



MIGUEL ANGEL PICHARDO REYES

TRAUMA  
Y RECUPERACIÓN  
DEL ALMA

APROXIMACIONES NEOCHAMÁNICAS A LA  
LIBERACIÓN SOMÁTICA DEL TRAUMA

ALTERSOMA

# **Trauma y recuperación del alma**

*Aproximaciones Neochamánicas a la Liberación Somática del Trauma*

Por Miguel Ángel Pichardo Reyes

El trauma como productor de bloqueos bioenergéticos /3
Anatomía del cuerpo energético /4
Los bloqueos: excesos y carencias energéticas /10
El carácter, las actitudes y los bloqueos bioenergéticos /11
La fascia límbica y los cerebros emocionales /12
Trauma, actitud emocional y cadenas miofasciales /14
Trauma y terapéuticas primales /21
Las tecnologías del éxtasis /22
La lucha por la recuperación del alma /23
Un viaje a las memorias traumáticas del alma /24
El trauma como parásito espiritual /25
La magia sanadora de la fe y el amor /26
La mística inmanente del cuerpo /27
Los flujos de vida /28
El Espíritu emergente de la materia /29
El éxtasis del Ego /30
La enfermedad como rotura del alma-cuerpo /30
El inicio del trabajo trancico /31
El trance visceral /32
La quietud y el arte del susurro evocador /33
La planta sagrada en nuestro cerebro /34
Trascender el miedo con amor y compasión /35
Bibliografía /36

## Trauma y recuperación del alma

---

### El trauma como productor de bloqueos bioenergéticos

En el contexto de la Liberación Somática del Trauma LST no utilizamos el significante “trauma” desde la perspectiva psicopatológica de la medicina y la psiquiatría, por lo que entenderemos por trauma una experiencia subjetivamente amenazante que haya alterado o desequilibrado los sistemas de adaptación y defensa del organismo, aspecto, no necesariamente patológico en su sentido médico y psiquiátrico, aunque no por ello menos importante.

Podemos diferenciar entre traumas, subtraumas y heridas. El trauma es una experiencia subjetivamente amenazante para la persona, la cual puede trastocarla, marcando un antes y un después. Los subtraumas son experiencias subjetivamente amenazantes de baja intensidad que se caracterizan por prolongarse en el tiempo, y en cierto aspecto ser silenciosas y hasta normalizadas. Las heridas son las huellas que dejan esos eventos traumáticos o subtraumáticos en la persona, registros que se guardan en el cuerpo sintiente del sujeto. Dichas huellas son una síntesis del ambiente, la naturaleza de la amenaza y la reacción de la persona. En este sentido las huellas traumáticas generan defensas psicofisiológicas, las cuales son incorporadas como corazas musculares y como estructuras caracteriales.

Las heridas en tanto huellas son registros bioenergéticos que quedan incrustados en los circuitos del cuerpo-mente: las fascias, los sistemas, los órganos, el tejido celular, las moléculas, el campo, los centros, las cerraduras, los meridianos y los puntos. Estos circuitos del cuerpo-mente producen funciones orgánicas que se encuentran en la base del comportamiento y el pensamiento complejo, así como en la producción de las reacciones de inflamación, base común de las enfermedades.

La sutileza y complejidad de los circuitos del cuerpo-mente son de tal magnitud, que en la actualidad resulta prácticamente imposible mapear sus múltiples laberintos caleidoscópicos. Sin embargo, resulta sugerente la aportación a esta comprensión compleja de los circuitos del cuerpo-mente, realizada por la Medicina Tradicional China y Japonesa.

Una de estas aportaciones tiene que ver con la comprensión de los bloqueos bioenergéticos producidos por las experiencias traumáticas. El cuerpo-mente humano cuenta con una compleja red de circuitos energéticos por donde fluye el Chi; el aliento vital. Esta compleja red de circuitos cuenta con una serie de diafragmas defensivos que hacen las veces de cerraduras energéticas. Estas cerraduras tienen la función de respirar el Chi ambiental (prana), el cual es absorbido para alimentar los distintos canales del funcionamiento bioenergético del cuerpo-mente.

Estos diafragmas bioenergéticos pueden abrirse para absorber, pero también pueden cerrarse para protegerse. Cuando el sistema energético del cuerpo-mente se ve amenazado por un agente ambiental o un *input* orgánico (reacción, pensamiento o memoria), estos diafragmas tienden a cerrarse como una forma de defenderse y resguardar la integridad, sin embargo,

estos diafragmas-cerraduras pueden bloquearse y quedarse cerrados, formándose así una coraza energética.

Aunque el conocimiento de estos diafragmas proviene de la Medicina Tradicional China, ha sido la Medicina Tradicional Japonesa la que ha logrado una mayor comprensión de estos diafragmas, a tal punto que ha desarrollado una terapéutica para desbloquear dichas cerraduras a través de la imposición compasiva y contemplativa de las manos.

Aunque la mayoría de los traumas generan bloqueos en las cerraduras bioenergéticas debido al exceso de energía estancada, los subtraumas tienden a generar bloqueos por carencias, esto es, por falta de flujo en las interacciones sociales (materno y paterno filiales). En este sentido es común encontrarnos los dos tipos de traumas, ya sea por carencia como por exceso. Las huellas bioenergéticas del campo postraumático se expresarán como sobrecarga y/o debilidad. Siguiendo el principio del Ying/Yan, siempre una sobrecarga generará una descompensación por carencia, y viceversa.

### **Anatomía del cuerpo energético**

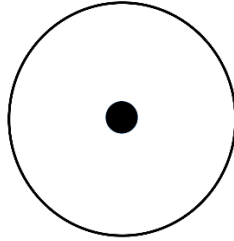
Nuestro cuerpo se encuentra organizado por una compleja red de flujos energéticos que atraviesan y envuelven en varias capas la totalidad del cuerpo. El conocimiento de esta compleja red bioenergética es fundamental para comprender el funcionamiento del cuerpo, especialmente sirve para buscar el equilibrio y alcanzar la autorrealización.

El conocimiento de esta red energética no es un conocimiento objetivo, sino un autoconocimiento de nuestra verdadera naturaleza, de nuestra misión y sentido de vida, pero también del descubrimiento de nuestras capacidades innatas de sanación.

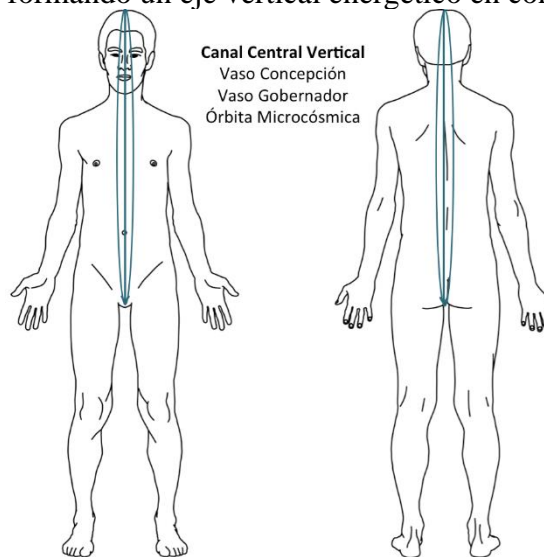
En el arte de la Liberación Somática del Trauma el conocimiento del funcionamiento bioenergético del cuerpo nos permite realizar una evaluación o diagnóstico para desarrollar un trabajo de magia sanadora. Contrario a la visión occidental donde el médico sana al enfermo, la perspectiva oriental hace un llamado ético a hacerse cargo de su propio desequilibrio, por lo que la sanadora es sólo una facilitadora en el descubrimiento de las capacidades auto-curativas de la persona.

Principios arquitectónicos del funcionamiento bioenergético del organismo:

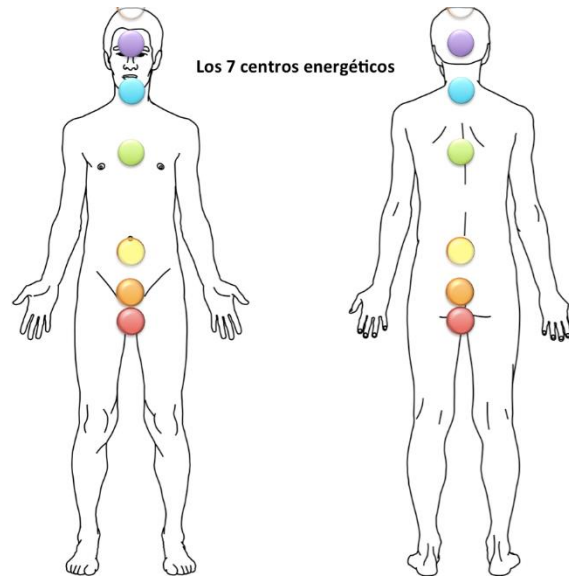
1. Existe una Energía Vital que anima el cuerpo, esta Energía es Universal y proviene de la Fuente de todo lo existente.
2. La Energía Vital Universal es una totalidad indiferenciada caracterizada por un círculo, después de la cual se crea una singular diferenciación caracterizada por un punto.



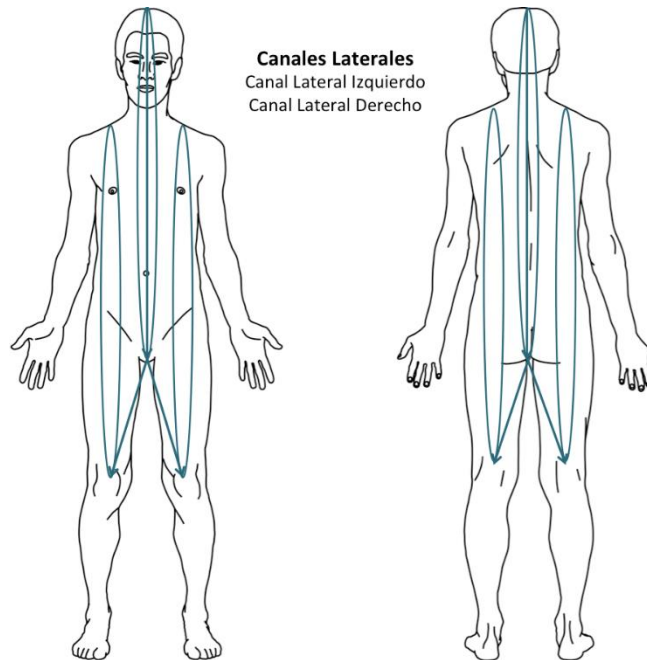
3. Este punto se proyecta como una línea vertical descendente que forma una profundidad energética espiritual prefiguradora del cuerpo humano. Esta línea llega hasta el perineo.
4. En el perineo esta línea de Energía Vital sube configurando la columna vertebral por la espalda hasta llegar a la coronilla y baja hasta el paladar superior, en ese lugar se conecta con la punta de la lengua y desciende por la parte frontal del cuerpo atravesando todos los órganos hasta llegar nuevamente al perineo, completando una primera vuelta y formando un eje vertical energético en constante flujo.



5. A lo largo de la línea ascendente del eje central energético se forman siete vórtices o motores energéticos que dinamizan el campo energético de la persona. El primer vórtice se encuentra en el perineo y el último en la coronilla de la cabeza. Cada vórtice tiene una función energética, física, emocional y espiritual, y se encuentra en coherencia energética con la totalidad de los sistemas energéticos del cuerpo y del universo.

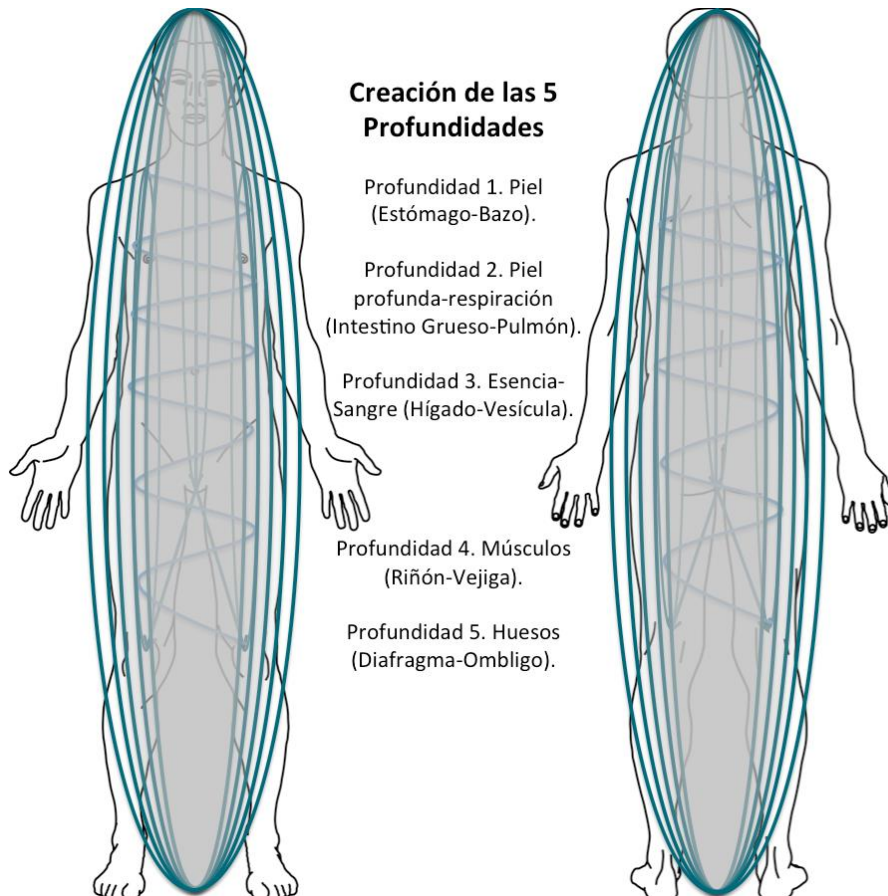
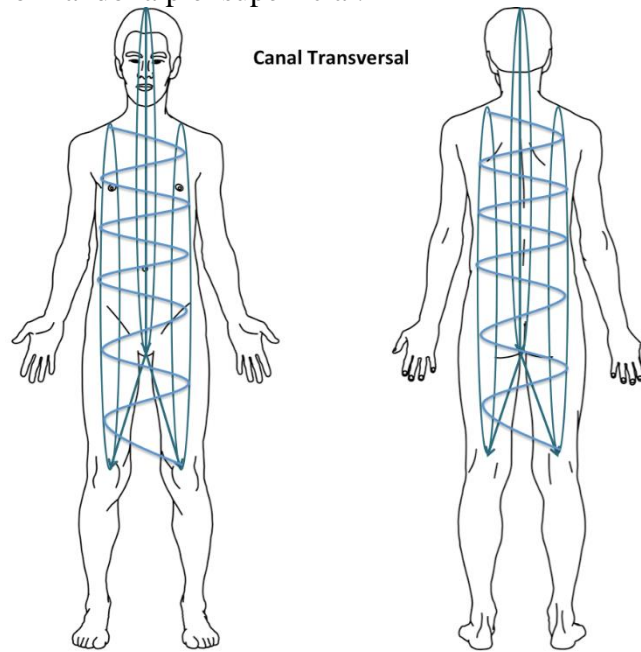


