



James Jealous

Reflexiones sobre la Quietud

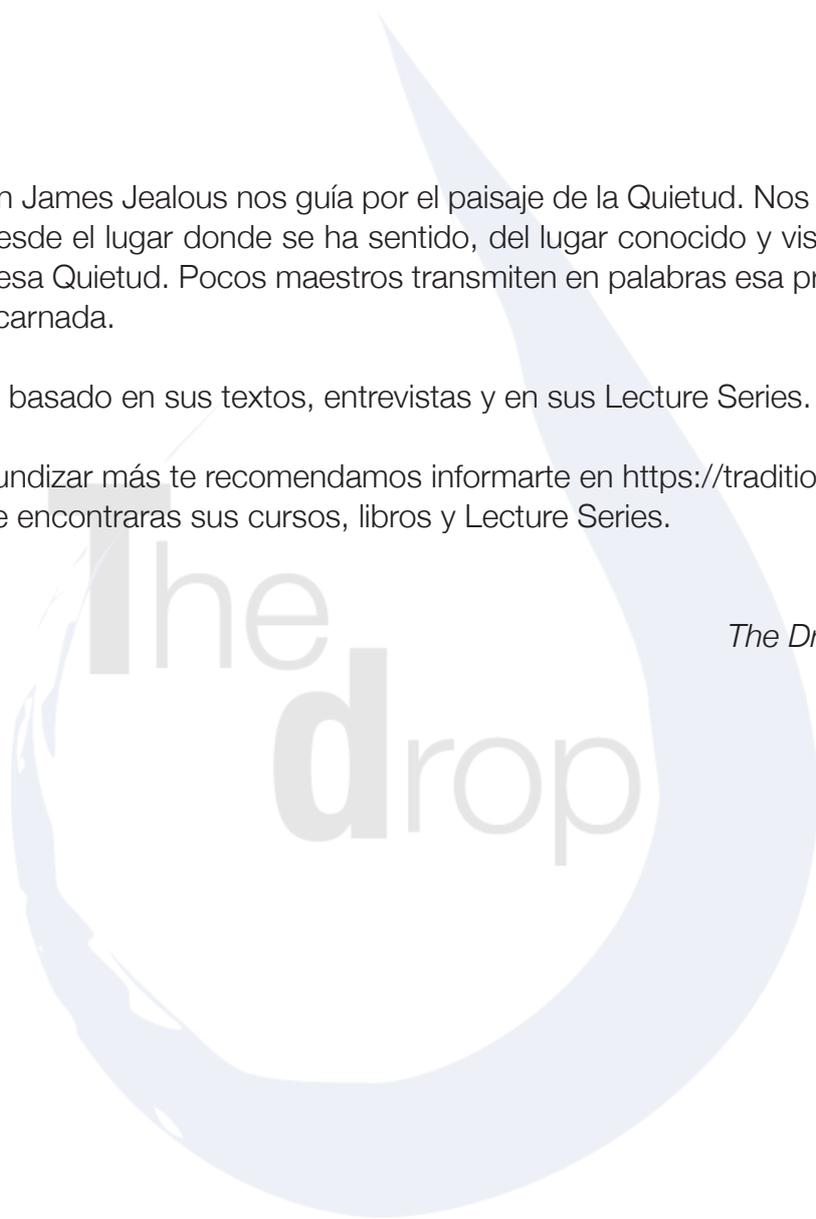


En esta ocasión James Jealous nos guía por el paisaje de la Quietud. Nos describe de una forma única, desde el lugar donde se ha sentido, del lugar conocido y visitado, diferentes escenarios de esa Quietud. Pocos maestros transmiten en palabras esa profundidad y esa experiencia encarnada.

Este texto está basado en sus textos, entrevistas y en sus Lecture Series.

Si quieres profundizar más te recomendamos informarte en <https://traditionalosteopathyedu.com/> donde encontraras sus cursos, libros y Lecture Series.

The Drop, marzo 2023



James Jealous - Reflexiones sobre la Quietud

LA QUIETUD NO ES INMOVILIDAD, 8 de Diciembre

La Quietud madura la fruta.

La fruta se abre. Las semillas caen. Germina. Hay un nuevo sensorio. Un mundo nuevo donde el propósito de la vida es la Vida... la hermosa encarnación del Amor Divino fluyendo, cambiando... Eternamente.

La Quietud puede parecer inmóvil. A menudo se dice que es un fin en sí mismo como si la Quietud fuera un lugar de realización - no lo es. La Quietud es un lugar de conversión, de transmutación. Aquí está el dominio donde el observador puede morir y elevarse más cerca de la originalidad.

El observador que siente la Quietud necesita ser neutral a la Quietud, descansar... y esperar la respiración, el Maestro, la sanación y el fin de lo conocido. La Quietud es un lugar de encuentro, una sala en una casa donde esperamos en paz. Aquí han pasado muchos años.

Hay una muerte que la Quietud crea. Morimos para despertar de una nueva manera... sólo para encontrar más para llegar a ser. Morir... a manos del Amor es para lo que la Quietud nos prepara.

QUÉDATE QUIETO Y SABRÁS, 1 de Junio

En estos días, mientras enseño en varios lugares, veo a mucha gente tratando de “estar quieta y saber”.

Su sinceridad es muy evidente. Su comprensión, por muy válida que sea para ellos, no es lo que nuestros maestros están señalando cuando dijeron: “estate quieto y sabrás”.

Esta frase es parte de un canto hebreo, escrito por el rey David. Las palabras “estar quieto y saber” no son de “origen humano”.

“Quédate quieto, y sabrás que yo soy Dios;
Seré exaltado entre las naciones,
¡Seré exaltado en la tierra!”*

Dios dijo: “Estad quietos y sabréis que yo soy Dios”** Estaba hablando a sus hijos amados. La Quietud fue creada por el aliento de Dios mientras hablaba y su presencia ensombreció

todo. Esta sombra es inesperada y la voz es escuchada sólo por aquellos que ven a Dios como el Amado.

Cuando uno es eclipsado, hay un profundo sentido de santificación, purificación y sanación. Uno se convierte en víctima del amor... centrado por lo Divino. El amor ahoga la Quietud. Inmovilizados por la voluntad de Dios, uno sigue siendo... porque Dios los ha calmado en una profunda reunión de anhelo. Dios hace la apertura que le permite ser conocido.

Estar quieto es 'raphah' en hebreo; significa ser yo o soltar... ¿soltar qué? Deje de reclamar su conocimiento, su voluntad, su egocentrismo. Dios nos da la neutralidad, la transparencia y el ser para escuchar su voz. Esto es considerado por los grandes maestros como casi el paso final en el devenir. No es un flujo de nuestra voluntad de "estar quietos y saber" sostenido por nuestra intención, es una apertura "milagrosa al Misterio de lo Divino.

* Salmo 46:1 O New King James Version (NKJV) ver Bibliografía y Notas

** ibid"

QUIETUD, 10 de Abril

Hay puntos de Quietud a través de los cuales ocurre la transmutación.

Para conocer este fenómeno hay que ver la actividad de la Quietud. El primer nivel no promueve la transmutación, pero el tercer nivel lo hace de manera profunda.

QUIETUD Y SILENCIO, 28 de Abril

La potencia de la Quietud es diferente en ritmos diferentes. La potencia del Silencio es siempre la misma.

QUIETUD DE TERCER NIVEL, 23 de Octubre

Quiero que comprendan que este trabajo requiere tiempo y verdaderos sacrificios interiores.

Ver en las "Leyes no enmarcadas por manos humanas" no es fácil. La gente está abusando de este trabajo pensando que saben moverse hacia una realidad que no aprecian excepto como una idea. La Osteopatía Real es un reto; requiere algunos cambios internos que son severos.

El tercer nivel de Quietud es ese lugar. Dibuja un círculo. La línea negra del círculo es el borde exterior de la Quietud del tercer nivel. La sustancia en el círculo es lo que experimentarán

una vez que estén en el borde exterior; dentro del círculo hay un mundo que no trascendemos con nuestro poder y voluntad.

Habiendo atravesado todo el paisaje suceden varias cosas: una, esperas en neutralidad, dos, descansas más allá del deseo de existencia del ego, tres, te encuentras con una Presencia Viva que te toca y como resultado de ese toque te transmutas en una persona que te sorprende incluso a ti. Esta nueva persona es un regalo del Maestro... no puedes poseerla. Entonces cuatro, empiezas a ver un nuevo mundo a través de los ojos del Maestro. No estás "a una distancia de Él, estás con Él y ves lo que Él ve de la manera en que Él lo ve.

Esta no es una experiencia; es una relación de dependencia y profundo amor infantil por la Creación que se mueve a través de La vida.

El mundo de la Quietud de tercer nivel se abre sólo cuando tienes la llave y sabes que el Maestro es tu amado Maestro y un período de gracia... salvadora.

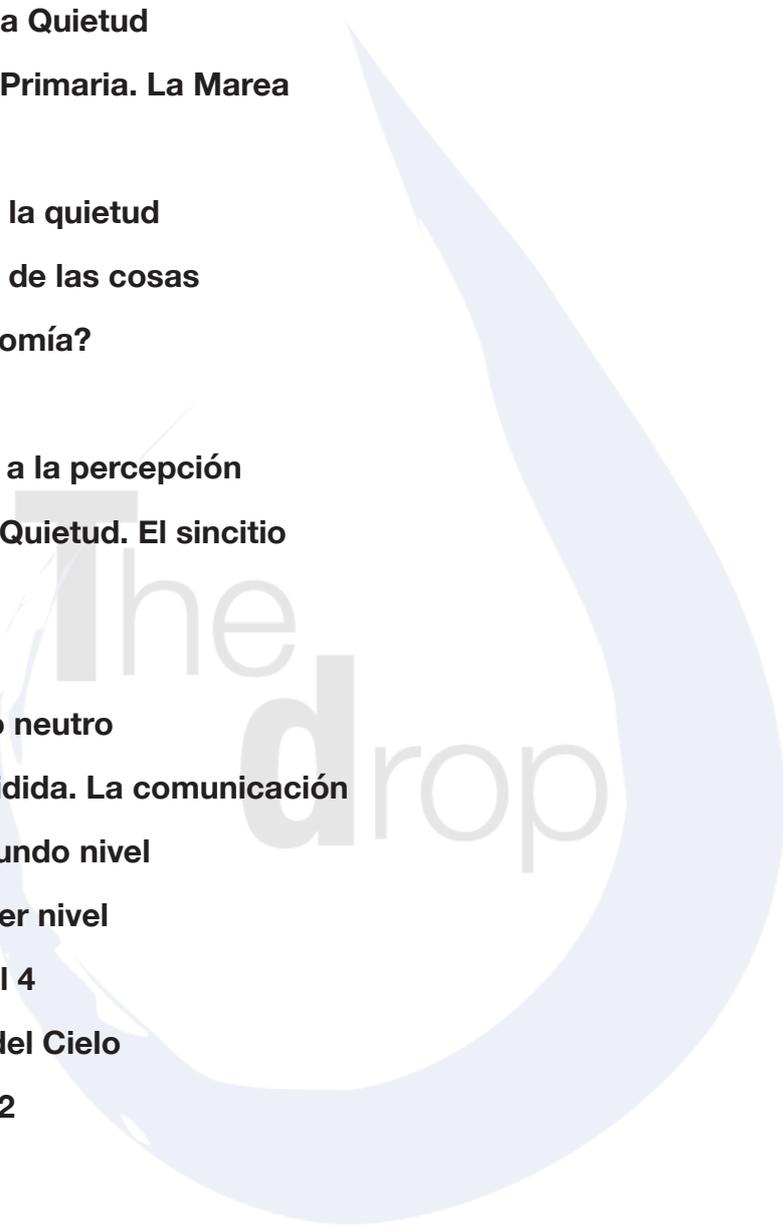
Oigo hablar mucho de estar en el tercer nivel. ... Ten cuidado, no te hagas el listo.

La muerte del observador es un viaje duro y largo... no como la suma y la pérdida del potencial de encontrar la plenitud en la Salud.

Esta es una advertencia para no perderse y terminar con nada más que un gran corazón afligido.

