



UNIENDO FUERZAS

Con los *pases energéticos* de Carlos Castaneda

"Esta corriente energética proveniente de una masa de practicantes que practican juntos, que un chamán podría ver fácilmente, crea una sensación de urgencia en los practicantes. Es como un viento vibratorio que los barre y les da los elementos primarios de propósito. He tenido el privilegio de ver lo que consideraba un espectáculo portentoso: el despertar del propósito, la base energética del hombre. Don Juan Matus solía llamar a esto intento inflexible". - Carlos Castaneda

Esta iniciativa sigue el intento original antes mencionado de Carlos Castaneda y ofrece una oportunidad a todas las personas en el mundo que se han sentido energizadas e inspiradas por la práctica de estos movimientos de reunirse unas cuantas veces al año, conectarse con otros que también sienten lo mismo y **unir fuerzas**.

El propósito de estos Grupos Regionales de Práctica es forjar un acuerdo basado en la energía, la vitalidad, la alegría y la diversión, el deseo de compartir, aprender y acumular silencio interior, y la búsqueda de la libertad como fuerza rectora.

Un intento más amplio para estos Grupos de Práctica Regional ("Grupos Toltecas") es que cada región/idioma desarrolle su propia identidad individual y comunitaria y, al mismo tiempo, que creemos una red de conexiones y colaboraciones crecientes entre regiones hasta que se convierta en una red mundial vibrante, en alineamiento con un planeta interdependiente.

- Nota de Miles Reid

Grupos de Práctica Regionales

México
USA
Europa en Inglés
Italia
Rusia
Europa en Francés
Argentina
Brasil
Bulgaria
Venezuela
Europa en Español
Europa en Alemán

Guías para las Prácticas

Grupos

- El proyecto comienza con estos grupos regionales: Práctica de México, Práctica de Estados Unidos, Práctica de Europa en Inglés, Práctica de Italia, Práctica de Rusia, Práctica de Europa en Francés, Práctica de Argentina, Práctica de Brasil, Práctica de Bulgaria, Práctica de Venezuela, Práctica de Europa en Español, y Práctica de Europa en Alemán. Se formarán regiones adicionales a medida que se desarrolle el proyecto.
- Cada Grupo de Práctica Regional tendrá tantos participantes como sea posible, que vivan en esa región o hablen el idioma del grupo. Cualquier practicante individual puede formar parte de más de un grupo que sea adecuado para ella o él.
- Cada grupo tendrá un grupo de WhatsApp dedicado a través del cual todos los practicantes de ese grupo se comunicarán, se apoyarán entre sí y planificarán prácticas.
- Cada grupo organizará una Práctica Estacional, para un total de 4 prácticas por año (Práctica de Verano, Práctica de Otoño, Práctica de Invierno, Práctica de Primavera). El grupo puede establecer prácticas adicionales para ocasiones especiales, como los

solsticios.

- Una vez al año habrá una Práctica Global, a la que asistirán todos los practicantes de todos los Grupos Regionales, y desde donde construirán otras actividades y colaboraciones que se llevarán a cabo en torno a ese evento, como *Un Mundo*, tales como el *Rincón del Arte de los Practicantes* y el *Rincón de la Recapitulación-Acechar al Yo*, y otros que se desarrollarán en el futuro.

- La fecha y el contenido de las Prácticas Estacionales serán fijados por cada grupo, en base al consenso. Lo mismo ocurre con la selección de pases y prácticas. Un método eficiente, por ejemplo, es que cada Grupo asigne 3 miembros dentro del grupo que sean los encargados de guiar la siguiente Práctica. El trío puede seleccionar qué movimientos y prácticas debe realizar el grupo. Puede haber solicitudes e intercambios dentro del grupo. Puede haber un tema general propuesto para una práctica de temporada, y puede haber temas que se compartan con otras regiones.

- No hay cuota para participar en un grupo o en una práctica. Los grupos individuales pueden compartir cualquier costo local; por ejemplo, alquilar un espacio si un grupo de miembros vive en la misma área y quieren reunirse en vivo para seguir la práctica estacional en línea de un grupo en un estudio, o si quieren hacer publicidad para invitar nuevos miembros a su grupo. ELSI facilitará el alojamiento de las prácticas a través de su plataforma Zoom, y proporcionará la administración de los chats de WhatsApp.

- Código de **ética** de los grupos de WhatsApp:

- Los practicantes que participen apoyarán a todos los demás, serán respetuosos y aportarán su mejor intento al grupo, para que cada grupo sienta un estado de ánimo de seguridad y camaradería.
- Los practicantes se esforzarán por evitar comandos sintácticos que reflejen juzgar a otros en el grupo, la creación de jerarquías, o tratar de ejercer control sobre otros dentro del grupo.
- Durante las Prácticas y entre ellas, en el chat de WhatsApp, se anima a todos a entrar en un lenguaje y una sintaxis comprometidos a ensoñar hacia adelante, y con la conciencia de que todos en el grupo son seres mágicos.