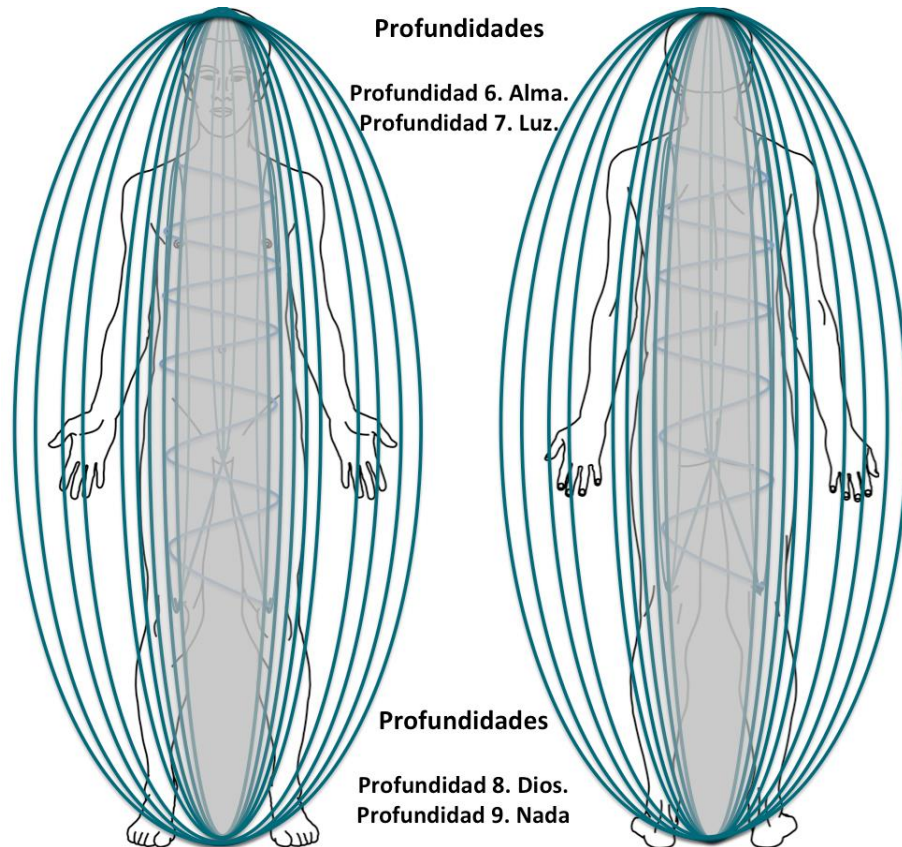
- De este eje central energético se desprenden una línea izquierda y una línea derecha que bajan lateralmente hasta las rodillas, suben por la espalda y bajan por la zona frontal hasta llegar nuevamente a las rodillas, generando una segunda y tercera vuelta, formando dos ejes energéticos laterales. Estos ejes laterales son alimentados por el eje central.



- Cada eje energético lateral realizará siete vueltas, y en cada vuelta forma una profundidad, cuerpo o estado de condensación de la energía. La primera vuelta forma la séptima profundidad, conformada por millones de partículas toroidales de energía. La segunda vuelta forma la sexta profundidad donde se va a encontrar la fuente de la vida. La tercera vuelta forma la quinta profundidad formando el esqueleto. La cuarta vuelta forma la cuarta profundidad formando los músculos. La quinta vuelta forma la

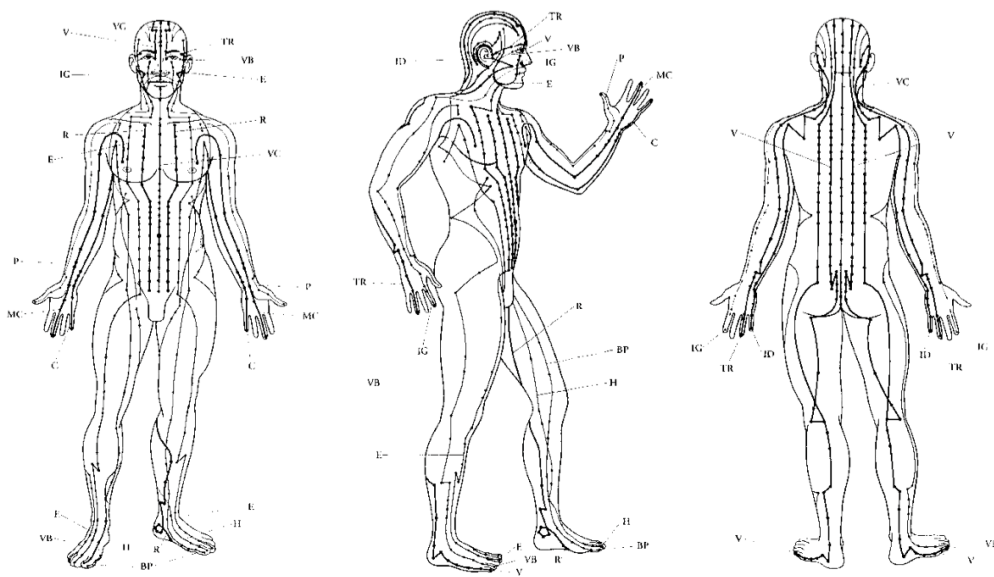
tercera profundidad formando la sangre. La sexta vuelta forma la segunda profundidad formando la piel profunda. Y la séptima vuelta forma la primera profundidad formando la piel superficial.





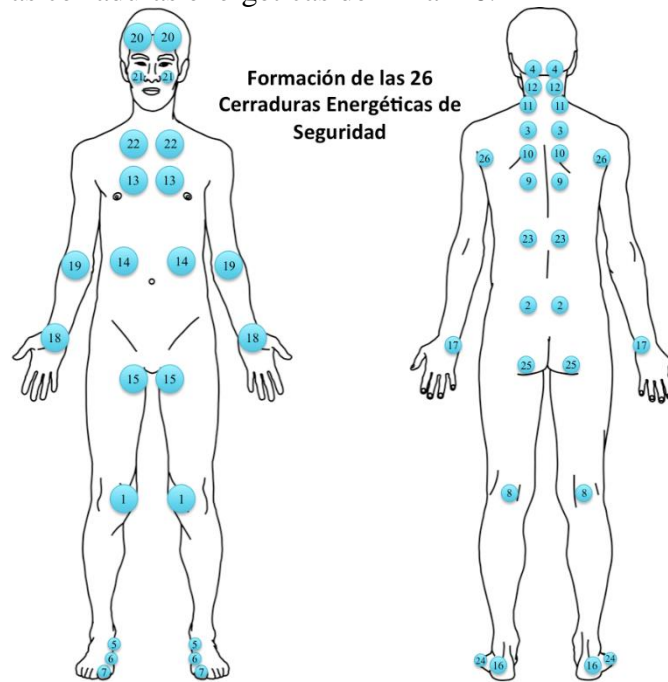
8. Cada vuelta de profundidad va formando un sistema celular físico, una serie de 26 diafragmas energéticos alimentadores-protectores, y una serie de 12 sistemas energéticos o meridianos.

**La formación de los doce meridianos.**



9. En la primera profundidad se encuentran las cerraduras energéticas del 1 a 4. En la segunda profundidad se encuentran las cerraduras energéticas del 5 al 15. En la

tercera profundidad se encuentran las cerraduras energéticas del 16 al 22. En la cuarta profundidad se encuentra la cerradura energética 23. Y en la quinta profundidad se encuentran las cerraduras energéticas del 24 al 26.



10. Estas 26 cerraduras energéticas bilaterales tienen la función de alimentar y proteger los 12 sistemas energéticos bilaterales, los cuales se relacionan con la función energética de un órgano y una víscera, y se encuentran conformados por cientos de puntos energéticos susceptibles de estimularse a través de la presión, la postura, los estiramientos, la alimentación, la expresión emocional, la respiración y la imposición de manos.
11. Estos 12 sistemas energéticos bilaterales se encuentran organizados en pares: Bazo-Páncreas, Hígado-Vesícula Biliar, Pulmón-Intestino Grueso, Corazón-Intestino Delgado, Riñón-Vejiga, y Diafragma-Ombbligo. Estos 12 sistemas energéticos se encuentran relacionados entre sí de una forma sincrónica siguiendo la siguiente secuencia: los sistemas inician con puntos en el pecho y finalizan en los dedos de las manos, los siguientes sistemas inician en las puntas de los dedos de las manos y finalizan en el rostro, los siguientes sistemas inician con los puntos en el rostro y finalizan en los pies, y finalmente los siguientes sistemas inician en las puntas de los dedos de los pies y finalizan en el pecho. De esta forma se genera un circuito energético que va fluyendo en ciclos de día y ciclos de noche.
12. La Energía Vital funciona a través de la no-localización, por lo que la totalidad del cuerpo y el universo se encuentran contenidas en distintas partes holográficas del cuerpo: los pulsos, el iris, las manos, las orejas, la espalda, el abdomen (Hara) y las plantas de los pies contienen la información holográfica de la totalidad energética del cuerpo y del cosmos, formando un microcosmos.

## **Los bloqueos: excesos y carencias energéticas.**

Principios biodinámicos del equilibrio y desequilibrio energético:

1. Los flujos energéticos funcionan de forma similar a los principios hidráulicos: cuando se llena una parte se vacía la otra, y viceversa. El exceso en un meridiano supone la carencia en otro. Este principio siempre se presentará en un cuerpo vivo en mayor o menor medida.
2. El cuerpo humano es un sistema semipermeable de carga y descarga de energía. El sistema energético se alimenta de varias fuentes: la energía de la tierra, los alimentos, la respiración, la energía cósmica y la energía original-transgeneracional. La alteración energética de estas fuentes genera desequilibrios y descompensaciones bioenergéticas en el organismo.
3. En el intercambio energético del ser humano se encuentra su ecología energética, y dentro ella sobresalen las amenazas ambientales que generan bloqueos. La mayoría de estos bloqueos tienen un componente emocional-energético traumático o amenazante que hace que se activen los mecanismos energéticos de defensa (las 26 Cerraduras Energéticas).
4. Los bloqueos energéticos se caracterizan por un exceso de energía estancada y por carencias de energía vital, alterando el flujo natural del organismo y con ello generando un estado de desequilibrio energético que se manifestará en los centros, las cerraduras, los sistemas y las redes de fascias del cuerpo.
5. Los bloqueos por exceso se caracterizan por una carga o sobrecarga que puede ser dura o suave. Una sobrecarga dura genera rigidez y tensión, mientras que una sobrecarga suave genera una excesiva demanda y absorción.
6. Los bloqueos por carencia se caracterizan por una descarga que puede ser dura o suave. Una descarga dura genera miedo defensivo contractivo, mientras que una descarga suave genera falta de tono, debilidad y agotamiento.
7. El lugar donde se presente el bloqueo no es la fuente del mismo. Normalmente la fuente de los bloqueos se encontrará en otro lugar. El bloqueo es el síntoma, mientras que la fuente que causa o mantiene ese bloqueo puede diferenciarse cualitativa, cuantitativa y topológicamente. Habría que diferenciar dos fuentes del bloqueo: la fuente energética y la fuente espiritual.
8. La fuente energética del bloqueo se encuentra relacionada con el meridiano de la función energética de órgano y víscera, la profundidad y la cerradura, así como el vórtice energético desequilibrado.
9. La fuente espiritual del bloqueo se relaciona con la actitud inconsciente de la persona frente al mundo y la vida. Esto se manifiesta como un tipo de organización de la personalidad a nivel inconsciente (organización caracteromuscular). El abordaje de las actitudes puede ser tratado a través del análisis, el diálogo, la meditación, etc.
10. Las actitudes en tanto frecuencias energéticas afectan el campo de los órganos y sus respectivas funciones energéticas (meridianos), esto nos permite comprender la relación entre el bloqueo energético de los órganos-meridianos y las actitudes correspondientes a dichos órganos.