Una Odisea Osteopática. James Jealous

La palpación y la Quietud
La Respiración Primaria. La Marea
La neutralidad
Los paisajes de la quietud
La metodología de las cosas
¿Qué es la anatomía?
Ser pasivos
De la palpación a la percepción
Primer nivel de Quietud. El sincitio
Recapitulamos
Las pausas
Quietud y punto neutro
La atención dividida. La comunicación
Quietud de segundo nivel
Quietud de tercer nivel
Quietud de nivel 4
(1) El Sabueso del Cielo
(2) Mateo 5: 3-12



Reflexiones sobre la Quietud

Este texto trata sobre la Quietud, sobre los distintos tipos de Quietud. La razón por la que la divido en diferentes categorías es porque a medida que nuestra percepción empieza a cambiar, y luego es cambiada por la propia Respiración Primaria, la naturaleza de la Quietud, su cantidad y su calidad cambian drásticamente. Es interesante porque cuando miro hacia atrás en cada nivel de Quietud, pensé que había dado con el cofre del tesoro.

La palpación y la Quietud

Una de las características de la Quietud que habita en la Respiración Primaria es que siempre nos da la sensación de algo muy especial. Es muy especial cuando empezamos nuestra formación osteopática, se nos enseña a palpar, a tomar un concepto que hemos aprendido de un libro y a palpar activamente al paciente para ver si cumple los criterios que se nos han dado. La palpación es un movimiento activo eferente de las manos para tener una idea de lo que hay en el paciente y compararlo con un modelo conceptual que primero se ha aprendido y luego se ha modificado con la práctica.

Pero hay un acto de comparación, y la palpación suele ser tan activa que implica una prueba de movimiento. La comprobación del movimiento es un principio activo. En el contexto del trabajo del Dr. Sutherland, la palpación, tal como la hemos definido, es la forma en que la define el diccionario Oxford. En el contexto de esta definición, que considero correcta, no es útil cuando se intenta establecer una relación con la Respiración Primaria.

La Respiración Primaria. La Marea

Así pues, tenemos dos enfoques básicos del trabajo craneal. Uno de ellos se interesa por los huesos craneales y sus lesiones, el otro se interesa por comprender las fuerzas terapéuticas de la Respiración Primaria. Y lo que nos interesa aquí, lo que nos lleva a este estudio, es el interés por la Respiración Primaria como fuerza terapéutica que nos sigue señalando directamente el punto de apoyo de la Quietud de la Marea. En esa frase se encierra tanto que creo que deberíamos intentar desglosarla un poco para que podamos ver realmente la magnitud de lo que puede significar la Quietud de la Marea.

Mientras digo esto, también estoy reconociendo al mismo tiempo el hecho de que no he terminado con mi educación y que espero sinceramente que mi comprensión siga desarrollándose, y siga madurando, como tengo el mismo deseo para ti. Así que no estamos atascados con una definición, sino que estamos intentando comprometernos con la tarea de tener una relación con la Respiración Primaria que nos permita saber exactamente qué

tipo de intención está expresando en un paciente individual, en un momento dado. Y se avecina una tormenta, así que espero que el sonido de la lluvia no interfiera demasiado con la facilidad de escuchar este comentario.

La Quietud es una idea que es muy fácil creer que entiendes, he visto a gente hablar de la Quietud de una forma muy mundana, y he visto a gente en presencia de una gran Quietud reconocerla y alejarse. Nuestra relación con la Quietud varía drásticamente, tanto con esa habilidad como sin ella. Obviamente, el Dr. Sutherland tenía una enorme comprensión y un enorme respeto y adoración por la intención del Aliento de Vida que entró en la consciencia a través de la Quietud de la totalidad de la Marea de la Respiración Primaria. Parte de esa Marea no tiene un ritmo.

Así que la palabra Quietud y la palabra Marea no siempre significan lo mismo, no siempre tienen las mismas características. Parte de este debate consiste en intentar analizar las distintas formas en que el significado y la comprensión de esa palabra pueden cambiar a medida que nos desplazamos de un lugar a otro en nuestra percepción. También dentro del propio mundo natural es un gran tema.

Este texto es una especie de visión general porque quiero que la gente intente comprender lo importante que es que no se conformen con lo que tienen, y si parte de este viaje es que tienes que borrar continuamente tus opiniones y tu relación para que la Marea pueda cambiar tu conciencia y enseñarte todo aquello a lo que nos aferramos, por muy bonito que sea, va a acabar causándonos desesperación, por perder el sentido del impulso en nuestro crecimiento y desarrollo como clínicos, como persona y en mi caso, y estoy seguro de que en el caso de algunas de las personas que leen esto, como profesor o como mentor, o como alguien que desea transmitir la tradición oral de la osteopatía en el campo craneal.

Es importante al menos para mí, es muy muy importante que esa tradición oral permanezca viva aunque las propias instituciones empiecen a desmoronarse ante el diseño médico contemporáneo.

También me gustaría decir aquí al principio que la palabra silencio, la palabra Quietud, la palabra pausa, la palabra neutro y la palabra ocioso tienden a converger lentamente y a disipar su individualidad en una totalidad que madura en nosotros como persona. Ésa es la presencia de una gran Quietud. Y esta gran Quietud es un océano, y esta gran Quietud no va y viene. De modo que en los niveles superiores de la Quietud no existen los puntos de Quietud, porque la Quietud se vuelve en sí misma más o menos omnipresente o siempre presente.

La neutralidad

Y lo que está cambiando es nuestra consciencia. Y nos despertamos y luego nos dormimos. Cuando me levanté esta mañana tuve realmente una especie de sensación de desesperación que era emocional, no era realmente espiritual, pero quería sentir un aspecto de la Respiración Primaria que he sentido muchas veces y al que me he apegado mucho, porque hay mucho amor por todo en ese estado.

Y no quiero decir de mí o a través de mí, sino que simplemente está presente, y yo realmente quería estar en ese lugar, y estaba desesperado. Finalmente, después de siete horas de ser realmente neutral a mi desesperación, y de esperar de verdad hasta que lo neutral madurara, recibí una forma muy conmovedora de ignición que cambió mi Conciencia de forma bastante dramática. Al hacerlo la Respiración Primaria se me reveló en un ámbito totalmente nuevo, no digo que fuera más profundo, no digo que fuera más completo, pero sí que era un aspecto nuevo y oportuno.

Me dejó realmente muy claro que tenemos que desprendernos de todo lo que amamos de la Respiración Primaria. No me refiero a esto genéricamente, sino a que, momento a momento, no podemos mirar atrás con desesperación esperando que algo hermoso se repita o incluso mirando hacia delante. La Quietud vive en el tiempo de una forma muy diferente a tu naturaleza. Nos resulta muy difícil comprender que tenemos que ser completamente neutrales para que ese tempo de la Respiración Primaria, para que esta presencia de toda la Respiración Primaria siga relacionándose con nosotros, al menos de un modo del que seamos conscientes.

Ahora, esto suena muy fácil, y supongo que podría serlo, pero desde luego no es fácil para mí. No es que me cueste, es que es tan hermoso que es difícil ser simplemente neutral. Ahora bien, neutral es un Estado de Conciencia muy, muy elevado, no es que nos estemos volviendo tontos, sino que es una forma de docilidad activa. Y es una comprensión real de la relación. Así que después de pasar por esta Desesperación y trabajar hasta ser neutral, soporté su propia realidad, y realmente lo probé yendo en la dirección opuesta.

Así que fui a un lugar al que mi desesperación no quería que fuera porque me decía que habría más desesperación. Y fui sin otra razón que oponerme al impulso de la inercia en el sistema. Y entonces llegó este momento varias horas después, y de esa Quietud salió la misma voz pero con palabras diferentes, un significado diferente y una comprensión diferente.

Y realmente de nuevo con gran paciencia y gran amor me mostró la misma lección. Creo que si hay algo que he aprendido de la Quietud y de la Respiración Primaria es que no se compromete, no se socializa a nuestro nivel, no podemos movernos hacia ella porque ya está aquí. Así que cualquier dirección que nos demos hacia la Quietud generalmente no va a ser productiva a menos que empecemos a repetir un formato interno de cierta manera. Pero si no empezamos de cero no nos desplegamos, y lo que no puede ocurrir es que lo que no conocemos en este contexto nos conduzca a una paz y una capacidad de amor mayores de lo imaginable. Esa capacidad nos permite entonces sentir, ver y pensar ayudar.

Y así, esta Quietud es importante, pero el viaje tiene muchos hitos en él y los hitos no son permanentes. Si ganas terreno no significa que estés permanentemente ahí y puedas dormirte en los laureles. Y no es que tengas que levantarte cada mañana y hacer un gran esfuerzo, lo que sí significa es que tenemos que ser neutrales. Fíjate en que no estoy utilizando la palabra rendirse o dejarse llevar, porque es pasiva. De acuerdo, tenemos que entender la neutralidad y por ello también los fundamentos más básicos del tipo de osteopatía funcional, que lleva al paciente a una neutralidad que le pone en relación con una fuerza terapéutica más profunda. Este es el sello distintivo del trabajo del Dr. Sutherland, pero visto desde este punto de vista, no hablo por todos.

Los paisajes de la quietud

Así que tenemos la palabra Quietud. Hablaremos de muchos tipos de Quietud.

Tenemos la palabra silencio, tenemos la palabra neutro, tenemos la palabra pausa, tenemos una relación diferente con el tiempo, el espacio, el ritmo y la dimensionalidad a medida que nos movemos de un tipo de Quietud a otro tipo de Quietud, a medida que nos movemos por estos diferentes paisajes. Habrá un río que cuando lleguemos a él no podremos cruzarlo. Y la Marea vendrá a por nosotros y cambiará nuestra consciencia y nos llevará al siguiente paisaje. Para ver la Marea cambiando tu consciencia tienes que estar buscándola. Si lo que eres es sólo el estado en el que estás y no sabes cómo has llegado ahí, entonces sigues viviendo los efectos de la vida, lo cual es maravilloso, pero no entiendes la causa o no nos estamos moviendo hacia la causa.

La metodología de las cosas

Quiero dejar muy claro que ése es mi interés: creo sinceramente que el Dr. Sutherland trabajaba de esta manera, no exclusivamente, no pretendo tener una comprensión total de su trabajo, eso no es posible. Lo que estamos tratando aquí es nuestra formación, nuestra habilidad, el Arte de la osteopatía y la ciencia, que es lo que vamos a discutir ahora, la metodología las cosas que puedes observar, que se repiten.

La ciencia está siendo evocada por nuestra experiencia con los tratamientos. Estamos tratando de seguir los principios de la osteopatía, y construir una relación con las fuerzas terapéuticas residentes en el paciente. Así que nos dirigimos en esa dirección y, a medida que lo hacemos, tenemos que dejar de palpar, de hacernos cargo, de estar al mando, de hacer que nuestra opinión domine nuestra consciencia, y tenemos que empezar a movernos hacia la percepción.

Es interesante que cuando introdujimos por primera vez esta palabra en la formación osteopática, allá por el año 82, quizá por el 78, al principio la gente se quejaba por todas partes de que la sensación era un término demasiado místico. Si lo buscas en el diccionario de Oxford no lo es. Ha existido durante mucho tiempo y no sólo lo utilizan los místicos. No hay razón para rechazar una palabra que puede enseñarnos algo.

Cuando estamos en la palpación, que es activa, tienes un concepto, pruebas tu movimiento, quieres saber si el paciente cumple los criterios; y pasamos a la percepción y nos volvemos más pasivos, lo que significa que intentamos escuchar, seguimos dominando el terreno de la información, pero en lugar de emitirla, la recibimos, así que nos volvemos pasivos, es decir, escuchamos activamente y permitimos que la información llegue a nuestro cerebro a través de nuestros propioceptores y produzca una imagen para nosotros, una película del movimiento o no movimiento del paciente. Y así empezamos a obtener imágenes que se ven a partir de la impresión que nos llega, en lugar de generarse a partir de algo que leemos en un libro.

Empezamos a escuchar con las manos lo que..., bueno, si las movemos demasiado al principio, en realidad estamos palpando lo que estamos escuchando, pero no sólo lo que estamos escuchando, sino también por qué razón estamos escuchando.

¿Qué es la anatomía?

