



James Jealous

LA LÍNEA MEDIA



www.confiaenlamarea.com

“La línea media es la primera función”

En esta ocasión nos acercamos a la visión de Jealous sobre la línea media. Para él es lo primero, antes que nada más, y lo expone claramente a través del desarrollo del embrión y el posterior despliegue de la notocorda. Basado en los libros, en los maestros y en su experiencia personal, de nuevo nos sumerge en la visión clínica y plena del trabajo en la biodinámica. Como siempre la comprensión de nuestro origen y nuestro desarrollo, clave en su trabajo y su concepción de la osteopatía, serán la guía para comprender las líneas medias.

Este escrito está basado en una recopilación de textos, artículos, entrevistas, grabaciones de audio y de otros sistemas multimedia realizados por James Jealous.

The
drop

The Drop, junio 2022

James Jealous - Una Odisea Osteopática

Editado por Jennifer Weiss - 2015

LA LÍNEA MEDIA

La Línea Media nos centra

Así es como sabemos que estamos en la línea media de las funciones de la Zona B... Nos centra cuando nos acercamos a ella. La línea media en este contexto es una puerta al océano de la Quietud Dinámica que se convierte en el Lugar de Encuentro donde el Maestro aparece una vez que estamos en casa siendo neutrales.

La sensación que nos ensombrece es que no tenemos voluntad y estamos seguros en el vacío, listos para ser sanados... Entonces algo viene y transmuta los sentidos.

James Jealous

LA LÍNEA MEDIA

Hablar sobre la línea media es algo complejo. Hay que entrar en el concepto y avanzar de manera secuencial porque la línea media tiene mucho de globalidad y es muy difícil separarla. No hay solo una línea media, Hay muchas líneas medias.

La línea media es la primera función

Vamos a ir a lo que generalmente se considera el comienzo de nuestra existencia y cómo se nos da forma cuando llegamos a ser concebidos. Luego iniciaremos nuestro viaje hacia un embrión completo cuando comenzamos a dar esa respuesta perfecta a la vida: la primera función que es identificable es la línea media.

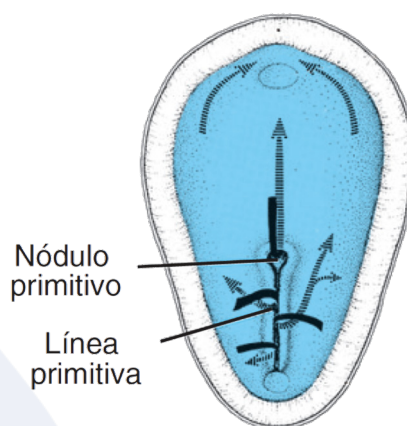
La línea media es nuestra primera función. Creo que es interesante que, en última instancia, esta línea media se esconde dentro de los huesos de la columna vertebral y las otras áreas segmentadas del sistema esquelético. Y que la línea media es la función por excelencia, es la más esencial de las funciones en nuestras vidas y en nuestro ser, y en nuestra generación y nuestra curación. Y sin ella ni siquiera llegaríamos a existir y mucho menos avanzaríamos hacia una relación normal con nuestra propia salud.

Tenemos un disco embrionario. Y si tomas un pedazo de papel y un lápiz y dibujas algo que se parece a un huevo, el plano de un huevo, sólo tienes este dibujo de línea de forma ovalada en un pedazo de papel. Y eso podría representar el disco embrionario. El disco embrionario no es un plato, no está hecho de madera, no está hecho de porcelana. No es realmente un plato, es un protoplasma con forma, es como un fluido elástico. No es un líquido, es una sustancia fundamental de la vida. En este campo de forma ovalada de protoplasma, que es esta increíble sustancia viva que tenemos a lo largo de nuestra vida para sanar o hacer nuevas cosas para nosotros internamente, en esta matriz de protoplasma dentro de este fluido elástico algo comienza a vibrar en el centro. Y esta vibración en el centro del disco embrionario se convierte en la línea primitiva.

