tú por quien todo existe*,

Moyokoyani, *tú que a ti mismo te inventas*,

Tloke Nawake, *dueño del cerca y el junto*,

Yowalli E'ekatl, *viento y tinieblas,*

Teskatlipoka, *humo del espejo,*

Shipe Totek, *nuestro señor desollado,*

Tlalteku'tli, *amo de la tierra,*

Makuilshochitl, *cinco flor,*

Piltsinteku'tli, *santo niño señor,*

Nawalpiltsintli, *príncipe de las transformaciones,*

Yowalkoatl, *serpiente nocturna,*

Ketsalkoatl, *oh, ¡serpiente emplumada!*

(Simbolismo: “viento y tinieblas” significa impalpable e invisible; “humo del espejo”, señor del autorreflejo; “señor desollado”, que está más allá de las apariencias; “cinco flor” era el nombre calendárico de una manifestación de Ketsalkoatl.)

## LOS SACRAMENTOS TOLTECAS

Todas las religiones de la Tierra han encontrado formas de vincular al individuo con la comunidad. Una de las más eficientes, consiste en sacar nuestra vida del ámbito natural del cual procede, e insertarla en un espacio sagrado que es reflejo de nuestros ideales y aspiraciones colectivas. Para materializar ese traspaso, el recurso más eficaz es el compromiso de fe, formado por los sacramentos, bautismos e iniciaciones que recibimos desde el momento de nacer, y hasta que el sacerdote nos despide a la hora de la muerte.

Los sacramentos de la Toltequidad recibían el nombre de Teoyotika Tlalilistli, *obligación espiritual*. Nunca se llegó al extremo

Otra costumbre era aumentar paulatinamente el número de rezos que se hacían cada día, tanto a los nueve aspectos infernales como a los trece celestiales de Ketsalkoatl, para recomenzar de nuevo en los días diez y catorce: muy semejantes a los católicos, tales como el bautismo, la confesión de los pecados y la extremaunción. En su desconocimiento de las leyes psicológicas que rigen este tipo de manifestación religiosa, recurrieron a la misma teoría que explicaba la existencia de Ketsalkoatl, suponiendo que el Diablo había copiado los ritos cristianos para llevarlos a América.

En contra de esta idea simplista, baste decir que no ha habido un solo pueblo en la Tierra que no haya tenido instituciones confirmatorias para sus ciudadanos. Las tradiciones de los cristianos son copia fiel de las que tenían antes que ellos los griegos y judíos, quienes a su vez las tomaron de los egipcios, caldeos y zoroastrianos. Y si rastreamos estos ritos hasta su origen, llegaremos a las mismas fuentes de donde bebieron los antepasados de los toltecas.

## EL BAUTISMO

El primer ritual al que se sometía el niño al nacer era Kuatekia, *cabeceo*, una especie de bautismo en el cual se pasaba fuego sobre la cabecita del pequeño y luego se le asperjaba con agua consagrada.

*Así como en la iglesia católica se usa de agua y candela encendida, así estos idólatras usan las mismas cosas para su bautismo, en el cual ponen nombre a las criaturas, al tiempo que las bautizan conforme a su rito antiguo y a su calendario. Es la ceremonia Tlecuixtiliztli, que quiere decir que la pasan por fuego y le lavan la cabeza. Y hacen esto cuatro veces.*

(De la Serna, Tratado de las Supersticiones.)

Al mismo tiempo que le bautizaba, el sacerdote, que era experto en las lecturas astrológicas, imponía a la criatura su Totonal, *nombre calendárico*, y le asignaba un animal tutelar. La ceremonia se hacía

de acuerdo con el horario, ya que los días sacramentales tenían un horario rígido:

*Ante todo, los lectores de los destinos preguntaban la hora exacta en que había nacido la criatura. Si acaso antes de la media noche, le aplicaban el signo del día anterior; si pasada la media noche, la consideraban dentro de la cuenta del signo del día siguiente. (Sahagún, Historia general.)*

Este era un sacramento fundamental que completaba el nacimiento, por decirlo así. Tenía una segunda parte, que se celebraba cuando el niño era destetado, lo cual ocurría teóricamente a los cuatro años de edad.

*También tienen su modo de confirmación que, en cierto tiempo después del bautismo, agujeraban las orejas de las criaturas y hacían otras ceremonias, dándoles padrinos y madrinas. (De la Serna, Tratado de las Supersticiones.)*

El nombre de la confirmación, Pillanawallo, *estiramiento de los niños*, se debía a que, como parte de la ceremonia, la criatura era tomada por la cabeza y levantada en el aire, para estirarla y que creciera bien. A partir de ahí, le otorgaban un nombre social, complementario del nombre calendárico que le diera la Naturaleza. Estas confirmaciones se repetían de nuevo a los trece años y luego a los veinte, con motivo de la entrada en la mayoría de edad.



*Ceremonia de bautismo.  
Códice Madrid.*

## LA COMUNIÓN

El segundo rito en importancia era la Teokuanía, *comuni6n*, una fiesta de consumo de la “carne” de la Divinidad realizada cada veinte dÍas. El pueblo en general comulgaba con Teotlashkalli, ciertos panecillos ovalados con improntas de serpientes, confeccionados con semillas de amaranto amasadas con miel. En algunos lugares era costumbre hacer un pan grande y dividirlo entre todos, en seÑal de fraternidad.

*Hacían un gran bollo de semilla de bledos y miel, y después lo bendecían a su modo y lo hacían pedacitos. El gran sacerdote lo echaba en unas vasijas muy limpias y, tomando una púa de maguey, con ella sacaba, con mucha reverencia, un pedacito, y se lo metía en la boca a cada uno de los indios, a manera de comuni6n.* (C6dicoe Telleriano.)

Cada aÑo habÍa dos ceremonias de comuni6n mÁs importantes, en los aniversarios de Ketsalkoatl y Witsilopochtli (su advocaci6n guerrera). En dichas oportunidades, el cereal se amasaba en forma de grandes estatuas del dios, llamadas Nekayotsin, *reverendo cuerpo*. Hacia el final de la ceremonia, las estatuas eran despedazadas y repartidas entre todos los macehuales, enviando porciones especiales para los enfermos.

Por su parte, los sacerdotes y sus aprendices comulgaban de una forma mÁs especial: mezclando la masa de amaranto con jugo de plantas sagradas.

*No han faltado algunos de sus malignos ministros que hayan querido imitar este divino sacramento con los hongos del monte.* (De la Serna, Tratado de las Supersticiones.)

## LA CONFESI6N

El tercer sacramento en importancia, tanto en M6xico como en Per6, tenÍa un gran valor psicoanalítico y de descarga social. Su nombre: Yolmelawa, *confesi6n*.

En este punto se impone una explicación. El concepto de pecado de los antiguos mexicanos era diferente del nuestro, porque no partía de la idea de que heredamos una condición pecaminosa de nuestros primeros padres, sino que, por el contrario, somos divinos en principio, y basta un esfuerzo de voluntad para recuperar esa condición.

Así como no había contradicción esencial entre los aspectos sombrío y luminoso de la Serpiente Emplumada, tampoco había una división antagónica entre el pecado y la virtud, porque esta era entendida como la evolución de aquel. El pecado se consideraba una enfermedad curable, y no se confundía la enfermedad con el enfermo.

Era esta una visión optimista del hombre, que no negaba ni trataba de ocultar el lado material de nuestra existencia; antes bien, lo reconocía como un elemento necesario. Los Wewetla'tolli comparan al pecado con el fango, porque esta materia ensucia, pero también, en condiciones adecuadas de cultivo, puede nutrir la buena semilla.

El énfasis no estaba en que somos falibles por naturaleza, sino en que, por don divino, traemos con nosotros el poder de la voluntad, y basta un impulso razonablemente sostenido para desarrollarlo. En consecuencia, la mitología no tenía reparos en narrar las terribles trasgresiones cometidas por Se Akatl y su antecesor, Nanawatsin; de hecho, las magnificaba, porque ellas servían de contrapunto para destacar la posterior regeneración de ambos héroes.

Una autora señala: *Los pecados de Quetzalcoatl y sus remordimientos corresponden a la dolorosa, pero necesaria, toma de conciencia de la condición humana. Su abandono de las cosas de este mundo y la hoguera fatal que construye con sus propias manos, señalan los preceptos a seguir para que la existencia no sea perdida: alcanzar la unidad eterna por el desprendimiento y el sacrificio del yo transitorio...*

*Lejos de constituir un elemento inútil que no hace más que molestar al espíritu, la materia le es necesaria, porque únicamente por la acción recíproca del uno sobre la otra, la liberación es conseguida.* (Laurette Sèjournè, Pensamiento y religión en el México antiguo.)

Con tales precedentes, no puede sorprendernos que los conceptos toltecas de arrepentimiento y confesión fuesen también diferentes de los nuestros. Lo correcto no era que el devoto se pasara todo el día en el confesionario; antes bien, la confesión se realizaba pocas veces en la vida, porque se daba mucha importancia a la idea de no volver a fallar.

Ha quedado testimonio de cómo fue instituido este rito:

*Y si alguno ha pecado, que venga y se confiese con los ancianos. Y el anciano le dirá: 'Tú, que fuiste engendrado de nuevo por tu madre y padre (Ketsalkoatl) como cosa preciosa y purificada, de tu libre voluntad te has ensuciado. Confiesa ahora, ábrete y manifiéstate ante tu Señor, que es amparador y comprensivo'.*

*No tengas a menos este consejo, porque la confesión nos hace de nuevo vivir, nos da luz nueva y nuevo Sol, nos hace florecer y lucir con destellos de una nueva vida que sale de la matriz donde se cría.*

(Sahagún, Suma Indiana.)

La confesión era en realidad la última etapa de un proceso que consistía en recordar la falta, reparar sus efectos y juramentarse ante Topiltzin con un voto de abstención. Si, aun así, quedaba un sentimiento de culpa lastimando la conciencia de la persona, era lícito acudir ante el sacerdote, que tomaba la confesión bajo el voto de secreto y le imponía generalmente una penitencia simbólica, como punzarse la lengua, las orejas o los órganos sexuales por trasgresiones relacionadas con el chismear, el escuchar lo indebido o la conducta sexual irresponsable.

De modo que la función del sacerdote era resolver los casos más difíciles; se esperaba que la persona, gracias a la práctica de un ejercicio sistemático de memorización que estudiaremos adelante, fuera capaz de mantenerse lo suficientemente armonizada como para percibir por sí misma las ventajas sociales y espirituales de una vida virtuosa.

## EL MATRIMONIO

El matrimonio era una práctica de gran importancia, ya que garantizaba la correcta educación de los hijos –quizás, el asunto al que la sociedad prehispánica dedicó lo mejor de su atención. Según vemos en el siguiente texto, su fin no era profano, sino cumplir con una ordenanza de Ketsalkoatl:

*Esta es la costumbre del mundo, que no es invento de alguno: ha ordenado Nuestro Señor que haya generación por vía de hombre y de mujer, para hacer multiplicación.*

(Sahagún, Suma indiana.)

Por lo tanto, el matrimonio tenía el mismo carácter sagrado que los ritos del bautismo o comunión. Las chicas lo contraían a los 16 ó 17 años, y los jóvenes, a los 20. Era ocasión de una gran fiesta, que concluía con la ceremonia de atadura de túnicas.

*Cuando ya se han casado, toman los cantos de las vestiduras de los desposados, los atan y hacen un nudo conforme al rito antiguo. El cuarto día del desposorio, sacuden los petates donde durmieron y echan suertes para ver cuál de los desposados ha de salir de la casa de sus padres para ir a la casa de los padres del otro. (Alarcón, Tratado de las Idolatrías.)*

Durante los cuatro días que duraba la boda, la pareja recibía muchos consejos por parte de ancianos y ancianas de la comunidad que tenían gran experiencia en esa labor. He aquí un fragmento de la exhortación que se daba al joven:

*Serás para ella en lugar de su madre, harás que siga el camino que debe andar y le darás instrucción. Que vean en ti al que enseña y se preocupa, pues el que instruye a otros, fundamenta el modo de no dar vueltas en vano. (Olmos, Huehuetlahtolli.)*

A continuación, el recién casado se volvía a su Tonamik, cónyuge, y, haciendo juego de palabras con la ceremonia de atadura de mantas, le decía en un lenguaje muy fino:

*Mi compañera, escucha: ahora que nos ha atado con su favor el Hombre, el maravilloso Ser divino, Principio de toda*

*existencia, Perfecto en serenidad, Aquel por Quien vivimos, ¿acaso callaremos? ¡Con todo tu aliento, con todas tus fuerzas átate a lo alto! Ve junto a él, arrójate a él, y ocurrirá que él mismo se hará raíz de nuestro ser.* (Olmos, Huehuetlahtolli.)

Estas palabras indican que el objeto del matrimonio no era sólo legalizar la unión con fines reproductivos, sino, ante todo, proporcionar a la pareja un medio estable para su mutua evolución espiritual.



*Ceremonia nupcial. Códice Nuttall.*

De hecho, el enlace mundano era el símbolo de un compromiso que podríamos llamar “alquímico”, contraído, no ante los miembros de la comunidad, sino ante el propio Ketsalkoatl; un compromiso

por el cual los principios masculinos y femeninos que existían en cada uno de los miembros de la pareja, se fundían en ese estado de conciencia que, por su profunda esencialidad, es comparado en el texto con una raíz.

## LA EXTREMAUNCIÓN

Por último, llegamos al sacramento final: la Teomiktli, *muerte en dios*, equivalente a lo que nosotros llamamos extremaunción. Era un rito muy interesante, porque describía en forma teatral todo lo que creían los prehispánicos sobre la vida y la muerte.

Cuando el enfermo o herido entraba en agonía, se le confesaba por última vez, y a continuación se le impartía su última comunión. Un cronista describe así ese momento:

*Cuando alguno está a la muerte y no se puede escapar, le dan a beber unas poleadas llamadas Cuahnexatolli (‘atole de*

miel'), y si las bebe, todos los que están presentes se gozan. Y después que se le salió el alma, dicen: 'Recibió el viático'. (Esto es) como si dijeran: esforzado va para llegar al lugar a donde ha de ir. (Fray Juan Bautista, Algunas abusiones antiguas de los indios.)

Al momento mismo de exhalar, el individuo era despedido con un sermón en el que se le recordaba que nuestro paso por la tierra es sólo un sueño, y se le exhortaba a reconocer la nueva realidad en la que estaba entrando. Luego, lo bañaban y le ponían en la boca una moneda de jade llamada Kokowa, *rescate*. Este era el precio simbólico que el difunto tenía que pagar a Sholotl, el perro guardián del inframundo, para que su memoria no fuese borrada al cruzar Chiknawapan, *nueve aguas*, el río del olvido.

La costumbre dictaba envolver el cuerpo del difunto en lienzos, velarlo durante unos días y quemarlo. Luego, las cenizas y fragmentos de hueso que quedaban se guardaban en una urna de barro y se depositaban en un osario que para ese efecto existía junto a los grandes templos, poéticamente llamado Tetokoyan, *lugar donde*

*son sembradas las personas* (la costumbre de enterrar a sus muertos en el patio de la iglesia aún persiste en muchos pueblos de México). La idea subyacente era que la memoria de las acciones positivas del difunto retoñaría en sus descendientes como un árbol de buenos frutos.



*El lugar de los muertos. Códice Laud.*



## CAPÍTULO 5

### CHIPAWA, *PURIFICACIÓN*

**PASO** a paso, la pirámide del Kinam ha ido tomando forma. Hemos llegado a la etapa central del camino. El acercamiento a la cultura, complementado por los compromisos éticos, nos llevó al umbral de la práctica devocional. En el México antiguo, casi todas las personas se quedaban allí, cumpliendo con lo que la religión exigía de ellos y depositando su confianza en la buena voluntad de Ketsalkoatl. Sin embargo, el ideal de la Toltequidad era más ambicioso; un tolteca es alguien que ha sido iniciado en los secretos de la energía.

¿Qué hacer para seguir adelante? En este punto, es imprescindible que el estudiante conozca y ponga en práctica la doctrina energética tolteca. Esa doctrina dice que toda la energía del Universo es una sola, porque proviene de la misma fuente: Ometeotl; cuando se manifiesta dentro de un ser vivo, se le llama fuerza vital. También afirma que la naturaleza de la energía es el movimiento, y que cuando no fluye, degenera.

Podemos comparar el conducto por donde se mueve la fuerza vital con la escalera de una pirámide; si se obstruye, sea por suciedad o por falta de reparación, los diversos pisos o dimensiones que nos

componen quedan incomunicados. Por lo tanto, el cuarto paso del Kinam es Chipawa, *purificación*; consiste en limpiar esa escalera figurada que en el cuerpo físico está representada por la columna vertebral, y en su doble luminoso, por la red de los centros y canales vitales.

La purificación tolteca implica los siguientes aspectos:

Primero: conocer cómo está formado, cómo funciona y cómo se activa el sistema energético humano, compuesto de cinco vehículos de conciencia, nueve centros transformadores de la percepción y una serie de conductos comunicantes.

Segundo: aprender a respirar en forma controlada, para influir sobre nuestro metabolismo, pulsos y biorritmos, lo que, a su vez, incide sobre los estados de la mente.

Tercero: poner en práctica ciertos usos higiénicos prehispánicos, tales como los baños de Temascal y de elementos, muy útiles para descongestionar los atascamientos de la energía.

Cuarto: conocer la terapia indígena de las polaridades (la teoría del “frío” y el “caliente”), basada en el uso y desuso de ciertos alimentos, hierbas medicinales, vomitivas, purgantes, fortalecedoras y acrecentadoras de la atención, así como de masajes y técnicas de acupuntura prehispánica.

Debido a la abundancia de este tema, en el presente libro veremos sólo algunos aspectos de la purificación, dejando los demás para próximos trabajos.

## ESPEJO AHUMADO

El término Chipawa significa literalmente *transparencia*. Podemos entenderlo como una metáfora referida a estar tan limpios como una corriente de agua pura, pero también tiene un sentido esotérico, que se comprende a la luz del simbolismo prehispánico. Los mesoamericanos comparaban a la percepción con un espejo de obsidiana, porque esta facultad de los seres vivos tiene la función de

reflejar el mundo que nos rodea. Por supuesto, mientras más pulido esté nuestro espejo mental, mejor será la imagen que obtengamos.

La filosofía tolteca sostiene que, si bien el mundo es real, la imagen que nos hacemos de él no lo es. Y es que, al dividirlo en seres y objetos independientes, perdemos de vista el hecho verdadero, demostrado recientemente por la física cuántica: que los objetos, en su esencia, son flujos de energía. Debido su naturaleza fluida, los textos mexicas afirman que el mundo que percibimos es evanescente como un sueño o una pintura.

*El Dador de Vida se burla, ¡oh amigos! Perseguiamos un sueño. Nadie en verdad vive sobre la tierra. (Cantares mexicanos.)*

Ahora bien, ¿qué es lo primero que ocurre cuando nos asomamos a un espejo? Vemos nuestra imagen. Después de repetir ese acto miles de veces durante la vida, aprendimos a identificarnos con nuestra apariencia, y por extensión, con las características del cuerpo físico, tales como sexo, edad, nombre, nacionalidad y lengua —en una palabra, los nutrientes del ego. A tal fenómeno de auto-reflejo los mesoamericanos lo divinizaron y le llamaron *Teskatlipoka*, *humo del espejo* o *espejo ahumado*. Decían que *Teskatlipoka* creó el mundo, porque es nuestra interpretación la que da significados a lo que vemos.

Un espejo cuya superficie está cubierta de humo reflejará las cosas de modo imperfecto. Asimismo, la percepción que tenemos de nosotros mismos es limitada, no porque nuestras posibilidades lo sean, sino porque nuestros medios de interpretación están distorsionados o polarizados por el ego.

Pero, ¿qué ocurre si purificamos esos medios hasta el punto de volvernos “transparentes”, es decir, hasta que dejamos de identificarnos con el lado transitorio y reconocemos nuestra naturaleza energética? Por supuesto que, en tales circunstancias, ningún espejo será capaz de reflejarnos y conseguiremos romper el hechizo de *Teskatlipoka*.

Cuando un individuo tiene tal vivencia, se siente tan emocionado, que es como si hubiera escapado de una terrible prisión. Puede tener

incluso la sensación de que ha muerto, y es cierto: la pureza total es la muerte del ego. Pero, desde el punto de vista de la energía, la verdadera vida habrá comenzado. Los toltecas representaban dicha transición mediante el símbolo del espejo perforado. Afirmaban:

*El tolteca es un espejo horadado de lado a lado; no se detiene en la superficie de las cosas. Por eso, él mismo es escritura y sabiduría, camino, guía veraz para otros. (Códice Matritense.)*

En efecto, si nos asomamos a un espejo en cuya cara hay un agujero, no sólo nos percibiremos a nosotros mismos con mirada periférica, sino que también seremos capaces de ver lo que hay más allá. Los chamanes dan a este fenómeno el nombre de Visión.

## NUESTRA DOBLE COMPOSICIÓN

El ideal tolteca de la pureza quedó recogido en el siguiente verso:

*Una vida pura es (como) una turquesa preciosa, un jade redondo y barrenado, un dulce canto, sin mancha, sin sombra, salido del corazón. (Códice Vaticano VI. 21.)*

Detrás de la poesía, encontramos aquí un conjunto de símbolos que los mesoamericanos conocían muy bien. La turquesa representa al aliento; el jade barrenado, al cuerpo físico con su red de canales; el canto es el trabajo intencional con nuestras facultades perceptuales. Por lo tanto, para tener una vida “pura”, necesitamos conocer nuestra constitución, tanto física como sutil, así como las cosas que nos fortalecen o desgastan.

Como ya estudiamos, esta filosofía afirmaba que el Universo es producto de la acción combinada de dos fuerzas. En el hombre, ambas se manifiestan con extraordinaria nitidez.

El nombre nawatl del ser humano es Tlakatl, un término que se forma de las raíces Tlak, *mitad*, y Katl, *cosa*. Así que, para los toltecas, somos “la mitad” de algo. ¿De qué? De una totalidad cuyo componente humano es el Tonal y cuyo lado divino es el Nagual.

Es muy significativo que dicha dualidad diera nombre a los dos líderes máximos de la Toltequidad, cuya sede estaba en la ciudad de Cholula. Estos personajes llevaban los títulos de Tlachiach Tisakoske, *dueño de la tierra amarilla y del lado frontal del cuerpo*, y Akiach Amapane, *dueño de los canales del agua y del lado trasero del cuerpo*. No hay que ser muy versado en el simbolismo prehispánico para comprender que la “tierra amarilla” y el “lado frontal” son referencias al cuerpo físico y sus funciones, mientras que los “canales de agua” y el “lado trasero” aluden a nuestra contraparte energética, que generalmente permanece en el reino de la inconsciencia.

## NUESTROS VEHÍCULOS DE CONCIENCIA

Creían los toltecas que el lado manifiesto del humano está compuesto por cinco vehículos de percepción llamados Kimilli, *envolturas*, comparables por su esplendor a la cola del quetzal:

*Son las capas simbólicas del hombre de madera y piedra (el cuerpo físico y su energía), semejantes a las capas de la cola del pájaro precioso. (Ritual de los Bacabs.)*

El primer vehículo recibía tres nombres: Tonaka, *nuestra carne*, Totlak, *cuerpo físico*, y Yu'kayotl, la *forma material*. Es la sede de las sensaciones. No todos los seres conscientes del Universo lo poseen, pero quienes lo tienen, son llamados Tlakeke, *dueños de cuerpo físico* (por oposición a los Tlaloke, *espíritus*).

Si bien este vehículo está sometido a las rígidas leyes del mundo material, es considerado un privilegio de la evolución, porque permite un milagro sumamente escaso en la economía del Cosmos: la facultad de reproducción. A través de esta facultad y de su manejo, los seres humanos somos, de hecho, co-creadores con la Serpiente Emplumada.

El segundo vehículo es Ekauyotl o Sewalli, *sombra*. También recibía el nombre Elwayotl, *aliento vital*, pues se suponía que, así como el cuerpo físico se alimenta de comida, la sombra se alimenta

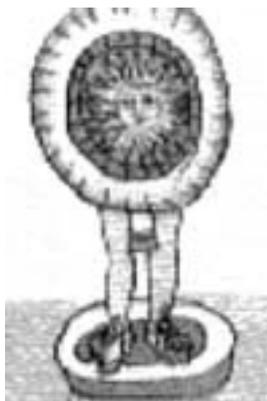
de aire. Es el motor de la vitalidad. La tradición campesina lo vincula con el hígado. Algunas personas sensitivas lo perciben como un forro dorado de apariencia fibrosa semejante a paja, que ciñe por completo al cuerpo físico, del cual escapan por la zona del vientre y la coronilla unas vaharadas de humo gris llamadas *Tlakaipotoktli*, *humo del cuerpo*.

Esta envoltura tiene cierta capacidad de acción independiente. Según el siguiente texto, es capaz de mantener su estructura en tanto el cuerpo físico no se descomponga o sea quemado:

*Decían que los que habían muerto, aun andan (concientes) durante cuatro días. Cuando son derramadas sus cenizas, entonces bajan al lugar de los muertos. (Códice Florentino.)*

Tonalli o Tonal es el tercer vehículo. Este término, a la vez que denominaba al conjunto de medios por los cuales percibimos el mundo, daba nombre en particular al alma solar, definida por el antropólogo López Austin como *irradiación contenida en el cuerpo*. Se alimenta de impresiones y es la sede de la personalidad, los impulsos del ego y la voluntad creadora. La tradición lo relaciona con el ombligo.

Según los chamanes, el Tonalli puede visualizarse como un *Tlaneshitli*, *huevo luminoso* de tonalidad ambarina que rodea la cabeza de la persona, y que en algunos sujetos se extiende hasta abarcar todo el cuerpo. Su característica principal es *Iyona*, *atracción magnética*. Quienes lo han desarrollado suelen convertirse en líderes.



*Ovoide solar. Códice Florentino.*

Además de ser una entidad independiente, el Tonalli se interpretaba como una cualidad inherente a la vida. Había tonales fuertes y débiles, en dependencia de la cantidad de “calor” que tuviera la persona. Además, la Tona se podía ganar o perder.

*Para decir que alguno está espantado, suelen decir Tonalcahua Tonalcholo (‘el Tonal se acaba, huye’), que es decir que se le huyó la sombra.*

(Diccionario anónimo, 363, col. Aubin-Gopal.)

Según un texto que ya mencioné, este vehículo podía sobrevivir hasta por cuatro años a la muerte del cuerpo, y era el depositario de las experiencias que atravesaba la conciencia en el mundo subterráneo del Miktlan.

Cuarto: Mati, *mente*, también Ishtli, *visión*. Austin lo define como: *Aquella parte del hombre en la que se unen la sensación, la percepción, la comprensión y el sentimiento, para integrar una conciencia plena que se encuentra en comunicación con el mundo exterior.* (Cuerpo humano e ideología.)

En Mati radican el pensamiento, la razón, el impulso de comunicación y el habla. Se alimenta de ideas. Una de sus características es que, en la mayoría de la gente, su centro de operaciones, ubicado en la frente, está muy deteriorado. Ello hace que resultemos fácilmente sugestionables y enfrentemos la vida, no a través de la experiencia personal, sino de las creencias. De ahí la definición que hace el cronista Tezozomoc de los chamanes especializados en el manejo de la mente:

*Teixticuepani (‘el que guía la mente de la gente’) es (aquel) que, mirando a alguno, le hace entender visiones de espanto.*

(Crónica mexicana 9.)

Por último, estaba Teyolli o Yolia, un término que generalmente se traduce como *vida*. Pero esta traducción no es exacta, porque en español, la palabra “vida” tanto significa el principio vital como su fenómeno, e incluso la forma de vida que llevamos (concepto que en nawatl se dice Nemi). Así que definiremos al Teyolli como aquella

parte de nuestra vida que no depende de procesos orgánicos, pues se alimenta de conciencia pura. Los españoles identificaron al Teyolli con el alma de los cristianos, porque es la sede de los sentimientos e impulsos altruistas, y porque, según decían, puede sobrevivir indefinidamente a la muerte.

*Muriendo (la persona), sale por la boca una como entidad que se dice Yolio, y va allá (al cielo), y está como persona sin morir, y el cuerpo se queda acá. No es el corazón lo que va, sino aquello que nos hace estar vivos. (Fernández de Oviedo XI.)*

En la generalidad de las personas, Teyolli es el vehículo más refinado de la conciencia, y por esa misma causa, el menos desarrollado. Su apariencia visual es como una enorme bola de luz que tiene su centro en la zona del corazón.



*La diosa de las energías dentro del globo luminoso. Códice Nuttall.*

## LA DESINTEGRACIÓN DE LOS VEHÍCULOS

Ahora bien, estos vehículos ¿nacen con la persona o se van formando con el tiempo? Ambas cosas. Podríamos compararlos con los cinco sentidos, que están presentes, en estado latente, desde el momento mismo de la concepción, pero que hay que desarrollar

mediante un largo proceso biológico y social para que lleguen a funcionar correctamente.

Nuestros sentidos son muy maleables. Podemos entrenarlos, tal como hacen los pintores o los catadores de vinos, hasta que alcancen grados increíblemente refinados de sensibilidad. Pero si los abandonamos, terminan atrofiándose y mueren. Lo mismo pasa con los vehículos de la conciencia. Los dioses nos dotaron con un patrimonio básico, de nosotros depende lo que hagamos con ello.

Los mesoamericanos decían que el cuerpo físico es un don de Tlateku'tli, el *señor de la tierra*; la sombra o aliento procede de Metstli, la *luna*; el Tonal o ego, de Tonatiuh, el *sol*; la mente, de Teskatlipoka, quien era representado por el planeta Júpiter. Por su parte, Venus-Ketsalkoatl era el encargado de comunicar al hombre el don impercedero de la conciencia. A su vez, cuando la persona moría, estos vehículos regresaban a sus divinos dueños y únicamente quedaba como prenda de lo que fue nuestra vida, la experiencia personal (de ahí que fuera tan importante acrecentar la experiencia).

De manera que, como en tantos otros aspectos de la existencia, la percepción tolteca de la muerte también era diferente de la que tenemos los occidentales. Para nosotros, morir es algo que ocurre de una vez y en forma absoluta; ellos lo entendían como un proceso gradual, que podía ir, desde la muerte inocua que experimentamos cada noche al dormirnos, hasta la destrucción del vehículo físico, pasando por varias muertes parciales, como las que sufren quienes han dejado marchitar sus vehículos mental o emocional. Tal percepción fue descrita así por el padre Molina:

*He llegado al final, fui alcanzado (por mi destino), por mi marchitadero. He aquí, me rompo, me fragmento.*

(Diccionario de la lengua.)

Lo mismo quedó representado en la siguiente lámina del Códice Laúd. En su centro vemos un cadáver teñido de rojo, de cuyo ano brota, a la derecha, una columna vertebral que se tuerce en espiral, emblema de Teyolli, la fuerza de la vida (el Kundalini de la tradición hindú). De su ombligo sale una serpiente roja, que es el Tonal o alma

solar. Elwayotl, el *aliento*, es la serpiente gris con la cabeza del dios del Viento que sale de la garganta del cadáver, mientras que de su coronilla, adornada con tres ojos, asoma una pequeña serpiente que representa al vehículo mental. El difunto lleva en su mano derecha un rollo (la memoria), donde están registrados los actos de su vida.



*La desintegración del ser humano. Códice Laúd.*

<i>vehículo</i>	<i>alimento</i>	<i>órgano</i>
Tonaka, <i>cuerpo físico</i>	comida	todo el cuerpo
Elwayotl, <i>aliento vital</i>	aire	hígado
Tonalli, <i>irradiación</i>	impresiones	ombbligo
Mati, <i>mente</i>	ideas	cabeza
Teyolli, <i>vida</i>	conciencia pura	corazón

## LOS VÓRTICES ENERGÉTICOS

Cada vehículo tiene unas exigencias energéticas propias y debe ser saneado para que no se atrofie. En la vida cotidiana, todos llevamos a cabo esta tarea en forma casi instintiva. Por ejemplo, cuando el

cuerpo físico se ensucia, nos sentimos impulsados a limpiarlo. Asimismo, todos sabemos que una mente inculta o unas emociones desbocadas son un impedimento para el logro de nuestros objetivos.

Sin embargo, en la disciplina del Kinam la exigencia es más fuerte, porque se trata de poner esos vehículos al servicio, no de los intereses cotidianos, sino de la libertad, entendida como plenitud perceptual. El kiname debe convertirse en un experto en la manipulación de su energía.

Para comprender este asunto, tengamos en cuenta que cada vehículo es un sistema organizado de vibraciones. El cuerpo físico está compuesto de órganos de carbono cuyo correcto funcionamiento depende de la forma como se relacionen entre sí. Cada órgano ejerce una influencia sobre el conjunto y es a su vez afectado. Si el sistema se desorganiza, el cuerpo se deteriora y muere.

Lo mismo pasa con los demás vehículos. Todos ellos son campos de fuerza al servicio de la percepción del mundo. Cada uno es como una antena que selecciona una gama de vibraciones de ese infinito que hay ahí, y la transforma en significados. Es el conjunto de esos significados lo que le da sentido a nuestra existencia. Por lo tanto, es de máxima importancia que cada vehículo funcione a plenitud y en coordinación con los demás.

Una característica de los campos organizados de energía es que producen vórtices -puntos donde las corrientes de fuerza confluyen, formando remolinos que giran contra las manecillas del reloj. Cada uno de nuestros vehículos tiene un vórtice principal y varios secundarios, que funcionan como una especie de transformadores de voltaje donde las vibraciones que vienen de afuera se transforman en impulsos nerviosos. Es en esos puntos donde tiene lugar la percepción.

Podríamos comparar a los vórtices con filtros de color. Algunos reflejan las vibraciones del rojo, otros las del amarillo, otros las del azul, y así sucesivamente. Su funcionamiento armonizado produce una percepción “pura” del mundo, comparable con una luz blanca y sin matices. Pero, en la práctica, solemos tener algunos de estos centros más activos que otros, lo cual hace que nuestra percepción esté matizada.

El desarrollo de los vehículos consiste en activar sus vórtices, una operación que debe emprenderse en forma gradual y deliberada, a través de técnicas como la concentración, la meditación, los ejercicios físicos, el ensueño y el manejo del aliento.

