



Posiciones del Intento

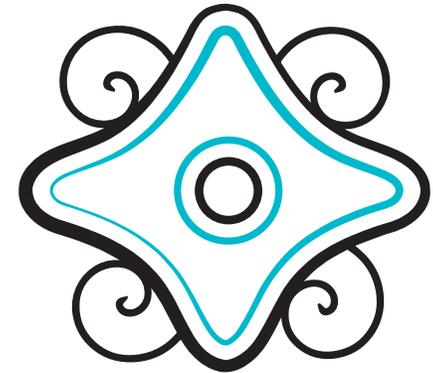
Sugerencia para la práctica de posturas estáticas
Sabiduría Maya Tolteca
KAHLAY

Según Transmisión de Don Carlos Jesús Castillejos



Posiciones del Intento

Según Transmisión de Don Carlos Jesús Castillejos
Durante los “Cantos del Relámpago” Ago-Sep 2019
En Waru Nahualli Calmecac
Chapada Diamantina, Bahía, Brasil



Nahualli Instituto de Investigación Tolteca

Compilación de memorias de Nuscaa, Nai Lu, Daniel Flores y Susananga
& Notas de Doña Carmen Bartolome

Ilustraciones Luis “Imosh 13” Castillejos

Ilustraciones secuencia de posturas Nuscaa

Imágenes: Figuras Prehispánicas de Mesoamérica varias fuentes

Dedicatoria

Dedicamos este libre a Don Carlos Jesús Castillejos y a los practicantes Toltecas de todos los tiempos que han permitido que las practicas lleguen a la actualidad. Agradecemos a los guardianes del linaje, a los 4 Rumbos, a los Oxlahuntiku, a los Bolontiku y la sabiduría del espejo horadado.

Agradecemos y reconocemos los vínculos afectivos, las raíz, flor y fruto de una enseñanza esencial.

In Lak'esh

Kahlay. El Arte de Despertar la Memoria Ancestral.

Kahlay son una serie de posiciones fijas y movimientos corporales coordinados a un intento específico como llave de acceso para penetrar en las sensaciones y al flujo del cuerpo energético. Kahlay emana dentro del contexto maya de México y es uno de los legados más preciosos de los ancestros.

A través de su práctica descubrimos el lenguaje natural -no domesticado- que nos permite

1. Explorar el mapa del cuerpo energético e integrarlo.
2. Acceder a los tesoros de la memoria nagual codificados en las sensaciones corporales
3. Ofrendar la energía pesada y aligerarse percibiendo todo como un sueño
4. Reconocer cada percepción como un flujo de energía en continua renovación.
5. Intuir la espaciosidad sin límites de la consciencia que somos.

- Carlos Jesús Castillejos

Posiciones del Intento

Las posiciones del Intento son parte del cuerpo de conocimiento del legado de los videntes de Anahuac (Mesoamérica). Un Kahlay esencial donde reconocemos la memoria ancestral abriendo espacio al momento presente.

La inmovilidad nos sugiere, nos invita a descansar en el Ser. Parar el mundo por un instante. Aceptar sin rechazar o querer agarrar aquello que esta presente en el cuerpo/mente del practicante.

Las posturas estáticas nos invitan a rastrear las cualidades de energía alojadas en el cuerpo/mente y por medio del aliento y la relajación, podemos disolver las tensiones perceptuales, abriendo espacio, soltando sensaciones, pensamientos y limitaciones del cotidiano así como las impresiones de la fijeza de la domesticación. Incluso la persistencia de la forma humana.

El Aliento y la intención relajada son nuestro hilo conductor de la practica. Cada respiración invita a disolver un nudo. Cada exploración de las sensaciones indica donde abrir espacio. Usamos la atención relajada para estar presentes en las sensaciones del cuerpo/mente dentro de la piel, en la piel y mas allá de la piel.

