

Terapia de

POLARIDAD



Existen cinco corrientes de energía a cada lado del cuerpo y cada una de ellas está estrechamente relacionada con un elemento: éter, aire, agua, fuego y tierra.

La enseñanza de Paridad está basada en el Dr. Randolph Stone en los Estados Unidos, después de 50 años de estudio y práctica en los campos de medicina y antiguos sistemas orientales de curación. El Dr. Stone era un quiropráctico, osteópata y naturópata que practicó en Chicago, Illinois, en la primera parte de este siglo.

La energía

Esta terapia se basa en la teoría de que en el cuerpo humano existe un modelo o diseño de energía que forma una matriz o anteproyecto que el cuerpo utiliza cuando se cura a sí mismo. En oriente, esta energía se designa diversamente con los nombres de prana, ki o chi, pero es básicamente la esencia de la vida, la energía vital.

Esta energía vitaliza todas las diversas funciones fisiológicas dentro del cuerpo, es un modelo moviente o flujo de energía que da tanto la estructura como la función. El modelo de energía es anterior a la estructura física, es decir, la estructura refleja siempre la energía. Si la estructura es distorsionada por lesión o enfermedad, entonces se distorsiona también el modelo de energía. Si se emprende entonces alguna clase de corrección física sin reequilibrar el modelo de energía, el desequilibrio energético continuará distorsionando la estructura, la corrección no persistirá y no tendrá efecto una curación completa. En el curso normal de los acontecimientos, si el flujo de energía vital quedase distorsionado o bloqueado, es reparado por la matriz maestra que se halla contenida en las profundidades de la mente inconsciente, entonces tendrá lugar la curación. Esto lo vemos reflejado cuando se experimenta una herida o una cortada, la memoria maestra repara el daño y toma el tiempo necesario según la profundidad de la lesión. Si por cual-

quier razón la mente inconsciente no puede reparar el daño, quizás porque la disrupción es demasiado grande o la actitud mental se ha visto seriamente afectada, entonces surgen problemas de salud crónicos.

En la terapia de polaridad se da libre curso a la energía y se equilibra el flujo de la misma para que pueda tener efecto la curación natural. Debido a que esta energía vital forma un vínculo o interfase entre la mente y el cuerpo, resulta fácil resolver los trastornos emocionales y los desequilibrios físicos mediante el uso de técnicas de polaridad.

Aunados a la terapia siempre se recomienda la buena nutrición y el ejercicio que actúan sobre el cuerpo físico, y se desarrollan también pensamientos y actitudes positivos que influyen en la mente.

La energía interpenetra el cuerpo por entero, no únicamente en la superficie. La energía fluye verticalmente, horizontalmente y en espiral desde arriba hacia abajo, y desde el centro hacia fuera. Existen áreas con polaridad positiva y negativa, esto no quiere decir que el área es literalmente positiva o negativa, sino que es una indicación de la dirección general de la corriente de energía. Los términos están tomados de la energía electromagnética, aunque no son idénticas, existe una relación entre energía vital y energía electromagnética, ya que obedecen a las leyes similares.