Los cinco vehículos que están activos en el ser humano corresponden a cinco centros vitales. Sin embargo, según las ideas toltecas, existen otros dos centros, enlazados con aspectos de la realidad que, en la presente etapa de nuestra evolución, aún no forman parte inmediata de nuestra experiencia personal, pero que un kiname tiene el deber de desarrollar. El conjunto forma un complejo sistema que los videntes perciben como una hilera de puntos luminosos ubicados simétricamente a ambos lados de la columna vertebral.

Los puntos que sellan las extremidades de ese eje tienen la función de conectarnos con dos sistemas de vibración impersonales: el terrestre y el celeste. El sistema terrestre, que es la Naturaleza, proporciona los materiales de los cuales están contruidos y con los cuales se nutren nuestros vehículos, mientras que el celeste o divino, proporciona el impulso y la voluntad que nos mantiene vivos, integrados y en contacto con el mundo.

Los siete vórtices generan un campo magnético que es, en última instancia, aquello a lo que podemos llamar “yo”. Pero hay otros dos que se encuentran fuera de ese campo, y por lo tanto, más allá de nuestras posibilidades cotidianas de conciencia. Ubicados a la derecha y a la izquierda del eje vertebral, a un brazo de distancia, conectan con esa división abstracta y vertical del Cosmos que los antiguos llamaban Tonal y Nagual.

## LOS KUEKUEYOS

La noción de que el ser humano posee unos órganos convertidores de energía es común a casi todas las culturas de la Tierra. En Occidente los conocemos gracias a los textos hindúes, que les llaman chakras, pero también aparecen dentro de las tradiciones alquimistas de China, Europa medieval y Egipto, en la cábala judeo-

caldea, y por supuesto, en la antigua América. Como afirma un autor: *Es posible encontrar en estatuas y frescos de las culturas maya y teotihuacana representaciones de los chakras, así como del kundalini, la serpiente de energía sagrada que sube por la columna vertebral.* (A. Sartori, Simbólica de la tradición precolombina.)

El nombre propio de esos centros, según los informantes de Sahagún, es Kuekueyo, *cosas que relumbran.*

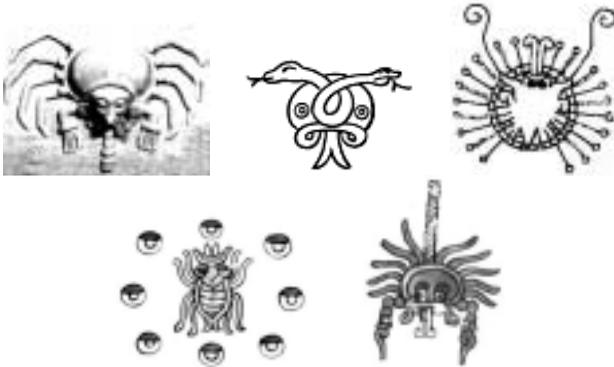
*Nuestros Cuecueyo, con ellos alumbramos a todas partes. En el sitio donde están nuestras luminarias, allí tenemos luz.*

(Códice Matritense.)

El término Kuekueyo proviene de la raíz Kue, que tiene tres significados relativos al aspecto y organización de estos centros: *radiante, en forma de espiral, y ensartado.* Aparecen en términos como Kuekueyoktli, *zarcillo de las orejas*, y Tlakuekueotl, *ordenado como un rosario.*

La teología tolteca afirmaba que esos centros son la proyección de ciertas entidades divinas llamada Tsitsimitl, *flechas esplendentes*, identificadas por los cronistas españoles con los demonios de la mitología cristiana (el motivo de tal asociación es la referencia bíblica a los “siete demonios” que moran en el interior del hombre).

Los libros mayas de Chilam Balam los describen desde un punto de vista operativo, aportando técnicas para su manejo. También

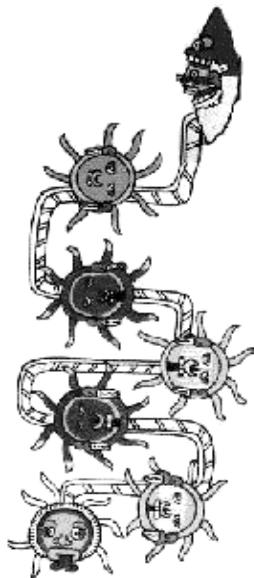


*Los centros energéticos.*

*Vaso maya y Códices Durán, Vindobonensis Magliabecchi y Borgia.*

aparecen representados con lujo de detalle en diversos relieves y códices. Por lo general, tienen la forma de unos discos con ocho patas parecidos a arañas, de cuyas bocas sale una lengua bífida (las energías polares). Se organizan en el espacio formando un Tsonekuilli, *zig-zag*, jeroglífico del rayo y la vida.

En la siguiente lámina del Códice Borgia, los centros están divididos en dos bloques: los dos de la derecha son de color amarillo, que indica lo femenino y la pasividad; los dos de la izquierda son rojos, debido a su función activa y masculina. El disco del extremo inferior tiene una mezcla de ambos colores, ya que aquí se sintetizan las energías, mientras que



*El descenso de las "arañas".  
Códice Borgia.*

el número seis, contando de abajo hacia arriba, es azul -el color de la visión espiritual. El séptimo centro fue representado de un modo atípico, como un cuchillo (jeroglífico del cielo), por razones que analizaremos adelante.

Según vemos en la imagen, cada centro se enlaza con los demás a través de una fibra llamada *Shiu' mekatl*, *cuerda preciosa*. Un texto maya afirma que esta fibra está compuesta por un pilar central en torno al cual se tuercen tres hebras:

*El sexto misterio que se le imparte (al candidato) es pedirle que traiga la espinada rama de la ceiba, en torno a la cual hay un bejuco vivo torcido como una cuerda de tres hebras. Así es el habla de la iniciación.* (Chilam Balam, Lenguaje de Zuyua.)

La referencia a la ceiba es muy importante, ya que, debido a la forma erguida de este árbol, y a que estaba erizado de espinas, era

símbolo de la columna vertebral. Además, la ceiba produce una fibra llamada Pochotl que en México se cardaba para hacer hilo. El mito afirma que el dios Espejo Humeante (patrón de los sentidos) bajó por ese hilo para crear el Universo, y que detrás de él bajaron las siete arañas de fuego que construyeron el esqueleto energético, por decirlo así, de lo que posteriormente llegó a ser el hombre.

Tanto la cuerda como la columna vertebral, la energía que fluye por ella y sus centros de resonancia, se representaban mediante un ciempiés y una serpiente entrelazados en forma del glifo Ollin, *movimiento*. La serpiente representaba el sentido positivo y ascensional, y el ciempiés lo negativo y descendente.



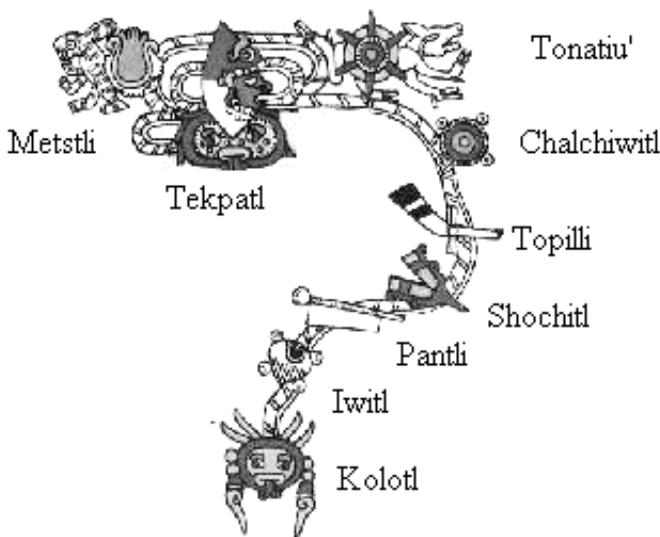
*La cuerda de las energías.  
Códice Borgia.*

## NOMBRES DE LOS CENTROS

Los nombres de los centros quedaron recogidos en la siguiente lámina del Códice Borgia, en el sistema jeroglífico nawatl. Estos son, contando de abajo hacia arriba:

1. Kolotl, *escorpión*.
2. Iwitl, *plumón*.
3. Pamitl, *bandera*.
4. Shochitl, *flor*.
5. Topilli, *bastón de mando*.
6. Shiwitl, *piedra preciosa*.
7. Tekpatl, *pedernal*.
8. Tonatiu', *sol* (a la derecha).
9. Metstli, *luna* (a la izquierda).

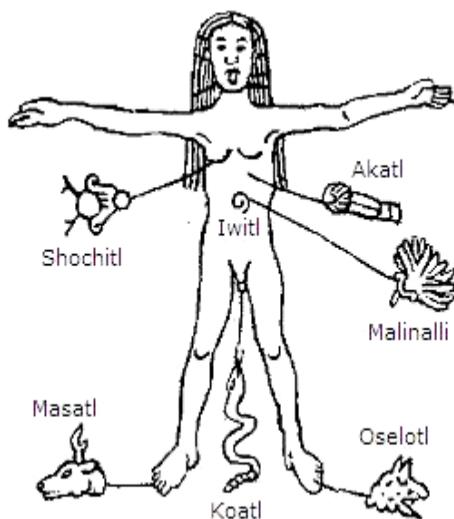
Como podemos observar, los dos últimos centros, representados por los animales simbólicos del Sol y la Luna (el venado y el



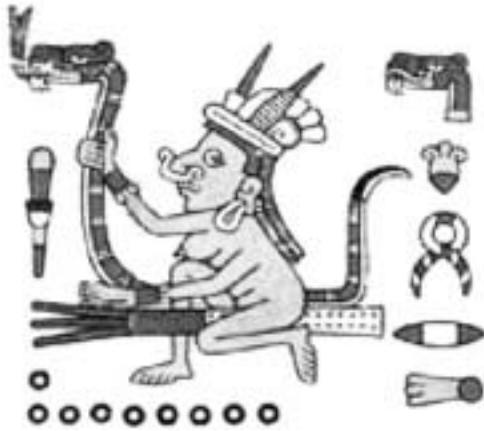
*Jeroglíficos de los centros energéticos. Códice Borgia.*

conejo), son desarrollos del séptimo y están ubicados a sus lados, en un punto donde la “cuerda preciosa” hace dos giros sobre sí misma.

Sin embargo, en un dibujo del Códice Vaticano, ambos centros adicionales fueron colocados junto a los pies del personaje, no porque esta sea su ubicación con respecto a nuestra envoltura física, sino como un recurso para enfatizar su carácter polar. Además, el conejo fue sustituido por otro animal lunar: el ocelote.

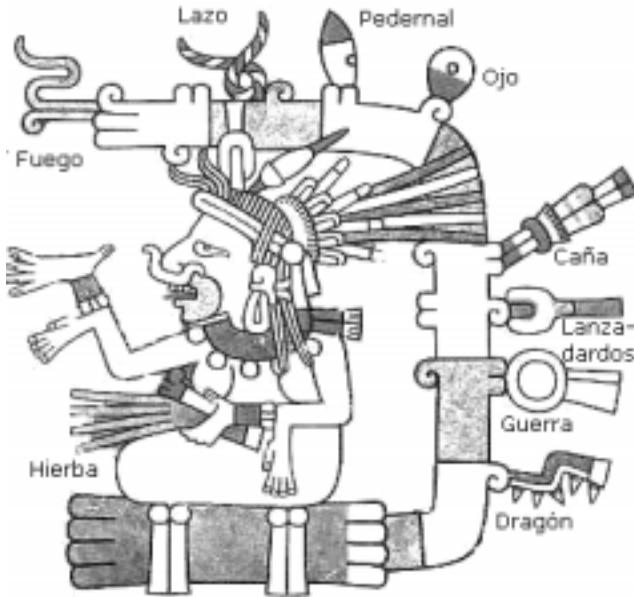


*Ubicación de los centros. Códice Vaticano.*



*La energía serpentina y sus centros. Códice Fejervary.*

A través de un conjunto de láminas conservadas en los códices Laúd y Fejervary, podemos conocer los nombres y funciones que asignaban los mixtecos a los centros. Una de ellas es muy descriptiva.



*Los centros energéticos. Códice Laúd.*

Vemos a una sacerdotisa cuyas manos dobles indican que está cambiando de piel (imagen de renovación interna). Su tocado en forma de huso y nariguera de media luna la identifican como Ishkuina, la Madre Cósmica tejedora del hilo de la vida. Esta diosa era la patrona de los centros vitales, tal como indica su nombre, formado por las raíces Ishkui, *marca en forma de ojo*, y Na, *madre*.

Esta señora está meditando sobre un atado de hierbas sagradas, del cual brota una corriente de fuego bicolor dividida por siete jeroglíficos. Al comparar estos glifos con los de la lámina del Códice Borgia que acabamos de estudiar, observamos que Escorpión fue sustituido por su equivalente Sipaktli, *dragón* (representado en la parte inferior derecha del dibujo mediante una mandíbula erizada de dientes). Esto se debe a que ambos animales encarnan el mismo concepto de ferocidad. Por idéntica razón, en los códices Vaticano y Fejervary este centro es llamado Koatl, *serpiente*.

El glifo Plumón fue cambiado por Malinalli, *hierba torcida*. Debido a que la lámina está dedicada precisamente a estudiar este centro, se le dibujó fuera de la serie principal, en la mano izquierda de la diosa, que descansa con toda intención sobre su regazo. En el Códice Vaticano ambos glifos, Plumón y Hierba, están unidos con una línea a la altura del ombligo.

El glifo del tercer centro, Bandera, fue complementado con otro muy relacionado: Chimalli, *escudo*. En su conjunto, ambos constituyen el jeroglífico Yaoyotl, *guerra*, representativo de los guerreros y el ego.

El cuarto glifo, Flor, se estiliza para formar una especie de Atlatl o *lanzardos* (en el Fejervary se representa como un corazón, debido a su ubicación fisiológica).

El quinto, Bastón de mando, fue sustituido por otro atributo de Ketsalkoatl: Akatl, la *caña*. La misma sustitución aparece en el Códice Vaticano, mientras que en el Fejervary es una flecha.

Por último, el glifo Piedra preciosa, correspondiente al sexto

centro, fue pintado como un ojo y tiene dos lecturas jeroglíficas: *Ishtli*, *visión*, y *Sitlalli*, *estrella*.

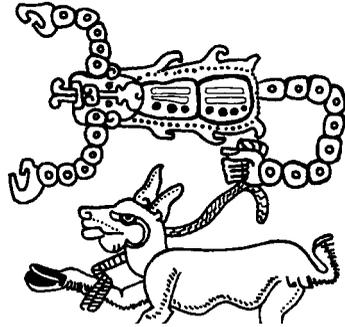
En cuanto al glifo de Pedernal, mantienen la misma forma en todos los códices, y tanto su forma como su ubicación sugieren que está relacionado con el huso que adorna la coronilla de la diosa.

Notemos, además, que el pintor ha indicado el carácter binario de cada uno de estos centros, al colocarlos sobre unas vírgulas sencillas y dobles ubicadas en los bordes de la corriente bajo la cual está sentada la diosa. El valor jeroglífico de esas vírgulas es *Tleyotl*, *fuerza vital*. En cuanto a la cuerda que une todo el sistema, fue representada como un glifo en forma de lazo, casi al final de la corriente que asciende.

## FUNCIONES Y UBICACIÓN DE LOS CENTROS

La función de los centros consiste en percibir el mundo de una manera especializada; por su naturaleza, recibía en *nawatl* un nombre de raíz *Aki*, *encajar* o *ensartar*. Sus características específicas se pueden determinar a partir de los significados que les atribuía la mitología.

Por ejemplo, en el siguiente dibujo vemos a un escorpión que ata a un venado. El venado representa la lujuria y demás pasiones animales; por lo tanto, podemos inferir que este primer centro está relacionado con los instintos. Ello explica por qué se podía representar también como un dragón (emblema de las fuerzas telúricas) o como una serpiente venenosa (el pecado). Como corresponde a tales significados y a su posición al comienzo de la serie, este centro se ubica en el área del ano y los genitales.



*Escorpión. Códice Madrid.*

*Serpiente (rige) en el miembro viril del hombre, como cosa de la cual ha venido el origen de su mal. (Códice Vaticano LXXIII.)*

El jeroglífico del segundo centro, Plumón, aparece asociado en las imágenes con el vientre de la mujer embarazada y la madre; era emblema de la sexualidad humana y la familia. Uno de sus aspectos se denota en su nombre alternativo, Hierba Torcida, ya que este era el signo calendárico de las plantas alucinantes, y por extensión, de los estados alterados de conciencia. Su ubicación la obtenemos de la siguiente cita:

*Malinalli (rige) sobre los intestinos.* (Códice Vaticano LXXIII.)

Es decir, sobre el espacio que media entre la zona genital y el ombligo. En la mujer, este centro está relacionado con el útero y está más activo que en el hombre. En la ciudad de Monte Albán fueron talladas decenas de figuras llamadas “danzantes”, en las cuales Iwitl, diseñado a manera de un sol con largas fibras, se acentuó en forma extraordinaria, por razones que aún son oscuras para la ciencia oficial. En mi opinión, dichas imágenes representan diversas fases del desarrollo del doble de ensueños (un ejercicio que veremos adelante).



*Danzante. Monte Alban.*

El nombre del tercer centro, Escudo o Bandera, se explica por sí mismo, pues ambos son implementos de la guerra, y la guerra está asociada con el ego y la voluntad de conquista. Por otra parte, el nombre nawatl de la bandera también significa *punte*, lo cual sugiere que este punto es una zona de tránsito entre dos realidades: la animal y la humana.

Una curiosa costumbre mexicana nos revela su ubicación: la señal de la victoria en los torneos militares consistía en pellizcar el ombligo al oponente vencido. Dicha costumbre dio origen al extraño verbo Shiktia, *ombliquear*, que significa *menospreciar a otro*. La importancia del ombligo dentro del sistema energético humano quedó

sugerida en la siguiente cita, donde se especifica que la cicatriz externa es sólo una imagen de un órgano espiral ubicado debajo de ella:

*El ombligo es cóncavo como un metate. Por debajo del pozo del ombligo se encuentra el disco umbilical, que es como una espiral, un círculo.* (Códice Matritense.)

El cuarto centro, Flor, representa la sensibilidad y las emociones de tipo humano, principalmente el amor. La fecha Uno Flor era la casa de los artistas. Flor era también un nombre esotérico de Ketsalkoatl como Sol espiritual. En las matemáticas, contenía los conceptos de “cero” y “conclusión de ciclo” (también simbolizados mediante un caracol), es decir, el Alfa y Omega de los cristianos. Por su ubicación dentro de la rueda del calendario, implicaba un tránsito absoluto, entre la realidad humana y la divina. El Códice Vaticano no deja dudas sobre su ubicación:

*Rosa (regía) en las tetillas.* (Vaticano LXXIII.)

La ubicación y significado del quinto centro, simbolizado por un cetro o bastón de mando, se colige de diversos indicios. En primer lugar, el cetro era uno de los principales emblemas de los sumos sacerdotes de Ketsalkoatl; representaba la autoridad espiritual y la voluntad de trascendencia. Esta conclusión está ratificada por el nombre de la deidad correspondiente a este centro, Seyakatl, formado de Seya, *voluntad*, y Akatl, *caña*.

Tanto el bastón como otros objetos confeccionados con cañas, como la cerbatana, la flecha y la flauta, eran instrumentos de E'ekatl, el *viento*, ya que el hueco de su interior evocaba la circulación del aire o el espíritu. Tal característica, y el hecho de que los cetros de Ketsalkoatl se portaran por regla a la altura de la garganta –tal como vemos en la imagen adjunta–, sugieren que Topilli está a la altura del cuello.

*El viento estaba sobre la garganta.* (Vaticano LXXIII.)

La misma imagen indica dónde hay que buscar al sexto centro, Piedra preciosa. El valor de preciosidad inherente a los jades y turquesas también se representaba con símbolos tales como la flor

y el hueso que florece (es decir, la vida que nace de la muerte), pintados, como vemos, sobre la frente de Ketsalkoatl. El nombre paralelo de este centro en el Códice Laúd, Ojo, confirma su relación con el entrecejo. Piedra preciosa es la sede del conocimiento y la videncia; como propiedad secundaria, rige sobre las facultades del intelecto y el habla.

La localización del último centro, Cuchillo de pedernal, no ofrece dificultad ninguna. Según un mito mesoamericano, la tierra tiene la forma de una gran montaña en cuyo centro está el palacio de los dioses creadores. En el techo de ese palacio hay un hacha o cuchillo que sirve de soporte al cielo. Esto es una metáfora; el cielo representa la conciencia, la tierra, al cuerpo físico, y el palacio, a la cabeza; entre ambos está la percepción, cuya sutileza es comparada con el filo o la punta del cuchillo.



*Los centros energéticos. Códice Magliabecchi.*

Por lo tanto, inferimos que el séptimo centro está en la extremidad de la cabeza. Siguiendo la metáfora del cuchillo, Carlos Castaneda le llama “el punto de encaje”, debido a que su función es “encajar” o sintonizar las vibraciones que nos llegan. Es frecuente encontrar en el



*Cuchillo en forma de cabeza.  
Códice Borbónico.*



*Cabeza con corte de cuchillo.  
Figurilla olmeca.*

arte cuchillos pintados a modo de cabezas, o bien cabezas en cuya mollera aparece la huella del cuchillo; ambas imágenes aluden a la focalización de la conciencia.

A partir de esta interpretación, resulta evidente que los seis centros inferiores son estaciones de retrasmisión de las percepciones captadas por el séptimo. Este es el que integra nuestro sentido de ser, y no resulta raro que la evolución biológica haya ubicado en torno suyo el mayor número de órganos sensoriales. Por su apariencia visual, el mito cristiano lo describe como una llama de fuego que brotó de la mollera de los primeros discípulos de Jesús cuando el “espíritu santo” descendió sobre ellos. La tradición hindú lo compara con una flor de mil pétalos.

Los mesoamericanos también lo describieron como una flor, tal como vemos en la imagen siguiente. Pero, sobre todo, compararon a Tekpatl con un adorno que tenía un enorme valor simbólico entre ellos: el penacho de plumas preciosas. Las plumas simbolizaban el mar de vibraciones que nos rodean, y la corona donde eran engarzadas, a los órganos de la percepción. El penacho era metáfora de la “sombra” o doble energético de los reyes y sumos sacerdotes, y estaba prohibido que lo emplearan personas que no habían alcanzado grandes méritos militares o sagrados.



*Los centros del entrecejo y la coronilla representados como flores.*

*Vaso maya. Foto: Justin Kerr.*

*Había premática (condición) que la pluma no (la) usase sino a quien los reyes diesen licencia, por ser la sombra de los señores y por llamarla ellos de ese nombre.*

(Durán, Historia de las Indias.)

La leyenda mexicana describe así la activación de este centro:

*Ketsalkoatl, en la lengua mexicana, quiere decir cierta culebra que tiene una pluma en la cabeza. Afirman los indios que estas culebras, en ciertos tiempos, se convierten en aves de plumas verdes. (B. De las Casas, Los indios de México.)*

Las culebras son los iniciados en el conocimiento esotérico, y su transformación en quetzales indica que alcanzaron el grado de Ketsalkoatl.

<i>centro</i>	<i>ubicación</i>	<i>impulso</i>
Kolotl, <i>escorpión</i>	genitales	supervivencia
Iwitl, <i>plumón</i>	bajo vientre	sexo y familia
Pamitl, <i>bandera</i>	ombbligo	ego
Shochitl, <i>flor</i>	corazón	emociones superiores
Topilli, <i>bastón</i>	garganta	voluntad
Chalchiwitl, <i>gema</i>	entrecejo	intelecto
Tekpatl, <i>pedernal</i>	coronilla	trascendencia

## EL DESARROLLO NATURAL DE LOS CENTROS

La existencia de unos puntos anatómicos donde se concentra la atención es algo que constatamos a cada momento de la vida. Si saltamos desde cierta altura, contraemos instintivamente los esfínteres anales, relacionados con el instinto de conservación. Si otra persona desafía nuestro ego, es la zona del ombligo la que se pone tensa. Una emoción estética o devocional eleva nuestras manos al corazón, mientras que el estado de conciencia que cultivan los artistas y sacerdotes, lo sentimos como tener “un nudo en la garganta”.

Ordinariamente, nuestros centros de percepción no están equilibrados, algunos están más activos que otros. Por esa razón, es más común sentir apegos sexuales, familiares o del ego, que emociones estéticas, religiosas o intelectuales.

Cada especie de la Tierra tiene su propio panorama energético, un balance natural entre centros activos y atrofiados -de hecho, desde el punto de vista de la energía, lo que llamamos “evolución biológica” no es más que la progresiva activación de los centros.

Un gusano, por ejemplo, ve el mundo a través de Kolotl, el impulso de supervivencia y reproducción, pero desconoce la posibilidad de un manejo más fino de la energía, como el que se requiere para generar familias. En cambio, los mamíferos superiores tienen muy activo el impulso social, pero pocos consiguen entrever las enormes posibilidades que nos brinda el poseer ego.

También se dan en la Naturaleza fenómenos atípicos; así, los árboles tienen todos los centros reunidos en un sólo punto, ubicado entre sus raíces; las hormigas obreras tienen un desarrollo exagerado del segundo centro, pero una atrofia total del resto del sistema; mientras que hay personas que, por hipertrofia del ego, llegan a negar los impulsos de solidaridad social o filial, convirtiéndose en inadaptados. También es llamativo el fenómeno de deterioro del sexto centro que sufrimos desde el nacimiento, debido a manipulaciones inducidas por la sociedad.

En los humanos, los centros más activos son Kolotl e Iwitl. Por

ello, nuestra sociedad apela generalmente a los símbolos sexuales, familiares o patrióticos para enardecer a la gente. En la Edad Media, el centro más activo era el ego; la propaganda recurría a la imagen del caballero andante o el samurai. Hubo civilizaciones, como la hindú y la teotihuacana clásica, cuyo ideal era tener un “gran corazón”, generando una estela de santidad que se percibe hasta hoy en sus motivos artísticos. El cambio del foco de la atención colectiva de un centro a otro, parece seguir una secuencia cíclica a través de la historia, y es lo que Castaneda llama “la modalidad de la época”.

Según las creencias prehispánicas, el Cosmos está lleno de conciencia. Existen ciertos seres “divinos” cuyo interés está centrado en estados energéticos tan elevados que no podemos siquiera concebir sus exquisitas formas de percibir. Como ya mencioné, la escala vibratoria tolteca reconoce trece dimensiones o mundos de conciencia, en el más elevado de los cuales mora Ometeotl.

Los toltecas se dieron cuenta de que, así como un estado de conciencia dirige automáticamente nuestra atención a determinado centro, lo contrario también funciona: al conducir la atención a fuerza de voluntad, estamos evocando el estado. Sobre esta observación, se desarrolló la técnica de la activación de los centros.

Observaron también que la Naturaleza tiene cierto orden evolutivo, que procede por la acumulación de experiencias a nivel de la especie. Dicha evolución quedó retratada en el desarrollo de los niños. Lo primero que activa un niño son sus impulsos instintivos; luego, el apego por la familia; a los tres o cuatro años comienza a manifestar ego, y al llegar a la adolescencia, descubre el cuarto centro vital y se torna un paquete de sentimientos.

A partir de ahí, la evolución natural ya no sigue un sentido ascendente, sino horizontal; el instinto de conservación se transforma en capacidad reproductiva y el apego por la familia en sentimientos patrios. Los impulsos del ego, en la mayoría de los casos, involucionan o derivan hacia el liderazgo comercial o político. En cuanto a los sentimientos, lo habitual es que terminemos poniéndolos al servicio de alguna forma de culto.

Pocos hombres y mujeres obtienen la gracia de percibir el mundo a través del centro vital de la garganta; estos se convierten en artistas o sacerdotes. En este punto se agotan las posibilidades naturales de nuestra energía.

## EL DESARROLLO ESPIRAL DE LOS CENTROS

Sin embargo, los chamanes del México antiguo descubrieron que, así como tenemos un orden energético natural, que asciende desde la base de la columna vertebral hasta el ápice de la cabeza, también podemos desarrollar nuestros centros siguiendo otro orden, y esto lo cambia todo. Ese otro orden es radial. Viola las prioridades naturales de los centros. Por ejemplo, en el momento en que la Naturaleza nos ordena: “activa tu sexualidad y produce hijos”, el chamán nos advierte: “ten en cuenta que, con esa misma energía, puedes desarrollar tu doble de ensueños”.

Los sabios toltecas comprendieron que el orden natural funciona para la masa, pero que el individuo puede violarlo, asumiendo la activación de su energía en forma deliberada y técnica. También notaron que ese esfuerzo tiene mayor probabilidad de éxito cuando se realiza durante el paso de la adolescencia a la adultez, porque entonces nuestro potencial energético alcanza su grado máximo de desarrollo, pero aún no hemos tenido tiempo para esclavizarnos con los intereses sociales. La técnica de activación espiral de los Kuekueyos quedó descrita en los libros de la India, en la Cábala judía y en un documento mexica llamado Códice Telleriano. Este último no se refiere al nombre propio de los centros, sino a sus patrones divinos, ya que, hablando con propiedad, el desarrollo espiral consiste en anular nuestra herencia animal para regresar a la matriz divina de donde partimos.

He aquí el texto: *Dicen que antes de que (las ‘arañas’) cayeran del cielo (para crear al hombre), eran estrellas. Sus nombres como dioses eran:*

1. *Yacatecuhtli (el guía),*
2. *Tlahuizcalpantecuhtli (señor de la luz),*

3. *Ceyacatl (el voluntarioso),*
4. *Quetzalcohuatl (serpiente emplumada),*
5. *Achitometl (el primero),*
6. *Xacupancac (el último),*
7. *Mixcohuatl (serpiente de nubes),*
8. *Tezcatlipoca (humo del espejo),*
9. *Zontemoctli (cortador de cabezas).*

*Ahora se llaman Tzitzimitli (radiantes).* (Códice Telleriano.)

Una característica extraordinaria de estos nombres, es que no están ordenados en secuencia lineal; como vemos, los llamados “primero” y “último” ocupan las posiciones quinta y sexta de la serie. Esto, que parece una incongruencia, se explica si recordamos que los nawas escribían mediante dibujos y jeroglíficos. Si disponemos la información anterior en forma pictórica, queda claro que estos “dioses” formaban parte de una estructura espiral dividida en segmentos. Y los dos que encabezan y cierran la serie, contando de arriba abajo (y dejando fuera la trinidad superior), ocupan precisamente las posiciones quinta y sexta del desarrollo de la espiral. Esta explicación la vemos mejor en el siguiente diagrama:



*Orden espiral de los centros.*

Lo acertado de tal disposición se comprueba al comparar los nombres de los dioses con los de los centros, porque, en este caso y sólo en este, tienen una relación obvia. Por ejemplo, Pedernal corresponde a Mishkoatl, una deidad cuyo nombre calendárico era Uno Pedernal; Bastón de mando tiene como patrón al dios llamado Voluntarioso; Plumón está relacionado con la Serpiente Emplumada; Flor con el dios guía, llamado Makuilxochitl, *cinco flor*, y Bandera con Tlawiskalpan, deidad del amanecer.

La técnica sugerida en la disposición anterior consiste en concentrar la atención sucesivamente en las áreas del corazón, el ombligo, la garganta, el vientre, el entrecejo, la zona genital y la coronilla. De este modo, cada punto que activamos ayuda al desarrollo del siguiente, y la energía fluye siguiendo una espiral que genera su propio impulso.

Vitalizar los centros consiste en prestarles atención. Esto podemos hacerlo de dos maneras:

- Indirecta: observando sus manifestaciones en la vida cotidiana y tratando de controlar o estimular los sentimientos asociados con cada uno de ellos.
- Directa: concentrándonos en ellos a través de técnicas de atención acrecentada, como la meditación. De ese modo, les enviamos un chorro de vitalidad y al mismo tiempo una orden.

Debo aclarar que el trabajo de activar los centros vitales de nuestra anatomía energética no tiene nada que ver con rituales, conjuros o manipulaciones externas de ningún tipo; de más está decir que nadie, excepto uno mismo, puede emprenderlo.



## CAPÍTULO 6

## LA CIENCIA DEL ALIENTO

**LAS** culturas de la India y Mesoamérica descubrieron un principio cardinal de la energía: cualquier cambio en el ritmo de la respiración, modifica automáticamente el estado de la conciencia.

Todos hemos notado que, cuando algo nos asusta, nuestra respiración se corta. Si tenemos que resolver un problema intelectual, las bocanadas de aire se hacen profundas y espaciadas. Al correr, nuestra temperatura interna aumenta, e instintivamente acanalamos la lengua y respiramos rápidamente por la boca. Y si tenemos que concentrar nuestros sentidos en un acto de observación que no requiere análisis mental, entonces la respiración se hace muy leve, a fin de que el ciclo de sístole y diástole afecte lo menos posible al acto perceptual.

Los antiguos se preguntaron: si tales efectos ocurren en forma natural, ¿por qué entonces no provocarlos voluntariamente, para modificar nuestros estados de conciencia? Así surgió en México la ciencia de I'imati, *control de la respiración*, y el aliento fue elevado a la categoría de un dios.

Una vez que los sabios practicaron y pulieron las diversas técnicas de I'imati, descubrieron algo muy valioso: el aliento controlado

no sólo es capaz de afectar nuestros estados físicos, emocionales y mentales, sino que también es la mejor herramienta para activar los centros vitales y equilibrar la circulación de la energía.

Aprender a respirar es un aspecto ineludible del trabajo de un kiname, pues, de otro modo, no es posible pasar a una práctica aún más importante: la meditación.

## ALIENTO Y FUERZA VITAL

E'ekatl, *viento* o *aliento*, era uno de los nombres más reverenciados de Ketsalkoatl en el México antiguo. Este hecho revela cuán importante llegó a ser la respiración para los prehispánicos. Ellos creían que el aire no era el objeto final del acto ventilatorio, sino apenas un medio para conectar con cierta misteriosa fuerza de vida que procede de Ometeotl. Por ello, los niños eran recibidos con oraciones como la siguiente:

*He aquí, ha llegado tu criatura a este lugar de sufrir y merecer, sobre la Tierra. Por favor, ¡ven a arrojarle tu aliento humano, oh tú, Deidad de la Dual-trinidad!*

(Códice Florentino VI.)

Asimismo, la persona que era aceptada dentro de la comunidad de los Masewalli, *merecidos*, se consideraba que volvía a ser engendrada por virtud del aliento divino:

*Madre de los dioses, luz de las estrellas: ¡dale la forma de tu aliento al Merecido!* (Códice Florentino VI.)