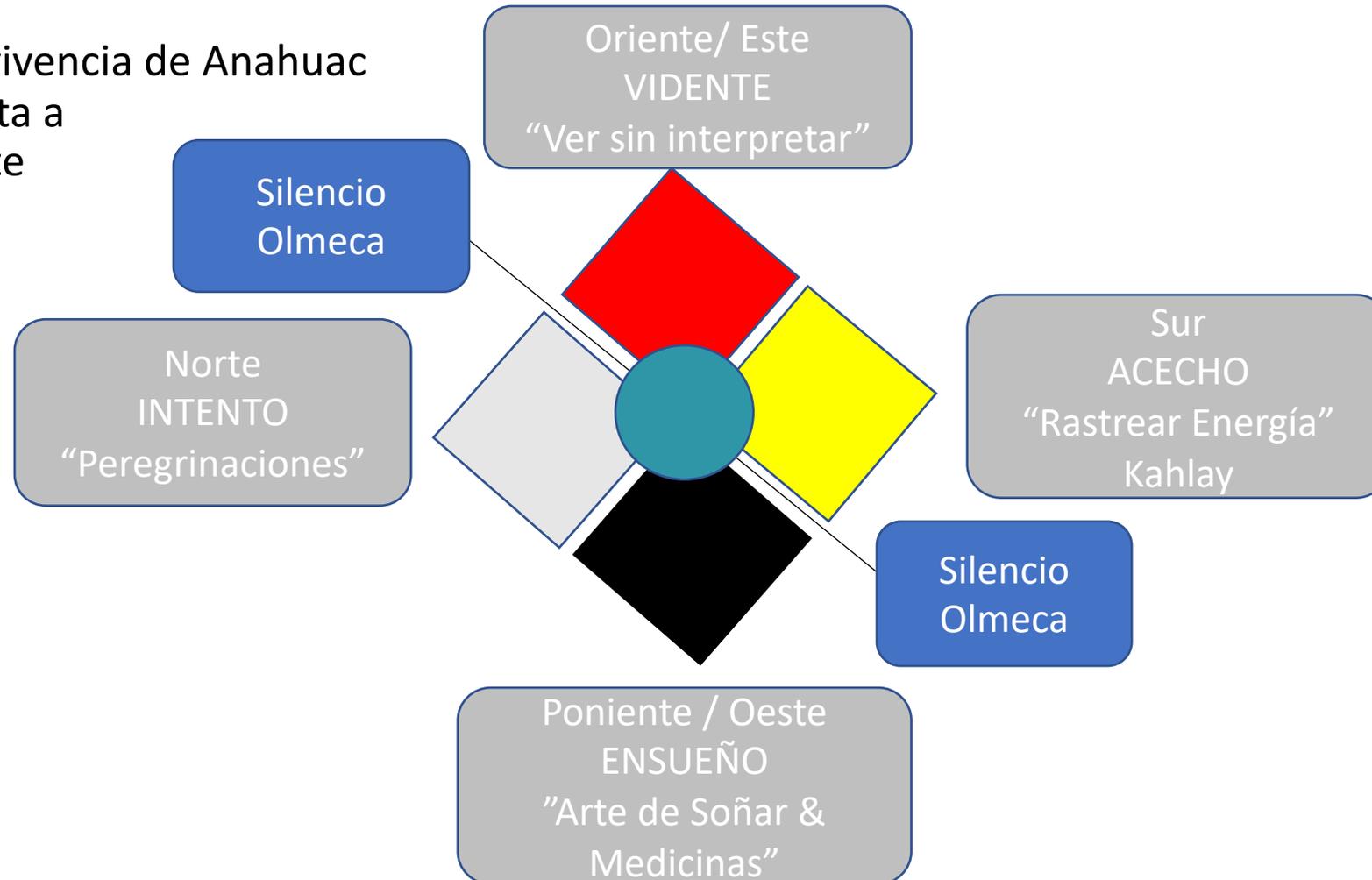
Usamos el aliento como el temazcal para vaporizar la fijeza de la percepción. Usamos las posturas como señalamientos dentro del mapa de navegación. Rastreadores de la memoria ancestral. Posturas forjadoras del cuerpo energético.

- Nuscaa

Mapas de Navegación de la Practica

Obs:

En la cosmovivencia de Anahuac
El Oriente esta a
nuestra frente





Silencio
Príncipe Olmeca



Oriente/ Este
VIDENTE



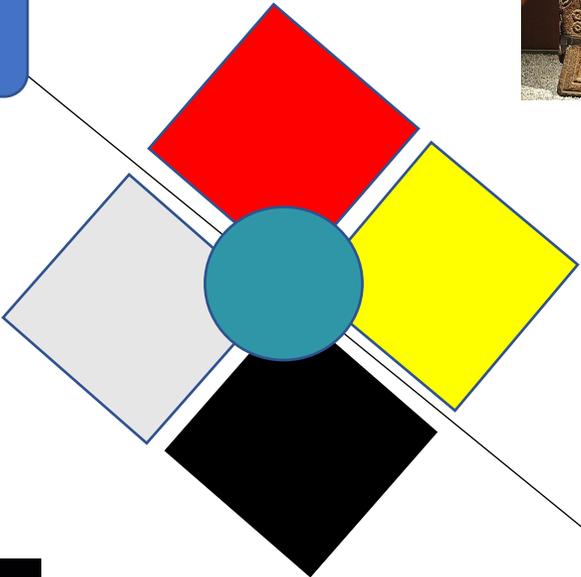
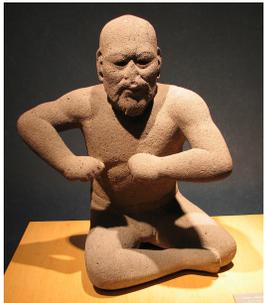
Norte
INTENTO
Flechador

