

La respiración pectoventral y las cinco oseis

MAMINE, Katsumi (2007). *Seitai, una nueva comprensión de la naturaleza humana*. Seitai Barcelona.

Cuando el diafragma se contrae y baja (fase activa de su movimiento respiratorio):

-**Las cavidades digestiva y urinaria** se comprimen y experimentan un incremento de su presión general interna. Esto hace que la sangre, ya nutrida y purificada (en algunos casos, bajo especial efecto de cierta hormona de las supra-renales), vaya a los pulmones de la **cavidad pectoral** para ser oxigenada, y al corazón para ser distribuida a todo el organismo. El proceso es acompañado por la parte más representativa del sistema neurovegetativo simpático. (Pág. 160)

- Y la **cavidad pectoral** se ensancha y se deprime. Entonces, en los pulmones entra el oxígeno desde el exterior y el anhídrido carbónico desde los vasos sanguíneos pulmonares. (Pág. 162)

Cuando el diafragma se relaja y sube (la fase pasiva de su movimiento respiratorio):

-**Las cavidades digestiva y urinaria** se amplían y experimentan una depresión (fase pasiva general de los órganos de estas cavidades).

- En cambio, **la cavidad pectoral** se comprime y experimenta un aumento de su presión interna. Entonces, el anhídrido carbónico sale de los pulmones al exterior y, simultáneamente, el oxígeno inhalado va a los vasos sanguíneos. **En su tarea principal, oxigenar la sangre, el aparato respiratorio recibe la ayuda de la fase pasiva del movimiento del diafragma.**

Así, **el amplio movimiento del diafragma coordina directamente la cavidad pectoral y la digestiva (y la urinaria);** asegura la coordinación natural de las actividades de los órganos del horno vital: asimilación, combustión y eliminación; **y también coordina, indirectamente, las cavidades donde éstas se realizan, la digestiva, la pectoral y la urinaria con la pélvica** y con el vigor del movimiento de sus órganos (parte caudal de los intestinos delgado y grueso, recto, vejiga, próstata y aparato genital), **y con la cavidad craneal y el cuello** (con los que se relaciona mediante el nervio frénico.(Pág. 162).

El movimiento del diafragma y su flexibilidad responden concretamente a los movimientos de las oseis:

- **FRONTAL:** mediante las porciones esternal y posterior de la bóveda y el origen invariable del pilar: ambos lados de L1-L2 (y de L5);
- **LATERAL:** mediante la porción lateral de la bóveda y el origen variable del pilar en un lado: un lado de L1-L2 y el mismo lado de L4;

- **ROTATORIA:** mediante la porción posterior de la bóveda y el origen variable del pilar de ambos lados: un lado de L1-L2 y el lado contrario de L4-L5;
- **CENTRAL:** mediante la fascia y el origen invariable del pilar: ambos lados de L1-L2 (y de L4).

La osei **VERTICAL** no interviene directamente en esta compleja formación diafragmática. Tampoco interviene de forma importante en su innervación nerviosa: el diafragma está relacionado con la parte más representativa del simpático (y el antagonismo autónomo de éste con el parasimpático) y el único nervio que procede del sistema nervioso central, el nervio frénico, tiene su origen en la parte media cervical: C4 o C3-C5, el lugar del cuello donde la acción resulta menos poderosa.

La realización del movimiento respiratorio involuntario arriba-abajo, en el diafragma, se produce por la propia interdependencia de los otros cuatro movimientos y oseis.

La respiración ha de ser considerada como un movimiento fundamental para la coordinación entre las zonas pectoral y ventral de la CVP.(Pág. 167).

Mediante esta compleja formación, coordinación e interrelación, la respiración pecto-ventral maximiza:

- la cualidad estructural del aparato respiratorio, que, formado como autopista y autovías, posibilita el mayor y más rápido aporte de oxígeno al organismo.
- La relación directa de esta acción con las actividades de los órganos ubicados en las cavidades digestiva y urinaria o con los sistemas asimilo-circulatorio y eliminatorio; y
- La relación indirecta de estas actividades del horno vital con las de los órganos de las cavidades pélvica y craneal o sistemas reproductor y nervioso.

