

Número 11 Mayo/Junio 2015



OBSINAUTAS

MASAJE KUNDALINI



OBSIDIANA MX | [WWW.OBSINAUTAS.COM](http://WWW.OBSINAUTAS.COM)

## **PRESENTACIÓN**

**José Alberto Moreno**

La Kundalini, fuerza iniciática en forma de serpiente –según es descrita en antiguos textos hindúes- contiene la esencia del universo. Los *Shiva Sutras* describen como su despertar significa la caída de las paredes del Yo y la comunión con el Universo. Es por esta fuerza que surge un mantra poderoso *So´Ham/Soy Eso*.

El Ser es una fuerza que nos reconcilia con el Universo y nos define como parte de él, en una danza entre el Ser y el Universo, imponiendo orden y a la vez caos. La Kundalini, es entonces, la guía en un viaje iniciático que nos conduce a través del Universo y nos adentra en nuestro propio Ser. Caminos únicos y entrelazados desde los cuales descubrimos en que sólo somos Uno con lo que creíamos distinto y que al final nos fusiona con la Nada; el Absoluto.

Para este undécimo número **Ana Silvia Serrano** relata la forma en la que fue revelado el Masaje Kundalini y sobre los alcances terapéuticos del mismo. **Silvia Graciela Caputo** nos ofrece un estudio de caso, en donde la sutil energía del Masaje transformó la vida de un paciente. **Mauricio Hernández Serrano** describe la forma en la que la energía Kundalini trabaja de manera práctica dentro del cuerpo. **Belén Dubó Villarroel** hace una reflexión profunda y valiosa sobre el despertar de los sentimientos ante la terapia.

**José Alberto Moreno**, da clases en la Diplomatura de Obsidiana y es editor de *Obsinautas*.

# MASAJE KUNDALINI: SANACIÓN DESDE LA CONEXIÓN CIELO-TIERRA

**Ana Silvia Serrano**

El Masaje Kundalini es una técnica de masaje corporal, que beneficia al ser humano principalmente al cuerpo físico, ya que trabaja con el campo energético a través de la aplicación de cristales de cuarzo y obsidiana sobre la espalda, en la columna vertebral.

Este se conforma de cuatro maneras en las que se puede dar y a la vez, se debe de dar, ya que afecta al sistema nervioso, al sistema inmunológico, al sistema urinario, de forma positiva y de manera concatenada. También, se puede utilizar para desbloquear no sólo los chakras que se encuentran bloqueados, sino los plexos y los campos que rigen todo el sistema energético en su completitud.

Esta técnica surge justamente cuando el sistema de sanación con obsidiana se encontraba en un momento de investigación y aprendizaje. Debo reconocer que la recepción y aprendizaje de esta técnica, ha sido para mí una bendición, ya que en la medida en la que la obsidiana comenzaba a dar sus frutos como método de sanación, existieron momentos en los que la obsidiana per se, no era capaz de sanar otros espectros del inconsciente que fueran más allá de lo que la psique abría o permitía. A mí jamás se me hubiera ocurrido que había que recurrir a este cuerpo físico de la tercera dimensión para poder abrir los espectros del inconsciente, de la cuarta y quinta dimensión a través de esta técnica.

Para no tomar todo el espacio en explicaciones que resultan largas y luego difíciles de comprender, me remito a comentarles que la presente técnica llamada Masaje Kundalini, ha sido una transmisión directa de el Arcángel Miguel, quien en boca y presencia de mi entonces terapeuta Lety, me dictara, literalmente para poder ver y entender lo que tocaba en aquel momento cuando la metodología de la sanación con obsidiana, no tenía ya puertas para enfrentar la enfermedad y las limitaciones físicas.

Cada semana acudía yo al llamado de la presencia del Arcángel en voz de Lety quien propuso que la terapia con obsidiana tenía una limitante, que era la sanación de las afectaciones físicas a nivel de la columna vertebral. Es ahí donde reside toda la información más oculta, más profunda más antigua de nuestro ser, me transmitía el Arcángel en voz de Lety.

El me mostró cómo enfermedades y afectaciones a nivel de columna no son más que una serie de malos tratos, falta de autoestima, dolores profundos no vistos, memorias ancestrales no liberadas las que se encargan de producir lesiones a nivel de hueso y estructuras aledañas. Las afectaciones en los huesos y más a nivel de médula tienen que ver con heridas muy antiguas muy probablemente de otras vidas.