Te pido que leas el primer capítulo de la “Filosofía de la Osteopatía” del Dr. Still, en el que se plantea la pregunta de ¿qué es la anatomía?, y luego continúa definiendo la anatomía: la estructura es sólo un aspecto de ella. Define la anatomía por lo que vemos macroscópicamente en el laboratorio de disección, pero también la anatomía tiene fisiología, también tiene química, también tiene histología.

Y cuando sumamos todo eso tenemos que incluir el movimiento del flujo de la vida a través de las venas, arterias, linfáticos, etc. En otras palabras, los movimientos internos de la vida, en los que pensamos sobre todo con los flujos linfáticos, arteriales, venosos, pero también sabemos que por ahí se mueven la Respiración Primaria y la respiración torácica, y muchos, muchos, muchos movimientos de los que ni tú ni yo sabemos nada.

Así que la pregunta realmente es si hay espacio en tu mente para el cambio y si hay espacio en tu mente para intentar seguir las enseñanzas que el Dr. Still nos dio. Y puedes leerlo, no tienes que decir “bueno, el Dr. Jealous dice que está en otro libro, dice que nos sentemos y leamos la filosofía de la osteopatía, capítulo uno, habla de anatomía”. Lo que quiero decir es que no puedes sentir la anatomía de la que habla el Dr. Still a menos que tus manos estén escuchando. No nos pide que nos fijemos sólo en la anatomía macroscópica, dice que la anatomía es la totalidad de la estructura de crecimiento, más la fisiología, más la química, más la histología, más el movimiento de los fluidos de todas las alturas cualitativas del sistema. Eso es la Anatomía, ¿cómo podría haber un enfoque estructural o no estructural de la osteopatía si seguimos la dirección de la facilidad dada por el Dr. Still, para abarcar la totalidad de la forma de esta Anatomía que describe tan maravillosamente en todas sus dimensionalidades, como una única totalidad de la anatomía?

Lo que hemos hecho es tomar el modelo médico de anatomía de Gray y Cunningham y todos los demás, pero no hemos estudiado al Dr. Still. Si vamos a intentar hacer lo que él dice, si vamos a intentar estudiar anatomía, sólo hemos hecho quizá una cosa: todo lo que hemos hecho es mirar en un libro y memorizar apéndices, inserciones, orígenes, irrigación, movimiento primario, movimiento secundario, movimiento antagonista, bla bla bla ¿hemos combinado la totalidad de la Forma y la Función en esta única cosa que define una relativa normalidad?

Ser pasivos

Si quieres sentir todas las cosas que el Dr. Still ha mencionado, no como compartimentos separados o aspectos de la anatomía, sino como una única unidad de función, que es de

lo que trata la osteopatía, la única forma que conozco, y Dios sabe que también la conocen muchos otros, es sentarse y dejar que las manos escuchen, dejar que se vuelvan pasivas. Si abres la mano y dejas caer una moneda en ella no tienes que mirar para saber que está ahí. Y si realmente escuchas, sabrás lo grande que es y lo que pesa, y sabrás cuando se mueve, y cuando no se mueve, sabrás cuando la moneda sigue buscando su sitio para posarse en tu mano mientras vibra. Y mantienes la mano extendida y el agua cae sobre tu mano y la lluvia aumenta, disminuye, incluso puede cambiar la temperatura, puede cambiar a granizo, pero entonces la lluvia puede detenerse y, cuando se detiene, puedes oír la caer de los árboles y del tejado. Y puedes sentir una Quietud en el aire, todo ello sin palpar. Es normal que nuestros sentidos puedan ser pasivos, somos tan activos que ahora tenemos que aprender a dejar que nuestros sentidos sean pasivos, pero ¿y si te despertaras con amnesia total después de haber superado el miedo? Probablemente verías las cosas de forma diferente, tal vez como un niño.

Así que este movimiento en nuestro cerebro, desde calcular, conceptualizar y hurgar en el paciente, a dejar que nuestras manos estén quietas, nos mueve hacia una mejor comprensión de lo que el Dr. Still habla en el capítulo uno de "La Filosofía de la Osteopatía". Realmente me gustaría que lo leyeras y si no estás de acuerdo conmigo, por favor, házmelo saber y hablemos de ello, abramos las puertas y ya sabes, lo importante es que hablemos de osteopatía. No se trata de quién tiene razón o no, estamos todos equivocados, cada uno de nosotros está tan equivocado que es patético, estamos equivocados porque pensamos que podemos pensar y llegar a la respuesta correcta. Pero la respuesta correcta ya está ahí.

Otra cosa que el Dr. Still hace en este capítulo es hablar sobre la totalidad de una forma muy hermosa, disfrazada en un comentario sobre una gallina, y es tan real, tan concreta y tan bellamente expresada que suena absolutamente estúpido. Pero eso es lo que hace falta.

De la palpación a la percepción

Así que llevamos este movimiento de la palpación a la percepción y esto nos permite ahora escuchar el movimiento a través de los tejidos del paciente, a través del sistema nervioso del paciente, a través de todas las formas duales de vida, a través de la química, a través de la fisiología.

Y empezamos, paramos y escuchamos, nos confundimos. Siento algo pero no sé lo que es, por eso necesitamos una tradición oral, por eso necesitamos maestros, ojalá mentalistas, que puedan trabajar con nosotros durante un largo periodo de tiempo, porque el mejor regalo que he tenido nunca ha sido tener varios, es increíble.

Así que empezamos a escuchar lo que escuchamos, lo primero que llega a nuestras manos. No nos sentamos y decimos "quiero sentir la respiración torácica" y vamos a por ello, porque estás superponiendo prioridades de nuevo en el sistema. Escuchar de verdad es simplemente tomar lo que recibes. Si salgo de mi casa ahora mismo no sé lo que voy a

escuchar, hay cosas ahí fuera llenas de vida pero no puedo decidir lo que voy a escuchar. Pero escucho cosas, escucho el agua y oigo un sonido pero no sé lo que es. Y entonces en vez de escuchar ese sonido decido que es un avión; bueno puede que no sea un avión, puede que sea un trueno. ¿Cómo se si estoy en lo cierto o no? En este momento no sé lo que es ese sonido. Eso significa que soy incompetente. Pero mientras espero en vez de sentirme como un completo fracaso sintiendo que no se nada, simplemente guardo esa pieza de información. Se que el retumbar es el agua hasta cierto punto y sigo escuchando. Y entonces tenemos el sonido de un pájaro que penetra a través de la pesadez de la humedad del aire en la tormenta, claramente y viene el viento, y hay más agua cayendo y sigo escuchando y entonces hay ese sonido de fondo y veo que mi mente lo persigue. Divido mi atención para poder verlo todo y no centrarme en esa única cosa. Así que tengo el agua, el viento, la Quietud, la humedad y el suave movimiento de los árboles. Así que no me aferro firmemente a ese sonido, de lo contrario todo lo demás desaparecerá.

Debemos tener cuidado mientras trabajamos de que nuestra curiosidad no se apodere de toda la conciencia. Así que mantenemos nuestra atención dividida en lugar de decir “quiero oír la respiración torácica”, lo cual puedes hacer, pero luego tenemos que dejarlo ir para recibir la Respiración Primaria. Pero es mejor poner las manos, escuchar y encontrar algo que no sepas y que no hayas oído antes, en lugar de repetir el mismo formato habitual para que tus manos te enseñen. Como dijo el Dr. Sutherland, “pensar, sentir, saber”. No hemos llegado a las profundidades de las capacidades que residen en nuestro don perceptivo de la vida después de haber esperado estos minutos sin preocuparme de si el sonido era correcto o no, ¿qué es esto? es ruido, es un avión, una especie de pequeño avión que sale entre las nubes. Y me alegro de no haber pensado que era un trueno y de haberme alejado de él. Ahora que el avión empieza a aparecer en primer plano tu conciencia sólo lo escucha el tiempo suficiente para entender su relación con todas las demás cosas que oyes o que no oyes.

Así que esta escucha con las manos no es sólo sentarse ahí manteniendo el espacio o preguntando a los tejidos qué quieren, que son buenas actividades pero son más palpatorias, sino que estás escuchando cosas que no sabes. Lo que está disponible para mí en este momento nunca lo ha estado antes en toda mi vida, ¿ha llovido alguna vez? sí, gotea de un tejado, sí, pero este momento en concreto nunca ha estado aquí antes y nunca se repetirá, y podríamos fotografiarlo y yo podría demostrártelo, y es exactamente lo mismo que ocurre dentro de nuestros pacientes.

Y eso significa que, si vamos a dar este paso de la palpación a la percepción, hace falta cierta disciplina. Pero ¿qué es la disciplina? La disciplina no es centrar la mente en una cosa. Empieza a escuchar, escucha todo, si algo te habla en el mundo, eso forma parte de la escucha. No digas que todo el mundo se calle para poder escuchar. Eso no es escuchar, bueno, es un principio, pero al final escuchar incluye todo lo que hay en el tejido en todo momento, no bloqueamos todo lo demás para poder escuchar, porque eso no es realmente ser simple y no es realmente sentir, es como establecer circunstancias para que puedas escuchar.

Eso está bien, si eres principiante está bien, pero muchos de vosotros lleváis aquí mucho tiempo y no se trata de tener condiciones especiales. Los pacientes están enfermos, no

tienen la capacidad de evadirse de su sufrimiento, no tienen 10 minutos libres si algo les molesta, tienen que estar lo suficientemente presentes como para llevar eso a lo que está ocurriendo en el momento, porque están sufriendo.

Lo que estamos haciendo es pedirnos a nosotros mismos un privilegio que, en última instancia, no nos dará ningún recurso para la totalidad del movimiento de la gran Quietud, a la que llegaremos cuando terminemos este tema. Pero ahora mismo pasamos de la palpación a la percepción. Tengo a mucha gente que lleva mucho tiempo en la consulta y les pilla haciendo esto a menudo. Vale, es gracioso, todos somos graciosos, pero si digamos que llevas 20 años en la consulta y estás escuchando esto y eres un experto, vale, mira, sé honesto y disfrútalo ¿cuántas veces al día haces una pequeña palpación con tus sentidos y puedes sentir si tienes la habilidad?

Si tienes la habilidad, entonces está bien mezclarlo, pero si no la tienes y estás palpando porque te aburres o quieres que las cosas avancen, o estás intentando conseguir un resultado o te falta confianza, entonces en algún momento tenemos que dar el paso de empezar a sentir de verdad. Sentir en sí mismo como tema es fenomenal, y cuando empezamos a sentir, empezamos a escuchar el movimiento involuntario del paciente y empezamos a trabajar con el movimiento presente, hacemos una gran palpación, damos un paso de gigante. No puedes escuchar el movimiento presente que ya está presente.

Si estás palpando, sólo vas a poder hacer una prueba de movimiento. Tenemos que escuchar el movimiento presente, qué es el movimiento, todo lo que el Dr. aún dice sobre la Anatomía, que contiene todos estos aspectos de la fisiología, la química, la histología, todo ello como un todo único.

Quiero felicitar a mi querido amigo Elliot Brockman, una de las personas más dulces que he conocido en toda mi vida y que es un Osteópata de clase mundial. Es uno de los grandes, no hay duda de ello, ha dedicado su vida a ello. Lo que le hace grande es su amor por ello, eso es lo que le hace grande.

Primer nivel de Quietud. El sincitio.

El otro día vino desde California y escribí algo que me dijo Elliot, algo bastante asombroso. Me llevó de vuelta a 1967 cuando estábamos juntos en Kirksville. Estábamos en la primera parte de nuestra educación, mi segundo año en Kirksville, bueno, mi tercer año en realidad.

Elliot se saltaba las clases para poder subir y hablar con el Dr. Core. El Dr. Core fue probablemente uno de los mayores defensores de la osteopatía que jamás haya existido. Puedes conseguir sus escritos a través de la Academia Americana de Osteopatía. Investigó mucho sobre la base fisiológica de la medicina osteopática y si hubiera estado en una gran universidad, cosa que decidió no hacer, probablemente le habrían dado el Premio Nobel por lo que descubrió sobre la ley neurotrófica. Dejando eso a un lado, era un gran hombre, la gente lo dice a menudo, pero era así. Elliot estuvo hablando con él y me dijo esto el otro día: "Le pregunté al Dr. Core si creía que un ser humano era un sincitio, una masa única

de totalidad, todo el protoplasma del cuerpo, todos los fluidos, todas las células, todos los aspectos de la anatomía, funcionando como uno solo". Y por eso la historia de la gallina es tan importante en la filosofía de la osteopatía.