Sur
ACECHO
Tlazolteotl / Jaguar



Poniente / Oeste
ENSUEÑO
Mictlantecuhtli

Silencio
Luchador
Olmeca

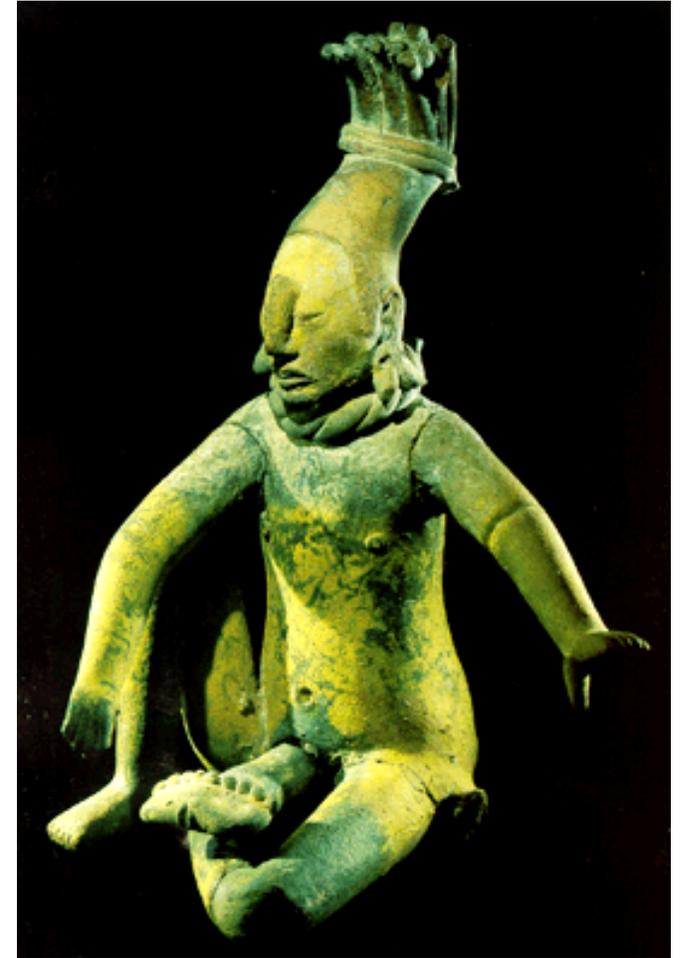


Observaciones

- **Tierra - Poniente**
Posiciones ensueño
- **Agua - Sur**
Posiciones de recapitulación acecho
- **Fuego - Oriente**
Posiciones de videncia
- **Viento - Norte**
Posiciones de intento
- **Al centro.**
No hacer. Miradas del Silencio

- Respiración suave sugerida por CJC:
4 cortas y 1 larga

OBS: Esta secuencia va de los elementos mas densos a los mas ligeros. Las practicas no son siempre en el mismo orden. Es el intento y claridad del practicante que configura la secuencia de la practica.



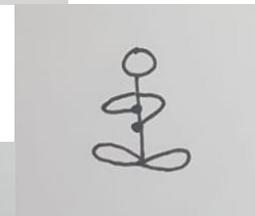
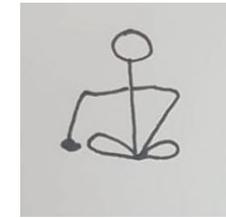
Piramide de las posturas estáticas

- La siguiente secuencia esta según la transmisión exacta que fue transmitida durante el retiro “Cantos del Relampago” en Agosto-Septiembre del 2019.
- El orden de la practica puede ser seguido exactamente como sigue esta secuencia sugerida, asi como practicada en el orden del camino del sol: De oriente a Norte/Sur según el hemisferio que esta cada practicante.
- Es sugerido cuando hay la disponibilidad de tiempo estar al menos 20 minutos en cada postura.



Apertura Centro: Príncipe Olmeca

- Sentamos cómodamente con las piernas cruzadas.
- Mano derecha en el tobillo izquierdo. Mirada por el rabillo del ojo izquierdo. Percepción en la piel, dentro de la piel y más allá de la piel.
- Cambiamos el enlace de las piernas. Mano izquierda en el tobillo derecho. Mirada por el rabillo del ojo derecho.
- Cambiamos a ambas manos adelante. Mirada relajada hacia el entrecejo o hacia arriba.
- Mano derecha al corazón. Mano izquierda en el hígado. Mirada relajada hacia abajo.
- Manos en las rodillas. Mirada 180°



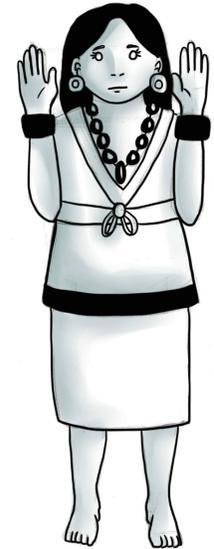


PRÍNCIPE OLMECA



Relámpago

- Palmada en el centro del pecho.
Palma izquierda arriba y derecha hacia abajo.
Cielo y tierra se auto fecundan.
Eje de la percepción de energía y materia.
Palmada en el centro del pecho y cambio de brazos.
- Inspira y eleva los brazos flexionados a partir de los codos, con las palmas de las manos hacia el frente.
En seguida estiramos los brazos en la lateral del cuerpo
y volvemos a flexionar los brazos a partir de los codos, moviendo las manos hacia fuera y hacia dentro.
Saludos Totonacas.





Zenit

Inspiramos elevando los brazos y juntamos las palmas de las manos arriba de la cabeza.

Palmas juntas bajan por el centro del cuerpo.



Nadir

Palmas juntas en el ombligo exhalamos hacia la tierra. En un movimiento continuo, las palmas unidas suben por el centro del cuerpo hacia arriba de la cabeza.

Repetimos la secuencia 4/5 veces.