## **El carácter, las actitudes y los bloqueos bioenergéticos.**

En las investigaciones de Jiro Murai que realizó sobre la Medicina Tradicional China y Japonesa, encontró las fuentes de los desequilibrios energéticos, denominándolas como actitudes, encontrando cinco actitudes que desarmonizan al Ser: preocupación, tristeza, enojo, miedo y pretensión ansiosa. Jiro Murai al sistematizar las conclusiones de sus investigaciones denomina a su arte terapéutico con el nombre de Jin Shin Jyutsu, donde las actitudes emocionales frente a la vida son fundamentales en el proceso de equilibrio-desequilibrio.

Este planteamiento de Jiro Murai en el Jin Shin Jyutsu se asemeja a la Terapéutica Zen y a los planteamientos de la Psicoterapia Corporal de Wilhelm Reich, el Análisis Bioenergético de Alexander Lowen y la filosofía perenne del Eneagrama. Lo común a estos autores y terapéuticos es el señalar a las actitudes-emociones-carácter como el origen primordial de las disonancias energéticas en la persona. Por eso en nuestra propuesta de trabajo de Liberación Somática del Trauma integramos el Jin Shin Jyutsu, la Terapéutica Zen, el masaje Shiatsu, el Protoanálisis Eneagrámico y el Trabajo Psicocorporal Neoreichiano.

Principios emocionales de las descompensaciones bioenergéticas:

1. A toda manifestación sintomática en el cuerpo-mente le subyacen substratos energéticos descompensados, que podríamos denominar la causa inmediata: alimento, respiración, energía terrestre, energía cósmica, descompensaciones en los órganos y sus funciones energéticas sistémicas.
2. Estas disfunciones bioenergéticas que subyacen a los síntomas físico y emocionales tienen un origen más remoto que data de la infancia, entre la gestación y los siete años de edad, y se encuentra íntimamente relacionado con las pautas de interacción familiar o estilos de apego y crianza infantil. A esto le llamamos la causa-fuente arqueológica.
3. Entre las causas inmediatas y las causas-fuentes arqueológicas se encuentra una serie de causas-fuente mediatas, caracterizadas por estresores psicosociales y hábitos o patrones de comportamiento que profundizan las heridas emocionales de las causas-fuente arqueológicas.
4. A estas causas-fuentes arqueológicas Jiro Murai las denomina “actitudes” y se encuentran asociadas a las funciones energéticas de órganos-meridianos, a saber: la preocupación asociada a la función energética del bazo-páncreas, la tristeza asociada a la función energética del pulmón-intestino grueso, el enojo asociado a la función energética del hígado-vesícula biliar, el miedo asociado a la función energética del riñón-vejiga, y la pretensión asociada a la función energética del corazón-intestino delgado.
5. Desde el punto de vista de la Bioenergética Occidental estas cinco actitudes emocionales se les denomina “defensas caracteriales”, y estas se quedan fijadas en la etapa de desarrollo infantil donde sucedió la amenaza, ya sea por exceso o por carencia. Estas amenazas libidinales formatean y programan el sistema neurobiológico de apego, los programas neuroendócrinos, generando alteraciones en el sistema límbico y en las estructuras reptilianas vegetativas del cerebro, dando lugar

- a un tipo de organización caracteromuscular, fundamento de los rasgos de personalidad que se desarrollaran en la edad adulta.
6. Con esto podemos decir que la fuente del desequilibrio energético se encuentra en la actitud emocional, pero la causa de las estas actitudes emocionales se encuentra en el biosistema energético, la ecología del infante. En este sentido el origen será el desorden familiar, el cual genera un campo energético de disonancia donde se gestan las heridas asociadas a las actitudes.
  7. La evaluación energética a través de la lectura del cuerpo también incluye estos aspectos actitudinales y caracteriales, sin los cuales el tratamiento solo sería un mero paliativo, y esto debido a que mientras no se trate la fuente arqueológica de las disonancias energéticas, éstas se seguirán presentando a pesar de todos los intentos armonizadores que llevemos a cabo.
  8. La inclusión de la perspectiva actitudinal-caracterial supone integrar al arte curativo de oriente los avances de la psicoterapia corporal energética de occidente. En este aspecto convergen tanto unos como otros, y puede plantearse como un eje conductor en la realización de un trabajo energético profundo: la liberación y transmutación de las energías bloqueadas en los engramas actitudinales-caracteriales. En este sentido habría que integrar a nuestra visión energética del ser humano los aportes de Freud, Jung, Reich y Lowen, así como quienes han trabajado en la perspectiva espiritual del Eneagrama y el Budismo Zen.

### **La fascia límbica y los cerebros emocionales**

La fascia es un tejido celular, principalmente de colágeno, que forma una red global de fibras que atraviesan, envuelve, limita y conecta, la compleja red de órganos, vísceras, músculos y esqueleto, así como del sistema circulatorio, linfático y nervioso. Esta red es la encargada de darle estructura y forma al cuerpo, ya que sin ella sería una bolsa amorfa de músculos, líquidos y huesos. Algunos autores han planteado la hipótesis de que esta red de fascias son las carreteras por donde circula la energía Ki, correspondiendo los meridianos a ciertas rutas o cadenas miofasciales.

La fascia se encuentra compuesta de células de distintos tipos, como son los fibroblastos, los macrófagos y los mastocitos, así como la matriz extracelular compuesta de elastina, reticulina y colágeno, esta última, un excelente conductor de energía. También está compuesta de una sustancia amorfa llamada sustancia fundamental.

Esta compleja red de fibras fasciales puede ser clasificada en cuatro tipos: la fascia subcutánea, o fascia superficial, la fascia profunda o tejido conectivo, la fascia visceral y la fascia parietal. Estos cuatro tipos de fascias también plantean niveles estructurales de organización, que van desde la fascia superficial, la fascia media y la fascia profunda. Estas profundidades de la red de fascias permiten mantener el equilibrio en la distribución de la tensión en todo el cuerpo, así como la elasticidad que favorece el movimiento fluido del aparato musculo-esquelético. Al mecanismo que permite mantener el equilibrio de la distribución de la tensión se le conoce como tenseguridad, una palabra compuesta por tensión e integridad.

Un cuerpo equilibrado, fuerte y flexible, supone un equilibrio en la tensegridad de la red de fascias. Esta tensegridad se ve afectada por las agresiones en el movimiento, las emociones, el sedentarismo, y en nuestro caso, los eventos potencialmente traumáticos, que tienen un impacto en la biomecánica de la fascia, generando dos procesos complementarios que impactan en la restricción del movimiento: el acortamiento y la compensación.

El acortamiento y la compensación son dos polos de un mismo proceso de alteración del equilibrio tensegrítico de la fascia. Todo acortamiento supondrá una compensación; no se da el uno sin el otro. El acortamiento es una restricción en el movimiento que se caracteriza por fibrosis o cicatrización en el tejido celular de la fascia. Por otro lado, en otro extremo de la red fascial, se presentará el fenómeno de la compensación, esto es, el conjunto de movimientos, posturas y tensión que se realizan para evitar el dolor, cubrir el órgano y mantener el equilibrio postural antigravitatorio.

Estos desequilibrios tensegríticos se presentarán en dos ejes: a lo largo del cuerpo y a lo profundo del cuerpo. Por ejemplo, el acortamiento en el músculo trapecio será el epicentro de una red de tensiones fasciales que supondrá una compensación en el músculo gastrocnemio lateral en las extremidades inferiores. Esto es porque la red de fascia opera como un solo músculo, de tal forma que lo que sucede es un extremo de la red afecta al otro extremo. Pero también lo que afecta en la fascia superficial afectará en la fascia media y profunda. La tensión en la fascia superficial se compensará con el debilitamiento en la fascia profunda, lo cual también funciona de lo macro (tejido fibroso) a lo micro (células, microbiota y moléculas).

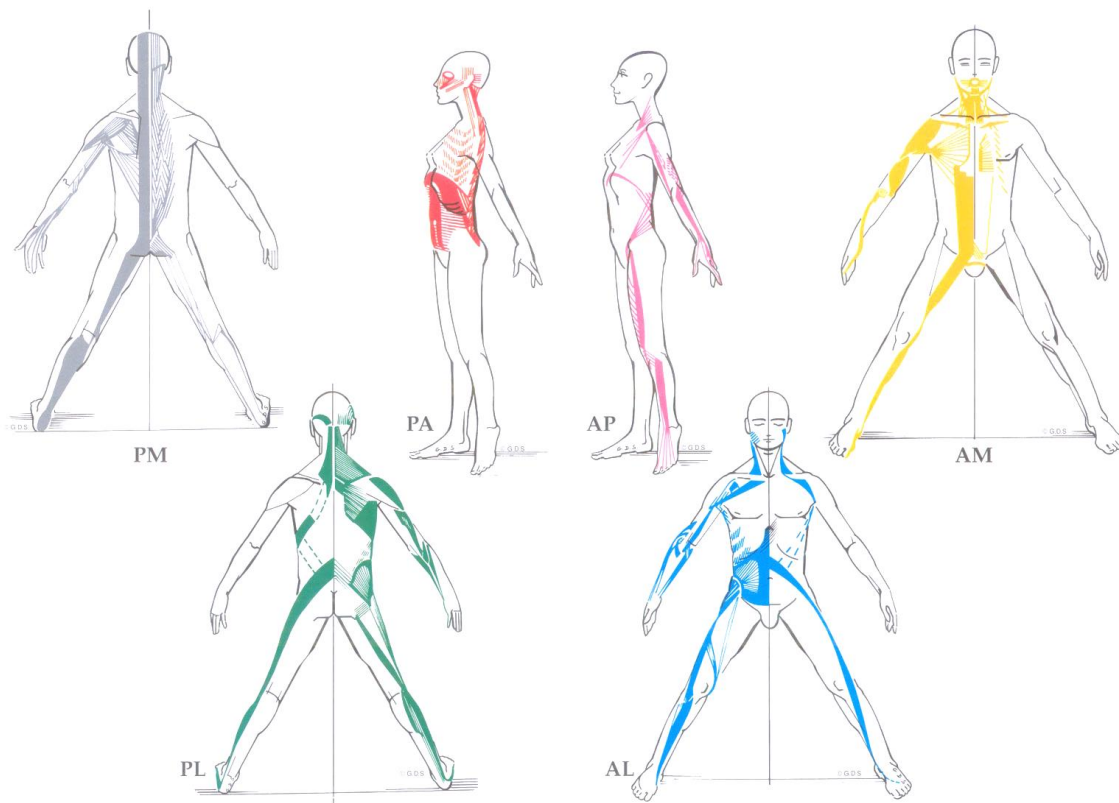
Ahora bien, esta fascia tiene un componente emocional, pues las agresiones emocionales, tanto sus excesos como sus carencias, afectan la tensegridad de la fascia. El sostenimiento de una emoción estresante (cortisol) generará desequilibrios en la fascia. La fascia refleja las emociones estresantes, esto es debido a que los cerebros (craneal y visceral), “piensan” con el cuerpo, esto es, existe una coordinación entre el cerebro, los intestinos y los músculos a través de los dermatomas y otras conexiones del cuerpo-mente. El instinto de defensa vendrá acompañado de una acción muscular de defensa, por lo que pondrá en funcionamiento a la red de fascias para llevarla a cabo. Si esta intención de defensa no se realiza, el cuerpo mantendrá la memoria de dicha defensa en forma de actitud inconsciente, quedando guardada la energía no liberada, y con esto, invirtiendo energía en una actitud bloqueada que no será expresada, y por lo tanto, no será descargada.

En este sentido es que llamamos fascia límbica a la organización de las fascias que dan forma al encarnamiento de las emociones estresantes bloqueadas, una especie de actitud corporal o predisposición muscular que da cuenta de un semblante, un patrón emocional en el cuerpo. A esta conexión entre el semblante de la fascia límbica y el estado emocional que guardan los cerebros, lo hemos denominado como psicotensegridad, y que muestra la forma en como los procesos psíquicos moldean, internamente, la organización de la fascia. En este sentido la conexión entre el carácter y la coraza se da a través de la psicotensegridad.

## Trauma, actitud emocional y cadenas musculares

Existe cierta dominancia de una cadena miofascial sobre otras en el momento de dar forma y expresión a la psicotensegridad. Varios autores han propuesto diferentes tipos de cadenas, líneas o meridianos, ya sea que los llamen musculares, miofasciales o fasciales. Una de las pioneras fue Godelieve Struyf-Denys, una fisioterapeuta y osteópata belga, quien habló de las cadenas musculares. Influenciada por Kabat, Mézières, Piret y Béziers, da forma a su teoría y método. Plantea la existencia de diez cadenas musculares, cinco en cada hemicuerpo, las cuales funcionan de forma coordinada, aunque exista dominancia de una.

La cadena dominante será la responsable de darle el semblante, la organización de la forma, el gesto y el tipo de movimiento al cuerpo. Para Struyf-Denys, la causa principal de los desequilibrios tensegríticos de la red de fascia es la psique.



Iniciales	Cadena	Actitud emocional
PM	Cadena Postero Medial	Cerebralidad
PA	Cadena Postero Anterior	Impulsividad
AP	Cadena Antero Posterior	Emotividad
AM	Cadena Antero Mediana	Afectividad
PL	Cadena Postero Lateral	Extroversión

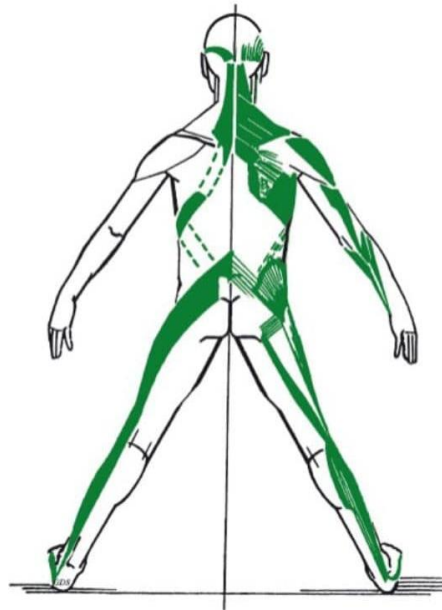
AL	Cadena Antero Lateral	Introversión

En el caso de las experiencias traumáticas, podemos observar cómo las cadenas Antero Posterior, Antero Mediana y Antero Lateral, reciben y almacenan el impacto traumático. De hecho, podemos encontrar una secuencia o coordinación entre la emotividad (AP), la afectividad (AM) y el colapso en la introversión (AL).