Pero más importante que las palabras línea primitiva o cualquier otra palabra que se use, necesitamos ver aquí que empezamos como este líquido, esta sustancia fundamental indiferenciada que puede convertirse en cualquier cosa. Es tan brillante en su simplicidad que por su falta de forma puede tomar cualquier forma, lo cual es profundo. Y dentro de este campo de fluido encapsulado algo empieza a vibrar y es como un fluido dentro del fluido. Así que, si puedes imaginar que el disco embrionario tiene profundidad y algo empieza

a vibrar en el centro, quizás una línea, un campo bioeléctrico, quizás un fluido dentro del fluido o una potencia... pero algo empieza a vibrar. Y este hecho es tan notable que es fácil observarlo: “¡oh sí, hay una línea media!”.

Y eso no es lo que me interesa, porque no quiero que te pierdas el evento, no quiero que te pierdas el hecho de que esa línea media está funcionando ahora en todos nosotros y sin ella no tendríamos forma ni función, ni estructura, ni punto de orientación para nuestra conciencia. Así que incluso nuestra percepción tiene una relación con esta línea media. Y quiero ser muy muy cuidadoso con una cosa en esta exposición sobre las líneas medias.



Día 16. Gastrulación. Formación de las capas germinales

Quiero decir desde el principio que la línea media no es un campo electromagnético, la línea media es una *quietud dinámica* a través de la cual y dentro de la cual hay una ignición. Fuera de esa ignición viene el campo bioeléctrico que en realidad está alrededor de la quietud de la línea media. No quiero que tengas la idea de que la línea media es un campo electromagnético y que eso es lo que quiero decir con la línea media, porque el aspecto más alto y más profundo de la línea media es su *quietud dinámica* en el núcleo.

Y volveremos a eso porque toda la línea media funciona como un solo punto de apoyo. Pero ahora mismo quiero asegurarme de que no te engaño para que pienses que este fluido dentro de este fluido, esta potencia o este campo bioeléctrico que vemos es la línea media, que es un efecto de la línea media, que es la energía, si quieres usar ese término, alrededor de la quietud de la línea media.

La línea media es una forma de quietud

El centro es creado, la línea media es creada

Ahora vamos a alejarnos de ese pequeño comentario “lateral”. Así que tenemos este disco embrionario, este tipo de protoplasma y literalmente de la nada, de aquí, algo empieza a vibrar, empieza a moverse y algo aparece. Y este algo es un campo bioeléctrico y es casi como una voz que dice: “¡constrúyelo sobre esta línea!”, una inscripción puesta en la tierra de nadie del protoplasma indiferenciado. Se coloca una línea. El centro es creado. La línea no es creada por el afecto o el efecto de los campos genéticos. Nadie sabe de donde viene la voz que habla. No es la voz de la concepción sino la voz de la eternidad, es de otra mente, es de otro lugar, es de un lugar que probablemente no tiene causa y efecto.

Es un lugar en el que no podemos entrar intelectualmente. Todos los organismos de la naturaleza tienen esta línea de orientación, todos los seres vivos la tienen. Esta línea de orientación ha estado apareciendo en todas las estructuras y funciones de la vida desde el principio de los tiempos. Esta línea media es parte de el milagro de la vida, es antigua, no nos pertenece, no es parte de nuestra individualidad sino que nos permite tener una individualidad. No es mi línea media, está ahí antes de que mi vida comience, y es parte de millones y millones y millones de años de continuidad en la sabiduría del mundo natural.

La causa no es una fuerza genética sino una misteriosa intención omnipresente de una mente mayor sin causalidad. Así que tú y yo y todo lo demás somos traídos a la forma, somos in-formados, se nos da forma y conciencia porque el todo está tejido alrededor del centro de la quietud de la línea media. Y cuando estamos en el centro podemos entender el origen de la línea media.



Dr. Randolph Stone

Si echamos un vistazo a los estudios osteopáticos del Dr. Stone, él hizo una increíble cantidad de trabajo con la fuerza de la vida y observó una función de la línea media que estaba polarizada, tenía polos positivos y negativos. Y de este trabajo del Dr. Stone surgió toda la idea de la terapia de polaridad, que realmente no despegó dentro de la profesión con una gran influencia, pero sus libros son muy interesantes, están muy bien hechos, son una contribución y creo que la gente debería tomarse tiempo para leer lo que tiene que decir, o al menos mirar sus diagramas porque son hermosos y representan los movimientos del campo de fuerza vital.