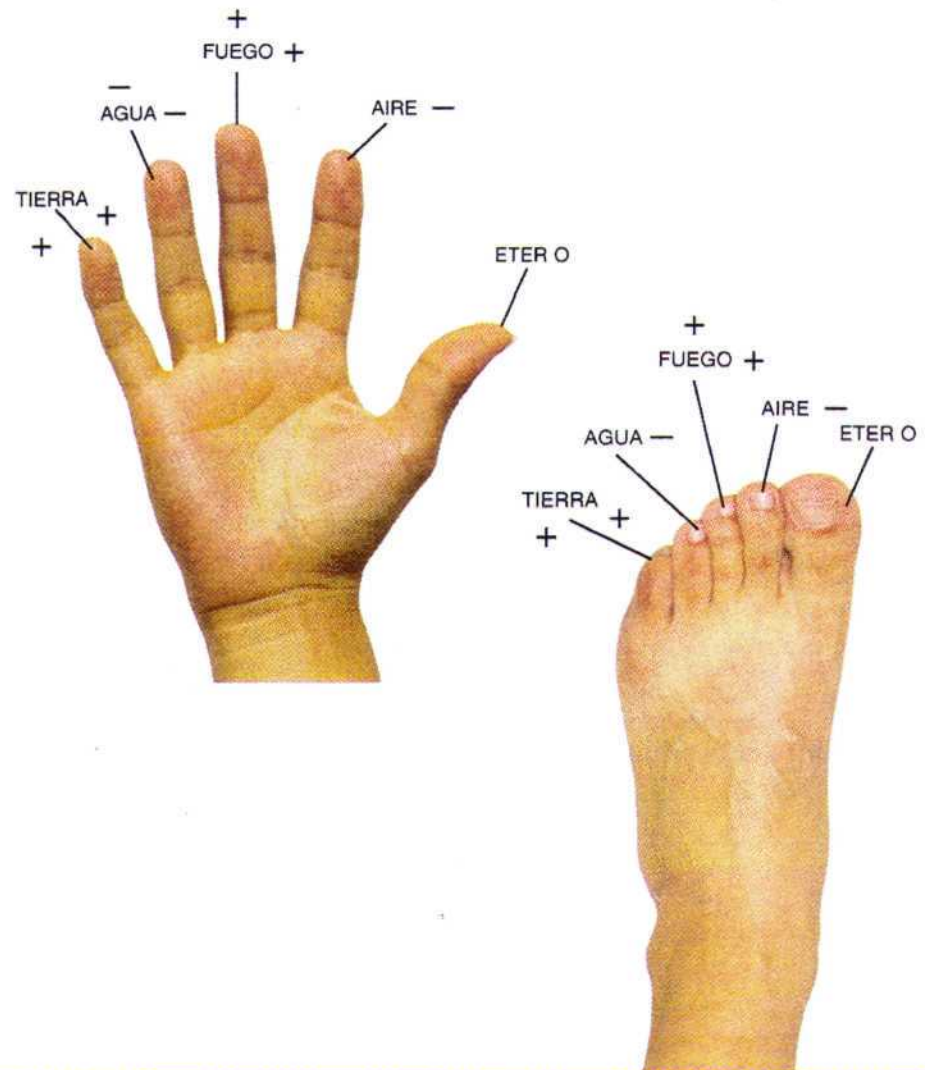
Hay cinco corrientes largas verticales de energía a cada lado del cuerpo

En el lado derecho fluyen descendiendo por la parte anterior del cuerpo y ascienden por la parte posterior, en el lado izquierdo suben por la parte anterior del cuerpo y bajan por la parte posterior. Cada una de estas corrientes de energía se relaciona con un elemento, éstos son: éter, aire, fuego, agua y tierra.

