

EL DIAGNÓSTICO INTUITIVO

Cada vez son más los profesionales de la salud que están abiertos a las señales inconscientes que sus pacientes les transmiten y que son percibidas a través de la intuición. Y no se trata ya del “ojo clínico” que da la experiencia sino, sobre todo, de la percepción que se siente más allá de lo que la memoria y los años de profesión pueden aportar. Es “saber” lo que le pasa a un paciente, tanto en los aspectos físicos como emocionales, sin pruebas clínicas. Hablamos del diagnóstico intuitivo, una práctica cada vez más tenida en cuenta en el mundo.

“Si se limpiaran las puertas de la percepción todo aparecería ante el ser humano tal como es: infinito”.

William Blake

“La enfermedad es un programa inteligente de la Naturaleza que trata de decirle a quien la padece que está viviendo una situación que no le conviene”. Debo decir que escuché por primera vez esta definición de boca del doctor Fermín Moriano hace ya algunos años -concretamente en febrero de 1999- al asistir a un curso que éste impartía sobre la Nueva Medicina basado en las teorías propugnadas por el conocido médico alemán Ryke Geerd Hamer del que ya hemos hablado en estas mismas páginas en otras ocasiones. Y agregaré que lo que el doctor Moriano expuso durante aquel fin de semana hizo que la enfermedad adquiriese para mí un significado distinto donde la mente y las emociones representan las causas evidentes de los trastornos físicos y donde la responsabilidad de su aparición ya no recae en los demás sino, sobre todo, en uno mismo.

Básicamente, y de forma muy resumida, lo que vino a decir es que los descubrimientos del doctor Hamer mostraban claramente que había una correlación estrecha entre la psique, el cerebro y el órgano dañado como quedaba demostrado tras haber efectuado cientos de escáneres cerebrales a pacientes con diferentes patologías, especialmente el cáncer.

Como muchos de nuestros lectores ya saben el doctor Hamer propugna en su Ley férrea del cáncer que todo trauma psíquico extremo que nos pilla de improviso a contrapié y se vive en aislamiento produce un impacto en el campo electrofisiológico del cerebro –que se manifiesta en forma de un círculo con una mancha central, es decir, como una diana- y alguno –o algunos- de los órganos que están regulados por esa zona del cerebro queda afectado. Daño físico cuya importancia estará en relación directa con la intensidad con la que se haya vivido el trauma psíquico. Que se vea afectada una parte u otra de nuestro organismo dependerá ya del tipo de trauma.

Pues bien, a la hora de ubicar en el organismo el reflejo de los diferentes traumas emocionales que hayamos podido vivir conviene saber que básicamente son tres las formas en que se manifiesta nuestra mente: consciente, subconsciente e inconsciente. Y, por tanto, tres son las formas en que esos traumas pueden ser percibidos.

Es decir, podemos vivirlos de forma consciente, que es el aspecto de la mente que está activo durante el periodo de vigilia. En ese estado las situaciones emocionalmente traumáticas que vivimos tienden a ser absorbidas mediante la comprensión, a través del razonamiento y de la lógica.

El subconsciente, por su parte, es el aspecto de la mente donde se ubica nuestra personalidad, el que marca nuestro carácter y nos hace manifestarnos de una forma distinta a la de los demás seres humanos. Es aquí donde quedan registrados los traumas vividos a partir de un momento determinado (más o menos a partir de los 6/7 años) y que después deberán ser objeto de tratamiento por parte de diferentes técnicas psicoterapéuticas para proceder a su desactivación. El último aspecto de la mente pero no por ello menos importante es el inconsciente, encargado de regular todos los procesos biológicos de nuestro organismo. Obviamente, durante el proceso de gestación y los 6 ó 7 primeros años de vida -en ocasiones este periodo se prolonga hasta la pubertad- el aspecto de la mente que predomina es el inconsciente -regulador de nuestra biología- ya que en ese periodo no contamos más que con un consciente incipiente y nuestra personalidad sólo es un proyecto; y, por tanto, los traumas emocionales que se viven en ese periodo se instalan en el inconsciente. De esa forma biología y biografía forman un todo que nos acompaña durante el resto de nuestra vida haciéndonos reaccionar ante estímulos para los que no encontramos una explicación lógica al estar incorporados en el inconsciente.

Por otra parte, el hecho de tener activo ese impacto traumático (aunque no se recuerde) hace que periódicamente, cuando se den circunstancias parecidas, volvamos a vivir experiencias similares que terminan por manifestarse físicamente en forma de enfermedades. Es lo que Joaquín Grau -en su Tratado teórico-práctico de Anatheóresis- denomina CAT (cúmulo analógico traumático), algo que se forma por acumulación de IATs (impactos analógicos traumáticos). Pues bien, según Joaquín Grau “en Anatheóresis se entiende que los daños (IATs y CATs) que nos enferman tienen su etiología en el útero, en el acto de nacer y hasta los siete a doce años. Y que toda enfermedad es una actualización de esos daños que se mantienen latentes en los estratos de la biografía oculta de todas las personas. La irrupción, la manifestación de esos daños en una sintomatología es una actualización patológica”.

Las explicaciones que, en cambio, da la medicina oficial a la aparición de la enfermedad son insuficientes ya que están basadas en una concepción mecanicista y newtoniana donde nuestro cuerpo es percibido como un mecanismo formado por diferentes órganos y sistemas susceptibles de ser tratados aisladamente (como se tratan las piezas de un reloj). Concepción que se enfrenta a la de la llamada Medicina Vibracional que percibe al ser humano como un “conjunto multidimensional de cuerpos que vibran en diferentes frecuencias y que mantienen una correspondencia dinámica entre ellos”, de tal manera que las terapias van dirigidas al conjunto y no sólo a la parte. “Cuerpos” que responden a los nombres de físico, energético o etérico, mental y espiritual representando la enfermedad una alteración en esa correspondencia dinámica.

Bueno, pues el inconsciente puede aportar la respuesta que estamos buscando en las relaciones mente-cuerpo, según los pocos estudiosos que se han acercado a ellas con una actitud realmente científica. En esos estudios se comprueba cómo negar la enfermedad -e, incluso, la muerte- es la postura que menos posibilidades de curación permite, como se pudo comprobar en una investigación realizada por una comisión de médicos internistas de la Universidad de Yale que trataba de establecer la influencia de las alteraciones psíquicas sobre los procesos patológicos.

“Conociendo la verdad pero no queriendo admitirla evitan una respuesta eficaz. Comprender los temores y los problemas de uno conduce al alivio y a la curación. Saber que se está luchando y cómo es la lucha son las dos claves”, asegura en una de sus conclusiones el informe elaborado por dicha comisión.

¿CÓMO DETECTAR ESOS TRAUMAS?

Como se sabe, los seres humanos recibimos información del mundo que nos rodea gracias a los cinco sentidos físicos, información que se manifiesta a través de tres formas o canales diferentes: visual, auditivo y kinestésico. Estos canales pueden manifestarse aisladamente o de forma simultánea aportando información tanto del mundo tangible como de aquellas percepciones que nos hace llegar nuestro sexto sentido.

Por otra parte, somos emisores de información de nosotros mismos a través de diferentes expresiones, unas físicas y otras psíquicas, unas voluntarias y otras inconscientes. Éstas últimas pueden ser percibidas por aquellas personas que poseen una capacidad intuitiva por encima de lo que se considera normal, llegando a detectar no solamente el problema físico que aqueja a una persona sino incluso las causas emocionales que se lo han provocado. Es como si se estableciera una conexión más allá de los sentidos físicos e incluso más allá de los procesos que la mente genera habitualmente en toda relación humana. La percepción impacta no sólo en la mente del receptor sino que lo hace en toda su estructura psicobiológica.

A medida que la medicina tradicional se va abriendo cada vez más al reconocimiento de los efectos de las tensiones ambientales, emocionales y espirituales en la salud nuestra sociedad puede empezar a darse cuenta del potencial que puede ofrecer una perspectiva conjunta médica e intuitiva. Así, cada vez son más los profesionales de la salud que están abiertos a las señales inconscientes que sus pacientes les transmiten y que son percibidas a través de su intuición. Y no hablo solamente del “ojo clínico” que da la experiencia sino, sobre todo, de la percepción que se siente más allá de lo que la memoria y los años de profesión médica pueden aportar. Es “saber” lo que le pasa a una persona tanto en los aspectos físicos como emocionales sin haberle realizado ningún tipo de prueba, percepción que, cuando es aceptada, constituye el primer paso para su solución. En este sentido parece oportuno recordar las palabras del doctor Bernard S. Siegel, cirujano oncológico, cuando habla de la relación que mantiene con los pacientes: “Sé que uso mi intuición cuando estudio a los pacientes. ‘Sé’ cuando la persona está enferma. Esto produce una sensación, una vibración, un aura... distinta, llámese como se quiera. Para mí resulta obvio. Por supuesto, no renuncio a mis herramientas de diagnóstico sino que combino intuición, simbolismo y medicina al tratar a las personas”. Me parece en este sentido igualmente esclarecedora la frase del doctor Albert Schweitzer: “Es más importante conocer al paciente que tiene la enfermedad que conocer la enfermedad que tiene el paciente”. Entre estos pioneros intuitivos cabe destacar, además de al doctor Siegel, a la doctora Caroline Myss, escritora, investigadora, terapeuta intuitiva y pionera en el campo de la medicina energética y la conciencia humana. Con Norman Shealy, neocirujano de Harvard, es coautora de “Sida: un pasaje a la transformación” y “La creación de la

salud” donde mezcla la medicina tradicional con el diagnóstico intuitivo. Es autora también de “Anatomía del espíritu”, best-seller mundial en el que establece una relación oculta, pero lógica, entre el alma, la mente y el cuerpo a través de la medicina energética.

Pues bien, el doctor Norman Shealy afirma que la capacidad intuitiva de que hace gala Caroline Myss le ha ayudado en numerosas ocasiones a realizar diagnósticos más completos que los que le proporciona la tecnología. “La física cuántica –manifiesta- ha confirmado la realidad de la esencia vibratoria de la vida, que es lo que perciben las personas intuitivas. El ADN humano vibra a una frecuencia entre 52 y 78 gigahertzios (miles de millones de ciclos por segundo). Y si bien todavía no es posible evaluar con instrumentos científicos la frecuencia concreta de una persona ni los obstáculos que impiden la circulación de esa energía hay dos hechos básicos innegables. El primero es que la energía vital no es estática; es cinética, se mueve. Y el segundo, que las personas dotadas de esta intuición, como Caroline, son capaces de evaluarla aunque todavía el método científico no sea capaz de medir con exactitud ni la mente humana ni el sistema energético”.

Otra autora no menos importante es Mona Lisa Schulz, neuróloga y neuropsiquiatra. Se trata de una firme creyente en el poder de la intuición que lleva más de diez años ayudándose de esta facultad para tratar a sus pacientes, algo que la permite ver más allá de los síntomas para internarse en las causas, en los desequilibrios emocionales que conducen a la enfermedad. “Somos seres intuitivos –explica-. Y la intuición no es un talento reservado a unos pocos sino la llave que abre la conexión entre el cuerpo y las emociones. Confiar en la intuición y atender a sus mensajes es la clave para cambiar nuestro destino”. Mona Lisa es autora del libro “Despierta tu intuición” (Ed. Urano) en el que enseña la forma en que podemos desarrollar esa facultad presente en todos los seres humanos de forma natural. Añadiré, a nivel personal, que yo mismo he tenido ocasión durante varios años de practicar la técnica del diagnóstico intuitivo con cientos de personas en toda España y mi experiencia me lleva a decir que sólo se puede acceder a la información relacionada con la enfermedad de alguien si se es capaz de “sintonizar” con él, es decir, de entrar en su mundo emocional a través de la generación por nuestra parte de la suficiente cantidad de amor, ternura o compasión por el que sufre. Porque el vehículo más eficaz de transmisión de información entre seres humanos es el amor.

Frente a la tecnología más avanzada en el campo del diagnóstico de que hacen gala nuestros modernos hospitales se encuentra el abrazo fraternal que transmite todo lo que nos ocurre. Por lo que, sin rechazar esa tecnología –necesaria en muchos casos-, no podemos por menos que patentizar el hecho de que nos estamos comunicando con el mundo diciéndole lo que nos pasa de múltiples maneras y tan sólo hay que abrir los canales adecuados para percibirlo. La enfermedad, el sufrimiento y el miedo al dolor y a la muerte, es lo primero que transmitimos y lo primero en ser captado. A fin de cuentas, no hay que olvidar que es el mundo espiritual el que da sentido al mundo material. Y que ese mundo espiritual es el mismo para todos los seres humanos. Por tanto, es elevando nuestro tono vibratorio como podemos acercarnos a la esencia de los demás, a su biografía oculta, utilizando nuestra intuición, no nuestra lógica;

siendo holísticos y no reduccionistas.