Pero estamos viendo la línea media como una quietud y la estamos viendo de manera un poco diferente a la del Dr. Stone, aunque todo lo que dice es completamente compatible con la idea del trabajo del Dr. Sutherland sobre la potencia o el fluido dentro del fluido, pero esta conversación es sobre la línea media. Así que no estamos hablando de la línea media de la misma manera que el Dr. Stone y el Dr. Robert Fulford, otro maravilloso amante de la vida, de la gente y de la osteopatía. Trabajó mucho con la polaridad y sé que el Dr. Sutherland lo hizo un poco también porque mi profesora Ruby Day, cuando me enseñó los puntos de poder, tenía muy claro que el Dr. Sutherland había hablado de la polaridad en las líneas medias de algunos de los huesos.

Así que es bastante obvio que el Dr. Sutherland era consciente de estas líneas bioeléctricas y trabajaba bastante con esa potencia. En algunos lugares el Dr. Sutherland habla de este tipo de fluido dentro del fluido, habla de este temblor que sube por el canal central y llega a la cisterna en la base del cráneo y cómo es casi como un temblor, una larga vibración axial dentro de la fluctuación longitudinal del líquido céfalo-raquídeo.

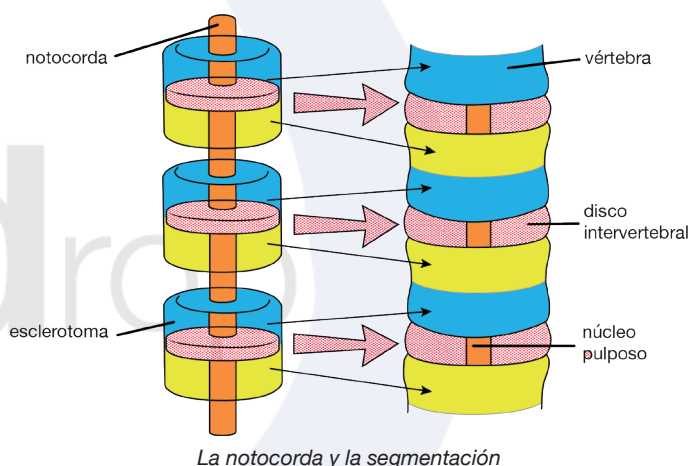
Así que lo vemos y tenemos que darnos cuenta. La osteopatía realmente no ha tenido una línea media. Si miramos la mecánica postural y todo el trabajo estructural que hacemos, si uno entrevista a gente que es experta en el campo de la osteopatía y pregunta si hay tal

cosa como una línea media, la gente mirará de una manera muy curiosa a la pregunta. Me interesé en la línea media debido al trabajo del Dr. Blechschmidt. Y también porque mis profesores me habían asignado algunos deberes y para hacerlos tuve que estudiar realmente embriología. Y empecé a buscar esta línea media. Y durante bastantes años realmente sentí el campo electromagnético en el núcleo del sistema neuromuscular esquelético, de una manera muy similar a la forma en que fue descrita por el Dr. Stone.

La notocorda y la segmentación

Pero entonces empecé a mirar un poco más profundo en un ángulo un poco diferente. Y di una especie de vuelta de página a lo que sabía y miré a lo que no había visto antes. Y se convirtió en algo bastante notable porque pensé de forma puramente mental que la línea media embrionaria era la notocorda, y que la notocorda era reabsorbida durante un determinado período de crecimiento y desarrollo. Bien, todo esto es cierto, es parte de la belleza de la vida. La notocorda es una envoltura celular alrededor del campo electromagnético de la línea media, que está alrededor de la quietud. Y esta notocorda es una unidad fisiológica celular que aparece después de que este fluido dentro del fluido vibre, después de que esta línea media comience a vibrar. En este momento la estructura celular se forma alrededor de ella, la llamamos notocorda.

Pero creo que es importante entender que esta línea media notocordal, que está en el núcleo de la línea media del sistema neuromuscular, es muy importante para la premisa básica de la osteopatía. No sé si mucha gente sabe esto, no sé si muchos osteópatas han pensado en ello en los últimos años, pero la segmentación que tiene lugar durante el desarrollo embriológico tiene lugar alrededor de esta línea media notocordal.



