



ASOCIACIÓN DE LA CIENCIA DE LA SALUD DR. SORIANO
Delegación de la FUNDACIÓN INTERNACIONAL DE CIENCIAS BIOLÓGICAS DE LA SALUD
www.onairos.es < info@onairos.es > Tel. (+34) 965700134.

EL NACIMIENTO DE LA BIOENERGÉTICA

Autor: Profesor Dr. Trino Soriano (Director de la Escuela de Ciencias Biológicas de la Salud).

Desde la época de Hipócrates, el aire es el primer alimento y el primer medicamento, tanto es así que una persona no puede estar, normalmente, más de 3 o 4 minutos sin respirar, pues quedaría expuesta a la muerte por asfixia.

Para mantener la salud es fundamental respirar aire puro a toda hora.

El lugar ideal, para respirar con calidad, debe ser una zona con abundante arboleda, normalmente rica en oxígeno, amplia variedad de energías cuánticas, cargas iónicas con polaridad negativa-reguladora, y aromas naturales con evidentes efectos verdaderamente energéticos y terapéuticos (pinos, eucaliptos, cipreses, etc.) y razonablemente alejada del mundanal ruido y la contaminación ambiental.

Para beneficiarse de tan preciado don de la naturaleza, es necesario saber respirar a pleno pulmón, llenando la cámara torácico-abdominal desde el vientre hasta los hombros y levantando éstos últimos.

Es tan importante respirar aire puro, que si carecemos de dicho elemento vital nos enfermamos por intoxicación (*caso de trabajadores en industrias tóxico-químicas, personas que viven en ciudades con abundante contaminación, fumadores, abuso de alimentación pobre en oxígeno, cocinada o en conserva, etc.*). Cuando el organismo está bien oxigenado, las células mantienen su normalidad funcional, se vitalizan y mantienen su limpieza tisular. Cuando el nivel de oxígeno en sangre es bajo, las células se intoxican progresivamente, al no poder depurar las toxinas al nivel necesario; y en el caso de mantenerse esta situación, a través del tiempo, las células se degeneran progresivamente, llegando a transformar sus necesidades nutricionales en un intento desesperado por sobrevivir en un ambiente sin oxígeno, desarrollando un mecanismo de defensa en forma de mutación, mediante el cual se alimentan de azúcar, dejan de necesitar oxígeno, y adquieren un desarrollo, de acelerada proliferación, totalmente diferente al resto del organismo. Este mecanismo de defensa está etiquetado con la palabra "cáncer". No es de extrañar que tengan tanto éxito y buenos resultados los centros de oxigenoterapia, ozonoterapia, y técnicas similares, que al oxigenar las células asfixiadas pueden invertir, en muchos casos, los procesos degenerativos. De ahí la importancia de comer, fundamentalmente, alimentos crudos, que son ricos en oxígeno (*al contrario de los cocinados o conservados*), y respirar aire puro a toda hora.

Teniendo estos conocimientos, se concibe la necesidad de practicar ejercicio físico diario, al nivel de las posibilidades individuales, combinado con la profunda respiración rítmica.

Todo lo indicado, además de constituir una práctica diaria para el mantenimiento de la salud, es una verdadera terapia natural de rehabilitación física y mental. A la vez que un método preventivo, para evitar el deterioro de la salud y la muerte prematura por enfermedades degenerativas, causadas por la contaminación y la falta de oxígeno.

Los atlas de biología presentan una clara explicación de cómo los diferentes gases que constituyen el aire que respiramos, se mezclan en los alvéolos pulmonares con la sangre, para producir los efectos correspondientes, dependiendo de la calidad del aire, comenzando desde los glóbulos rojos o eritrocitos, y extendiéndose al resto del organismo mediante el flujo del torrente sanguíneo, a través de los tejidos. (**Ver presiones parciales de los gases respiratorios e intercambio gaseoso en los alvéolos pulmonares*).

La auto-terapia eólica pulmonar y la Bioenergética:

Conociendo el proceso biológico referente al intercambio de gases en los pulmones no tenemos, por menos, que recordar de continuo la auténtica auto-terapia de oxigenación pulmonar y depuración sanguínea que se produce en el organismo humano cuando una persona está haciendo ejercicio y respirando profundamente. Todos sabemos bien que si un deportista no respira apropiadamente, su rendimiento físico y psíquico será más bajo, y tendrá menos opciones de superar a sus oponentes; se agotará antes y tendrá menos reflejos, e incluso más lesiones.

No obstante, se presenta una diferencia importante entre el deportista y la persona que no lo es. El primero, respira por una necesidad imperiosa de oxígeno, que le solicita su aparato locomotor para producir la combustión necesaria que hace funcionar la máquina humana a pleno rendimiento. La persona que no hace deporte regularmente, por lo general no ha aprendido a respirar, lo hace a medio pulmón, como máximo, y no se recarga de energía eólica suficientemente, ni oxigena su organismo para la necesaria depuración y combustión de toxinas, es decir, que viviendo de esta manera rutinaria se está autointoxicando permanentemente y está deprimiendo de continuo su energía vital y mental.

Esta falta de cultura biológica está llevando a muchos enfermos que padecen de depresión, ansiedad, ataques de pánico, y enfermedades degenerativas, a entrar en un callejón sin salida; el de las drogas químico sintéticas, que en su mayoría crean adicción hasta llegar a un nivel de enfermedad física y mental irreversible, potenciada por la auto-intoxicación y la dependencia a los fármacos.