Esto es 1967. Elliot es un estudiante de segundo año, tiene una mente abierta, tiene una mente muy hermosa, así que me lo cuenta y pienso: "vaya, qué gran pregunta". Lo más interesante es la respuesta del Dr. Core. Él le dice a Elliot y cito lo que Elliot me dijo: "sí, Elliot, un segmento visible es un segmento con problemas". La respuesta fue: "quieres decir que no deberíamos tener fisuras".

Espero que tengas tiempo para pensar en esto, estamos escuchando y el objetivo de escuchar es seguir soltando información, y la información que soltamos es muy importante para que la registremos. La escribimos y la soltamos. Tenemos que pasar de ser pasivos a ser neutrales.

Cuando empezamos a sentir la anatomía y su realidad y el paciente pasa por un proceso de tratamiento, llegamos a un punto en el que todo el cuerpo se vuelve muy silencioso, muy quieto, el paciente entra en un Punto de Quietud sólo en el cuerpo. Éste es el primer nivel y existe este sincitio no segmentado.

Voy a volver a citar al Dr. Core. Él dijo que si hay un segmento visible, es un segmento con problemas, lo que significa que no sólo tenemos que movernos por nuestra adicción total a la anatomía, que es inadecuada porque sólo es la forma burda. Pero también tenemos que movernos por nuestra adicción a los caminos y segmentos de las diferentes piezas, de modo que cuando el paciente pasa a su estado de salud más fundamental, que es el reposo como una única unidad de función que llamamos neutro, podemos oírlo con nuestras manos que escuchan, porque la palabra sentir significa que cualquier sentido utiliza todos los sentidos a la vez.

Así que cuando las manos están sintiendo, no están tocando, no están escuchando, no están viendo, no están oliendo, ni intuyendo, ni saboreando, ni comprendiendo lo que sienten, todas esas cosas suceden simultáneamente. Las manos se convierten en "lo que quieras llamarlo", cuando la vista, el oído, el gusto, el olfato y el tacto quieren actividad. Por eso nos esforzamos tanto en sentir, porque el movimiento de los sentidos es paralelo al movimiento del paciente, de la estructura a la función y a la totalidad, y la información menos real que obtenemos es la menos real, no digo que no sea buena.

Así que no entremos en un debate en el que yo esté en contra de nada. Pero la información menos útil que obtenemos es cuando pensamos que la anatomía es sólo estructura comparativa, cuando comparamos la estructura del libro con lo que hay en el paciente y lo sometemos a pruebas de movimiento. Eso no es anatomía. No me importa lo que digan los demás. Estoy de acuerdo con el Dr. Still, que nos dice que la anatomía es un principio vivo que contiene todas estas cosas además de la totalidad. Y en la totalidad el pollo aparece como la experiencia sensorial primaria, no las alas, las patas, el hígado, el pico y la cabeza.

Pasamos de la palpación a la percepción y de la escucha a la presencia insonora de la Quietud. Hemos hecho una transición desde la ilusión de que la anatomía es algo más que

un pequeño fragmento de información visto a la luz. El Dr. Still seguía hablando de ello. Pasamos de la palpación a la percepción cuando pasamos de crear movimiento, de manipular a escuchar, y se nos muestra la fuerza bioterapéutica que transmuta al paciente. Las fuerzas terapéuticas internas llevan al paciente a un punto neutro. Piensa que el punto final del tratamiento es que el paciente se queda absolutamente inmóvil.

Y no puedes sentir la anatomía macroscópica, no puedes sentir la histología, no puedes sentir la bioquímica, no puedes sentir la fisiología, no puedes sentir los patrones de flujo individuales en los diferentes sistemas, no puedes sentir la segmentación. Cuando escuchas la Quietud, es el principio de una puerta hacia la comprensión de la sensación de totalidad y lo importante que es para el proceso de curación de nuestros pacientes. Este es el paso uno, fase uno, movimiento presente.

Extraño, es un Punto de Quietud. Bueno, como veremos más adelante, este primer Punto de Quietud no es realmente un Punto de Quietud, es sólo un punto neutro, pero es tranquilo, es hermoso, está contenido dentro del paciente y no es un Punto de Quietud. y no es la Quietud de la Marea, es un efecto de una Quietud mayor que aún no hemos desvelado y que transmuta el paciente a través de un proceso terapéutico llamado cambio automático.

Y llegas a este lugar en el que el paciente es neutro, neutro no es pasivo, neutro es sin forma. Sin forma es el lugar último de la humildad, no es activo, no es palpatorio no es pasivo, no es sensitivo, simplemente se ha reducido a sí mismo al lugar más fundamental, a través del cual se producen el crecimiento, el desarrollo y la curación. Se convierte en el sincitio sobre el que preguntaba Elliot y se convierte en un acontecimiento no segmentado y en el lugar de la curación, en evento no segmentado y en el “sin hogar”.

Cuando empieza a aparecer empezamos a experimentar este primer nivel de Quietud. Cuando lo sientes piensas “¡¡oh Dios mío! ¿qué es eso?” No pasa nada. La gente me dice todo el tiempo: “Dr. Jealous ven y comprueba este paciente”. No pasa nada, es bueno. Nos hemos movido hacia un punto que los doctores describían muy bien: “no hay segmentos visibles”. Un segmento visible es un segmento en problemas. Eso es tan bonito... solo quiero dar las gracias a Elliot, quiero dar las gracias al Dr. Core, quiero dar las gracias al Dr Still, quiero dar las gracias al 12 de abril de 1948 y a “Contributions of Thought”, quiero dar las gracias al Profesor.

Y pasamos de la palpación a la sensación, a la neutralidad. Si coges el brazo y contraes el bíceps y lo sientes es activo. Si contraes el tríceps igual el bíceps se vuelve pasivo, se estira a un cierto tempo. No es neutral cuando pones el brazo completamente en reposo. El bíceps se siente como una bolsa de agua, ha perdido su anatomía, ha perdido la dinámica de la química y la fisiología que tiene cuando está activo o pasivo, se vuelve neutro.

Éste es el punto de reposo a través del cual se renueva la función de ese músculo, incluida su forma, es decir, su estructura, se cura, reemplaza sus propios tejidos, se deshace del ácido láctico, se deshace del proceso inflamatorio. Este punto neutro no es un lugar pequeño, y no importa qué tipo de osteopatía se haga, todos llegan al mismo punto. Puede que no lo sepan, puede que no les guste admitirlo, pero una osteopatía no es un lugar neutro, pero un tratamiento osteopático siempre se lleva hasta el punto en que no puedes

sentir ninguna resistencia en el lugar que estás tratando. Cuando la resistencia desaparece entonces no es activa o pasiva, porque en la pasiva hay tensión.

La neutralidad es la primera experiencia que tenemos con la Quietud. Cuando sentí por primera vez mi primer neutro tratando un paciente pensé que había muerto y que había ido al cielo. Pensé que había abierto el cofre del tesoro de la élite en el cielo, y todo lo que había hecho es tocar un neutro en todo el paciente. Eso es mucho pero no es la Quietud de la Marea. Lo que buscamos no es ese nivel de Quietud. Es lo que yo llamo un primer nivel, es realmente bueno, realmente útil, Si no quieres pasar de eso bien, pero si quieres entonces tienes que estudiar la diferencia en ti mismo entre activo, pasivo y neutro. Es así de simple te sientes neutro. Si eres neutro no te sientes pasivo, te garantizo que no te sientes vacío.

De los diferentes niveles de Quietud este es el nivel uno. Algunas de las habilidades que necesitamos tener es saber la diferencia entre palpar y sentir. Cuando estamos sintiendo tenemos que saber cómo dividir nuestra atención en múltiples direcciones al mismo tiempo, tenemos que entender que escuchar es un acto de totalidad para todos los sentidos. Estoy usando esa palabra para significar más de lo que la palabra significa en realidad y es que queremos vigilar. No dejemos que nuestra mente vaya en esa dirección sin mantener nuestra atención equilibrada en la totalidad del movimiento del momento, y eso empezará a llevarnos a diferentes niveles de Quietud.

Quiero dedicar este texto al Dr. Core y a mi buen amigo Elliot por lo que han aportado a nuestro lenguaje y por la luz que han mostrado en este proceso, y lo maravilloso que fue volver con Elliott y estar con él y con el Dr. Core en mi memoria. Y estar allí y darme cuenta de que lo puso delante de nosotros, todo estaba allí. Lo bueno de la osteopatía es que las personas que fueron buenos mentores para mí, lo que me dijeron ha resistido la prueba del tiempo. Todavía estoy creciendo en la verdad que me dijeron, es genial.

Recapitulamos

Hasta ahora hemos discutido de lo que voy a denominar Quietud de primer nivel, esa especie de primer atisbo de plenitud en el paciente que no se siente como tejido o fluido o energía eléctrica, es neutra. No es realmente una Quietud porque no tiene ninguna fuerza terapéutica propia residente, aunque es el lugar a través del cual la fuerza terapéutica puede crear una transmutación.

Anteriormente también hablamos de la diferencia entre palpar y sentir, y de lo importante que es comprender que cuando escuchamos con las manos, cuando sentimos, nuestras manos recogen información de muchas maneras, de modo que podemos ver con las manos, podemos escuchar con las manos, podemos saborear, podemos percibir la naturaleza de la actividad en sí, y sin duda podemos oler el sentido intuitivo que la acompaña.

Y también comentamos la diferencia entre activo, pasivo y neutro, no como una teoría sino como una experiencia sensorial directa, y lo importante que es. Porque en última instancia cuando damos un tratamiento que nos pone en contacto con este primer nivel de con-

ciencia, en realidad tenemos que pasar de la comprobación del movimiento a un neutro inicial, que es un efecto del movimiento presente en el sistema, secundario a las fuerzas involuntarias de la respiración torácica y primaria. Y pasamos a través de ese neutro de un proceso terapéutico local a uno sistémico que podemos escuchar, y finalmente todo el paciente pasa a neutro.

Así que nuestro punto final es el tipo de Quietud en todo el cuerpo dentro de la totalidad del paciente. No es un estado activo, no es un estado pasivo, es un estado neutro. Es casi como el protoplasma a través del cual el movimiento de la vida empieza a expresar su diversidad; parte de lo que sale de un estado neutro es pasivo y parte es activo. Y cuando nos encontramos por primera vez con este primer nivel de Quietud del que hablamos la última vez, es una experiencia bastante profunda: la sensación de que el paciente es un todo, y que la anatomía, al menos la anatomía macroscópica, la fisiología, la química, la histología y los flujos de fluidos individuales se han fusionado en un único sincitio. Y no podemos identificar ninguna segmentación o sistema biológico dentro de ese campo neutro que está tan quieto y equilibrado.

Y si observas atentamente en este primer nivel la Quietud, que como he dicho es realmente un neutro, tiene el mismo tono y textura que el aire y probablemente representa un punto de equilibrio muy importante entre la presión atmosférica y el cuerpo fluido.

Sabemos que ese punto de equilibrio que estás experimentando mientras te sientas allí es un equilibrio entre tus fluidos corporales y la presión atmosférica, y si eso se desequilibra, si subes muy alto en las montañas o muy bajo en el océano, será un cambio de presión muy drástico, si no tenemos mucho cuidado. Si no vamos muy despacio podríamos morir. Este punto de equilibrio entre la presión atmosférica y los fluidos corporales, que es tan importante para el intercambio de fluidos y la salud linfática, está ocurriendo ahora mismo. La razón por la que no podemos sentirlo es porque está sano.

Y es neutro, está en reposo, es un punto de equilibrio o reposo entre la presión atmosférica y los fluidos corporales. Esto es un pequeño repaso del primer nivel de la Quietud del que hablamos la última vez.

Las pausas

Otra cosa que quiero repasar un poco son las pausas, la neutralidad y la Quietud, y en qué se diferencian, porque en el camino hacia la neutralidad, muchas veces cuando tratamos, el sistema tiende a hacer una pausa, pero no se homogeneiza en todo el cuerpo. Las pausas son puntos en los que el sistema se está resincronizando como un todo, de modo que a medida que avanza el tratamiento tendrás momentos en los que las cosas estén realmente tranquilas.