Alrededor de la notocorda se forman unos bloques con un espacio entre cada uno de ellos. Los bloques darán lugar a los segmentos óseos de la columna vertebral. Hay una línea que baja por el centro de los bloques y entre cada bloque hay un espacio. Y en el centro de ese espacio podemos imaginarnos un punto. Ese pequeño punto se convertirá en el centro del núcleo pulposo, el centro del espacio del disco, como un punto nodal que aparece en la línea media y se convierte en el punto de orientación para el desarrollo y crecimiento de todos los campos de fuerza vital relacionados con ese segmento, todos los tejidos y todos los fluidos. Y también se convierte en el punto de apoyo para la orientación de la segmentación del sistema nervioso autónomo.

Así que este pequeño punto en el espacio intermedio es un fulcro, es un punto de quietud alrededor del cual la función se orienta y a través de ese fulcro la fuerza vital se transmite desde el centro a la periferia. Y esa fuerza vital proporciona una función trófica. Y si no está presente decimos que tenemos un campo marchito, que es un campo sin fuerza vital en él.

Así que podrías etiquetar cualquiera de estos bloques como primer torácico, segundo torácico, tercer torácico y cuarto torácico si quisieras, pero no es exactamente así como funciona, porque ese punto central en el espacio entre tus bloques es el centro de un segmento vertebral. Cualquier segmento del cuerpo vertebral se compone de la mitad de un segmento embriológico de arriba y la mitad de un segmento embriológico de abajo. Es algo muy importante: se trata de no mirar a la vértebra T1 como el segmento T1, porque el segmento T1 es la mitad de un segmento y la mitad de otro segmento, centrándose en este punto de apoyo del que hemos hablado.

Embriología y segmentos vertebrales

Toda la base de la medicina osteopática que conduce a la biodinámica es el papel del sistema nervioso autónomo en la salud y la enfermedad, y en relación con este fulcro, este pequeño punto que dibujamos en la línea media en el espacio entre los bloques relacionados entre sí.

Cuando volvemos a esta idea de una línea media, tenemos que entender que a pesar de que la idea no se enseña como un principio en la osteopatía biomecánica o funcional, está presente en nuestro pensamiento sobre el desarrollo embriológico y sobre la corrección de los segmentos vertebrales. Porque cuando trabajamos con un segmento vertebral específico estamos trabajando con todas las fuerzas y funciones elementales que han surgido de ese segmento. Y lo que emerge de ese segmento, de cada segmento, al igual que un genio que sale de una lámpara, es la función y la estructura.

Así que puedes mirar el noveno segmento torácico embriológicamente y puedes obtener la novena vértebra torácica como parte de eso, pero también tienes la función neurológica y la función autonómica que están conectadas a la vesícula biliar. Tenemos una relación somato-visceral, tenemos una relación visceral-visceral y todas estas intrincadas relaciones increíblemente simples y complejas se construyen sobre esta línea media.

Así que es un acontecimiento. Pero no es un acontecimiento del que queramos alejarnos y decir "oh, sí, intenta comprender lo importante que es para un osteópata la comprensión de la segmentación que ocurre durante el desarrollo embrionario, y lo importante que es para nuestra comprensión de la anatomía"... En realidad hay más embriología presente bajo nuestras manos cuando estamos tratando que anatomía, y eso es un tema completamente distinto. Pero es cierto que hay más intercambio con los principios embriológicos que con una configuración estructural biomecánica sólida.

Estos fulcros embriológicos, estos pequeños fulcros a lo largo de esta línea media que forman los puntos centrales para la orientación del crecimiento y desarrollo de estos segmentos, están presentes durante toda la vida y en el embrión, y durante nuestro crecimiento y desarrollo. Digamos que hasta la edad de 28 años. En realidad hemos generado fuerzas que están formando e in-formando, que están saliendo de y en relación con este fulcro.

Pero a lo largo de nuestra vida las fuerzas de curación cuando nos enfermamos, las fuerzas de curación que nos curan, que nos devuelven a la línea media, que reorientan nuestra

función para que tenga un movimiento normal en una expresión normal, esas fuerzas son las mismas fuerzas que están presentes durante el crecimiento y desarrollo embriológico.