Durante el siglo XX el prestigioso psiquiatra estadounidense Alexander Lowen perfeccionó el sistema llamado "Vegetoterapia" que había heredado de su maestro, de origen austro-húngaro, Wilhelm Reich. La Vegetoterapia es un sistema terapéutico fácil de utilizar por cualquier persona. Para experimentarlo, solo tiene que colocarse de la manera que le resulte más cómoda y relajarse soltando los músculos para que no esté en tensión. Entonces comience a respirar profundamente, llenando el abdomen y seguidamente el tórax, elevando los hombros para que los pulmones se llenen completamente de aire puro, hasta el fondo. Cuando los pulmones estén llenos, al máximo de su capacidad, comience a expirar lentamente hasta que expulse la última exhalación de aire. No se detenga, vuelva a inspirar inmediatamente, como si estuviera haciendo gimnasia, pero con lentitud y sin pausa. Continúe así durante 15 o 20 minutos, como mínimo.

Puede que se lleve alguna sorpresa: Quizás tuviera un dolor de cabeza que ha desaparecido, o su estado depresivo se ha tornado en más natural y eufórico, o bien, comience a reír, o llorar, o temblar para quedarse, tras unos minutos de desahogo, en una situación de relajación agradable. Toda esta experiencia está relacionada con descargas tóxicas que libera el sistema nervioso autónomo, tanto de origen contaminante físico, químico, y nutricional, como por tensiones y traumas emocionales acumulados. Y todo ello, es ejecutado por la fuerza viva eólica, impregnada de gases nobles y frecuencias de ondas cuánticas, capaces de metabolizar en los pulmones y flujo sanguíneo, tanto la combustión de toxinas como la absorción de energía, necesaria para regular la calidad bioquímica-energética, y el pH de la sangre, que influyen directamente en nuestro estado anímico y en los mecanismos fisiológicos de autocuración y regulación. El pH alcalino, del plasma orgánico, produce extroversión y luz mental. El pH ácido produce introversión y oscuridad mental.

El pH normal, del plasma del ser humano, es ligeramente alcalino y debe encontrarse entre 7.40 y 7.45, a fin de que no se produzcan en el organismo estados patológicos celulares o psicológicos, y el oxígeno, junto con los alimentos vivos, colabora directamente a mantener el pH adecuado. Si por falta de conocimiento y hábitos respiratorios inapropiados permitimos que el pH de nuestro plasma se mantenga prolongadamente muy por debajo de 7.40, estaremos potenciando, inconscientemente, la degeneración progresiva de nuestro organismo. Por este descubrimiento y por la demostración práctica de lo que acabamos de mencionar, recibió el Premio Nóbel, en 1931, en Dr. Otto Heinrich Warburg, mediante la presentación de su tesis: “La causa primaria y la prevención del cáncer”.

Visto lo anterior, debemos tener en cuenta siempre que todas las reacciones de nuestras neuronas son de naturaleza electroquímica-vibratoria, y que si nuestra bioquímica sanguínea, relacionada con el pH, está desequilibrada, nuestro sistema nervioso y nuestro estado de ánimo también lo estarán.

Cuando el ejercicio respiratorio, relatado anteriormente, se combina con otros ejercicios posturales, destinados a eliminar o relajar las zonas del cuerpo, donde se acumulan las tensiones emocionales, entonces entramos en una técnica de recuperación psicosomática y regulación del carácter llamada Bioenergética, que ha sido ampliamente difundida durante la segunda mitad del siglo XX por el Dr. Lowen, y de la cual hay extensa bibliografía en el mercado literario.

Una vez que aprendemos a respirar adecuadamente y a estirar los grupos musculares, afectados por las tensiones acumuladas, y por la acidosis, estaremos aprendiendo a sentir nuestro cuerpo y alcalinizar la sangre mediante la oxigenación, eliminando en progresivas crisis orgánicas, o sentimentales, los traumas emocionales, sean conscientes o inconscientes, con lo cual renovaremos nuestra mente, abriremos nuestro espíritu a la vida, y estaremos realizando una importante prevención ante las enfermedades degenerativas. Con esta práctica diaria podemos renacer a una forma de vida mas natural, transparente y satisfactoria, mediante la eliminación de los programas mentales falsos que se han estado grabando en nuestro cerebro desde que nacemos; habremos descubierto en nosotros mismos el nacimiento de la Bioenergética.

De todas maneras, quede este botón de muestra como manifiesto de la importancia que tiene el saber respirar bien, realizar ejercicios de movilidad en los diferentes grupos musculares, y aplicar tales prácticas en nuestra vida diaria, como una técnica imprescindible para mejorar la calidad de vida, sin la cual jamás podríamos mantener ni recuperar nuestra salud.

Recordemos:

“La salud mental está directamente relacionada con la normalidad del pH de la sangre, que se regula absorbiendo energía eólicas-cuánticas vivas sin contaminar, mediante la respiración, los líquidos, los alimentos vivos, la movilidad muscular, y las emociones positivas”.

**Lea el artículo “La acidificación del organismo y el cáncer” en www.onairos.es . Blog, sección “Artículos”.*

**Ver publicaciones sobre Bioenergética, Vegetoterapia, Biorrespiración, y Nutrición Celular.*

Principales autores: Alexander Lowen, Wilhelm Reich, P.L. Giovacchini, G.L. Engel, T. Lidz, Desiré Merien, A. Carrell.

LOS EDITORES



funcibisa@gmail.com COSTA RICA