

Experiencias

Artículo destacado

Desarrollar la compasión y la humildad

Apuntes y experiencias del taller "Trabajo con el Alma" en la escuela de Tian Gong. Por Beate Weyware (Berlín, Alemania).

Aunque a menudo se menciona la unidad o armonía del cuerpo, la mente y el alma, en las escuelas occidentales de Qi Gong raramente se encuentra una conexión directa con el alma. Por el contrario, el trabajo con el alma y sus componentes es una de las principales actividades en la escuela de Tian Gong. Intentaré explicar el complejo sistema chino de los componentes del alma -Ling, Hun y Po- los dos últimos tienen a su vez varias partes, y enseñar cómo Tian Gong intenta sanar los problemas del alma. La purificación del karma y la renuncia a patrones de comportamiento egocéntricos, juegan aquí un papel esencial.

Nuestras almas son mucho más viejas que nuestros cuerpos. Nos preguntamos muy a menudo de dónde proviene nuestro alma y qué ha experimentado con anterioridad a nuestro nacimiento. Durante los miles de años y las sucesivas reencarnaciones, nuestro alma ha acumulado experiencias positivas y negativas, según la Ley Kármica de la causa y el efecto. Ningún alma es capaz de permanecer completamente pura y brillante. Todas las almas han sufrido suciedad, deformación, fragmentación y heridas a través del karma individual o colectivo. En el Qi Gong, existen tradiciones y métodos muy antiguos relacionados con el tema del alma y su sanación -un tema muy amplio y complejo en la cultura China- que se remontan hasta el pasado mítico. Según la teoría del Yin y el Yang, el alma pertenece al aspecto Yin -así como nuestros pensamientos, emociones, mente y el Qi- mientras que el cuerpo físico está conectado al aspecto Yang. El mundo Yin no puede ser visto con los ojos normales, pero puede ser percibido por los practicantes (avanzados) de Tian Gong a través del desarrollo de los dones especiales como la clarividencia.

A través de la medicina tradicional China y varias escuelas de Qi Gong, a la mayoría de nosotros nos es familiar que las partes del cuerpo están conectadas entre ellas a través de los meridianos. Menos conocida es la teoría china, de que el alma tiene varios componentes, que están asimismo conectados por los meridianos al cuerpo físico.

El fundador de Tian Gong, Letian Shi Fu, y sus discípulas, las Maestras Tianying y Tianping, han tenido acceso a estos conocimientos sobre el alma de tres formas diferentes:

Primero, estudiando los antiguos libros de las culturas del Budismo y el Taoísmo y el conocimiento contenido en la literatura clásica de la medicina China.

En segundo lugar gracias a la clarividencia (por ejemplo realizando investigaciones con el "tercer ojo").

Y por último al recibir mensajes sagrados del Universo. De esta forma, han sido capaces de desarrollar e investigar fantásticas prácticas y habilidades, redescubriendo métodos que aparecían en la literatura clásica China y que son considerados un mito por la mayoría de la gente.

Con la ayuda de estas extraordinarias prácticas y métodos, los Maestros han podido diagnosticar y curar interferencias en el alma. De esta forma, pueden limpiar y recuperar componentes perdidos o rotos o sanar y restaurar los componentes heridos. Otra parte del trabajo de Tian Gong con el alma es la curación de las Enfermedades Kármicas de la Información del Alma. Existen enfermedades del alma causadas por influencias externas (por energías ajenas) o por el propio karma. Según la tradición China, el alma tiene varios componentes que están situados en el corazón, el hígado y los pulmones, los cuales actúan conjuntamente y tienen

varias funciones. De vez en cuando, puede haber problemas que se manifiestan físicamente, emocionalmente o a nivel psicológico o espiritual, dependiendo del componente del alma que se haya ensuciado, deformado, haya resultado herido o incluso haya abandonado el cuerpo.

El primer componente del alma se llama Ling y reside en el corazón.

El segundo, Hun está compuesto a su vez de tres partes, que se sitúan en el hígado. Estas tres partes son Yuan Shen, Yin Shen y Yang Shen.

El tercer componente del alma tiene siete elementos Po, y se localizan en los pulmones.

Ling

Ling es el punto de entrada y salida, así como el "órgano respiratorio" para los componentes Hun. Tiene también una función protectora del Hun. Ling y Hun están conectados por el sistema de meridianos. La práctica de "La Apertura del Corazón" es sinónimo de abrir el Ling y reforzarlo con energía positiva.