El texto anterior dice textualmente Kenami Mi'io, *dale tu aliento*, una expresión formada con el verbo Kenamikantia, *trazar el diseño de algo*. Así que el aliento era entendido como un agente capaz de darle forma a la persona. Aprender a manejarlo era parte importante de la educación de los pequeños.

El aliento es la fuente de la vida; al manipularlo, estamos controlando nuestra energía. En nawatl existe el verbo I'iotia, que significa dos cosas de gran importancia para un practicante: *manipular la respiración* y *acrecentar el resplandor*, es decir, la fuerza del

Tonal. Ambos significados describen tanto la técnica como el resultado del ejercicio.

Debido a la asociación que se daba en esta cultura entre los símbolos del aliento y el fuego, su control se consideraba una especie de penitencia, en la cual sacrificamos el impulso natural de ventilar en aras de un objetivo superior.

*El aliento afligido (manipulado) se hace hermoso y se honra; elevado, elegante, se dignifica y se hace calmo.*

(Códice Matritense.)

La misma idea quedó reflejada en la siguiente imagen, donde vemos a un monje sentado dentro de una cuerda de espinas, que sostiene una vasija sobre su hombro. Esta cuerda era el emblema del área donde se practicaba la meditación; la vasija son las fuerzas vitales. De su boca salen dos jeroglíficos: Shiwitl e I'iotl, que en su conjunto componen la expresión *aliento precioso* o controlado.



*Manejo del aliento. Códice Borgia.*

## LOS EFECTOS DE LA RESPIRACIÓN

La palabra I'imati está compuesta de I'io, *respiración*, y Mati, *mente, atención, control*. Significa en sentido recto *prestar atención a la respiración*, pero lo que entendían los nawas cuando la escuchaban, según quedó recogido en el diccionario de Molina, era *componerse o pulirse*.

Esta acepción popular encierra un importante hecho: la ciencia de respirar es la principal herramienta para el cultivo de la fuerza vital, porque es a través de la respiración por donde se introducen en nosotros los estímulos sensoriales que nos apegan a las cosas,

provocando perturbaciones en el funcionamiento de la mente y disipando la energía. Por ello advierte un conjuro mexicana:

*He aquí, vienen mis hermanas (los sentidos), mi condición humana. Una de ellas trae un ramillete de pluma florida, que es su respiración, el sacudidor de algodón (con que me distrae), la cuerda con que me ata. (Alarcón, Tratado de las Idolatrías.)*

De ahí que respirar fuera considerado un poder mágico, capaz de atar o liberar, según cómo se le utilizara. Cada respiración, más que el acto carnal de contraer el diafragma e inflar los pulmones, era una suerte de comunión mística, un intercambio personal con E'ekatl Ketsalkoatl a través de su afilado pico de colibrí.

Según la ideología tolteca, la función del aliento es atraer ciertas partículas vitales que están suspendidas en el aire, las cuales recibían el nombre de Tleyotl, *cosa ardiente*. Estas son distribuidas por la estructura energética de los Kuekueyos a través de una red de canales que estudiaremos a continuación. Finalmente, pasan a engrosar el Tonal, manifestándose externamente como longevidad, salud, ánimo, buen humor, magnetismo personal y capacidad de convicción. Por ello, los líderes mesoamericanos aprendían técnicas especiales para asimilar grandes cantidades de Tleyotl.

*Motecuhzoma se vivificaba y fortalecía su Tonalli, se hacía joven nuevamente y alargaba su vida, pues se llenaba de Tleyotl, se llenaba de gloria, se embravecía... Cuando el Tleyo es capturado, se daña el Tonalli. (Códice Matritense.)*



*E'ekatl transmitiendo su aliento. Vaso maya. Foto: Justin Kerr.*

El resultado de conducir el Tleyotl en forma consciente hacia algún centro vital u órgano del cuerpo físico se llama Yolistli, *energetización*. Por el contrario, dirigirlo hacia apegos externos o permitir que otra persona lo manipule, es interpretado dentro del Kinam como una forma de magia negra.

## LAS CORRIENTES VITALES

En la mitología mesoamericana, el aliento estaba asociado con el dragón, porque este animal fabuloso representaba las fuerzas dormidas en la base de la columna vertebral; además, la tradición lo vinculaba con el elemento fuego, que es emblema de la vida y la conciencia. Esta es la causa por la cual, tanto en Mesoamérica como en otras culturas de la Tierra, una de las características del dragón, eran las llamas del aliento.



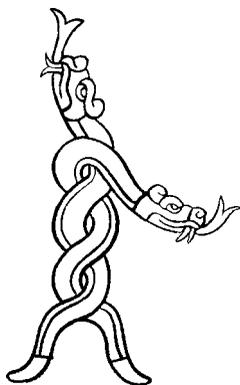
*El aliento del Dragón. Vaso maya. Foto: Justin Kerr.*

Pero el simbolismo contenía un ejercicio, pues una de las primeras metas del practicante de I'imati es conseguir la llamada "respiración del reptil", que consiste en calmar y concentrar el torrente ventilatorio tanto como sea posible, para que el metabolismo baje y el cuerpo físico caiga en un estado semejante al sueño, aunque sin perder el control.

De este modo, se minimizan las interferencias de los procesos orgánicos en la meditación, y la atención fluye como un hilo continuo de aceite.

La teoría subyacente en este tipo de ejercicios sostiene que en nuestro interior fluyen dos corrientes principales de energía, cuya función es mantenernos vivos y en contacto con el mundo. Estas fueron llamadas en la India Nadis, *tubos*, y en México Yowi, *venas de aire*. Los videntes las perciben como unos rayos que ondulan a lo largo de la columna vertebral, cual si fueran serpientes. Por ello, el signo universal con que las representaron, tanto en América como en el Viejo Mundo, es el caduceo de Mercurio: dos serpientes entrelazadas. En Mesoamérica también se aludían mediante la lengua bífida de la serpiente, los dos estambres de la mariposa, y el ciempiés que descende, pues los segmentos y las patas del ciempiés se parecen a la columna vertebral con sus costillas.

Los toltecas comparaban a esas corrientes con dos grandes ríos que se bifurcaban en siete afluentes. El conjunto era llamado Chiknawapan, *nueve ríos*. La tradición afirmaba que dicha red acuática enlazaba a las nueve regiones del inframundo. Por lo tanto, era esencial que el difunto aprendiera a nadar e hiciera alianza con el perro del infierno y otros animales míticos que allí vivían. Como ya sabemos, esto es una metáfora de la inmersión de la conciencia en el vehículo físico.



*Las dos serpientes. Códice Fejervary.*



*Las serpientes del aliento.*



*El aliento y la columna vertebral representados como ciempiés. Códice Borgia.*

El Popol Vuh describe a los ríos como los nueve jugos con los cuales la Madre Tierra creó al ser humano:

*Moliendo las mazorcas amarillas y blancas, hizo nuestra abuela nueve bebidas. De este alimento provino la fuerza y el vigor del hombre. (Popol Vuh III.1.)*

El maíz al que se refiere el texto es Senteotl, la *divina semilla* de Ketsalkoatl. La “abuela” es la Naturaleza, o mejor dicho, las fuerzas de la evolución.

El simbolismo vinculaba a estas corrientes con los nueve orificios del cuerpo humano, aunque, en sentido energético, sus verdaderas referencias son los cinco sentidos fisiológicos (vista, oído, gusto, olfato y tacto), mas los poderes de concentración, conceptuación, memoria y asociación, que en su conjunto forman la percepción.

Debido a que los afluentes de la energía se combinan en formas intrincadas, adoptando para el vidente la apariencia de puntos de un tejido, el entero sistema era denominado Koapetlatl, *estera de serpientes* (tendremos oportunidad de estudiar más detenidamente este símbolo dentro de unas páginas). En la imagen siguiente, las siete corrientes fueron esculpidas a modo de una estera que se deshace, cuyos hilos-serpientes se proyectan del cuello de un



*Estera de Serpientes. Relieve huasteca.*



*Los siete alientos. Vaso maya.*

decapitado hacia los cuatro rumbos. La antropología académica pretende ver aquí un testimonio de la práctica de sacrificios humanos, pero la falacia de esta interpretación se demuestra si observamos el gesto intencional que está haciendo el personaje.

Puesto que cada detalle de nuestra anatomía energética tenía su patrón divino, el sistema de los siete afluentes del aliento era adorado bajo el nombre colectivo de Chikomekoatl, *siete serpientes*, la deidad del maíz y las iniciaciones esotéricas. Y ya que las corrientes son manipulables a través de la respiración, el arte las representaba como los siete colmillos que salen de la boca de Tlalok, el aspecto fecundante de Ketsalkoatl.

## LA FUSIÓN DE LAS ENERGÍAS

Una imagen que se repite con frecuencia en la iconografía prehispánica es la de rostros que tienen obturadas ambas ventanillas nasales con bolas de algodón y la boca abierta. Los estudiosos las interpretan como retratos del “dios” Sol, aunque no explican qué relación tiene este astro con la nariz. Una famosa escultura mexicana, la Piedra de los Soles, representa al Sol atrayendo con sus garras a dos corazones emblemáticos de las energías polares. El centro geométrico de la composición es una nariz; la boca que hay debajo de ella proyecta su aliento en forma de un cuchillo con ojos, el cual, como sabemos, significa la concentración de la atención.

¿Qué sentido tiene todo esto?

Las teorías toltecas afirmaban que el Sol es la fuente última de la vitalidad. La función fisiológica del aliento es reflejo de esa gigantesca respiración astral que se hace visible cada once años, con el ciclo de las manchas solares. Así como el Sol cambia de polaridad cada vez que respira, también nosotros nos ionizamos positiva o negativamente, según sea que aspiremos o expiremos, a un ritmo de 18 veces por minuto.



*Obturación de las fosas nasales.  
Relieve maya.*



*Centro de la Piedra del Sol.  
Relieve mexicana.*

Si observamos detenidamente la manera como respiramos, notaremos que, al sorber el aire, nuestra percepción se hace más nítida, vemos, oímos y pensamos mejor. Eso lo saben por experiencia los animales cazadores, quienes aspiran profundo y retienen en pleno cuando quieren espiar a su víctima.

Por otro lado, cuando expiramos, y sobre todo, cuando retenemos en vacío, es como si nuestros sentidos se alejaran de nosotros. Si persistimos en tal situación, la oxigenación del cerebro se empobrece, la vista se nubla y podemos hasta desconectarnos de la realidad externa.

Este fenómeno explica por qué las imágenes de sacerdotes solares mayas tienen obturadas las fosas nasales: con ello se quiso dar a entender al mismo tiempo un ejercicio de meditación y el estado de conciencia resultante. El ejercicio quedó descrito en el siguiente canto azteca, donde Ketsalkoatl narra su tránsito por los planos celestiales:

*Penetré a los nueve planos que están sobre nosotros. Allá se rompió mi collar, se desató mi mordaza. Allá fue rota mi guirnalda de plumas. ¡Aplastada quedó la serpiente!*

(Sahagún, Himnos Sacros.)

He aquí su interpretación: el collar es la sucesión de las respiraciones, o, más exactamente, de las efusiones de Tleyotl, *energía vital*, tal como lo explica el siguiente texto:

*Porque en su collar (del meditante) estaba su Tonal.*

(Códice Matritense 157.)

La “mordaza” es la atadura fisiológica del aliento. La guirnalda de plumas, como ya sabemos, representa al fenómeno perceptual. El aplastamiento de la serpiente es la fusión de las corrientes vitales y la integración de todos los centros en un núcleo refulgente de energía. Este magno evento de la conciencia es descrito en la tradición hinduista como el ascenso de Kundalini. Carlos Castaneda lo refiere como el movimiento masivo del punto de encaje. Los toltecas le llamaban Tonemmiki, *fuego interior*.

## EL ARTE DE RESPIRAR

En un trabajo próximo abordaré con más detenimiento las técnicas toltecas de respiración y su adaptación a los ejercicios físicos. Sin embargo, me parece oportuno adelantar algunas observaciones generales sobre este asunto, que no pertenecen a ninguna cultura, sino a nuestra constitución biológica.

La respiración controlada tiene tres grados de intensidad:

a) Tenue, cuando no escuchamos el sonido del chorro de aire en una habitación silenciosa. Produce un estado de recogimiento en el cual la conciencia se vuelca al interior, útil para recordar los sueños y otras vivencias subconscientes.

b) Normal, cuando escuchamos como entra y sale el aire, pero manteniendo una frecuencia calmada. Tiene la propiedad de mantener el hilo de la conciencia vigílica, el sentido del yo y la historia personal.

c) Acentuada, cuando se acelera la frecuencia de las respiraciones.

Esto incrementa la cantidad de oxígeno que llega a nuestro cerebro, lo cual agudiza la atención, pero tiende a romper la continuidad de la conciencia vigílica.

Se puede respirar por la nariz o por la boca; cada variante tiene sus propios efectos, que son los siguientes:

- La respiración nasal nutre, calienta y concentra.
- La respiración bucal enfría, relaja y adormece los sentidos.

También podemos combinar ambos órganos, obteniendo lo siguiente:

- Al inhalar por la nariz y exhalar por la boca, vertimos nuestras preocupaciones y tensiones hacia el exterior.
- Al aspirar por la boca y expirar por la nariz, jalamos energía del exterior y la retenemos dentro.

Todos estos pasos tienen su nombre nawatl, que no estudiaremos ahora por no hacer demasiado complejo este ensayo.

## RESPIRACIÓN ALTERNA

Los documentos conservados testimonian sobre la existencia en Mesoamérica de numerosas técnicas para manipular el aliento, algunas parecidas a las asiáticas y otras diferentes. Veamos dos ejemplos:

El primero es Awiki, *respiración alterna*. Los prehispánicos la practicaban de dos maneras. La primera la vemos representada en la siguiente imagen, donde el dios Teskatlipoka manipula su nariz con un bastón en forma de mano (no en balde, este bastón llegó a ser el emblema y jeroglífico de E'ekatl, el *aliento*).

La técnica consiste en presionar alternativamente las fosas nasales derecha e izquierda con los dedos pulgar y medio de la mano derecha, a fin de que el chorro del aliento alterne de un lado al otro. El índice se apoya en el entrecejo. De ese modo, después de un rato de práctica, el aliento se polariza y comienza a inducir un movimiento de rotación a los centros vitales.

La segunda forma es llamada en la actualidad “respiración de barredera”, pero su nombre original era Kuekuepa, *abanicar con la cabeza*. Consiste en mover suavemente la cabeza, abanicando el espacio delante de nosotros con la mirada serena y los ojos entrecerrados. El movimiento debe tener una amplitud de 180 grados

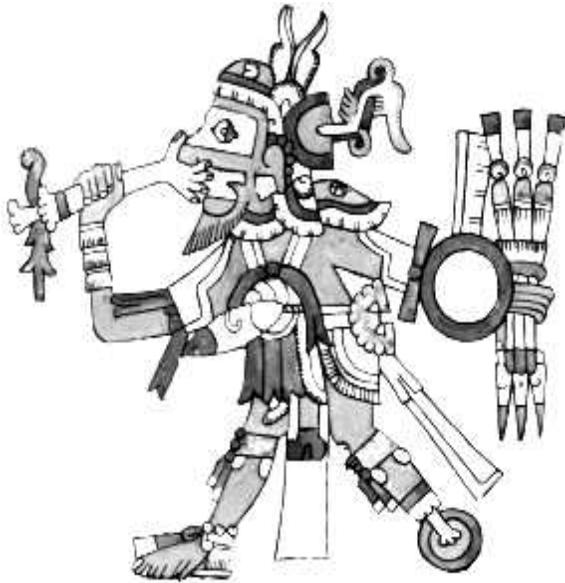
(de hombro a hombro), para afectar la circulación de las corrientes positiva y negativa a ambos lados del cuello.

Aspiramos el aire cuando la cabeza mira directamente hacia la izquierda o la derecha, y retenemos por un momento. A continuación comenzamos el movimiento rotacional, expeliendo, hasta llegar al otro lado. Como recurso de apoyo, podemos visualizar el aire cual si fuese un chorro de luz que acaricia el espacio delante de nosotros.

Puesto que llenar y vaciar los pulmones implica por sí mismo la polarización de la fuerza vital, la respiración alterna produce cuatro condiciones energéticas, que son:

a) Caliente, cuando aspiramos por la fosa nasal derecha y movemos la cabeza a la izquierda o retenemos en pleno.

b) Tibia, cuando aspiramos por la fosa nasal izquierda o movemos la cabeza a la derecha.



*Respiración alterna. Códice Fejervary*

c) Fría, cuando expiramos por la fosa nasal derecha o movemos la cabeza a la izquierda.

d) Muy fría, cuando expiramos por la izquierda y movemos la cabeza a la derecha o retenemos en vacío.

Cada uno de estos estados tiene su utilidad terapéutica.



*Estatua olmeca. Chalcatzingo.*

## CAPÍTULO 7

## HIGIENE Y TERAPIAS TOLTECAS

**LOS** elementos de Kinam que hemos estudiado hasta aquí, forman parte de un sistema de higiene integral. Las doctrinas y principios están diseñados para limpiarnos de la superstición; la devoción, para purificar las emociones; y la respiración, para ventilar los conductos de la energía. Pero el México antiguo también nos regaló una gran cantidad de técnicas destinadas a mantener la pureza del vehículo físico.

A diferencia de lo que ocurría por aquella época en la Europa cristiana, los mexicanos consideraban al baño como una práctica sana y casi obligatoria. Su nombre era Aaltia, *ablución*. Ellos no confeccionaban sus jabones con grasa animal, como nosotros, sino con la pulpa de ciertas semillas que tienen un efecto increíblemente apropiado para limpiar la piel. También usaban aceites perfumados, ceniza y otras sustancias purificadoras.

Había dos tipos de baño. El más simple, con agua fría, se efectuaba una vez al día; los monjes estaban obligados a hacerlo a la medianoche, para empezar el nuevo día en un estado ritual de pureza. Pero también practicaban un baño más profundo, de gran contenido terapéutico y simbólico, llamado Temaskalli, *casa de calor*, que



*El baño de Se Akatl. Códice Matritense.*

permite eliminar impurezas mediante la sudoración; aún se practica en los campos de México.

Con el prejuicio, tan en boga entre los estudiosos, de buscar fuera el origen de las tecnologías nativo-americanas, algunos investigadores sostienen que el baño de vapor fue introducido en México por los noruegos y otros pueblos del norte de Europa, a partir de las migraciones vikingas en los siglos X y XI de la era cristiana. Sin embargo, la presencia de temascales en sitios tan antiguos como la ciudadela de Teotihuacan, la pirámide de Cuicuilco y los primeros asentamientos mayas (todos anteriores a la era cristiana), demuestra que esta técnica es autóctona. De hecho, el antropólogo P. Kirchoff la considera uno de los elementos típicos del área cultural mesoamericana.

El temascal clásico se componía de tres estancias: la primera era el Soakalli, *recibidor*, un vestíbulo donde había una pequeña alberca con agua. Allí se realizaba el baño de los enfermos, y también se aprovechaba como área para tomar un respiro y estirar las piernas.

Separada por una pared estaba la sala de vapor. Le llamaban Shochikalli, *casa de flores*, debido a que el vapor se aromatizaba con flores y hierbas. Tenía una entrada pequeña -lo suficiente como para que pasara una persona agachada- que se cubría con una manta gruesa. Había un agujero regulable en el techo para permitir la salida del exceso de vapor. Los bañistas se disponían en banquetas de piedra cubiertas con hojas de palma o esteras. En el centro de la estancia el suelo estaba acanalado y tenía un desagüe por donde escurría el agua.

En la extremidad opuesta a la portezuela de entrada había una plancha de piedra porosa que comunicaba con la tercera sección del temascal, el Teshkalli, *horno*, donde se ponía a arder la leña que iba a calentar la estancia. El horno estaba provisto de una chimenea y era asistido por un ayudante.

En los temascales más sofisticados, el vapor generado por la piedra ardiente no era directamente arrojado sobre los bañistas, sino que primero pasaba por un recipiente a modo de filtro, donde se colocaban las plantas aromáticas, y luego se distribuía a través de una serie de tubos que daban la vuelta a la estancia, saliendo por agujeros colocados a intervalos cada vez más cortos, a medida que el tubo se alejaba de la fuente de calor. De ese modo, toda la estancia tenía una temperatura homogénea.

Algunos temascales alcanzaban los diez metros de largo y daban cabida simultánea a decenas de personas. Los había de uso ritual y profano. En las grandes ciudades existían instalaciones de servicio permanente para los visitantes, donde cualquiera, por una módica suma, era atendido por una anciana especializada en este menester.

Los primeros temascales tenían una forma rectangular y techo plano. Posteriormente se construyeron otros en forma ovalada y semi-abovedada. En tiempos de la Colonia, por influencia de la forma española de construir, comenzaron a hacerse temascales completamente redondos con techo de bóveda, y su tamaño disminuyó.

En los temascales actuales, el vestíbulo tiene tendencia a desaparecer y el horno se suele improvisar a un lado de la entrada,



*Temascal semi-esférico. Códice Nuttall.*

introduciendo el calor mediante piedras ardientes. Las plantas aromáticas se queman en forma directa, lo que no es conveniente, porque generan humo. Estos temascales más rústicos suelen ser llamados “lakotas”, por su supuesto origen norteamericano.

El baño de temascal era parte habitual de los hábitos higiénicos de la mayoría de la gente, siendo costumbre que la familia lo tomara en conjunto una vez cada cinco días. Las parteras y médicos lo usaban para ayudar a la madre a parir, así como para tratar una diversidad de enfermedades “frías”. Sin embargo, estaba contraindicado para los guerreros y monjes, por considerar que ablandaba el carácter.

El temascal y otras prácticas de higiene eran recomendables, siempre que se hicieran por respeto al cuerpo físico y no por mero gusto de los sentidos. El texto aconseja:

*Entra en el agua, límpiate y báñate, pero sólo cuanto sea necesario. No vayan a apodarte ‘perlita, florcita vana de la orilla del agua’.* (Códice Florentino VI.19.)

## BAÑOS DE ELEMENTOS

Los baños con agua y vapor formaban parte de una teoría sanitaria más amplia, cuyo punto de partida era la creencia de que los

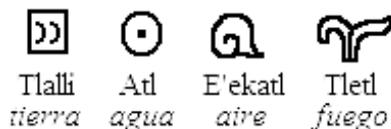
humanos fuimos creados mediante la combinación de cuatro elementos, Tierra, Agua, Aire y Fuego, que no tienen nada que ver con los elementos de la química moderna, sino con los cuatro estados de agregación de la materia: sólido, líquido, gaseoso y luminoso.

*Entonces fue formado el ser humano. Usó Dios la tierra y sacó el cuerpo del hombre. Hábilmente modeló sus manos y sus pies, la boca, los ojos, las orejas y la nariz. Empezó a existir la piel, las uñas; fue añadida su humanidad y ésta llegó a ser carne.*

*Cuatro elementos fueron mezclados para formar su carne: tierra, fuego, agua y aire. La tierra se usó en la sustancia física; el agua para su esencia y su sangre; el fuego para su calor y sus secreciones; el aire para su respiración. Así, de cuatro materiales fue formada la carne humana, y la hizo Dios hermosa. Y después (el hombre) dio gracias a Ts'akol-Bitol: 'Gracias a ti, Madre y Padre, que me formaste'. (Título de Totonicapán.)*

Las propiedades tradicionales de estos elementos son las siguientes: la tierra atrae, concentra, protege e induce al equilibrio estático. El agua fluye, conecta y neutraliza; su equilibrio es dinámico descendente. El aire penetra y volatiliza las cosas, y produce un equilibrio inestable. El fuego vivifica, metaboliza y sublima; su equilibrio es dinámico ascendente.

Dentro de la mentalidad tolteca, la higiene física no está completa si no purificamos por separado cada uno de estos componentes de nuestro ser. Para ello, los antiguos desarrollaron diversos tipos de baños con sustancias que tenían algunas de las características de los cuatro elementos. Los baños terrestres se hacían con tierra limpia, arena, fango, y sobre todo, mediante el enterramiento de la persona, una técnica con extraordinarios efectos terapéuticos y relajantes. Los baños acuosos eran Aaltia y Temaskalli; también se apreciaban las aguas termales. Los baños aéreos consistían en la exposición a los cuatro vientos y su uso era principalmente medicinal. Los baños ígneos podía ser humo, cenizas, luz solar o lunar, y de exposición al calor del fuego.



*Jeroglíficos nawas de los elementos*

## LAS IDEAS TERAPÉUTICAS TOLTECAS

El objeto de la higiene dentro del Kinam es contribuir al equilibrio de los vehículos. Sin embargo, a veces ese equilibrio se rompe, ya sea por carencias alimenticias, desbalance de elementos o por intrusión de agentes externos. En esos casos la higiene no basta, también hay que aprender a curarse.

La medicina mesoamericana, heredera de la tradición chamánica primitiva, partía de la creencia de que nuestro organismo con sus envolturas energéticas es una unidad. Cada vehículo puede desequilibrarse, y cuando uno de ellos anda desajustado, los demás también se afectan. En consecuencia, no existían enfermedades aisladas, sino estados generales con manifestaciones locales más o menos acusadas. Aun los envenenamientos, agresiones y otras calamidades que para nosotros tienen un origen puramente externo, eran considerados como reacciones del medio a una carencia básica de la persona. Por ejemplo, tropezar contra un árbol mientras vamos por el camino no se consideraba un accidente, sino la influencia de ese espíritu maligno que es la falta de atención.

Los principios terapéuticos sostenían que no se puede curar ninguna enfermedad tratándola por sí sola o confundéndola con sus síntomas, y que es posible tratar las enfermedades de un vehículo operando sobre otro. De ahí que los Tisitl, *médicos*, se interesaran más por restablecer el Kinam o *equilibrio* general de la persona, que por arreglar sus problemas particulares.

Las enfermedades se atribuían a tres fuentes:

a) La influencia de la intención (llamada “mal de ojo”), ya fuera de otro ser humano, de la sociedad, de un animal o de un espíritu de la Naturaleza, incluyendo a los astros y a la propia Tierra. Esta influencia, que tienen más poder sobre nuestra vida que cuanto está dispuesta a aceptar la ciencia moderna, opera exclusivamente a través de la sugestión, y por lo tanto, es curable con otra sugestión. Por ello, los médicos prehispánicos eran al mismo tiempo psicólogos y chamanes.

b) La influencia de los elementos, producto de la exposición a los “vientos”, que no son vientos literales, sino unas corrientes de energía de la Naturaleza asociadas con los cuatro rumbos cardinales, debido a las características climáticas del aire que viene de esas direcciones. El tratamiento básico eran los baños de elementos que acabo de describir.

c) La influencia de los estados de polaridad, es decir, el balance relativo del tonal y el nagual dentro del organismo. Por su importancia, dedicaré algunas palabras a este principio, más conocido como “frío y caliente”.

## LA TEORÍA DEL FRÍO Y EL CALIENTE

Su nombre técnico es *Isttik Tonia*, *frío* y *calor*. Algunos autores han pretendido que esta doctrina, tan parecida a la de las tradiciones orientales, fue importada por los primeros colonizadores que vinieron a América. Sin embargo, textos como el siguiente, redactados poco después de la invasión, desmienten esa suposición:

*Cuando el cuerpo está frío por encima, el frío entra en los nervios y la persona muere de (enfermedad) fría. Pues el fuego es atraído a la superficie (de la piel) y los nervios se enfrían. En ese caso no deben comerse tortillas calientes ni chile... Y cuando se concentra el calor en el interior, en dos o tres lugares se ennegrece el cuerpo. Al beber (la medicina apropiada) este mal sube a la superficie (de la piel) y se nota enseguida. (Códice Florentino.)*

Así podría seguir mencionando muchos otros fragmentos que demuestran que la teoría de lo frío y lo caliente es tan americana como asiática, y ya contaba con un desarrollo de miles de años cuando llegaron los invasores europeos.

Afirma esta creencia que el estado óptimo de nuestros vehículos es la neutralidad. El Universo en su totalidad es tibio, ya que sus elementos se equilibran mutuamente. Asimismo, Ometeotl, los dioses y los mensajeros de la Serpiente Emplumada, son neutros.

Las enfermedades eran divididas en dos grupos: frías y calientes. Esto no tenía que ver con la temperatura del paciente, sino con su defecto o exceso de tonal.

Las enfermedades frías eran provocadas casi siempre por elementos externos, como la mala alimentación, la exposición a ambientes fríos, el consumo de plantas psicoactivas, la pérdida del tonal por heridas, caídas, sustos, humillaciones y sugerencias negativas, y por los malos pensamientos y estados de ánimo, en particular los sentimientos de ira, envidia, tristeza y amargura. Se consideraba que entraban por los pies. Sus síntomas eran: dolores e inmovilidad, lividez en el color de la piel, malestar estomacal, pérdida de capacidad motora, disminución de los sentidos físicos, reumas y nerviosismo, y, en casos graves, alucinación y locura.

Las enfermedades calientes, por el contrario, partían del interior, pues se creía que Totonki, *el calor*, se genera en el estómago, se distribuye por el organismo a través de la sangre, y se conserva en los intestinos y en la grasa. En este grupo clasificaban la mayor parte de las que hoy consideramos enfermedades virales, como el sarampión. Sus síntomas eran erupciones, irritaciones, fiebre, inflamaciones y coloración rojiza de la piel.

El tratamiento tenía en cuenta la polaridad de la enfermedad, y se basaba en la creencia de que no sólo las enfermedades, sino todas las cosas de este mundo, tienen alguna predominancia polar. De manera que podemos emplear alimentos y sustancias frías para curar enfermedades calientes, y viceversa. La “temperatura” energética de

las cosas no tenía que ver con su calor superficial; en ocasiones incluso contradecía la impresión de los sentidos. Por ejemplo, un té de *Datura* o un bistec se consideraban muy fríos, aunque estuviesen calientes al tacto, mientras que los helados y el hielo eran muy calientes, aunque parecieran fríos.

Eran fríos y de naturaleza femenina los elementos que proceden de la tierra y la noche, como las nubes, la niebla, la lluvia, los rayos lunares, las cosas de color claro, los baños, cuevas, barrancas, hormigueros y corrientes de agua. También los mendigos, locos, gemelos y albinos, los animales venenosos, los naguales en función y las mujeres recién paridas. El plomo y el estaño eran minerales muy fríos, así como el sudor, el cabello, la cabeza y las extremidades de los seres vivos.

Por su parte, eran calientes y masculinos los elementos que proceden del cielo y del día, como los rayos del Sol, los relámpagos, las cosas de color oscuro, los niños al nacer, los negros, los sacerdotes y ascetas, el hierro y el acero, los metales nobles, la obsidiana, el vidrio y la piedra volcánica, las vísceras, la sangre, la grasa y las arterias. También los estados emocionales de amor, optimismo, entusiasmo y fe.



*Tratamiento de un enfermo. Códice Florentino.*

La terapia de las polaridades tenía tres fases. Primero, el médico diagnosticaba el mal del paciente en términos de frío y caliente. A continuación, establecía el grado de desequilibrio. Por último, le recomendaba los alimentos, elementos o exposiciones de calidad contraria a su mal, en la dosis requerida.

La diagnosis se establecía mediante diversas pruebas, tales como el interrogatorio del enfermo, el análisis del pulso y el iris, la auscultación de los sonidos orgánicos y la verificación de los reflejos. Una técnica muy interesante era la prueba de la acidez de la sangre, para lo cual se extraía una gota del dedo del paciente y se echaba sobre una hoja de maíz, haciéndola reaccionar a continuación con catalizadores.

## ALIMENTOS

Un capítulo particular de la purificación Kinam es lo que concierne a los alimentos, dietas y ayunos. No existía en el México antiguo una reglamentación específica al respecto, pero se suponía que la dieta equilibrada debía tener un balance de alimentos fríos y calientes.

Alimentos calientes eran los helados, el chile, las especias, el chocolate, las frutas dulces, los cereales y, en general, todas las partes de las plantas que están expuestas al Sol. A esta lista hay que añadir, como aporte hispánico, la leche y el café. Los alimentos fríos eran las frutas agrias como la piña, los tubérculos (por crecer bajo tierra), los frutos aguados como la jícama y las carnes, incluso el pescado.

Los votos de los sacerdotes les obligaban a abstenerse de carnes y especias irritantes (es decir, de los extremos de frío y calor) durante todo el tiempo que duraba su servicio. De ahí podemos inferir cuál es la alimentación ideal de un kiname, sobre todo en los períodos en que se somete a prácticas intensas.

El ayuno era una costumbre habitual entre todas las clases sociales. La etiqueta ceremonial lo imponía al menos una vez cada veinte días, en víspera de las festividades por el comienzo de un nuevo

“mes”, y cinco días seguidos a fin de cada año. Lo habitual era que en esos períodos, el pueblo se abstuviera de comer cosas cocidas o muy sustanciosas, a fin de dar un descanso al sistema digestivo. Los monjes, nobles y guerreros practicaban un ayuno completo.

Asociado al ayuno estaba la técnica de Ishkuepa, *vómito*, llevada a cabo como parte de los tratamientos médicos o ceremoniales, para provocar estados rápidos de pureza física. Para este efecto, los médicos y chamanes empleaban una paleta que introducían la garganta, así como una mezcla apropiada de pócimas vomitivas.

Otra técnica relacionada con la anterior era Kuitlapaka, el *lavado intestinal*. De estos había tres tipos:

a) Los comunes, realizados con infusiones de plantas aromáticas y refrescantes. Se usaba como implemento una especie de calabaza de cuello largo y angosto.

b) Los terapéuticos, estos se hacían con hojas medicinales en el ámbito del temascal. Los cronistas reportaron que se trataba de un aspecto habitual de la medicina prehispánica.

c) Los lúdicos, que tenían por objeto el provocar estados placenteros o afectar la conciencia con motivo de algunos rituales. Se realizaban con decocciones de plantas alucinantes.

## SUSTANCIAS EMBRIAGANTES

El vino era considerado muy frío, porque deja a la persona prácticamente sin Tonal. Consumirlo en privado no estaba prohibido, pero se castigaba severamente la exhibición pública de la embriaguez, excepto en algunas festividades. Lo mismo cabe decir del tabaco, cuyo uso se toleraba sólo entre los ancianos, los chamanes y los guerreros destacados en la batalla.