**Cadena anteroposterior AP):**

En la parte central del tronco muy cerca de la columna.

**ANTEROPOSTERIOR**



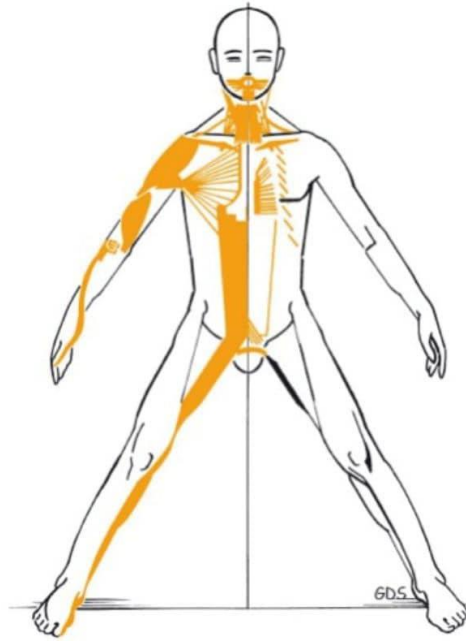
**EMOTIVIDAD**

Iniciales	Cadena	Actitud emocional	Cadenas musculares
AP	Cadena Antero Posterior	Emotividad	Mm. Paravertebrales autóctonos o profundos Mm. de la respiración Mm. esplenios de la cabeza y del cuello Mm. escalenos M. psoasilíaco  M. vasto medial M. recto femoral Extensores de los dedos del pie  M. pectoral menor M. coracobraquial Porción corta del m. bíceps braquial Porción medial del m. tríceps braquial Extensores de los dedos

**Cadena anteromediana (AM):**

Situada en la zona anterior y medial del cuerpo.

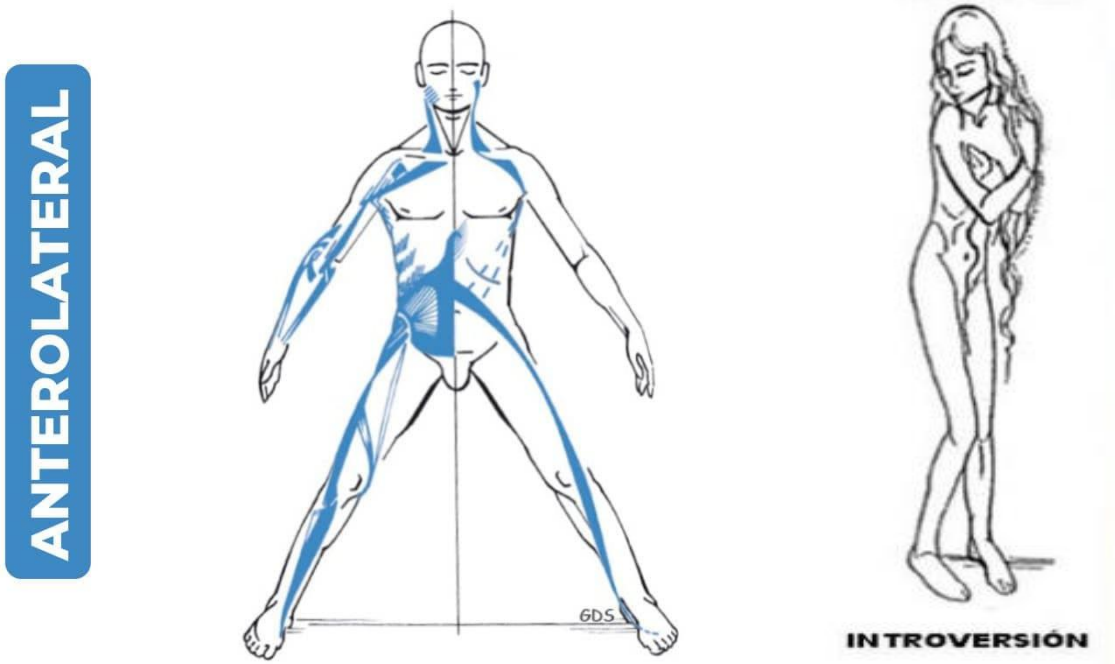
**ANTEROMEDIANA**



Iniciales	Cadena	Actitud emocional	Cadenas musculares
AM	Cadena Antero Mediana	Afectividad	Mm. del suelo pélvico M. recto del abdomen Porción inferior y media del m. pectoral mayor M. transverso del tórax Músculos intercostales (porción medial) M. subclavio M. escaleno anterior Porción esternal del m. esternocleidomastoideo M. Hioidea  M. piramidal del abdomen Mm. aductores M. grácil (recto interno) Porción medial del m. gastrocnemio M. aductor largo del dedo gordo  Porción anterior del m. deltoides M. braquial M. supinador Abductores del pulgar

### Cadena anterolateral (AL):

Ubicada en la zona anterolateral del cuerpo.



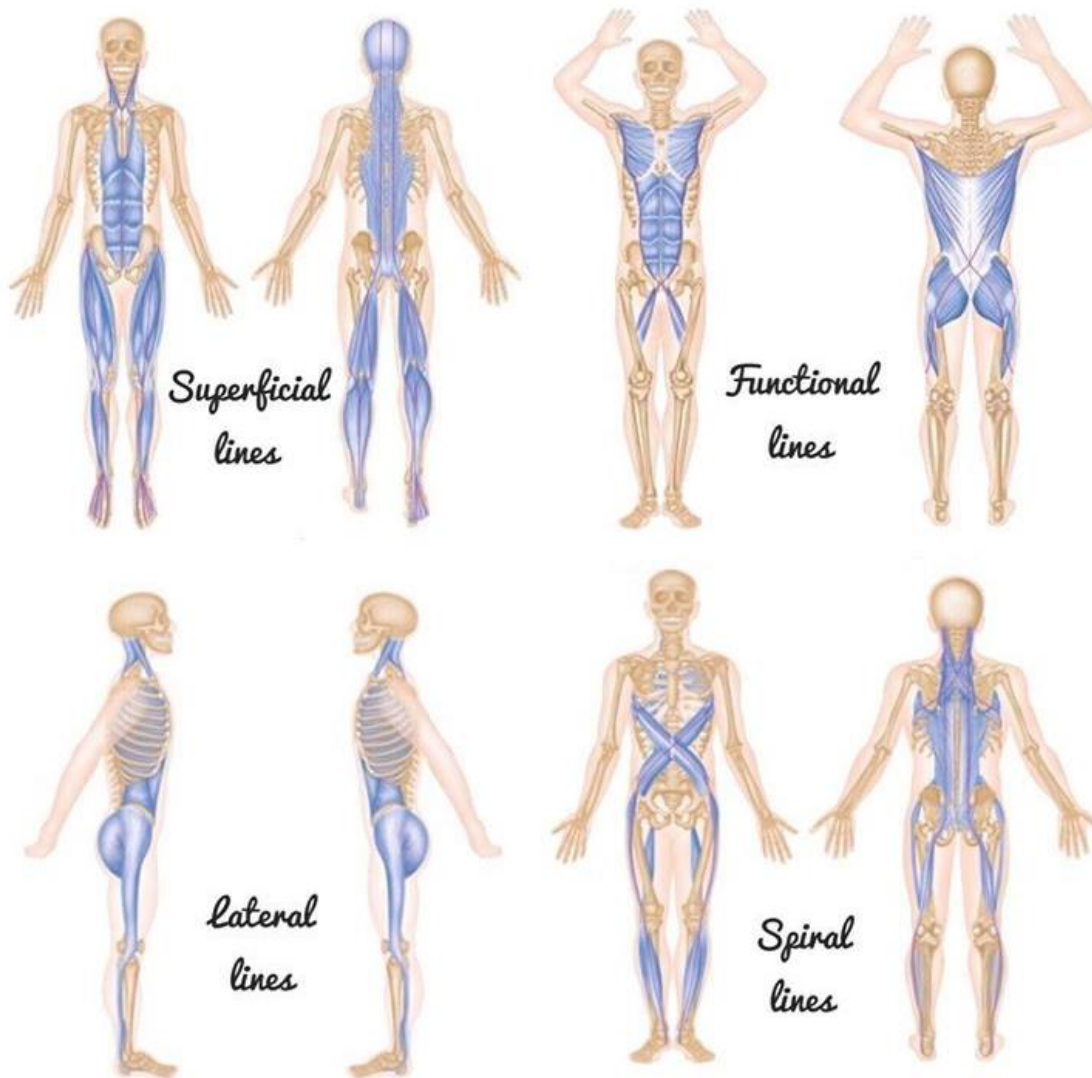
Iniciales	Cadena	Actitud emocional	Cadenas musculares
AL	Cadena Antero Lateral	Introversión	M. glúteo medio M. tensor de la fascia lata M. tibial anterior M. tibial posterior Mm. Inteóseos plantares Mm. Lumbricales  Porción clavicular de los mm. Esternocleidomastoideo, pectoral menor y deltoides M. redondo mayor M. dorsal ancho M. subescapular Porción larga del m. bíceps braquial Porción superficial del m. supinador M. braquiorradial Mm. Extensores radiales corto y largo del cuerpo M. palmar largo Musculatura tenar Mm. Lumbricales e interóseos palmares M. flexor radial del carpo

La aproximación a los tipos de fascia límbica nos permite reconocer como ciertas emociones alteran el equilibrio psicotensegrítico, lo cual también nos permite identificar la fascia límbica dominante en la organización somatoenergética del trauma. El trauma en tanto energía entrópica no liberada, se queda almacenada como una memoria en el tejido celular de las fibras de colágeno la fascia Antero Mediana, según la tipología de Struyf-Denys, o la

Cadena Fisiológica de Cierre de acuerdo a la tipología de Busquet, o la Línea Frontal Profunda en la tipología de Myers.

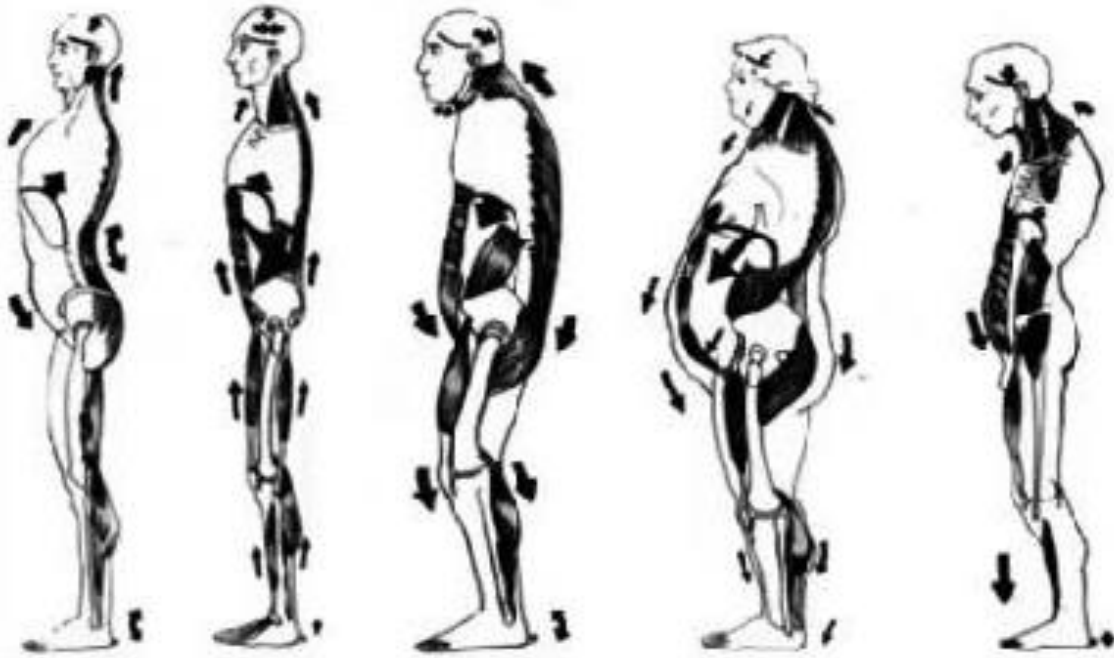
Esta Línea Frontal Profunda descrita por Myers es muy similar al Patrón de Alteración Somática Colapsado de Keleman, por lo que la línea fisiológica trazada por Myers nos permite observar el recorrido miofascial en el cuerpo traumatizado.

A continuación, podemos observar las líneas fisiológicas (Myers) superficiales, funcionales, laterales y en espiral. Estas imágenes nos permiten visualizar las rutas que siguen estas cadenas miofasciales.