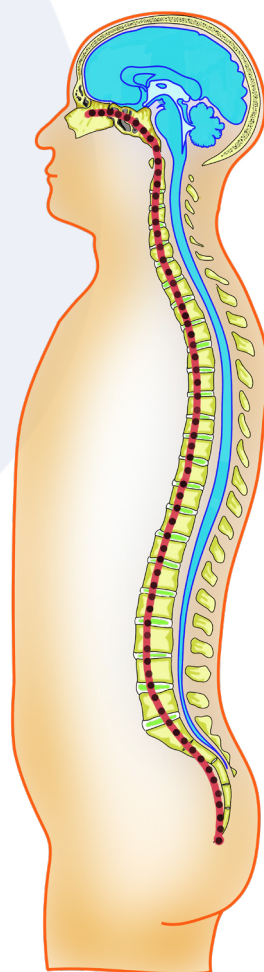
Y esas fuerzas son espacialmente dinámicas, biodinámicamente activas, en relación con la quietud del fulcro que está relacionado con la quietud de la línea media, de la que emerge el campo de fuerza vital. Y esa historia nunca termina, permanece escondida dentro de los huesos de la columna vertebral, es la línea primaria de orientación para la estructura y la función.

Así que tal vez es por eso que el Doctor decidió llamarla osteopatía. Tenemos que ver si podemos desenterrar la razón por la que él iría al misterio en los huesos como un nombre para una profesión, que fue intrínsecamente fundada en la segmentación del embrión alrededor de la línea media. Hay más, pero vamos a mantenerlo allí por el momento.

Desde la punta del coxis, todo el camino hasta el sacro, la columna lumbar, la columna torácica, la columna cervical, todo el camino a través de la punta del proceso odontoides, justo a través del ligamento apical que aparece entre el proceso odontoides y ¡uh!..., básicamente la línea media continúa desde el ligamento apical de la línea media a través del centro del basi-occipucio hasta el esfenoides.

El eslabón central

Así que esta línea media notocordal, que es la primera línea media de la que hablamos, está presente desde la punta del cóccix hasta la columna vertebral, y hasta la unión del pre y post esfenoides, que como sabes está justo debajo de la cámara de la fosa hipofisaria, justo debajo del piso del tercer ventrículo. A través de todo el camino desde el esfenoides hasta el cóccix hay esta quietud, y este cable, y esta notocorda. Y toda la segmentación, de toda la estructura y la función que significa el crecimiento y el desarrollo del cerebro, la médula espinal, y muchas otras estructuras, está relacionada con la línea media, no es la creación de la línea media. La línea media está ahí con su inteligencia y crea la dinámica espacial del sistema nervioso central. Es muy importante entender que ni el cerebro ni el campo genético, ninguno de esos componentes está creando esta línea media. La línea media es el eslabón central, no la dura, no la puerta que conecta el occipucio y el sacro, sino que la línea media es el eslabón central, el enlace dentro de la Respiración Primaria. Nuestra propia línea media es como una sola rama, como una pequeña rama en el árbol de la vida, con solo una pequeña rama. Y todas estas ramas están unidas a través de la *quietud dinámica*, de la cual informa el diseño de la vida. Así que eso no es solo cierto para nosotros, sino que es cierto para todas las cosas vivas. Y esta línea media es enorme.



Me gustaría volver a la idea de la notocorda, me gustaría hacer algunos comentarios sobre ella, y luego quiero hacer dos sesiones prácticas sobre cómo trabajar con la notocorda en situaciones clínicas donde podría ser realmente muy útil. Luego vamos a concluir de alguna forma esta sección particular en la línea media. Pero hasta ahora hemos llegado a la siguiente información: tenemos una notocorda.

Tenemos una notocorda

Y tenemos un campo electromagnético y tenemos una quietud en la línea media. Es importante recordar que esta línea media es dinámica a lo largo de la vida. También sabemos que si hacemos una sección transversal del ligamento apical entre la apófisis odontoides y el basi-occipucio, sale algo amarillo de allí. Así que hay algún tipo de campo fluido dentro del espacio donde estaba la notocorda y hay una potencia, un campo eléctrico. Y hay esta quietud central de la que hemos hablado, que proporciona el punto de apoyo para la orientación espacial de los segmentos y, sin embargo, toda la línea media en sí misma es un punto de apoyo, un fulcro. Creo que también es importante darse cuenta de que cuando se percibe la línea media es importante encontrar la quietud, porque si sólo se encuentra el campo electromagnético alrededor de ella, veremos que este campo electromagnético alrededor de la línea media puede lesionarse. Y puedes sentir que hay algo mal con la línea media.