En un rango especial estaban las plantas alucinógenas, sobre todo los hongos, el peyote y el ololliu'ki, porque tiene unos efectos extremadamente poderosos sobre la conciencia. Si bien eran empleadas por norma en las iniciaciones de los guerreros, su uso por diversión se

estigmatizaba con vívidas descripciones, tal como vemos en el siguiente texto:

*Hay quien vive en embriaguez y en sus manos se babea. Da alaridos, pues la hierba y el vino lo han atado. Ya no se sostiene, va cayendo. Ya no vive su propia vida, no corre su carrera. Ha perdido su rostro, no tiene un camino propio, no presta atención a la palabra buena, la que eleva. Como conejo se inquieta, como venado huye. En ceguedad vive y no quiere crecer.*



*Viejo fumando. Códice Madrid.*

*Ese violó la voluntad divina. Ya no extenderá su brazo cuando deba extenderlo, ya no irá a donde deba ir, ya no entrará a donde deba entrar y no morirá cuando deba morir.*

(Olmos,  
Huehuetlahtolli.)

## ¿ACUPUNTURA PREHISPÁNICA?

Mencionaré finalmente tres terapias que tenían que ver con la manipulación del cuerpo. La primera era el entablillado y la corrección de los huesos. Usaban al efecto una pasta llamada Postekpatli, *antifracturas*, que se aplicaba sobre el hueso y luego se endurecía, formando una armazón.

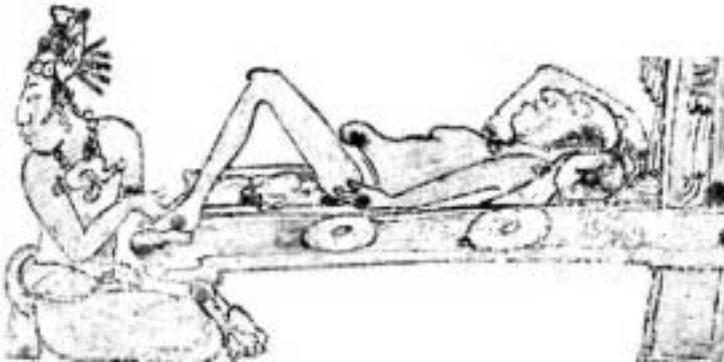
Otra técnica era el Papachtli o Apapachtli, *masaje*, aplicado a casi todo tipo de dolencias. Las partes afectadas se masajearan con ungüentos confeccionados con la grasa de diversos animales, enriquecida con aceites esenciales de plantas curativas. También había casas donde se podía contratar el servicio de masajistas profesionales.

La tercera terapia no ha recibido de los investigadores la atención que merece. Sólo puedo considerarla como una especie de acupuntura prehispánica, porque se trata de aplicar agujas en diversos puntos del cuerpo, para activar o provocar flujos en las corrientes vitales. Un cronista la describe con los siguientes términos:

*(Era) muy usado de los indios curar diversas enfermedades y dolores, punzando con agujas (de maguey) o con dientes de víbora la parte afectada... Luego acude (el médico con) el piciete (polvo de tabaco y cal) y lo restriega mucho en las partes punzadas.*

*Las tercianas curan comúnmente, punzando el espinazo con una aguja... Preguntádo(les) por la medicina, respondió que (consistía en) punzar todo el vientre con una aguja.*

(Alarcón, Tratado de las Idolatrías.)



*Terapia de masajes. Vaso maya. Foto: Justin Kerr.*



## CAPÍTULO 8

## TEOMANIA , MEDITACIÓN

UN antiguo verso nawatl afirma:

*El tolteca es múltiple, flexible, inquieto, capaz. Se adiestra a sí mismo, dialogando con su corazón, encontrando las respuestas dentro de sí. El verdadero tolteca todo lo saca de su corazón.*

(Códice Matritense.)

“Dialogar con el propio corazón” era una bella metáfora con que los prehispánicos se referían al quinto paso del Kinam: la meditación. Si comparamos a la purificación de nuestros vehículos con la escalera de la pirámide del Kinam, entonces la meditación viene siendo el santuario ubicado en su cúspide. Todo el trabajo de un kiname debe orientarse hacia allí. Sin meditación, el sendero tolteca pierde su razón de ser.

La importancia de la meditación debe descubrirla cada estudiante por sí mismo, porque esta experiencia no se puede describir con palabras; es como estar enamorado o experimentar los efectos de las plantas de poder: algo que se conoce de primera mano, o no se conoce. No obstante, en este capítulo intentaré dar una idea de lo que creían los prehispánicos sobre este asunto.

La meditación tolteca recibía el nombre de Teomania, *ofrecerse a lo divino*. Dentro del Kinam, se practica en forma abstracta o incondicional, es decir, sin el apoyo de recursos que distraigan la atención, tales como las oraciones, los ritos o la pronunciación de sonidos “sagrados”. La materia prima de la meditación tolteca es Amomati, *silencio mental*, y su producto refinado, ese estado inefable del ser al que los antiguos llamaron Teowatia, *divinización*, y que en nuestra cultura conocemos como éxtasis sagrado.

Todos venimos del silencio y allá volveremos algún día; por lo tanto, la meditación no se aprende: se recupera. Pero un principiante probablemente encuentre que la meditación abstracta es un objetivo demasiado ambicioso. Por eso, en Kinam se estudian algunas técnicas preparatorias, que no son la meditación en sí, pero nos enseñan a colocar el cuerpo, a concentrar la atención y a tranquilizar la mente.

## MEDITACIÓN Y ÉXTASIS

Meditar es, de seguro, la facultad más preciosa que tiene el ser humano, porque es la única vía para alcanzar los grados superiores del éxtasis. ¿Qué es el éxtasis? Se le puede definir como el tercer estado de la conciencia, una forma de percepción tan definida, como lo son el sueño y la vigilia. Es un estado que tiene sus propias leyes; cuando lo sentimos, sabemos sin lugar a dudas que estamos allí.

El éxtasis se caracteriza porque nos produce una sensación de vivencia absoluta. De repente, todas las dualidades que le dan contenido a la mente se funden en una percepción directa de la unidad. Es una ruptura interpretativa, un viaje de la conciencia más allá del ego, al reino del no-tiempo, donde las leyes de la materia se anulan y sólo queda un estremecimiento de placer que se funde con el infinito. Es el trance de los chamanes, el Samadhi de los yogas, la vivencia del Reino entre los cristianos y la Teowatia de los toltecas.

La función del éxtasis en la economía de la conciencia, es equilibrar la dualidad aplastante que generan en nosotros la alternancia

de dormir y despertar. Los niños penetran allí con frecuencia; todos los niños saben, aunque no puedan expresarlo, aquello que a los adultos nos cuesta largos años comprender: que la realidad del mundo no radica en lo que vemos, sino en el acto de ver.

En la generalidad de los casos, accedemos al éxtasis únicamente a través de los breves instantes en que disfrutamos de un orgasmo. La fuerza de ese momento es tal, que la mayoría de los humanos y animales adultos pasan la vida entera en su persecución. Un orgasmo es la entrada al Tamoanchan a través del centro vital de *Kolotl*, en la base de la columna vertebral. Pero esa no es la única entrada; un artista sabe que también se puede alcanzar el estado extático con el centro del corazón, y sabe que ese tipo de experiencia es notablemente más intensa y satisfactoria que la entrega sexual.

Aunque el éxtasis es un estado natural, sólo los meditantes se proponen alcanzarlo con todos y cada uno de nuestros centros vitales, accediendo así a vivencias que, desde el punto de vista humano, sólo podemos calificar de divinas. Ello amplía de tal manera nuestra base de experiencias y de datos, que la visión del mundo inevitablemente cambia. Los relatos de los libros sagrados, como la Biblia, los Vedas o el *Popol Vuh*, dejan de ser mitos caprichosos y se transforman en guías evidentes para el manejo de la conciencia. Al mismo tiempo, la mente se libera de la superstición, los sueños se llenan de colores y existir se torna una aventura permanente, preñada de excitantes posibilidades.

Dentro del Kinam, el objeto de la meditación no es obtener placenteras experiencias (aunque ello, por sí mismo, es ya un motivo apreciable), sino algo mucho más refinado. Sucede que los instantes de éxtasis se acumulan y van creando una continuidad paralela a nuestra historia personal, que podríamos interpretar como la historia de nuestro doble de ensueños. A partir de cierto punto, esa acumulación cristaliza, el doble toma vida propia y nos liberamos de una vez de la ominosa sujeción al ego. Puesto que todo lo que muere, cuando morimos, es el ego, se puede decir que el éxtasis es la puerta de acceso a la inmortalidad.

## UN ARTE MARCIAL

Me gusta describir a la meditación tolteca como un arte marcial, porque produce las características básicas de un guerrero: un estado de alerta, percepción, agilidad física y mental, disciplina, sobriedad y desapego.

Teomania es una técnica ardua, que no se puede tomar a la ligera; es el trabajo de neutralizar la tendencia de los sentidos hacia la dispersión, para incrementar el poder de la atención. Por lo tanto, no tiene nada que ver con la pasividad o el sueño.

Teomania tiene tres fases: preparación, meditación y éxtasis. La preparación comienza por la postura, que debe ser recta y al mismo tiempo cómoda, ni tan tensa que nos duelan los músculos, ni tan relajada que terminemos durmiéndonos. ¿Por qué es importante que aprendamos a colocar el cuerpo? Porque, de otro modo, las incomodidades físicas, sean reales o imaginarias, se encargarán de desconcentrarnos a los pocos minutos. Más adelante estudiaremos algunas posturas que facilitan esta fase del ejercicio.

El segundo paso es tranquilizar la respiración. El aliento es el canal por donde fluye la mente y el combustible de los sentidos. Como ya estudiamos, cualquier modificación en nuestro ritmo ventilatorio, automáticamente cambia el estado mental. Si queremos entrar en un clima interior de concentración y calma, tenemos que atenuar la respiración, haciéndola tan leve que no interfiera.

Por último, la fase preparatoria exige que recojamos nuestros sentidos en un punto, haciendo que las diversas sensaciones se fundan en un acto indiferenciado de percepción. Si somos personas religiosas, podemos considerar que ese punto es Dios, lo cual probablemente matizará nuestra meditación con imágenes y sentimientos de devoción.

Para un kiname, lo mejor es meditar en forma técnica e impersonal, porque, comparada con la pureza del silencio, aun la devoción es un ruido mental.

La asociación entre cuerpo, respiración y mente, unidos en el acto de meditar, quedó recogida en el siguiente fragmento:

*Busca el gozo del Supremo. Baja tu cabeza, flexiona tus rodillas, adopta una postura atenta, acostumbra tus piernas. Resbala, deslízate suavemente hacia Nuestro Señor.*

(Olmos, Huehuetlahtolli.)



*Una postura atenta. Figura maya.*

## LA PALABRA

El chamán Carlos Castaneda afirmó que cuando nos forzamos al silencio, no estamos en el silencio, sino en la imposición. Por lo tanto, controlar la mente no significa amordazar los pensamientos, sino aprender a usarlos como lo que son: herramientas al servicio de nuestros intereses energéticos.

Para entender este asunto, imaginemos que la mente es una piedra común y corriente. En su interior, los átomos y moléculas se mueven en forma caótica; por ello, este tipo de piedra es opaca y sin valor. Asimismo, lo habitual es que nuestros pensamientos formen turbulencias, dudando, contradiciéndose, imponiéndose unos a otros, e incluso discurriendo en forma subconsciente. Eso es ruido o suciedad mental.

Sin embargo, si sometemos la piedra común a una alta temperatura, sus átomos se organizan, la sustancia se torna transparente, comienza a refulgir y se convierte en una gema. Lo mismo ocurre con una mente cuyos pensamientos han sido polarizados por

el calor de una intensa meditación: deja de ser una mancha opaca en el tejido de las energías cósmicas, y fluye. Así que, aunque parezca paradójico, la búsqueda del silencio, para un tolteca, comienza con el cultivo del pensamiento y la palabra.

*Conoce los símbolos, las palabras. Canta bien, habla bien, responde bien. La palabra no es algo que se compre.*

*¡Qué bueno si junto a ti es dicha la recta palabra, la que no causa daño! Si la transmites, no le excedas ni le quites. Pero, ¡cuídate de las observaciones distraídas! Porque sólo pervierten, no son rectas. Precipitan al hueco, a la trampa y el lazo.*

(Olmos, Huehuetlahtolli.)

Por su mágica facultad de comunicar, la palabra dio título a los representantes supremos de la sociedad prehispánica, los Tla'toani, *portadores de la palabra*.



*El Tla'toani. Códice Laud.*

## CREACIÓN VERBAL

Debido a que existe en nosotros una inextricable relación entre la mente y la palabra, los sabios de la antigüedad se dedicaron a estudiar la posibilidad de influir sobre los estados mentales mediante la pronunciación de ciertos sonidos que afectaban a sus oyentes. Así surgió una ciencia mística que en la India recibió el nombre de Mantra. Juzgando por la insistencia con que los mexicanos representaron en sus dibujos y esculturas los glifos de la palabra, la oración y el canto, y por ciertos términos conservados en la lengua nawatl, podemos deducir que esta ciencia también fue conocida en Anawak, donde recibió el nombre de Kamakawa, *pronunciación*. Su teoría fue descrita así por un investigador:

*El ejercicio de la vocalización de sílabas sagradas produce una vibración que une al hombre con la vibración cósmica. Muchas estatuas de la cultura prehispánica son representadas con la boca abierta, expresando la utilización de esta práctica espiritual.*

(A. Sartori, Simbólica de la tradición precolombina.)

Antes de seguir adelante, debo aclarar que, en mi opinión, la efectividad de los sonidos “de poder” no es mágica, sino psicológica. Depende de la actitud mental y la técnica de quien los pronuncia. Pongamos un ejemplo: por sí sola, la nota “do” no es gran cosa, pero colocada en el punto exacto de una partitura musical, puede convertirse en el catalizador de un fuerte estado emotivo. Lo contrario también es posible; un sonido o significado, pronunciado en determinada circunstancia, puede inducir un estado de relajación mental, y aun de sueño. Por ello decía un dicho nawatl:

*Kimati in Tla'tolli in I'iyotl -el que atiende a sus palabras controla su espíritu. (Sahagún 10.107.)*

La cultura cristiana ha perdido el secreto de la utilización de la palabra. Todos hemos escuchado que “en el principio era el Verbo”, o que “dijo Dios y fue hecho”, pero no tenemos ni idea de qué significa eso. La misma creencia existió entre los mesoamericanos. En el siguiente mito, por ejemplo, vemos a Ketsalkoatl sembrando las semillas de la existencia mediante su palabra:

*Brotó entonces la primera palabra, allí donde antes no había palabras, se desprendió de la piedra-semilla, cayó en el tiempo y comenzó a proclamar su divinidad. Y se estremeció (al oírla) la inmensidad de lo Eterno.*

(Chilam Balam, Libro de los Antiguos dioses.)

Las culturas de México nos legaron una gran cantidad de términos poderosos, que los cronistas españoles registraron como invocaciones al demonio. Los más importantes eran los nombres de los dioses. Algunos eran tan antiguos, que ni siquiera se sabía de dónde venían o qué significaban, y se empleaban sólo por costumbre. He aquí una muestra de ellos:

OMETEOTL, *divina uni-dual-trinidad*. Es el sonido mas “mágico” de todos, ya que contiene la sílaba Om que, tanto para los pueblos eurasiáticos como para los indoamericanos, representa la fertilidad, la unidad, la cabeza y los estados acrecentados de conciencia. Los practicantes de ahora suelen pronunciar las sílabas Om, E y Teotl por separado, alargando cada una de ellas.

MESHIKKO, *en el ombligo de la luna o donde la luna y el sol (se juntan)*. Entre los aztecas, era un sonido de gran eficacia psicológica que ellos proferían en sus guerras.



*Sonido sagrado. Figurilla de Colima. Foto: Justin Kerr.*

De ahí derivó el nombre de la capital mexicana. Se pronuncia alargando las sílabas Me-shik-ko, que tienen por separado tres significados teológicamente importantes: *maguery, ombligo y recipiente*.

TLAA, *así sea*. Este sonido era una forma de consentimiento con respeto ante la superioridad de Dios, de un sacerdote, un maestro o un dirigente. Equivalía al Amén de los cristianos. Según Molina, se pronunciaba en voz queda y bajando reverentemente la cabeza.

OWAYA, *¡alegría!*, un grito de éxtasis y triunfo, muy empleado en los rituales y los cánticos.

MANYU' MECIWA, *sea hecho*. Una frase imperativa que pronunciaban los sacerdotes y los chamanes para decretar la realización de sus intentos.

TAWI. Esta palabra se gritaba al comienzo de los rituales, en dirección a los cuatro rumbos cardinales. Estaba relacionada con la ceremonia de encendido del fuego y con la cacería. No significa nada

en lengua nawatl, pero en quechua, de donde quizás procede, es el nombre del número *cuatro*.

## ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN

Para meditar, lo primero es aprender a atender.

La capacidad de atender establece jerarquías entre los seres que pueblan el Universo. Las criaturas recién nacidas sólo saben atender al sentido del hambre. En cambio, un animal adulto puede atender a una variedad de objetivos materiales, en forma concentrada y paciente.

En el momento en que el primate trascendió su entorno inmediato y sintió curiosidad por lo que ocurre en el Universo, se transformó en hombre. En esta tierra, sólo los seres humanos hemos aprendido a atender a objetivos espirituales y a cultivar la atención como un fin en sí misma.

La atención recibe en nawatl el nombre de Yewakaitta, un término que procede de las voces Itta, *ver*, y Yewa, *opción*, es decir, *una forma deliberada de ver las cosas*. ¿Qué significa esto? Que la atención tolteca no se reduce al acto pasivo de observar lo que pasa ahí fuera, sino que tiene una función activa, capaz de modelarse a sí misma y transformar el mundo a fuerza de voluntad.

La atención activa y sostenida produce Senmati, *concentración*. Los chamanes aseguran que este es el mayor poder que poseemos. Si comparamos la atención con un haz de luz, entonces la concentración es como un láser: puede atravesar la apariencia de las cosas, descubriendo el campo unificado de energía que hay detrás de la diversidad. Al atender de manera concentrada, los conceptos habituales sobre el mundo se modifican, ya que la atención ejerce una presión sobre la realidad circundante.

Finalmente, cuando la fuerza de la concentración se vierte hacia el interior y se sostiene durante un tiempo suficiente, la percepción da un salto de orden y se produce Amomati, el *vacío mental*. En este estado, la atención fluye sin esfuerzo aparente de nuestra parte, produciendo una sensación extremadamente placentera y emocionante,

donde ya no nos interesa definir intelectualmente las cualidades de los objetos con los que entramos en contacto, porque se nos hace patente su naturaleza esencial.

## LA CONCENTRACIÓN EN LOS CENTROS VITALES

A continuación estudiaremos algunas técnicas de entrenamiento de la voluntad que sirven de trampolín para meditar. La primera es la concentración en los centros vitales. Consiste en enviar un saludo de energía a cada uno de nuestros centros, a través de la atención. Hay dos maneras de hacer esto. La primera y más usual, tiene los siguientes pasos:

Primero, siéntate sobre una estera o sobre un paño en el suelo, cruza las piernas, deposita las manos sobre los muslos con las palmas hacia arriba, como en la imagen y cierra los ojos. Es básico que tu columna vertebral esté muy recta; si es necesario, puedes ayudarte pegando la espalda a la pared. En esa posición, relájate hasta que tu respiración sea un chorrillo apenas perceptible. Si tu mente está inquieta, no te reprimas, observa el vaivén de tus pensamientos como si fueran algo ajeno a ti, y poco a poco se irán apagando.



*En estado de concentración.  
Figurilla maya.*

A los cinco o diez minutos, sentirás la presión que ejerce el suelo sobre la base de tu columna vertebral. Al mismo tiempo, te parecerá que tu cuello se estira, o que tu conciencia se eleva, como si quisiera salirse del cuerpo. Este no es un fenómeno psíquico, sino energético; es el producto de dirigir la atención hacia el centro *Kolotl*, en la zona sexual. Cuando tomes conciencia de este fenómeno, realiza trece respiraciones hondas.

A continuación, dirige tu atención hacia el centro Iwitl, ubicado cuatro dedos por debajo del ombligo. Una vez que te hagas conciente de la existencia de esta zona de tu cuerpo, respira trece veces y pasa al tercer centro, Pamitl, en el ombligo. De ese modo, irás recorriendo tus centros vitales hacia arriba, deteniéndote a respirar trece veces en cada uno de ellos, hasta que llegues a Tekpatl, en el ápice de la cabeza. Si te es posible, vocaliza mentalmente sus nombres en nawatl.

Si realizas este recorrido con atención, notarás que los centros inferiores, hasta llegar al corazón, son más fáciles de percibir que los superiores. Los varones tienen mayor dificultad con el centro del útero, que en la mayoría de las mujeres está activo.

Lo que acabo de describir es la variante “vigílica” del ejercicio. Hay otra forma de hacerlo, que tiene un enorme efecto sobre el sueño. Para ello, comenzarás poniendo tu cuerpo en postura fetal, recogiendo las piernas contra el pecho, enlazando las rodillas con los antebrazos y apoyando la frente sobre ellos. Esta posición disminuye la capacidad de los pulmones, por lo que es preciso que permanezcas muy tranquilo, hasta que tu cuerpo se enfríe y disminuya tu necesidad de oxígeno. En ese momento, notarás que tu atención ya no está centrada en la base de la columna vertebral, sino en la zona del corazón.

A continuación, debes hacerte conciente del resto de tus centros, en el orden que ya describí al hablar de la evolución espiral de la energía; es decir, pasando del corazón al ombligo, del ombligo a la garganta, de la garganta al vientre, luego al entrecejo, de ahí a la zona sexual, y por último, al ápice de la cabeza, respirando trece veces al llegar a cada uno de ellos. Al mismo tiempo, visualizarás cómo tu energía rota en sentido contrario a las manecillas del reloj, desplegándose sin cesar desde el centro del corazón y penetrando de nuevo en el sistema por un punto encima de la cabeza. Si realizas estas transferencias de atención en forma concentrada, activarás tu energía y caerás poco a poco en un estado de silencio profundo.

El centro cardíaco es el punto de equilibrio de nuestra luminosidad. Allí estaba recogida la conciencia antes de que

naciéramos y hacia allí nos replegamos cuando estamos profundamente dormidos o cuando morimos. Al enroscar nuestro cuerpo sobre sí mismo, estamos disponiendo la energía en la forma óptima para penetrar en el ámbito del sueño. Es por ello que algunas personas en el México antiguo eran enterradas en postura fetal.

## LA MEDITACIÓN DE LA MUERTE

Otro ejercicio prehispánico de concentración quedó representado en el siguiente dibujo. Aquí vemos a un meditante que está sentado sobre una estera tejida o pintada con serpientes. Ya mencioné que el Koapetlatl, *estera de serpientes*, era una imagen del tejido cósmico de las energías, representado en la falda de Koatlikue, la madre Naturaleza. Pero también era el nombre que daban los toltecas al sitio individual de prácticas.

Observemos la elegante manera como el meditante coloca su espalda y pliega las rodillas contra el pecho. Sus manos, a la altura del ombligo, están abiertas con las palmas hacia arriba, para evitar las distracciones sensoriales. Frente a él hay dos objetos: una corona real y una calavera, que representan la vida y la muerte, o, más exactamente, al ego y al Nawalli. La escena sugiere que este individuo está recapitulando su vida a la vista de su destino final.



*Meditación de la calavera. Códice Florentino.*

Su actitud quedó resumida en el siguiente texto maya:

*Así es la cabeza de los grandes príncipes: la carne es lo único que les da una hermosa apariencia. Así es también la naturaleza de los hijos, que son como saliva y baba.*

(Popol Vuh II.3.)

Para los toltecas, la meditación de la muerte no era una práctica sombría, como podría resultarnos a nosotros hoy, porque ellos estaban entrenados para no tenerle miedo a la extinción del cuerpo. Percibían a los estados de subconciencia en general, y principalmente a la muerte, como un reto y una oportunidad de trascendencia.

## RECAPITULACIÓN

Un importante uso de la concentración tiene que ver con recordar los principales incidentes de nuestra vida. Esta técnica está diseñada para darnos una imagen objetiva de nosotros mismos, resolviendo los puntos críticos de la historia personal, anulando los remordimientos, disipando los estados de dolor y recuperando la energía invertida en situaciones de mucha emotividad.

La recapitulación era una práctica habitual de los toltecas. Aún se lleva a cabo, como pude comprobar personalmente, en ciertas regiones rurales de México, donde los niños son entrenados desde que tienen uso de razón en la importancia de recordar los sueños. El símbolo con el cual se le representaba en la iconografía prehispánica, era un sacerdote mirándose a sí mismo en un espejo de obsidiana.

A juzgar por la abundante terminología nawatl que se ha conservado al respecto, esta técnica tenía una metodología específica, que iba de lo simple a lo complejo. Comenzaba con Ilnamikoka, *recordar los sucesos recientes*. La experiencia de personas que la han practicado, demuestra que el modo más eficiente es comenzar por el último evento que nos haya ocurrido e ir extendiendo la memoria hacia atrás, hasta alcanzar los sucesos de la temprana niñez. A fin de

facilitar el acomodo de los recuerdos, la materia a recapitular se puede dividir en capítulos, tales como:



*Frente a sí mismo. Vaso maya. Foto: Justin Kerr.*

- Tlasentlalilia, *juntar los errores en que hemos incurrido* para disipar la vergüenza, la tristeza y la frustración.
- Tlatemolia, *recordar las cosas negativas* que hemos hecho a otros y pedirles disculpas sin palabras.
- Tlatlania, *recordar las cosas malas* que nos ocurrieron y ofrecer nuestro sincero perdón.
- Teinamikilli, *recordar a todas las personas* que se han conocido para zafar los lazos y compromisos creados.
- Kinamiki, *recordar lo que estaba muy olvidado o es difícil de entender* (eventos tales como el nacimiento, los traumas, las experiencias habidas con plantas de poder, los estados de éxtasis, sueños, etcétera).
- Sennamiki, *recordarse a uno mismo o recuerdo de la unidad*, es decir, tener conciencia de nuestro lado energético y sus acciones.
- Tlalamiki, *acordarse de todo* lo que nos ha ocurrido. Es extraordinario que una lengua contenga una palabra semejante.

Parece algo muy alejado de nuestras capacidades, pero no es imposible.

El efecto terapéutico de esta comunión con nuestra historia personal se puede comparar con lo que consiguen los modernos psicoanalistas. Sin embargo, basta un poco de práctica para comprobar que la técnica tolteca es más integral y llega más lejos, porque su objeto no es resolver problemas específicos, sino atestiguar la vida como totalidad.

## EL SILENCIO MENTAL

Una vez entrenada la atención a través de los ejercicios de concentración, podemos pasar a lo que constituye el objeto de la práctica meditativa. Ya mencioné que el principio operante detrás de todas estas técnicas es el silencio mental. A pesar de la eficacia del pensamiento como un medio para modificar la realidad, el silencio es una herramienta aún más poderosa, porque disuelve las estructuras viciadas de la mente, permitiéndonos enfrentar el mundo de una manera nueva. Permanecer en silencio es meditar.

Paradójicamente, el silencio también funciona a modo de un llamado, pues, cuando Ketsalkoatl (nuestro ser interno) percibe que el ordinario torrente de ruidos contaminan la mente, se detiene, sabe que allí hay una persona dispuesta a meditar. De ahí que el principal consejo para los meditantes, es salirse de los altibajos de la mente reactiva:

*No hables dentro de ti, nada digas en tu interior ni murmures en forma reactiva (a partir) del yerbazal (de tu mente), pues Nuestro Señor ve y escucha el interior del leño y la piedra (el alma y el cuerpo). (Si) en verdad controlas tus distracciones, él dispondrá de algún (remedio) para tu necesidad.*

(Códice Florentino VI.17.)

La técnica para llegar al silencio es Kawalti, *vaciar* los pensamientos. Esta palabra también se traduce como *suspensión*,

porque no se trata de eliminar absolutamente todas nuestras ideas sobre el mundo, sino de dejarlas en estado latente, darles un descanso, por decirlo así.

La meditación silente nos permite abstraernos de las vibraciones que llegan a nuestros sentidos e intuir la fuente arquetípica de donde proceden. Tal estado recibía el nombre de Akoyau' Noyollo, que el padre Molina traduce como *contemplar*, pero cuyo sentido recto es: *dirigir el corazón hacia lo alto*. Un conjuro mexicana conservado por Alarcón describe en detalle las condiciones y etapas de este tipo de meditación. He aquí su traducción literal:

*En estado de paz, yo, Ketsalkoatl, el que se concentra, el dominador de la sensación, a quien nadie puede engañar, vengo a sojuzgar a mi herencia humana. ¡Ayúdame, guerrero de la esfera, golpea! Que ya se acercan mis inclinaciones genéticas, llenas de sangre y color.*

*He aquí, la tierra va a embriagarse conmigo, porque he adormecido mis manos, mi carne está insensible. Ya no siento las burlas de mi condición humana, ya no es posible que me hieran, que me ofendan. Soy Ketsalkoatl, el sacerdote; nada en mi mente. Soy el guerrero (del Espíritu); nada me causa impresión.*

(Alarcón, Tratado de las Idolatrías II.1.)

(Texto original de la última frase: *Ni tlamakaski, ni Ketsalkoatl, atle ipam nitlamati. Ni yaotl, [atle] nimokekeloatsin.*)

La “herencia humana” mencionada en el poema son los Tonemachilis, *sentidos físicos*, puestos bajo control a través de la postura y la actitud calmada del meditante. La expresión “guerrero de la esfera” se refiere a lo que Carlos Castaneda llamaba “el punto de encaje”, pues este órgano transformador de la energía también era aludido en la mitología mesoamericana con el símbolo de la cabeza-pelota (en el último capítulo desarrollaremos este asunto).

La referencia a la “sangre y color” tiene que ver con los instintos animales que heredamos. Su adormecimiento indica que el practicante ha adoptado una postura especial que le permite voltear su atención hacia Teitek, *el interior del hombre*. ¿Y qué es lo que hay ahí dentro?

Nelilistli, la *raíz o certidumbre* esencial de nuestra existencia. Notemos que, al llegar a este ámbito secreto, el meditante se reconoce a sí mismo; ya no es el ser humano ordinario que se sentó un día a meditar, ¡sino el propio Ketsalkoatl!

## RESULTADOS DE LA MEDITACIÓN

La meditación produce dos tipos de resultados: los transitorios y el definitivo. Los primeros son facultades que, desde un punto de vista cotidiano, pueden parecer sobrenaturales, pero forman parte del arsenal de los verdaderos meditantes. Entre ellas cabe destacar las siguientes:

- Teowatia, *éxtasis o divinización*. Las personas que lo conseguían eran llamadas Teowa, *divinos*. De ellos dice un texto:

*Aun el rey llama a los sacerdotes 'dioses suyos' (Moteowa), por la bondad y la pureza de sus vidas. (Códice Florentino VI.21.)*

- Tlamachilia, *telepatía*. Es la capacidad de homologar nuestros pensamientos con los de cualquier otro ser humano, gracias al dominio de los patrones mentales comunes que nos rigen a todos.

- Nawallachia, *desdoblamiento*. Este es un poder que se hizo muy popular en los últimos tiempos de Mesoamérica. Consiste en proyectar imágenes mentales con el ánimo de impresionar a otras personas. Dio origen a la creencia popular de los nagueales que se transforman en perros.

- Yolteowia, *adivinación* (literalmente, *corazón endiosado*). En su sentido más elevado, significa percibir la contraparte arquetípica de las cosas y tener la fuerza de ánimo y la habilidad para traducir esas percepciones en palabras.

- Tlachia, *ver más allá*, es decir, ver las cosas que ocurren a lo lejos, sea en el tiempo o en el espacio. Un desarrollo particular de este poder produjo en México una poderosa casta de vaticinadores del porvenir, llamados los Achtopaitoa, *quienes ven por adelantado*.

- Yollotlamati, *intuición*. Es un estado en que las cosas se saben

sin necesidad de evaluación previa. Castaneda le llama “el conocimiento silencioso”. Dentro de Kinam lo entendemos como el resultado de ver el mundo a través del centro vital del entrejejo (Chalchiwiltl).

- Asikamati, *entender perfectamente*. Es el uso inflexible y trascendente de las facultades de raciocinio. Un ejemplo palpable de este poder, fue el desarrollo, en etapas muy tempranas de la historia de Mesoamérica, de esos dos portentosos sistemas lógicos que son el calendario y la numeración toltecas.

- Teotlaneshti, *iluminación espiritual*. Es la facultad que pone en contacto al ser humano con los poderes creadores de la Naturaleza. Hay que tener cuidado para no dejarse deslumbrar por ella, amoldando la visión del Espíritu a los contenidos de la mente.

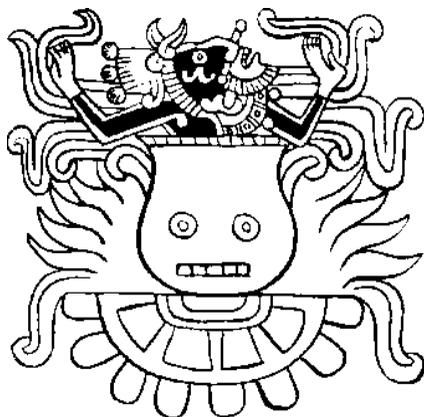
- Senkiski, *perfección*, en otras palabras, realizar la totalidad de nuestras posibilidades como seres humanos. Se otorgaba este título a quienes obtenían en vida la condición espiritual de Ketsalkoatl.

- Aken Nechiwalistli. El padre Molina traduce esta expresión como *impasibilidad, dote del cuerpo glorificado*, un estado en que los fenómenos ya no nos pueden afectar. Es la condición del perfecto dominio del doble de ensueños.

El resultado definitivo de la meditación es la transmutación de todos los vehículos que conforman nuestro ser. Una operación de tal naturaleza no deja huellas. Por sus alcances, así como por sus efectos visuales, los mitos la describen como un fuego interior, ya que la personalidad y sus atributos son abrazados en la hoguera del silencio. Se Akatl Ketsalkoatl fue el prototipo de esta práctica. Según afirma la leyenda, al llegar al final de su misión, subió a una montaña y se prendió fuego.

*Nadie más lo hizo; él mismo, levantando los brazos, se incendió. Al punto se encumbró su corazón de entre las llamas, refulgente como un jade precioso, y entró en el cielo.*

(Anales de Cuauhtitlan.)