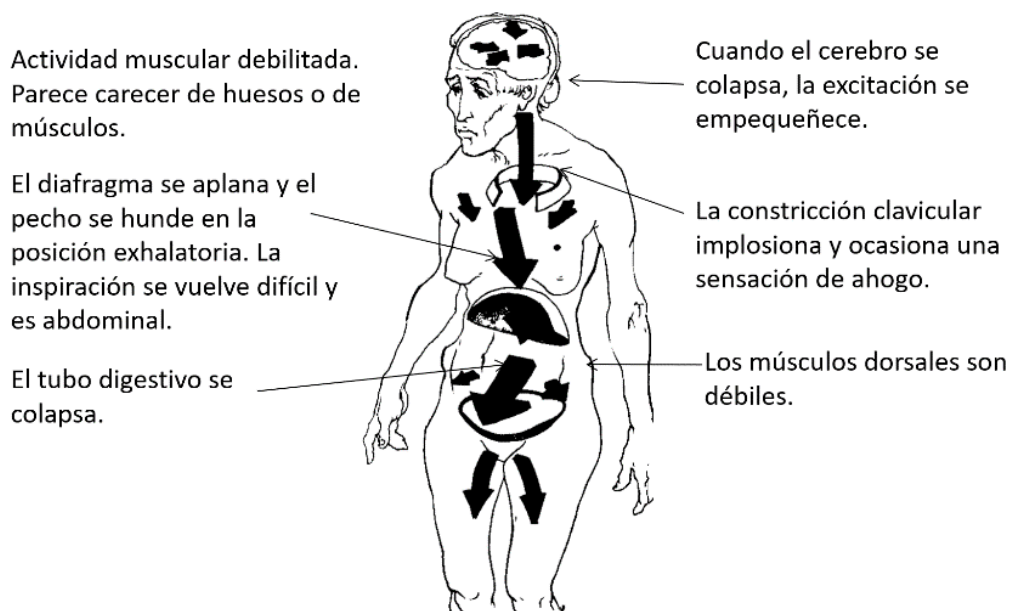
En esta otra imagen podemos apreciar el gesto que supone la alteración del equilibrio psicotensegrítico de las fascias límbicas. Se trata de una imagen comparativa de los cinco patrones de alteración somática de Keleman, sin embargo, podemos suponer el desplazamiento de la dominancia de la red fascial de acuerdo al nivel del impacto del estrés en el organismo, desplazándose de la fascia anterior superficial hasta la fascia frontal

profunda. De esta forma podemos leer esta imagen como una progresión del deterioro que experimenta el organismo a nivel de las fibras acortadas y compensadas por el estrés postraumático (reacción inflamatoria que altera la forma y la función).

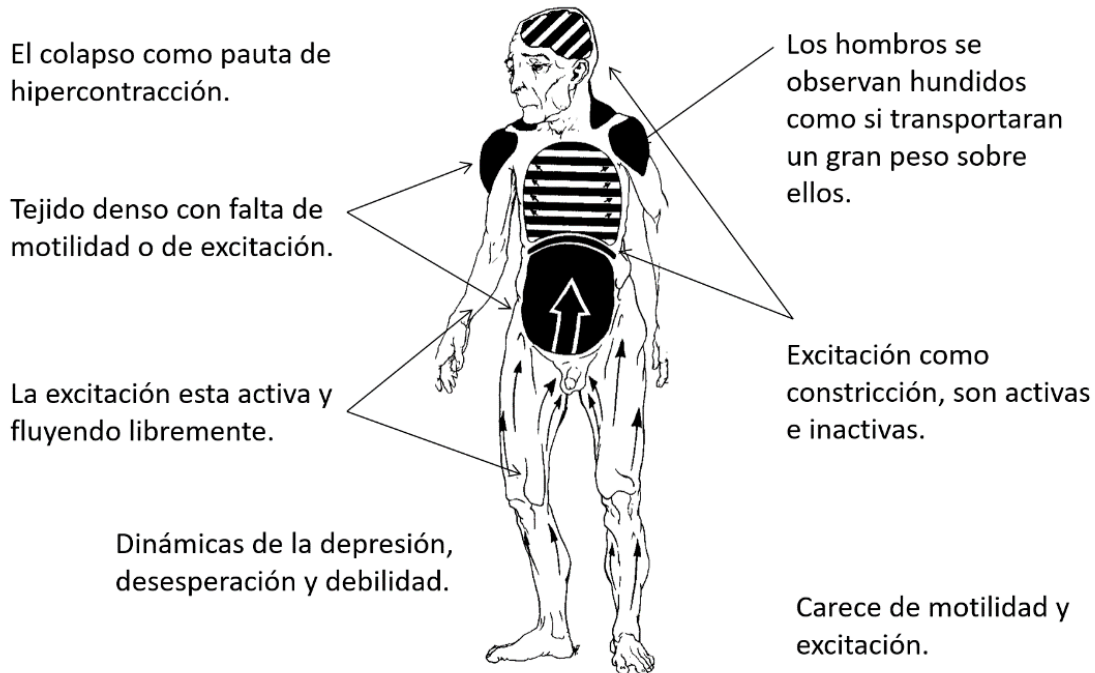


En el caso del patrón de colapso, el último de esta progresión de deterioro, podemos observar los siguientes elementos que componen el gesto congelado de la reacción traumática.

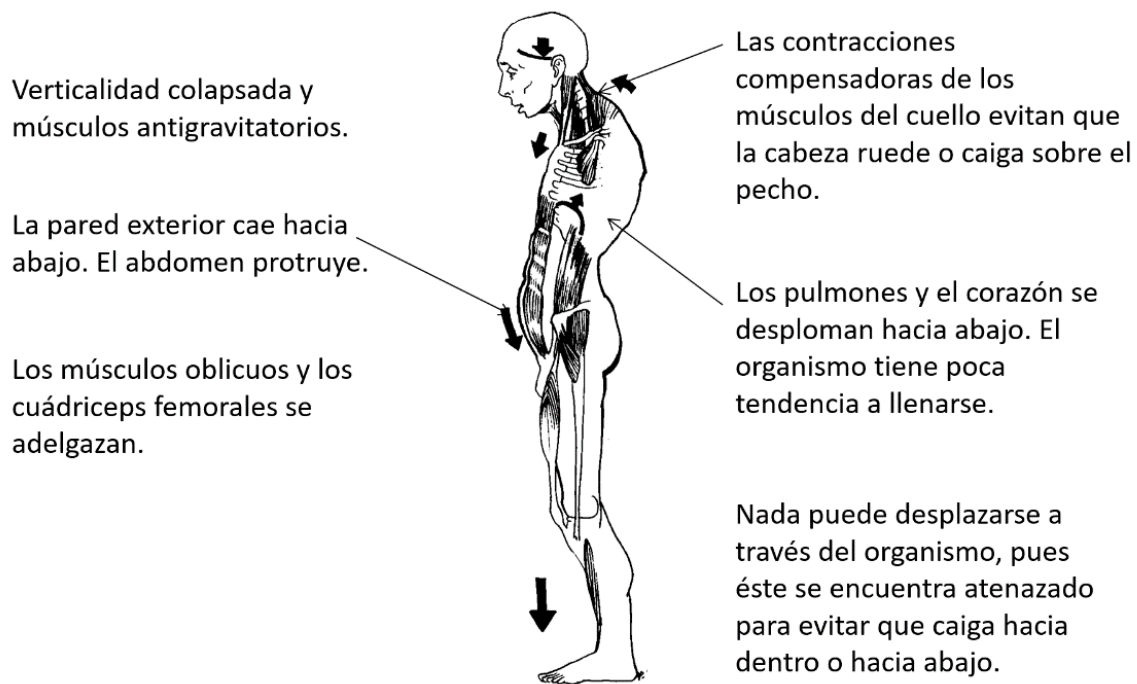
## Dirección de la fuerza



## Fuerzas excitatorias



## Postura antigraavedad



## **Trauma y terapéuticas primales**

Los primeros psicotraumatólogos fueron los chamanes y las brujas, quienes, a través del éxtasis, la danza, la música y otros recursos, elevaban el viaje extático para la recuperación del alma atrapada por un evento traumático. Ya fuera el susto, el espanto o la pérdida del alma, las brujas chamánicas desarrollaron una terapéutica que integró el cuerpo, las emociones, la energía y el espíritu.

La Liberación Somática del Trauma es una técnica que recupera muchos de los elementos utilizados por la brujería chamánica para integrarlos con la terapia transpersonal y el trabajo neoreichiano del cuerpo-mente. A través de la comprensión del congelamiento de la reacción traumática en el sistema nervioso, el nervio vago y la red de fascias, utiliza elementos como el trance, la danza extática, el movimiento, la catarsis y la acupresión, para facilitar el proceso de descongelamiento postraumático y la liberación de la memoria emocional bloqueada.

El movimiento neochamánico plantea la recuperación del saber ancestral adaptado a las circunstancias urbanas de las cosmópolis. Más allá de una tradición o un camino, el neochamanismo plantea el descubrimiento del arquetipo de la bruja chamana que todas llevamos dentro. Desde esta perspectiva no se busca sustituir al chaman, ni muchos menos desvirtuar sus conocimientos, antes bien se ve en el chamanismo una sabiduría universal disponible para aquellos que buscan la fuente infinita de sanación.

La Liberación Somática del Trauma recupera el arquetipo de la bruja chamánica que todas llevamos dentro para explorar las posibilidades de sanación que nos brinda el trance, la danza y el éxtasis. Un aspecto fundamental que vincula a este trabajo con las terapias transpersonales es el uso del trance y el éxtasis. Su utilización curativa ha sido verificada por diferentes investigaciones, incluyendo el tratamiento del cáncer y otras patologías. En el campo de la psicoterapia jungiana se le conoce como imaginación activa, y es reconocida por el hinduismo, el tantra y el taoísmo como un medio místico y terapéutico.

En este sentido la Liberación Somática del Trauma no es un masaje estático y de camilla, sino un tipo de contacto sistemático que incluye el movimiento, la danza, la música, la expresión verbal, de tal forma que se acompaña a la consultante a un viaje extático a través de la escena traumática para recuperar su alma.

La comprensión cosmogónica del trauma desde la brujería chamánica es de un gran valor práctico para la psicología transpersonal, así como para las artes curativas energéticas, ya que esta visión permite comprender los siguientes aspectos: el trauma queda guardado en el cuerpo (susto), se experimenta un nivel de disociación (pérdida del alma), se presenta un debilitamiento de la fuerza vital (fatiga y depresión), la importancia de “regresar” a lugar del evento traumático (escena), la terapéutica del viaje extático para la recuperación del alma (trance de recapitulación), la utilización del contacto sistemático para liberar las memorias corporales (acupresión, imposición de manos, estiramientos, etc.), la práctica terapéutica del susto para rehabilitar el sistema de lucha-huida, la utilización del contacto, el movimiento y la danza para inducir el trance y trabajar con las memorias traumáticas.

## **Las tecnologías del éxtasis**

La Liberación Somática del Trauma es una tecnología ancestral del éxtasis para viajar a (producir) otros mundos con eficacia simbólica, esto es, los viajes que se realizan no son meras metáforas o quimeras, sino que a través de ellas podemos constatar la fuerza de la energía psíquica sobre los procesos somáticos y neurobiológicos. El uso del éxtasis es un recurso terapéutico para tratar desequilibrios y enfermedades.

Las técnicas del trance y el éxtasis permiten acceder al campo simbólico de la consultante, un campo que es susceptible de modificarse a través del uso del viaje extático a través del movimiento, la danza y la música. En la Liberación Somática del Trauma utilizamos una técnica de contacto sistemático que se basa en el trance cinético, muy similar al utilizado por los chamanes en Australia, Japón y África. Esta técnica ha sido conocida como Seiki Jutsu, sin embargo, tiene muchas similitudes con técnicas de bioenergética neoreichiana y de los cultos dancísticos afrocaribeños. Ya sea que se denomine Seiki o Axé, este contacto sistemático facilita la inducción del trance a través de movimientos repetitivos.

La practicante de Liberación Somática del Trauma aprenderá a inducir el trance cinético como un medio para acceder a otros estados de conciencia, brincando el cerco de la realidad ordinaria hacia una realidad simbólica extraordinaria. Otros mundos, otras faunas, otras especies son reconocidas en este viaje extático, donde se trata de recuperar el alma. Y no es metáfora, pues creemos que durante un evento traumático el alma se fragmenta del cuerpo y queda atrapada en la escena traumática, de la cual hay que rescatarla, no sin previa lucha.

La danza es una técnica del éxtasis neochamánico utilizada para sanar. Es sobre todo una danza espiritual para recuperar el alma perdida. Es sabido que el movimiento es vida, y en la danza extática esto toma total sentido, pues es a través de ella que podemos recuperar la energía vital y la conciencia del Ser. La danza es un instrumento para sanar las heridas emocionales y espirituales que hemos experimentado a lo largo de la vida. Pero como hemos dicho, no se trata de cualquier danza, ni siquiera es un baile, es sobre todo un movimiento que surge desde el movimiento del campo energético interno. Decimos que la consultante tiene que aprender a “moverse con el movimiento”, con la fuente de todo movimiento.

La clave de la danza extática es moverse con el movimiento primal. No es un movimiento que proviene de la música, ni de los músculos, es un movimiento que emerge sutilmente desde el centro energético del cuerpo (Hara). Moverse con el movimiento es conectarse con la propia fuente divina de donde emana la energía vital que se derrama en el tejido celular y la conciencia. La danza extática neochamánica facilita esta conexión profunda, ya que esa energía es la que permite sanar el cuerpo-mente.

Un aspecto fundamental del trance y la danza en la Liberación Somática del Trauma consiste en la transmisión de la energía. En diferentes tradiciones espirituales esta transmisión de la energía se lleva a cabo a través de gestos, rituales y objetos, por ejemplo, el bastón, la imposición de manos o ritos de iniciación. En la Liberación Somática del Trauma, la transmisión del Seiki o Axé se lleva a cabo a través del movimiento de trance, la danza extática y la imposición de manos dinámica. Esta transmisión es una experiencia espiritual que se lleva a cabo en el cuerpo y sus cuerpos, normalmente producto de un proceso de

ablandamiento y desbloqueo de la columna vertebral, camino por donde corre la energía vital sanadora.