A la mente racional le cuesta entender cómo los recuerdos y experiencias dolorosas pueden crear malestar y enfermedades en nuestra vida, sobre todo si esos recuerdos y experiencias no son recordados conscientemente. Por eso ni los métodos tradicionales, ni los alternativos, ni la psicoterapia pueden a veces sanar a las personas enfermas o que sufren dolor. Porque la clave de la curación está muchas veces, como antes mencionamos, en el inconsciente. De ahí que si logramos traer a la mente consciente los recuerdos almacenados en el cuerpo podamos tener una comprensión diferente de cómo el pasado influye en el presente, en nuestra conciencia y en nuestros actos. Y eso lo lograremos si aprendemos a utilizar lo que la ya mencionada doctora Schulz denomina “la red de comunicaciones de la intuición” a fin de conseguir imaginar y crearnos una vida más sana en lugar de permitir que los viejos recuerdos y costumbres continúen recreando experiencias dolorosas.

En un proceso de diagnóstico intuitivo el terapeuta debe estar abierto a las señales internas que puedan llegarle por cualquiera de los tres canales antes mencionados y no debe tener prejuicios acerca del tipo de información que le llegue, por muy absurda o anacrónica que le pueda parecer. Así, en ocasiones puede “ver” el momento en que ocurrió el hecho traumático o “escuchar” las circunstancias en que se produjo. Su intuición le puede llevar posteriormente a identificar los momentos a lo largo de la biografía del paciente en que se repitió el mismo “colorido emocional” que vivió durante el hecho traumático y que, por acumulación, han provocado la patología física que ahora padece.

Como ejemplo de lo que acabo de decir recuerdo la experiencia vivida con una amiga durante un curso que estábamos recibiendo en la Comunidad de Findhorn. En aquella ocasión estábamos con otros participantes tomando un té después de cenar y se me ocurrió decirle que tenía la impresión de que padecía un problema hepático. Ella me contestó afirmativamente y yo, tomándola las manos, cerré los ojos y vi mentalmente al poco tiempo una cocina de gas que tenía encendido uno de los quemadores. Veía claramente las llamas azuladas saliendo por los agujeros del quemador. Esa visión desapareció entonces y fue sustituida por otra en la que vi a mi amiga teniendo cuatro años mientras andaba por la calle cogida de la mano de su madre. Y de pronto “vi” también cómo del primer piso de una casa situada a sus espaldas surgía una explosión fortísima y cómo su madre la dejaba con otras personas dirigiéndose al lugar de la explosión a ayudar a los posibles heridos. Percibí también claramente que ella, muy asustada por el impacto de la explosión, “sintió” en ese momento que su madre la había “abandonado” quedándose en estado de shock hasta que ella regresó. Pues bien, según me confesaría mi amiga el suceso ocurrió tal cual yo lo había visualizado reconociendo hasta que la explosión se debió a un escape de gas. Pues bien, aquello se quedó traumáticamente grabado en su inconsciente y ahora afloraba como un problema en el hígado...

MENTE HUMANA Y FACTOR PSI

El eminente profesor José Luis Pinillos comenta en su libro “La mente humana” (Ed. Temas de Hoy) a propósito del futuro de la mente humana que “como especie hemos recorrido un largo camino. Aquella criatura que se puso en pie hace un millón de años domina la Tierra y está a punto de ocupar otros planetas. Las posibilidades de la ciencia parecen ilimitadas y excitan la mente de intelectuales, artistas y escritores, y también la de los propios protagonistas de la aventura científica”. Y añade: “Hoy son cada vez más los equipos de trabajo que se ocupan de anticipar cuáles serán las líneas maestras del mundo futuro; la prospectiva ha dejado de ser una dudosa aventura intelectual para convertirse poco a poco en algo que puede llegar a ser una ciencia fascinante. Y en los informes de esos científicos son muchos los pronósticos que se refieren al futuro más o menos inmediato de nuestro psiquismo; así, el aprendizaje onírico, la percepción extrasensorial, la potenciación de las aptitudes por la vía genética y nuevos medios de aprendizaje, y la comunicación telepática son anticipaciones, entre otras muchas, que se prevén para un porvenir no muy lejano”.

Cabe añadir que en realidad todo cuanto propugna el doctor Pinillos de cara al futuro ha sido y es ya una realidad para muchas personas. Y lo es desde que los seres humanos hicieron su aparición sobre el planeta. Las capacidades llamadas extrasensoriales, la percepción de acontecimientos por vías insólitas es un hecho tan innegable como difícil de demostrar en laboratorio, razón por la cual la comunidad científica es reticente a la hora de enfrentarse a tan escurridizo tema. Sin embargo, en lo relativo al diagnóstico intuitivo, las personas que lo practican - independientemente de estar sometidas o no al control del laboratorio de experimentación- son capaces de realizar sus percepciones cotidianamente lo que ha llevado a numerosos médicos a utilizar sus servicios ambulatoriamente como hemos podido apreciar anteriormente al hablar de Caroline Myss.

El factor Psi, la intuición, parece ser el resultado de la actividad de la glándula pineal en su relación con el hemisferio derecho del cerebro y los sistemas límbico y reticular además de con el cerebelo. Esta actividad puede percibirse como poco habitual por cuanto en circunstancias normales el nivel de capacidad intuitiva que manifestamos es apenas perceptible. Aunque no hay estudios con base científica que permitan establecer el proceso por el cual una persona es capaz de sintonizar con la biografía oculta y con las patologías aún no descubiertas de otra es evidente que ese fenómeno se produce. Lo mismo que otros de los que participamos todos los seres humanos, como es el caso de la transmisión de pensamientos o telepatía. ¿Es ésta la explicación de la realidad del diagnóstico intuitivo? ¿O es otra? Porque el prestigioso y popular neurofisiólogo de la Universidad de Standford, Karl Pribram, dio hace ya años a conocer que el cerebro funciona como un auténtico decodificador holográfico. Y si la realidad física manifestada es un gigantesco holograma dinámico –o, al menos, se comporta como tal- según postulan desde hace tiempo numerosos científicos de vanguardia, nada impide pensar que pueda establecerse una conexión del cerebro con ese holograma universal de forma que pueda acceder a la información. Tanto de carácter general como personal porque, como bien se sabe, un holograma se caracteriza porque la parte contiene la información del todo y

en éste está toda la información de cada parte (cuando uno parte una fotografía holográfica en dos no aparece, como ocurre si hacemos lo mismo con una foto normal, la mitad de la imagen en un trozo y la otra mitad en el otro.

¡Aparece la imagen completa en ambos trozos! Y si seguimos dividiéndola en cuatro, ocho, dieciséis, etc. trozos...

en todos ellos aparecerá la imagen ¡completa! Luego, ¿son la telepatía y/o la capacidad de decodificación holográfica del cerebro lo que explica el diagnóstico intuitivo? El tiempo lo dirá.

Por otra parte, debe saberse que no sólo el cerebro tiene carácter holográfico. Las experiencias con electrofotografías realizadas en laboratorio a huevos de salamandra fecundados y a plantones germinados –efectuadas por Harold Burr y Semion Kirlian en la Universidad de Yale durante los años 40- permiten afirmar que todo organismo en vías de formación está destinado a seguir una plantilla de crecimiento preestablecida y que esa plantilla la genera el campo electromagnético individual de cada organismo. Una plantilla que tiene carácter holográfico y tridimensional dando sentido y orientación a la reproducción celular que termina por configurar a un individuo.

Cabe añadir que la capacidad de visualizar con la mente el interior de un cuerpo –el de otras personas e incluso el propio, mediante lo que se llama autoscopia- es una técnica muy practicada hoy por los sofrólogos. Y las decenas de miles de personas que en todo el mundo han realizado los cursos de control mental del doctor Silva a lo largo de los últimos 30 ó 40 años son igualmente una demostración de ello.

Termino este tema agregando que no deberíamos obviar tampoco la posibilidad de que la comunicación por vías no convencionales entre seres humanos –algo que sucede de forma natural entre muchas especies animales- tenga su fundamento en la existencia de los campos mórficos –o morfogenéticos- propios de cada especie, tal como formulara hace unos años el conocido biólogo británico Rupert Sheldrake.

CÓMO ACTUAR DESPUÉS DE DESCUBRIR EL TRAUMA

Debo explicar que tan pronto se produce un trauma el inconsciente intenta por todos los medios desactivarlo para que no influya en el desarrollo psicológico. Y para ello altera el normal funcionamiento de un determinado órgano o sistema -depende del tipo de trauma y de su intensidad- con objeto de que a través del dolor nos enfrentemos a la causa emocional.

Obviamente, como es bastante difícil relacionar daño físico con daño emocional dada nuestra concepción de la enfermedad y de que en las Facultades de Medicina apenas se consideran unas cuantas patologías de origen psicosomático, ésta sigue haciéndose patente hasta que se solucione el conflicto emocional.

Todos sabemos que la medicina convencional actúa hoy sobre los síntomas y no sobre las causas. Por eso la enfermedad vuelve a hacer acto de presencia periódicamente. Así pues, cuando se descubre la causa emocional el inconsciente se da por enterado y “apaga” la señal que mantenía la enfermedad activa. Es lo que la Nueva Medicina propuesta por Hamer conoce con el paso de un estado de simpaticotonía a otro de vagotonía. Por supuesto, la enfermedad sólo desaparecerá cuando se actúe de forma simultánea sobre los tres aspectos que conforman nuestra

estructura psicobioenergética, es decir, mente, energía y físico, si bien el proceso curativo comienza tan pronto el inconsciente “apaga la señal”. Algo que en muchos casos ha dado lugar a lo que se conoce como “curación espontánea” aunque lo normal es que esa curación se produzca después de algún tiempo, quizás tanto como se tardó en enfermar. Evidentemente, hoy se puede actuar sobre el aspecto emocional con una terapia de tipo regresivo - como la Anatheóresis- hasta llegar al CAT (cúmulo analógico traumático) o bien con Gestalt, Programación Neurolingüística (PNL) o Kinesiología, por citar tan sólo algunas posibilidades.

A la hora de tratar el aspecto energético podemos hacerlo con terapias florales, piedras, cristales y gemas, acupuntura, imposición de manos, homeopatía, etc. Obviamente, el aspecto físico puede quedar en manos tanto de la medicina convencional como de la Naturopatía, la Medicina Tradicional China, la Medicina Bioenergética o la Medicina Ayurvédica, por poner algunos ejemplos. Sin olvidar la importancia que tienen los hábitos de vida saludables, el ejercicio, la alimentación adecuada... y los pensamientos positivos.

EN RESUMEN...

En suma, el diagnóstico intuitivo es una herramienta de primer orden que podría permitir en el futuro a los profesionales de la salud con mentalidad abierta acceder a la causa originaria de las enfermedades de sus pacientes, lo que se traduciría en una reducción importante de los tratamientos farmacocinéticos, algo que agradecerá nuestro organismo. Y que, al mismo tiempo, haría reducir los gastos del Estado en materia sanitaria y farmacológica.

Además, tal como he adelantado, lo mejor es que esta capacidad no es patrimonio de unos cuantos elegidos sino que de ella participamos todos los seres humanos en mayor o menor medida. Eso sí, quienes poseen un mayor grado de capacidad intuitiva tienen la obligación ética de ponerlo a disposición de los demás aunque no sea bien entendida o aceptada esa ayuda. Algo complejo porque la estructura actual del modelo sanitario no acepta de buen grado ni siquiera las llamadas terapias complementarias.

Y, sin embargo, está fuera de toda duda el carácter psicossomático de la inmensa mayoría de las enfermedades que nos aquejan, lo que abre un campo terapéuticamente inmenso a todos aquellos profesionales de la salud que conciben al ser humano como una entidad holística donde la enfermedad pierde su sentido y sólo queda el enfermo. Donde no enferma un hígado o un riñón sino un ser humano completo y siempre como consecuencia de una alteración emocional a la que es posible acceder si abrimos nuestros canales con la llave del corazón. De hecho, una vez que la ciencia reconozca la naturaleza decisiva de la intuición como base para una comprensión más amplia de la enfermedad y de los enfermos se hará posible la incorporación en los estudios de Medicina de cursos para el desarrollo de las habilidades intuitivas, algo que representará un salto cuántico hacia delante en la práctica médica. Para finalizar quisiera hacer mención de las palabras pronunciadas por un conocido médico de la Clínica de Cleveland (EEUU), el doctor Irvine Page, quien escribió un excelente artículo sobre la intuición y el diagnóstico médico en la revista *Postgraduate Medicine*: “En medicina la intuición es decisiva... Más de la mitad de la práctica

médica requiere decisiones que tienen poca o ninguna base tecnológica. No existen los aciertos absolutos ni los errores absolutos; sólo las decisiones de la cabeza y del corazón, las decisiones sabias o compasivas. Desdeñamos la magia de la medicina con peligro para nosotros mismos. Ninguna sociedad ha prosperado durante siglos sin una fe trascendente en algo que es más grande que el yo. Cada uno debe elegir y aceptar las responsabilidades que la elección conlleva. El buen médico debe combinar... intuición y sentido común”.