*Ketsalkoatl se autoincinera. Códice Borgia.*



## CAPÍTULO 9

## NAWALLOTL , NAGUALISMO

**UNA** vez conocido el santuario de la meditación, llegó el momento de adentrarnos en la cámara interna del Kinam: el nagualismo. Este es el aspecto chamánico del mensaje tolteca.

El chamanismo es un sistema universal de creencias y prácticas. Se le puede definir como:

*Un conjunto de conocimientos basados en la armonía con la tierra, la ausencia de dogmas, el respeto a los poderes de la Naturaleza y la comunión directa con la Divinidad a través de ejercicios y sustancias que amplifican la conciencia.*

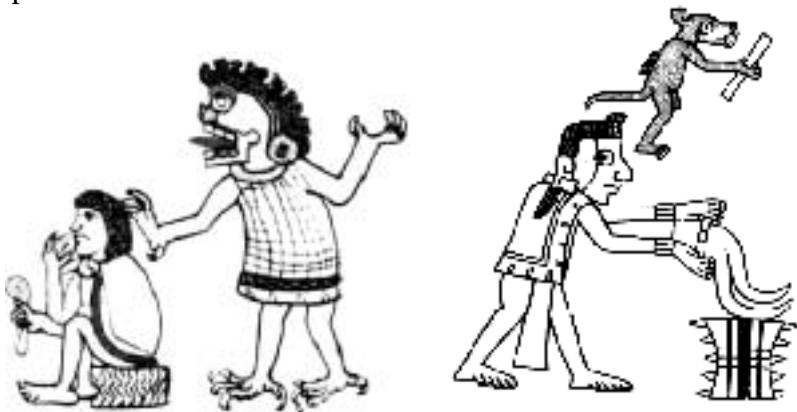
(F. Díaz, Los mensajeros de la Serpiente Emplumada.)

Algunos estudiosos afirman que el chamanismo es la fase previa de la religión, pero en realidad es lo contrario. Sus técnicas están reservadas para quienes, habiendo pasado por el laberinto de las creencias, se deciden a buscar la experiencia propia. Desde el punto de vista chamánico, todo lo que necesitamos para alcanzar la realización material y espiritual, es aprender a manipular nuestra energía. La capacidad de atender es el termómetro con el que se mide la energía de una persona. La ciencia de dirigir la atención era llamada en México Nawallotl, *nagualismo*, porque implica *duplicar* el alcance

de la conciencia mediante el manejo de los recursos profundos y ancestrales de la percepción. Esta operación se representaba como la salida de un animal o monstruo simbólico al que apodaban “el nagual”.

El nagualismo trabaja con técnicas como la autosugestión positiva, el manejo de plantas poderosas, la aplicación de conjuros y otros elementos de magia práctica, ejercicios para la manipulación de la energía sexual, y sobre todo, con el control del sueño, al que me referiré en adelante, siguiendo la nomenclatura de Castaneda, como Ensueño. El ensueño es un arte que nos permite domesticar al nagual, sacándolo del ámbito animal donde mora para transformarlo en una réplica operativa de nuestra personalidad.

Dentro del Kinam, el nagualismo se estudia en forma teórica; su práctica está rigurosamente supeditada a las técnicas de meditación y purificación.



*Dos versiones sobre la salida del nagual. Códices Magliabecchi y Laúd.*

## NAGUALISMO Y TOLTEQUIDAD

En las páginas anteriores me fue inevitable hacer algunas referencias al nagual. Ello se debe a que la sociedad prehispánica estaba obsesivamente enfocada en este aspecto de nuestro ser. Sería

tan difícil hablar de las creencias del México antiguo sin mencionar las prácticas de los naguales, como hablar de la fe de los budistas sin referirnos al Nirvana. Por lo tanto, vamos a tratar brevemente los principios más generales de esta extraña doctrina, dejando al interesado la opción de profundizar por sí mismo.

Ante todo, separemos los conceptos: desde el punto de vista exotérico o exterior, el nagualismo no es la Toltequidad. La Toltequidad es un conjunto de códigos diseñados para facilitar las relaciones humanas. El nagualismo, en cambio, es una enseñanza dirigida al individuo. Tanto en el pasado como en la actualidad, los chamanes son personas que se alejan de las masas y prefieren buscar su verdad en contacto directo con la Naturaleza.

*Vivía como un asceta, recogido en su interior; por eso le llamaban Nahualli, adivino.* (Sahagún, Primeros memoriales.)

Debido a esta propensión de su carácter, casi todas las culturas del mundo, incluyendo la mesoamericana, han sentido temor por sus chamanes y les han perseguido. Un códice los describe así:

*In atlacatl, in tlaciuhqueh, in nanahualtin -los naguales, los calculadores del devenir, los que no son seres humanos.*

(Sahagún 12.21.)

No obstante, la sociedad prehispánica nunca llegó al extremo de anatemizar las ideas esenciales del nagualismo, pues, en su fuero interno, todos los toltecas sabían que el único modo de llevar a vías de hecho los principios teóricos de la Toltequidad, es entrando en un sendero individual de realización. Por ello, el término Nawalli continuó designando a los *sabios* hasta la llegada de los españoles.

## SIETE DEFINICIONES DEL NAGUAL

Este tema se hace difícil debido a la falta de elementos de comparación. Los naguales del antiguo México no pueden asimilarse sin más a la tradición chamánica universal, pues eran herederos de una civilización milenaria, original y aislada. Por circunstancias propias del sitio y la época en que les tocó vivir, tenían una carencia de

prejuicios, un refinamiento intelectual, una claridad de conceptos, una profundidad filosófica y una eficacia técnica inusitadas. Como notó un cronista, el nagualismo constituye una tradición singular dentro del chamanismo.

*Este género de brujos nahualles son diferentes de las brujas de España. He oído muchos casos exquisitos y fuera de lo que se sabe de otras naciones y gentes acostumbradas a tener pacto con el demonio.* (Alarcón, Tratado de las Idolatrías.)

Para entender este asunto, tengamos en cuenta que el término Nawalli, popularmente pronunciado “nagual”, tiene varias acepciones, y todo depende del contexto donde se le pronuncie.

Estas son:

1ro. Primitivamente, designaba a una categoría de sacerdotes que existieron antes de que el grupo racial mongoloide se separara en sus ramas asiática y americana. Así se conserva en algunas lenguas del Oriente, en títulos como Naga, Naggal, Nawi, Nau, Nabat, Nazar y Nazareo (los dos últimos combinados con el título semita Sar, *señor*). También en África occidental, el Ngwol es un alto grado de la jerarquía iniciática, conocido en el Caribe como el Nagüe.

2do. En Mesoamérica, es el nombre de los sabios en general.

*El nagual es un calculador de números, un médico.*

(Sahagún 10.30.)

3ro. En los campos de México, por una folclórica interpretación del simbolismo, se considera que el nagual es un brujo capaz de transformarse en un animal, así como el animal en sí mismo. Dicha operación recibía el nombre de Yolkati, *bestialización*.

4to. En una acepción más objetiva, el nagual es la proyección de nuestra energía en forma de una imagen de ensueños, ya sea con apariencia reconocible o como un centro perceptivo luminoso y adimensional. Cada vez que nos vemos y reconocemos a nosotros mismos en un sueño, está actuando el nagual.

5to. Nagual es también la persona capaz de entrenar a su proyección de ensueños en tareas tales como el aprendizaje de cosas

difíciles, la mensajería y la guerra de los brujos, llenándose por ello de poderes que parecen imposibles.

*Sabéis las cosas por venir... y sabéis todo cuanto pasa en el mundo. Os es patente lo que está dentro de los cerros y en el centro de la tierra. Veis lo que está debajo del agua, en las cavernas, en los agujeros y en las fuentes. Os llamáis 'hijos de la noche'.* (D. Durán, Historia de las Indias.)

6to. Un sentido que popularizó el antropólogo Carlos Castaneda, pero que se percibe detrás de los relatos de los cronistas españoles, es el nagual como líder de una partida de chamanes (Nawaltekutli, *señor nagual*). Castaneda lo define como “*una persona capaz de producir cambio en otros*”. Antaño, los grupos de brujos se organizaban en cofradías llamadas Nawalmekayotl, *linaje de sabiduría*, y se transmitían sus secretos iniciáticos de generación en generación.

7mo. En una acepción completamente filosófica, también se empleaba el término Nawalli para describir aquella Totalidad de la cual proceden todos los Tonalli o seres particulares, tal como vemos en la siguiente cita:

*Yohualli ehecatl nahualli totecuyo -Nuestro señor (Ketsalkoatl) es viento y tinieblas, es el Nagual.*

(Códice Florentino, libro VI, metáfora 70.)

## EL NAWALLI

Las creencias mesoamericanas sostenían que cada uno de nosotros tiene un doble energético, que podemos entrenar para que llegue a ser un vehículo independiente y eterno de la conciencia. El Nagual no es una propiedad natural, sino una entidad divina que se vincula con la persona gracias a un contrato celebrado durante su bautismo. Sin embargo, permanece en estado embrionario en la mayoría de la gente, como una posibilidad de poder que, en la práctica, nunca llega a desarrollarse.

Para los toltecas, poseer un doble robusto y entrenado era la garantía de trascender a la muerte, pues ellos suponían que esta entidad puede albergar indefinidamente la individualidad, a través de un místico proceso de transferencia de los principios concientes llamado Teoneyokolli, *autocreación divina*. En una extraordinaria descripción, los informantes de Sahagún le dijeron:

*El nahualli es sabio, sabe hablar, tiene en su interior un depósito (de energía), no forma parte de la unidad (humana), no hay quien lo burle ni lo sobrepase.* (Códice Florentino.)

La principal propiedad del Nawalli es que puede desdoblarse y separarse del cuerpo físico, creando réplicas visuales de este. El órgano mediante el cual esta operación es posible, es el equivalente energético del útero, una formación luminosa de gran complejidad e impacto visual incomparable, cuya función es reciclar nuestra vitalidad. Se le representaba como una mariposa debido a que posee unos tentáculos extensibles, que ya vimos en la imagen de un danzante de Monte Albán a propósito del segundo centro energético.

En la visión tolteca, el acto de desdoblarse equivalía a un parto espiritual; es por ello que, dentro de la clasificación general de las cosas, el nagual era considerado el aspecto más representativo del lado oscuro, femenino y generador del Universo. Su símbolo era el ocelote, animal de la noche cuyas manchas representaban a las estrellas. En el siguiente mural olmeca, el nagual aparece como una bestia fiera que brota de la matriz del sacerdote.

Ketsalkoatl hizo el mundo gracias a su facultad naguálica, por lo cual uno de los nombres con los que le reverenciaban era Nawalpiltsintli, *príncipe de los naguales*.



*Mural olmeca. Oxtotitlan, Guerrero.*

## DOBLE ENSEÑANZA

El nagualismo es la evolución de antiguas prácticas para el ahorro y la reconducción de la energía. Conserva mucho del carácter arcaico de la sociedad paleolítica, pero también tiene logros que son producto del desarrollo cultural mesoamericano. Desde el punto de vista del individuo, puede decirse que el nagualismo es la fase superior de la Toltequidad; esta pone las ideas mientras que aquel pone la práctica.

Debido a la presión del nagualismo, las enseñanzas toltecas se dividieron en dos ramas: las externas o tradicionales, llamadas *Wewetla'tolli*, *palabras de los ancianos*, y las internas o esotéricas, llamadas en maya Zuyua Than, *lenguaje iniciático*, y en nawatl Nawallatolli, *palabras ocultas*. Un cronista afirma que la enseñanza interna tenía su propio lenguaje:

*En los nombres (del lenguaje secreto) siguen la metáfora del color o (alguna) otra cosa. Estos nombres llaman Nahualtocaatl, que suena en castellano (como) 'nombre arrebozado' o 'nombre que usan los hechiceros'.*

(Alarcón, Tratado de las Idolatrías.)

Ambas formas de conocimiento proceden de la misma fuente, pero adoptan cauces muy diferentes, según a quién vayan dirigidas. Así lo vemos, por ejemplo, en la siguiente imagen, donde un chamán-lechuza está instruyendo con su cara frontal al sacerdote de Ketsalkoatl, y con su cara oculta al de Tescatlipoka. Tal dualidad tenía un sentido preventivo, ya que el nagualismo, al manejar facultades prehumanas que fácilmente se pueden revertir contra nosotros mismos, exige de sus practicantes unos compromisos serios y profundos.



*Doble enseñanza. Códice Nuttall.*

Debo aclarar que este doble lenguaje no implica que los toltecas dieran culto al secreto como un valor en sí, sino que comprendían que la enseñanza tiene que ser impartida de una forma responsable. La violación de dicho requisito dio origen a que en los últimos tiempos del México prehispánico proliferaran sectas de “naguales” mal intencionados, que usaban sus facultades hipnóticas para robar a sus víctimas, así como también charlatanes imitadores que poco a poco fueron sumiendo la profesión en el descrédito. Estas actividades no eran calificadas de Nawallotl, sino de Atiktia, *brujería*, y fueron el pretexto que usaron los invasores para destruir las culturas nativas.

## NAGUALES FALSOS Y VERDADEROS

Una de las principales técnicas empleadas por los naguales es la meditación. Ellos descubrieron que la atención se puede concentrar lo mismo sobre el silencio que sobre una idea cualquiera. En el primer caso produce desapego, visión y demás características de un meditante, pero en el segundo, incrementa poderosamente la Tona o *facultad de sugestión*.

Aprender a sugestionarnos del modo apropiado es clave para nuestro desarrollo, pues hace que el mundo se torne maleable y comience a amoldarse a nuestra intención. Dentro del Kinam, el único objetivo permisible es la búsqueda de la libertad; pero los chamanes del México antiguo se permitieron gustos mucho más personales.

Una persona capaz de producir vacío mental, puede usar la palabra en el momento exacto y con la entonación y fuerza apropiadas para que esta se convierta en una orden de ineludible cumplimiento, completando así el ciclo comenzado cuando Ketsalkoatl pronunció la primera palabra. Según sus inclinaciones, el meditante puede usar ese poder para bien o para mal; en este último caso se convierte en lo que los mexicas llamaban Tlakatekolotl, *hombre-lechuza*.

Los textos especifican muy claramente la diferencia que existe entre los verdaderos naguales y sus copias:

*Un sabio verdadero no deja de amonestar, nos hace tomar un rostro y desarrollarlo, abre nuestros oídos, nos ilumina, es maestro de maestros, ofrece un camino. Conoce lo que hay sobre nosotros y la región de los muertos (es decir, el mundo cotidiano y el del sueño).*

*El buen nahualli tiene un corazón en su interior, es vigilante, atento, auxiliador, a nadie perjudica. (Códice Florentino X.)*

Dicha persona está consciente de su responsabilidad social y no se entrega a acciones negativas, pues sabe que, en última instancia, todo lo que hacemos en esta tierra cae de nuevo sobre nuestras cabezas.

En cambio, el falso nagual se caracteriza por una pomposa ostentación del poder y una oportunista afición por el secreto.

*El falso sabio es como un médico que ignora su oficio o como un hombre sin cordura: dice que tiene la tradición, pero es sólo vanagloria. Es jactancioso y exagerado. Amante de la oscuridad y los rincones, es un ‘sabio’ misterioso, un ‘brujo’ con secretos, un ‘soñador’ que roba a su público, un hechicero que tuerce los rostros ajenos y los extravía, haciendo que los demás pierdan su identidad. Es falso; en lugar de aclarar, encubre las cosas, las torna más difíciles, las mete en dificultades, las destruye. Hace perecer a quienes le siguen a fuerza de misterios.*

(Códice Florentino X.)

Este texto reviste una extraordinaria importancia, porque denuncia una tendencia muy popular entre ciertos “naguales” modernos: la de clasificar el conocimiento para poder venderlo a sus discípulos como una concesión extraordinaria, y al mismo tiempo, disimular el hecho de que, en el fondo, no tienen una verdadera iniciación.

Dentro del Kinam se considera que, tan dañino como transmitir el conocimiento sin responsabilidad, es ocultarlo.

## EL ENTRENAMIENTO DEL NAGUAL

Poseer un Nawalli entrenado es el sello de los chamanes. Dentro de la Toltequidad, este no es un objetivo general, sino una facultad

que algunos de nosotros estamos en condiciones de activar, convirtiéndonos en réplicas concientes de Ketsalkoatl. Toda persona normal puede entrenar a su doble, pues, como dice Armando Carranza:

*Nagual y ombligo tiene hasta el más pobre* (Nahual, tu animal interior).

Según la tradición mesoamericana, hay quienes ya están condicionados para ello desde su concepción.

*Así nacía (un chamán): cuatro veces desaparecía en el vientre de su madre, como si no estuviese preñada; y al crecer el muchacho comenzaba a notarse su función.*

(Sahagún, Primeros memoriales.)

Se consideraba que era particularmente favorable a tal efecto nacer en un día de signo Nueve Perro, sobre todo en el horario de las doce de la noche.

Tal precondition natal tenía que ser sustentada mediante un aprendizaje exhaustivo en escuelas especiales, que generalmente estaban ubicadas en lugares remotos o en las ruinas de antiguas ciudades. Finalmente, el joven era puesto en contacto con su doble, en una prueba que involucraba hacer alianza con los espíritus de la Naturaleza.

A pesar de que el chamanismo ha estado tradicionalmente relacionado con los rituales y las invocaciones, eso es sólo una apariencia. El trabajo de activar al Nawalli no se puede sustituir por operaciones externas; el único modo de emprenderlo es explorando las capas más profundas del subconsciente. Para ello, los seres humanos contamos con dos estados que nos son accesibles en vida, y que constituyen verdaderas oportunidades para nuestra energía: el sueño y la embriaguez. Estudiaremos cada uno de ellos por separado.

## SUEÑO

Los inquisidores de la época colonial recogieron una enorme cantidad de casos judiciales referidos a naguales reales o supuestos.

En casi todos ellos, el elemento onírico es invocado como la clave de la metamorfosis. He aquí unos ejemplos:

*Declara (el acusado) que en verdad se volvió una llama en su sueño y ha volado y visto el mundo, saliendo muchas veces para visitar a sus amigos y compadres...*

*Declara que se vuelve rayo una vez al año, y a veces vuela transformado en gavián. Esto hace quedándose dormido y en sueños...*

*Dijo Gabriel Velasco que es cierto que es brujo. Se queda como adormecido y le parece que ve a todo el mundo, y que empezó de edad de diez años, estando en su pueblo durmiendo.*

(Citados por López Austin, Cuerpo humano e ideología.)



*Hombre-pájaro. Códice Florentino.*

La técnica empleada por estas personas es una especie de meditación dentro del sueño. Así como podemos disponernos en un momento de la vigilia, sentarnos en un rincón, apaciguar la mente y volcar la atención hacia el interior, también podemos hacer lo mismo cuando estamos dormidos. Sólo que, en este caso, los efectos son incomparablemente más poderosos que durante la meditación habitual.

Los practicantes de Kinam que no cultivan sus sueños, podrían considerar que la meditación y el ensueño no tienen nada en común. Pero, desde la óptica tolteca, se trata de dos aspectos de la misma técnica, pues ambos están referidos a una misma función: arrojar luz sobre nuestros estados de subconciencia.

Se comienza ejercitando la memoria. Tal como hoy vamos a la escuela para aprender matemáticas y geografía, el arte de recordar los sueños era una de las asignaturas básicas en las escuelas mexicas. Según cuenta el padre Sahagún, los profesores recibían el título de *Temikishimatini*, *intérpretes de sueños*, y tenían una función orientadora parecida a la de los psicoanalistas actuales. Se sabe que estos especialistas tenían códigos, hoy desaparecidos, donde apuntaban los sueños por categorías, para ayudarse a entrenar a sus discípulos o a tratar a sus pacientes.

*Muchas cosas hacían o dejaban de hacer por los sueños, en que mucho miraban, de los cuales tenían libros, y lo que significaban, por imágenes y figuras.*

(Las Casas, Los indios de México y Nueva España.)

Algo notable es que los analistas de sueños no se limitaban a descifrar estos según su simbolismo, sino que también aprendían el difícil arte de penetrar en la mente de la persona dormida para recibir la información de primera mano y, en caso eventual, ayudarla a conducir sus sueños hacia objetivos placenteros y edificantes. Esta tecnología, aplicada a las enfermedades de origen psicosomático, producía curaciones asombrosas que llenaron de confusión a los padres españoles.

En español tenemos tres palabras para referirnos a los estados oníricos: dormir, despertar y soñar; con ellas lo componemos todo. En cambio, el nawatl contiene una asombrosa cantidad de términos referente al sueño, lo cual demuestra el nivel de sofisticación que alcanzó el arte de soñar entre los mexicanos.

El sueño común recibía el nombre de *Kochistli*, *modorra*, una palabra relacionada con el lado animal de nuestro cuerpo. *Kochispan*

era *lo que ocurre durante el sueño ordinario*. Había un nombre genérico para referirse al sujeto de estos sueños: Poshakua, *dormilón*.

Ahora bien, el *sueño humano*, con contenido derivado de nuestra experiencia cultural, era Temiktli, voz formada por las raíces Temi, *pleno*, e Ik, *hacer o estar*, que por su sonido se asociaba con el verbo Temiktia, *morir*. La propia imagen durante un sueño era el Temikini, *soñador*.

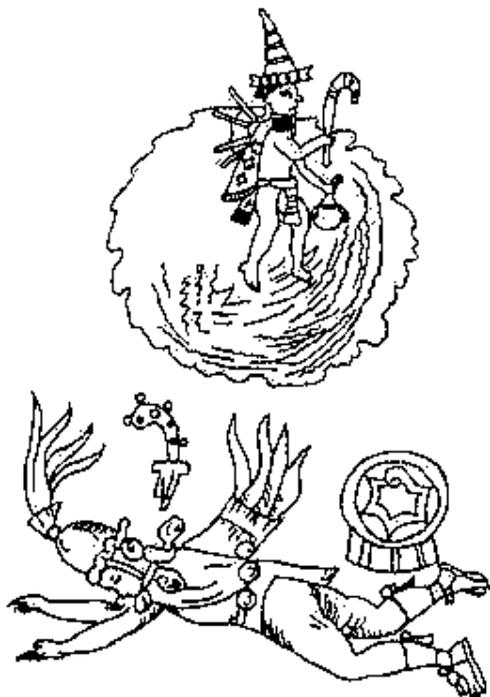
Los sueños especiales se calificaban de Temishoch, *sueño florido*. Su definición técnica es: un sueño en el cual prestamos atención concentrada, sin habérselo propuesto previamente durante la vigilia. En tal estado son frecuentes ciertas experiencias que los prehispánicos consideraban revelaciones de Ketsalkoatl, y a las que llamaban Kochtlachiwelistli, *visión de ensueños*.

Había dos modos de salir del sueño: Kochewa, *desperzarse* -el despertar ordinario cuando salimos a la vida cotidiana-, y otro llamado Sasa. Este término es muy interesante, porque un cronista lo traduce como *despertar*, pero literalmente significa *caer preso y liberarse, y cambiar de casa*. La clave de este despertar es que no ocurre por cambio automático del estado de la conciencia, como suele pasarnos cada mañana, sino por un acto de voluntad en el que se disuelven definitivamente los significados habituales de lo que consideramos ser el sueño y la vigilia.

La ensoñación voluntaria no se consideraba una fantasía, sino un estado de la existencia equivalente a la realidad de la vigilia. Por ello recibía el nombre de Melawakatemiktli, *sueño verdadero*. El sujeto de este tipo de experiencia no era la persona durmiente, sino su Nawalli.

Quienes conseguían despertar dentro del sueño recibían el título honorífico de Itstika, *despiertos*, lo cual significaba que ya nunca más volvían a dormirse.

En el siguiente poema maya, este estado especial de conciencia es aludido con las expresiones cargadas de un fuerte contenido alquímico:



*Ketsalkoatl y su doble de ensueños. Códice Florentino.*



*Revelación en sueños. Vaso maya.*

*Sueña que escoges hasta el día en que seas tú cogido de la tierra. Sueño es el rocío del cielo, el jugo del cielo, la esencia del cielo; la flor de oro del centro del cielo es un sueño. Gana y lleva contento la piedra roja que has soñado; esencia del cielo has soñado. (Chilam Balam de Chumayel.)*

## LA EMBRIAGUEZ

El segundo gran campo donde podemos entrenar al Nawalli, es cuando perdemos el control de nuestras acciones y percepciones. Estos momentos son genéricamente clasificados de “embriaguez”.

La embriaguez es un estado indeseable, porque implica ceder el control –¡y podemos estar seguros de que siempre habrá alguien dispuesto a tomarlo por nosotros! Sin embargo, en condiciones experimentales, la embriaguez inducida puede convertirse en una formidable herramienta chamánica. Si hablamos de las prácticas del México antiguo, es inevitable que toquemos este asunto.

Una de las técnicas favoritas de los naguales del pasado y el presente para modificar sus estados de conciencia, es el consumo ritual de plantas sagradas. Ya vimos la fuerte reprimenda que contienen los Wewetla’tolli contra el uso indiscriminado de esas plantas, incluyendo el tabaco. Pero, con el mismo énfasis, la sociedad prehispánica promovía su uso legítimo, en un contexto estrictamente religioso, y las calificaba como las “flores de Ometeotl” (Shochinanakatl).

*He bebido vino de hongos y mi corazón llora, porque me siento solo, porque he visto que voy a desaparecer. ¡Son tus flores, oh Dador de Vida! Pero llega el verano, todo se renueva, tú te adornas con cantos. ¡Son tus flores que embriagan!*

(Cantares de los Señores.)



*Meditación del hongo.  
Escultura maya.*

Los versos anteriores nos dan una idea del efecto que causan estas plantas sobre el espíritu humano: nos proporcionan una visión directa de la realidad. Pero no confundamos las cosas: la visión no proviene de las plantas en sí, sino del manejo que hagamos de ellas. Ese manejo es muy semejante al uso pragmático del sueño: basta con darse las órdenes apropiadas inmediatamente antes de la ingesta de la planta, y emplear el estado subsiguiente como pretexto para el despliegue de la voluntad.

Técnicamente, el estado en que permanecen un soñador y un consumidor de plantas sagradas es el mismo. Se puede saltar de una experiencia a la otra sin pasar por la vigilia, soslayando así la perversa prohibición que han hecho los sistemas políticos y religiosos de Occidente, de la modificación de los estados de la conciencia.

Mesoamérica conoció más de cien variedades de plantas poderosas, de las que los códices nos dejaron abundantes descripciones.

Las más importantes eran: los hongos llamados Teonanakatl, *carne de dios*, cuyo activo químico es la psilosibina; la pequeña y negra semilla del Ololliu'ki, *enredadera*; el cactus Peyotl, *masa*, productor de mezcalina; y las flores, raíces y semillas del Toloatsin, *respetable (planta) que inclina la cabeza*, hoy conocido como floripondio, cuyo alcaloide principal es la atropina.

El cronista Sahagún escribió algunas referencias sobre los usos positivos de estas plantas:

*Hay una planta que se llama 'hierba de la serpiente', cuya semilla es el ololiuhqui... los que la comen ven visiones. Esta hierba es medicinal. Hay otra que llaman peyotl, que es como un manjar para los chichimecas, pues los mantiene y les da ánimos para pelear y no tener miedo, sed ni hambre, y dicen que los guarda de todo peligro. Hay otra que se llama mixitl. Si tiene los ojos abiertos el que la come, ya no los puede volver a cerrar; y si los tiene cerrados, ya no los puede volver a abrir.*

(Códice Florentino XI.)

Las plantas sagradas no se podían consumir de una forma cualquiera, había que tratarlas con todo respeto. Un elemento importante era la soledad, pues la comunión con los dioses era un asunto demasiado serio para hacerlo en común, y la experiencia demostraba que los rituales colectivos degeneraban en prácticas contrarias a la salud física y mental. He aquí la fórmula tolteca para la comunión del peyote:



*Hongos e incienso: los símbolos del Chamán y el sacerdote. Códice Nuttall.*

*La misma veneración tienen al peyote, que es muy (bien) recibido por todos ellos. El modo de tomar esta bebida es: (primero) señalar el día (más auspicioso, según el calendario sagrado). Luego, el que ha de beber se informa muy bien sobre el motivo por el que lo está tomando (es decir, medita al respecto. A continuación) adereza el oratorio de la casa con mucha decencia, como si esperase la visita de un gran personaje, con ramas y perfumes. Luego bebe (la infusión), encendiendo velas en el altar. Allí se les presenta a su imaginación un viejo (Weweteotl) que, dicen, es quien decide sobre las materias que desean saber.*

(Alarcón, Tratado de las Idolatrías.)

Debido a la influencia de estas plantas sobre los individuos y la sociedad, el arte y demás manifestaciones culturales del antiguo México nos suelen parecer excesivamente esotéricos y profusos. También es la causa del pragmatismo casi nihilista de la filosofía tolteca. En aquella sociedad no había necesidad de creer a ciegas, porque los devotos podían testificar directamente el mundo de los dioses.

## EL ACECHO

En tiempos recientes, Castaneda introdujo un interesante término para definir al acto de controlar el sueño y la embriaguez sagrada a fuerza de voluntad: acecho. En términos psicológicos, el acecho es la fijeza de la atención; también podemos definirlo como la neutralización de los cambios de estado de la conciencia.

Acechamos de forma natural cuando despertamos de un sueño y nos concentramos en la realidad cotidiana. Desde el punto de vista de la energía, lo que ocurre en ese momento es un fenómeno que el mito mesoamericano describe con la metáfora del descenso de las arañas, esto es, el despliegue de los centros vitales, antes replegados en un punto, para conformar una estructura rígida. Esa estructura produce, en términos de los sentidos, un cuerpo físico, y a nivel mental, unas ideas coherentes e integradas sobre el mundo.

Un niño pequeño no sabe acechar, su atención divaga, concediendo la misma importancia a cada uno de los estímulos que llegan hasta sus centros perceptivos; está soñando, aun con los ojos abiertos. Cuando un adulto manifiesta los mismos síntomas, decimos que está ebrio, y si la situación se hace crónica, entonces se trata de un demente. Los chamanes que acechan la percepción con parámetros diferentes de los habituales, también pueden parecerse dementes.

Hablando en términos prácticos, diré que, al ensoñar o experimentar los efectos de los enteógenos, tenemos acceso a estados novedosos de la conciencia, mientras que al acechar convertimos esos estados en espacios operativos. Un chamán puede proceder en forma controlada allí donde otra persona se sentiría terriblemente desorientada, e incluso, en los estados fronterizos de la muerte. Asimismo, puede extraer conocimientos sobre el mundo de dimensiones de la conciencia que, para el resto de la gente, son puro mito.

Cuando la voluntad opera en un medio diferente de la realidad cotidiana, entonces el sujeto de las experiencias se llama el Nawalli.

Un Nawalli que se reconoce a sí mismo, puede regresar siempre a su punto de partida; pero uno que no se reconoce, probablemente termine capturado por alguna visión y termine interpretándose como lo que habitualmente llamamos un ser humano.

Los toltecas distinguían diversos tipos de *acecho*, que quedaron recogidos en la lengua nawatl. Aunque pertenecen por categoría a las artes marciales, también tienen una dimensión chamánica, pues podemos usarlos para entrenarnos a nosotros mismos frente a nuestras debilidades de carácter.

Estaba el *acecho* en general, llamado Pipia y considerado más como una actitud interna de alerta que como una actividad específica. Aplicado a una guerra, produce estrategias militares, pero aplicado al sueño, es la condición del despertar.

Ami es el acto de *cazar* las propias debilidades a través de trampas o tentaciones -una técnica peligrosa, porque implica concentrar la atención en objetos paradójicos, que obliguen a la voluntad a hacer acto de presencia.

Tlallanuya, *acechar enterrado*, que apenas aparece la cabeza, es un tipo de purificación a través del elemento tierra; pero en sentido figurado, es el arte de aprender a ocultarse detrás de máscaras conductuales para espiar la conducta colectiva de quienes nos rodean y así detectar nuestras propias rutinas.

Muy relacionada con la anterior, la técnica de Tlatia, *hacerse invisible o inconspicuo*, consiste en “desaparecer” en un medio dado, utilizando las costumbres y actitudes características del mismo hasta mimetizarnos. Su base es un cuidadoso análisis del medio y el control de nuestras reacciones. Es algo de suma importancia para la práctica del sueño controlado, por razones que los practicantes detectarán por sí mismos.

Nakaketsa, *acechar escuchando* en la oscuridad, es un ejercicio notable para producir silencio interior. En una acepción amplia, es el arte de emplear los sentidos físicos en formas inusuales, captando aspectos del mundo que ordinariamente pasamos por alto.

El arte característico de los naguales, como su nombre lo indica, era Nawallachia, un término que los diccionarios traducen: *acechar mirando con cautela*. Consiste en una forma especial de ver el mundo, en la cual el foco no está en el centro, sino en la periferia. Es aplicable a las agresiones humanas o inhumanas que en ocasiones sufren los chamanes.

## LOS PODERES DE LA NATURALEZA

La fuente de la energía de los naguales son los poderes de la Naturaleza —el fuego, los huracanes, las corrientes de agua, nubes, rayos, estrellas, etcétera. Esto no implica que ellos tengan creencias animistas, sino que, con su aguda sensibilidad, captan el lado abstracto de esas fuerzas, dejándose arrastrar hasta un plano de atención muy alejado de nuestros afanes cotidianos, donde encuentran paz, plenitud y gozo que no se acaba.

Los prehispánicos personificaron esos poderes como si se trataran de entidades individuales. Distinguían una enorme variedad de espíritus, a los que daban los nombres de Mikteka, *seres de lo profundo*, Awake, *dueños del monte*, Apishke, *vigilantes de las aguas*, Tlaloke, *hijos de Tlalok*, Tonaloke, *espíritus solares*, Tetsawi, *fantasmas*, Tlankochtetechkame, *espíritus colmilludos*, Tlakatekolotl, *espectros*, Tsitsimitl, *demonios*, etcétera.

Según estas creencias, se trata de verdaderas especies de seres concientes, moradores del lado onírico del mundo, algunas de las cuales fueron en su momento seres humanos. Unos son neutros, otros benévolos y también los hay que son perjudiciales para nuestra salud. Nosotros mismos somos una terrible plaga para muchos de ellos, porque nuestra intrusión desorganiza la energía de su hábitat.

El motivo para hacer alianza con esos poderes es que podemos intercambiar nuestros sentidos con los de ellos, accediendo de ese modo a nuevas ventanas por donde atisbar el Universo. Esto, por sí mismo, tiene el efecto de atraer y acumular energía.