Así que quiero recordarte que la línea media en sí misma no puede lesionarse, pero los efectos, las funciones que crea pueden lesionarse y pueden perder su orientación a ella. Uno de los síntomas que comúnmente vemos en pacientes, no solo recién nacidos sino en adultos, es la compresión a lo largo del eje, lo sentimos a través de toda la columna vertebral.

Así que si hay un problema con el campo electromagnético o la conducción de fluidos alrededor de esa línea media del núcleo, como la fluctuación longitudinal, etc..., si hay un campo de lesión alrededor de la línea media, obtendrá esta compresión a lo largo del eje y se siente como si toda la columna vertebral estuviera tensa y quisiera acortarse. Y eso se ve mucho en los recién nacidos.

Creo que es muy peligroso tratar el campo electromagnético alrededor de la línea media sin tener una comprensión de la totalidad de la Respiración Primaria y la necesidad de sincronizar con la salud, porque si sólo vamos a la línea media y tratamos de cambiar su campo energético, puedes encontrar que, aunque obtengas algunos cambios aparentes en los síntomas del paciente puedes, de hecho, haber desorientado el campo perceptivo sin saberlo.

Trabajar con la línea media no es algo sencillo. Vamos a intentar algunos ejercicios muy pequeños para empezar en un momento. Creo que a mi me llevó mucho tiempo trabajar lo que te estoy diciendo. Nadie me advirtió sobre esto y ha sido un viaje notable, ha sido una bendición en mi vida. Pero ha pasado mucho tiempo.

Creo que la otra cosa que tenemos que reconocer sobre la línea media es que la fluctuación longitudinal que comienza en el cóccix al comienzo de la fase de inhalación, y luego se eleva lentamente y pasa a través del foramen magnum, y luego cae en cascada desde la parte posterior a la media a la fosa craneal anterior, es una función que está orientada a la línea media.



Creo que lo más importante para percibir la línea media y trabajar con ella es esperar, ser paciente, esperar un poco más y dejar que venga a ti, de modo que nuestra experiencia al trabajar con la línea media no sea palparla e ir tras ella, sino quedarnos quietos. Y, a medida que el paciente empieza a acercarse a la neutralidad, empezamos a tener una sensación de la presencia de esta línea media. Y eventualmente terminaremos encontrando todas las diferentes funciones de las que hemos hablado hasta ahora. En algún momento la estructura celular alrededor de la línea media, que está dentro de la columna vertebral, que se llama la notocorda, en algún momento esta notocorda retrocede y la línea media todavía permanece.

Mucha gente ha expresado algunas dudas en torno a estas ideas de las que estamos hablando porque decían: “bueno, la notocorda desaparece, así que cómo podría haber todavía una línea media allí...”. Pero la función de la línea media no es la notocorda, sino que llamamos a esa notocorda particular, que está en los huesos de la columna vertebral central hasta la base craneal, la línea media notocordal.

Y curiosamente he visto una paciente con un tumor notocordal que estaba principalmente en la columna cervical o tenía algunos trozos en otros lugares. Así que lo que tenemos en un tumor notocordal es una notocorda que no se disuelve. Retrocede pero sigue desarrollando estructuras celulares como si no entendiera el mensaje. No recibe el mensaje de completar su función y asimilarse a sí misma para disolverse y ser llevada de vuelta. Lo interesante de trabajar con esta paciente es que al sostener el campo de la lesión alrededor de la línea media, en el campo electromagnético, ella obtuvo algún alivio de una plétora de síntomas realmente incapacitantes. No estoy diciendo esto para presumir porque esa no es mi intención, mi intención es que entiendas la embriología y que sepas que es la línea media la que tiene que decirle a la notocorda que se vaya. Así que cuando la notocorda se derrite es porque tiene una verdadera relación con la línea media y puede recibir la información que para retroceder.