Guías Especiales para el Rincón de la Recapitulación

- Cualquier nivel de experiencia es bienvenido. Cualquier nivel de conocimiento previo de la tradición de Carlos Castaneda es bienvenido.
- Hay 3 formas de participar:

- 1- Comparte los hallazgos reflexivos de lo que estás explorando —ayuda a los demás y te hace más consciente
 - 2- Haz preguntas significativas a los practicantes —te ayuda a aclarar tu intento y al mismo tiempo ayuda a generar conciencia dentro del grupo
 - 3- Publica comentarios más breves, sobre la marcha, al pasar. Algo que sucedió y que tiene energía, sincronía, sustentación, asombro. Algo no lineal. Lo percibes, lo agarras y lo compartes.
- Para facilitar el flujo de contenido, al compartir cosas breves escribe en el cuadro de texto como de costumbre; pero para compartir cosas más largas de Recapitulación y Acecho, envíalas como archivo adjunto.
 - Centra tus publicaciones en las exploraciones actuales que sigue el grupo, ayudando a otros a aumentar su conciencia de lo que también están explorando.
 - Nuestra posición como guerreros-viajeros es que expresar nuestra conciencia y compartir dentro del grupo es una forma de expresarlo al Infinito y, al hacerlo, nuestro intento se duplica.
 - Recuerda utilizar una sintaxis de apoyo y de conciencia elevada, y desde una posición de *la vista desde el puente*.
 - Para un uso más preciso de la sintaxis, escribe en tu lengua materna y luego tradúcela fácilmente antes de publicar (selecciona todo tu texto y luego desplázate por el menú hasta que veas la opción *Traducir*). Los idiomas compartidos en la plataforma son inglés y español, como los dos más hablados.
 - Ten un cuaderno o diario dedicado "una bitácora de navegación", para escribir sobre exploraciones y descubrimientos del ser.

Bitácora de Navegación

- Parte del conjunto de herramientas esenciales para la recapitulación; incluye el uso de un registro del navegador o un conjunto de ellos.
- Un diario de navegación es un lugar de autoexploración, de especificidad, de reflexión y de integración.
- Es un complemento para notas de navegación, ideas, creencias y descubrimiento sintáctico.
- Permite una mayor claridad en los detalles sintácticos que tienen impacto directo en nuestros estados perceptivos.

Guías Especiales para TRIOS

- Cada TRÍO se reúne en salas de trabajo de Zoom durante hasta 90 minutos. Los 3 roles son: HABLANTE, FACILITADOR Y TESTIGO. Cada rol dura 30 minutos y cada persona puede desempeñar todos los roles.
- La estructura de cada rol es: 15-10-5. El TESTIGO actúa como cronometrador. Después de 15 minutos iniciales para que el ORADOR y el FACILITADOR interactúen, el Testigo anuncia “10 minutos más” y continúan revisando el folleto de preguntas durante otros 10 minutos más. Al final, hay 5 minutos de retroalimentación abierta donde los tres pueden sumarse.
- El foco central está siempre en el HABLANTE activo. El FACILITADOR apoya animando y elogiando, y es quien sigue el guión de preguntas. El TESTIGO abstracto apoya manteniendo el silencio y atento a la mente del HABLANTE

Coordinadores

- Cada Grupo cuenta con entre 3 y 6 participantes de ese grupo que funcionan como Coordinadores.
- Los coordinadores ayudan a mantener la energía vibrante en WhatsApp, coordinan fechas y contenido de prácticas con los miembros de su Región y representan a la misma en el grupo mundial de coordinadores de WhatsApp. El grupo funcionará como un puente entre regiones, y facilitará la comunicación y coordinación entre ellas. Esto fomentará futuras colaboraciones y prácticas conjuntas en todo el mundo.
- Los coordinadores pueden cambiar con el tiempo. Cada coordinador será responsable de ayudar a encontrar un reemplazo dentro de los practicantes de su grupo.
- Yo (Miles Reid) interactuaré con coordinadores y practicantes de los diferentes Grupos Regionales, publicaré comentarios en WhatsApp y participaré guiando un segmento de Prácticas Estacionales según lo permita la disponibilidad, además de ofrecer apoyo y propósito energéticos.
- Los coordinadores darán la bienvenida a nuevos practicantes a sus grupos y les extenderán la bienvenida a [Uniendo Fuerzas](#) (nota de bienvenida, carta de introducción, audio y guías), ya sea volviéndolos a publicar o enviándolos individualmente.

Practicantes

- Cualquier nivel de experiencia es bienvenido. Cualquier nivel de conocimiento previo de la tradición de los pases de Carlos Castaneda es bienvenido. Son bienvenidos aquellos que solían practicar durante la primera ola de grupos de práctica que funcionaban localmente, así como aquellos que comenzaron a practicar más

recientemente y aquellos que nunca han practicado los pases de energía.

