

MAMINE, Katsumi (2014). El movimiento vital. Icaria Editorial

(Fragmentos escogidos)

(Página 126)

El lenguaje de la TPE:

La relajación precisa de la tensión parcial excesiva

La natural movilización de la tensión A es diferente en cada individuo y ocurre igual con su estancamiento interno.

La inmensa fuerza vital se transforma en un coágulo determinado. Esa tensión parcial excesiva necesita ser localizada exactamente.

Ese coágulo jamás se disolverá a través de una relajación vaga y general. Su relajación-resolución precisa requiere:

- **Relajar** primero la tensión parcial excesiva superficial del día a día y la TPE adicional de los recursos, para llegar a la TPE profunda de la región de la CVP donde la tensión A ha quedado estancada. Se trata de ir quitando capas como hacemos cuando pelamos una cebolla.
- **Reactivar** para remover el coágulo.
- **Provocar una rápida tensión** más intensa que la propia TPE ya instalada. Esto induce a una relajación y a una recapacitación del movimiento.
- **Hacer que la mente vestida participe.** Normalmente está fuera de las vitales actividades celulares y no se da cuenta de la acumulación que está generando el problema. Ayudaría mucho a su resolución que el yo vestido y el yo espontáneo establecieran un diálogo.

La tensión parcial excesiva, queramos verlo o no, se da en nuestra vida, se acumula y entonces encuentra una forma de expresión para manifestarse.

Solemos vivir trastornos que tomamos como molestias desagradables. Sin embargo, en la mayor parte de los casos no aparecen insignifican-temente.

Muchas veces lo que sentimos se sobredimensiona, no por lo que nos hace padecer en realidad, sino porque lo que desconocemos nos provo-ca miedo.

Por eso, sería interesante ver los trastornos desde otro enfoque. Si apa-recen es para facilitar que **la TPE se exprese** y así facilitar que la vida pueda superar su estancamiento.

El lenguaje TPE: trastornos orgánicos y físicos que reemplazan la precisa relajación de la tensión parcial excesiva

Accesos de tos y de estornudos

La tos actúa como defensa natural para expulsar algo inoportuno que ha entrado en la traquea. Lo mismo hace el estornudo, defendiéndose de los *invasores* que han penetrado en las vías respiratorias. Nadie tose ni es-tornuda ladeando la CVP o torciéndola, sino que lo hace en el plano f-e, hacia arriba y hacia delante. La tos es básicamente pectoral y muscular. El estornudo sale por la sensibilidad olfativa, respiratoria principalmente.

(página 129)

una diarrea, el intestino estará un poco *atontado* y se verá obligado a descansar durante unos días.

Si esta diarrea se prolonga semanas e incluso meses y se realiza varias veces al día, es porque hay una fuerte tensión parcial excesiva acumulada en el lado derecho de la lumbar L2 y se extiende hasta el nivel de la L4. Hay una forma de atenuar este problema de una manera simple: sumergiendo la pierna derecha en agua caliente cubriendo el pie y dos tercios de la pantorrilla, permitiendo que el calor suba a la zona lumbar y provoque una sudoración de esa zona.

Este *remedio* no lo aportamos como una receta curativa, sino como un apunte de cómo se puede entender la lógica con la que funciona el movimiento vital en el organismo.

Dolor

El dolor es una fuente de experiencia. Es el que nos evita tropezar con una piedra una y otra vez, aunque el que aquí escribe quizá no deba incluirse en el capítulo de *hombre precavido*. El dolor nos evita repetir la torpeza de colocar los dedos entre la puerta que se cierra y el marco o el que nos indica que no es conveniente tocar una olla caliente.

El dolor también surge en la tensión parcial excesiva realizando algo similar a lo que hemos comentado de la tos, el calambre y el flato: provocar una intensa tensión para remover el estancamiento, relajarlo y recuperar o renovar el movimiento vital.

Como la TPE se acumula sin que la mente vestida se dé cuenta, el dolor atrae la concentración mental hacia la zona donde se acumula esa intensidad. Esta simple acción provoca que el dolor deje de atosigarnos y que la TPE se aligere. Es conocido por todos que ante un dolor, existe el acto instintivo de colocar la mano sobre él. Ya sea el cuello, una muela, el vientre o la cabeza. A veces incluso encontramos alivio si presionamos la zona dolorida provocando aún un dolor más intenso.

Sin embargo, hay una zona a la que nos cuesta acceder: nuestra propia columna vertebral.

Por eso es muy importante cultivar el diálogo interior con el real estado de nuestras vértebras. Si aprendemos a desarrollarlo, gran parte de las molestias ocasionadas por el dolor, no nos harían sufrir tanto.

Eructo

Cuando comemos, en el estómago no sólo entran alimentos sino que también entra aire. Es por lo que al final muchas veces se eructa: para expulsar los gases acumulados.

En muchos países existe la costumbre de eructar con gusto una vez se ha comido, para agradecer al anfitrión su invitación y demostrarle así, que la comida ha sido excelente.

Pero hay veces que los eructos no surgen por haber ingerido alimentos. También aparecen en el fondo de la TPE del neumogástrico, que hace que haya un exceso de aire acumulado en el vientre.

Esta tensión parcial excesiva implica un endurecimiento cervical y del nervio frénico, lo que está delimitando el movimiento respiratorio del diafragma y el bombeo de los tejidos circundantes. Esto provoca no sólo que