DSALUD

APROVECHAR LA ENERGÍA DE UN VIAJE FASCINANTE

Siempre se ha dicho que viajar elimina las fronteras, amplía los horizontes y abre nuevas perspectivas a la persona; incluso se oye en muchas ocasiones la ya famosa frase de “los nacionalismos se curan viajando”. Pero es más, el viajero, a la vez que va recorriendo el territorio por el exterior también va a realizar simultáneamente un itinerario interior como resultado de los estímulos y experiencias que le están llegando. De esta forma, conocer otros lugares y otras culturas se convierte en una interesante herramienta para nuestro crecimiento personal.

El viaje siempre representa una oportunidad de cambio. Es un alto en el camino cotidiano que nos permite reflexionar sobre lo que nos ha llevado hasta el punto en el que estamos o para intentar planificar los objetivos de futuro.

Es, por tanto, un elemento de cambio y crecimiento pues nuestra psique, al verse estimulada por un entorno nuevo, por otros paisajes, colores y sabores, por diferentes costumbres, idiomas o creencias, se despierta y se pone en disposición de afrontar desafíos y retos que en nuestra vida diaria ni siquiera nos hubiéramos planteado.

Si nos abrimos a la energía que se genera podremos realizar el proceso de forma consciente, lo que nos permitirá reafirmarnos en nuestras posturas o ver una nueva dirección o, tal vez, encontrar la pieza que nos falta y que necesitamos para hacer que todo funcione, o ayudarnos a tomar alguna decisión importante para nosotros...

Un viaje supone romper la rutina. La distancia física conlleva también un alejamiento mental y parecería que las preocupaciones se minimizan al convertirnos en observadores de la situación que vivimos. Además, al quitarle a las circunstancias la presión de la carga emocional nuestra mente funciona de forma más coherente, los pensamientos se reordenan y se potencian los sentidos dándonos la posibilidad de encontrar alternativas que antes pasaban desapercibidas.

Posiblemente surjan sentimientos encontrados. Junto con el gozo del viaje pueden surgir el miedo y la incertidumbre al adentrarnos en territorios internos no muy transitados. Es normal, como también lo es afrontar los procesos de crecimiento personal y de cambio constante en nuestra vida; cuando nuestras creencias o valores cambian puede que nos veamos impulsados a tomar decisiones y se produzcan momentos de inestabilidad pero no tenemos más remedio que admitir que en los tiempos que vivimos los cambios se están produciendo, sea con nuestro beneplácito o con nuestra resistencia.

El hecho de estar lejos de casa o del trabajo, en un entorno diferente, probando comidas distintas, hablando con gente nueva, asumiendo riesgos y retos, planificando cada día de forma abierta, sin rigidez, con la oportunidad de sumergirnos en profundidad en una cultura alejada de la nuestra en lugar de avanzar por su superficie, la experiencia de la convivencia en grupo... Todos ellos son factores que pueden introducirnos en un camino de sincronicidad y coincidencias significativas.

Cuando estamos abiertos y atentos tanto al mundo exterior como al interior nos abrimos al fluir de la vida, a la ampliación de consciencia y lo que vivimos, pensamos o intuimos tiene un mayor sentido. De esa forma podemos encontrar claves o referencias valiosísimas que de otro modo jamás alcanzaríamos.

Es importante, pues, que mantengamos una actitud de apertura y atención a cuanto sucede a nuestro alrededor y a las resonancias que eso provoca en nosotros. Puede ser también el momento de plantearse objetivos para el viaje de una forma abierta. Sabemos que cuanto damos a nuestra mente una orientación todo lo que nos rodea se “confabula” para que las energías se dirijan hacia ese punto. Tal vez podamos buscar espacios para la reflexión personal o sumergirnos en el silencio interior; quizás sea un buen momento para retomar nuestro vínculo con la naturaleza o para explorar nuevas relaciones; puede que el escenario en el que nos encontramos nos permita poner en práctica ideas o actitudes que antes nos cohibían; es posible que sintamos la necesidad de plasmar por escrito lo que estamos viviendo. Refugiarse en la escritura es asimismo una forma de canalizar la energía interna, de ordenar los procesos mentales y de abrir la puerta a la intuición. Así que es conveniente tener siempre a mano un cuaderno y un bolígrafo que nos permitan hacerlo.

Otra de las particularidades de los viajes es que centra nuestra atención en el presente, algo que en nuestra actividad diaria suele costarnos bastante. Sabemos que el cerebro no se estimula con la rutina sino que necesita alicientes nuevos que le mantengan activo y alerta. Lo que vemos, oímos, olemos o sentimos capta nuestra atención por completo y lo hace dentro de un contexto de emociones y sensaciones que favorece que las nuevas experiencias sean registradas por nuestra mente de forma muy intensa. Por otra parte, el viaje nos brinda la oportunidad de liberar el mundo emocional, habitualmente encorsetado dentro de nuestro modus vivendi, lo que nos permite explorar aspectos de nuestra personalidad que normalmente están inhibidos o camuflados bajo convencionalismos sociales. Y, por último, otro gran aprendizaje es ver el mundo en que vivimos de una forma más global, darnos cuenta de las diferencias de todo tipo que existen entre unos pueblos y otros y de hasta qué punto eso nos enriquece en lugar de distanciarnos. Nos capacita para apreciar la belleza en las diferencias, para disfrutar de las formas que nos sorprenden y descubrir la esencia que compartimos todos los seres humanos. Viajar nos hace abrir el corazón para apreciar lo que tenemos y darnos cuenta de lo que carecemos, rompiendo en muchas ocasiones nuestros esquemas mentales prefijados para descubrir una vez más que “no es más feliz el que más tiene sino el que menos necesita”.

María Pinar Merino

UN EXCESO DE HOSTIAS QUÍMICAS

Medicamentos para enfermedades o enfermedades para medicamentos? O si lo prefieren más claro: ¿medicamentos para vencer las enfermedades existentes o nuevas enfermedades para vender más medicamentos? Porque ahora no estamos tristes, ahora tenemos depresión. Que la tristeza es un hecho natural que requiere remedios que no se venden en botica sino remedios culturales. Eso que es tan natural como cariño y comprensión. La depresión, en cambio, es ya una patología que sí requiere la intervención de un laboratorio que la combata con su cultura de la hostia química. Esa pastilla blanca y redonda que se disuelve en la boca y sustituye a la antigua comunión cristiana. Ahora los milagros no los hace Dios, ahora los milagros los hace un laboratorio farmacéutico. Su evangelio es un prospecto explicativo que, además, no exige arrepentirse de pecado alguno. Salvo el de tomar la comunión química con hostias que no sean de la competencia. Es la nueva guerra de las especias, aquella guerra de intereses que se disfrazó con el nombre de Santa Cruzada en la que un nombre de laboratorio-religión luchaba contra otro nombre de laboratorio-religión y que no era sino la guerra entre dos marcas de salvación. Y ya se sabe que salvación equivale a sanación. Que tanto Dios, como Alá, como Yavé no tratan sino de competir entre ellos por vendernos, cada uno, su maravilloso cielo particular en donde nadie muere de cáncer y donde, además, hay música celestial a todas horas. Esto en el nuestro aunque yo prefiero el otro, el cielo que ofrece huríes.

En resumidas cuentas, no hay tristeza, hay depresión que la tristeza no vende y la depresión sí. Lo malo es que con hostias -sean o no químicas- los humanos seguimos muriéndonos. Y lo que es peor, dado que los laboratorios no han encontrado todavía un nombre que sustituya el de suicidio y, en consecuencia, todavía no tienen un remedio químico específico para quienes deciden matarse, lo lamentable es, insisto, que por ello seguimos muriéndonos de automuerte. O sea, de suicidio. No de una enfermedad. Que de ser así, aparte dar un dinero a los laboratorios nos permitiría justificar eso que ahora, tan primitivos nosotros, llamamos suicidio.

Cierto es que, de hecho, nadie muere. Que, de una u otra manera, sin tomar conciencia de ello, todos nos suicidamos. Porque, de una u otra manera, todos nos matamos antes de que nos llegue la muerte. Pero lo triste no es que esto sea así, lo triste es que las estadísticas nos dicen que el mayor número de muertes en el mundo es por suicidio consciente. O sea, que nuestra infelicidad es tanta que preferimos matarnos antes de que la muerte llegue. Y digo yo: ¿por que las multinacionales farmacéuticas no se dedican a darnos salud en lugar de dedicarse a fomentar el número de enfermedades que nos pueden matar? ¿Por que no dejan de asustarnos con frases insidiosas, de marketing truculento, como: "¿Has comprobado tu tensión? Ya sabes que una tensión alta mata". "¿Cómo vas de colesterol? Verifica su índice si quieres evitar el infarto". "Si has cumplido 50 años, ¿por qué no revisas tu próstata?" Como si la próstata fuera un coche. Y todo así: comprobar, verificar, revisar... O sea, pasar regularmente por la ITV a ver si hay suerte y tenemos que reponer alguna pieza, que ahí están las multinacionales para vendémosla. Más todavía: si la enfermedad es mental -o sea, si simplemente estás triste, aunque esto ahora sea depresión-, entonces cuando alguien te cuente un chiste y salgas de la tristeza -o sea, de la depresión- el laboratorio

te dice que no te fies, que inmediatamente tomes la dosis de recuerdo. De recuerdo, naturalmente, de que estás enfermo, de que lo sigues estando y de que ya no dejarás de estarlo por más chistes que te cuenten. O sea, de que nunca dejes de tomar tu hostia química, la de la Iglesia-Laboratorio a la que te hayas afiliado vía sacerdote-médico. Aunque justo es decir que los médicos, esos profesionales que expanden teórica salud recetando medicamentos cuya efectividad no pueden comprobar salvo mediante el sistema empírico de recetar y recetar y ver si funciona en sus enfermos, esos médicos que están hartos de verse sometidos al nihil obstat de sus obispos-laboratorio empiezan ya a llamar a la depresión tristeza, a no dar dosis de recuerdo y -descreídos ellos- a empezar a pasar de las creencias-laboratorio. Cierto es que nos enferma la vida pero no menos cierto es que ahora, más todavía, nos enferma nuestra cultura, no sólo médica. El problema, por tanto, no es ya esa enfermedad mortal que es la vida, el problema ahora es ya nuestra cultura mercantil-capitalista que no sólo nos recuerda que vamos a morir sino que, además, ha puesto el pago de un constante peaje al hecho de seguir viviendo.

¿Por qué no volvemos a lo natural? ¿Por que no decidimos morir como Dios manda, o sea, morir de muerte? ¿Por qué no dejamos de preocuparnos de si dolor en la zona fronto-temporal de la cabeza, de si hormiguelo en el dedo gordo del pie derecho, de si un gen que va por donde no debe, de si tenemos una neurona muda, sin chispa, de si perdemos memoria porque ya no nos acordamos de la famosa de turno, de si comemos poco sin preguntarnos si lo que no queremos comer es una porquería de precocinado...? Yo, lo reconozco, hay días que estoy triste e, incluso, a veces me duele la cabeza y hasta se me tuerce alguna digestión pero sé que los días tristes lo son por acontecimientos que entristecen, que si me duele alguna vez la cabeza es porque duermo con una voluminosa almohada de hotel que me obliga a roncar mirando forzosamente mi nuez de Adán y que las malas digestiones van unidas a lo que como y cuanto como. Lo que no sé es por qué a veces siento un ligero hormiguelo en el dedo gordo del pie derecho. Y eso me tiene a morir. ¿Será del colesterol, del exceso de azúcar, de la falta de sal, de la tensión, de un gen ácrata...? Decididamente voy a tener que buscar un fármaco porque he oído decir que así empieza el cáncer de dedo de pie derecho. **Joaquín Grau**

LIBERTAD SIN CULPA

"La libertad es un estado esencial del ser, algo que se experimenta independientemente de las circunstancias porque brota necesariamente del interior". No cabe duda de que el ser humano ha dado pasos para luchar por la libertad y ha cosechado algunas victorias a lo largo de su recorrido histórico. Sin embargo, hoy día se enfrenta a una conquista mucho mayor: la recuperación de su libertad interior. Es éste un territorio que ha ido cediendo poco a poco y en el que ahora se encuentra más perdido, más desorientado, más inseguro que nunca.