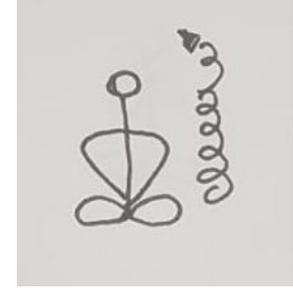
Esfera donde cabe el universo.

- 13 veces hacia afuera. Sube por el centro. 13 dimensiones.
- 9 veces hacia adentro. Baja por el centro. Espacio interior



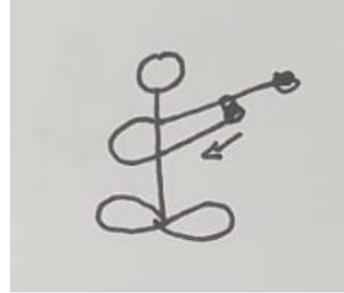
Espiral

- Visualizar e intentar espiral girando instantáneamente en sentido anti horario desde la base de la columna hasta la coronilla. Que gire alrededor de la esfera del cerebro, luego dentro del cerebro y luego dejamos que caiga de manera natural.
- Incluimos en la espiral todas las partículas subatómicas, células, tejidos, sistemas y órganos.
- Permitir con un estremecimiento que recargue instantáneamente todo el sistema. Continuamos en espirales cada vez más amplias hasta el puro Intento. Permitir más una vez que eso descargue en la forma humana.



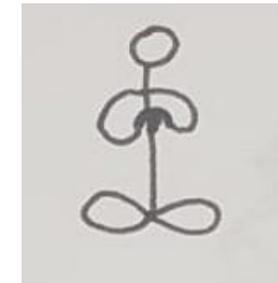
Jalando los filamentos de energía

- Brazo derecho arrastra los filamentos del izquierdo.
- Cambio de brazos.



La Cruz

- Brazos abiertos de las laterales hacia el pecho.
- De la frente hacia el pecho.
- De la tierra hacia el ombligo.
- De arriba hacia la garganta.



Dos manos en el tobillo

Cierre: Dos manos entrelazadas con hueco en la palma a la altura del corazón.

Navegando la Pirámide

Recapitulación - Brazos por dentro de las piernas. Exhalar al interior de la tierra.



Ensueño - Mirada hacia abajo



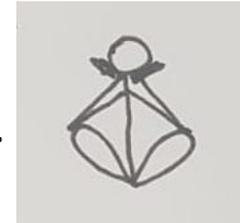
Intento - Enfoque hacia la izquierda (Nagual) y la derecha (Tonal)



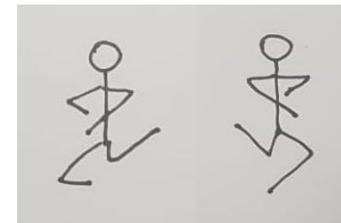
Mover los omóplatos. Se termina tomando la punta de los dedos y soltando.



Visión - Manos en la cara. Mirar la punta de la nariz. Otro punto de vista.



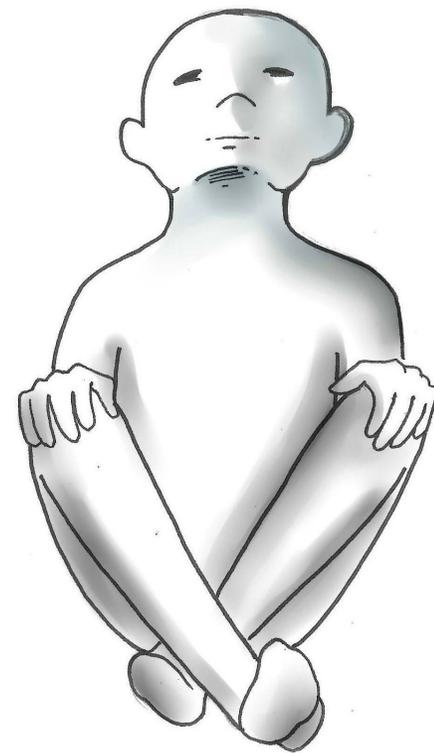
Silencio: Luchador Olmeca - Pierna izquierda hacia frente y derecha hacia atrás. Brazo delante del otro uno más arriba que el otro. Cambia de piernas y de brazos para mejor balance.