De este modo, resultaba difícil ayudar a sanar a una persona con sólo colocarse las geometrías de obsidiana tales como Omi, Ixtli y Osiris, hacía falta algo más para poder sacar a las personas de su malestar, de su dolor, de su afectación física.

Miguel Arcángel escogió a una paciente, con quien desarrolló la enseñanza en forma física a través de la transmisión en la voz de Lety, la canalizadora y terapeuta. Ella me iría dictando qué hacer con esta mujer que habría sufrido grandes dolores de columna, además de una cirugía que recibió en la columna vertebral.

La paciente era una mujer de cincuenta y cinco años aproximadamente, divorciada de forma severa, agresiva y amenazada de ser despojada de sus bienes materiales. Tenía un hijo a quien no veía, ni tampoco a su familia quien la despreciaba porque tenía un problema de alcoholismo. Al momento de llegar a su domicilio para atenderla, y yo más bien aprender lo que el Arcángel me enseñaría, ella no podía caminar. Se encontraba postrada en una cama, con mucha dificultad para moverse, e incluso para resolver temas económicos. El dolor era inmenso y ella no deseaba tomar medicamentos que la dejaran adicta por toda la vida, sin embargo no había otra manera de mantenerse viva.



Sí bien la enseñanza se fue centrando en mover las capas de la energía de la mujer que tenía el dolor a flor de piel, el tema del aprendizaje no era ese. El tema era llegar a la profunda comprensión (y compasión) de saber y conocer las verdaderas causas del origen de la afectación en la columna, de esta mujer y de todas las personas que tuvieran esta afectación.

Para ello, el viaje iniciaba a partir de conocer la historia de infancia de esta paciente, quien en la presencia nuestra, Miguel el Arcángel, la canalizadora y yo, nos decía que se encontraba demasiado bien, demasiado aliviada y que hasta sus dolores sentía que se desvanecían. Sólo con nuestra presencia. Luego yo comprendí.

La historia de esta paciente comienza cuando ella tiene cuatro o cinco años de edad, cuenta que a sus padres les gustaba que ella les cantara y los amenizara con bailes graciosos. Luego, sus padres de origen germano, quienes tenían un restaurante como negocio familiar, comenzaron a pedirle que fuera la cantante oficial del restaurante, donde se cantaban canciones regionales de Alemania y ella era una mujer que desde niña fue extremadamente bella, lo cual con mayor razón hizo que sus padres la “chantajearan” con el tema de ser la amenizadora del lugar cuando ella no lo deseaba.

El ambiente era de bebedores, brindaban cada noche al calor del acordeón y el canto de las montañas en los Alpes Europeos. Ella, no podía faltar a su trabajo puesto que era la estrella del restaurante, era quien levantaba el ánimo con cantos y bailes tiroleses que encantaban al público, sin poder tener ninguna otra opción.

El sitio era muy denso, muy agresivo y demasiado prostituido cuando tanto el padre como la madre quienes atendían el restaurante “se hacían de la vista gorda” cuando alguno de sus clientes se acercaba a su hija con malas intenciones.

La protagonista, se sentía traicionada, humillada por sus padres, ignorada por el mundo, devaluada, despreciada, rebajada e ignorada por quienes ella suponía la querían.

Así también, deseada, insultada, rebajada y avergonzada.

De esta manera creció, y sus escasos treinta años cuando contrae matrimonio con un maltratador y alcohólico. Ella, al seguir en el mismo patrón de comportamiento, siempre sirviendo a los demás, siempre actuando como la amenizadora de la vida de los otros, siempre preocupada por los otros y colocándose ella hasta el final de la fila, llegó un momento en que no soportó más y se divorció. Las amenazas crecieron más aún, ya había perdido la herencia que sus padres le habrían dejado, ya habría perdido todos sus bienes porque el alcohol la tomó como rehén.

El shock que hizo que ella terminara en la plancha quirúrgica fue precisamente el no haber escuchado en tantas ocasiones a su cuerpo quien le fue diciendo a través de los dolores, las molestias y finalmente el “rompimiento” de su ser que cristalizó en el “rompimiento de sus vértebras lumbares”. He ahí el caso que nos muestra cómo es que ese dolor que ella guardó por tanto tiempo, cómo es que ese maltrato que perduró todos los años de su infancia, adolescencia y adultez llegaron a destruir su esencia (la médula) quebrándose y quebrando esta parte que nos sostiene que nos da estructura, que nos da rumbo, que nos pone en marcha en y para la vida que es la columna vertebral.