Sabemos que es nuestra mente la que nos hace percibir la realidad de una u otra forma, la que nos atenaza con sus miedos, la que pone fronteras y parcela sentimientos y comportamientos. Es además la que juzga lo que es adecuado y lo que no, la que nos vende seguridad a cambio de renuncias, la que nos ha hecho creer que los riesgos producen dolor e inestabilidad ignorando que son el principal combustible de nuestro crecimiento. Es la mal entendida

civilización occidental la que nos ha hecho, a través de sus sofisticados mecanismos, renunciar a tomar nuestras propias decisiones en favor de los que ostentan títulos, los que se presentan como intermediarios, los especialistas, los expertos... y, poco a poco, el ser interno va agonizando porque ya no le damos oportunidad de decidir ni en lo pequeño ni en lo grande. Esa es la mayor falta de libertad, mucho mayor que la de estar entre rejas. Cuando la cárcel nos acompaña porque está dentro de nosotros mismos, cuando son las creencias las que nos impiden introducir cambios en nuestra vida, cuando hemos atrofiado nuestro sentido de la orientación porque hemos seguido el rumbo que nos marcaban los otros... no se es libre, ni siquiera se es independiente, aunque esa palabra esté constantemente saliendo en nuestras conversaciones.

La recuperación de la libertad perdida tiene mucho que ver con arriesgarnos a escuchar el impulso interno y con intentar vivirlo en la práctica, con afrontar el reto de tomar decisiones para aprender con responsabilidad las consecuencias que se derivan de ellas. Es colocar el centro de la acción en uno mismo liberando a los que nos rodean de responsabilidades que no les corresponden. Es soltar apegos para sentirse bien en todo momento ya sea en soledad o en compañía. Es sentir unión en lugar de lazos aunque éstos broten del amor. Es también aprender a desprenderse de las expectativas y de las dependencias de los demás hacia nosotros.

Cuando nos sentimos libres la vida transcurre de forma fluida, tenemos la sensación de que no es necesario realizar esfuerzos. La capacidad de observación de cuanto nos rodea se amplía y eso nos permite una mayor posibilidad de movimientos porque la libertad está muy relacionada con el movimiento, con la facultad de elegir hacia dónde dirigirnos, decisiones que resultan más fáciles cuando no sentimos las ataduras del entorno.

Pero es más: sentirse libre no implica sólo tomar decisiones sino la forma en que se toman, el modo en que vivimos lo que decidimos, que no tiene que ver con rupturas o abandonos sino con cortar las dependencias insanas que nos hacen colocar nuestro bienestar, nuestra salud o nuestra felicidad fuera de nosotros haciendo responsables a los demás por ello. Podríamos compararlo con el vuelo de un ave: apenas un pensamiento, un deseo o una intención, un pequeño giro de sus alas y de su cola, que actúa como timón, y se produce el cambio de dirección, la ascensión o el descenso. Todo es simple, natural.

La libertad nos proporciona independencia y también una cierta distancia, un mayor grado de desapego hacia lo que ocurre fuera de nosotros mismos. Eso nos permite verlo todo con más perspectiva, con más claridad. Sin embargo, en ningún momento se producen indicios de aislamiento o alejamiento. La verdadera libertad significa presencia aunque sea en la distancia ya que se experimenta un claro sentimiento de pertenencia pero sin ataduras, sin impedimentos que interfieran nuestros movimientos. Otro de los compañeros inevitables de la libertad es la soledad, una soledad buscada en la que no se necesita nada ni a nadie. Y no estoy hablando de autosuficiencia o soberbia sino de una soledad gratificante que tiene que ver con sentirse completo, con un estado de paz muy profundo que se mezcla con un sentimiento de poder, con identificar la propia fuerza interior. Eso nos da la sensación de tener un mayor control sobre nosotros mismos, de ser dueños de nuestra voluntad, de nuestras

decisiones... sin sentir ninguna carga, ningún peso, ninguna atadura.

Esa libertad plena y gozosa tiene mucho que ver con conocernos a nosotros mismos y saber lo que queremos en todo momento. Es entonces cuando el horizonte se extiende ante nosotros como una invitación para explorarlo.

Normalmente, cuando hablamos de libertad usamos un cierto tono reivindicativo, como si tuviéramos que pelear por ella con los que nos rodean, convencerles de que el ejercicio de nuestra libertad no implica pérdida para ellos porque la verdadera libertad no tiene nada que ver con dejar situaciones, con abandonar personas o circunstancias para hacer nuestra voluntad. La verdadera libertad, el sentimiento profundo que surge del interior no es fruto de necesidades externas que intentan compensar nuestras carencias o nuestra falta de entendimiento sino que es un impulso en el que nuestra esencia está y nuestra presencia se mantiene, en el que no hacen falta lazos que retengan, ni documentos firmados sino vínculos profundos de confianza y certeza profunda. Una certeza que sólo podemos alcanzar cuando nos sentimos verdaderamente independientes, únicos, completos en nuestro ser porque sólo desde ahí podemos vivir la libertad de los otros. En ese contexto los espacios se superponen y sólo existe un tiempo posible: el presente. Todo lo demás son trampas de la mente, engaños del ego.

En ese estado de libertad sólo hay presente, decisión y acción. Todo ello bajo un profundo sentimiento de responsabilidad y coherencia. Porque la libertad no está en absoluto reñida con el compromiso y con la implicación sino que son dos mecanismos que utiliza con frecuencia para expresarse. La libertad del ser tiene que ver con el sentimiento más profundo de justicia y de orden y con darse cuenta de que en cualquier momento podemos girar un poco nuestras alas para cambiar de rumbo sin que por ello sintamos miedo ni tampoco lo sientan las personas que comparten nuestra existencia. Porque sólo se puede ESTAR desde lo profundo; si no es así sólo tenemos presencia física y eso tiene un valor relativo. Es en ese estado de libertad donde podemos identificar nuestra trayectoria espiritual, donde podemos vivir el presente como una colección de momentos irrepetibles, donde podemos proyectar nuestra mente hacia el futuro sin que ello nos cause inquietud sino la confianza de que el Universo entero fluye para que cada ser alcance el propósito fundamental de su existencia.

Es sentirse sólo en el camino de la evolución y ver a los demás como compañeros de viaje que transitan por su propio itinerario. Es darse cuenta de que ellos tienen ante sí un horizonte igualmente amplio para manifestarse y aprender pero un horizonte distinto al tuyo, el que ellos han elegido. Es identificar en lo profundo esa necesidad de independencia y libertad del ser a través de los siglos y ser fiel a ese impulso sin sentirse culpable por ello porque sabes que sólo de esa forma se puede adquirir consciencia, ejerciendo constantemente la capacidad de elección positiva que palpita en cada una de nuestras células físicas, de nuestros corpúsculos energéticos y de los procesos de nuestra mente. Volar sin culpa significa colocar el centro de gravedad en el corazón y mirar al mundo desde ahí sintiendo que todo lo demás son órganos sensoriales para alimentar ese núcleo dedicado a generar decisiones. Sólo se puede entender la evolución desde la libertad; sólo podemos vislumbrar esa ampliación de consciencia que tanto buscamos desde nuestra propia expansión, en un intento por integrar dentro de nosotros cuanto nos rodea para

que forme parte de nuestro universo interior que es tan amplio, tan inmenso, como ese otro que contiene millones de galaxias. La libertad no tiene que ver con concentrarse en uno mismo, con reducir el espacio en el que nos podemos mover haciéndolo cada vez más pequeño porque así tenemos más seguridad. Al contrario, tiene que ver con soltarse, abrirse, mirar más arriba y levantar el vuelo tomándonos la vida como una fuente inestimable de experiencias enriquecedoras, momentos que hemos de vivir con toda intensidad y consciencia valorando cada instante, cada situación, cada persona como un tesoro irrepetible. Es romper los miedos y lanzarse a volar sabiendo que hay tanto por descubrir, tanto por vivir..., sabiendo que nuestro Ser siempre orienta la brújula para que no perdamos el rumbo. María Pinar Merino

ES EL ORGANISMO UN “SISTEMA ELÉCTRICO”?

El indio Lucindo era un jaibaná, nombre del chamán entre los indios emberas, grupo étnico seminómada que habita las riberas de los ríos de la selva chocoana. Cada vez más acosados por el proceso de colonización se fueron radicando hacia las partes altas de los afluentes del río Atrato. Uno de los asentamientos de los emberas era la región de Tanela a donde fui en busca de Lucindo al enterarme de sus artes curativas. Me había llamado poderosamente la atención la curación de un campesino, Próspero, que había trajinado por todos los senderos de la medicina sin obtener mejoría para su enfermedad, un extraño padecimiento que le tenía prácticamente paralizado. Al cabo de unas semanas de tratamiento con Lucindo su restablecimiento era sin duda prodigioso. Me encontré a un hombre de baja estatura y piel cobriza, supremamente receloso y huidizo. Cargaba con el estigma de los enfrentamientos entre las familias de su propia comunidad embera. No fue fácil el abordaje de este hombre, cargado con un silencio pesado y difícil de penetrar.

Allí, en Tanela, conocí la balsamina, Momórdica charantia, planta que en algunas comunidades se utiliza aún por su efecto saponificante; es un verdadero cortagrasas que cumple allí la función de jabón natural de los pobres. Entre otras yerbas, Lucindo utilizaba frecuentemente la balsamina, cuyos frutos son venenosos; sus hojas, en dosis importantes, producen graves efectos tóxicos. Lucindo la empleaba para tratar enfermedades ocasionadas por la acumulación de grasa en las arterias. Otra vez el principio de la semejanza, tan frecuentemente utilizado en las medicinas indígenas, mostraba su eficacia. La misma planta utilizada para aflojar la grasa de la ropa era empleada por Lucindo para desengrasar las arterias. Es una analogía relativamente distante pero no por ello absurda. Son precisamente las analogías un común denominador en el pensamiento de estas culturas.

Más importante aún que la utilización de la balsamina fue la explicación que me dio Lucindo en relación con la causa, para él fundamental, de la enfermedad de don Próspero. En sus propias palabras, todo provenía de una muela enferma; a partir de su extracción la situación del paciente cambió radicalmente. Que una enfermedad grave pueda mejorar rápidamente con la extracción de un molar es algo bien descrito por la escuela alemana de terapia neural. Pero que ese conocimiento estuviera en poder de un chamán sin ninguna posibilidad de acceso a conocimientos médicos avanzados, relativamente desconocidos aún en el campo de la medicina convencional, constituía para mí

mucho más que una afortunada casualidad. La enfermedad de don Próspero era la manifestación de un incendio provocado por un cortocircuito; Lucindo había descubierto, como no pudimos hacer los médicos, el sitio exacto del cortocircuito. Esto reflejaba una concepción profunda del cuerpo humano en el que los efectos a distancia son posibles.

Se fue dibujando en mi mente la imagen de un cuerpo cuyas partes estaban infinitamente más relacionadas entre sí de lo que yo hubiera podido suponer desde la formación médica convencional. Al parecer, desde un punto afectado en el organismo puede afectarse cualquier otro punto, una parte o el organismo entero. Una red de circuitos integrados se esbozó en mi imaginación. Comencé a comprender el lenguaje, sencillo y profundamente simbólico, que los colonos y campesinos utilizan para describir sus enfermedades. Recordé que por esos días había atendido a una mujer que, después del parto, contrajo una enfermedad asmática grave. En palabras de su madre, "se le había subido la matriz". No pude más que sonreír con una aparente benevolencia que después comprendí no era más que falsa suficiencia. Esa sonrisa bastó para que la madre no dijera una sola palabra más sobre la enfermedad de su hija; creo que un franco regaño no la habría ofendido de tal manera. Ahora, a raíz de la experiencia con Lucindo, el recuerdo de esa sonrisa se convirtió en un sentimiento de vergüenza. ¿Y si fuera un cortocircuito uterino lo que estaba generando el incendio clínico del asma? Decidí buscarla tan pronto me fuera posible para practicarle un procedimiento descrito en la terapia neural para los campos interferentes o cortocircuitos del útero.

Pocos días después fui hasta la casa de la mujer del asma. Continuaba asfixiada a pesar de haber seguido fielmente todas las recomendaciones. Las yerbas preparadas por otra curandera de la región no habían sido tampoco de mayor provecho. Entonces coloqué una infiltración de anestesia local cerca de la matriz siguiendo la técnica aprendida con Peter Dosch, uno de los pioneros de la terapia neural en el mundo. Y fue como si hubiera desconectado el circuito que producía el asma. Inmediatamente se calmó. Con la repetición del mismo procedimiento, una semana después, los síntomas no volvieron a aparecer. Y pensar que la madre, desde la sabiduría popular, había dado el diagnóstico preciso. ¡El mismo que yo oí sin escuchar!