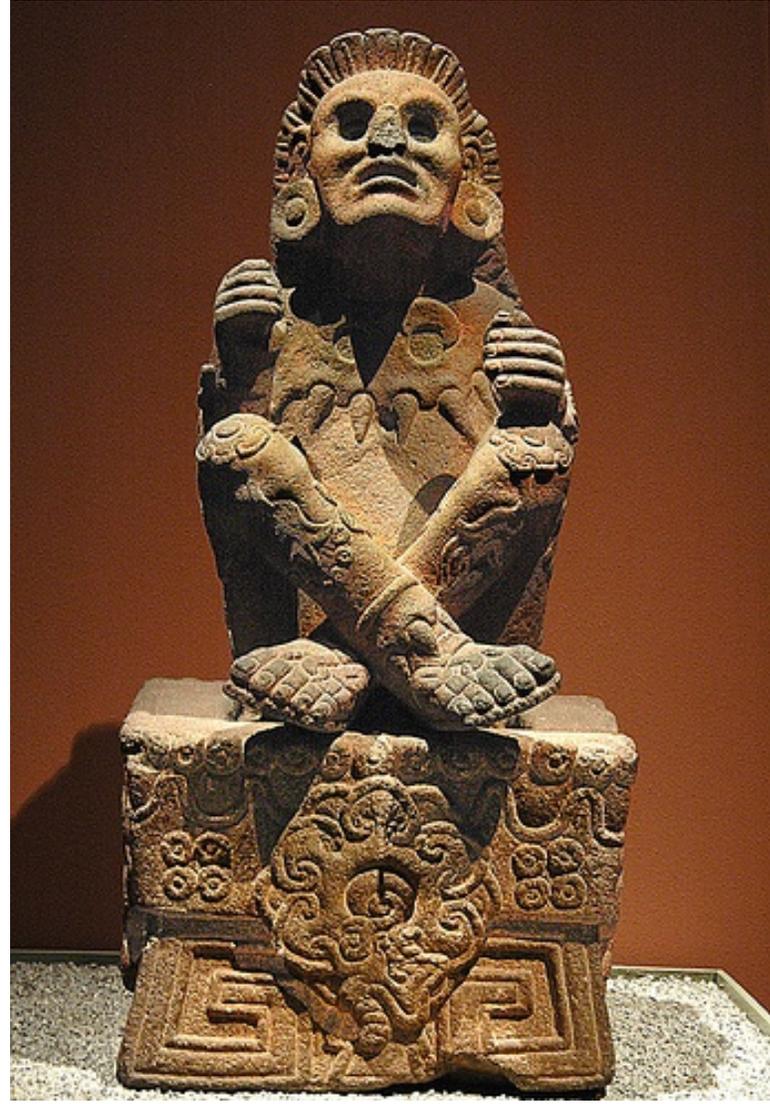


POSTURAS de los VIDENTES: Oriente/Este

- Las posturas del Oriente sugieren la cualidad de energía de los videntes “El Arte de ver energía sin interpretación”.
“El lugar donde brota la luz”.
La puerta de entrada de la atención sin fijar en nada.
Posamos nuestra atención con la suavidad de una mariposa.

ARTE DE VER/PERCIBIR SIN INTERPRETAR





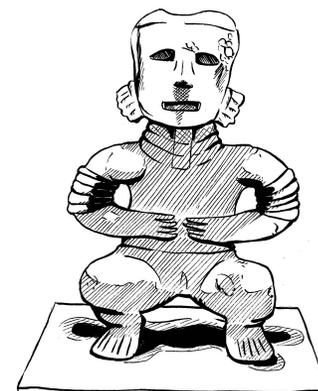
Posturas del ACECHO: Sur/norte

- Las posturas del Acecho se sientan en el Sur y están conectadas con la cualidad de rastrear, escanear energía de forma afectiva. Sin interpretar o juzgar. Simplemente rastrear.

“La luz que atraviesa todas las formas”.

Nuestro medio-día de la conciencia donde podemos percibir nuestra limitaciones con brutal honestidad dentro del afecto que todo permea.