Alcanzar la mortalidad es un antiguo ideal chino. Es por esto que el practicante de Qi Gong tiene como objetivo limpiar gradualmente las capas del Yuan Shen (uno de los tres componentes Hun) para alcanzar un nivel más elevado de virtud. Esta práctica es conocida como Xiu Lian, posibilitando cambiar el Ling por un Ling "celestial". Es uno de los últimos pasos en la transformación del alma de los seres humanos. Con este proceso, los seres humanos pueden alcanzar la inmortalidad.

Hun

Los tres componentes Hun residen en el hígado y son Yang, mientras que los siete componentes Po son Yin.

La primera parte de Hun se llama *Yuan Shen*. Es el componente más grande y antiguo. Como conciencia primordial del alma, se origina en el Universo y es responsable del inconsciente. El Yuan Shen está siempre en un ciclo de reencarnaciones. Como consecuencia de las vidas pasadas, tiene varias capas, que almacenan el karma de la persona. Por esta razón, durante nuestras vidas tenemos que limpiar las capas poco a poco, para llegar así a un renacimiento favorable. La información kármica acumulada en las capas, es también la causa de las dificultades, problemas y enfermedades en la vida de una persona.

Si conseguimos limpiar por completo las viejas capas del alma y despojarnos de ellas, el Yuan Shen puede reunirse con el Universo, terminando así el ciclo de reencarnaciones en la Tierra. Durante nuestra vida en la Tierra, este componente se encuentra unido de forma estable al cuerpo. Su abandono significaría la muerte inmediata. Después de la muerte, el Yuan Shen puede tomar uno de estos cinco caminos:

- puede volver a la luz
- puede renacer
- puede transformarse en un alma errante en la Tierra
- puede ir a la dimensión del Infierno o
- puede ser totalmente destruido en el "agujero negro" del Universo.

El Segundo componente de Hun se llama *Yin Shen*. Su función es distribuir la energía que controla el cuerpo. Es como un banco de datos de nuestra vida actual y es -del mismo modo que se administra una cuenta- responsable de la cantidad de energía que recibimos. Todos nuestros pensamientos, palabras, y acciones -tanto si son positivos o negativos- quedan grabadas en el Yin Shen. Aquí se pueden aplicar

las reglas aritméticas. Por ejemplo, un consumo excesivo de carne, deja la "cuenta" kármica al descubierto. Por el contrario, una acción positiva se recompensa con una dosis extra de energía. Tras la muerte, el Yin Shen vuelve con todos los datos al Universo. Esto determina el futuro de nuestro Yuan Shen. En China, hay diversas teorías sobre si el Yin Shen puede abandonar el cuerpo durante nuestra vida actual. Según las investigaciones llevadas a cabo por Tian Gong, el Yin Shen no puede abandonarnos mientras estamos vivos.

El tercer elemento de Hun se llama *Yang Shen*. Es nuestra conciencia adquirida, es responsable del cuerpo en nuestra vida actual. Cada vida recibimos un nuevo Yang Shen, que hace de puente entre el cuerpo físico y el alma. Es decir, une las emociones del cuerpo físico, la psicología y la capacidad intelectual con nuestro Yuan Shen. El Yang Shen sólo tiene una capa, que se debe limpiar, no pudiendo ser cambiada. Este componente del alma puede abandonar el cuerpo en experiencias traumáticas. Los síntomas tras la pérdida son básicamente: profundo desasosiego, timidez, nerviosismo e indecisión. Las personas sin Yang Shen tienen que enfrentarse a menudo con más dificultades que las personas con el alma completa. Es por esto, que encuentran difícil completar las tareas y solucionar los problemas.