### **La lucha por la recuperación del alma**

En nuestra experiencia y observaciones con respecto a las memorias traumáticas, hemos constatado la importancia del trabajo sobre la columna vertebral, ya que en ella se encuentran incrustadas las memorias traumáticas, alterando de forma sutil o significativa su estructura y funcionalidad. Muchas de las molestias, desviaciones y dolor que se presentan en la columna tienen su origen en experiencias emocionalmente traumáticas, las cuales pueden ser tratadas a través de la técnica de contacto sistemático de Liberación Somática del Trauma.

El contacto sistemático energético trabaja movilizándolo de forma suave la columna vertebral, para lo cual utiliza el movimiento, el contacto y las presiones, logrando inducir un estado de trance. Este estado alterado de conciencia permite a la consultante experimentar la unidad con la totalidad, pero también liberar emociones contenidas en el cuerpo. El aspecto espiritual de este contacto manual consiste en experimentar reacciones vegetativas en el cuerpo a través del trance, lo cual se vive como un baño sanador del Espíritu.

La energía Seiki es una cualidad energética fuerte y manifiesta, de un cariz dionisiaco, donde la danza y el éxtasis llegan al borde de la locura divina y la borrachera espiritual. Al final de esta experiencia es posible acceder a la ataraxia, a una paz y tranquilidad interna donde la sutileza del movimiento mece el cuerpo espiritual de la consultante.

La utilización del contacto sistemático energético es un procedimiento que utilizamos para realizar el viaje de recuperación del alma volviendo a la escena traumática. En una danza entre la acompañante y la consultante, se va induciendo el trance a través del movimiento, los toques y la música. La utilización de tambores rituales de mano o las percusiones del Yembe acompañan el proceso de inducción al trance. Poco a poco se va generando una atmósfera propicia para realizar el viaje chamánico hacia las profundidades del inconsciente y hacia las memorias traumáticas congeladas en el cuerpo.

El procedimiento consiste en inducir el trance cinético mientras la consultante empieza a recordar la escena traumática, sin embargo, este recuerdo tiene que ser una producción de la imaginación donde visualice un viaje donde la consultante va a luchar por recuperar su alma. La consultante tendrá que visualizar y personalizar los miedos con los cuales se va a enfrentar, ya sean recuerdo de emociones, personas, acciones o palabras. Durante el trance la acompañante aplicará la técnica del susto para poder exorcizar los demonios que habitan su sombra.

Durante el viaje del contacto energético para la recuperación postraumática del alma, la consultante va conectando el movimiento de su cuerpo con el viaje hacia la escena traumática, dicha conexión es fundamental en el proceso de liberación emocional, ya que dicho movimiento posibilita la rehabilitación del sistema neurobiológico de lucha-huida, y con eso el descongelamiento de la memoria traumática en el cuerpo-mente. La acompañante está presente para poder contener a la consultante, sin embargo, también ella es partícipe del viaje, si no es que una viajera acompañante.

La recuperación del alma en el viaje extático, aparte de luchar contra los propios miedos, supone la adquisición de poder, esto es, la recuperación del poder perdido debido al atrapamiento del alma en la escena traumática. Se trata de un rescate del alma, un viaje donde el héroe tiene que luchar con sus propios demonios para recuperar su integridad energética. Dicho rescate permite experimentar la unificación del cuerpo-mente.

### **Un viaje a las memorias traumáticas del alma**

Los seres humanos nacemos con un campo energético protector que conforma nuestra integridad energética. Este campo se va quebrando, deformando y debilitando debido a las agresiones del medio familiar y social. Un evento traumático puede quebrar ese campo energético llevando consigo el colapso y la pérdida del alma. Por eso se tiene que hacer dos cosas para recuperar la integridad energética: reconstruir el campo energético de defensa y realizar el viaje para recuperar el alma.

En la Liberación Somática del Trauma trabajamos con una serie de ejercicios que ayudan a limpiar, reconstruir y fortalecer el campo energético de defensa, así como la técnica del contacto sistemático energético para recuperar el alma.

Cuando la consultante logra viajar hasta la memoria traumática y luchar contra sus propios fantasmas y demonios, puede iniciar un trabajo de recuperación del alma. Sin embargo, es poco plausible recuperar el alma sin haber enfrentado sus miedos. Así que es un doble trabajo; la lucha contra los propios demonios y la recuperación del alma. Esta lucha se desarrolla como la exposición a aquellos recuerdos suprimidos debido a su inherente amenaza e incomodidad. Enfrentarse a esos recuerdos, ya no desde el miedo sino desde el coraje, pero también desde la compasión y el amor, forman parte del ritual de paso para la sanación emocional y espiritual.

La recuperación del alma se asemeja al caballero que tiene que enfrentar al dragón para poder rescatar a la princesa. El dragón representa nuestros demonios, fantasmas y miedos, mientras que la doncella representa nuestra alma en cautiverio. El caballero tiene que armarse de una armadura, caballo, espada y escudo, que representan las defensas, la voluntad, la inteligencia y las emociones. Rescatar a la doncella significa recuperar el alma, y con ello el poder y la fuerza espiritual.

Para la perspectiva neochamánica el trauma no es una tragedia ni tampoco un destino, sino solo un puerto por el cual todos tenemos que pasar, una morada del alma, como diría Santa Teresa, un pasaje simbólico que echa a andar la maquinaria del viaje del héroe o la heroína. No hay lucha espiritual sin memoria traumática, pues ella se asienta en la sombra alimentándola con nuestras neurosis.

Las santas, iluminados y místicos han tenido que afrontar la lucha espiritual de su sombra, lugar donde habitan los duelos y traumas, odisea que hay que emprender para recuperar nuestra alma, si es que alguna vez la tuvimos, o para crearla en nuestro proceso de individuación.

Mientras que para la mirada psiquiátrica el trauma es un trastorno mental, para la antropología y cosmología neochamánica, el trauma es fuente de transformación para adquirir los poderes que forjaran al futuro sanador.

En el contexto de la Liberación Somática del Trauma asumimos esta perspectiva neochamánica del trauma, un pasaje iniciático de transformación del Ego hacia el Ser, un viaje hacia la sombra para recuperar el alma, morir en el Ego y renacer en el Espíritu. La sanación del trauma es un viaje espiritual que permite trascender el sufrimiento, aunque la vía de esa trascendencia suponga sumergirnos en la inmanencia corporal del dolor, y es aquí donde la fuerza del amor del corazón puede transformar con su fuego el dolor en gozo.

### **El trauma como parásito espiritual**

Enfermarse del susto es la forma como en las comunidades tradicionales le llaman al efecto de haber sobrevivido a una experiencia traumática. El susto no es una entidad médica, sino una cosmología donde el animismo y el pensamiento mágico fungen un papel hermenéutico. En la cosmovisión neochamanica el susto es una energía perversa que entra en el campo energético de la persona, una especie de posesión espiritual donde la persona pierde la energía y la voluntad. El susto se instala en el campo energético de la persona como un parásito oportunista que se aprovecha de la vulnerabilidad energética de la víctima para entrar y secuestrar su alma.

El susto puede alojarse en el campo energético, pero también puede entrar al cuerpo, generando daño energético y celular, pero fundamentalmente espiritual. La naturaleza del susto es una energía inteligente que posee parcialmente a su víctima, y la cual hay que desalojar a través de diferentes medios, como la succión, el golpeteo, las yerbas, la inhalación de incienso, la limpia de huevo, el ritual, la sobada, etc.

En la cosmología neochamánica existen por lo menos tres mundos: el cielo, la tierra y el inframundo. Cada mundo se encuentra habitado por seres espirituales y energéticos, algunos de ellos por su naturaleza son dañinos para los seres humanos. Así como en nuestro mundo existen escorpiones que pican, de igual forma en los mundos espirituales existen animales energéticos que pican, muerden, y en todo caso se alojan en forma de parásitos.

En nuestro mundo abundan estos parásitos, existiendo lugares infestados de parásitos energéticos que se alimentan de la energía de las personas hasta debilitarlos y enfermarlos. Muchos de estos parásitos se encuentran en la parte externa de nuestro campo energético. Sin embargo, debido a que nuestro campo pudo haber sido dañado, estos parásitos pueden entrar y alojarse tanto en el campo como en el cuerpo. Una experiencia traumática representa una oportunidad de alojamiento para estos parásitos, los cuales se alimentan de las memorias traumáticas.

La fauna energética que existe a nuestro alrededor es inmensa, pero la mayoría de las veces inocua para un campo energético inmunológico fortalecido. Sin embargo, el problema se encuentra cuando nuestro campo energético inmunológico se debilita, es entonces cuando estas faunas energéticas aprovechan para alojarse y alimentarse parasitariamente de la

energía de las personas. El alcoholismo, las drogas, la violencia, las emociones reprimidas y los traumas, son debilitadores del campo energético inmunológico de defensa.

### **La magia sanadora de la fe y el amor**

El chamán, la bruja o la curandera son personas de visión que conocen estas faunas, y que logran identificar estos parásitos, así como los motivos energéticos del debilitamiento. Mucho de su arte sanador se basa en el manejo de las energías para desalojar estas faunas; a esto le llamamos magia. La magia es el poder de la bruja chamana que tiene para invocar fuerzas espirituales que ayudan a limpiar el campo energético, desalojar las faunas y fortalecer las defensas.

La fe y el amor son recursos y actitudes fundamentales para llevar a cabo la limpieza, el desalojo y el fortalecimiento, puesto que el trabajo de la magia sanadora no solo consiste en aplicar procedimientos externos, necesita de la cooperación de la persona afectada a través de la fe y el amor. El proceso de limpieza energética se realiza a través de una sinergia entre la magia de la bruja chamana y la emergencia de la fe-amor de la consultante.

La magia de la bruja chamánica no es un acto unidireccional, es más bien la convergencia de voluntades e intenciones donde cada parte se hace responsable de su lugar en la naturaleza. En la Liberación Somática del Trauma, la acompañante ofrece su magia para ponerla al servicio del equilibrio de la naturaleza, mientras que la consultante ofrece su fe y amor para obrar la magia en ella. Se trata de una magia relacional, la creación de una fuerza sinérgica entre la oficiante y la consultante en conexión con las fuerzas espirituales de la naturaleza para recuperar el equilibrio, en este caso, devolverle la integridad energética a la consultante.

La magia de la Liberación Somática del Trauma consiste en conocer la fuente de la energía y sintonizarse con su movimiento: el movimiento que mueve. Esta es la magia, ayudar a que las personas se conecten dejándose “mover por el movimiento”. El principio es muy sencillo, y sin embargo de gran profundidad en cuanto a la experiencia que suscita.

El contacto energético de la Liberación Somática del Trauma es un medio que permite limpiar, desalojar y fortalecer, pero también es un medio para conectarse con la divinidad a través de la fe y el amor infinitos que emana de lo profundo del centro del cuerpo: el corazón.

La limpieza espiritual en la magia de la brujería neochamánica consiste llevar a cabo rituales de purificación del cuerpo, la mente, las emociones y el espíritu. En este caso el ayuno, la restricción de alimentos, los rituales de purificación con agua, fuego, vapor, la utilización de yerbas, aromaterapia, respiraciones, movimientos energéticos, danza, música, visualizaciones, meditaciones, ofrendas, servicios, etc. Todo esto en función de la intención de llevar a cabo la purificación, por supuesto que destaca la meditación y la oración en trance como el medio fundamental de limpieza.

Cuando se trabaja con una consultante con daño debido al alojamiento del susto postraumático, es indispensable enseñar el proceso de autoinducción del trance cinético, enseñando la técnica básica para aprender a moverse con el movimiento. Esta técnica tiene varios beneficios:

- Entrena a la consultante a entrar en trance.
- Facilita la disolución del Ego.
- Ayuda a drenar la fatiga energética.
- Posibilita la conexión con la divinidad.
- Favorece un estado de paz y tranquilidad.
- Moviliza la columna vertebral.
- Libera la tensión muscular del cuerpo.

El trance cinético puede integrarse como una disciplina cotidiana donde se fusionan el trabajo físico, emocional y espiritual.

### **La mística inmanente del cuerpo**

Desde esta perspectiva neochamánica el tratamiento del trauma lleva a la consultante a un proceso de transformación espiritual. En este punto es importante reconocer nuestra humilde vulnerabilidad frente a los indómitos misterios de la vida. Toda seguridad del Ego puede verse inmediatamente alterada por un evento traumático. Estas alteraciones remueven las certezas, dejando a la persona en la incertidumbre y la impotencia. La posibilidad de superar esta ruptura humana puede sumergir a la persona en la impotencia y el sinsentido. Mirar hacia una experiencia mayor que arropa y sostiene, que alimenta y protege como una madre cósmica, apunta hacia una experiencia mística de fe que nace desde la desesperanza.

La búsqueda de la trascendencia a través de la Liberación Somática del Trauma se da en la inmanencia del cuerpo, de los tejidos, de las emociones profundas, de la red de fascias, del tejido conjuntivo, de la motilidad, de la pulsación, de la vida que anima el cuerpo. El cuerpo no es un cuerpo sin más, no es el cuerpo médico de la disección, tampoco el cuerpo material del deporte, se trata de un cuerpo místico en su inmanente materialidad. Paradójicamente el espíritu se moviliza con las emociones profundas del cuerpo para emerger como un campo energético amoroso que todo lo envuelve.