ARTE DE RASTREAR ENERGIA:
RECAPITULACION & PASES MAGICOS

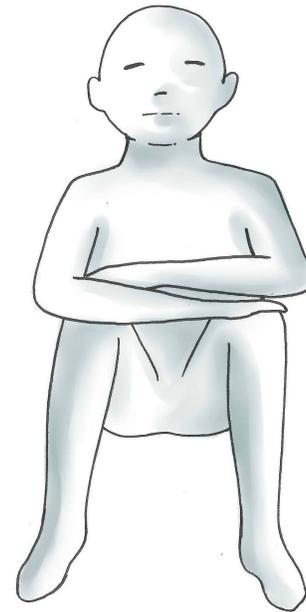


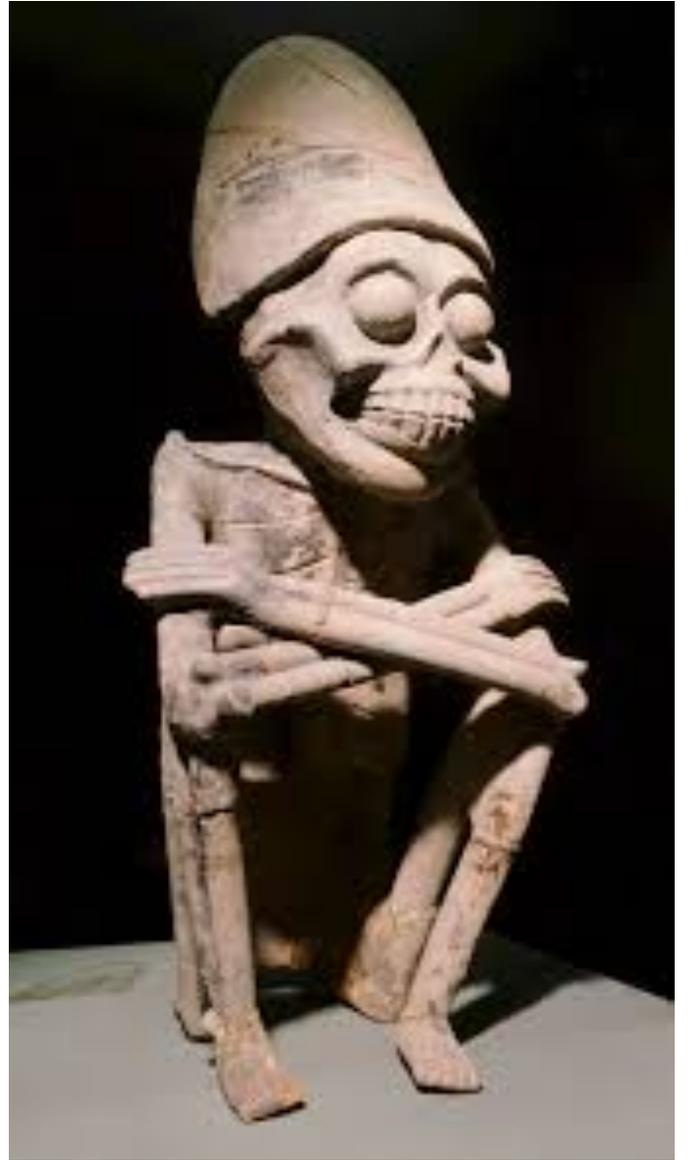
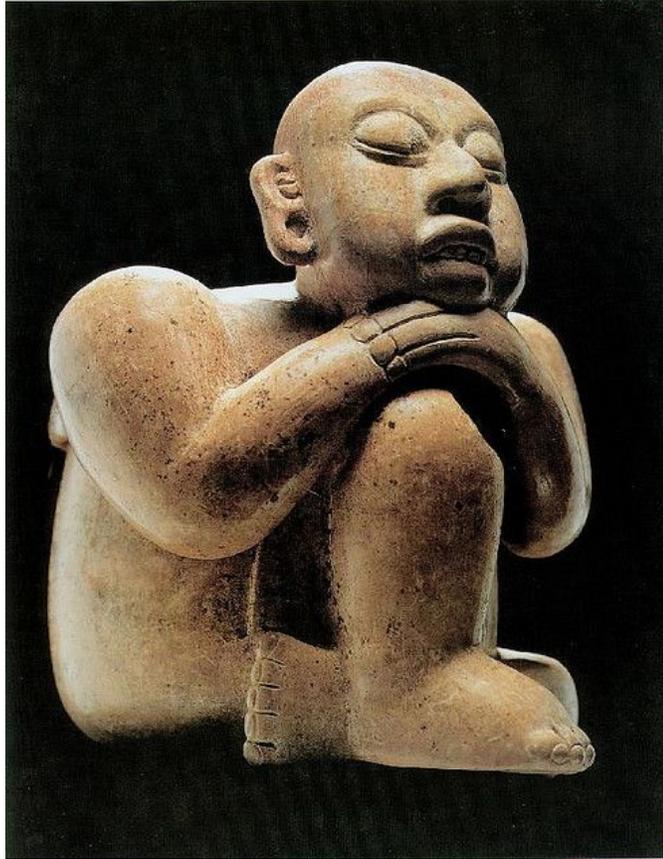


Posturas del ENSUEÑO: Poniente/Oeste

- Las posiciones del Poniente nos invitan a explorar los misterios del cuerpo energético indicando posturas para sostener de forma relajada la atención soñadora. Son posturas que nos apoyan y fortalecen en los viajes a lo desconocido.
“Donde la luz se transforma”

ARTE DE ENSOÑAR





Posturas del INTENTO: Norte/sur

Las posiciones del Intento nos invitan a navegar en el flujo del misterio. En la fuerza invisible del lado activo del infinito. Sin esfuerzo y sin deseo el practicante se funde en el oleaje del misterio.