Po

Los siete componentes Po están situados en los pulmones. Tras la muerte, se quedan en la Tierra junto con el Yang Shen. Algunas personas poseen seis Po y otras siete. Pueden tener así mismo diferentes formas. Los deportistas generalmente tienen Po Fuertes, mientras que los habitantes en países donde hay hambrunas, especialmente los niños, los tienen débiles. Es por esto, que la forma del cuerpo físico viene determinada por el nivel energético de los elementos Po. Para los que pueden verlo, este componente del alma aparece como una onda blanca de energía (el color blanco corresponde al Elemento Metal), que está de por sí unido a los pulmones. Los elementos Po están entrelazados, como si fueran siete dedos de la misma mano. Son los responsables de proporcionar energía a todo el cuerpo físico; los cuatro Po en el pulmón izquierdo para la parte izquierda del cuerpo, y los tres en el pulmón derecho para la parte derecha. A causa de alguna experiencia traumática, uno de los Po puede salirse del cuerpo -los del lado izquierdo son más sensibles que los del lado derecho-. Este proceso puede visualizarse como si una fina membrana que recubre los Po se rompiera de repente y la energía se saliera. Si se pierde este componente, es difícil recuperarlo. Si dos Po del lado izquierdo y una del derecho se rompen, la persona puede sobrevivir y respirar, pero sufrirá una pérdida permanente de su movilidad física. Si se rompen cuatro Po, las posibilidades de sobrevivir se reducen. Como ya habrás podido observar, todavía queda mucho por investigar y aprender en este campo. Los Maestros de Tian Gong han desarrollado una técnica para la sanación de los elementos Po, (para recomponer la membrana rota) pero esto sólo puede tener lugar tras una profunda limpieza del alma.

El Lenguaje Celestial del alma

Todos los métodos de Tian Gong se basan en el principio fundamental de que los procesos de sanación emocionales y psicológicos dependen, sobre todo de nuestra capacidad de abrir el corazón hacia toda la vida en la Tierra. La sanación holística implica un cambio en la forma de pensar, de hablar y de actuar. Sin importar la edad, en lo que respecta a los patrones de comportamiento o pensamiento egocéntricos, lo importante es aprender a salir gradualmente del propio ego para desarrollar más amor, gratitud y compasión

hacia los demás, restaurando de esta forma el estado original de pureza y brillo del alma.

Las prácticas para la limpieza de las capas del alma son muy conocidas entre los practicantes de Qi Gong en China. No así en Occidente. Una de estas prácticas es el Lenguaje Celestial Universal, también llamado "lenguaje del alma" en China. Son expresiones fonéticas espontáneas del alma. Mientras se habla, uno se conecta directamente con la energía sanadora Celestial, que se puede percibir de modo inmediato. Las reacciones a las expresiones inconscientes del alma varían según las personas. A menudo uno se siente profundamente emocionado y siente ganas de llorar. Los practicantes a menudo hablan de una gran sensación de alivio tras la práctica, como "Si se hubieran liberado de un gran peso". A través del Lenguaje Celestial, con humildad y gratitud, se puede ir purificando el propio alma y comunicarse también con otras almas. A todo esto se une, que los Maestros de Tian Gong son capaces de entender y traducir este lenguaje del alma. Para la mayoría de los practicantes, estas traducciones son momentos clave de sus vidas, en los que el alma habla directa y libremente, diciendo cómo se siente y lo que necesita. Aparte de la práctica diaria de la Campana de Bronce (una forma de Qi Gong de 1400 años de antigüedad), otras prácticas de limpieza de Tian Gong incluyen la práctica del Perdón Celestial. En ella, abrimos nuestro corazón profundamente y con el Lenguaje Celestial pedimos al Universo que nos perdone por nuestros errores y debilidades en esta vida y en vidas pasadas. Incluso aunque nosotros no podamos recordarlo conscientemente, nuestro alma sí que puede. Con esta práctica de profunda sanación de las capas del alma, algunos problemas y enfermedades de difícil solución pueden resolverse de forma inmediata o más a menudo pueden iniciar el proceso de sanación.

Si los componentes del alma están incompletos o fragmentados, por ejemplo si falta el Yang Shen, éste puede recuperarse con la ayuda de los métodos de Tian Gong. Puede que el Yang Shen recuperado no se sienta a gusto con los otros componentes del alma, al haberse acostumbrado a una gran libertad cuando estaba deambulando fuera de nuestro cuerpo. El componente recuperado puede sentir que no tiene suficiente espacio o que los otros dos componentes no son lo suficientemente puros. Es por esto que es muy importante proteger y cuidar el cuerpo y el alma con gratitud y las prácticas diarias de limpieza. Estas prácticas pueden aprenderse y practicarse diariamente, al igual que lavamos nuestro cuerpo y limpiamos nuestra casa con regularidad.

Tian Gong desea contribuir en este gran tema sobre el alma, haciendo que su conocimiento sea accesible al mayor número de personas.