Y sé que esto es un pensamiento simplista, pero osteopáticamente se podría decir que si la notocorda no retrocede, quizás entonces si mejoramos la función del campo bioeléctrico alrededor de la línea media y ayudamos a la notocorda a escuchar la quietud en el centro de esa línea media, se ayudaría a normalizar la inflamación y todas las otras respuestas de

los tejidos que van con este tipo de malignidad, lo que este paciente ha hecho muy bien. No estoy diciendo que estemos curando el cáncer, eso no es de lo que se trata, se trata de dar al paciente no sólo el alivio sintomático, sino darle espacio para moverse ayudando a tener controlados algunos de los síntomas neurológicos. Y esta paciente lo está haciendo muy, muy, muy, muy bien. Te expongo esto ahora porque quiero que entiendas cómo piensa un osteópata y cómo la comprensión de la embriología y de la línea media te va a facilitar el ayudar a muchos pacientes de maneras que no hemos hablado, porque es entender el principio, entender la importancia de la línea media y su comunicación. Todo tiene que comunicarse con ella y tiene que centrarse en ella, y tienen que escucharse mutuamente. Y cuando se escuchan mutuamente tienes la salud: ¡es muy muy importante!.

Y la única razón por la hablo de esto no es para ser dramático, sino para entender que necesitas pensar con la información que tenemos. Esto no va sobre la técnica. El tratamiento osteopático es un acto creativo de “principios”. Y estos son los principios de que la quietud en la línea media es la verdadera línea media, no el campo de fuerza vital ni la estructura celular que lo rodea.

La quietud en la línea media es la verdadera línea media, no el campo de fuerza vital ni la estructura celular que lo rodea

Ruby Day

Así que volvamos unos años atrás, cuando conocí a Ruby Day, quien, como ya sabes, fue alumna del Dr. Sutherland y estudió con él desde que comenzó a enseñar hasta que falleció. Ella misma fue profesora antes de convertirse en osteópata. Y también era una médica rural en Harrison, Maine. Era una persona maravillosa que me tomó bajo su ala durante mucho tiempo y me condujo con claridad. Era una gran maestra. Una de las primeras cosas que me enseñó cuando fui a verla, esto fue después de practicar por un tiempo, era lo que ella llamó la serpiente. Y fue divertido porque lo que hizo fue ponerme en la línea media y, por supuesto, no lo sabía, pero me dejó ir, moverme a través de ella. Es una gran manera de sacar cualquier tipo de tensión funcional que está en la columna torácica y de conocer la línea media y observar el hecho de que, si estás presente en la línea media, estás realmente en contacto con ella, cualquier tipo de proceso de lesión, en el soma, relacionado con el área de la línea media con la que estás trabajando, comenzará a cambiar automáticamente tanto en su tono como en su textura y su posición.

Encontrando la oscilación de la línea media

Así que vamos a echar un vistazo a esta cosa muy simple: acostar a cualquier paciente sobre su espalda y permitir una forma de oscilación hacia el neutro. No vamos a empezar a hacer “cosas” al organismo. Vamos a asegurarnos de que este es el momento y que es apropiado. Y cuándo empezamos a trabajar si no vemos que todo el organismo está de acuerdo con lo que estamos haciendo, y si no vemos que el sistema nervioso autónomo

encuentra un punto de equilibrio más profundo con lo que estamos haciendo, entonces no lo hacemos. Y si no sentimos una expansión, una desvinculación en todo el paciente, una sensación de que el organismo está llegando a un punto más profundo de descanso, es que no se dirige hacia el neutro, por lo que hay que asegurarse de todo ello.

Así que colocamos nuestras manos perpendiculares al eje largo de la columna vertebral, con el paciente acostado sobre su espalda. Nosotros estaremos sentados al lado de la camilla y nuestras manos estarán perpendiculares al eje largo del paciente. Las deslizaremos bajo el paciente en el área de T12 y T1: primera torácica y duodécima torácica. Y simplemente cruzamos la apófisis espinosa suave y tranquilamente. Así que no estamos trabajando desde un lado del cuerpo vertebral, sino que estamos a través de la apófisis espinosas. Vamos a sentarnos allí y dejar que el paciente respire en nuestras manos durante unos minutos, y vamos a observar el movimiento de la respiración torácica a través de la columna torácica, el espacio entre nuestras manos, para tener una idea de la facilidad y la libertad del trabajo, o si la columna torácica está tan apretada y ocupada que la respiración tiene dificultades para encontrar un punto de entrada en el que el soma pueda responder.