La técnica, el formato, la metodología del tratamiento fue lo que Miguel me mostró a manera de recuperación del alma de ese ser, que bajando la energía a través de los cristales, el paciente comienza a ponerse en contacto consigo mismo. Comienza a ver que ese alejamiento de sí misma, es producto de un sometimiento de una estructura patriarcal donde los padres son los primeros cómplices de este sistema de creencias, y trae la destrucción de la persona de forma inevitable. La energía que se moviliza a partir del trabajo sobre la columna activa las memorias que alojan todo ese dolor, todo ese silencio todo ese shock que nos inmoviliza y que inmoviliza al ser desde su psique, desde su profundo sentir. Los cristales tienen la capacidad de mostrar, agrandar, intensificar esa información que guardamos de manera inconsciente y que va a ser el origen de la enfermedad. Este bloqueo, de permanecer ahí estático, intocado, hermético, y oculto, es el responsable de generar la ralentización de la energía de los órganos



y sistemas, es el responsable de no transmitir la energía de vida que debiera correr por el canal central de la columna vertebral: shushuma.

El caso de nuestra paciente que fue la primera mujer a quien se le dio este masaje, logró volver a caminar, se recuperó físicamente a pesar del mal pronóstico de los médicos, ella retomó su camino, pero no desde aquella postura de víctima, no a partir de culpar a otros, sino desde la aceptación de su realidad y de su momento de vida. Reconoció que todo el dolor que sentía en su cuerpo físico no era más que el dolor del alma que cargaba, con la gran tristeza de no haber contado con el apoyo de sus padres, con la frustración de saberse “sola” en la vida, con la rabia de no poder cambiar su realidad.

La técnica del Masaje Kundalini le ofreció la liberación de todas estas memorias, de todo el dolor, la tristeza, el llanto, la culpa, la soledad que se había quedado estancado en su cuerpo creando esta fractura de su ser. Ella, al final tomó consciencia de su existencia, de lo que vino a hacer a la tierra, de su aprendizaje, de todo lo que le enviaron del cielo para poder caminar en la tierra.

Este fue mi primer caso de Masaje Kundalini, con mi maestro Miguel Arcángel, quien dejó esta enseñanza en mi ser, desde hace ya más de veinte años. Actualmente esta técnica de sanación se ha transmitido en varios lugares de España, Francia, Colombia, Chile, Argentina además de haberse ya trabajado por casi veinte años en México, con resultados muy satisfactorios.

Sólo para acotar que todos los terapeutas y sanadores certificados por la SITO y acreditados por Secretaría de Educación Pública, y la Secretaría de Salud han cursado la presente materia, que es parte de la formación.

## ***Bibilografía***

Brennan, Barbara, *Manos que curan*, Ed. Planeta.

Doreal, *La Tabla Esmeralda*, Ed. Mestos.

Gerber, Richard, *La curación energética*, Robin Book.

Shapiro, Debbie, *Cuerpo-mente: la conexión curativa*, Robin Book.

Tres Iniciados, *El Kybalión*, EDAF.

**Ana Silvia Serrano** Nació en la ciudad de México. Realizó la licenciatura de Ciencias Políticas y Sociales. Master en Psico-bioenergoterapia. Fundadora de la Sociedad Internacional de Terapeutas de Obsidiana “Ana Silvia Serrano” S.C. (2009) Investigadora, maestra y terapeuta especializada en el tema de la medicina cuántica con cristales de cuarzo y obsidiana. Imparte talleres, seminarios, diplomaturas y maestrías del Sistema de Sanación con Geometrías de Obsidiana Su página es: [www.obsidianamx.com](http://www.obsidianamx.com)

## ***SEMBRANDO SEMILLAS de LUZ. OTRA MIRADA al MASAJE KUNDALINI***

**Silvia Graciela Caputo**

Un día llega Ana Silvia Serrano y me dice, Silvita te va a llamar un taxista que me llevo hoy para que le hagas Masaje Kundalini (MK) a su amigo.

El señor me contacto al tiempo y le pedí que su amigo fuese el que me llamara, pasaron unas semanas y había pensado que ya no llamaría, pero de repente apareció un mail suyo. Hablamos y le expliqué como funcionaba el tratamiento y que es lo que yo le haría. Coordinamos una primera consulta de MK y cuando llegó le expliqué todo con detalle.

El paciente tiene 47 años; es casado con dos hijos. Su problema es un bloqueo en la pierna izquierda -que podía mover siempre con la acompaña con su mano; la siente, pero no tiene energía en esa pierna. Presentí que este caso para mi, era demasiado; pero siempre pensé que no llegan pacientes a los que uno no puede atender. Así que me dije: ¡Adelante!