La lección inolvidable de Lucindo me recordó que en mis últimos años de estudiante de medicina mi madre iba a ser intervenida por lo que en la jerga médica conocemos como un hombro congelado. Era tanto el dolor que le inmovilizó el hombro hasta el extremo de que la articulación se hizo rígida. Las infiltraciones que los ortopedistas le habían realizado en el hombro no lograron ninguna mejoría; sin embargo, una infiltración de anestésico en el sitio donde había tenido un absceso en el maxilar inferior fue suficiente para que mi madre volviera a movilizar, sin dolor, el hombro. Lucindo me había confirmado, sin lugar a dudas, que la enfermedad es la expresión de la alteración en un sistema de circuitos integrados. El síntoma, frecuentemente, no es más que una válvula de escape; es el fusible que salta cuando aumenta el voltaje en el sistema.

Comprendí cabalmente que el síntoma es un precioso instrumento de protección en la red integrada de circuitos biológicos. Dejé de preocuparme tanto por los síntomas buscando la ruta hacia una medicina que me permitiera

comprender el terreno en el que los síntomas se desarrollaban.

Lo primero que hice fue hablar menos y escuchar más. Es una fórmula simple pero llegar a ella me había costado años de esfuerzos y palabras. Ahora era necesario dar mayor importancia al simbolismo de lo que el paciente afirma sobre su enfermedad. Se volvió más importante lo que el paciente creía de su enfermedad que lo que yo mismo pudiera pensar desde una visión impuesta y condicionada. Los médicos occidentales tenemos un modelo de interrogatorio que es como una camisa de fuerza; un interrogatorio dirigido, esquemático, monótono. Terminamos haciendo que el paciente diga lo que nosotros pensamos que debería decir sin tener en cuenta su idiosincrasia. Las minucias que antes me perturbaban se volvieron en ese tiempo la parte más importante de la relación con los pacientes. Hasta ese momento me aburrían los pacientes con una cantidad desproporcionada de síntomas, hacía caso omiso de todas aquellas quejas que no tuvieran relación con lo que considerara una enfermedad física. Ahora comprendía que la parte más importante del proceso de la enfermedad es la fase en la que el trastorno energético no ha producido síntomas físicos precisos.

Empecé a disfrutar las descripciones que los enfermos hacían de la forma como los síntomas se extendían por su cuerpo. Esos rodeos, que tanto tememos los médicos, frecuentemente contienen la clave de la enfermedad. Aprendí que nadie dice nada por azar; las palabras del enfermo no están nunca separadas de su enfermedad. No es que él sea una cosa, la enfermedad otra y su lenguaje también otra diferente. Allí, en la forma y contenido de sus palabras, está él mismo, desnudo. DR. JORGE CARVAJAL

MIRAR CON OTROS OJOS

La verdad es que en los tiempos que vivimos resulta difícil mantener una actitud optimista ante la vida. Y es que los medios de comunicación nos pintan un panorama bastante negro: guerras, desastres naturales y provocados, luchas separatistas, terrorismo, delitos, accidentes, amenazas y crispación, aumento de las enfermedades, conflictos de todo tipo... A veces nos engañamos diciéndonos que son cosas lejanas que no nos afectan porque están acaeciendo en otro país, en otra provincia o, a lo sumo, en otra familia. Sin embargo, si nos detenemos un momento a observar lo que sucede en nuestro entorno más inmediato nos daremos cuenta de que no estamos tan lejos de esa “fotografía” que nos muestran los medios de comunicación y que también en nuestra vida cotidiana imperan esos mismos parámetros. Pondré un ejemplo: hace unos días tuve que viajar a Barcelona y el avión estaba lleno. Observé entonces que en la fila de al lado se sentaban, uno detrás de otro, dos ejecutivos con su maletín y esa mirada resuelta y un tanto hostil que suelen mantener para defender su “territorio” ante los demás. Tras el despegue, el viajero que estaba delante reclinó el respaldo de su asiento. El que estaba detrás hizo un aspaviento visiblemente molesto por el poco espacio que le quedaba para leer cómodamente su periódico mientras protestaba de forma genérica pero con el suficiente volumen para ser oído. Entonces, en lugar de dirigirse a quien tenía sentado delante para pedirle que no se echara tan atrás llamó a la azafata y con un tono fuerte y desagradable le dijo: “Haga el favor de decirle a ese señor que coloque su asiento en otra posición porque me está molestando”.

Obviamente, todos los que estábamos cerca le oímos; y, por supuesto, el “aludido” también. La azafata se acercó pues a éste y le preguntó si podría subir un poquito la posición del respaldo. -“Dígale a ese señor–respondió secamente- que estoy en mi pleno derecho de utilizar mi asiento y no tengo ninguna intención de moverme. Estoy dentro de mi espacio”. Los recados se sucedieron y la azafata -muy joven- fue varias veces de uno a otro repitiendo los mensajes que los protagonistas se dirigían. Mientras, el resto de los viajeros asistíamos atónitos a lo que sucedía. Finalmente, ninguno cedió y los dos tuvieron un mal viaje. Porque estoy segura de que la situación les hizo sentirse incómodos a ambos, no sólo por fuera sino también por dentro.

Actitudes infantiles -o cuando menos adolescentes-, crispación, ninguna intención de diálogo, prepotencia, soberbia, incapacidad de autocrítica, inflexibilidad, enquistamiento de posturas... ¿No son los mismos atributos que adjudicamos a gobernantes, políticos, dirigentes religiosos...? ¿No nos hemos contagiado también la gente de “a pie” de esos mismos virus? Cuando se asiste a este tipo de situaciones u otras similares, tan normales en nuestra vida, uno no puede dejar de pensar que algo hay que cambiar, que hay que mirar la vida con otros ojos porque el camino que estamos emprendiendo no conducirá a ninguna salida. Veamos. Objetivamente, tenemos indicios claros para tener una visión pesimista sobre lo que vivimos. El mundo está tal y como nos muestran las imágenes de los medios de comunicación y también como nosotros “vemos” cada día. Pero cabría preguntarse, ¿es todo así?

Evidentemente, no. ¡Hay tantas cosas hermosas a nuestro alrededor! Lo que pasa es que son tan pequeñas que nos pasan desapercibidas y cuesta verlas porque normalmente no "salen" en las fotos que hacemos cuando observamos la realidad que nos rodea.

Yo llevo siempre desde hace tiempo un pequeño cuaderno en el bolso y cada vez que veo algo hermoso, algo que me conmueve, me emociona o me sorprende lo anoto. Y cuando llega la noche, antes de dormir, siempre leo la lista. Al principio eran unas pocas cosas, ahora... ¡no sabéis como ha aumentado! Y no creo que sea porque sucedan más cosas buenas a mi alrededor sino porque mis ojos han cambiado, he aprendido a APRECIAR (dar valor) a cosas que antes ni siquiera reparaba en ellas. Os invito a que hagáis lo mismo durante tan sólo una semana y veréis como crece vuestra lista. Es hermoso el invierno cuando se expresa; bellissimo el amanecer de cada día, siempre diferente; tierna y cálida la sonrisa de un niño; reconfortante ver el asombro en los ojos de un anciano; gratificante observar el vuelo de los pájaros o mirar las nubes y descubrir el poco apego que tienen a su forma y cómo nos dan ejemplo de cambio y adaptación constantes; fantástico ver los colores, disfrutar de los olores, salir de la ciudad y descubrir que tras los cristales de tu coche hay un horizonte inmenso que es tuyo, encender un incienso y cerrar los ojos, coger un libro, descubrir que te emociona la poesía, oír una música hermosa, sentirte ayudado por alguien que no esperas, escribir, tomarse una infusión calentita, escuchar el viento y la lluvia fuera, respirar profundamente y sentir el aire distribuyéndose por todos los rincones del cuerpo, sentir la vida, buscar en los periódicos buenas noticias (¡Las hay! No ocupan grandes titulares pero están ahí...), etc.

La naturaleza -el decorado- y los actores -los seres vivos, incluyendo a las personas- nos ofrecen cada día un montón

de cosas que pueden hacernos felices si nos paramos a mirarlas. Y que no se me malinterprete que con esto no quiero decir que cerremos los ojos a esa otra realidad que convive con ésta. Al contrario, hay muchas cosas que mejorar y mucho trabajo por hacer. Pero eso debe alegrarnos en lugar de hacernos sentir infelices porque significa que estamos vivos y aún no somos perfectos. Si lo fuéramos no estaríamos aprendiendo y ya habría terminado todo para nosotros. Hay mucho que mejorar pero también mucho que apreciar. Y me gustaría que no nos olvidáramos de ello. Creo que es importante "sumar" pensamientos positivos porque de los otros ya se encarga mucha gente.

María Pinar Merino

Entrevista al doctor Jorge Carvajal

Jorge Carvajal es un médico revolucionario. Especializado en Bioenergética y creador de la Medicina Sintérgica, en su clínica de El Plantío (Madrid) cuenta con un extraordinario equipo de especialistas médicos. En ese centro emplean novedosas técnicas de diagnóstico y tratamiento, como las que ideó el doctor Hamer en la llamada Nueva Medicina Germánica. A continuación os sugiero la lectura de este fragmento de una interesantísima entrevista realizada al doctor Carvajal. Un hombre que al igual que Hamer, si no hubiese tanta mafia en el mundo sanitario y más especialmente en el de las farmacéuticas como se ha acabado demostrando con la estafa de la gripe A, podría optar sin duda alguna al premio Nobel de Medicina. He elegido sólo tres preguntas, pero las respuestas de Carvajal no tienen desperdicio alguno para quien sepa extraer sus enseñanzas.

¿Hay emociones perjudiciales para la salud? ¿Cuáles son las que más nos perjudican? Un 70% de las enfermedades del ser humano vienen del campo de conciencia emocional. Las enfermedades muchas veces proceden de emociones no procesadas, no expresadas, reprimidas. El temor, que es la ausencia de amor, es la gran enfermedad, el común denominador de buena parte de las enfermedades que hoy tenemos. Cuando el temor se queda congelado afecta al riñón, a las glándulas suprarrenales, a los huesos, a la energía vital, y puede convertirse en pánico. La ansiedad es un sentimiento de vacío, que a veces se vuelve un hueco en el estómago, una sensación de falta de aire. Es un vacío existencial que surge cuando buscamos fuera en lugar de buscar dentro. Surge cuando buscamos en los acontecimientos externos, cuando buscamos muletas, apoyos externos, cuando no tenemos la solidez de la búsqueda interior. Si no aceptamos la soledad y no nos convertimos en nuestra propia compañía, vamos a experimentar ese vacío y vamos a intentar llenarlo con cosas y posesiones. Pero como no se puede llenar con cosas, el vacío aumenta cada vez más.

¿Y qué podemos hacer para liberarnos de esa angustia?

La angustia no se puede pasar comiendo chocolate, o con más calorías, o buscando un príncipe azul afuera. La angustia se pasa cuando entras en tu interior, te aceptas como eres y te reconcilias contigo mismo. La angustia viene de que no somos lo que queremos ser, pero tampoco lo que somos, entonces estamos en el "debería ser", y no somos ni lo uno ni lo otro.

¿Puede darnos algún consejo para alcanzar el amor verdadero?

Solamente la verdad. Confía en la verdad; no tienes que ser como la princesa de los sueños del otro, no tienes que ser ni más ni menos de lo que eres. Tienes un derecho sagrado, que es el derecho a equivocarte; tienes otro, que es el derecho a perdonar, porque el error es tu maestro. Ámate, sincérate y considérate. Si tú no te quieres, no vas a encontrar a nadie que te pueda querer. El amor produce amor. Si te amas, vas a encontrar el amor. Si no, vacío. Pero nunca busques una migaja; eso es indigno de ti. La clave entonces es amarse a sí mismo. Y al prójimo como a ti mismo. Si no te amas a ti, no amas a Dios, ni a tu hijo, porque te estás apegando, estás condicionando al otro. Acéptate como eres; lo que no aceptamos no lo podemos transformar, y la vida es una corriente de transformación permanente.