Pero lo que está ocurriendo, y lo verás muy claramente a medida que avances, es que gran parte del campo lesional se ha transmutado y, para que el sistema se ponga al día con los cambios, hace una pausa y vuelve a sincronizar la Forma y la Función en una nueva relación con la línea media de la salud.

Por otra parte, la neutralidad es un estado en el que el sistema es libre de ser desplazado por las fuerzas involuntarias de la Respiración Primaria. Si el sistema está implicado en una actividad activa o pasiva, las fuerzas terapéuticas internas son muy ineficaces, de modo que este punto de reposo y neutralidad se convierte en una puerta de entrada muy muy osteopática, en términos de salud, en términos de nuestra comprensión del proceso de curación.

Quietud y punto neutro

Ahora bien, la Quietud en sí misma es diferente del punto neutro, aunque al principio se sienten muy parecidos. La Quietud es el poder de transmutar sistémicamente al impregnar el punto neutro. La Quietud crea realmente un intercambio a través de todos los niveles del paciente, lo que incluye la conciencia, el cerebro, toda la fisiología, toda la química, toda la histología... de modo que la propia Quietud tiene una cierta cantidad de poder. Si ese poder se dispensa en un sistema neutral, es posible una enorme cantidad de cambio.

Y por eso la última vez hablamos de nuestra responsabilidad de tener manos que escuchen para no estar activas, y afrontar el reto. No estoy intentando introducir un concepto en el tratamiento, sino utilizarlo antes o después del tratamiento.

Luego te pedí que hicieras una pequeña tarea e intentarás darte cuenta de cuántas veces intentas ser activo cuando, de hecho, puede que sea lo apropiado en relación con lo que está ocurriendo en el paciente a veces, por supuesto, es lo apropiado, y te pedí que hicieras un balance de lo que está ocurriendo en ti durante el tratamiento, con qué frecuencia te aburres o te impacientas o te sientes inseguro o necesitas anatomía, la anatomía general en lugar de la co-singularidad emergente de la totalidad de la función.

Y a medida que avanzamos en nuestra práctica, cuanto más trabajamos con la Respiración Primaria, más comprendemos todas las cosas de las que hemos hablado, como las pausas neutrales, la Quietud, los puntos de equilibrio, el intercambio y las posibilidades. Espero que todas estas cosas no suenen a teoría, porque todas ellas son cosas de las que realmente somos testigos, que podemos observar y que podemos llegar a comprender. Eso puede llevar un tiempo, en algunos casos muchos años, lo cual está bien. A veces nos encontramos con la verdad cuando menos lo esperamos.

Así que tanto si eres un principiante como un Osteópata experimentado, estás en posición de comprender en cualquier momento cualquiera de las cosas de las que hablamos.

La atención dividida. La comunicación

También hablamos un poco sobre dividir la atención y no centrarnos demasiado en una cosa cada vez. Entenderemos o no cualquiera de las dos cosas, eso está bien, simplemente mantenemos nuestra conciencia abierta escuchando para que podamos recibir im-

presiones en nuestra Conciencia, y luego empezar a comprender lentamente, a lo largo de un periodo de tiempo, el lenguaje de la comunicación que tiene lugar entre nosotros y la naturaleza. Esa es una de las razones por las que hemos desarrollado un vocabulario y un lenguaje en biodinámica, porque necesitamos ser capaces de comunicarnos.

Se producen muchos malentendidos porque los individuos no entienden el lenguaje de la misma manera y no tienen claras sus referencias antes de iniciar una conversación.

Quietud de segundo nivel

Es un tipo de Quietud diferente del que hablamos al principio.

Para comprender y ser capaz de acceder a la Quietud de segundo nivel a través de las actividades de tu atención y tu intención durante el tratamiento, tienes que ser capaz de sentir el movimiento de la Respiración Primaria a dos ciclos y medio por minuto. Eso son unos 12 segundos para una fase de inhalación y 12 segundos para una fase de exhalación. Hasta que introducimos esta idea de que existía este otro ritmo que es diferente de la IRC, y esto se remonta ahora probablemente a algún lugar alrededor de los años 78-80. no era algo de lo que nadie hablara o escribiera.

Así como hemos entendido este sistema polirrítmico y entendemos el IRC y por qué es tan rápido, en algunos casos llegamos al punto más familiar de relación entre la Respiración de un paciente y el IRC, y eso es inhalar y exhalar dos o tres veces por minuto. Hicimos la prueba a 200 y pico personas en una gran conferencia incluyendo a los expertos y la frecuencia más rápida en la sala de cualquiera era tres ciclos por minuto.

Creo que cuando escuchamos pasivamente, como ya hemos dicho en el primer nivel de Quietud, algo ocurre en el sistema que le permite avanzar hacia un sentido más profundo del equilibrio y la regularidad, que es menos activo. De modo que cuando ponemos las manos sobre el paciente, ya sea en un pie, un codo o la cabeza, nos interesa la Respiración Primaria. No siempre tenemos que mirar los huesos craneales porque no son lo que respiran, son sólo un aspecto de la Respiración. Si tomas la definición de anatomía del Dr. Still, que incluye no sólo la estructura de crecimiento, sino la fisiología, la química, la histología y el flujo de todos los fluidos a través de ese proceso en movimiento, es una imagen bastante buena de lo que ocurre realmente a dos ciclos y medio por minuto. Lo que sentimos en realidad es la anatomía de la que hablaba el Dr. Still como sensación colectiva.

La biodinámica no trata de un enfoque estructural, no trata sólo de una anatomía general, de un eje de movimiento, sino de un sistema que está cambiando dinámicamente entre todos los aspectos de su configuración. El resultado final de eso es el movimiento de la Respiración Primaria y ese movimiento es la transmutación que tiene lugar. Así que mientras tenemos las manos sobre el paciente y escuchamos, en lugar de centrarnos en la respiración torácica o en las lesiones del paciente o en otros fenómenos, pedimos a nuestras manos que giren hacia una frecuencia específica y escuchen la inhalación y la exhalación de la Respiración Primaria, de una forma concreta.

Aquí es donde suele empezar la gente, y esa conciencia de este movimiento que va y viene es el movimiento de transmutación de todos los aspectos de la anatomía, incluida la histología, química, fisiología de los tejidos, y el flujo de todos los fluidos. La transmutación es un intento de la Respiración Primaria de llevar a todo el organismo al reposo para que pueda ir a su lugar Óptimo de curación. Es un neutro y por eso escuchamos esta Respiración. Así nos estamos sincronizando, estamos escuchando intencionadamente un movimiento de transmutación hacia dentro y hacia fuera. Cuando hacemos eso se llama sincronización con la Respiración Primaria, así que hemos pasado de nuestro primer nivel de interfaz a este siguiente nivel, donde empezamos sincronizándonos con la respiración de la Respiración Primaria a un ritmo particular.

Ahora bien, ésta no es la forma en que tratamos, sino que son las etapas por las que pasa la mayoría de la gente. Estamos intentando mostrarte diferentes niveles de Quietud y los principios que están relacionados con esa forma particular de Quietud.

Así que nos hemos sincronizado con la inspiración y la espiración de la Respiración Primaria y, mientras lo hacemos y nuestras manos escuchan, tocan y ven, intentamos sentir el punto de apoyo del que surge la fase de inhalación y al que regresa la fase de exhalación. Y podrías, si quisieras, dibujar una Marea de proa o un signo de infinito, de modo que el eje largo que pasa por el lado del infinito sea horizontal en el papel y hay un punto de cruce.

Y a medida que el sistema se mueve por los bordes de inhalación y exhalación cruza el punto central del que emerge y al que volverá, pero también es el punto central para la forma y la potencia del movimiento de la transmutación de la Respiración Primaria, que se produce a dos o tres ciclos por minuto. Así que empezamos a buscar el fulcro, no cambiamos a un concepto y luego dejamos de perseguirlo activamente, seguimos escuchando un tipo específico de Quietud. La inhalación de la Respiración Primaria surge de la nada y la exhalación parece volver a ninguna parte.

Esa ninguna parte es una Quietud, una puerta una habitación, un fulcro. Somos las dos caras, activa y pasiva de la Respiración. Se organizan potenciadas y expresadas a través del fuego transmutativo de la Respiración Primaria, y así dejamos de escuchar la inhalación y la exhalación, aunque seamos conscientes de ello, y empezamos a escuchar en silencio o una especie de Quietud de la que sale la respiración y en la que la respiración se vacía.

Así que escuchamos un cierto tipo de Quietud.

Y cuando empezamos a escuchar con las manos, ambas pasivas, recuerda que nuestras manos son pasivas, pueden ver que no están mirando hacia fuera, sino que están recibiendo impresiones que llegan a tus manos, van a tu cerebro y crean una imagen. No estamos sacando una imagen de tu cerebro y poniéndola en tus manos para luego buscarla en el paciente. Esto es exactamente lo contrario de la palpación. Realmente tenemos que estar atentos para darnos cuenta de lo que estamos haciendo.

Y entonces empezamos a notar esta especie de lugar que hace unos minutos no habíamos notado, y cuando lo notamos por primera vez no parecía nada, parecía que no hubiera nada allí, era una especie de vacío. Tal vez no sé nada, pero a medida que nos hacemos

presentes y prestamos atención al lugar de origen y volvemos a través del velo del movimiento de la respiración, vemos una Quietud y pasa lentamente de la nada al algo.

Y entonces el algo de la Quietud pasa al primer plano mientras el movimiento de la respiración pasa al segundo plano. Cuando eso ocurre empezamos a darnos cuenta de que esta Quietud es bastante más grande que un pequeño punto de apoyo, un pequeño punto de referencia o actividad, porque entrar en esa Quietud es como entrar en una habitación, y cuando lo hacemos el ritmo empieza a cambiar.

Y ralentizamos y el espacio empieza a abrirse hasta que empezamos a darnos cuenta de que esta Quietud impregna no sólo el cuerpo, como la Quietud de primer nivel, sino en realidad un espacio que es mayor que el cuerpo, que llamamos Zona "B". A medida que esa Quietud madura hay un proceso terapéutico que llamamos cambio automático, y a medida que comienza ese cambio, la inhalación y la exhalación se detienen, la Quietud pasa a primer plano y la actividad terapéutica tiene lugar durante un periodo de tiempo durante el cual lo neutro en el paciente se expande realmente más allá del cuerpo, hacia el espacio que lo rodea y a través del cuerpo. Cuando este proceso terapéutico termina, la Quietud que se desvela por esta actividad ocupa más espacio que la Quietud de primer nivel. También ralentiza el sistema de modo que empieza a cambiar a un ritmo más lento que vemos después del Punto de Quietud. Cuando el sistema llega a la neutralidad la Quietud penetra en la neutralidad de la totalidad de la sustancia del paciente.

Y ocurre algo oculto que es muy poderoso: los resultados clínicos no tienen ningún sentido pero tienes que recordar que lo que ocurre en el intercambio entre la Quietud y el neutro, que es un Punto Quieto, es el intercambio dinámico de la potencia terapéutica de la Respiración Primaria y, por tanto, sigue siendo un misterio el por qué funciona bien.

Hay más cosas que debemos comprender, hay más cosas que debemos ver aquí, saborear y oler, hay más cosas, por ahora vemos el efecto de un punto de Quietud, pero no vemos lo que ocurre realmente entre el neutro del paciente y el Punto de Quietud.

El Punto de Quietud de segundo nivel se alcanza mediante la sincronización, y luego dirigiendo nuestra atención a recibir la impresión de la Quietud del punto de apoyo, que es una puerta que atravesamos; y la Quietud empieza a impregnar no sólo el cuerpo, sino todo el campo fluido que hay dentro y alrededor del cuerpo, que llamamos Zona "B".

La Quietud de segundo nivel es una verdadera Quietud, no es un neutro, es un Punto de Quietud a través del cual se produce un intercambio con el neutro del paciente, esta transmutación y este cambio automático, de modo que hay un proceso diagnóstico y terapéutico. El resultado, el punto final si lo deseas, es un tipo de Quietud que es muy, muy diferente. Y como esa Quietud empieza a ser mayor que el cuerpo, realmente nos hace preguntarnos qué demonios está pasando.