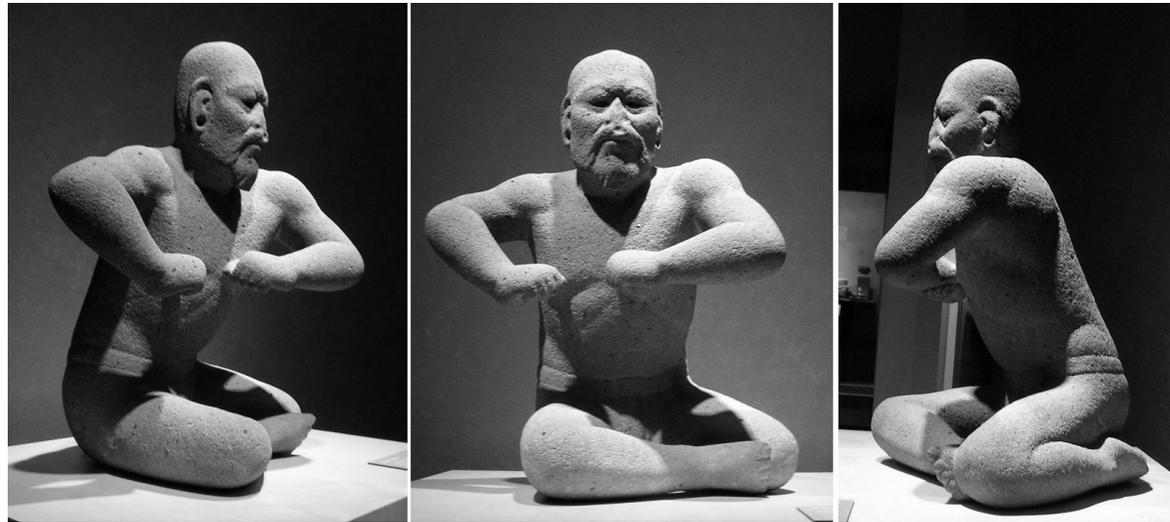
ARTE DEL INTENTO: LA
PEREGRINACIÓN



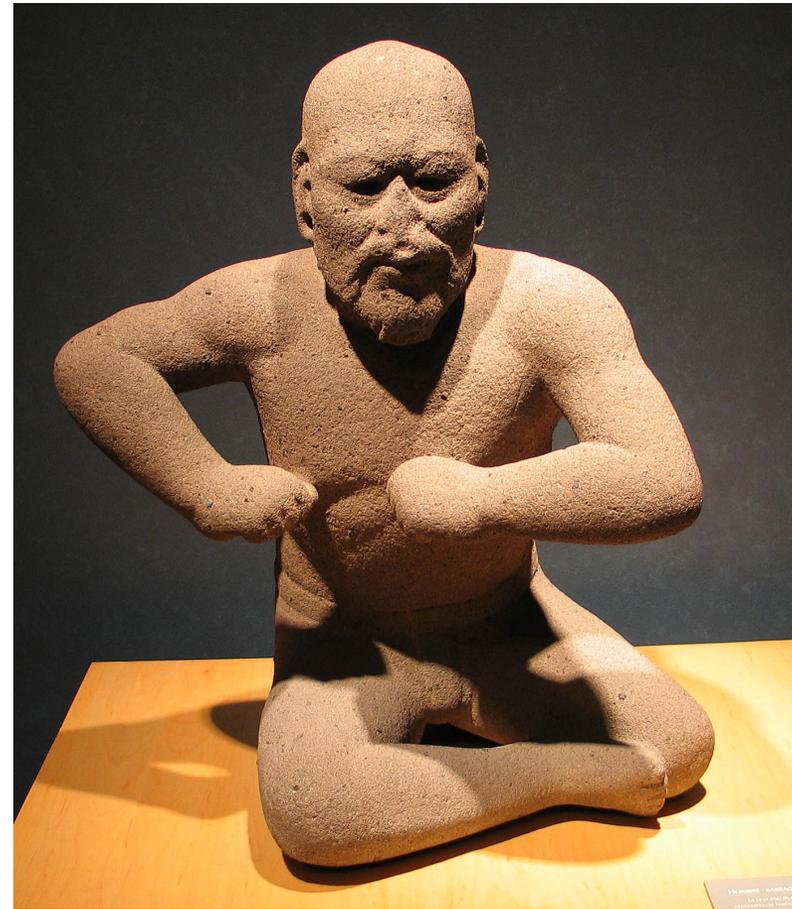
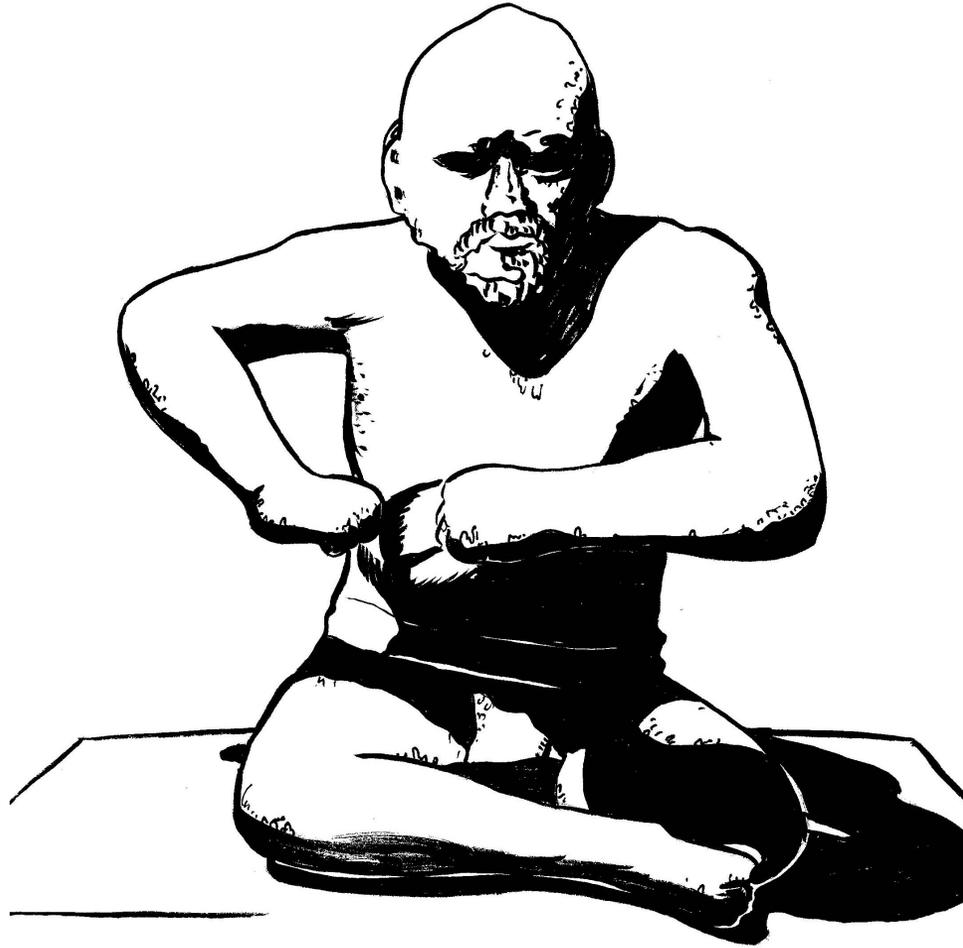