*El espíritu elemental de los hongos.  
Códice Florentino.*

Para establecer tales alianzas, lo primero que tenemos que hacer, es cultivar la serenidad, una virtud muy necesaria cuando se trata de enfrentar a fuentes de energía mayores que nosotros.

El segundo paso es llenarse de valor, osadía y curiosidad. El valor del tolteca no es la ausencia de miedo, sino el control del miedo. De hecho, el manejo dosificado de las explosiones de temor, ira, celos, simpatía o amor, es clave para relacionarnos con aquel mundo, porque las emociones son el valor universal de cambio.

Lo tercero es ahorrar al máximo la energía personal, pues el contacto con otros niveles de conciencia consume casi por completo nuestros recursos. Para ello, los naguales de antaño diseñaban sus vidas de modo tal, que ninguna atadura emocional, social o física podía condicionarles.

Y el cuarto paso, usando los términos de Castaneda, es *colocarse deliberadamente en el camino del poder*. Un ejemplo de esta actitud, totalmente metafórico, era la práctica a la que se dedicaban ciertos chamanes mexicas llamados Ayawalko Tlamaseu'ke, *merecedores del agua*.

*Estos iban río arriba con su calabazo hasta el remanso o remolino, donde se mostraban al cocodrilo (espíritu guardián).*

*Viéndolo, saltaban sobre su cuello y daban vueltas en derredor del remolino. Luego se zambullían (y) se dejaban (ir) río abajo, hasta llegar a su pueblo. (Alarcón, Tratado de las Idolatrías.)*

## LA ALQUIMIA TOLTECA

Un capítulo especial del chamanismo mesoamericano, es lo que se ha dado en llamar la Alquimia Tolteca. Su principio era la trasmutación de los cuatro vehículos de la conciencia a través del quinto, convirtiendo las manifestaciones física, mental, emocional y vital, en conciencia pura. Esta es una materia muy esotérica, y es preciso entenderla con un punto de vista espiritual, sin ceder a las supersticiones que la han contaminado.

La alquimia simbólica, tal como se enseña con mucha pompa y secreto en las escuelas del Viejo Mundo, maneja una serie de símbolos que los malos alquimistas suelen tomar como realidades físicas, metiéndose en caminos que, en el mejor de los casos, sólo terminan en la frustración.

Pero la alquimia verdadera, tal como se enseñaba en las escuelas iniciáticas del antiguo México, es una vía rápida a la activación de cierta calidad de energía depositada en el centro vital ubicado en la base de la columna vertebral, que en la India se conoce como Kundalini.

El atamor, llamado aquí Kuau'shikalli, *vaso del águila*, es el centro abdominal que tienen que desarrollar tanto el varón como la hembra para producir el milagro del ensueño. Su contenido es el Atlachinolli, *agua quemada* -el estado activado de la energía. El óvulo o semilla que se deposita en él es un tipo de concentración que despierta de su letargo al embrión del doble de ensueños.

La fase de Putre, descrita como una inmersión en el Miktlan, los nueve *inframundos*, es la descomposición de los principios personales del practicante a través de técnicas como la meditación, el auto-acecho y el recuento de la historia personal. Luego viene la fase del Albedo, en la cual la energía, despojada de su personalidad, resucita como un nuevo ser, el Yolilistli, *vivificado*, para ascender a

través de los trece cielos o planos superiores de conciencia. La fase final, Rubí, aquí tenía el color verde, por causa de que las culturas mesoamericanas no conocieron los rubíes y representaban la cristalización mediante los jades. Jade es la mutación final de la conciencia, la transformación del “plomo” del cuerpo físico en el “oro” del Nawalli, mediante la cual el sujeto da un salto mortal perceptivo y nunca más vuelve a despertar a la vida cotidiana.

El emblema mesoamericano de la obra alquímica era el jeroglífico Atlachinolli, formado por dos espirales entrelazadas, una de ellas curvilínea (agua) y la otra angular (fuego). En el dibujo, ese glifo está rodeado por los dos árboles de las energías polares y coronado con el carrizal representativo de la ciudad de Tula, ya que los toltecas fueron los alquimistas prehispánicos por excelencia.



*El ascenso de la energía serpentina. Códice Laúd.*



*Glifo Atlachinolli. Historia Tolteca Chichimeca.*

## LA ENERGÍA SEXUAL

El aspecto central de la alquimia tolteca es el cultivo de la sexualidad. Lo primero que debemos saber al respecto es que la energía sexual es la fuente de todo lo que somos. No importa cuán activos tengamos los centros intermedios de percepción, en realidad toda nuestra vida gira en torno a esos dos centros que circunscriben el sistema: Kolotl, el área por donde entran a nosotros las fuerzas vitales de la Madre Tierra, y Tekpatl, el centro selector de las vibraciones cósmicas.

Lo segundo: que el acto sexual consiste en un intercambio de energía, y ese intercambio siempre implica un desgaste.

Lo tercero: que cuando el acto sexual fragua en la gestación de un niño, ello modifica radicalmente la energía de los padres. Castaneda lo describe así:

*Vean a la gente que tiene hijos. Ellos piensan: 'lo que me ha venido a complementar es tener un hijo', pero no es así. Lo que realmente pasa es que, cuando un niño nace, jala para sí los espíritus del padre y de la madre, les quita la locura y los deja incompletos. El mundo esta hecho por y para seres incompletos.*

(Entrevista para la revista El, no. 90, marzo de 1977.)

Lo cuarto que debemos saber, es que los chamanes del México antiguo descubrieron fórmulas alternas a la sexualidad habitual, que permiten minimizar los riesgos del uso de esta facultad, maximizando sus posibilidades.

Los sexos reciben en nawatl los nombres de Siwatl, *hembra*, y Okichtli, *macho*; pero las funciones sexuales tenían en la antigüedad nombres específicos: Yoma, lo *femenino*, y Tlapalli, lo *masculino*. Ambos conceptos forman verbos: Yomonía, *bullir de vida*, y Tlapaltia, *dar colores o cualidades* a las cosas. Ketsalkoatl era el señor de la generación en sentido abstracto, y su avatar físico, Se Akatl, de la reproducción biológica, tal como se muestra en los jeroglíficos de su nombre: la caña y el óvulo.

Había dos actitudes con respecto a la manipulación de la energía sexual. La primera era el método de los monjes, quienes renunciaban al sexo físico. La causa de su voto quedó recogida en el siguiente texto:

*El órgano sexual femenino existe para la lujuria de la noche; destruye el cuerpo de madera y el cuerpo de piedra (es decir, al vehículo físico y a su energía).*

(Ritual de los Bacabs.)

Contrario a lo que parece, esta descripción no tiene un sentido peyorativo; describe únicamente el hecho de que la función sexual, representada por la hembra debido a su condición de madre, es el objeto de la existencia biológica. Una vez cumplido con el ciclo reproductivo, esta pierde su razón de ser. Para compensar las presiones psicológicas que el voto de castidad les producía, los monjes recurrían a diversas técnicas, como mantener la atención constantemente a la altura del corazón, dieta especializada, lavados intestinales y penitencia.

Detrás de esta renuncia también había factores sociales, que fueron perspicazmente notados por Castaneda:

*...la religión católica obliga a sus dirigentes a ser célibes, y consecuentemente, completos. Los creyentes (en cambio) somos incompletos. Esta es una relación muy importante, porque crea en el cura la conciencia del dirigente, del verdadero nagual completo, lo aparta del camino de la reproducción y del peligro de ser un seguidor.*

(Entrevista para la revista El, no. 90, marzo de 1977.)

La segunda actitud era un arte comparable al Tantra de la India, que aquí recibía el nombre de Yontlapalli.

Esta voz significa en sentido recto *la unión de lo femenino y lo masculino*, aunque el padre Molina, por espíritu de castidad, prefiere traducirla en forma elíptica: *de ambos lados*. Dicho arte era simbolizado por la lagartija o el camaleón, por la fama de este animal de potencia sexual.

Tanto en Mesoamérica como en los Andes se conservó una gran cantidad de figurillas, vasijas y dibujos murales que hacen referencia al tantra tolteca. Lamentablemente, esos testimonios se encuentran ocultos en los sótanos de los museos, porque el puritanismo de la cultura occidental nos impele a censurarlos. Sin embargo, su fin no era pornográfico, puesto que su intención no era representar realidades físicas; como afirma un estudioso, la connotación ritual que tenía el arte erótico indígena es testimonio de una búsqueda espiritual con fines trascendentes.

*(En las culturas indoamericanas) la sexualidad humana y la sexualidad en la Naturaleza fue elevada, por así decirlo, a las esferas divinas. Al menos, la mitad de los cinco mil huacos encontrados con estas representaciones (eróticas en Perú) ... son objetos rituales del culto a la fecundidad.*

(Federico Kauffman-Doig, El sexo en el Antiguo Perú.)

Tanto el método de la renuncia como el de la exploración y desarrollo de la sexualidad, se complementaban en el camino de los naguales.

El mito mesoamericano afirmaba que, al comienzo de la creación, el ser humano era hermafrodita, es decir, moraba en un estado de conciencia más allá de las dualidades de la materia.

*Estaban unidos los huesos del hombre y la mujer, aún no habían sido separados. (Anales de Cuauhtitlan.)*

Aquí se está refiriendo, no a la hipotética existencia de seres hermafroditas en un remoto pasado, sino al estado de conciencia de los niños, quienes son capaces de ver directamente la energía. Según la teoría, la causa de que dicho estado de gracia se transforme en el adulto en una visión concentrada en el mundo de las formas -aludido con las metáforas del “mundo de la profundidad” y el “sueño” -se encuentra en el Sol:

*He aquí, la matriz de todo deseo sexual es nuestro padre el Sol (Yum Kin)... Me pongo de pie yo, que soy tu madre y padre, y te condeno a morar en el mundo de la profundidad... Me refiero a*

*ti, pues sobre tu cuerpo de madera y tu cuerpo de piedra ha descendido el sueño.*

(Ritual de los Bacabs.)

Lo que procuraban los naguales a través de la exploración responsable de la sexualidad, era salir del aletargamiento inducido por la fijeza de la percepción en el centro sexual, recuperando la libertad perceptual de nuestro origen mediante la progresiva activación de los centros vitales, siete en el plano biológico y trece a escala cósmica. Ese camino de retorno a la conciencia solar, que el texto maya describe en términos científicos, como un aumento de la frecuencia vibratoria del sujeto, era simbolizado por los trece cántaros de agua bendita, recogida de pozos sagrados, que empleaban los sacerdotes durante las ceremonias.

*Serán necesarios mis trece cántaros de agua pura para aumentar la intensidad de tus estremecimientos, trece inmersiones en mi agua del cielo, en mi agua de nieblas, para enfriarte la nocturna lujuria...*

*He aquí, mis trece cántaros de agua de cenote, mis trece medidas de agua (espiritual) se han filtrado en la piedra (la materia). Te estoy liberando de la tierra, de la oscuridad, de lo sucio y lo mortal. Te estoy desatando del principio rojo (la sangre o herencia genética), de la condición del simio. Soy el gran libertador. ¿Acaso te estoy sacudiendo demasiado fuerte? ¡Adelante, iniciado, esfuérzate!*

(Ritual de los Bacabs.)

Castaneda también usa la imagen del andrógino, como síntesis de la dualidad genérica en nuestro propio ser, y aclara que ello implica una muerte iniciática:

*El hombre camina a la derecha y la mujer a la izquierda. Pero después de algún tiempo, se rompe esa formación, porque el brujo no es ni hombre ni mujer: es el ser que va a morir.*

(Entrevista para la revista El, número 90, marzo de 1977.)



*El hermafrodita. Escultura huasteca.*

## CAPÍTULO 10

## YEKOATL, EJERCICIOS FÍSICOS

LA última etapa de nuestro recorrido es el entrenamiento del cuerpo físico.

Los antiguos mexicanos eran muy dados a los ejercicios, a los que llamaban Yekoatl o Yeyekoa, *experimentación*; prueba de ello son los más de dos mil estadios que han descubierto los arqueólogos en Mesoamérica. Si observamos los dibujos y esculturas que tan generosamente nos regalaron, notaremos que contienen una enorme cantidad de posturas, gestos y pases, y que estos no son arbitrarios, pues obedecen a unos códigos comunes. Al clasificar esa información, resultan las siguientes categorías:

- En primer lugar, las posturas fijas, relacionadas casi siempre con actos de adoración o meditación.

Están complementadas con dos tipos de lenguaje corporal: los gestos faciales y los manuales.

- En segundo término, las posturas con movimiento, entre las cuales sobresalen las “marchas toltecas”.

- Por último, estaban las coreografías relacionadas con el

deporte, la danza y el entrenamiento militar, algunas de las cuales se practican hasta la actualidad.

Los ejercicios toltecas tienen una peculiaridad que los diferencia de otros sistemas de entrenamiento de la tierra: están diseñados principalmente para el ensueño. Practicarlos durante la vigilia es apenas un paso inicial; el verdadero objetivo del entrenamiento es poder repetirlos más tarde, cuando estamos dormidos. En ese caso, los ejercicios dejan de ser movimientos del cuerpo físico y se transforman en llaves que nos permiten abrir los conductos sellados de la energía.

## CUERPO Y COSMOVISIÓN

Al revisar la propuesta cultural del México antiguo, lo primero que salta a la vista es que el legado tolteca no consiste en abultados textos de filosofía, sino en métodos para llegar a realizaciones estéticas, religiosas, sociales y productivas. Aun en el terreno de la religión y las creencias, aquella sociedad prefería orientarse hacia la práctica; el término nawatl más cercano a nuestra noción de “fe” era Neltokilia, *verificar la realidad de un asunto*.

“Hacer” era la palabra de orden. La historia de Anawak nos habla de un esfuerzo concentrado, que apeló a los sentimientos más profundos del ser humano a través de símbolos altamente emotivos, y se expresó en un derroche de obras de arte poco igualado en otras latitudes. Cuando estudiamos esas obras, notamos que el centro de sus representaciones es el cuerpo humano.

En Mesoamérica, la representación del cuerpo alcanzó un extraordinario dinamismo. Es difícil encontrar en este arte una figura inerte; aun los diseños de cadáveres y objetos inanimados rebosan de vida y adoptan posiciones intencionales. La antropomorfización del Cosmos se aplicaba incluso a los conceptos abstractos; por ejemplo, el quinto elemento de la creación, que otras culturas relacionaron con la mente o el espacio, aquí era llamado Ollin, *movimiento*, de la raíz



*Representación del quinto elemento. Códice Borbónico.*

abstractos; por ejemplo, el quinto elemento de la creación, que otras culturas relacionaron con la mente o el espacio, aquí era llamado Ollin, *movimiento*, de la raíz Yol, *vida*, y se representaba como un hombrecillo que se tuerce sobre sí mismo.

Una muestra de la atención concedida al cuerpo y sus funciones, es la abundancia de términos en nawatl que describen

acciones que en las lenguas de Occidente requieren de varias palabras para su enunciación; por ejemplo, Aktikak, *hincarse de rodillas*, Akistok, *echarse de espaldas con los miembros contraídos*, Tlatekoaka, *órganos realizadores de la voluntad*, etcétera.

La elevada consideración concedida al cuerpo no partía de una concepción materialista del mundo, sino de una visión espiritual de las formas. Donde nosotros vemos limitaciones, los toltecas percibían el arquetipo cósmico, porque para ellos no había discontinuidad entre la materia y el espíritu. La prueba de la estatura moral de los antepasados radicaba tanto en su devoción, como en su porte y su salud:

*Había en ellos sabiduría, no conocían pecado. Tenían santa devoción, vivían saludables, sin enfermedades ni dolor. Rectamente, erguido iba su cuerpo. (Chilam Balam.)*

En consecuencia, el cuerpo fue elevado a la categoría de un símbolo sagrado, y sus órganos, funciones y posturas sirvieron de modelo para interpretar el Cosmos. Como nota un estudioso:

*Las concepciones (mesoamericanas) relativas al cuerpo humano formaban parte de un sistema ideológico que... se integraba a otros para formar una cosmovisión.*

(López Austin, Cuerpo humano e ideología.)

## VESTIGIOS DE UNA ANTIGUA TÉCNICA

En un marco ideológico como el que acabo de describir, fue inevitable que surgieran aplicaciones concretas de la cosmovisión, y que estas se estructuraran en una disciplina psicofísica integral. Ello implica la existencia de escuelas, entrenadores, torneos, ritos de pase, y de un lenguaje especializado que debió dejar sus huellas en otros aspectos de la cultura.

Animado con la esperanza de encontrar vestigios de este antiguo sistema, en 1999 interrogué al anciano don Felipe Alvarado Peralta, líder espiritual de la comunidad indígena de Amatlan de Quetzalcoatl, en el estado de Morelos. Este señor me comunicó que, durante su niñez, sus antepasados le inculcaron un sistema de conducta, posturas y actitudes al que llamaban Moyektilia, *nuestra forma correcta de hacer las cosas*. Fue muy emocionante para mí observar cómo, al pronunciar esta sonora palabra, el anciano trataba de erguir instintivamente su debilitada columna vertebral.

Al investigar sobre este asunto, encontré que el padre Sahagún recogió en su diccionario nawatl la palabra Moyektilia, traduciéndola: *Él se limpia, se cuida y perfecciona*. El mismo cronista reporta haber sido testigo de rituales de oración que duraban a veces todo un día. ¿Qué significa esto? Que los practicantes estaban físicamente preparados.

Los diseños plasmados en vasijas, piedras, paredes y códices no sólo son motivos artísticos, sino también didácticos, pues su función es describir, paso a paso, toda una serie de ejercicios que podemos repetir aun hoy, encontrando sus secretos y disfrutando de sus efectos. Como nota un autor, las esculturas de los viejos olmecas contienen pautas para ejecutar un gran número de lo que él llama “posturas totémicas”, ya que consisten en:

*Adoptar las actitudes de los diferentes animales sagrados, adquiriendo de este modo los poderes naturales que permiten al chamán viajar al mundo espiritual.*

(Manuel López Fierro, Yoga Mesoamericano, <http://sieteluces.com/luz/terapias.>)

Lo mismo podríamos decir de las imágenes mayas, zapotecas o mexicas. En este sentido, el legado gráfico del antiguo México es tan copioso como el de la India y suple, al menos en parte, la pérdida de los textos y tradiciones orales que debieron existir.

Clasificar este arsenal de ejercicios es una tarea que requerirá muchos años, y su resultado seguramente arrojará una gran luz sobre las ideas prehispánicas. Como trabajo tentativo, he seleccionado aquellas posturas que, por su reiterada aparición en las fuentes gráficas y por contar con un nombre propio, están suficientemente tipificadas.

## LAS POSTURAS SEDENTES

El primer grupo que analizaremos es el de las posturas llamadas Semka, *estables o sedentes*, que se caracterizan porque, una vez conseguida la posición, el cuerpo permanece tan inmóvil como sea posible, o realiza movimientos de la cabeza. Su principal efecto es sobre el sistema linfo-glandular y los centros energéticos. Estas posturas se dividen en cinco grupos, según la forma en que se coloca el cuerpo: tendido, sentado, agachado, de pie e invertido. Veamos brevemente sus características, poniendo unos ejemplos de cada caso.

Grupo I. En las posturas Onok, *tendidas*, el peso del cuerpo se apoya sobre la espalda o sobre una combinación de extremidades y glúteos. El ejemplo clásico de este grupo es el Chacmol. Los arqueólogos llaman así a un grupo de esculturas prehispánicas que han aparecido a la entrada de los templos del período posclásico. Su nombre en nawatl es Akistok, *echarse en el suelo con los miembros recogidos*. En esta postura, los tres planos del espacio se conjugan en forma conspicua, centrándose sobre un recipiente de energía ubicado sobre el vientre, metafóricamente llamado Kuau'shikalli, *vaso del águila*. Por su exclusiva asociación con Mesoamérica y sus poderosos efectos sobre la atención, la hemos adoptado como insignia del Kinam.



*Postura del Chacmol. Chichén Itzá.*

Grupo II. Las posturas de este tipo se llaman Tlalia *sentadas*. El peso del cuerpo se apoya en la base de los glúteos, y secundariamente, en los pies, piernas y rodillas. Es importante que los kinames aprendan a realizarlas, ya que constituyen la clave para una correcta meditación.

Podemos mencionar como ejemplo cuatro variantes del cruce de piernas llamadas Sentlalili, *cruce simple*, Shomalina, *cruce con media atadura*, Weshomalina, *cruce con doble atadura* (equivale a la que en yoga se conoce como “loto”) y Kutstinepanko, *plantas unidas*, consistente en unir las plantas de los pies cerca de las ingles, pegando las rodillas al suelo.

Grupo III. Las posiciones del grupo Mopacho, *agachado*, se caracterizan porque el peso del cuerpo descansa enteramente sobre los pies o sobre una combinación de pies y rodillas. La más fácil de practicar es la que Carlos Castaneda llama “posición del guerrero”, cuyo nombre nawatl es Ishtosholli, *vigilia*. Esta es útil para los momentos en que tenemos que permanecer alertas en el monte. Consiste en descansar el peso del cuerpo sobre un pie replegado bajo los glúteos a modo de palanca, para así poder levantarse de un salto.



*Posturas sedentes: Sentlalili, Shomalina, Weshomalina y Kutstinepanko. Escultura olmeca y figurillas maya y huasteca y teotihuacana. Fotos: Justin Kerr.*

Mencionemos además a Kueli o Kueliwi, *plegado*, en la cual ambas rodillas tocan el suelo, apropiada para la práctica meditativa, y Tlalkua, *comer tierra*, consistente en poner una rodilla en el suelo e inclinar levemente la cabeza. Esta última era la posición habitual del saludo prehispánico.



*Posturas Ishtosholli, Kueli y Tlalkua.  
Escultura de Veracruz y figurillas mayas. Fotos: Justin Kerr.*

Grupo IV. Las posturas del grupo Ikak, *de pie*, son muy simples de ejecutar, pero producen efectos profundos en el flujo de la atención, ya que nos inducen un sentimiento de ascenso. Consisten en apoyarnos exclusivamente sobre las plantas o las puntas de los pies.

Una de ellas, representada con mucha frecuencia en el arte tolteca, es la postura Ketsti, *de pie*, llamada “de los atlantes”, en la cual los brazos permanecen recogidos a los lados del cuerpo. Dos de sus variantes son Ketsilo, *de pie en puntillas*, y Tameme, *cargador*, en la cual los brazos se proyectan hacia arriba, como si sostuvieran el globo terráqueo. También pertenece a este grupo la posición “del caballo”, cuyo nombre técnico es Mamana, *colocarse firmemente*. Tiene gran importancia, porque es el punto de partida de las marchas y otros ejercicios dinámicos.

Grupo V. Mis posiciones favoritas son las del grupo Kuepa, *invertido*, ya que exigen un gran dominio del cuerpo y producen efectos mensurables en corto tiempo. Consisten en invertir el cuerpo y apoyar su peso sobre las manos, o bien sobre una combinación de manos y codos, o de cabeza y puños. Su realización es un poco peligrosa, ya que si el ejercicio no se hace correctamente, pueden sobrevenir daños al cuello, la espalda y las caderas. Asimismo, este tipo de posturas afecta la presión sanguínea en el interior de la cabeza y los ojos.



*Posturas Ketsi, Tameme y Momana.  
Esculturas mexica y tolteca y figurilla maya. Foto: Justin Kerr.*



*Etapas de la postura Tsonikpilo. Vasos olmecoides. Fotos: Justin Kerr.*

La serie clásica de posturas invertidas es Tsonikpilo, *poner el pie sobre la propia cabeza*, popularmente conocida como “escorpión”. Las primeras veces, es mejor realizarla contra la pared, a fin de que sea imposible caer hacia atrás.

## LAS POSTURAS DINÁMICAS

A partir de las posturas sedentes, podemos imprimir al cuerpo diversos movimientos sostenidos, cuyo objetivo es aplicar presión sobre las coyunturas, tendones y columna vertebral. Las posturas dinámicas tienen efecto principalmente sobre los sistemas glandular, osteo-muscular, y también sobre el sentido del equilibrio. Esta categoría se divide en posturas móviles, “marchas toltecas”, pases de danza, deportivos y marciales.

Grupo I. Molini, posturas *móviles*: consisten en mover el cuerpo sin desplazarlo de su sitio. Están diseñadas para fortalecer los músculos de las caderas y el diafragma, y para dar flexibilidad a la columna vertebral.

Un ejemplo típico es la torsión. En la iconografía y la lengua nawatl hay muchas variantes de esta postura; las principales son la postura del glifo Ollin, cuyo nombre técnico es Nekuasalolli, *contorsión*, así como las del subgrupo Iloti, *torsión*, de las cuales la más conocida es la del famoso “luchador” olmeca. Con un principio diferente, pero dentro del mismo grupo, está la posición dinámica de Ishikolo, *piernas curvas*, que nosotros conocemos como cuclillas, en el cual nos imaginamos que estamos desplazando hacia arriba un gran peso. También las abdominales, llamadas en nawatl Ewa, *incorporar el torso*.

Un subgrupo especial son aquellas posturas que incorporan un desplazamiento lineal o radial, pero sin recurrir a las marchas. Ejemplos: Kuekuepti o Kuekuetso, *rodar hecho un ovillo* de un lado a otro; Malakacho, *dar vueltas en redondo* apoyados en el dedo gordo un pie (el ejercicio de los derviches danzarines); Mamanemi, *gatear*,



*Posturas Nekuusalolli, Iloti, Ishikolo y Ewa.  
Esculturas olmecas y figurillas mayas. Fotos: Justin Kerr.*

caminando como una criatura sobre las manos y las rodillas; y *Koyonenemi*, *marchar como el coyote*, es decir, sobre las manos y los pies, flexionando marcadamente las rodillas.

Grupo II. Cuando el desplazamiento del cuerpo implica trasladarse sobre ambos pies de un punto a otro, ya sea caminando, corriendo o dando saltos, este tipo de ejercicio se califica genéricamente de *Nenemi*, *marcha*. Otro de sus nombres, que aparece en el código Florentino, libro VI, capítulos 19 y 22, es *Shoshotlamati*, *la ciencia de los pasos*, Las marchas ponen en actividad todos los sistemas de nuestro organismo. Requieren fuerza física y sentido de

la coordinación. Los kinames deben realizarlas con sobriedad, porque si se exageran, endurecen los músculos, lo cual es contrario a los intereses globales del Kinam. Estas marchas se practican aun en la zona de Veracruz como parte de un arte tradicional llamado “repliegue y desbloqueo”.

Pongamos como ejemplo el Kimichintinemi, *paso del ratón*, llamado así porque los mexicanos pronunciaban con una misma palabra (Kimichin) los nombres del *policía* y el *ratón*. También el paso Kuekueloti, parecido a nuestra marcha militar, pero levantando las rodillas casi hasta el pecho. Y por último, el paso del espía, Tlankuanenemi, *andar con las rodillas plegadas*, diseñado para acechar a la presa entre la hierba.



*Paso del espía. Figurilla maya.  
Foto: Justin Kerr.*

## EL LENGUAJE MANUAL

Una prueba de la existencia de un sistema de gestos convencionales en el antiguo México, es la presencia de un término específico para decir *lenguaje manual*: Machiomana. Este asunto ha sido estudiado por Samuel Martí, quien señala que el lenguaje de las manos llegó a ser una especie de lengua franca en toda Norteamérica, aprendido incluso por los primeros exploradores europeos que se adentraron en territorio indígena. Citando a G. Mallery, hace una interesante observación:

*Las tradiciones de los nativos (norteamericanos) coinciden en señalar hacia el Sur como la dirección de donde les llegó el idioma con ademanes de las manos. Los comanches lo*

*aprendieron en México y lo enseñaron (a las otras tribus).* (Sign language among North American Indians.)

No puede sorprendernos, entonces, que en la cuna de ese lenguaje hayan quedado registradas centenares de posiciones manuales o combinaciones de manos, brazos y posturas corporales. De hecho, lo que sorprende es que los investigadores no hayan dedicado más atención a ese aspecto de la cultura prehispánica, a fin de descifrar esta peculiar forma de comunicación.

La semejanza formal entre los gestos asiáticos y los americanos estriba en su funcionalidad.

*Las manos simbólicas (de los códigos mayas) tienen su propio significado. No están representadas al azar o por motivos decorativos, sino que con su significado esotérico identifican, aclaran y complementan la composición, y explican lo que está sucediendo. Esta es la función de los mudra de las deidades y danzantes indostanos.*

(S. Martí, Mudra, manos simbólicas en Asia y América.)

A esto podemos añadir que algunos de los gestos más característicos de Mesoamérica son idénticos a sus equivalentes hindúes. Al contrastar sus significados, detectamos que son los mismos. Por ejemplo, dos manos abiertas en forma de alas de mariposa a la altura del pecho, representan en Asia y América al elemento fuego.

Con frecuencia, un mismo gesto está vinculado con determinada postura del cuerpo, y a veces con una deidad o motivo mítico específico, de donde podemos colegir su significado. Además, algunos aparecen como elementos constitutivos de los signos de las escrituras maya, zapoteca y nawatl, donde tienen un valor fonético o jeroglífico.



*Gestos manuales mayas con valor fonético.  
Dibujos de Sergio Calderón.*

El padre Molina declara que el arte Machiomana era empleado durante las batallas a fin de transmitir órdenes a las tropas sin emplear la voz, recibiendo en este caso el nombre de Machionekalilstli, *modelo de los gestos*. La conclusión inevitable es que las manos simbólicas del antiguo México contenían un lenguaje. Y como ningún lenguaje puede evolucionar en forma aislada del resto de los componentes de la cultura, infiero que su código se extendía también a las otras dimensiones de la gesticulación corporal.

## CLASIFICACIÓN DEL LENGUAJE MANUAL

Es verdaderamente impresionante la cantidad de documentación que existe al respecto en Mesoamérica. Una clasificación primaria me ha llevado a dividir este conjunto de gestos en dos grupos:

Grupo I. Gestos manuales: involucran posturas de los brazos y las manos, pero no un movimiento especializado de los dedos. Ejemplo: Tlapowi, *apertura*, el gesto característico de Ketsalkoatl como deidad del maíz. Consistente en desplegar las manos como abriendo una puerta delante del cuerpo, ya sea a la altura del corazón, o de la cabeza y el vientre. También pertenecen a este grupo los gestos Manotsa, *saludo*, y Akolli, manos en los *hombros*, que indica sumisión.



*Gestos Tlapowi, Manotsa y Akolli.  
Códice Fejervary y figurillas mayas. Fotos: Justin Kerr.*



*Gestos Manepan, Makpalli y Mashikalli.  
Figurillas olmecoide, zapoteca y maya. Fotos: Justin Kerr.*

Algunos gestos manuales son propios para la meditación, porque desconectan el sentido del tacto o apoyan el intento del ejercicio. Entre ellos merecen citarse Manepan, *rezo*, manos unidas sobre el corazón, Makpalli, *palmas*, que consiste en mantener las palmas hacia arriba sobre los muslos, y Mashikalli, *cuenco*, en el cual las manos forman una especie de cuenco en el regazo.

Grupo II. Gestos digitales: están principalmente documentados en el área maya, aunque ocasionalmente aparecen en otras regiones. Se caracterizan por las posiciones rebuscadas de los dedos, que no dependen de la ubicación que tenga la mano con respecto al cuerpo. Un ejemplo es el subgrupo de gestos llamados Mapiltsalan, *dedos cruzados*, cuya esencia consiste en unir los dedos pulgar e índice (o algún otro) para formar un círculo; también el gesto Koltik, *cuernos*, consistente en estirar los dedos índice y meñique, mientras que el medio y el anular se recogen.



*Gestos Mapitsalan y Koltik.  
Códice Dresden y figurilla maya. Foto: Justin Kerr.*

## CAPÍTULO 11

### LOS EJERCICIOS SOCIALES

**LOS** ejercicios que estudiamos en el capítulo anterior tienen como objeto apoyar nuestra evolución personal.

Lo ideal es que los practiquemos en soledad y con una concentración total. Sin embargo, la sociedad prehispánica dedicó mucha atención a la integración del individuo con la colectividad, y uno de los modos como lo consiguieron, fue insertando los ejercicios físicos dentro del culto.

En Mesoamérica, el punto central de los rituales era un drama cosmogónico que incluía exhibiciones de artes marciales y deportes. Al final, todo el pueblo participaba en una danza colectiva. Tal diseño tenía un doble propósito: por un lado, daba a la religión un carácter entretenido y popular, y por el otro, transformaba a los ejercicios en una obligación sagrada. Lo que pretendían los sacerdotes era educar a la gente en un ideal de disciplina y fraternidad, ayudándoles de paso a prevenir enfermedades y a mantenerse en buena forma física y anímica.

Los ejercicios sociales forman un capítulo importante dentro del Kinam y se clasifican como una extensión del séptimo paso.

## EL DIOS DE LA DANZA

Una de las características que identifican a los aborígenes de América es su predilección por la danza. En todas las culturas, los movimientos del cuerpo han sido empleados como medios de entretenimiento y devoción; pero en México esta práctica era una asignatura básica en la educación de los jóvenes y formaba parte de la vida diaria de los sacerdotes.

*En todas las ciudades había grandes casas donde estaban maestros que enseñaban la danza y el canto, llamadas Cuicacalli, casas de cantos. Asistían los jóvenes a esas escuelas con tanto celo, que había castigos previstos para quienes no se presentaban, porque decían que el dios de la danza se ofendía si no venían.*

(Durán, Historia de las Indias.)

Según un mito mexica, esta forma de culto fue instituida hace mucho tiempo por un mensajero de la Serpiente Emplumada apodado Yekshítl, *tercer paso*, quien, a semejanza del Krishna hindú, se destacaba por tocar la flauta. He aquí la historia:

*Dijo Tezcatlipoca: ‘Viento, ve a través del mar a la casa del Sol, el cual tiene muchos músicos consigo que le sirven y cantan, entre los cuales hay uno de tres pies...’ (Este) le respondió enseguida, se fue con él (a la tierra) y llevó la música, que es la que usan ahora en sus danzas en honor a los dioses. (Teogonía e Historia de los Mexicanos.)*



*El músico solar. Códice Madrid.*

A juzgar por la multitud de figurillas de danzantes halladas en los sitios arqueológicos, la religión del músico solar gozó de una gran popularidad en Mesoamérica. En la actualidad, es la forma de culto que identifica a los defensores de la tradición, quienes

se dan el nombre de “concheros”, por causa de sus instrumentos musicales de concha de armadillo.