NOESITERAPIA

Creador de la Escuela de Noesiterapia o Curación por el Pensamiento Ángel Escudero: treinta años operando sin anestesia

Los lectores que nos siguen desde el principio ya conocen al doctor Ángel Escudero con quien hemos hablado en varias ocasiones para dar a conocer su gran aportación al ámbito de la salud, la Noesiterapia, algo que –entre otras muchas cosas- permite dar a luz u operar quirúrgicamente a cualquier persona sin dolor alguno... a pesar de no estar anestesiadas químicamente. Pues bien, se cumplen ahora treinta años de su primera intervención quirúrgica sin anestesia y hemos entendido que es un momento excelente para que nos hiciera algunas reflexiones acerca de su experiencia vital y profesional en ese tiempo. Este es el texto que nos ha hecho llegar ante nuestra invitación: “Los treinta últimos años han sido, sin duda, lo mejor de mi vida a todos los niveles. Adquirí una experiencia singular operando sin anestesia química, usando las mejores capacidades del ser humano y comprobando que ese maravilloso ordenador biológico que llamamos cerebro ha sido diseñado para ser programado de una manera absolutamente sencilla. Ese conocimiento, usado en todas las especialidades médicas y situaciones de la vida, produce unos resultados altamente positivos.

He sentido el placer de compartir mi experiencia con todo el que ha deseado acercarse a mí. Miles de profesionales de la Medicina y de personas interesadas en conocer mejor sus propios recursos pasaron –y siguen pasando- por mis cursos y seminarios aprendiendo a usar ese conocimiento en beneficio de sus pacientes o de ellos mismos.

Mi capacidad de asombro sigue intacta y los hechos me sorprenden gratamente a diario. Miles de pacientes y seguidores han logrado en este tiempo vencer al bisturí, aprender a parir de otra manera, aprender a vivir más felices... y hasta son conscientes de que son mejores como personas: aprendieron a amar.

Me sigue asombrando y llenando de esperanza ver cómo se ponen en marcha los mecanismos naturales de curación que hay dentro de cada ser humano. Porque el protagonista de toda curación es siempre el paciente.

He podido comprobar que en la puesta en marcha de prácticamente todas las enfermedades están los problemas humanos no resueltos o no superados, los sufrimientos que a lo largo de la vida se fueron grabando en el alma,

especialmente los producidos a causa del desamor. Esa es la etiología primera sin la cual los virus, las bacterias y toda clase de microorganismos son inofensivos; y hasta dejan de producirse reacciones anormales ante determinadas sustancias; y disminuyen o cesan los procesos de autoagresión. Es más, he podido observar que el pronóstico de cualquier enfermedad puede cambiar y que, con frecuencia, los conceptos de progresivo e incurable se desvanecen. Y que aparecen nuevas esperanzas cuando esos problemas humanos se resuelven -o se asumen- y se pasa, como volando, por encima de ellos sin dejar que nos afecten.

He visto potenciarse de tal modo el estado inmunitario que no se ha producido entre mis pacientes ni un solo caso de infección postoperatoria tras miles de incisiones quirúrgicas: nunca ha hecho falta usar antibióticos. Y eso se debe a que los pacientes aprenden a vivir en lo que he llamado respuesta biológica positiva y que va acompañada de lo que, en términos médicos, se llama predominio vagal muscarínico, el cual corrige el desequilibrio vegetativo ocasionado por la estresante vida moderna y equilibra todas las funciones biológicas a nivel físico y psicológico: circulación, metabolismo, estado de ánimo, etc. Respuesta biológica positiva que se reconoce de una manera sencilla porque uno de los signos que la identifican es de fácil observación: la boca está húmeda, con saliva fluida, saliva vagal... Pues bien, ten la seguridad de que si logras vivir con esa calidad de saliva en tu boca todo va a ir mejor en tu vida. ¡Todo! Si los niños aprendieran esto en la escuela primaria todo les resultaría más fácil. Desde aprovechar su esfuerzo en los estudios hasta aprender a relacionarse con sus semejantes con más facilidad. Les resultaría más fácil cambiar el temor -como motivación de los actos humanos- por amor, única “medicina” capaz de curar, en su origen, todos los problemas de nuestra maltrecha civilización.

También comprendí que la medicina capaz de curar el cáncer está dentro del ser humano: se llama ilusión, ganas de luchar por la vida. Los pacientes se curan cuando recuperan las ganas de vivir y vuelve a funcionar el control interno, capaz de detectar y corregir el error que se produjo (por causas físicas, químicas o biológicas) en el ADN de alguna célula originando el gen cancerígeno. Que al recuperar la ilusión se vive además en respuesta biológica positiva y se estimula el sistema inmunitario con lo que se facilita la labor de limpieza de los acúmulos de células anormales que pueda haber en cualquier lugar del cuerpo. Sé también que las estructuras sociales tienden a mantenerse impermeables a todo cambio por miedo a perder o a sufrir con ellos. Lo entiendo perfectamente. Ese miedo irracional e inconsciente se grabó en el alma en el momento de nacer, sufriendo y perdiendo la protección que el útero materno nos ofrecía. He comprobado, sin embargo, que esos problemas no se dan de la misma manera en los “noesibabies”, como llamo a los niños que nacen con la protección de la analgesia psicológica que sus madres aprenden a conseguir -con una sola sesión de entrenamiento- para parir de la manera más natural posible.

Añadiré que recientemente he aceptado la invitación a formar parte del Comité Ejecutivo de un programa de la UNESCO: La Década de la Cultura de la Paz y No Violencia entre los Niños del Mundo. Y lo primero que he hecho ha sido proponer cambiar “No Violencia” por “AMOR” ya que negar el mal es seguir hablando de él. También he propuesto que las Naciones Unidas designen un día al año como EL DÍA MUNDIAL DE LAS NOTICIAS Y

PENSAMIENTOS POSITIVOS. No basta con tratar de evitar la contaminación física de nuestro planeta -aire, agua, tierra, etc.. porque la peor de las contaminaciones es la psicológica y esa hay que empezar a combatirla aprendiendo lo que cada pensamiento significa para la vida al ser procesado por la computadora de nuestro cerebro.

La experiencia de estos treinta años, el resumen de mi vida profesional, mi humilde y, al mismo tiempo, valioso legado a la humanidad, cabe en un breve libro que tardé veintidós años en decidirme a publicar: Curación por el pensamiento-Noesiterapia. Cada año, en lugar de añadir algo, fui quitando y quitando cosas del mismo hasta dejar la esencia que, coincidiendo con el treinta aniversario de mi primera operación sin anestesia química, he incluido en un CD ROM con una treintena de breves pero demostrativos vídeos. Entre ellos el de una entrevista con el presidente de la 38 Asamblea de las Naciones Unidas del año 84 en la que puede constatarse que los problemas del mundo y las soluciones que necesita siguen siendo los mismos. ¿Nos daremos cuenta alguna vez de que esas soluciones existen y nos animaremos a ponerlas en práctica?

Dr. Ángel Escudero

¡LAS PALABRAS PUEDEN MODIFICAR EL ADN!

TRAS ESTUDIAR A FONDO EL ADN UN GRUPO DE INVESTIGADORES RUSOS FORMADOS POR CIENTÍFICOS DE DIVERSAS ESPECIALIDADES –ENTRE ELLOS GENETISTAS Y LINGÜISTAS-HA LLEGADO A LA CONCLUSIÓN DE QUE PUEDE SER MODIFICADO MEDIANTE SONIDOS Y FRECUENCIAS Y, POR TANTO, ¡POR LAS PALABRAS!. LOS LINGÜISTAS RUSOS DESCUBRIERON QUE EL CÓDIGO GENÉTICO –ESPECIALMENTE EN LA PARTE MENOS ESTUDIADA HASTA AHORA- SIGUE LAS MISMAS REGLAS DE TODAS LAS LENGUAS. EL PODER DE LA PALABRA SOBRE LA SALUD, SOSTENIDO DURANTE MILENIOS POR DIVERSAS CORRIENTES DE PENSAMIENTO, QUEDARÍA ASÍ CONFIRMADO.

Cortar y pegar genes. Ese es el futuro de la Medicina que a diario nos venden, un futuro en el que las enfermedades desaparecerán, los errores de la Naturaleza serán corregidos por la ingeniería genética y viviremos cada vez más años. Muy prometedor... si no fuera porque a lo largo de la historia de la Medicina se nos han hecho promesas similares que nunca se han cumplido. Cortar y pegar: el mismo razonamiento que venimos aplicando en Occidente desde el Renacimiento, desde el mismo instante en que fuimos capaces de asomarnos al interior de un organismo y empezamos a pensar que el ser humano, es como un mecano y, por tanto, pieza que no funciona debe ser arreglada o sustituida. Y así, por ese camino de cortar y pegar –o cortar y tirar cuando consideramos que la pieza no es imprescindible –hemos ido “avanzando” con sus luces y sus sombras. Y esa misma filosofía es la que nos ha llevado a tratar de estudiar nuestro ADN convirtiéndolo en un almacén de genes y clasificándolos según su “utilidad”.

En suma, buscando la causa de la enfermedad la Medicina que conocemos ha ido desmontando el cuerpo humano pieza a pieza, órgano a órgano, tejido a tejido –como el niño que desmonta el juguete tratando de entenderlo- hasta llegar al interior de la célula donde nos hemos encontrado con los cromosomas, el ADN y los genes. Con lo que ya

ha surgido toda una pléyade de superespecialistas que creen haber hallado ahí la solución a todos los males. Claro que cuando se censan de cortar los genes empezarán con las proteínas y después con las enzimas. Y así habrá más especialistas y más negocio para todos... En definitiva –y sin dudar de la buena voluntad de la mayoría de los sostenedores de ese sistema-, lo peor es que un pesado mundo de silencios espesos de intereses económicos y de fundamentalismo científicos –que en la Ciencia también los hay- han bloqueado casi todos los canales de información hasta hacer creer al ciudadano medio que esa es la mejor manera –la única de hecho- de afrontar los retos que a diario se le plantean a la Medicina. Y eso es completamente falso.

Afortunadamente, no todos los científicos comparten la filosofía del cortar y pegar genético ni la visión sobre el funcionamiento del ADN. Ni todos los médicos y científicos comparten la visión del organismo humano que la medicina occidental tiene y que –no lo olvidemos- continúa sin saber curar ninguna de las grandes enfermedades que nos amenazan. Lo que ocurre es que de tales científicos jamás se habla. Dicho esto agregaré que lo que en esta ocasión vamos a contarles puede parecer ciencia ficción pero se trata de estudios, experimentos y conclusiones de prestigiosos científicos rusos sobre nuestro ADN. Que no sólo permiten afrontar la investigación genética de manera completamente diferente sino que además pueden ser el primer paso para explicar muchos otros fenómenos con lo que el hombre ha convivido sin explicarse como la telepatía, la clarividencia y otras facultades extrasensoriales. Y que también podríamos explicar el poder de las inducciones hipnóticas capaces de modificar constantes biológicas, el poder de la oración o el de los mantras como creadores de estados alterados de conciencia y herramientas de emisión de frecuencias conscientes. Quizás incluso –¿por qué no?- nos permita entender por fin por qué “en el Principio fue el Verbo (La Palabra)”

EL ADN UN BIOORDENADOR POR ONDAS.

Konstantin Korotkov, catedrático de la Universidad de San Petersburgo y diseñador de la cámara especial GDV (Gas Discharge Visualización) que permite visualizar el aura de un ser vivo e interactuar sobre ella para prevenir enfermedades (vea en el apartado Ciencia y Conciencia de nuestra web-www.dsalud.com los artículos publicados al respecto en los números 24 y 27 con los títulos “El estudio científico del cuerpo energético” y “La investigación científica del aura y la prevención de enfermedades”) contaba hace poco a nuestro compañero Fernando Sánchez Quintana que durante la guerra fría participó como científico en proyectos militares clasificados como “alto secreto”. Uno de ellos consistía en enviar un enorme submarino nodriza hasta la costa de Estados Unidos que debería dejar caer desde el interior, antes de retirarse, otro submarino más pequeño con los motores y sistemas eléctricos apagados hasta que se posara, merced a su propio peso, en el fondo del océano. Allí debería esperar la eventualidad de que la guerra comenzara y lanzar entonces sus ojivas nucleares. Llegado el momento, el submarino recibiría una orden telepática que activaría el sistema de lanzamiento. Korotkov participó en aquel proyecto porque había inventado un sensor de agujero de wolframio capaz de medir la capacidad de una persona para comunicarse mentalmente. Según su testimonio, tras un año de pruebas el proyecto fue suspendido porque “solo” se alcanzó un

95% de aciertos en las transmisiones telepáticas y eso era mucho dado el objetivo final. Los científicos rusos siempre han demostrado ser más prácticos y menos dogmáticos. Los demás que sigan discutiendo si existen o no ángeles: ellos los buscan.