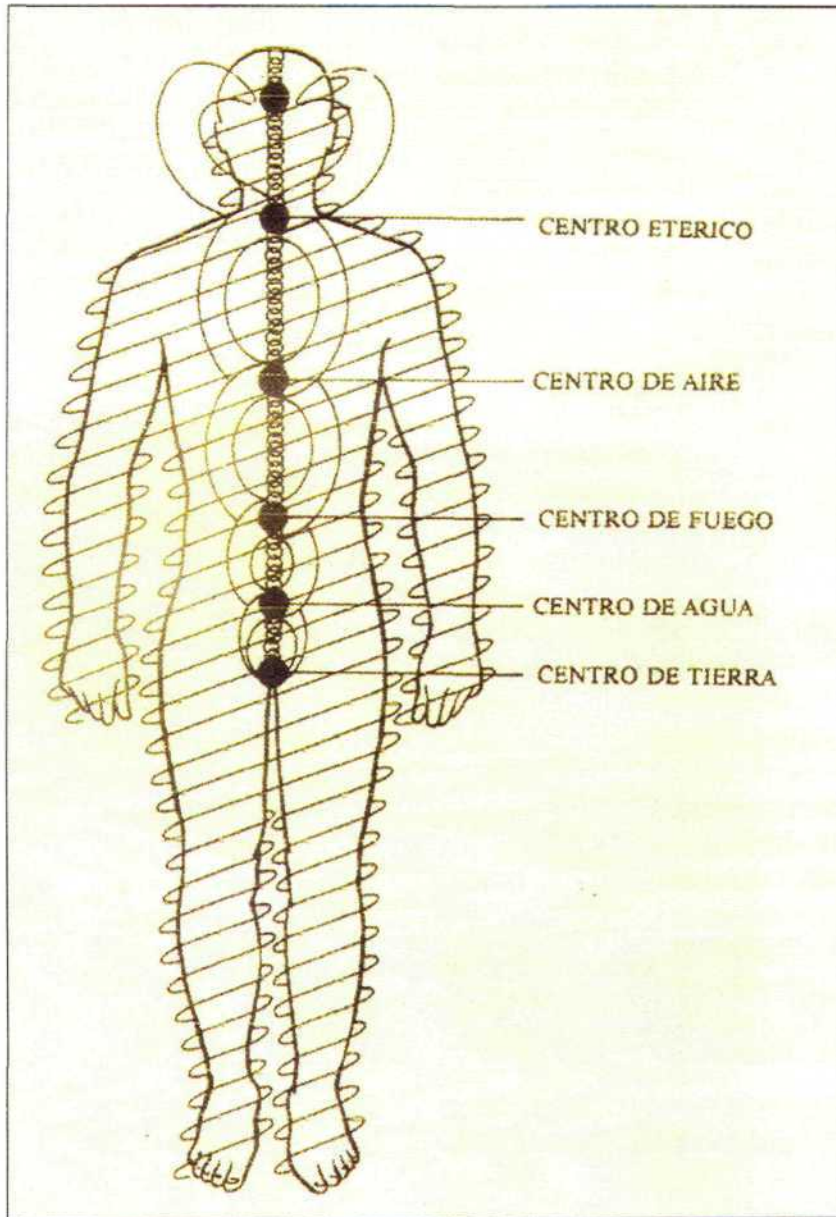
Cada corriente de energía pasa a través de un correspondiente dedo de la mano y del pie, dando su nombre a dichos dedos y manos. La polaridad global del cuerpo, siendo positiva la cabeza y negativos los pies, el lado derecho del cuerpo es positivo y el lado izquierdo negativo. Cada articulación es neutra y permite un peso de las corrientes de energía que carga la polaridad, esto les permite ser flexibles. Cada dedo de la mano y del pie posee una polaridad individual como se ve en la figura.

Lo anterior nos muestra cómo nuestro cuerpo tiene un balance perfecto en su bipolaridad, y depende de nosotros el cómo utilizemos esta energía para no causar cortos circuitos o bloqueos en

el flujo correcto. Las alteraciones más frecuentes que interrumpen el flujo de vitalidad son pensamientos negativos, estrés, ansiedad, enojo, miedo, angustia, aprehensión, odio, resentimiento, pesimismo, tristeza, melancolía y similares. En general las fluctuaciones emocionales y cambios de estado de ánimo afectan el equilibrio de la energía, y por lo tanto el cuerpo manifiesta alguna incomodidad o dolencia para llamar la atención hacia el área específica para que se corrija la alteración. Debemos aprender a escuchar el lenguaje de nuestro cuerpo que nos avisa cuando hay alguna distorsión y evaluar lo que hemos guardado en nuestro interior para hacer una introspección, con el fin de perdonar y soltar el equipaje obsoleto y negativo.



La figura anterior nos muestra cómo está el flujo de energía interconectado con los centros vitales (chakras). Los chakras se hallan conectados por una doble espiral de energía que desciende de la cabeza, la corriente del caduceo. Este descenso de energía muestra una decreciente velocidad de vibración de energía, teniendo el chakra de tierra, el nivel más bajo de vibración. Cada chakra es neutro debido al paso de la corriente de caduceo. También hay flujos horizontales de energía de derecha a izquierda.



LOS CHAKRAS

El chakra de éter gobierna la voz, el oído y la garganta.

El chakra de aire gobierna la circulación, el corazón y los pulmones.

El chakra de fuego gobierna la digestión, el estómago y los intestinos.

El chakra del agua gobierna los órganos de la generación, las secreciones glandulares y el impulso emocional.

El chakra de tierra gobierna la eliminación de sólidos y líquidos, la vejiga y el recto.