## MITO Y MITOTE

La danza en general recibía el nombre de Mitotl, de la raíz Nit o Mit, *danzar*. De ahí viene el término “mitote”, que significa una reunión de alabanzas.

Este término nos habla de la antigüedad de la danza prehispánica, ya que, si buscamos en las lenguas nativas de América, encontraremos que en muchas de ellas la misma raíz se refiere al baile, el canto o el ritual. En quechua, Mita es *armonía*; para los mayas, Met significa *dar vueltas o fluir*, mientras que los otomís llaman Nete al *brujo*, un sentido derivado de *danzarín*.

Y si nos vamos un poco más lejos, al Viejo Mundo, veremos la misma situación.

La conocida palabra griega Mito, que hoy aplicamos a las leyendas de la antigüedad, en realidad quiere decir *tañer un instrumento musical*, un sentido derivado de *cantar tradiciones y danzar*.

Por lo tanto, Mito y Mitote son casi sinónimos. En la cultura hindú, una de las formas más reverenciadas del Creador es Shiva Nata-rama, *rey de la danza*, cuyo título procede de la raíz sánscrita Nate o Neta, *guiar el paso*, que a su vez es una variante de Mita, *compás, cadencia*; de ahí que otro de sus múltiples nombres sea Mita-gata, *el que guía la danza*.

Esto demuestra que la danza tolteca, con todo y ser una institución característica de México, pertenece a una estirpe más amplia y antigua, y es un excelente punto de contacto entre la Toltequidad y el resto de las tradiciones sagradas del mundo. En este sentido, me parece muy acertado que la primera réplica de los grupos de la tradición mexicana a la aculturación europea, haya sido llevar a España las danzas de la conchería.



*Pasos de danza. Vasos mayas. Fotos: Justin Kerr.*



*La danza Ololiu'timani. Códice Durán.*

## DIVERSOS TIPOS DE DANZA

Contrario a lo que algunas personas piensan, la danza prehispánica no era una simple exaltación del gozo animal por la vida o una parodia musicada de los fenómenos de la naturaleza, sino una disciplina física provista de un elaborado lenguaje simbólico y un sendero iniciático hacia verdades de orden espiritual. Un investigador testimonia:

*Todos los bailarines que hemos estudiado (en el arte maya) hacen alarde de elegancia y maestría. La mayoría de sus movimientos y actitudes rezumaban un arte depurado y una disciplina férrea... Saltan a la vista muchas actitudes y posiciones del cuerpo, brazos y manos, que nos hacen recordar los movimientos simbólicos de los danzantes orientales. Tanto entre los mayas como en el Oriente, es obvio que no se intenta copiar a la Naturaleza, sino revelar simbólicamente su esencia mágica y sobrenatural. (Samuel Martí, Canto, danza y música precortesianas.)*

Había en la antigüedad numerosas danzas, algunas de las cuales se conservan hasta hoy. Molina describe la danza Ololiu'timani, *corrillo de gente ayuntada*, la cual consistía en que varias personas se tomaban de las manos y comenzaban a oscilar en cadencia, al compás de alguna palabra o sonido, con acompañamiento musical o sin él. Las manos podían entrelazarse de diversas maneras vistosas. Esta misma danza circular, pero sin tomarse de las manos, recibía el nombre de Mamantinemi.

Sahagún habla de una danza cuya gracia consistía en *danzar como un niño pequeño, que decían era Witsilopochtli*. Menciona también las llamadas Siwalitotia, *de las mujeres*, y Kokoloa, *del escorpión*. La danza Nawa era un ritual solemne que los señores llevaban a cabo en las iniciaciones de los órdenes militares, con pasos lentos y meditados, y una música muy sobria.

Mencionaré también el baile Masewa, cuyo nombre indica cual era su objetivo: el *merecimiento* religioso. Motolinía aclara que esta

danza era *para solemnizar las fiestas de los demonios que por dioses honraban*.

Dicho objeto se ha perpetuado hasta hoy sin perder un ápice de su poder evocador.

*Aún en la danza actual, el Masehualli tiene actitudes de veneración, de voluntad o de regocijo por el logro de su bienestar. También realiza movimientos corporales de elevación, agrícolas, de imitación de animales o espirales de energía, todo esto con férrea disciplina de perfección física y espiritual, para lograr la interpolación de su energía en armonía con la Naturaleza, con un sólo propósito: el de ser merecedor.*

(E. Lara Gonzáles,

Matemática y simbolismo en la danza autóctona de México.)

Algunas danzas hoy desconocidas quedaron registradas en los murales y códices. En el siguiente dibujo maya vemos una, cuya característica era que los participantes iban armados y saltaban en cuclillas.

Otra danza consistía en que los participantes se enlazaban de las muñecas en una forma complicada. Tlayawa era la danza “loca”, conocida en Perú como Taki Onkoi, *enfermedad del baile*. Era una expresión de la exaltación más profunda del espíritu, caracterizada porque los participantes hacían ademanes extravagantes.

*Unos caían como viejos, otros andaban como borrachos, giraban con frenesí o quedaban inmóviles largo rato en las más extrañas posturas, o encarnaban los aires de los dioses, o se echaban en la tierra, o se paraban sobre sus cabezas. En todo seguían tan sólo las leyes de su corazón.*

(Informantes de Motolinía.)

Había también numerosas formas de baile popular, algunos chistosos y otros marcadamente sensuales (sobre todo uno muy parecido al danzón), que fueron rápidamente censurados por los sacerdotes españoles y hoy ya no se practican.



*Danza de guerreros. Vaso maya. Foto: Justin Kerr.*



*Danza y canto. Mural de Teotihuacan.*



*Danza loca. Vaso maya. Foto: Justin Kerr.*

## LA DANZA EN EL KINAM

Moverse con cadencia tiene numerosos efectos psíquicos, anímicos y fisiológicos. Es una forma de entrenar el cuerpo y el aliento, y proporciona al practicante equilibrio, ritmo, devoción, sentido estético y poder físico.

La danza es un principio precioso dentro de la práctica del Kinam.

Un objetivo que nos proponemos, es investigar las danzas extinguidas y las coreografías asociadas con el culto de ciertas divinidades, que fueron clasificadas por los padres españoles como “ritos paganos”. Asimismo, tomar las danzas conservadas por la tradición mexicana y depurarlas de todo el sincretismo católico que ha venido acumulándose sobre ellas durante casi cinco siglos.

También nos proponemos recuperar la dimensión musical y teatral que contenía la danza tolteca, ya que, siendo una institución sagrada, su principal objeto era representar en sus movimientos diversos episodios de la mitología.

La música prehispánica tenía una función mnemotécnica, sirviendo para que la gente aprendiera las historias, ya que es fácil memorizar canciones y frases que tienen rima interna. Se conservan numerosas partituras mexicanas, asociadas a cientos de cantares prehispánicos recogidos en dos colecciones; pero su sentido musical aún no ha sido descifrado. También quedaron representaciones de decenas de instrumentos musicales, cuyas escalas podemos descifrar a partir de los ocasionales hallazgos arqueológicos.

En cuanto al teatro, gozaba de un prestigio tal, que el anfiteatro o escenario generalmente se colocaba en el centro de la plaza, frente a la pirámide principal, recibiendo el mismo nombre que el sitio de meditación individual: Koapetlatl, *estera de serpientes*.

No había una distinción nítida entre la obra teatral, la música y la danza, así como tampoco una clara línea entre actores y espectadores.

## EL ARTE MARCIAL

A medio camino entre la danza y la guerra estaba el Yayaotl, un término que el padre Molina traduce: *simulacro militar de los mexicanos*.

El Yayaotl era un arte marcial por el estilo de los que se practican en China y Japón. A juzgar por las evidencias, tenía elementos comunes con la lucha libre, el judo y el boxeo.

Se ha conservado bastante información sobre los siguientes aspectos: técnicas de disciplina militar y supervivencia, estrategias y ética de guerra, llaves y otras formas de agarre, y uso de armamento.

La organización militar nos da una idea de cómo se organizaban los grupos de práctica de artes marciales en el antiguo México, ya que, en última instancia, la preparación de los jóvenes estaba supeditada al objeto de defender las fronteras y llevar a cabo los planes de los gobernantes.

Había dos grandes órdenes militares: los guerreros ocelotes, de grado inferior, y los guerreros águila, de grado superior. Mawismaka era la ceremonia de *armar como guerrero*, en la cual la persona recibía un Yaonotsa, *nombre de guerra*. Los grados eran cinco, según el nivel de pericia en el uso de las armas y las tácticas de lucha. En lugar de destacarlos con cintas de colores, como se hace en Asia, se caracterizaban por el uso de plumas de águila y quetzal, cuentas verdes y pequeñas calaveras de piedra. Los ascensos se llamaban Wekapan, *pasar a lo alto*, y se realizaban cada cinco años, salvo excepciones.

El ejército, las órdenes militares y las escuelas de prácticas se organizaban en Makuilli, *manos* (grupos de cinco combatientes), Pantlis, *banderas* (veinte), y unidades superiores de cien, cuatrocientos, ocho mil y cuarenta mil elementos.

La ética militar era rígida y elevada, como se nota en las siguientes normas:

1ro. La guerra se avisaba al menos cuatro veces antes de llevarse a cabo. Se daba oportunidad al enemigo para que se preparara, acopiara alimentos, guardara a los niños y ancianos, etcétera. Una guerra en que se aprovechara la debilidad del enemigo se consideraba indigna. Lo mismo era válido para el combate cuerpo a cuerpo en los torneos de lucha.

2do. Estaban prohibidos el saqueo y la matanza de soldados vencidos. Si un guerrero capturaba a otro y este moría como resultado del maltrato, su captor también era muerto.

3ro. Se lapidaba a quienes robaban propiedades o forzaban a alguna mujer del bando enemigo.

4to. Había un lenguaje muy honroso para tratar al oponente, que tenía fuerza legal. Capturar a otro se consideraba una forma de adopción; el captor le decía: *Ahora te hago mi apreciable hijo*, y su cautivo le respondía: *Y yo te adopto como mi distinguido padre*. El símbolo de la derrota del oponente era tomarlo por el pelo, para lo cual los guerreros se dejaban un mechón en lo alto de la cabeza, que era su distintivo.

Era inconcebible que un cautivo huyese. De hacerlo, no era bien recibido por los suyos, porque se consideraba que había perdido su honor.



*Combate gladiatorio entre un guerrero águila y un prisionero. Códice Florentino.*

5to. Los enemigos capturados y condenados a muerte no eran asesinados, sino que se les daban posibilidades reales o simbólicas de defenderse en combate gladiatorio. Aquellos que eran inmolados en un templo, recibían primero una dosis de anestésico.

## EL ENTRENAMIENTO

Entre los mexicas, el entrenamiento militar estaba reservado a los varones. Otras naciones de Mesoamérica fueron más igualitarias, permitiendo la participación de las mujeres en la guerra. Un ejemplo de ello fueron los toltecas de Tula Xicocotitla, cuyo ideal de combatiente fue encarnado por Chimalma, la madre de Se Akatl.

El *acto militar* recibía el nombre de Ikalli. Cuando se hacía como entrenamiento o diversión, con armas embotadas, era Yayaotl. La guerra real, fuese con enemigos o en torneos pactados con amigos, se definía como Shochiyaoyotl, *guerra florida*, un concepto que no tiene equivalentes en ninguna otra parte de la tierra, porque no sólo aplicaba al combate físico, sino que también a la guerra contra el miedo y otras debilidades internas.

Con frecuencia se organizaban torneos entre escuelas rivales, llamados Yakapusteki, *choque de puntas*. Cada bando luchaba por un trofeo que consistía generalmente en una flecha ricamente adornada. En ocasiones, las escaramuzas terminaban lesionando a algunos de los participantes, por lo cual se empleaban protectores apropiados. Para incitar al ataque se usaba la exclamación Yao!, *¡guerra!*; el gesto de *desafío* era Neneu'ki, y había que hacerlo según unas normas éticas definidas. Se usaban ciertos alaridos o gritos enfáticos que apoyaban los movimientos, llamados Tempapawi, y que imitaban los rugidos de animales feroces. De ahí se deduce la naturaleza de los estilos de lucha.

El entrenamiento de los guerreros jóvenes se llevaba a cabo en el Tlachko, *estadio*. La razón es simbólica, ya que el juego de pelota se consideraba como una especie de “guerra” de la atención. Pero

también tenía un sentido práctico, pues este juego, por su rudeza y sentido de la estrategia, era parte importante de la preparación.

Junto al Tlachko estaban los cuarteles llamados Yaokalli, *casas de guerra*. Los jóvenes vivían en un sistema semi-interno, yendo a comer con su familia durante el día, pero pernoctando en comunidad. El régimen se definía como Yaotlawi, *atención guerrera o disciplina*, y se basaba en la contención de los sentidos, vigilia, dieta, devoción e higiene.

Una de las asignaturas del entrenamiento era el Machionekalilstli, *lenguaje manual*. Esto tenía gran sentido en la guerra, donde el fragor de la batalla o la necesidad del sigilo impedía la comunicación normal.

El maestro del arte marcial recibía el título honorífico de Teku, *señor*, mientras que el aprendiz que aún no se iniciaba como guerrero recibía apodos cariñosos, como Shiwi o Teoshiwi, *pedra preciosa*. A su vez, los aprendices se trataban entre sí con títulos como Ipo, *compañero*, Wampo, *amigo*, Teiku, *hermana*, e Iknui', *hermano*.

El atuendo de los luchadores consistía básicamente de Mashtla, *ceñidor*, y Tilma o *túnica* para distinción y para los partidos de exhibición. Las mujeres usaban Wipilli, *camisa larga atada a la cintura*. Había atuendos especializados para las artes más rudas, confeccionados en cuero, lana impregnada en salmuera, placas de concha, aros de cobre, etc. Estas cotas eran tan eficientes, que podían detener una flecha lanzada a corta distancia.

Se calzaban con Kaktli, *sandalias protegidas en los tobillos y atadas con*



*Traje militar. Códice Mendocino.*

cintas de cuero hasta las rodillas. Los jefes militares usaban Itskaktli, *sandalias de obsidiana*, confeccionadas en cuero negro muy lustroso repujado con obsidiana, acolchadas y con caña protectora hasta la media pierna.

## ENTRENAMIENTO SIN ARMAS

Yayaotl se divide en dos ramas principales. La primera es Tilinia, *forcejeo*, y consiste en la aplicación de llaves, traspies, golpes y otros procedimientos para reducir al enemigo sin emplear armamento. En México era básico aprender esto, porque la guerra prehispánica no se basaba en matar al enemigo, sino en capturarlo vivo.

Algunas de las categorías de movimientos de las que se conservan los nombres son:

- Shotlan, *traspie* sencillo.
- Teikshitlanuulistli, *traspies* con agarre.
- Tso, *enlaces* entre dos luchadores.
- Shope, *golpes con el pie*.
- Tsotson, *golpes con el puño cerrado*.
- Kawi, *esquivar* un golpe con la mano, el pie o con un

arma.

Ipanyau es *dar en el blanco* al golpear, lanzar un arma o aplicar correctamente la llave. Aik es la *falta* a la ética o a la técnica, y Shollo el *error accidental*, como un resbalón. Owi son los *movimientos sutiles o escondidos*.

A juzgar por las imágenes, existía una forma de boxeo con golpes de piernas y guantes redondos bastante semejantes a los que usan en la actualidad los boxeadores. Se practicaba en equipos de dos o tres personas por bando, y una de sus características, que pudiera parecernos completamente absurda, era que los luchadores iban adornados con ostentosos tocados. Es posible que parte de la emoción de la lucha fuera evitar que el enemigo derribara estos distintivos de estatus social.



*Una forma de agarre. Figurilla de Colima. Foto: Justin Kerr.*



*Boxeadores. Vaso maya. Foto: Justin Kerr.*

## ENTRENAMIENTO ARMADO

La segunda gran rama del Yayaotl es el Yaotlatki, *combate con armas*. Sus principales variantes tienen que ver con el armamento prehispánico, y son las siguientes:

- Mina, *arte del tiro al blanco*. Emplea las siguientes armas: Tlawitolli, *arco y flecha*, Atlatli, *lanzadardos*, Tlakalwastli, *cerbatana*, y Tematlatl, *honda*.

- Ishil, *arte de dar lanzadas*. Variantes: Tepustopilli, manejo de una *lanza larga*, de aproximadamente 2.70 m de longitud, Tlashalli, una *lanza* más pequeña, Mitl, *venablo*, y Akatl, *jabalina*.

- Sasi, *arte de capturar a un enemigo*. Se puede hacer con Sasaka, *red*, Tsowi, *lazo arrojadizo*, y Tsonuilli, *boleadoras*, y con diversos tipos de trampas.

- Witeki, *arte de los golpes*, es el empleo de armas contundentes como Tsotsona, *maza de madera*, Tewiloni, *martillo o maza de metal*, Topilli, *bastón corto*, y Wiksokti, *garrote largo*.

- Makkuau'machtilli, *esgrima*, también llamado Mapiki, *empuñar*, es el arte de usar armas como Makuawitl, *espada*, Tepostli, *hacha*, Tepustemashilli, *daga de bronce*, Kakkonni, *daga puntiaguda o punzón*, Tewiteki, *puñal*, y Tekpatl, *cuchillo grande de pedernal con puño de madera*.

La espada mexicana se confeccionaba generalmente con una tabla de palma recia y fina, orlada de navajas de obsidiana muy parejas y delicadamente incrustadas. Medía el largo de un brazo, el ancho de una mano y el grosor de un dedo. Su filo era superior al de las espadas europeas de la época, aunque también más frágil. Había dos tipos de espadas: las de punta fina que servían para



*Espada mesoamericana.*

Yakamiltik, *dar estocadas*, y las de punta plana cuyas funciones eran Teki, Tepusuya y Kotonki, diversas formas de *corte*.

Además, el arte militar incluía el aprender a defenderse con el Chimalli, *escudo* redondo, cuadrado, ovalado o en forma de corazón, confeccionado de núcleo carrizo cubierto con dos capas de cuero, la de abajo rígida y la de encima flexible.

Existe la errónea opinión de que las armas de los antiguos mexicanos eran débiles e inferiores a las de los europeos. Eso no es cierto, excepto en el caso de las armas de fuego. He aquí la descripción que hizo un testigo ocultar del arsenal guardado en la casa de armas de México:

*Estaba llena de todo género de armas, muchas de ellas enriquecidas con oro y pedrería, unas como macanas y otras como espadas de a dos manos, con navajas de pedernal que cortan muy mejor que nuestras espadas, y lanzas más largas que las nuestras, con cuchillas de una braza, engastadas de navajas, que aunque den con ella sobre un broquel o rodela no saltan, y cortan (de tal modo) que se rapan con ellas las cabezas. Y tenían muy buenos arcos y flechas.* (Bernal Díaz, Historia Verdadera.)

Dentro del Kinam, Yayaotl es una herramienta para el cultivo integral del individuo y la defensa de la Toltequidad. Sin embargo, hemos de confesar que, en el nivel actual de las investigaciones, es muy pronto para tipificarlo. Este, como tantos otros campos del saber antiguo, está esperando por investigadores valientes y capacitados que lo desarrollen.

## DEPORTE Y SACRALIDAD

Ya mencioné que el entrenamiento militar se llevaba a cabo en el campo para el juego de pelota. Esto es así porque, en la mentalidad prehispánica, no había una diferencia nítida entre los conceptos que nosotros llamamos “guerra” y “deporte” –como tampoco la había en el medioevo europeo o entre los samuráis del Japón.

Para nosotros, el deporte tiene ante todo una función de espectáculo. Para los toltecas, ese resultado era secundario; el deporte era un aspecto de la vida religiosa, pues servía para dramatizar las relaciones entre los astros y la humanidad. Practicarlo no era una inversión seglar, sino un servicio sagrado. Por ello, los templos y estadios se construían uno junto al otro, como vemos en la siguiente lámina, que representa al templo central de la Toltequidad, en la ciudad de Cholula:

El deporte sagrado por excelencia, entre los muchos que existían, era el Ollamani o Ulama, *juego de pelota*. Esta palabra deriva de la raíz Ol, *resina* (de donde procede el término español Hule), ya que la pelota se confeccionaba con caucho. Tenía un tamaño reglamentario, como un melón mediano, y un peso de aproximadamente tres kilogramos.



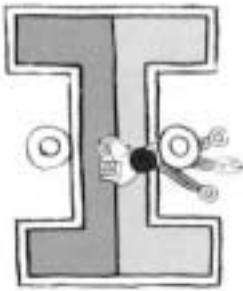
*Templo y estadio en la sede tolteca. Códice Tolteca Chichimeca.*

El juego se realizaba en un campo en forma de “I” llamado Tlachko, *lugar de los rebotes*.

En su centro, a cada lado y a una altura de 7.35 metros, había dos Tlachteomalakatl, *rodels de piedra* labrada, con agujeros del tamaño exacto de la pelota. Resultaba tan difícil hacer un pase, que en cuanto el primer equipo lo lograba, se daba por terminado el juego.

En los partidos comunes y corrientes, era costumbre que tanto el público como los jugadores hicieran fuertes apuestas. Al partido ganador le estaba permitido despojar a los asistentes de sus joyas; por eso, en cuanto terminaba un partido, todos los presentes salían corriendo despavoridos.

Hubo personajes importantes que eran grandes aficionados al juego de pelota. Se cuenta que, por causa de una apuesta, el príncipe Se Akatl de Tula acarreó una gran calamidad sobre su pueblo.



*Estadio. Códice Borbónico.*



*Jugador. Códice Florentino.*

## EL SIMBOLISMO ASTRONÓMICO

Como imagen de sucesos que tienen lugar tanto en el Cielo como en el alma humana, el juego del Ulama tenía una función ritual que se puede descifrar mediante dos claves: la astronómica y la energética.

En la clave astronómica, el campo representa a nuestra galaxia, la Vía Láctea. Los agujeros ubicados a sus lados son las salidas del “túnel” simbólico formado por cierta mancha que existe en medio de la galaxia, a la cual los astrónomos de hoy llaman “el saco de carbón”. Los prehispánicos usaron esa señal como punto de referencia para contar sus grandes eras, de ahí que el juego representara a los ciclos de tiempo. Los movimientos de la pelota a través de la cancha se consideraban reflejos de la conducta del Sol por la eclíptica, y su paso por los agujeros tipificaba los solsticios.

Los dos equipos de jugadores encarnaban las energías duales que mueven al Universo. Se consideraba que la conciencia del Sol y los planetas tomaba cuerpo momentáneamente en ellos, para dirimir oscuras diferencias surgidas antaño, cuando los dioses crearon al Quinto Sol en la hoguera de Teotihuacan. La suerte del juego era un presagio del futuro comportamiento de las fuerzas cósmicas.

La victoria solar, ocurrida físicamente cada año durante el solsticio de invierno, implicaba la derrota de los cuatrocientos demonios de la oscuridad (las estrellas), metafóricamente “sacrificados” cada amanecer. Esta leyenda fue representada de una forma muy vívida en los murales que flanquean a algunos estadios, lo cual, unido al hecho de que en el Tlachco se ajusticiaban en ocasiones a los delincuentes y enemigos, dio origen al mito de que los mesoamericanos sacrificaban a sus jugadores de pelota.

La segunda clave para interpretar este juego es de naturaleza energética, representando profundos y delicados procesos que tienen lugar en nuestro organismo, y que alteran definitivamente nuestra forma de percibir el mundo.

El campo es el cuerpo humano, con sus dos mitades longitudinales claramente marcadas, tanto en lo físico como en lo psíquico y lo espiritual. Los agujeros por donde pasa la pelota son dos centros vitales que ya estudiamos, representados en los códices mediante el Sol y la Luna o sus naguales (el conejo-ocelote y el venado-águila). Y la pelota, siendo el objeto donde se depositaba la atención de todos los participantes y espectadores del juego, es la conciencia. Su movimiento de vaivén a través del campo indica los continuos cambios de conciencia que experimentamos durante la vida entre el tonal y el nagual, o, dicho en términos más cotidianos, del despertar al sueño y viceversa.



*Saludo de los deportistas. Relieve y estatuilla maya. Foto: Justin Kerr.*

## CAPÍTULO 12

## LA PRÁCTICA ACTUAL DEL KINAM

**PARA** cerrar este libro, me referiré a la historia del Kinam en nuestra edad moderna. Todo comenzó en 1986, cuando tuve mi primer contacto con la lengua nawatl. De inmediato advertí que en su interior se escondían los rudimentos de un sistema prehispánico de ejercicios. Pero, por más que busqué, no encontré ninguna investigación que me orientara al respecto.

La oportunidad de profundizar se me presentó en 1998, cuando realicé prácticas de campo en una zona de México de ascendencia nawatl. Comencé a acopiar toda la información posible, tanto iconográfica como lingüística. Pronto se me hizo evidente que el único modo de entender las técnicas toltecas de autoentrenamiento, es verificando sus efectos en carne propia.

A mediados del 2001, un amigo, Víctor Sánchez, estuvo investigando sobre el nombre que daban los antiguos mexicanos a la ejercitación psicofísica. Recordando que los toltecas se describían a sí mismos como kinames, le sugerí la abreviatura Kinam. Él fue la primera persona que usó dicho término en el sentido en que lo empleamos hoy.

Un año más tarde, otro amigo, Julio Diana, observó que los ejercicios toltecas tenían cierta estructura interna, que él asoció con el modelo cosmogónico de los mesoamericanos, basado en los cinco rumbos del espacio. Esto vino a complementar mi primitiva ordenación de la información en siete temas de interés.

El siguiente paso tuvo lugar a finales del año 2002, cuando diversos instructores de cultura física decidieron incorporar elementos del Kinam en sus clases, obteniendo una excelente acogida por parte de los estudiantes. Se hicieron experimentos didácticos, y en Octubre del 2003 se graduaron los primeros kinames.

Todo esto me obligó a modificar mi enfoque. Ya no bastaba con exponer algunos hechos interesantes del pasado prehispánico, también había que interpretarlos y adaptarlos a las necesidades e idiosincrasia del hombre y la mujer de nuestra época. Poco a poco, la investigación teórica se convirtió en un sistema de prácticas.

Esta disciplina está en proceso de cambio y construcción, y es mi deseo que continúe así por mucho tiempo, porque cuando un sistema deja de evolucionar, se muere. Queda mucho por investigar sobre el lado pragmático de la Toltequidad. Este es un reto permanentemente abierto ante cada uno de nosotros, ya sea que lleguemos a la Toltequidad como alumnos o como instructores.

## QUIÉNES SE ACERCAN A ESTAS PRÁCTICAS

He notado que, por lo general, las personas que se acercan al Kinam lo hacen por tres razones. La primera es afectiva. Existen en el mundo diversas escuelas de ejercicios, algunas muy calificadas para conducir al ser humano a un estado de bienestar físico y espiritual. Sin embargo, los amantes de la tradición de la América indígena echamos de menos algo que provenga de la propia casa.

La segunda razón es una necesidad informativa. Los pueblos nativo-americanos dedicaron una gran parte de su energía a desentrañar los misterios de la percepción, estudiando la parte

energética del ser humano con la misma minuciosidad con que nuestros científicos estudian el lado físico. Esto debiera interesarnos a todos, porque si la cultura moderna no consigue dilucidar la relación del hombre con el Universo, es probable que se extinga a sí misma.

En tercer lugar, está el deseo de corroboración. La mayor parte de los kinames son personas que ya conocen los postulados toltecas, bien sea a través de las enseñanzas de Castaneda, la literatura chamánica, las escuelas antropológicas o los grupos de la tradición, y desean verificar la autenticidad de las prácticas que ellos realizan a partir de las fuentes documentales.

Por último –y esto ha sido una sorpresa para mí–, se han acercado algunos amigos que practican la milenaria disciplina del Yoga. Ellos han encontrado que el pasado de México esconde respuestas a algunos interrogantes históricos y técnicos que hasta ahora no habían tenido solución. Como me dijo uno de ellos:

*Es como si de repente se abriera una ventana que da acceso a una dimensión desconocida de nuestra propia casa.*

## LA ASOCIACIÓN DE INSTRUCTORES DE KINAM

A fin de facilitar el intercambio de información y supervisar la calidad de las clases, los iniciadores de la disciplina del Kinam nos hemos organizado en una asociación de instructores. Nuestras clases están sujetas a los siguientes parámetros:

Primero: la enseñanza del Kinam se apoya en los conocimientos de la Toltequidad, entendiendo por ello el legado cultural indoamericano como un todo. Estos conocimientos serán sometidos a verificación por métodos antropológicos. La nomenclatura técnica procede de la lengua nawatl, por causa de su gran desarrollo filosófico y espiritual.

Segundo: sólo tienen derecho a impartir estas clases los instructores debidamente certificados por esta Asociación.

Tercero: los instructores están obligados a poner un ejemplo personal a sus alumnos, basado en los principios éticos de la Toltequidad, tal como quedaron recogidos en las fuentes documentales del México antiguo.

Cuarto: las clases no deben prestarse para el abuso económico o de algún otro tipo, ni se contaminarán con intereses ajenos a las mismas.

Quinto: no se discriminará a los estudiantes por motivo de creencias religiosas, género, raza, pertenencia étnica o estatus social.

Funcionan en la actualidad diversos grupos de estudio y práctica, tanto en México como en el exterior. Usted puede obtener información al respecto a través de la dirección electrónica:

<http://www.kinam.org>



*Grupo de practicantes. Figurillas olmecas. Foto: Justin Kerr.*

A N E X O  
LAS PALABRAS DE  
LA SERPIENTE EMPLUMADA

**LOS** siguientes consejos fueron traducidos de una serie de textos tradicionales de origen tolteca, llamados Wewetla'tolli, *antiguas palabras* de sabiduría. Contienen las enseñanzas de Se Akatl Topiltsin, *nuestro señor uno caña*, el último mensajero de la Serpiente Emplumada. Quedaron recogidos en el Códice Florentino, libro VI, y en los Huehuetlahtollis del padre Olmos. La selección, traducción y síntesis estuvieron a cargo del autor. Para más información, escriba a [fdiaz@kinam.org](mailto:fdiaz@kinam.org).

**I**

1. Estas son las palabras con que instruyó Ketsalkoatl a los toltecas. Les dijo: “He aquí lo que nos dieron a guardar, la Antigua Palabra, donde se dice que una vida pura es como una turquesa preciosa, un jade redondo, un dulce canto sin mancha y sin sombra, salido del corazón.

2. “Sería una burla si yo ocultase uno solo de estos consejos,

pues ellos son para vivir sobre la tierra y con ellos nos haremos atentos a todas las cosas.

3. “Es un saber que como espina y viento helado pasará sobre ti, que te arrojará a la tierra y te abatirá, para que vuelvas a ti.

4. “¿Serás tú el que atienda, el que escuche, el que consiga endiosar su corazón, el que reciba y guarde adentro, para que te vaya bien, para que alcances la misericordia y vivas sobre la tierra?

## II

1. “Dios es Uno, Ketsalkoatl es su nombre. Nada exige. Sólo serpientes y mariposas (cuerpo y conciencia), eso le ofreceréis.

2. “Nuestros padres y abuelos nos exhortaron diciendo que él nos creó, él, cuyas criaturas somos, Nuestro Señor Ketsalkoatl. También creó los cielos, el Sol y la divina tierra.

3. “Así fue, en verdad: por su merecimiento y su sacrificio, él inventó a los hombres y nos hizo seres humanos. De ese modo llegó a ser la Serpiente Emplumada, el Doble Precioso, Señor y Señora de la dualidad; así transmitió su aliento y su palabra.

4. “Trece son los cielos, múltiples los planos. Allí vive el Dios verdadero, esencia del Cielo. De allí recibimos la vida nosotros, los Merecidos, de allá cae nuestro destino cuando se escurre un niño hacia la tierra.

5. “Porque él lo dijo, porque lo ordenó para sí, por eso existimos. No lo olvides de día ni de noche; invócale en suspiro, en aflicción.

## III

1. “En este mundo caminamos por lugares escarpados, un abismo de un lado y un abismo del otro. Si te mueves para acá o para allá, ¿cómo evitarás caer? Sólo en el medio es posible avanzar.

2. “No te vistas de bordados ni te pongas harapos. No seas presumido, pero tampoco corriente. Que tu palabra no sea entrecortada ni muy larga. No alces tu voz ni la bajas demasiado.

No camines deprisa, tampoco muy lento. Y no tomes nada como regla absoluta.

3. “Evita los extremos, mantente en el medio, pues sólo en el medio existe la condición social, la condición honorable.

#### IV

1. “En la infancia, cuando aún está libre la persona, es cuando tienen compasión de ella Nuestro Señor y le da sus dones. Y es en la infancia, en la edad de la pureza, cuando se merece una buena muerte.

2. “Por eso dicen los viejos que los niñitos, los chicos y las chicas, son los amigos queridos del Señor de la Cercana Compañía, viven a su lado y junto a él se alegran, y Él es su amigo.

3. “Por eso los sabios espirituales, los Merecidos, los ayunadores, tienen mucha confianza en los niñitos; pues en verdad son de corazón bueno, sin mezcla, limpios, atentos, perfectos. Se dice que por ellos permanece la tierra y ellos son nuestra paz.

#### V

1. “El tolteca es sabio, es una lumbre, una antorcha, una gruesa antorcha que no ahuma. Hace sabios los rostros ajenos, les hace tomar un corazón. No pasa por encima de las cosas: se detiene, reflexiona, observa.

2. “Un tolteca todo lo saca de su corazón; es abundante, múltiple, inquieto, hábil, capaz; a sí mismo se adiestra, dialogando con su corazón, encontrando respuestas dentro de sí. Obra con deleite, hace las cosas con calma, con tiento, como un artista; compone lo defectuoso y hace convenir lo disperso; por él, las cosas ajustan.

3. “En cambio, el falso tolteca obra al azar, es una burla a la gente; opaca las cosas, les pasa por encima y las hace sin cuidado; en lugar de crear, imita; defrauda a los demás y es un ladrón.

4. “De este modo os convertiréis en tolteca: si adquirís hábito y costumbre de consultarlo todo con vuestro propio corazón. Sed toltecas: hombres de experiencia propia.

## VI

1. “El maestro es luz, tea, espejo. Suyas son la tinta negra y la roja, suyos los códices. Él mismo es escritura y sabiduría, camino y guía veraz; conduce a las personas y a las cosas, y es una autoridad en los asuntos humanos.