La espiritualidad que surge de la Liberación Somática del Trauma es el de la Naturaleza, la Vida y el Cosmos. El trauma viene a alterar la relación del ser humano con su propia naturaleza. Un principio espiritual neochamánico consiste en afirmar que somos naturaleza. El trauma originario es la ruptura entre el ser humano y la naturaleza, lo que genera una ruptura en la relación mística con su entorno y consigo misma. Esta ruptura nos envía al ostracismo de la desorientación espiritual, invirtiendo nuestra energía erótica hacia los apegos y deseos del Ego, distorsionando todo lo que abstrae por el hecho mismo de arrancarlo de la naturaleza.

La espiritualidad neochamánica busca sanar ese trauma originario, recuperando la conexión de nuestra primera naturaleza: nuestro ser mamífero. Al momento de colocar al ser humano en la cúspide de la evolución, se le separa de las demás criaturas, desnaturalizándolo. Esta desnaturalización proviene del paradigma dualista que ha permeado y dominado nuestra civilización desde hace por lo menos dos mil años. La idea de que los humanos no somos

naturaleza ha estado en la base de la explotación de la creación, una forme de suicidio a largo plazo.

La espiritualidad neochamánica que fundamenta a la Liberación Somática del Trauma también es una mística. Y aunque no necesariamente van juntas, la espiritualidad es la vía de acceso a la mística. Para entender la espiritualidad habría que suponer la existencia del Espíritu, por lo que la espiritualidad es la experiencia primigenia de unidad (espiritualidad) con la Totalidad (Espíritu). El Espíritu se mueve animando la materia, lo vivo y lo viviente, dando forma a una realidad a través de la energía vital. Esta energía vital se expresa como mareas o flujos vitales, llevando a cabo transacciones y transmutaciones en la materia a nivel cuántico. Los movimientos cuánticos de la materia son movimientos espirituales. La materia se encuentra impregnada de Espíritu.

### **Los flujos de vida**

La fuente de estos flujos se encuentra en la Totalidad del cosmos, por eso la fuente de todo es cósmica. Son flujos continuos de vida que provienen del cosmos y que lo penetran todo para dar forma a la realidad en tanto materia. En este sentido el Espíritu que todo lo penetra y anima es omnipresente, es un pan-en-teísmo: Todo en el Espíritu. El hecho de que todo lo impregne convierte a todo lo creado como algo sagrado, pues en la materia se encuentra el Espíritu, pues sin el Espíritu simplemente no existiría. De esta forma todo lo existente sólo existe en el Espíritu, dándole forma de realidad material. A todo lo creado en tanto existencia material es la Naturaleza, y la Naturaleza está impregnada de los flujos del Espíritu, animándola en su existencia material, ya en lo existente (cosas), vivo (plantas) como en lo viviente (conciencia de vida).

El Espíritu fluye como olas y mareas en la realidad material, sustentando la realidad como un orden implicado a nivel cuántico. El Espíritu se mueve en ciclos de nacimiento, muerte y renacimiento, entrando y saliendo de la materia, y volviendo a formar. El Espíritu es como una diosa que teje la realidad y la deshace para volverla a hacer. El universo en un entramado, la realidad es esa urdimbre que sustenta y da forma a la realidad. Todo es una manifestación del Espíritu.

La mayoría de los vivientes en tanto conciencia de lo vivo o de la vida, nos encontramos atrapados en la fenomenología de las apariencias, de las manifestaciones de materia, dando por hecho su mensurable existencia en tanto realidad que puede ser sentida y tocada. Sin embargo, existen otras almas que han logrado sumergirse en las profundidades de la materia, atravesando los niveles atómicos para llegar al campo cuántico donde es posible ver la estructura de la materia, la espiritualidad del orden implicado que sustenta la realidad. Esta es otra realidad, la Otredad en tanto misterio, y por eso es el espacio de la mística.

El misterio de la mística es ver y experimentar ese otro orden espiritual que sustenta la realidad. La contemplación de ese misterio nos solo nos lleva a la conciencia de que hay algo más que yo mismo, una superinteligencia que sustenta y sostiene lo creado, sino que también empieza a haber conciencia de unidad, y con esto puede surgir el deseo de unión. Esta unión sería una unión mística, donde se disuelve el dualismo del Ego para dar lugar a la emergencia del Ser.

Esta unión es una experiencia que no puede conceptualizarse, no existe palabra que puede nombrar o fijar el sentido de la experiencia. Siempre la experiencia desbordará las simplificaciones de las palabras. La mística es una experiencia apofática de unión mística con el Espíritu. La Otredad del Espíritu no se puede conocer por el intelecto, más bien hay que despojarse de todo conocimiento para poder entrar a la experiencia sintiente del Espíritu. La ignorancia es el mejor estado para experimentar el amor infinito del Espíritu. Solo renunciando al conocimiento, asumiendo el mismo desconocimiento del Ego es posible disolverlo para entrar en comunión con la Naturaleza de todo lo creado.

### **El Espíritu emerge desde la materia**

La mística en su desconocimiento, es profundamente sintiente, pues sólo en la materialidad sintiente del cuerpo es posible experimentar la infusión mística del Espíritu. El cuerpo es el lugar por excelencia de la experiencia mística, por lo que nuestro cuerpo en tanto materialidad espiritual es el mejor vehículo para sentir el amor abrazador y sustentador del Espíritu. El arquetipo de la diosa es muy fuerte en este sentido, pues es ella la que alimenta, abraza y sustenta amorosamente a sus hijos e hijas. Nuestro cuerpo es la condición material primera para poder cultivar una espiritualidad y experimentar la fusión sintiente con nuestra Madre.

La espiritualidad neochamánica no es una espiritualidad de la trascendencia, del más allá, de arriba, lo alto y lo sublime, sino una espiritualidad inmanente, de lo bajo y lo profundo de la materia. Es en el cuerpo, en su tejido celular donde se encuentra el orden espiritual implicado en la manifestación de la realidad corporal. Esta espiritualidad de la inmanencia nos permite ubicar al cuerpo como templo o la catedral, y el corazón como el santuario o el altar. El tejido celular representa las rutas subterráneas del Hara donde se gesta la vida.

En este sentido la espiritualidad del cuerpo se arraiga en los más profundo de la célula y su matriz extracelular, pues es en ellas donde se acumula el flujo vital para pulsionar y crear la materia viviente. La infusión de los flujos vitales en la célula y su matriz extracelular se expresa a través del movimiento, un movimiento expansivo y un movimiento contractivo que establecen una danza sinérgica en un continuum denominado pulsación. Esta pulsación del Espíritu sobre la célula y su matriz lo dirige hacia otros objetos, especialmente hacia aquellos que brindan nutrición, en primer lugar, y placer. Nutrición y placer son dos fines de la materia viviente, de tal forma que el tejido celular en toda su complejidad tendrá como fines básicos la nutrición, el placer, y por supuesto, la reproducción.

La vida del espíritu es fundamentalmente material, y no puede ser de otra forma, pues sin alimento, placer y reproducción el alma no tiene elementos para evolucionar. La pulsación hacia la nutrición espiritual, el placer espiritual y la reproducción espiritual, son fines básicos de una espiritualidad inmanente, en consonancia con la propia naturaleza espiritual de la materia viva.

El flujo del movimiento de expansión-contracción de la célula va formando patrones profundamente arraigados que se expresan en la complejidad de la red celular del organismo humano. El movimiento del cuerpo humano permite conectarse con esas necesidades espirituales de la materia: movernos hacia la nutrición, el placer y la reproducción. Comer,

amar y conectarnos sexualmente son principios espirituales del cuerpo humano, sin ellos la espiritualidad tiene el peligro de ser una quimera o una mera abstracción infértil.

En la espiritualidad neochamánica el movimiento del cuerpo es fundamental, y no cualquier movimiento, sino aquel “movimiento que mueve”. Se trata de experimentar en el propio cuerpo, en las células, en la matriz extracelular, ese movimiento primal que ya está ahí, y del cual no somos conscientes. “Movernos con el movimiento” es la premisa fundamental del cuerpo místico, pues al movernos con el movimiento, soltándonos a la experiencia de ser movidos nos conecta con los flujos espirituales inmanentes del propio cuerpo. Este moverse con el movimiento facilita una experiencia de trance que altera el estado de conciencia ordinario, sumergiendo a la ejercitante en una experiencia de profunda paz emocional y conexión espiritual.

### **El éxtasis del Ego**

La espiritualidad del cuerpo que se mueve con el movimiento primal lleva a la ejercitante a un estado de ensoñación, a través del cual puede saltar la cerca de este mundo para vislumbrar otras realidades, los mundos espirituales. Se trata de un viaje místico que saca a la ejercitante de su mundo para entrar en contacto con el orden espiritual implicado. Este salirse del Ego es el éxtasis, una experiencia de abandono total donde el alma puede llevar a cabo esa conexión extática con la Totalidad.

Esta salida del Ego es a su vez una breve disolución del mismo, una forma de traspasar y trascender las defensas, el carácter y la coraza biológica del cuerpo. El Ego que todo lo impregna para manipularlo y explotarlos, puede ser alterado por esta experiencia inmanente en lo profundo del cuerpo, en un más acá de las células y su matriz, donde reside el Espíritu cuántico que hacer que la realidad sea realidad.

Este salir del Ego es un requisito fundamental para alcanzar una experiencia mística, ya no de unidad primigenia, sino de unión o fusión del alma con el Espíritu. Esta fusión se realiza dentro del cuerpo, pero fuera del Ego. De tal forma que el éxtasis no es un desprendimiento del alma o abandono del cuerpo, aunque así se manifieste fenomenológicamente, pues un cuerpo desalmado sería un cuerpo vegetativo. Lo que si se vive es un éxtasis fuera del Ego pero dentro del cuerpo espiritual, que a partir de la fusión del alma con el Espíritu se transforma en un cuerpo místico, y a esto le llamamos el “Alter Soma”. Un cuerpo Otro, un cuerpo más allá del Ego, fuera del Ego, un cuerpo vacío del Ego, pero pleno de Espíritu.

### **La enfermedad como rotura del alma-cuerpo**

En la Liberación Somática del Trauma es posible acceder a las heridas inconscientes más profundas, aquellas que se encuentran registradas en el tejido que conecta al cuerpo con el alma. Se tratan de memorias arcaicas que provienen de lo más profundo del Ser y se remontan a nuestros linajes y a otras vidas. El estado de conciencia ordinario ignora estas memorias, pues el Yo profundo se encuentra alienado por el Ego, una formación secundaria que se caracteriza por el olvido de lo que olvidamos, una especie de ignorancia metafísica que padecemos, y que es el origen de nuestros sufrimientos.

La inducción del trance en la Liberación Somática del Trauma es fundamental, pues es a través de este estado expandido de conciencia donde el Ego se disuelve para ingresar a las profundidades del cuerpo espiritual donde yacen las memorias encriptadas de nuestras heridas. Entendemos una herida del alma como aquella separación o rotura entre la conexión del cuerpo con el alma. Por mucho tiempo se ha creído que el cuerpo es la cárcel del alma, y esto no es así, al contrario, en esta dimensión la conexión del cuerpo con el alma supone un estado de plenitud. El cuerpo es el asiento del alma. El problema es la mente, la mente rompe esa unidad profunda del Ser. La mente es la verdadera cárcel del alma.

La expansión de la conciencia supone sanar esa profunda rotura entre el cuerpo y el alma, trascendiendo la mente para disolver el Ego y poder tocar la dislocación del Ser. El trabajo con la Liberación Somática del Trauma consiste en brindarle a la consultante un mapa del éxtasis y un acompañamiento para tocar sus heridas más allá del miedo. Este acompañamiento ayuda a las consultantes a liberar esas heridas para poderlas sanar, zurciendo los pliegues del alma con los pliegues del cuerpo.

El trance que se experimenta en la Liberación Somática del Trauma es del orden espiritual, pues a través del movimiento-quietud se realizan una serie de contactos que favorecen la emergencia amorosa del Espíritu en la encarnación. Más que un trance hipnótico, es muy similar a los efectos enteógenos de las medicinas sagradas, ya que aún sin su consumo es posible liberar las moléculas divinas endógenas que residen en el interior de nuestras glándulas.

En este sentido la Liberación Somática del Trauma facilita un viaje que puede despertar el tercer ojo o el séptimo chakra, ya que a través de ellos que es posible tocar los pliegues espirituales de la encarnación del alma, donde residen los registros de las heridas. Este despertar espiritual a través del trance y el contacto corporal son los medios que permiten descender y explorar las regiones más arcaicas de los seres humanos.

El trance se presenta como una epifanía, y encuentro trascendental en la inmanencia de la glándula pineal, el laboratorio de la conciencia espiritual que experimenta la unión con la Totalidad. Este trance, de acuerdo a mi propia experiencia, es una especie de transferencia de información de los campos energéticos entre la practicante y la consultante. Es fundamental que la practicante de la Liberación Somática del Trauma allá experimentado esta expansión de la conciencia, ya que ello proporciona el mapa del éxtasis por donde aprenderá a guiar a sus consultantes.

### **El inicio del trabajo tránico**

El trabajo tránico sobre la columna vertebral facilitará los procesos de abandono y caída durante el trance visceral profundo. Todo lo que en algún momento fue el intestino primitivo, origen de los conductos, tubos y bolsas viscerales, se encuentran conectadas con los nervios espinales, de tal forma que el trabajo tránico sobre la columna prepara al trabajo sobre las vísceras desde la parte frontal del cuerpo.

La columna vertebral va recibiendo las heridas viscerales, generando con esto una compresión de los nervios, las vértebras, así como las fascias y músculos que nacen y se

insertan a lo largo de la columna. El trabajo de ablandamiento a través de los movimientos espirálicos de la columna va favoreciendo el proceso de abandono a la experiencia energética del alma.