La respiración pecto-ventral ejerce la regulación general y espontánea sobre la interrelación natural y vital entre:

- las actividades de los órganos viscerales y las actividades psíquicas o cerebrales de los cinco comportamientos adaptativos, internos y externos, inherentes a los cinco sistemas o a las cinco oseis. (Pág. 167).

Esta organización estructural y funcional de la CVP humana es la base de esta sencilla experiencia:

Cuando la respiración surge a partir de la parte inferior del vientre, el pecho se abre con toda naturalidad. Y mientras esto se mantiene funciona la salud y la vida tanto orgánica como psíquica.

El diafragma responde a la estructura de la **osei lateral**, mediante la porción lateral de la bóveda y el desnivel lateral del origen de los pilares derecho e izquierdo, los cuales se hallan constituidos en relación con la formación general -desigual entre ambos lados- del recto mayor del abdomen (cuya porción media sube hasta el nivel de la costilla 6) y, hasta cierto punto, con el cuadrado lumbar.

El diafragma responde a la estructura de la **osei rotatoria**, mediante la porción posterior de la bóveda y el desnivel del origen de los pilares de cada lado, los cuales están estructurados en relación con los oblicuos del abdomen, con la porción externa del recto mayor del abdomen (que sube hasta el nivel de la costilla 5) y con el psoas mayor.

El diafragma responde a la estructura de la **osei central**, mediante el centro tendinoso (cuyo nivel medio está a nivel de la costilla 7) y la formación general invariable entre ambos lados, los cuales se estructuran en relación con el transverso del abdomen y con el psoas menor. Todos ellos se componen de la fascia, tejidos conjuntivos.

El diafragma se forma bajo unas relaciones particularmente íntimas con los citados músculos del vientre.

El diafragma responde a la estructura de la **osei frontal**, mediante las porciones esternal y posterior y la formación general invariable entre ambos lados, las cuales están formadas en relación con el psoas mayor, con la porción interna del recto mayor del abdomen (que sube al nivel de la costilla 7) y con el psoas mayor, movilizados ellos desde ambos lados a la vez, al contar con la acción vertebral f-e entre las D7-L5 o las L1-L2 – L5.

El diafragma responde a la estructura de la **osei vertical**, de manera parecida al caso de la osei frontal, pero sin contar mucho con la acción propiamente muscular, debido a su naturaleza f-e medular-estática de la acción de esta osei. (pág. 102-103)

(...)

La respiración pecto-ventral, vital

Este movimiento respiratorio del diafragma, decisivo de la respiración pecto-ventral, no afecta solamente al aparato respiratorio, sino que forma parte de la coordinación CVP, la cual responde a la interdependencia vital de las cinco cavidades o de los cinco sistemas orgánicos:

La amplitud respiratoria natural depende de la flexibilidad, tanto del muelle de la cifolordosis dorsal y lumbar (en la que directamente el diafragma se apoya) como del muelle de la lordosis cervical (decisiva para la acción adecuada del nervio frénico). Si se pierde, entonces fallará el horno vital y la fuerza sexual y no nos servirá mucho el valioso “equilibrio f-e craneal”. Esto no debería de suceder fácilmente porque la respiración pecto-ventral está dotada de un sofisticado mecanismo (fundado en las cinco oseis + y –), por ejemplo, a través del diafragma que hemos estudiado. (pág. 104)

Nuestra realidad es bien distinta...:

Ahora bien, nuestra realidad suele ser ésta: “Siento aquí, en la boca del estómago, un nudo que no me deja respirar bien”. Independientemente de que lo sintamos o no, todos tenemos una acumulación de la tensión parcial excesiva que está bloqueando internamente la amplitud natural de la respiración pecto-ventral. El desarrollo de este bloqueo está profundamente relacionado con la pérdida de la salud y no se efectúa de cualquier forma, sino, precisamente, a través de la acción del diafragma, en relación con que el nervio frénico, que refleja sobre el diafragma cualquier estado del cuello. Y la flexibilidad del estado cervical flexible está reflejando el estado de la vida psíquica. Ésta, que nace en el organismo, actúa a través de los músculos que estamos estudiando. (pág. 104)

Para el próximo Seminario-Debate del mes de Abril:

Respiración pecto-ventral y Tensión Parcial Excesiva (TPE).