Y así observamos durante un tiempo. Y tenemos la columna torácica, tenemos el paciente. Todo el paciente está en el camino a la neutralidad, estamos sincronizados con la presencia de la vida, estamos observando la relación entre el movimiento de la columna torácica y la respiración torácica.

La primera cosa que Ruby me enseñó acerca de este ejercicio muy simple, que ahora me he dado cuenta de que era bastante profundo: fue que la mayoría de la gente tiene una cifosis funcional de estar sentado en los escritorios y estar con el ordenador y así sucesivamente. Así que vamos a tratar de eliminar la resistencia de ahí. Lo que ella hizo fue levantar toda la columna torácica, es decir, toda el área desde la T1 hasta la T12, hacia el techo. Lo hizo presionando sobre los antebrazos. Pero verás que al tratar de levantarla se vuelve pesada, así que si presionas un poco tus antebrazos puedes levantarla y el contacto entre tus antebrazos y la camilla es un punto de apoyo. Tus brazos son como palancas. Estás trabajando en un punto de apoyo y eso te da más poder, más apalancamiento para levantar eso. Vamos a levantar toda la columna torácica hacia el techo hasta que sintamos un punto de desconexión, sentimos el punto en el que empieza a expresar un poco más de movimiento, porque se está liberando de su patrón de tensión. Una vez que sentimos ese tipo de lugar neutral vamos a tratar de sentir la línea media que corre a través de esos huesos en el eje largo, esa sensación de quietud en la línea media. Y estamos con los huesos, los estamos sosteniendo.

Así que estamos usando la acción directa para llevar los huesos hacia el punto neutro. Estamos construyendo una relación entre los huesos y la línea media, añadiendo la línea media, obtenemos un sentido de la línea media, puede ser nebulosa, no busques una línea que sea negra, es una quietud, así que puede que no la veas, pero puedes sentir su presencia y hay una quietud allí. Y cuando empiezas a llegar a esa línea media y mantienes los huesos más o menos hacia el punto neutro y esperas lo que dijo Ruby, cuando habló sobre esa serpiente de la columna torácica, esa serpiente empezará a contonearse y desenrollarse. Podrás sentir el desenganche de toda la columna torácica así como de muchos segmentos individuales. Y obtienes este tipo de desanudamiento de toda la columna torá-

cica usualmente relacionado con una cifosis funcional. Así que eso fue lo primero que ella me enseñó.

Este es un ejercicio muy simple pero es un evento muy profundo. Todas las piezas son igual de importantes. Y si llegas a esa quietud en la línea media, si llegas a ese lugar y mantienes los huesos en su punto neutro y llegas a la línea media, y tienes la línea media y su quietud, y los huesos comienzan a relacionarse con la línea media, comenzarán a reposicionarse. Y la respiración torácica entrará como una fuerza aumentativa por sí misma, y comenzará a descomprimir el eje largo de la columna torácica y las cosas realmente comenzarán a suceder.

Y así tenemos algo para empezar. Y vamos a ver cómo lo hacemos, porque sólo empezar a trabajar con la línea media hará una gran diferencia en la forma en que entendemos la Respiración Primaria. Lo que he tratado de demostrarte son los principios de tratamiento, no una técnica, aunque parece una técnica. Y hablamos de usarlo para la cifosis. Pero hay un principio aquí sobre el paciente completo yendo a la neutralidad, el segmento yendo a la neutralidad, relacionando los segmentos con la línea media, la relación construyéndose a sí misma en un crescendo en el cual hay una reorientación de la estructura y la función. Y entonces viene el movimiento de las fuerzas involuntarias de la respiración torácica, y quizás la Respiración Primaria viene a ese campo de la neutralidad, y del paciente, y el neutro local y de la quietud de la línea media, y el proceso de reorientación... y estas fuerzas entran y respiran a través de ella, y la respiración torácica respira a través de ella como algo que puede alargarse por su propia presión. Y la Respiración Primaria lo atraviesa y transmuta el tono.

Así que te dejo con eso como un comienzo. Vale la pena hacerlo una y otra vez hasta que entiendas que la primera función es la quietud de la línea media, y esa quietud en esa línea media es una sola puerta a través de la cual la Respiración Primaria enciende los fuegos de la vida y restablece el patrón de la salud en el individuo. Así que te dejo con eso.

La primera función es la quietud de la línea media