La tarea fundamental del trabajo sobre la columna vertebral consiste en aprender a soltar, a dejarse caer, a abandonarse a la experiencia. Este dejarse caer supone un gran acto de fe y confianza. De hecho, a mayor confianza de la columna para dejarse caer, mayor es la fe de la persona para fluir en el amor, y con ello conectarse extáticamente con la Totalidad divina.

De esta forma, la primera tarea del trabajo trácico sobre la columna es aprender a soltar y abandonarse a la experiencia. La predisposición actitudinal de la practicante es fundamental para favorecer este abandono. Entre más suelta y equilibrada se encuentre la practicante, mayor será la disposición de la consultante para abandonarse a la experiencia. En este sentido el trabajo trácico tiene mucho de fe vincular, de sanar el apego a través de la disposición amorosa y compasiva de la practicante.

En el contexto del trabajo trácico sobre la columna vertebral cobrará un lugar importantísimo el abrazo amoroso y contenedor de la practicante, pues en ese proceso inmediatamente asume la función simbólica de la madre-padre amorosa que logra sostener y contener a través del contacto. Este abrazo se realiza desde la espalda, primero colocando una mano sobre la frente y la otra sobre la parte del pecho (superior y/o media del esternón).

En un segundo momento se traslada la mano que estaba en la frente hacia el pecho, y la mano del pecho hacia el abdomen, y finalmente se deja la mano en el abdomen y la mano del pecho se traslada a la garganta. Estos movimientos alternados de las manos permiten realizar un trabajo sobre esos cuatro centros energéticos o chakras: tercer ojo, corazón, plexo solar y garganta. En todo caso el contacto puede facilitar el abandono a las respuestas energéticas vegetativas y con esto la conexión y expresión de las emociones que yacen en esas zonas.

El abrazo se realiza a través de un movimiento espirálico acompasado entre el pecho y abdomen de la practicante con la espalda de la consultante. Este movimiento trácico va conectando a la consultante con memorias arcaicas en todo su cuerpo, lo serpentino del movimiento facilita la movilización de la energía y con ello la movilización de las memorias de todo el sistema digestivo, favoreciendo el trazo visceral y emocional. Es en este momento donde el cuerpo entra en un trance muy profundo facilitado por la liberación de ciertos neurotransmisores y neuromoduladores que favorecen la ensoñación del cuerpo, una especie de sueño lúcido del cuerpo.

### **El trance visceral**

Durante el trance de la ensoñación corporal se abre un espacio cuántico que altera el espacio-tiempo de la conciencia de vigilia, generando una expansión del espacio y una detención del tiempo ordinario. En ese momento se despiertan los interoceptores del cuerpo, esto es, se abren los sentidos viscerales, literalmente podemos ver, sentir, tocar, oler y saborear las sensaciones viscerales internas.

La ensoñación corporal supone un viaje a través de nuestro tracto digestivo activando el nervio vago y con ello favoreciendo la psicoperistalsis intestinal. El trabajo trácico permite ir recorriendo la ruta emocional primitiva del intestino y con esto presentándose la emergencia de emociones profundas que se liberan de las memorias encriptadas en los pliegues del alma-cuerpo.

Durante todo el trabajo es muy importante la presencia trácica y visceral de la practicante, quién a través de su voz, contacto y movimiento va sintiendo y acompañando a la consultante en su viaje de descenso por todas las memorias viscerales emergentes. Entre más profundo sea el abandono del cuerpo también será la profundización en los pliegues del alma-cuerpo que guardan las memorias arqueológicas.

La emergencia de las memorias emocionales va acompañada de movimientos viscerales que surgen a través de espasmos y de movimientos reflejos. El trabajo cada vez más profundo sobre los intestinos, el diafragma, el tórax, la garganta y la frente va propiciando la liberación de esas memorias a través de sacudidas, temblores, eructos, quejidos, gritos, dolor, náuseas, vómito, ahogamiento, taquicardia, tos, bilis, etc. En ese momento la labor de la practicante es contener, brindar apoyo y facilitar una profunda liberación de las memorias viscerales a través del abrazo, el contacto de la mano, el calor corporal y la voz.

Después del abrazo amoroso durante el trance espirálico, sobreviene la paz y la quietud. En ningún sentido se trata del final del camino, al contrario, es el inicio de un proceso de profundización, valga la redundancia, más profundo. Recordemos que en la alteración del espacio-tiempo del trance de ensoñación corporal existen muchas profundidades. El espacio interno se transforma en un gran abismo de muchos estratos, pisos y profundidades, se trata de un espacio sin fondo, un espacio cuántico infinito, eterno y expansivo. El espacio interno es cósmico, son galaxias por donde la consultante se convierte en psiconauta tempiterno de un movimiento infinito.

El siguiente paso es el trabajo con la consultante acostada en un estado de completa quietud muscular para escuchar los movimientos del alma a través de los espasmos viscerales. En ese estado de profunda quietud se inicia un proceso de acompañamiento hacia las profundidades del Ser-arraigado a través de instrucciones verbales. En este momento iniciamos otro proceso de trance visceral en un estado de profunda quietud.

### **La quietud y el arte del susurro evocador**

El estado de profunda quietud es fundamental para el viaje trácico que se realiza. Iniciando con indicaciones para relajar el cuerpo desde la cabeza hasta los pies, se prosigue a un estado cuasi hipnótico donde se busca que la consultante pueda experimentar un proceso neurofisiológico donde se experimenta en todo el cuerpo la liberación de dopamina, facilitando la entrada en frecuencias cerebrales de profunda relajación (ondas cerebrales Theta).

La inducción de la quietud se realiza a través del arte de la palabra. La acompañante lleva a cabo un acto amoroso donde se le susurra a la consultante palabras que induzcan la quietud física y la calma mental. Este susurro es como hablarle a un niño o una niña asustada para

que se tranquilice y confíe. El arte del susurro es muy importante en el vínculo que se establece con la consultante, ya que en ese acto de la palabra se vehiculiza una transferencia de amor, un amor de madre-padre con su hijo-hija. En esa transferencia opera la magia del trance donde la consultante puede finalmente confiar y soltarse.

El soltarse o dejarse caer evoca un espacio de ensoñación donde se visualiza una caída infinita por un abismo que da vueltas y atrae hacia su profundidad. La caída por ese gusano permite a la consultante iniciar el viaje hacia las vísceras cósmicas del universo interior. El dejarse caer es un acto de fe, pero también un acto donde se arriesga la razón, y con ello el Ego y sus defensas. El abismamiento no es otra cosa que la disolución del Ego para poder descender a las profundidades del inconsciente visceral donde yacen las memorias traumáticas más arcaicas.

En esa caída libre del Ego se lleva a cabo un despojo de nuestras defensas, pudiendo acceder a las capas o estratos del inconsciente. Cada capa del abismo visceral cuenta con registros de memorias emocionales. Se trata de nuestro gran archivo inconsciente, un no-espacio donde es posible acceder a los registros de nuestras memorias recientes y ancestrales. El acceso a esos registros permite liberar la memoria almacenada que sobrecargan el campo espiritual. En ese momento el susurro de la practicante se convierte en una compañera de viaje hacia esas profundidades desconocidas.

Este descenso o caída hacia las sombras del inconsciente activa los enteógenos internos, esto es, en nuestro cerebro se encuentra una planta sagrada capaz de generar un estado de expansión de la consciencia, un éxtasis o un arrebatamiento místico que supone un estado de interconectividad cerebral extraordinario, quizás algo muy similar al consumo del DMT, obviamente, sin consumir absolutamente nada. En este sentido el trance del abismamiento visceral conecta al cerebro con las memorias arcaicas de la muerte y el nacimiento, momentos donde se libera una gran cantidad de DMT (la molécula divina).

### **La planta sagrada en nuestro cerebro**

Un aspecto fisiológico que se presenta en el consumo de DMT es el despertar de la interocepción, esto es, la activación de los receptores neurovisceral, elevando la conciencia de las sensaciones interoceptivas del tubo digestivo, favoreciendo un incremento de saliencia (percepción de los movimientos viscerales) en la ínsula (lugar donde sentimos dolor o placer). Este aumento de la saliencia interoceptiva brindará a la experiencia del trance una matiz sumamente dramático y emocional, favoreciendo el desencadenamiento de una serie de respuestas vegetativas viscerales. Estas reacciones permiten el contacto con las memorias traumáticas inconscientes, arcaicas y arqueológicas.

En este momento nos encontramos en el centro de la experiencia de lo que denominamos como la ensoñación corporal, un trance visceral donde el cuerpo ensueña como si se tratara de un enteógeno que lleva al sujeto a una experiencia de éxtasis visceral, una purga que permite limpiar poco a poco el conjunto de memorias que generan desequilibrios y desorganización.

En las profundidades del inconsciente ya no se encuentra el psiquismo, sino el alma. Se trata de otra dimensión no abordada por la psicología, sino por la mística, el viaje chamánico y el consumo de plantas sagradas. Es precisamente la psicología transpersonal, y en nuestro caso, la psicoterapia corporal transpersonal, la que explora estas cartografías del alma herida a través de la vía del trance visceral.

La exploración que lleva a cabo la psiconauta le permite moverse por los amplios espacios del abismamiento visceral, bajando un cúmulo de información dispuesta a ser liberada y tramitada emocionalmente. En esta exploración puede acaecer el miedo, y es en ese momento donde se lleva a cabo una lucha entre el Ego y el Yo Infantil (el “alma infantil”), ya que el Ego busca controlar a través de la resistencia y la defensa contra el dolor, mientras que el Yo Infantil lucha por ser liberado de las cadenas de las memorias traumáticas que lo afligen con su sufrimiento. En principal enemigo del alma no es el cuerpo, sino la mente del Ego. Durante esa lucha es probable que el Ego se defienda con el miedo, y ahí reside la gran lucha que tendrá que ser acompañada amorosamente por el susurro y el contacto amoroso de la acompañante.

La presencia maternal-paternal de la acompañante permitirá superar el miedo del Ego a través de la fe y la confianza del amor. Solo el amor puede vencer el miedo, pues esto no es más que una invención defensiva del Ego: el miedo al miedo. La superación de esta experiencia conlleva la rendición absoluta del Ego para finalmente soltarse completamente a la experiencia de la liberación visceral, momento de un profundo recogimiento y estremecimiento que proviene de los más profundo de las entrañas. Es el momento de sanar, de limpiar las memorias, de liberar al alma del miedo, el odio, el resentimiento, la soledad, la vergüenza, el asco, etc., de todo aquello que envenena el alma y cierra el corazón.

### **Trascender el miedo con amor y compasión**

El profundo estado contemplativo desde el amor y la compasión posibilita tocar las heridas arqueológicas de nuestra infancia y nacimiento, así como las arcaicas de nuestros linajes y vidas pasadas, más allá del miedo. Este tocamiento visceral del alma es la sanación. Esto es, la sanación del alma consiste en tocar las heridas con amor y compasión, más allá del miedo.

Este toque amoroso de las heridas arcaicas y arqueológicas lleva a un acomodamiento del alma en el cuerpo. Esto es, las heridas del alma propician la dislocación del alma-cuerpo. Un estado de mal-del-Ser, esto es, un mal-estar. El alma durante la sanación se reacomoda en el cuerpo. Las bisagras encargadas de este acomodo son los meridianos energéticos reconocidos por la Medicina Tradicional China. Se trata de los conectores del alma-cuerpo. El acomodo se lleva a cabo primero de forma espasmódica y catártica, pero también de forma suave y sutil. Quizás al principio sea necesaria la purga, con la cual sobreviene las náuseas, el vómito, el mareo, el dolor de cabeza, la desorientación, la paranoia, etc. Se trata de una crisis curativa que puede actualizar los síntomas de viejas y recientes enfermedades.

Este acomodo del alma al cuerpo, este acoplamiento va acompañado de una profunda paz, amor y tranquilidad, se trata de una emergencia espiritual donde se comprende el propósito de la sanación del alma. El cuerpo inmediatamente reconoce este llamado como una imperiosa necesidad para recuperar la fe.

## **Bibliografía**

- Beinfeld, H. y Korngold, E. (2011). Entre el cielo y la tierra. Los cinco elementos en la medicina china. Ed. La liebre de marzo, España.
- Bercei, D. (2012). Liberación del Trauma. Perdón y temblor es el camino. Ed. Cuatro Vientos, Chile.
- Chitty, J. (2018). Danzar con el Yin y el Yang. Ed. El grano de mostaza, España.
- Endo, R. (1996). Tao Shiatsu. Medicina de vida para el Siglo XXI. Ed. Edaf, España.
- Estevill, E. (2012). Shiatsu Emociona. Tratado avanzado de terapia. Ed. Natural, España.
- Grinberg, J. (1991). La Teoría Sintérgica. Ed. INPEC, México.
- Hammer, L. (2002). Psicología y Medicina China. Ed. La liebre de marzo, España.
- Levine, P. (2018). Trauma y memoria. Cerebro y cuerpo en busca del pasado vivo. Ed. Eleftheria, España.
- Murai, J. (1979). Jin Shin Jyutsu. Textos I y II. Edición 1979. Ed. De autor.
- Ogden, P., Minton, K. y Pain, C. (2009). El trauma y el cuerpo. Un modelo sensoriomotriz de psicoterapia. Ed. DDB, España.
- Onoda, S. (1998). Libro completo de Shiatsu. Ed. Gaia, España.
- Onoda, S. (2004). Curso avanzado de Shiatsu. Ed. Gaia, España.
- Serizawa, K. (1983). Tsubo. Vital points for oriental Therapy. Ed. Japan Publications, Japan. h y
- Van Der Kolk, B. (2017). El cuerpo lleva la cuenta. Cerebro, mente y cuerpo en la superación del trauma. Ed. Eleftheria, España.
- Yang, J. (2004). Masaje Qigong Chino. Ed. Sirio, España.