Centro: Postura del Luchador Olmeca

- Iniciar con lado izquierdo (mano izquierda arriba, pierna derecha doblada al frente).
- Invertir la postura para el lado derecho (mano derecha arriba, pierna izquierda abajo)



Luchador Olmeca



Ofrenda

Ofrendamos y dedicamos los méritos de la practica al

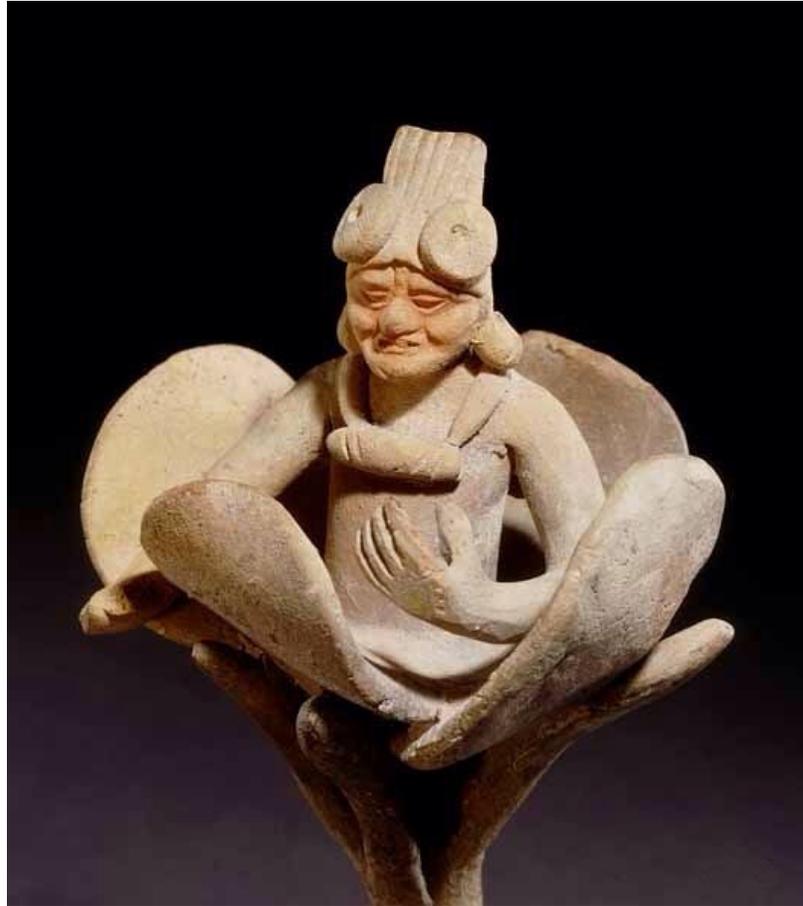
- Al Corazón del Cielo
- Al Corazón de la tierra
- A todos los seres visibles e invisibles

In La'kesh Al'aken

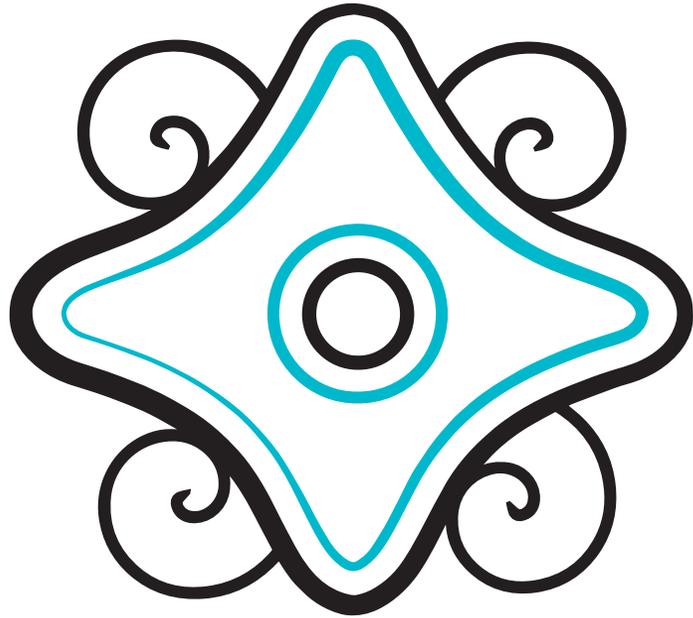
(Yo soy tu, tu ere yo)



Reposar en el SILENCIO



Nahualli Instituto de Investigación Tolteca



www.nahualli.org