Y para ti que has sido un practicante, para todos, si vuelves atrás cuando sentiste esto por primera vez, no parecía correcto. Nadie nos dijo que la Respiración Primaria no estaba atrapada dentro del cráneo hasta que estos puntos de Quietud empiezan a ir in crescendo y pensamos: "Vaya, esta Quietud es mucho más grande de lo que yo creía". Quizá la Quietud

que sentí en el nivel uno no era realmente una Quietud, quizá sólo era una especie de punto de equilibrio o neutro o algo así, un cambio pasivo. Lo primero que hicimos para llegar a la sentir la Quietud del segundo nivel fue sincronizarnos con algo sano en el paciente. No empezamos desenganchando la lesión y luego fuimos en la dirección de la facilidad, no utilizamos la tensión membranosas equilibrada. Obtuvimos un tipo de resultado clínico totalmente diferente y, por supuesto, con algunas personas empiezan con el equilibrio membranosos, y luego pasan por el nivel dos y luego por el nivel tres y así sucesivamente. Son muy sistemáticos al respecto.

Pero no vas a conseguir una Quietud de nivel dos del tipo que acabo de describir de forma regular a menos que te sincronices con la Respiración Primaria, sintiéndola primero como una fuerza transmutada y no sólo como un movimiento mecánico como el del diafragma. Si sientes la inhalación y la exhalación de la Respiración Primaria, ¿qué sientes? estás sintiendo un diafragma moviéndose en alguna parte o estás sintiendo una forma la inhalación: es en realidad la forma de un proceso metabólico llamado transmutación, que al entrar en el sistema lo transmuta de tal manera que cambia de forma cuando la transmutación termina.

Y ahora el sistema se está reformando a sí mismo. Terminamos con un movimiento hacia la puerta por la que el fuego de la transmutación puso fin al sistema y causó la forma de la respiración.

Quiero que pienses en la forma de la respiración, porque si no pensamos en ello vamos a tratarlo como si fuera algún tipo de fuerza mecánica, porque estamos demasiado acostumbrados a estar enganchados a una visión de la respiración torácica que dice que el diafragma está haciendo todo el trabajo, lo cual no es así. Así que pensemos en ello.

Y ¿con qué nos sincronizamos cuando nos sincronizamos con esta respiración? ¿qué es lo que crea la forma? Se han escrito muchas cosas bonitas sobre esto, de hecho en la conferencia Southern Memorial del Dr. Fulford en 1979. Merece la pena echarle un vistazo a algunas de las cosas de las que estamos hablando. También Ann Wales en el OCA Journal de 1953, en la página 36, habla de la sincronización y luego de la aparición de la Quietud.

La primera parte de ese paso la ha aclarado realmente de forma muy bella. Luego entramos a través de esa Quietud en una puerta que nos lleva al siguiente nivel de Quietud, que al principio no se siente como nada, pero te das cuenta de que algo está ocurriendo. Es a través de la Quietud de ese punto de apoyo que entramos en un proceso terapéutico, y después del proceso terapéutico la Quietud crece a medida que el paciente se vuelve neutro, a medida que la diversidad de Forma y Función se fusiona en un único sistema.

La Quietud es casi un amén, amén, amén, y entonces empieza a surtir efecto durante un periodo de tiempo. Así que el Punto de Quietud no es realmente un punto final, aunque lo utilicemos así inicialmente, especialmente también en este nivel. Nos sincronizamos con una Fuerza terapéutica residente que es el punto de apoyo, entramos en una habitación donde parece que no hay nada y luego hay algo, y la Quietud pasa al primer plano, tiene lugar el acontecimiento terapéutico, la Quietud crece y tiene más potencia, ocupa más espacio y crea un ritmo más lento al final que lo que vemos con la Quietud de primer nivel, que es sólo un punto neutro.

Ahora, lo interesante es que cuando detienes este proceso terapéutico estás en dos o tres ciclos por minuto, pero al pasar por ella, si sigues los principios exactamente como los he descrito, después del Punto de Quietud el sistema empieza a respirar de nuevo, de modo que ahora tenemos una fase de inhalación y una fase de exhalación, no sólo una fase de inhalación prolongada, sino que tenemos una fase de exhalación y una fase de inhalación, y son rítmicas y tienen un cierto Tempo. El ritmo es de unos cien segundos 50 segundos para la inhalación y 50 segundos para la exhalación.

En el primer grado que teníamos era de dos a tres ciclos por minuto, lo que son 12 segundos y medio por fase de inhalación o fase de exhalación. Y ahora estamos en 50 segundos por fase de inhalación o fase de exhalación. Estamos hablando de algo que es cuatro veces más lento que este segundo nivel de Quietud. Así que pasamos de sincronizarnos con el movimiento presente a pasar a través de las dimensionalidades de un segundo tipo de Quietud, que está relacionada con el paso del paciente de dos a tres ciclos por minuto neutro, a un neutro en una Marea Larga. Eso es una gran transición.

Pero ¿cuál es el efecto en nosotros? Quiero decir que hemos hecho un gran salto aquí desde el nivel uno, del primer tipo, al segundo tipo, hemos hecho un movimiento increíble, y la Quietud empieza a pasar al primer plano. Todo el ruido y la distracción de la vida se disuelve en algún lugar, ¿adónde va con todos los pensamientos, con todos los distractores? Nos toca, empieza a transmutar nuestra propia energía, nos lleva a un estado más neutro y, finalmente, si lo deseas y te impresiona, puedes decidir cómo sería si este segundo nivel de Quietud pudiera sentirse a través de mí y a mi alrededor, ¿qué pasaría si le prestara atención? No es fácil encontrar la Quietud a menos que cambies las reglas y empieces a ser activo y a buscarla, como haces con la Anatomía.

Pero si por un momento intentas ser predominantemente propioceptivo, ¿esa Quietud realmente va y viene o sólo es infalible y sólo tiene la apariencia de ser desvelada porque tú y yo no sólo estamos distraídos, sino que no estamos viviendo el concepto principal de la osteopatía, que es esta totalidad? Eso es el sincitio, la totalidad no segmentada ¿te lo imaginas?

Necesitamos palabras como sincitio y necesitamos palabras como “una sola masa de protoplasma”, pero en realidad no necesitamos esas palabras. Todos sabemos que el todo es mayor que la suma de las partes. La forma en que queremos saber es por comunicación directa con las leyes de la naturaleza, a través de los principios de tratamiento, por medio de un lenguaje para que podamos continuar el impulso de una tradición oral, no una tradición escrita. No puedes aprender osteopatía recibiendo un curso con cualquiera en cualquier lugar. Te pueden mostrar algunas cosas realmente hermosas pero necesitamos maestros y mentores, necesitamos personas que nos desafíen y nos quieran. Y aunque eso sea difícil son las cosas que más recordarás.

El mayor regalo del mundo es tener un mentor. Ahora que Ruby ha muerto y George Laughlin mucho antes, y Annie se ha ido y Becker también, doy gracias a Dios porque me dieron una relación con la Respiración Primaria presente para que tenga la sensación de que me enseñan, me aman y me curan. Enseñado, amado y curado por esta presencia, que dice tanto como yo lo fui por su presencia cuando ellos estaban aquí. No sé qué más decir excepto que espero que esto sea útil. Si ciertamente no te interesa entonces también está bien, pero si te interesa quizás este pequeño comentario te ayude.

Quietud de tercer nivel

Ahora vamos a reflexionar sobre el nivel tres de la Quietud. Va a ser una discusión sobre muchas cosas increíbles. Es interesante cómo intentamos tomar algo extraordinario y convertirlo en una idea. Soy muy consciente del hecho de que estoy hablando y utilizando palabras, y de que esas palabras pueden ser prisioneras poseídas.

Puede que la gente no entienda realmente algunas de las referencias que intentamos utilizar si hemos experimentado solo la Quietud de nivel uno y de nivel dos, y hemos ido más allá de lo conocido que esas Quietudes tienen que ofrecernos, lo que significa que hemos entrado en la experiencia de la palabra. Hemos entrado en la Quietud de nivel uno hasta desaparecer en su esencia y, más tarde, hemos entrado en la Quietud de nivel dos y nos hemos disuelto lentamente en su esencia, de modo que hemos pasado de la palabra a la realidad que intenta transmitir.

Y nos disolvemos lentamente en su esencia.

De modo que pasamos de la palabra a la realidad que intenta transmitir. Suena a algo sencillo de decir. Cuando pienso en la Quietud de nivel uno en mi propia historia como osteópata, pasó mucho tiempo antes de que sintiera un punto de Quietud que pasase fuera de la piel del paciente, fuera de la Zona "A". Mucho de eso era ignorancia, mucho de eso era la enseñanza, mucho de eso era sólo arrogancia, pensando que entendía las palabras para poder hablar de ella como una autoridad.

La Quietud de nivel uno está en la zona "A", la Quietud de nivel dos está más o menos en la zona "B", y, a veces, el nivel dos de la Quietud trasciende la zona "B" y nos lleva a la zona "D".

El nivel tres de la Quietud está condicionado en cierta medida por nuestra respuesta a los otros dos. Si empezamos a hacernos a la idea de que hay algo grande rondándonos y si empezamos a preferir la Quietud a nuestro propio parloteo y formulaciones internas, entonces pueden madurar en una especie de discernimiento que desvela nuevos tipos de espacios. Y empezamos a darnos cuenta de que construir una relación con la totalidad de la vida, algo real, requiere una dependencia consciente continua, que nutre y crea la existencia, la existencia de todo.

El nivel tres es muy diferente del nivel dos. El nivel dos casi puede ser experimentado plenamente por el propio Observador. El nivel tres no puede ser experimentado plenamente por el propio Observador. Cuando dejamos el nivel dos emergemos, porque hemos experimentado plenamente todos los Paisajes y Dinámicas de la Zona "D" y la Marea larga, su fulcro y la Divinidad Femenina, una Madre Divina de la que se habla en cada tradición espiritual que existe.

Así que llegamos a la orilla de un océano, un gran océano mucho más grande que la Zona "D". Para añadir algo a este océano tenemos que llegar a la Orilla. Es una especie de lugar de encuentro, es como estar sentado en la playa habiendo llegado a un lugar de vacaciones, vacaciones de Santidad. Llegamos a esta playa en el Sol, estamos llenos, la Marea

nos ha llenado, pensamos: "oh, esto es tan grande". Todavía podemos distraernos, todavía podemos pensar desde un punto de apoyo que está centrado en nosotros mismos, todavía damos tratamientos en los que añadimos fuerza de voluntad, Tempo y dimensionalidad a lo que la Marea está intentando conseguir. Llegamos a una orilla sentados al borde del mar.

Y es casi inevitable que queramos bajar y meter los pies en el agua, sentir las olas, mirar hacia fuera y cruzar este vasto sinfín, y podemos ver el Horizonte. Pero sentimos algo mucho más profundo debajo de lo que nos dicen nuestros sentidos. Así que nos sentamos en este lugar de encuentro y algo ocurre, algo extraordinario ocurre.

Y empezamos a pensar en osteopatía. En lugar de pensar en osteopatía mientras estamos sentados en este lugar de encuentro al borde del mar, nos ocurren varias cosas que no son generadas por nuestro Observador o nuestro conocimiento previo. Probablemente son generadas por la salud, pero vamos a pasar por una transmutación que es muy diferente de cualquier cosa que hayamos discutido o enseñado anteriormente.

La transmutación, como sabes, significa un cambio completo en el ser, significa un cambio completo en la especie. Es como si una rana se convirtiera en príncipe, va a haber una conversión, las cosas van a cambiar dentro de nosotros, van a cambiar de verdad, va a haber una inversión, el agua fría es más pesada que el agua caliente, y llega un punto en el océano en el que el agua fría se va al fondo. Y la vida y el agua caliente suben a la superficie. Cuando esto ocurre se produce la primavera y las algas de la superficie del mar empiezan a multiplicarse y florecer. Todo empieza a avanzar hacia la culminación, empezamos a darnos cuenta de que hay otro tipo de Quietud que es como la exhalación de algo sagrado y empieza a actuar en nosotros.