Pues bien, algo similar ha hecho el biofísico y biólogo molecular Peter, Gariaev (en la página de enfrente) y otros colegas suyos del Institute Control of Sciences Russian Academy of Sciences en Moscú. Mientras los investigadores occidentales se centraban sólo en el 10% de nuestro ADN –la parte donde se localiza la producción de proteínas- ellos han buscado en el 90% restante porque no les resultaba creíble que millones de años de evolución hubieran hecho más importante la parte que el todo. Obviamente, sus experimentos ofrecen una visión absolutamente diferente del código genético y de la función del ADN. Así su trabajo presenta a nuestro ADN como un bioordenador capaz de recoger y transmitir información de su entorno a través de ondas a partir de las cuales pueden modificarse los patrones de comportamiento de las células. Tal y como recogen Gariaev y sus colaboradores en The DNA –wave Biocomputer los experimentos llevados a cabo en Moscú en el Institute of Control Sciences, en Wave Genetics Inc., así como otros trabajos teóricos les han llevado a las siguientes conclusiones: La evolución ha creado en los biosistemas –organismos vivos- “textos genéticos” articulados de acuerdo a patrones semejantes al conjunto de normas y reglas subyacentes en todas las lenguas humanas en las que los nucleótidos del ADN, dotados de frecuencias cargadas de información, juegan el papel de caracteres. Y a partir de esos “textos genéticos” se van conformando los distintos procesos orgánicos. Siendo pues el ser humano, en definitiva un “bello discurso” de la Naturaleza. El aparato cromosómico actúa como antena de recepción y transmisión de “textos genéticos”, los descifra, los codifica y los reenvía. Y aún más, los cromosomas de los organismos multicelulares constituyen, en forma replegada, una puerta holográfica (capaz de reproducir la imagen de todo el organismo en cada una de sus partes) abierta al espacio y al tiempo.

EL CODIGO GENETICO, NUESTRA PRIMERA LENGUA

Para su estudio del ADN, Gariaev –Director del Instituto de Biología y Medicina por Ondas en Moscú y miembro de la Academia Rusa de Ciencias Naturales, de la Academia Rusa de Ingeniería y Medicina, y de la Academia de Ciencias de Nueva York- se rodeó de físicos del renombrado Instituto Lebedev: biólogos moleculares, biofísicos, genetistas, embriólogos y lingüistas. Y desde ese campo comenzaron a llegar las sorpresas....

Como se sabe, la Lingüística es la ciencia de la estructura de los idiomas. Investiga no sólo los idiomas naturales que se desarrollaron en las distintas naciones y culturas sino también los idiomas artificiales usados; por ejemplo para programar los ordenadores. Bueno, pues a partir del estudio comparado de la semántica, la sintaxis, las bases de la gramática y otros aspectos del estudio de las lenguas con la configuración de código genético y la síntesis de proteínas llegaron a la conclusión de que éste comparte con nuestros idiomas las mismas reglas. No con los idiomas locales sino a un nivel más profundo donde todas las lenguas presentan estructuras comparables a la hora de unir

caracteres para formar mensajes inteligibles. Una relación que puede que nos extrañe menos si ponemos en relación el lenguaje de los propios lingüistas con el de los biólogos y vemos que, por ejemplo, definen el fonema como la unidad mínima de una lengua que no se deja analizar en unidades más pequeñas (nucleótido) y cuya función se define a través de: Su expresión. Que es la materialización de los mismos (el sonido vibracional, la onda). Su forma. Que es el lugar que ocupan en el sistema (la cadena de ADN). Y, su contenido. Que será el papel que puedan desempeñar dentro de la economía gramatical de una lengua (la formación de determinadas proteínas en función de sus relaciones). Y otro tanto ocurre cuando leemos que el valor de las piezas de una lengua reside en las relaciones que se establecen entre ellas (bases y tripletes en nuestro ADN). Pues bien, los investigadores rusos han descubierto que la inteligencia subyacente en los procesos que dan lugar a una lengua se da ya en la interrelación y elección de compañeros para la síntesis de proteínas a nivel del ADN.

Si el ADN y el código genético existían ya antes de que los primeros humanos dijeran una sola palabra articulada es fácil deducir que cada lengua se desarrolló a partir del modelo básico existente en la estructura de nuestro código genético siendo éste la fuente de todas las lenguas. Esto no quiere decir que la capacidad de hablar sea sólo un efecto secundario de las proteínas elaboradas por algunos genes sino que el orden de los nucleótidos en el ADN sigue un plan inmaterial inteligente que ha sido imitado en la estructura de nuestros idiomas “A través de una señal láser y sus campos electro acústicos solitónicos –podemos leer en The DNA-WAVE Biocomputer”- es como el gen “lee y entiende” estos textos de manera similar al pensamiento humano. Pero a su propio nivel genómico de “razonamiento”. Esto significa que los textos humanos (independientemente del idioma usado) y los textos “genéticos” tienen características matemático lingüísticas y antrópico-estadísticas similares, y donde en caso de los textos “genéticos” los caracteres se identifican con los nucleótidos”. En otras palabras, si el ADN entiende ciertas frecuencias entonces puede establecerse un tipo de intercambio de información con él,

DE LA TEORIA A LA PRACTICA

Hay que agregar que para probar el alcance de su teoría el equipo de Gariaev realizó experimento modulando ciertos patrones de frecuencia ¡y consiguió reparar cromosomas dañados por rayos X! Tal y como explican Grazyna Fosar y Franz Bludorf en su libro Vernetzte Intelligenz –en el que se ocupan ampliamente de las investigaciones de Gariaev –llegaron incluso a capturar patrones de información de un ADN y lo implantaron en otro reprogramando así las células de éste. De esta manera consiguieron ¡transformar embriones de rana en embriones de salamandra! Insistimos: simplemente transmitiéndoles nuevos patrones de información del ADN. Un proceso que se realizó sin los efectos colaterales derivados de la manipulación directa e los genes. Pues bien, los investigadores rusos están convencidos de que armonizando los sonidos que emitimos –es decir, palabras- en una determinada frecuencia se puede llegar a influir en el ADN. Ello quizás pudiera explicar los sensacionales descubrimientos del investigador japonés Masaru Emoto (ver en nuestra web –www-dsalud.com- el artículo

La estructura del agua cambia con el sonido, las emociones y los pensamientos publicado en el nº 52) quien ha demostrado –a través de experimentos repetibles y acompañados de gran cantidad de imágenes gráficas- cómo las palabras y la música son capaces de alterar la estructura molecular del agua. También podríamos entender mejor cómo el sonido de los cuencos de cuarzo puede curar el cáncer (vea en nuestra web el artículo La curación mediante el sonido de cuencos de cuarzo que publicamos en el nº 35) Recordemos también a este respecto que el doctor Mitchell L. Gaynoor –director del Departamento de Medicina Oncológica e Integrativa del Centro Strang-Cornell para la prevención del cáncer de Nueva York- afirmó haber utilizado terapéuticamente con éxito el sonido obtenido en los cuencos de cuarzo en cientos de pacientes .Hablamos, en definitiva, de la posible explicación del poder de la Musicoterapia pero también de por qué funcionan las afirmaciones positivas, los mantras, las inducciones hipnóticas y, por supuesto, la oración. Recordemos que desde hace miles de años los maestros espirituales vienen insistiendo en la posibilidad de alcanzar a través de la oración, la repetición sistemática de palabras o frases –mantras- o los estados alterados de conciencia la posibilidad de actuar sobre la propia salud y la de los demás. El problema es encontrar las frecuencias con las que entrar en resonancia con nuestro propio yo interior -¿nuestro propio ADN?- porque, tal y como han demostrado los mencionados científicos rusos, la vibración y el lenguaje en lugar del arcaico proceso de cortar y pegar puede llevar a triunfar a lo que podríamos denominar la genética de ondas. Ahora bien, ¿se pueden obtener las claves de tan especial “gramática”?

UNA ANTENA GIGANTE

Hay que decir que la base de todo este complejo proceso de intercambio de “textos” en forma de sonidos está, según comprobaron Gariaev y sus colegas mediante experimentos, en la naturaleza vibracional. Concretamente, el ADN se expresa –según los investigadores rusos- a través de ondas solitónicas, ondas que pueden almacenar información durante mucho tiempo y son capaces de propagarse sin deformarse a grandes distancias en medios no lineales. Cuando hablamos reinformación pensemos que a diario las ondas de radio y televisión, por ejemplo, trasladan información de un lado a otro. Pero para hacernos una idea de la capacidad de las ondas solitónicas recordemos que ya en 1.988 Thierry Georges y su equipo del Centro de Investigación y Desarrollo de France Telecom combinaron ondas solitónicas de diferentes longitudes para realizar una transmisión superior a un terabit por segundo (1.000.000.000.000 bits/segundo).

“La mayoría –explica Gariaev- intenta entender los principios del ordenador biológico que es el ADN a través de una fijación exclusiva a las reglas del ADN de Watson, Crick y Chargaff: la igualdad entre las bases adenina-timina, guanina-citosina. ¡Y eso es correcto pero no suficiente! El ADN cromosómico en los sistemas vivos tiene atributos de onda que nos llevan a una dimensión desconocida. El “muy conocido” código genético es tan sólo la parte del código referida a la síntesis de proteína. y nada más. Pero los cromosomas trabajan como ordenadores solitónicos holográficos bajo la influencia de radiaciones láser endógenas del ADN”.

Las consecuencias de todo esto son tan incomprensibles como simples y lógicas: si uno modula un láser con una determinada frecuencia puede afectar con ella la información de las ondas del ADN y , así, la información genética en sí misma.

Para ello el ADN funciona como una antena cuyas características técnicas vienen determinadas por su tamaño. La molécula extendida tiene alrededor de dos metros de larga y una frecuencia natural de 150 megahertzios.

Curiosamente esta frecuencia está exactamente en la banda utilizada por el radar humano para las telecomunicaciones e ingeniería de microondas. Es decir, que nosotros usamos exactamente el mismo rango de frecuencia para recibir y emitir señales a nivel de ADN que en nuestra tecnología. Singular “coincidencia”.

Además el ADN puede también almacenar ondas armónicas de 150 megahertzios. Lo mismo que la luz visible. La 22 octava de 150 megahertzios queda directamente en este rango... y el color de esta radiación lumínica es el azul. ¿Será también una coincidencia que la radiación solar se descomponga en la atmósfera terrestre de tal manera que nosotros vivimos en un mundo con el cielo azul?

Es decir, el ADN –según las investigaciones científicas de los rusos- no sólo puede resultar afectado por la radiación electromagnética de forma dañina –algo que ya sabíamos- sino que también puede ser alterado en la dirección contraria con la radiación adecuada porque, en el fondo, para ello somos portadores de un microchip electrobiológico, un superconductor que toma la información electromagnética del ambiente, la almacena y posiblemente después de codificarla puede también emitirla. Este hecho abre posibilidades desconocidas hasta ahora para la medicina. Porque con los dispositivos adecuados, igual que ahora aplicamos corrientes electromagnéticas para ayudar la recuperación de una lesión ósea o muscular... en el futuro podremos actuar sobre el metabolismo celular y desarrollar nuevas terapias contra las grandes enfermedades. Hasta la reparación de defectos genéticos sería posible sin los riesgos y los efectos secundarios de los procedimientos actuales.

UNA PUERTA AL ESPACIO Y EL TIEMPO

Bien, pues con resultar increíbles las posibilidades de los descubrimientos realizados por los investigadores rusos aún existen otros descubrimientos que nos sitúan al borde mismo de la Imaginación –con mayúsculas- porque nos hablan de una comunicación a nivel cuántico de nuestro ADN que rompería las barreras del espacio y del tiempo lo que confirmaría la visión holística de un ser humano interrelacionado con todo y con todos.

Los científicos rusos descubrieron con sus experimentos que la oscilación vibratoria de nuestro ADN puede causar patrones de perturbación en el vacío produciendo así agujeros de gusano magnetizados, equivalentes microscópicos de las perturbaciones Einstein-Rosen formadas en las inmediaciones de los agujeros negros. Y recordemos que los agujeros de gusano son considerados por la Física teórica como túneles que conectan áreas completamente diferentes del universo a través de los cuales se puede transmitir información fuera del espacio y del tiempo. Pues

bien, a través de los agujeros de gusano microscópicos el ADN podría atraer información de más allá del vacío e incorporarla a nuestra conciencia. En la Naturaleza, la hipercomunicación se ha venido produciendo con éxito durante millones de años. El comportamiento social de los insectos podría servirnos de prueba, como bien recuerdan los ya mencionados Grazyna Fosar y Franz Bludorf. Cuando una hormiga reina es separada “espacialmente” de su colonia la construcción continúa de acuerdo a lo planeado. Sin embargo, si se mata a la reina se detiene todo el trabajo en la colonia. Ninguna hormiga sabe qué hacer. Aparentemente la reina es la portadora de los “planes de construcción” y los envía incluso desde muy lejos por medio de la “conciencia grupal” de sus súbditos. Ella puede estar tan lejos como quiera.... En tanto esté viva.