2. “Un maestro nunca deja de amonestar; hace sabios los rostros ajenos, nos hace tomar un rostro y desarrollarlo, abre nuestros oídos, nos ilumina. Es guía de guías y ofrece un camino. De él, uno depende.

3. “Él pone un espejo ante nosotros para que seamos cuerdos y atentos, nos obliga a cobrar identidad. Se concentra en sus obras, regula su camino, dispone y ordena, aplica su luz sobre el mundo. Por eso conoce lo que hay sobre este mundo y en la región de los muertos.

4. “Gracias a él todos somos enseñados. Por él, el niño humaniza su querer y recibe una estricta educación. Conforta el corazón de quienes le rodean, dando ayuda, remedio y curación.

5. “El falso maestro, en cambio, es como un médico que ignora su oficio o un hombre sin cordura: dice que sabe acerca de Dios, que tiene la tradición y la guarda, pero es sólo vanidad. Es jactancioso, inflado; es un torrente, un peñascal.

6. “Amante de la oscuridad y los rincones, es un ‘sabio’ misterioso, un ‘chamán’ con secretos, un ‘ensoñador’ que roba a su público, pues le despoja de algo. Es un hechicero, pues tuerce los rostros y los extravía, haciendo que los demás pierdan su identidad. Es falso, pues encubre las cosas, tornándolas más difíciles de lo que son y destruyéndolas. Hace perecer a quienes le siguen a fuerza de misterios, acaba con todo.

## VII

1. “Conoced ahora al médico. El médico verdadero es sabio, da vida, prueba las hierbas, piedras, árboles y raíces, ensaya sus remedios, examina, experimenta.

2. “El médico tolteca alivia las enfermedades, da masajes, concierta los huesos, purga a la gente, hace que se sientan bien, les da brebajes, los sangra, corta, cose, hace reaccionar, cubre con ceniza.

3. “El médico falso, en cambio, se burla de su prójimo, y en su burla, mata a la gente con medicinas; provoca indigestión y empeora las enfermedades. Es un hechicero que se esconde en sus secretos; posee semillas y hierbas maléficas. Es un brujo; en lugar de experimentar, echa suertes, mata con sus remedios, empeora, ensemilla, enyerba.

### VIII

1. “Y he aquí al padre verdadero: es raíz y principio de linaje de hombres. Bueno es su corazón, recibe las cosas, es compasivo y se preocupa. De él es la precisión, el apoyo, con sus manos protege. Cría y educa a los niños, les amonesta y enseña a vivir, les pone delante un gran espejo, una gruesa antorcha que no ahuma.

2. “Y el hombre maduro: un corazón firme como piedra, un rostro sabio. Es dueño de su rostro y de su corazón. Hábil y comprensivo, buen componedor de textos, es un tolteca de la tinta negra y roja, un entendido. Dios está en su corazón y diviniza con su corazón las cosas; dialoga con su propio corazón.

3. “Y el verdadero artista: un conocedor de colores; sabe de matices y armonías; dibuja pies, caras, les da sombra y relieve, logra efectos. Como tolteca, pinta los colores de todas las flores.

### IX

1. “Acércate al que es modelo y ejemplo, pauta y señal, libro y pintura; al hombre honorable y de buena fama, a la condición social, la luz, la antorcha, el espejo.

2. “Observa a mis sacerdotes, los Merecidos, los de vida pura, transparentes, buenos, rectos, dedicados, limpios, de corazón blanco, de vida sin mezcla, sin polvo ni impureza. Ellos llegan hasta la presencia del Señor de la Cercana Compañía, le ofrecen incienso, le oran, le ruegan por el pueblo.

3. “Acércate a quienes, por todas partes, van haciendo lo excelente, dando brillo, dejando lo bueno, imponiendo un orden con

prudencia, alegría y serenidad; a quienes son cofre y caja, sombra y abrigo, gruesa ceiba, sabino generoso que da brotes y se yergue poderoso, firme.

4. “Ve con quienes no se quedaron dormidos ni se ocultaron en el sueño, con quienes no desgarraron su labios (con calumnias); con quienes llevan en paz, sobre sus brazos y espaldas, a aquel (pequeñín) que va jugando, se divierte con tierra y duerme en la redcilla.

5. “En cambio, huye de estos sitios: el festín, el río y el camino. No te detengas allí, porque allí está, allí habita el gran devorador, (que es) la mujer ajena, el esposo ajeno, la prosperidad, la falda, la camisa ajena.

## X

1. “Amaos los unos a los otros, ayudaos entre vosotros en la necesidad, con la manta, la joya, el salario y el alimento. Pues no es verdad, no es cierto si despreciáis a quienes os rodean.

2. “Dad limosna a los hambrientos aunque tengáis que quitaros vuestra comida. Vestid al que va en harapos aunque vosotros mismos quedéis desnudos. Socorred al que os necesita aún a costa de vuestra vida. Mirad que es una vuestra carne y una vuestra humanidad.

3. “Recordad al anciano, la anciana, el indigente, el desdichado, al que no se alegra, al que no es feliz, al que tiene pegado el intestino (de hambre), al que no encuentra su casa y vive en confusión, al que derrama sus lágrimas y muerde sus uñas (de desesperación).

4. “A quienes llevan las manos atadas a la espalda, a quienes donde las fieras, en las cárceles de la miseria van penando, a quienes por los desiertos y los montes se fatigan tras el chile y la sal, las verduras y el agua, a quienes son engañados en las plazas y tienen los labios resecos.

5. “Poned junto a vosotros a quienes son las manos y los pies del pueblo; no con indiferencia los saludéis ni con negligencia soportéis recíprocamente vuestras cargas. Pues vosotros sois guerreros águilas, ocelotes, sois el sostén y el remedio.

## XI

1. “En cualquier sitio puedes tropezarte con ellos: un anciano, una anciana, un enfermo, un niño. Por lo tanto, no tienes excusa.

2. “En cualquier sitio puedes encontrar a quien trabaja, a quien se expresa, a quien está creando algo. No estorbes entonces ni causes problemas a causa de tu ignorancia.

3. “En cualquier sitio puedes inadvertidamente romper una cabeza, violentar a alguien, arrojar orina sobre otro, hacer que pierda la buena palabra con que habla, ignorar un consejo. No te distraigas.

4. “¡Despierta, ponte atento! No sea que el sueño te lleve y los hombres te apoden ‘Señor ronquidos, bola soñolienta’.

## XII

1. “Bueno es que te mantengas por ti mismo. Crea, trabaja, recoge leña, labra la tierra, siembra nopales. Con eso beberás y vestirás; pues honra, enaltece el trabajo duro.

2. “Pero, ¡cuídate de las obras mundanas! Porque mucho crece, muy rápido engorda lo que enferma, lo que atormenta, lo que fatiga, lo que causa espanto.

3. “Correcto es si junto a ti es dicha la buena palabra, la que no causa daño. Si la transmites, no le excedas ni le quites: sólo lo justo dirás.

4. “Pero, ¡huye de las palabras vanas, distraídas! Porque sólo pervierten, no son serenamente rectas; precipitan al hueco a quien las pronuncia, nos llevan a la trampa y al lazo, a la piedra y el palo.

## XIII

1. “Con llanto y preocupación hay que recibir la herencia y la fortuna. Pero cálido es el hogar del pobre, y están tranquilos su esposa y sus hijos.

2. “¿Naciste noble? Teme por ello, podría embriagarte o hacerte presuntuoso. He aquí lo que nos hace nobles: tomar la antorcha y el jabón, el chile y la cal, el azadón y la semilla. Esto, en verdad, es linaje y merecimiento.

3. “Sé moderado y austero, verifica que los demás coman primero. Entonces toma agua y lava sus manos y sus bocas. Que no por ser noble perderás tu nobleza, ni caerán los jades, las turquesas, de tus manos llenas.

4. “Se dice que hay heredero al trono. He aquí como mostrará su condición: si baja su cabeza y se inclina con humildad; si mira al pobre con especial consideración; si le infunden respeto su mísero ceñidor, su manto raído; si, encontrando en el camino una anciana, un anciano, le dice: ‘Padre mío, mi abuela: que la paz te encamine, que no tropiece tu pie’.

5. “Escucha: la cortesía, la modestia, la humildad, el llanto, el esfuerzo, eso te hará noble, amado, enaltecido. Escucha, ningún soberbio, jactancioso o desvergonzado llegó jamás al reino.

#### XIV

1. “Conoce los símbolos, las palabras. Canta bien, habla bien, conversa bien, responde bien, ora bien. La palabra no es algo que se compre.

2. “Conoce la condición honorable, lo que es bueno: no cometas adulterio, no te embriagues, no te sometas al juego ni al azar, no menciones tu linaje ni tu condición viril, no seas indiscreto ni cobarde, no procures los primeros lugares.

3. “Que tu corazón no sea tu madre, que la ceniza esparcida y la encrucijada no te den órdenes, que tu deseo no devore tu pie, que una falda no te mueva ardientemente, pues envilece, desgasta, ensucia al hombre.

4. “No obres sin reflexión ni te entregues sin tomar medidas. No comiences tu trabajo sin analizar, y sin considerarlo serenamente no te impongas. No aceptes lo que no mereces ni reclames lo que no es tuyo, y no abuses de lo que no has creado.

5. “No te envanezcas de tus propias fuerzas. Que tu entendimiento no sea tu apoyo ni de tu convicción te jactes. No construyas tu casa sobre tus propias opiniones, pues eres tan sólo un pajarillo, una cuenta de jade, apenas una pluma.

6. “En cofre ajeno no te metas; en el plato de otro no te reclines. No te invites por ti mismo al convite. Que tu suerte no dependa del azar. Es peligroso, una trampa.

7. “Si alguno te sobrepasa, vaya delante. En la entrada no seas el primero. Cuando llegue el momento de hablar, que comiencen los demás. Y si Dios no te señala, no tomes la delantera.

8. “Si te dan aquello de lo que tienes necesidad en último lugar, no te enojas luego. Y si no te dan nada, agradece por ello. Así lo quiso el Cielo: es merecimiento.

9. “No te hagas de rogar ni busques siempre que te ofrezcan; y no dos veces seas advertido, pues corazón tienes dentro de ti (para entender).

10. “No busques en exceso una buena apariencia, pues él te acepta así, discretamente. En cualquier sitio, en cualquier momento, tus adornos y tus joyas podrán arrojarte al torrente.

11. “A la hora de sembrar, no sólo vayas y siembres: prepárate bien, selecciona bien, planta bien, para que bien echas raíces. Cultiva bien tu sementera, tus campos, tus nopales. Constrúyete allí una casa buena, firme, con ayuda de todos, y déjala en herencia a aquellos a quienes educas.

12. “Que vean en ti al que enseña y se preocupa, pues el que instruye a otros fundamenta el modo de no dar vueltas en vano.

## XV

1. “Pide con entera humildad, suplica con justicia: he ahí concentrado todo el ritual. Pues satisface, compensa el labio que se manifiesta en súplica.

2. “¿Es que ya lo sabes todo sobre la tierra? ¿No estás acaso tanteando con los pies? ¿Te conduces a ti mismo? ¿No eres aún llevado, cargado? Mañana o pasado mañana, ¿quizás llegaremos a saber aquello que sólo Él, y únicamente Él, conoce?

3. “Recuerda que te está viendo Nuestro Señor, el que conoce el interior de la piedra y el palo, el que escudriña el corazón del

hombre. ¡Nadie conoce su poder, nadie conoce su peso! ¡No es cierto que vivimos sobre la tierra!

## XVI

1. “Hay un hombre que vive en embriaguez y en sus manos se babea. Ha manchado su cuello, se apresta a difamar, se apropia de las cosas y da alaridos, pues la hierba y el vino le han atado.

2. “Ese ya no sale por su salida ni vive su propia vida, ya no corre su carrera, no tiene rostro ni orejas, ya no canta, no dice, no se expresa; a la hora del grito, ya no puede gritar. No tiene camino ni conoce el orden, pues no presta atención a la palabra buena, aquella que eleva, que expresa.

2. “Solo, sin reflexión, vive, moviéndose de continuo, cayendo de repente. Desgarrado, revolcándose en su inmundicia, vive. No se levanta en paz ni se acuesta en alegría. Como conejo se inquieta, como venado huye.

3. “En ceguedad vive y no sale de ahí, ya no quiere crecer. Únicamente anhela escabullirse, tan sólo rechaza con el pie. Nada comprende ni retiene, no es civil. Se arroja contra sí mismo, se abandona a las dudas, da golpes, gruñe, lanza mordidas.

5. “Ese violó la voluntad de Ketsalkoatl, y por eso, ya no extiende su brazo cuando debe extenderlo ni va al sitio a donde debía ir; ya no entrará a donde deba entrar ni morirá cuando deba morir.

## XVII

1. “Cuanto puedas produce, ambiciona las flores de Aquel que te dio la vida, Aquel por Quien vivimos. Puedes vivir a Su lado en este día que en préstamo has venido a pedirle.

2. “Regresa junto a Él, ten conciencia de tu dueño, pues se duele, se enfada cuando le olvidas y, puesto que sois uno, devuelve a tu corazón su pena y su olvido.

3. “Busca y reconoce qué es lo que Él quiere de ti sobre la tierra. Como cuando buscamos algo a tientas, como cuando pintamos

un libro, ve así: lento, pero sin detenerte. Identifica en qué consisten el infortunio y la desdicha, la inhumanidad y la pérdida, y así no vivas.

4. “Sólo en tu propia paz, en tu prudencia, ve adelante, sin vacilación ni duda, para que de ese modo no entristezcas mi corazón. Con toda tu atención, serenamente, así vive.

5. “Y no te aflijas por la pobreza humana, no te enfermes por ello ni tus entrañas adelgacen, ni desfallezca tu corazón ante lo retorcido, ante lo que no es recto. ¿Es que sólo tibieza, bondad, ha de ser nuestra suerte?

6. “Sé un guerrero. Arrójate al Ser del Cielo, Aquel que nos da vida. Con toda tu fuerza, con todo tu aliento, átate a lo alto, ve junto a él, arrójate a él. Y ocurrirá que él mismo llegará a ser raíz de tu existencia.

## XVIII

1. “¿Has recibido Su aliento, Su palabra? Guárdalo en tu corazón como algo secreto. Que no te aturda ni embriague ni te cause orgullo. Ya comprenderéis cómo a nada, a nadie, olvida Nuestro Señor.

2. “Entra en la bienaventuranza de Dios. Baja tu cabeza, flexiona tus rodillas, adopta una postura atenta, acostumbra tus piernas. Resbala, deslízate hacia Nuestro Señor. Y si algo te atormenta, si algo interfiere tu fluir, disípallo en su dicha y afirma tu vida.

3. “Entra en la presencia del Dueño de la Cercana Compañía, el Humano, el que es Noche y Viento (invisible e impalpable); ofrécele enteramente tu corazón y tu cuerpo. Concéntrate en Él donde estás, acércalo a tu rostro, a tu corazón.

4. “Más aún: disfruta la riqueza de Aquel que te atormenta, Aquel que te hace puro. Su agua de intenso azul, su agua de jades, su vaso de turquesa ha depositado en ti, para lavar tu alma y tu vida y merecerte.

5. “No murmures nada en tu interior, nada digas ni pienses en forma reactiva del yerbazal (de tu mente), pues dentro del alma y el cuerpo ve y escucha Nuestro Señor. Si en verdad controlas tus distracciones, él dispondrá algún remedio para tu necesidad.

6. “Concéntrate enteramente en Él. El nombre y la gloria de Aquel que todo lo puede es lo único que causa gozo. Él reparte su gloria allá, en lo alto, para todos. Y cuando un hombre bueno la recibe, se vuelve cual un ave excelente; de su cola, de sus alas brotan padres y madres, brotan aquellos que nos guían en cualquier rincón del Universo en que existamos.

## XIX

1. “Hijo mío, esto que te doy a comer es alimento puro. Lo que es para comer aquí en la tierra, acércalo a tu rostro. No te hagas semejante a piedra, pues ya sabes que si una piedra es dura, no sólo una vez se le golpea hasta que se quiebra.

2. “Observa al venado cuando lo persiguen: va asustado, ignora a dónde va: al hueco, a la muerte. Y tú, ¿acaso eres venado para que no sepas a dónde vas? Pues te ha sido mostrado el camino; por tu propia voluntad te traicionarías si lo pierdes.

3. “Mira: cómo el árbol florido ya no retoña ni echa brotes -pues sólo retoña y reverdece si resiste la helada, que de otro modo se marchita y seca-, así tú, si no retoñas y echas ramas a la hora del verdor y el renuevo, por tu propia voluntad te habrás arrojado a la boca de las fieras.

4. “Ahora que Nuestro Señor te ha mostrado su bondad, ahora que dentro de ti se agita, no lo desprecies. No juegues con un poco en tu interior para devolvérselo luego, hastiado, pensando: ¿en verdad he sido sanado? Ahora que te has acercado a la riqueza que de su presencia viene, ¿lo ofenderás de nuevo? ¿Volverás a ensuciar tu ser, tu alma?

5. “Con todo, aun cayendo muchas veces, si de nuevo recuerdas a tu Dios y te limpias sinceramente frente a él, arrojando tu mancha en su presencia, una vez más él tendrá piedad de ti y te mirarán sus ojos.

6. “Ve, disfruta de tu tesoro, que viene del seno de Nuestro Señor.

**XX**

1. “He aquí mi disposición final, aquello que os identificará como mis seguidores, lo que debéis seguir y compartir, pues es alimento escogido. Sólo tres consejos deseo encomendaros:

2. “El primero, que busquéis con anhelos haceros amigos de Aquel que está en todas partes, en todos cuerpos, pues es noche y viento y Dueño del cerca y el junto. Y en tal empeño, mirad que no os hagáis orgullosos, desesperados o cobardes, sino más bien, humildes de corazón, poniendo toda vuestra esperanza en Nuestro Señor y atreviéndoos a mantener sus prescripciones.

3. “Lo segundo que debéis recordar: tened paz con todos los hombres, respetad a todos y a nadie agraviéis. Por nada del mundo avergonzaréis a otro hombre. Calmaos, que digan de vosotros lo que quieran. Callaos aunque os combatan y no respondáis. Así demostraréis vuestra condición viril y vuestra nobleza, y todos sabrán que sois dignos representantes míos.

4. “Y lo tercero que os pido, es que no perdáis el tiempo que os ha dado Dios sobre este mundo. Ocupaos en lo que es bueno de día y de noche, no despreciéis el tiempo. Porque no sabéis si volveréis a vivir o si reconoceréis vuestros rostros allá, donde de algún modo se existe. Aprovechad esta vida.

5. “Basta con esto, que era mi misión. Haced en adelante lo que bien os pareciere. Todo hombre que se atenga a su propio bien, allegará para sí la excelencia y conquistará la vida”.



## GLOSARIO

**Acecho:** término popularizado por Carlos Castaneda para denominar a un conjunto de ejercicios chamánicos.

**Anahuac:** ver Anawak.

**Anawak:** *en torno al agua o rodeado de agua*, antiguo nombre del territorio que hoy conocemos como México y Centroamérica.

**Aura:** ver Esfera Luminosa.

**Avatar:** del sánscrito *Ava*, *ciclo*. Encarnación periódica de la divinidad. Equivale al hebreo Meshiah, al griego Cristo y al nawatl Ketsalkoatl.

**Camino del Guerrero:** expresión popularizada por Castaneda para describir la conducta ideal de los toltecas. Nombre nawatl: Shochiyaoyotl (ver Guerra Florida).

**Castaneda, Carlos:** antropólogo peruano, redescubridor del nagualismo y autor de varias obras de interpretación del chamanismo mesoamericano.

**Cemanahuac:** ver Semanawak.

**Centeotl:** ver Senteotl.

**Centro Vital o Energético:** ver Kuekueyo.

**Ciclicidad:** concepto básico de la Toltequidad. Supone que todas las cosas se desarrollan siguiendo ciclos de ascensión y caída.

**Clásico:** período de consolidación de la Toltequidad, durante el

cual se desarrollaron las civilizaciones de Teotihuacan y los mayas (siglos III al VIII d. C.).

**Coatlícue:** ver Koatlikue.

**Cuerpo Físico:** vehículo de la acción en el mundo material. Nombre nawatl: Nakayotl.

**Chakras:** del sánscrito Kukl, *circular*, nombre que se da en la tradición hindú a los centros convertidores de la percepción (ver Kuequeyo).

**Diálogo Interno:** fenómeno psicológico que nos permite percibir el mundo en términos de “lo conocido”. Impide la percepción directa de la energía (ver Silencio Interno).

**Doble Energético:** ver Nawalli.

**Energía:** substrato básico de la realidad. En términos toltecas, es una onda de intención que conecta al mundo “exterior” con quien lo percibe. Se puede contaminar o purificar. Nombre nawatl: Teotl.

**Ensueño:** término con que designa Castaneda al resultado de aplicar la atención sobre el acto de estar dormido. Nombre nawatl: Temishoch, *sueño florido*.

**Enteógenos:** “dios en mí”, nombre técnico de las sustancias capaces de modificar los estados de conciencia.

**Epiclásico:** período de transición entre el Clásico y el Posclásico, durante el cual se desarrolló la neo-toltequidad, liderada por las ciudades de Tula, Xochicalco y Chichén Itzá (siglos VIII al XII d. C.).

**Esfera Luminosa:** resplandor en torno a los cuerpos vivos que se dice perciben los chamanes. Nombre nawatl: Iyoni, *vehículo del aliento*.

**Espiritual:** en la Toltequidad, la naturaleza del mundo cuando se percibe sin diálogo interno. Es el ámbito donde opera la energía. Nombre nawatl: Teoyotika.

**Etnomedicina:** cuerpo de conocimientos de sanación que conservan algunas comunidades y particulares indígenas. Incluye el manejo de plantas curativas y psicoactivas.

**Evolución:** concepto básico de la Toltequidad. El desarrollo de

un sistema hasta la plena expresión de sus potencialidades. Hay una evolución natural y otra técnica o artificial.

**Fibras Luminosas:** irradiaciones de los centros energéticos capaces de percibir la realidad y de operar directamente sobre ella.

**Gimnosofismo:** corriente filosófica griega que preconizaba el cultivo integral del cuerpo y el espíritu.

**Guerra Florida:** en la antigüedad, guerra pactada con fines de entrenamiento. Dentro del Kinam, actividad especializada para extirpar vicios de carácter y desarrollar la capacidad de sacrificio (ver Camino del Guerrero).

**Huehuetlahtolli:** ver Wewetla'tolli.

**Inframundo:** nombre que dan los antropólogos al concepto prehispánico del Miktlan, *sitio de los muertos*, un estado de conciencia desligado del cuerpo físico.

**Ketsalkoatl:** *serpiente emplumada, doble precioso*. La entidad mesiánica de los mesoamericanos. Su traducción al maya es Kukulcán.

**Kinam:** apócope de la voz nawatl Kinamiktli, *fuerza aplicada para conseguir el equilibrio, encuadrar*. Se aplica en la actualidad al conjunto de prácticas psicofísicas prehispánicas.

**Kiname:** *poderoso y equilibrado*, antiguo nombre que se daban los toltecas. Se ha interpretado como *gigante*. En la actualidad, nombre de cada uno de los practicantes de Kinam.

**Koatlikue:** *su falda de serpientes* o de energías, nombre nawatl de la materia, aplicado a veces al planeta Tierra y divinizado como la Madre Naturaleza.

**Kuekueyo:** *espiral resplandeciente*; según la definición del Códice Matritense, “órgano luminoso”. Punto de la energía vital donde la percepción se transforma en significados. Según las ideas toltecas, hay nueve de ellos en nuestro organismo.

**Kundalini:** del sánscrito Kunda, *base*, nombre que dan los hindúes a la energía vital concentrada en la base de la columna

vertebral. Su emblema tolteca es la Serpiente Emplumada.

**Liberación:** doctrina básica de la Toltequidad. Se interpreta como un ajuste perceptual. Nombre nawatl, Shoshou'ki.

**Macehual:** ver Masewalli.

**Masewalli:** *merecido*, apelativo genérico de los iniciados en la Toltequidad (ver Merecimiento).

**Meditación:** un ejercicio en el cual la atención deja de concentrarse en los objetos particulares y se centra en el acto puro de percibir.

**Merecimiento:** doctrina básica de la Toltequidad, que afirma la liberación por las obras. Nombre nawatl: Masewalistikayotl.

**Mesoamérica:** territorio cultural que abarca toda el área de influencia tolteca (ver Anawak).

**Nagual:** ver Nawalli.

**Nagualismo:** nombre que en ocasiones aplicaron los españoles a la fe tolteca. Conjunto de técnicas chamánicas conservadas en Anawak. En nawatl: Nawallotl.

**Nahuatl:** ver Nawatl.

**Nawalli:** *desdoblado*, doctrina angular del chamanismo mesoamericano. El nagual es una formación energética natural que puede activarse y desarrollarse, hasta que se transforma en vehículo de la conciencia del individuo.

**Nawatl:** *armoniosa*, nombre propio de la lengua tolteca, hablada también por los aztecas, texcocanos, tlaxcaltecas y otros pueblos del Altiplano mexicano.

**Olmeca:** nombre que dan los arqueólogos a la primera alta cultura de Mesoamérica, fundadora de la Toltequidad. Se desconoce su nombre original. Alcanzó su esplendor hacia fines del segundo milenio antes de Cristo.

**Ometeotl:** *divina uni-dual-trinidad*. En la ideología tolteca, principio creador y sostenedor del Universo. No es un dios personal, sino una abstracción.

**Posclásico:** período de atomización y militarización de la cultura tolteca, motivado por la irrupción de hordas bárbaras procedentes

de Norteamérica (siglos XII al XVI d. C.). Culminó con la aparición del imperio mexica.

**Preclásico:** período formativo de Mesoamérica (milenios I al IV antes de Cristo). Sus principales culturas fueron los olmecas y zapotecas.

**Punto de Encaje:** nombre que da Castaneda al punto donde la atención concentra o “encaja” las vibraciones que llegan hasta nosotros, produciendo un mundo de representación y un sentimiento de ser uno mismo. En nawatl: Tekpatl, *cuchillo*.

**Quetzalcoatl:** ver Ketsalkoatl.

**Quinto Sol:** nombre de la era actual dentro de la cosmogonía tolteca. Filosóficamente significa “resumen del ciclo”.

**Recapitulación:** nombre que da Castaneda a una técnica prehispánica, consistente en recordar los eventos de la vida vigílica y los sueños.

**Relatividad:** concepto básico de la Toltequidad. Afirma que la realidad del mundo es relativa a las formas de percepción.

**Sahagún, Bernardino:** fraile español del siglo XVI, inventor del método antropológico y autor de importantes obras de investigación de la cultura prehispánica.

**Semanawak:** *unión de contrarios*, nombre nawatl del Universo.

**Senteotl:** *divina unidad, divina simiente*. En la filosofía tolteca, el principio que anima a todos los seres y fuerzas del Universo.

**Silencio Interno:** estado natural del ser humano, alterado por el pensamiento reactivo. Un atestiguamiento directo de la realidad, sin interpretaciones. Condición de la meditación y clave para el control de los sueños.

**Teomoxtli:** ver Teomoshtli.

**Teomoshtli:** *libro divino*, la escritura sagrada tolteca, compilada por Weman en el siglo I a. C. Boturini afirma haber conservado dos ejemplares de la obra hasta 1746, cuando le fueron decomisados por las autoridades.

**Teotihuacan:** ver Teotiwakan.

**Teotiwakan:** *lugar donde se diviniza* el hombre, ciudad mesoamericana de los siglos IV a. C. al VIII d. C., donde se desarrolló la Toltequidad. Su nombre original era Tollan, *juncal*.

**Teskatlipoka:** *su humo del espejo*. La forma personal de la deidad dentro de las creencias toltecas, y el estímulo que opera detrás de las diversas manifestaciones de Ketsalkoatl.

**Tezcatlipoca:** ver Teskatlipoka.

**Tiahuanaco o Tihuanaco:** ciudad cercana al lago Titicaca donde se desarrolló la versión andina de la Toltequidad.

**Tolteca:** nombre genérico de las culturas mesoamericanas, así como de una etnia centrada en Tula Xicocotitla, en el actual estado de Hidalgo.

**Toltequidad:** el conjunto de ideas y soluciones propuestas por los moradores de Anawak para entender y manipular el mundo y la conciencia. Término nawatl: Toltekayotl.

**Tona, Tonal:** ver Tonalli.

**Tonalli:** *luminoso, evidente*, el lado interpretativo de la realidad. Uno de los vehículos de la conciencia, y también la facultad hipnótica de la atención.

**Tonalamatl:** *libro de los días*, antiguo sistema tolteca de predicciones astrológicas.

**Tula:** nombre genérico de las capitales de Mesoamérica. Lo llevaron las ciudades de Teotihuacan, Cholula, Tenochtitlan y Xicocotitla. En la actualidad se aplica sólo a esta última. Término nawatl: Tollan, *juncal*.

**Vehículos de Conciencia:** los diversos planos de energía a través de los cuales percibimos la realidad. El cuerpo físico es uno de ellos, así como la mente, las emociones, los impulsos sexuales y la voluntad. Nombre nawatl: Kimilli, *envoltura* (ver Cuerpo Físico).

**Viracocha o Wirakocha:** *simiente del océano*, nombre quechua de Ketsalkoatl.

**Wewetla'tolli:** *antiguas palabras*, las pláticas tradicionales de los viejos toltecas, conservadas por tradición oral y recogidas por diversos cronistas.

## Obras citadas y consultadas

- Anales de los Cacchiqueles, 1993, UNAM, México.
- Bautista, fray Juan, *Algunas abluciones antiguas de los indios*.
- Cantares de los Señores de Nueva España, 1992, *Poesía indígena de la Altiplanicie*, UNAM, México.
- Carranza, Armando, *Nahual, tu animal interior*, 2000.
- Castaneda, Carlos, *Las Enseñanzas de Don Juan, Una Realidad Aparte, Viaje a Ixtlan, Relatos de Poder, El Segundo Anillo de Poder, El Don del Águila, El Fuego Interno, El Conocimiento Silencioso, El Arte de Ensoñar, El Lado Activo del Infinito*.
- Códice Aubin-Goupil.
- Códice Chimalpopoca, 1945, *Anales de Cuauhtitlan*, Imprenta Universitaria, México.
- Códice Florentino, 1906, Ed. Paso y Troncoso, Madrid.
- Códice Matritense de la Real Academia, 1907, Ed. Paso y Troncoso, Madrid.
- Códice Ramírez.
- Códice Telleriano-Remensis, 1995, Austin University of Texas Press.
- Códice Vaticano 3738, 1964, S.E.P., México.
- Crónica mexicana.

- Chilam Balam de Chumayel, 1985, S.E.P., México.
- Chilam Balam de Tuzik, Grupo Dzibil, México.
- Díaz, Frank, *Los Mensajeros de la Serpiente Emplumada. Sagrado Trece, los calendarios del antiguo México. Wewetla'tolli de Olmos*, traducción.
- Díaz del Castillo, Bernal, 1950, *Historia Verdadera de la Conquista*, ed. Mexicanas, México.
- Diccionario anónimo, Ref. 363, colección Aubin-Gopal.
- Durán, Diego, 1880, *Historia de las Indias de Nueva España*, ed. J.F. Ramírez, México.
- Fernández de Oviedo, Gonzalo, 1945, *Historia general y natural de las Indias*, ed. Guaranía, Paraguay.
- Hernández, Francisco, 1986, *Antigüedades de la Nueva España*, ed. Historia 16, Madrid.
- Kauffman-Doig, Federico, *El sexo en el Antiguo Perú*.
- La Serna, Jacinto de, 1953, *Tratado de las supersticiones*, ed. Fuente Cultural, México.
- Lara Gonzáles, Everardo, 1999, *Matemática y simbolismo en la danza autóctona de México*.
- Las Casas, Bartolomé de, 1982, *Los indios de México y la Nueva España*, ed. Porrúa, México.
- López Austin, Alfredo, 1980, *Cuerpo humano e ideología*. UNAM, México.
- López Fierro, Manuel, 2003, *Yoga Mesoamericano*, <http://sieteluces.com/luz/terapias/yoga.htm>.
- Mallery, Garrik, 1881, *Sign language among North American Indians*. B. of E., USA.
- Marcelli, José, *La experiencia del Yoga*.
- Martí, Samuel, 1991, *Mudra, manos simbólicas en Asia y América*, ed. Euroamericanas, México.
- 1961, *Canto, danza y música precortesianas*. FCE, Méx.
- Molina, Alonso de, 1966, *Vocabulario*, ed. Colofón S.A., Méx.
- Motolinía, Toribio de Benavente, 1994, *Relaciones de la Nueva España*, UNAM, México.

- Olmos, Hernando Diego de, *Huehuetlahtolli*.  
Popol Vuh, 1964, Fondo de Cultura Económica, 1973, UNAM,  
México.
- Raynaud de la Ferrière, Serge, *Yug, yoga yoguismo*.  
Ritual de los Bacabs.
- Rogg, Herta, 2003, *Yoga and prehispanic culture of  
Mesoamerica*, Yoga Rahasya no. 1 2003.
- Ruiz de Alarcón, 1953, *Tratado de las Idolatrías*, ed. Fuente  
Cultural, México.
- Sahagún, Bernardino de, 1943, *Suma indiana*, Imprenta  
Universitaria, México.  
1989, *Historia General de las Cosas de Nueva España*,  
CONACULTA, México.  
*Primeros memoriales*.
- Sánchez, Víctor, 1996, *Toltecas del Nuevo Milenio*, ed.  
Lectorum, México.
- Sartori, A., *Simbólica de la tradición precolombina*  
([www.geocities.com/Athens/Atrium/9449/s6agnese.htm](http://www.geocities.com/Athens/Atrium/9449/s6agnese.htm)).
- Sejourné, Laurette, 1957, *Pensamiento y religión en el México  
antiguo*, Fondo de Cultura Económica, Méx.
- Simeón, Rèmi, *Diccionario de la lengua nauatl*.  
Teogonía e Historia de los Mexicanos,  
1979, ed. Porrúa, México.
- Tezozomoc, Hernando Alvarado, 1949, *Crónica Mexicayotl*,  
Imprenta Universitaria, México.
- Título de Totonicapán.
- Torquemada, Juan de, 1969, *Monarquía Indiana*, ed. Porrúa,  
México.
- Torres, Armando, 2002, *Encuentros con el Nagual*.  
*Conversaciones con Carlos Castaneda*, ed. Alba, México.