Y como hemos comprendido el nivel dos de la Quietud tenemos un poco de paciencia, un poco de Quietud interior y un poco de deseo de más. Es como una pena, como una mañana deseando volver a la salud, a nuestro origen. Nos damos cuenta de que hay un universo compañero, un compañero amoroso y dulce. Empezamos a sentirnos como si estuviéramos en una habitación, en una cámara muy secreta, tal vez en una casa que está bajo el mar.

A medida que empezamos a reconocer esta casa bajo el mar a veces tenemos que pasar por un lugar de gran miedo dentro de nosotros. Todo el mundo lo tiene porque imagina entrar en el océano, sumergirse en el agua y darse cuenta de que existe esta otra respiración y no necesita salir a respirar.

Pero al principio algunas personas tienen la sensación de que se están ahogando o de que les está eclipsando una fuerza negativa y esto, por supuesto, está en todos nosotros porque, por la razón que sea, parece haber mucha tara en la infancia de los niños, y aprenden que el tercer nivel de Quietud, al borde del mar, es una playa a la que han sido arrojados, y su esfuerzo por volver al mar y las circunstancias de tener que respirar aire en vez de respirar bajo el agua son aterradoras. Así que ahora todo está volviendo atrás, todo está girando, se está invirtiendo, y la frialdad está cayendo al fondo.

A medida que esa frialdad desciende al Fondo del Mar nos vaciamos. Así que el conocimiento que tenemos, la habilidad que tenemos, los objetivos que tenemos, quiénes somos y quiénes creemos que somos, este autocumplimiento, esta copa que está llena de nosotros mismos, la Dualidad, es irrelevante. Empieza a vaciarse, y a medida que se vacía del viejo yo a veces la gente tiene miedo. Para muchos de nosotros hay un punto de transición aquí que puede llevar unos años, en el que podemos sentarnos en el lugar de encuentro en el borde del mar.

El mar mismo es la Quietud de tercer nivel. Estamos justo en el borde de él, no estamos en él. Estar en él es muy diferente a sentarse en el borde. Nos sentamos allí porque cuando nos sentamos para estar presentes, contemplar o vaciarnos, sentimos la frialdad en la superficie, nuestros deseos, nuestros anhelos, todo. Sin embargo en cuanto sentimos esa Quietud en el mar, en el gran océano, y empieza a penetrar sólo un poco, empezamos a darnos cuenta de que esta Quietud en el océano es muy especial. Nos cambiará si nos toca, seremos curados. ¿cuánto tarda el tratamiento? No tarda nada y el gran océano nos lleva a su vientre.

Normalmente sólo tarda el tiempo suficiente para permitirnos ver la diferencia entre la autorrealización y el autovaciamiento. Debo tener cuidado con esta palabra autovaciamiento, porque suena como si fuera algo que podemos hacer, y en realidad es un efecto, una Quietud de tercer nivel. Cuando nos vacía nos volvemos transparentes y entonces el movimiento de esa Quietud pasa a través de nosotros y crea paz y amor para la gente del mundo que nos rodea, sólo que no lo sabemos porque no tenemos la sensación de estar haciendo algo.

Ser tocados por la Quietud de tercer nivel durante un momento crea cambios tan drásticos que queremos volver, porque ahora tenemos algunas opciones reales, primero dentro de nosotros mismos y, con suerte, después con los demás. Empezamos a darnos cuenta de que hay una elección entre el poder, nuestro propio poder, y el amor, no nuestro propio amor, sino el amor con mayúsculas.

Podemos sentir el poder de nuestra posición o podemos transmutarnos, invertidos, convertidos en vacíos y entonces el movimiento de la vida pasará a través de nosotros, nos dejará una sensación de paz y alegría, pero no sabremos que la estamos transmitiendo. No podemos sentirnos bien con nosotros mismos ni mal, porque un cierto tipo de neutralidad está volviendo a moldear nuestros sentidos, y el antiguo nivel dos de la Quietud parece ser menos útil en términos de la necesidad actual.

Parte del viaje consiste en que nuestros absolutos, nuestros antiguos absolutos, se relativizan y la magnitud de la potencia de la Quietud aumenta hasta que se vuelve feroz, una palabra graciosa que suena violenta, ¿verdad?

Hay Misericordia en este gran cambio porque se produce muy rápidamente. Pero nos alejaremos de él porque está en la naturaleza. El ser inconsciente es la historia sobre la raza humana que oímos de todos los grandes maestros. Así que empezamos a morir misericordiosamente. Es gracioso, cuando estamos muriendo no nos gusta, pero eso dura segundos. Cuando estamos muertos nos sentimos maravillosos porque ahora podemos caminar

hacia el mar, solo un poco, y meternos bajo el agua. No necesitamos salir a tomar aire, y así podemos permanecer en el océano más tiempo, porque nos retiene allí. Y respirándonos podemos empezar a nadar bajo el agua y explorar el paisaje del nivel tres de la Quietud.

Así que acabamos de entrar en el nivel tres. La Quietud no es el lugar de encuentro, es el resultado de ello y, primero, llegamos al borde del mar y metemos el dedo pequeño del pie en el agua. En realidad estamos bien, estamos en el agua, el agua que toca nuestro dedo es la totalidad de todo lo que estoy diciendo, excepto que aún estamos utilizando nuestra energía para caminar hacia el Mar y nuestro dedo pequeño está sintiendo el agua para ver si quiere entrar o no. No podemos decir realmente que estamos en el océano, ya que el poder de este tercer nivel de Quietud nos transmuta, tenemos menos tensión, más paz, más alegría y, en realidad, más deseo de morir.

Hay muchas transiciones aquí y nos iremos volviendo transparentes, y a medida que nos alejemos de la costa y no subamos a la superficie a por agua, aire, comida y refugio, cuando estamos retenidos en ella, es interesante: nos retendrá ahí para siempre. Pero si intentamos quedarnos en ella salimos inmediatamente, cualquier movimiento de fuerza de voluntad hace que uno retroceda hacia el nivel dos. En realidad, salimos del océano a la Zona "D". Si no tenemos cuidado podemos pensar que seguimos en el océano.

He tenido muchos comentarios en correos electrónicos, preguntas y cursos por parte de la gente. Que Dios les bendiga y que Dios me bendiga a mí, porque todos pensamos que estamos en el tercer nivel de Quietud, y creen que pueden ir allí usando su propia fuerza de voluntad, y se sienten realizados con ello. Pero en realidad están hablando y experimentando la Quietud de segundo nivel, pensando que es la Quietud de tercer nivel.

Así que llamamos al nivel tres de la Quietud "la Quietud Dinámica". Es en el lugar de encuentro al borde del mar donde empezamos a darnos cuenta de que hay una Quietud que lleva la huella de la Eternidad. El tercer nivel de la Quietud es nativo de la Naturaleza. Una de las razones por las que la gente va de excursión a las montañas consciente o inconscientemente es que hay una Quietud natural que es intrínseca a un entorno salvaje.

Cuando entramos en una naturaleza salvaje donde no hay carreteras y muy pocos Viajeros, no hay toxinas psíquicas de la civilización, no hay distracciones, no hay Recreación, no hay movimientos, el aire es claro y el entorno es totalmente impredecible, uno tiene que prestar atención y no estar supeditado a consideraciones internas.

Y cuando uno lo hace la Quietud es dinámica. La llamamos Quietud Dinámica por la profunda transmutación que se produce en nuestro propio sentido de totalidad cuando somos conscientes de ella, o nos hace conscientes de ella. Esta Quietud Dinámica eclipsa todos los sonidos, gobierna el mundo sensorial, es el fundamento de la sensación. Esta Quietud Dinámica, esta Quietud de tercer nivel se hace eco de la Inmortalidad, libera al corazón de la ilusión, de que la muerte es un agujero negro. Esta Quietud Dinámica es un alimento, es una sustancia que fortalece toda atrofia, incluso endurece nuestros huesos. A veces cuando la gente se adentra en la naturaleza salvaje se asusta.

No puedo explicarlo. Creen que hay Osos ahí fuera y todo tipo de cosas merodeando, pero gran parte de ello se debe a que se han adentrado en un océano, han sido arrojados repentinamente a este paisaje y El Vacío puede ser aterrador. He estado con personas en la naturaleza salvaje que no habían experimentado antes la Quietud de tercer nivel en ninguna medida, ni la habían contemplado, y se asustan. El poder de la Quietud, la ausencia de trivialidades y la sensación de aislamiento de lo familiar puede ser feroz, realmente puede. Ahora ¿es esto peligroso, es esto dañino? De ninguna manera puede causar nada dañino a un ser humano.

Quietud de nivel 4

Pero la mayoría de nosotros no nos damos cuenta de lo frágiles que somos emocionalmente hasta que estamos totalmente desarmados. La osteopatía no tiene lugar en el desierto y por eso este drama de la transmutación, conversión, inversión, autovaciado... todo este drama es mucho menos agudo. La primera vez que toqué con el dedo del pie el agua del gran océano sentí la frialdad de mi propio yo, pero pensé que el agua estaba fría. No fue hasta más tarde cuando se produjo la inversión y empecé a comprender de forma diferente que nuestro viaje hacia la Quietud Dinámica empezó, en realidad en la fase cuatro.

La esencia de lo que enseñamos procede sin duda del Dr. Becker, por su comentario en 1965 sobre la Quietud. La Quietud Dinámica nos centra y nos sostiene, nos nutre, nos alimenta, nos cobija y riega nuestros campos marchitos. Estar centrados en algo distinto de uno mismo purifica el cuerpo, y el cuerpo empieza a preferir esta otra voluntad a la voluntad de nuestra propia psique o nuestro ego. El cuerpo se cansa de nuestro ego, podría cansarse del frenesí de todas nuestras pequeñas voluntades propias que nos impulsan y nos engañan, nos engañan con la sensación de saber algo.

Cuando pensamos que sabemos algo nos elevamos por encima de todos los demás, tenemos una opinión, no somos pobres de espíritu. Cuando estamos centrados por este tercer nivel de Quietud, que es dinámico, uno siente alivio de la tarea de hacerlo todo uno mismo, pero también entramos en una comunidad de voluntad humana, empezamos a ver la salud y la paz interior en todos, empezamos a ver que todos estamos bajo el mar y todos somos transparentes a él.

Nuestro cuerpo quiere volver al mar, el ego no, así que el cuerpo, la dinámica física de esta increíble encarnación, sale de este cuerpo, tu cuerpo, tu cuerpo físico, lo mires como lo mires, camina por el océano, y tu psique no, o quizás sólo una parte de tu psique, pero aquí hay un problema de propiedad. Pero tu cuerpo se enamora, le gusta, cuando los sentidos se reconectan con la salud, empiezas a ver la Belleza, la salud, la huella Divina, el aliento Divino y el movimiento Divino de la Eternidad en el mundo que te rodea, en la gente, incluso en la gente que puede no gustarte con tu propia personita, tu persona.

Y este tipo de cambio es muy diferente de la psicología, es muy diferente, aunque creo que Carl Jung intenta apuntar hacia ello en ciertos lugares. Una de mis frases favoritas del Dr. Jung es que, lo sientas o no, Dios está presente, lo cual va en contra de la teoría de que el

Observador influye en el acontecimiento, porque nos estamos adentrando en un mundo en el que el Observador no está en el individuo.

Así que el cuerpo hace una elección, se enamora, quiere permanecer en el mar, quiere ser respirado por el aliento del maestro, quiere liberarse de las tensiones y del dolor, de las dualidades, de la necesidad de cantidad que es tan común a la presencia de actividades psicológicas centradas en el ego, que se autorrealizan. Y sin embargo tenemos que amar estas cosas, tenemos que ser neutrales, porque el odio a uno mismo sólo hará que odies a los demás.

Pero también te costará porque no serás capaz de sentir el amor que los demás sienten por ti, y entonces vivirás dentro de tu propia salita de proyección, viendo películas que has proyectado en las paredes de la vida, pensando que sabes que la gente las entiende, tomando decisiones basadas en tu propio sentido de Necesidad de poder. Pero tu cuerpo va a traicionar a tu ego, está harto, quiere paz y armonía, quiere que todo esté sincronizado, se va a casa y deja una gran parte de la Psique en la orilla. Cuando la psique quiere algo no tiene un vehículo motorizado, ni un esclavo voluntario al que pueda empujar a circunstancias incómodas y desconectadas de nuestro mayor recurso, que es todo tu ego. Puede desbocarse, espero que así sea.