En la primer sesión hablamos bastante para hacer su ficha clínica, me contó que no creía en nada de todo esto y que solo había aceptado venir porque su

amigo, el taxista, es alguien a quien el respeta mucho y confió en lo que le dijo luego de su charla con Ana Silvia. Me dijo también que no sabía nada de terapias complementarias o alternativas, por lo cual todo lo que yo le decía era nuevo y “raro” (según sus palabras).

Me contó que había comenzado unos cinco años atrás con este entumecimiento en la pierna; le habían hecho miles de estudios en los centros mas reconocidos de neurología, y que no podían precisar cual era su problema; por lo cual concluyeron en que había una desconexión, es decir, su cerebro no le mandaba ordenes a su pierna para que funcionara y le sugirieron kinesiología, pero hacia un montón que la hacia y su pierna seguía igual. También me platicó que comenzó con asma a los 22 años y que lo tenía casi superado. Su estado emocional era muy bueno, se lo veía animado, me contó que tocaba la guitarra, con un grupo de amigos y que le gustaba y componía jazz.

En esa primera consulta seguimos profundizando en su historia: le pregunte qué le había sucedido a los 22 años cuando comenzó con el asma. Me respondió que se había puesto de novio con su señora actual; se quedó pensando y agregó quizás: “la mirada de ella me mostró otra realidad que yo no veía e hizo que algo se modificara” y comenzó con ataques de asma. Hicimos el primer masaje de sistema nervioso y se fue.

Sentí que con él debía ir despacio, ya que no tenía nada de trabajo interno personal, y no quería que se asustara y dejara de venir, para mi era todo un desafío que ya estaba decidida a afrontar.

Llegó a la segunda consulta y todo seguía igual. Durante esa segunda sesión de MK hablamos más de su pierna y le pregunté lo que había pasado hacia cuatro o cinco años. Me dijo: "Nada que recuerde". Me quede mirándolo callada y luego siguió hablando de otras cosas, y allí le pregunté como era la relación con sus padres. Recordó que hacia cuatro años habían tenido una discusión muy grande con sus padres por un tema de dinero. Me dijo que él ayudaba mucho a su familia pero ya se había tornado abusivo el tema, que lo habló con su señora y cuando les planteó a ellos no darles más dinero discutieron muy fuerte y por unos años dejaron de hablarse. Pero hacia tres años habían tenido una charla y se habían reconciliado, que todo estaba bien ahora. Se queda callado y me dice, claro ahí comenzó todo esto.

Le hice su segundo MK de sistema nervioso y se fue. Si bien trato de no hablar mucho con los pacientes de MK con él debía profundizar para saber por donde ir, además que no lo conocía ya que no era paciente de Obsidiana.

Vino a su tercera consulta y me dice que se había quedado pensando mucho todo lo que hablo conmigo, que no entendía mucho lo que yo le decía, pero que a su vez se sentía cómodo ya que nunca había tenido con nadie una conversación así. Que yo le daba otra perspectiva a las cosas y que se dio cuenta que hasta ese momento había vivido su vida en automático, que todo era para los demás, su trabajo, su esposa, sus hijos y para él nada. Le hice el MK y se hizo un desbloqueo del tercer Chakra.

Debo decir que desde el primer día su espalda no mostraba grandes bloqueos, es decir estaba bastante pareja en temperatura, energía y densidad; inclusive si estaba fría enseguida se nivelaba. Ese día le dije que quizás teníamos

que hacer mas de seis masajes y me dijo que sí el viera una mínima mejoría seguiría sin problemas, pero por el momento todo seguía igual.



Cuando llegó por su cuarta consulta y – bajo sugerencia de Mauricio Hernández- le pregunté si tenía sensibilidad en la pierna. Me dice: “Si, lo que no tengo es fuerza”. No la puede levantar, casi la arrastra al caminar. Le increpo: ¿Dolor de ciático? No. ¿Hormigueo? No, la siento pero no puedo moverla por la falta de fuerza. ¿Dolor en cadera? No. Me dijo que tenía hernia de disco pero leve y los médicos le habían dicho que no era la causa del problema.

Mauricio me dijo que las preguntas eran para descartar que hubiera ya un daño a nivel de tejido nervioso o alguna desconexión. No había tal daño por lo que tal era exclusivamente energético. Ese día también le sugerí que le cante con su guitarra a su pierna y se conecte con ella. Le hice Desbloqueo del Chakra cinco.