Ejemplo de terapia en casa para aliviar molestias de estreñimiento, inflamación, gases o problemas del intestino

(Es importante notar que las terapias de polaridad no substituyen ningún tratamiento médico y siempre la persona debe consultar al especialista acerca del mejor método para ayudar a su cuerpo a recobrar la salud, incorporando una buena alimentación, ingiriendo suficiente fibra para limpiar toxinas y agua simple para purificar el cuerpo).



1. La persona deberá estar recostada boca arriba. Colocar ambas manos con las puntas de los dedos dispuestos de manera que estén nivelados sobre la parte interna superior del hueso pélvico en el lado izquierdo.



Dentro de la terapia de polaridad se sugiere lo siguiente para mantener la energía vital del organismo: ejercicio, dieta adecuada, manipulaciones con las manos y un modo de vivir correcto.

2. Alinear ambas manos, empujar suavemente hacia abajo; es un movimiento suave como de espátula de aproximadamente 2 pulgadas. Moviendo las manos hacia delante y hacia atrás. Repetir hasta que se perciba una liberación definida en los músculos y la persona nos reporte sensación de bienestar. Mantener la posición durante 1 ó 2 minutos. ✓



3. Colocar las manos alineadas en el otro lado de la pelvis y proceder a repetir el mismo movimiento durante 1 ó 2 minutos. ✓



4. Se debe ser muy suave porque suele ser muy sensible esta área. Se puede trabajar esta técnica para aliviar cualquier inflamación. Si los músculos están muy tensos, una firme y constante presión ejercida puede contribuir a que los músculos se relajen. ✓



5. Colocar las manos alineadas por debajo del ombligo, de tal forma que los dedos apunten hacia arriba (en dirección hacia la cabeza). Aplicar misma técnica ahora verticalmente hacia arriba con movimiento suave durante 1 ó 2 minutos. >>

Con la técnica anterior se trabaja todo el abdomen y se activa el movimiento de la energía en la zona, es como si llamáramos la atención al cerebro a través de la presión en el punto con el fin de que envíe las señales o comandos de restauración para normalizar la actividad de la zona específica.



Las corrientes

Cuando colocamos nuestras manos sobre las áreas específicas del cuerpo, redirigimos el flujo de energía hacia el lugar donde se necesita, creando nuevas corrientes en el cuerpo. Según el Dr. Stone, estas corrientes, que se crean por la unión de dos polaridades diferentes, fluyen de una corriente primaria en el centro del cuerpo. Si lo miramos a nivel celular o atómico, vemos que si colocamos las manos en un lugar cualquiera del cuerpo, estamos en realidad en contacto con millares de polos positivos, negativos y neutros al mismo tiempo. El proceso mediante el cual se crean estas corrientes se llama inducción; este concepto es muy importante comprenderlo. La palabra inducción, conforme al diccionario Webster, la define como "la generación de fuerza electromagnética en un circuito cerrado mediante un variable flujo magnético que corre a través del circuito". La fuerza electromagnética es la energía vital que nosotros estamos equilibrando en la terapia de polaridad. Nuestras manos son las baterías que crean un flujo de energía a través de circuito cerrado o corrientes inalámbricas de energía. La energía curativa es transmitida de un contacto a otro fluyendo a través de los átomos y células que están conectados por el magnetismo o la atracción de sus polos opuestos. De hecho la polaridad la utilizamos espontáneamente desde que somos pequeños, cuando alguien se da un golpe o tiene alguna molestia, espontáneamente se frota la zona con alguna

de las manos y esto está redirigiendo la energía para que fluya y no se quede estancada o saturada.

La clave de la salud por lo tanto es mantener que fluya en el cuerpo energía vital o prana. Ésta es la base de todas las artes curativas antiguas. La energía que fluye libremente permite a todas las partículas y células del cuerpo atraer lo que necesitan para funcionar conforme a su designio. En la terapia de polaridad seguimos este principio mediante manipulaciones con nuestras manos, ejercicio, dieta adecuada y modo de vivir correcto, todo ello combinado con el poder positivo de la mente.



Las alteraciones que comúnmente interrumpen el flujo de vitalidad en nuestro cuerpo son el enojo, las angustias, el odio, la ansiedad y, en general, cualquier pensamiento negativo que nuestra mente desarrolle.