Puedes ver realmente lo enfermos que estamos. espero que hayas practicado la Quietud de segundo nivel lo suficiente para que puedas ser neutral a todo este desvarío en "ismos", todos los "ismos" que tenemos de nuestros miedos: alcoholismo, tabaquismo, autoritarismo ... todos los ismos.

Una vez que entramos en esta casa bajo el mar la puerta se cierra, el ego puede irrumpir en la habitación en segundo nivel de Quietud. Pero cuando estás en la casa bajo el mar el ego no puede entrar en la habitación, no sabe cómo. El lugar de encuentro, esta habitación de neutralidad dentro de la casa bajo el mar, empieza a llenarse. La casa bajo el mar no se llena con nuestros adornos, somos un invitado del amor, y el cuidado que recibimos como invitados disuelve finalmente la idea de que tenemos que esforzarnos para ser. Todo lo que hay es amor y respuesta, ambos del mismo lugar, no de dos. La vida se mueve a través de la creación, se rehace cada segundo, no hay plan, no hay intuición, no hay razón, no hay separación, no es una Morada para expertos, es el hogar para El Viajero que olió su fuego y se alejó hacia la Cercanía.

Hay un par de cosas más que quiero decir. Quería hablar un poco sobre los niños. Cuando se me ocurrió pensé "bueno, ya conoces a los niños más allá del tercer nivel de Quietud". Es triste lo estúpidos que somos y cómo intentamos que los niños se comporten, y no me refiero a que sean flojos, sino a que viven en un mundo que aún no ha sido definido por los adultos. La Terapéutica residente en los niños es su puerta somática natural a la Curación, al menos al cuarto nivel de Quietud.

"Sabuesos del cielo". Me gusta, te da sentido del humor. Versa de un hombre quejándose porque Dios no le deja en paz. Es como si el océano nos persiguiera, se da cuenta y sólo quiere alejarse de él lo antes posible. Es pobre, no tiene casa, vive en la calle, no tiene dinero. Y aún así él prefiere que lo llamen "los sabuesos del cielo". Lo están rastreando, tienen su olor y están sobre él.(1)

Es una bonita historia, es un gran poema bastante famoso en realidad.

Quiero comentar una cosa sobre las Bienaventuranzas, probablemente una de las mayores enseñanzas espirituales de la historia. Estoy seguro de que algunos de vosotros habréis leído las Bienaventuranzas, están en Mateo y forman parte del Sermón de la Montaña que Cristo dirigió a sus discípulos. (2)

Luego habla del resultado: bienaventurados los pobres de espíritu, porque ellos heredarán el reino de los cielos. Una de las características de ese cielo simbólicamente es estar en la presencia de Dios, conocerlo y experimentar ese amor y esa paz. Las Bienaventuranzas son interesantes porque por lo que puedo ver, lo que me inspira, es que primero debes ser bienaventurado, luego llegas a ser pobre de espíritu y luego heredas el Reino de los Cielos, porque la bendición precede a la cualidad, que precede al resultado. La Quietud Dinámica nos bendice, nos transforma y luego la experimentamos. Así que primero tenemos esta bendición, luego nos volvemos pobres de espíritu, es decir, menos voluntariosos, y luego heredamos el Reino de los Cielos, que es la Tierra Santa en el fondo del mar.

La osteopatía me ha enseñado que la experiencia con la Quietud Dinámica que he tenido, aunque es mínima, ha cambiado mi forma de leer los escritos espirituales, incluso ha cambiado nuestra forma de pensar.

Así que primero el fruto, primero la bendición, primero la entrada de la deidad, como dijo el Dr. Becker, luego nos hace algo, nos hace pobres de espíritu, por ejemplo, o nos hace misericordiosos, o nos hace llorar, nos hace afligirnos más y más por el gran océano, porque una vez que la Quietud de tercer nivel te toca, quieres volver y tu sensación de pena, oh, el deseo de volver se hace más fuerte.

Si tienes algún interés en las Bienaventuranzas, es una gran enseñanza. Sé que todos los maestros espirituales las reconocen, son muy especiales. Lo primero es ser bendecido, La bendición no es el resultado, es el comienzo. La dinámica de la Quietud no es el resultado, es el comienzo, y cuando nos toca, nos cambia, como una transmutación, es una inversión, nos volvemos más pobres de espíritu, nos volvemos vacíos, no llenos de nosotros mismos. Y entonces empezamos a entrar en el Reino de los Cielos, empezamos a sentir esta paz increíble y la presencia del maestro, una conciencia amorosa que nos está creando, curando y siendo nosotros, todo al mismo tiempo.

Así que hay una pequeña conversación inicial sobre la Quietud de tercer nivel. Es lo mejor que puedo hacer ahora mismo, este paisaje de Quietudes de tercer nivel es grande, es enorme, es el borde de la magnitud de los cielos. Pero es sencillo porque toda la toda la Dinámica se da. Una vez que nos cambia empezamos a entender las cosas de forma bastante sencilla. Te agradezco que intentes pensar que la osteopatía es una profesión moribunda y sin embargo en su profundidad está naciendo ahora. Hay más gente preparada para asumir la responsabilidad de ser osteópata que nunca antes en mi vida. Mucha de esa gente es devota del Dr. Still, del Dr. Sutherland y de los grandes maestros y están preparados para cambiarse a sí mismos y, con suerte, a la profesión. Pero si la profesión no cambia no va a matar a la osteopatía.

Así que te deseo lo mejor.

(1) EL SABUESO DEL CIELO

Francis Thompson

*Le huía noche y día
a través de los arcos de los años,
y le huía a porfía
por entre los tortuosos aledaños
de mi alma, y me cubría
con la niebla del llanto
o con la carcajada, como un manto.*

*He escalado esperanzas,
me he hundido en el abismo deleznable,
para huir de los Pasos que me alcanzan:
persecución sin prisa, imperturbable,
inminencia prevista y sin contraste.
Los oigo resonar... y aún más fuerte
una Voz que me advierte:
-"Todo te deja, porque me dejaste".*

*Golpeaba las ventanas
que ofrecen al proscrito sus encantos
y temblando de espanto
pensaba que el Amor que me persigue,
si al final me consigue,
no dejará brillar más que su llama;
y si alguna ventana se entreabría,
el soplo de su acceso la cerraba.
El miedo no alcanzaba
a huir cuanto el Amor me perseguía.*

*Me evadí de este mundo;
violé la puerta de oro de los cielos,
pidiendo amparo a sus sonoros velos,
y arranqué notas dulces y un profundo
rumor de plata al astro plateado.
Al alba dije "Ven"; "ven", a la tarde,
"escondedme de aqueste Enamorado
de miedo que me aguarde".
Tenté a sus servidores,
y sólo hallé traición en su constancia.
Para Él la fe; de mí perseguidores
con falsa rectitud y leal falacia.*

*Pedí volar a todo lo ligero,
asiéndome a las crines del pampero,*

y aunque se deslizaba
por la azul lejanía,
y el trueno hacía resonar su carro,
y zapateaba el rayo,
el miedo no alcanzaba
a huir cuanto el Amor me perseguía.
Persecución sin prisa, imperturbable,
majestuosa inminencia. En las veredas
dejan los Pasos que la Voz me hable:
- "Nada te hospedaré si no me hospedas"

Ya no busco mi sueño interrogando
un rostro de hombre o de mujer, mas quedan
los ojos de los niños esperando:
hay algo en ellos para mí de veras.
Y cuando mi ansiedad se prometía
el dulce despertar de una respuesta,
los ángeles venían
y los llevaban por la senda opuesta.
"Venid (clamaba), dadme la frescura
de la Naturaleza
que guardan vuestros labios de pureza;
dejadme jugar en las alturas;
habitar el palacio
azul de vuestra Madre, cuyas trenzas
vagan por el espacio,
y beber como un llanto de ambrosía
el rocío del día."

Y al fin lo conseguí: fui recibido
En su dulce amistad, y abrí el sentido
de los matices de la faz del cielo,
de la nube naciente entre los velos
de la espuma del mar. Nací con ella
para morir con todo lo escondido.
Me conformé a sus huellas.
Supe caer cuando la tarde cae
al encender sus lámparas de duelo,
y reír con la aurora de ojos suaves,
y llorar con la lluvia de los cielos,
y hacer mi corazón del sol gemelo.

Pero ¡qué inútilmente!
Imposible entender lo que otro siente.
Las cosas hablan un lenguaje arcano,
incomprensible; es un silencio vano
para mi inteligencia. Aunque pudiera

prenderme de sus pechos como un niño,
seguiría mi sed de otro cariño.
Y noche a noche afuera
oigo los Pasos que me dan alcance
con medida carrera,
deliberado avance,
majestad inminente,
que deja oír la Voz de la otra parte:
- "Nada podrá llegar a contentarte
mientras no me contentes."

Espero el golpe de tu amor, inerme.
Pieza a pieza rompiste mi armadura.
De rodillas estoy, y dudo al verme
despierto y despojado.
La fuerza juvenil de mi locura
sacudió las columnas de las horas,
y mi vida es un templo desplomado;
montón de años, multitud de escombros
el ayer y el ahora.
Los sueños mismos se han evaporado,
y mis días son polvo.
Las fantasías con que ataba el mundo
me abandonan : son cuerdas muy delgadas
para alzar una tierra recargada
por el dolor profundo.
¡ Ay! que tu amor es hierba de dolores
que sólo deja florecer sus flores.
¡Oh imaginero eterno, es suficiente!
Tú quemas el carbón con que dibujas.
Mi juventud es fuga de burbujas;
mi corazón la fuente
quebrada,
donde no queda nada
del llanto de mi mente.

¡Sea! mas ¿qué amargura
si la pulpa es amarga, me deparan
las heces? Lo vislumbro en la fisura
del telón de las nubes que rasgare_
el sonar de las trompas celestiales.
Aun sin poder reconocer sus reales,
su púrpura, su cetro, su guarida,
le conozco y le entiendo. Se apresura;
quiere mi corazón, quiere mi vida,
quiere mi podredumbre,
quiere mi oscuridad para su lumbre.

Ya la persecución está lograda.
Y la Voz como un mar en torno fluye:
-¿Crees que la tierra gime destrozada?
Todo te huye, porque tú me huyes.

¡Extraña, fútil cosa, miserable!
dime, ¿cómo podrías ser amada?;
¿no he hecho ya demasiado de tu nada
para hacerte sin mérito, aceptable?
Pizca de barro, ¿acaso tú no sabes
cuán poco amor te cabe?
¿Quién hallarás que te ame? Solamente
yo, que cuanto te pido te he quitado,
para que me lo pidas de prestado
y lo dé misericordiosamente.

Lo que tú crees perdido está en mi casa
levántate, toma mi mano y pasa.
Los Pasos se han quedado junto al vano.
Acaso ¡oh tú, tiniebla que me ofusca
seas sólo la sombra de Su mano!
-“Oh loco, ciego, enfermo que te abrasas,
pues buscas el amor, a mí me buscas,
y lo rechazas cuando me rechazas.”

(2) Mateo 5:3–12

- 3 Bienaventurados los pobres en espíritu, porque de ellos es el reino de los cielos.
4 Bienaventurados los que lloran, porque ellos recibirán consolación.
5 Bienaventurados los mansos, porque ellos recibirán la tierra como heredad.
6 Bienaventurados los que tienen hambre y sed de justicia, porque ellos serán saciados.
7 Bienaventurados los misericordiosos, porque ellos alcanzarán misericordia.
8 Bienaventurados los de limpio corazón, porque ellos verán a Dios.
9 Bienaventurados los pacificadores, porque ellos serán llamados hijos de Dios.
10 Bienaventurados los que padecen persecución por causa de la justicia, porque de ellos es el reino de los cielos.
11 Bienaventurados sois cuando por mi causa os vituperen y os persigan, y digan toda clase de mal contra vosotros, mintiendo.
12 Gozaos y alegraos, porque vuestro galardón es grande en los cielos; pues así persiguieron a los profetas que fueron antes de vosotros.