- Usa ropa cómoda para moverte. Ten disponible una colchoneta y una silla para movimientos en esas posiciones. Ten agua y una toalla que se pueda enrollar como almohada para los movimientos del tapete y para cubrir si el espacio no está cálido. Si el suelo está frío o húmedo se recomienda utilizar zapatos.
- Se recomienda empezar despacio y calentar los tendones y ligamentos. Regula la intensidad y la velocidad, no por cómo se ven los demás en la cámara, sino por cómo el cuerpo se siente mejor. También se recomienda durante las Prácticas dedicar tiempo a la práctica de tomar conciencia; es decir, detenerse un momento de pie, sentado o acostado, para notar el estado interno del cuerpo y la mente provocado por la práctica que lo precedió.
- Se invita a cada practicante a compartir algo sobre la práctica con el grupo después de cada práctica estacional para reforzar las energías generadas por la práctica. El lenguaje positivo y las respuestas de apoyo tienen el efecto de aumentar la energía para todos en el chat.
- Los coordinadores de cada Grupo Regional traerán a las reuniones globales las noticias, preguntas e ideas de su grupo, para que todos naveguen con una sensación de estar conectados con todos los grupos alrededor del mundo.
- El lema es que *“la fuerza de los individuos dentro de cada grupo hace que los grupos sean fuertes, y eso hace que todo el proyecto mundial sea fuerte”*. Se invita a cada practicante de un grupo a acercarse a su comunidad para invitar a las personas a unirse a su grupo, especialmente a aquellos que han tenido experiencia con los pases en el pasado y podrían resonar con los beneficios de estas prácticas.
- Para cada practicante, en cada grupo, y bajo los auspicios de lo Infinito:

“Que las energías y oportunidades engendradas por estas Prácticas y las relaciones y la sensación mágica de practicar los pases juntos formen un puente para todos aquellos que unen fuerzas en esta cooperación regional y global, más allá de cualquier diferencia en rasgos culturales o lingüísticos, como seres luminosos y sensibles en un viaje de conciencia”.



Calendario de Prácticas

UNIENDO FUERZAS



CALENDARIO ANNUAL DE PRÁCTICAS

* Cada grupo elige el día de su práctica en cualquier lugar dentro de los 3 meses de esa estación (si un grupo elige hacer coincidir su práctica estacional con el solsticio o el equinoccio, eso también está bien)

** Las Prácticas Especiales se pueden coordinar para ciertos días (como Año Nuevo, etc.)

** Los grupos también pueden organizar prácticas semanales más pequeñas entre sus prácticas estacionales, para aquellos practicantes que también quieran reunirse regularmente.

Hemisferio Sur:

Verano Enero - Marzo

Otoño Abril - Junio

Invierno Julio - Septiembre

Primavera Octubre - Diciembre

Hemisferio Norte:

Invierno Enero - Marzo

Primavera Abril-Junio

Verano Julio - Septiembre

Otoño Octubre - Diciembre

Práctica Global Anual

Anualmente entre Agosto y Octubre



Guías para Instagram Live

¡Queridos todos!

Después de una productiva reunión de capacitación técnica sobre cómo administrar IG Live, estamos listos para nuestra próxima reunión comunitaria el próximo sábado al mediodía, PST.

Escribimos algunos consejos sencillos sobre cómo funciona Instagram, ya que estamos más acostumbrados a Zoom.

¡Por favor publícalo en tus respectivos grupos!

Aquí hay unos pasos simples para disfrutar de las características de Instagram Live:

- Sígueme en Instagram [@drmilesreid](#) para que recibas fácilmente un recordatorio fácil que te lleve directamente a las reuniones, o simplemente ve a mi página de Instagram y encuentra la reunión EN VIVO allí.
- En Instagram Live, a diferencia de Zoom, no es necesario que te acepten ni te admitan en la reunión; cuando haces click en “Unirse” (Join), automáticamente te lleva a la reunión en vivo, en un modo sólo para espectadores. *(Nota: cualquier botón que te pregunte si quieres solicitar unirte es SÓLO para cuando quieras compartir en cámara, así que solo haz clic en él en esa circunstancia.)*

- Una vez que te encuentres en la reunión en vivo, disfruta de simplemente escuchar y observar; y, en cualquier momento
1. Haz una pregunta sobre tus experiencias e intereses en el Camino del Guerrero.
*Haz click en el Icono ? debajo de la pantalla y escribe tu pregunta allí. El presentador intentará responderlo en vivo frente a la cámara.
 2. Comparte en vivo frente a la cámara una experiencia personal o una pregunta con más contexto personal.
*Haz click en Solicitar unirse o en el ícono + debajo de la pantalla y solicita unirse (Join). Luego el presentador te pondrá frente a la cámara. Al final de tu intercambio, el presentador te pondrá nuevamente en modo de sólo espectador.
 3. Haz una breve pregunta sobre los talleres, Uniendo Fuerzas, o Miles Reid.
*Haz click en el icono ? debajo de la pantalla y escribe tu pregunta allí. Uno de nuestros ayudantes intentará responderla en la barra de comentarios debajo de la pantalla.
- También puedes escribir en la Barra de Comentarios debajo de la pantalla en cualquier momento durante la reunión.

¡Después de la reunión, anticipamos que una copia del video de la reunión en vivo y su sección de comentarios serán publicados en la página de Instagram para tu referencia futura!