En el hombre tenemos ejemplos que hasta ahora han sido considerados más o menos anecdóticos y que podrían referirse a este tipo de hipercomunicación que normalmente es experimentada como inspiración o intuición. El químico ruso Dimiri Mendeleev aseguraba que había visto en sueños la clave para la organización de la tabla periódica de elementos. El también químico Friedrich Kekulé mantenía que había deducido la estructura hexagonal de la molécula del benceno después de soñar con una serpiente que se mordía la cola. Igor Stravinski escuchó en su cabeza mientras dormía La consagración de la primavera: Giuseppe Tartini, su sonata El trino del diablo, interpretada por el propio Satanás. Y fue un sacerdote asirio quien reveló en sueños al historiador Herman Hilprecht la traducción exacta de la inscripción cuneiforme de la llamada “piedra de Nebuchadnezar”

Cabe añadir que cuando la hiper comunicación tiene lugar uno puede observar fenómenos especiales en el ADN. Los científicos rusos irradian muestras de ADN con luz láser en cámaras especiales. En la pantalla se formó un patrón de ondas típico. Y cuando retiraron la muestra de ADN los patrones de onda no desaparecieron: permanecieron. Bien, pues muchos experimentos de control demostraron que el patrón seguía proviniendo de la muestra retirada cuyo campo energético aparentemente subsistía por sí mismo. Este efecto fue denominado “efecto del ADN fantasma”. Se supone que la energía del espacio exterior y del tiempo todavía fluye a través de los agujeros de gusano después de retirar el ADN. Vladimir Poponin, físico cuántico reconocido mundialmente por sus estudios sobre las interacciones entre los campos electromagnéticos y los sistemas biológicos e investigador del Biochemical Physics of the Russian Academy of Sciences se refería así ese efecto fantasma: Después de reproducir esto muchas veces y verificar el equipo de todas las maneras concebibles nos vimos obligados a aceptar la hipótesis de trabajo de que alguna nueva estructura del campo estaba siendo excitada desde el vacío físico. Y lo denominamos “ADN fantasma” para dar énfasis a que su origen está relacionado con el ADN físico. No hemos observado ese efecto toda vía con otras sustancias en la cámara. Después de ese descubrimiento iniciamos un estudio más riguroso y continuo de estos fenómenos. Y nos encontramos que con tal de que el espacio de la cámara no se perturbe se puede medir ese efecto durante largos periodos de tiempo. Lo hemos observado durante un mes en varios casos. Es importante dar énfasis a que dos condiciones son necesarias para observar el ADN fantasma. El primero es la presencia de la molécula de ADN y la segunda es la exposición del ADN a una débil radiación de láser coherente.

Esta última condición puede darse con dos frecuencias diferentes de radiación del láser. Quizás el hallazgo más importante de estos experimentos es que proporcionan una oportunidad de estudiar la subestructura del vacío bajo perspectivas estrictamente científicas y cuantitativas. Es posible debido a la habilidad intrínseca del campo fantasma de acoplarse con los campos electromagnéticos convencionales”.

Esto implica que en ese acoplamiento podría producirse una transmisión de información desde lo que hoy consideramos “vacío”. Se abre así todo un mundo de maravillas. De hecho, podría estar sucediendo que nuestro ADN estuviera recibiendo desde el primer día sus “instrucciones de montaje” desde más allá del espacio y del tiempo conocido, desde el vacío o más allá si lo hay. Y a partir de esas instrucciones la naturaleza holográfica del ADN iniciaría el proceso de organización. “Los solitones del ADN –puede leerse en DNA- wave Biocomputer- tienen dos tipos conectados de memoria. El primero involucra la capacidad de los sistemas no lineales para recordar modos iniciales de energización y repetirlos periódicamente. Los cristales líquidos de ADN dentro de la estructura del cromosoma forman un sistema no lineal. El segundo es el del ADN total en un organismo. Tal memoria es un aspecto no localizado del genoma. Es cuasi-holográfico/fractal y tiene que ver, como es el caso para cualquier holograma o fractal, con la propiedad fundamental del biosistema, es decir, su habilidad de restaurar el todo a partir de una parte. Esta propiedad es bien conocida. Recordemos el crecimiento de las plantas dañadas, la regeneración de la cola de un lagarto...”).

En suma, los científicos rusos han realizado unos descubrimientos tan extraordinarios que extienden nuestra comprensión de la genética humana hasta alcanzar la frontera de ciertas creencias metafísicas que desde siempre han estado esperando este tipo de pruebas para mostrar su existencia. Puede pues que no esté ya tan lejos el día en que la Espiritualidad vuelva a ser la expresión más alta de la Ciencia

APRENDER POR COMPRENSIÓN O POR DOLOR

Dicen que el ser humano tiene dos caminos bien diferenciados para aprender: el primero es el de la comprensión y el segundo el del dolor. Y qué duda cabe de que conscientemente todos elegiríamos el primer camino, aquel que nos permitiera afrontar los aprendizajes y las vicisitudes de la vida con comprensión y aceptación, integrando las experiencias y transformándolas en conocimiento. Sin embargo, la mayoría no somos capaces de vislumbrar ese camino y casi siempre optamos por el contiguo, ese que nos lleva a estrellarnos contra las situaciones, a perdernos entre las múltiples bifurcaciones que surgen, a que nos arrollen los acontecimientos... Y todo ello, en buena medida, se lo debemos a nuestro mundo emocional. Las emociones pueden nublar el entendimiento y oscurecer la razón impidiéndonos valorar adecuadamente los pocos parámetros que manejamos a la hora de tomar decisiones.

El remedio perfecto ya nos lo apuntan todas las tradiciones y filosofías desde tiempos remotos: escuchar al corazón, prestar atención a lo que nos dice ese órgano al que adjudicamos la generación de sentimientos. Pero para llegar a él tenemos que atravesar el mar proceloso de las emociones que, contra lo que muchos pueden pensar, proceden de la parte más sutil de nuestra mente, el subconsciente, ese gran desconocido núcleo generador de nuestras pasiones y

que se manifiesta fundamentalmente a través del hemisferio derecho de nuestro cerebro.

¿Y cómo es ese proceso? Veámoslo someramente: primero recibimos un estímulo, una percepción física a través de nuestros sentidos, o bien, tenemos un proceso mental. Esa información pasa directamente a la zona del córtex correspondiente. A partir de ese momento se desencadenan toda una serie de procesos físicos y nerviosos en los que intervienen las glándulas pituitaria -o hipófisis- y pineal -o epífisis- entre las cuales se establecen estímulos y descargas. Todo ello se produce en el área del hipotálamo. La información recibida se traduce y canaliza a través de dos vías: por un lado, la energía nerviosa actúa sobre las dos glándulas para que segreguen una serie de hormonas que se distribuyen por el torrente sanguíneo para producir emociones y sus correspondientes manifestaciones físicas. Por otro, la energía mental viaja a través de las cisuras del córtex excitando la parte derecha y occipital del cerebro, que corresponde al área que rige el subconsciente. Y es allí donde se “procesa” la información recibida.

El subconsciente funciona como un gran banco de datos de fácil acceso. Allí están almacenados recuerdos inconscientes de experiencias muy antiguas –algunas escuelas de Psicología Transpersonal que admiten la reencarnación vienen a llamar a esa información memoria perpetua y afirman que allí están registradas las experiencias asimiladas a lo largo de las sucesivas reencarnaciones- y también reside ahí la memoria temporal, correspondiente a los datos de esta vida y que estaría registrada en el sistema reticular del cerebro.

Una vez contrastada la información que hemos recibido con la voz de la experiencia (proveniente de estas dos memorias) es cuando se genera una respuesta para el individuo, un impulso de energía mental que sigue el mismo recorrido de vuelta. Se detiene un instante en el hipotálamo y, finalmente, llega al córtex para ser expresada.

Pues bien,, es en ese momento en el que se contrasta la información nueva con la ya almacenada cuando se producen las dificultades. Porque nuestra memoria, un mecanismo prodigioso, no sólo se limita a almacenar hechos sino que tiene la virtud de que el recuerdo de ellos provoca en el organismo todo un torrente de emociones similar al que se produjo en el momento en que vivíamos esa experiencia. Y ese flujo emocional tiene un gran peso específico en las decisiones que vamos a tomar o en la respuesta que vamos a dar. Así pues, no nos podemos sustraer a la influencia de la memoria, hasta tal punto que vamos a dar más peso y valor a lo que nos llega internamente que a lo que acabamos de recibir del exterior. Vamos a “ver” con más claridad y contundencia las experiencias anteriores que tienen que ver -de una u otra forma- con lo que nos ocupa en estos momentos, que lo que percibimos o pensamos en el presente. ¿Y qué significa esto? Pues que corremos el riesgo de dar una respuesta inadecuada ya que en muchas ocasiones en ella incluimos los recuerdos... con toda su carga de requerimientos, necesidades no cubiertas, carencias, expectativas, deseos... del pasado. En suma, es difícil ser conscientes de la presión emocional que soportamos y sólo podremos lograrlo mediante un gran esfuerzo por intentar ver el desarrollo de todo este proceso como si fuéramos el espectador de una película, lo que nos permitirá alejarnos un poco de la situación para observarla con mayor amplitud y, al hacerlo, tener más capacidad para dar una respuesta coherente.

Ese proceso emocional, tanto si tratamos con emociones negativas como positivas, siempre trastoca y descoloca a la

persona, que sufre y goza con su propio proceso mental, con el tratamiento que da a sus pensamientos, que en muchas ocasiones se convierten en bucles repetitivos, antesala de comportamientos neuróticos.

Cuando las filosofías orientales nos hablan de acallar los pensamientos y las emociones se refieren a eso precisamente. Porque no se trata de ignorar las emociones sino de observarlas con atención, identificarlas y no dejarse arrastrar por ellas. Hay que colocarlas en el contexto adecuado que nos permita eliminar esos filtros para poder ver con mayor claridad. Hay una técnica en Psicología que es aplicable para contrarrestar cualquier síntoma de dolor, sea éste físico o emocional. Se trata de centrarse en la sensación dolorosa –si es un problema físico- o en el pensamiento o emoción que nos hace daño –si es un conflicto psicológico-. Busca un momento de soledad y silencio. Relájate, ponte cómodo y afloja las tensiones de cualquier tipo. Lo primero que debes hacer es dar la bienvenida a ese dolor o a esa emoción incontrolada y dejar que la sensación dolorosa recorra tu cuerpo, que lo invada por completo. Piensa que se trata de algo que contiene en sí mismo los elementos curativos que necesitas. Focaliza entonces tu atención en ese punto e intenta observarlo con la mente alerta y despierta. Verás que incluso puedes hacerlo más intenso, más fuerte, potenciarlo cuanto sea posible hasta alcanzar el grado máximo.

Normalmente, cuando sentimos dolor desplegamos un mecanismo de bloqueo, de resistencia, que intensifica aún más la sensación dolorosa. Se trataría de actuar del modo contrario: dejarlo pasar, no bloquearlo ni retenerlo sino dejarlo ir a través de nuestro cuerpo. Verás que entonces, cuando se llega al punto álgido, se produce una descarga compensatoria al dejar fluir la corriente energética. Porque hay zonas de nuestro cerebro capaces de generar endorfinas y sustancias analgésicas -mucho más potentes que la morfina- que se activarán ante el estímulo provocado. Después puedes visualizar cómo ese dolor o esa emoción, tras recorrer tu cuerpo, sale de él. Puedes darle mentalmente, incluso, forma, textura, color, tamaño, etc., y “meterlo” en un saco o en una caja; o, simplemente, lanzarlo fuera de ti, donde ya no te pueda dañar.

Se trata de un modo efectivo de librarnos de la angustia, los pensamientos obsesivos, la tristeza, la ansiedad, etc. Hasta es muy probable que durante el ejercicio -si hemos mantenido la mente atenta- podamos descubrir el por qué del momento que estamos atravesando y que nuestra intuición nos diga qué es lo que hemos de aprender de lo que estamos viviendo. Hay que observar los pensamientos, ser conscientes de las emociones que nos provocan y, como tercer paso, no dejarse arrastrar por ellas sino actuar como testigo de una situación externa a nosotros. Es un proceso de desidentificación que nos hará ver claramente que uno no “es” sus pensamientos ni sus emociones como tampoco sus energías o su cuerpo físico, que Uno, el Ser, utiliza todo eso para manifestarse... pero que puede convertirse también en observador con conciencia plena y elegir conscientemente su trayectoria evolutiva. ¿Cómo? Pues escuchando el impulso interior que nos lleve a saber el propósito fundamental por el que hemos nacido; algo que está dentro de cada uno de nosotros y, por tanto, sólo nosotros podemos descubrir.

María Pinar Merino