Llega a su quinta consulta y me cuenta que fue muy lindo lo del canto a su pierna, se le llenaron los ojos de lagrimas, y que se siente cada vez mejor de animo, que todos le dicen lo bien que lo ven. Su pierna sigue sin mostrar mejoría y la vuelvo a decir que vamos a tener que hacer por lo menos una serie más de seis y me responde que quería pensarlo.

Me cuenta que estuvo pensando en todo lo que hablamos que nadie le había dado la mirada que yo le doy a las cosas y que recordó que cuando fue la discusión con sus padres por el dinero, su hermana se había separado y se había ido a vivir con sus hijos a la casa paterna y que eso a el le dio celos y por eso no quiso darles mas dinero porque en realidad era para ayudar a todos los que vivían allí, no a sus padres. Le pregunté como había sido la relación con su hermana. Me dijo que el era el más grande de tres hermanos, luego tenia un hermano varón dos años menor que el y quien siempre tuvo asma; por lo cual se llevo desde que nació toda la atención y luego a sus nueve años nació esta hermana y el se crio prácticamente solo y fue siempre muy independiente.

Con cada cosa que me contaba, a mi me cerraba más que el bloqueo en su pierna izquierda había sido ese problema con sus padres. Ese día le hice mucho mas intensamente masaje en Chakra uno, deteniéndome allí muchísimo mas tiempo y además hice desbloqueo de ese mismo Chakra.

Llega el sexto masaje y me confirma que seguirá más tiempo con la terapia porque se siente mejor de todos los aspectos y siente que este es el único espacio que se esta pudiendo dar para si mismo, y le hace súper bien. Le pregunto por su pierna y me dice: "Mejor". Le pido que me muestre y pudo levantarla sola levemente. Yo me sentía feliz por el. Otra vez hice masaje mas intensamente Chakra uno y nuevamente hice un desbloqueo en el mismo.

Allí me comenta que tiene que operarse en un mes unos pólipos en la nariz que le impiden respirar por lo cual pactamos cuatro masajes mas antes de su cirugía.

Estoy totalmente segura que va a lograr mover su pierna porque ya esta dando señales y además porque el esta tomando conciencia; que es lo mas importante en todo su proceso, recorriendo velos, dándole otra mirada de Luz a las cosas y aceptando con humildad y Amor lo que le va ofreciendo la vida. Siento que fui sembrando semillitas que están comenzando a florecer.

**Silvia Graciela Caputo**, terapeuta activa de Sanación con Geometrías de Obsidiana según el método de Ana Silvia Serrano (Reg. SITO F0709/07). Terapeuta de Masaje Kundalini desde 2009. Estudios en Sanación con Cristales, Reflexología, Masaje Sonoro con cuencos Tibetanos y Amonización con Cuencos Atlantes de Cuarzo. Vive en Buenos Aires, Argentina.



## ***APLICACIONES PRÁCTICAS del MASAJE KUNDALINI***

**Ing. Mauricio Hernández S**

Para esta ocasión, he decidido enfocar la atención en los efectos prácticos del Masaje Kundalini, y aunque pudiera parecer obvia la consecuencia en el cuerpo de los desequilibrios energéticos para algunos, me parece una oportunidad muy buena para ahondar en el tema.

Al tener un desequilibrio energético (que con el tiempo se convertirá en un bloqueo) es solo cuestión de tiempo hasta que el cuerpo físico comience a manifestar alguna dolencia. Pero, ¿qué es lo que va pasando con el cuerpo durante este tiempo? ¿Cómo es que el cuerpo comienza a “quejarse” y a estresarse muchas veces sin que nos podamos dar cuenta?

Sería un tema demasiado extenso para pretender describir una buena cantidad de escenarios de este proceso, por lo que elegí enfocarme en una situación por demás común en la vida cotidiana: el miedo. Desde un pequeño temor recurrente hasta una situación límite y traumática no liberada el cuerpo físico está diseñado para darle respuestas a estos episodios, sin embargo el diseño “original” de supervivencia de estos procesos no siempre tienen una manera efectiva de cumplir su misión en situaciones cotidianas paulatinas.

*¿Cuál es la función del miedo?*

El miedo es un mecanismo natural para la conservación de la vida (y la especie). Es una respuesta primitiva en donde el ser, ante una situación límite tiene la posibilidad de enfrentar o de huir. Este panorama nos remite a eventos de la psique primitiva en donde los peligros que atentaban contra la vida eran inminentes y cosa del día a día: salir a cazar para poder comer implicaba un peligro de muerte para los cazadores, salir a caminar para explorar o buscar frutos implicaba el mismo peligro, incluso entre los mismos seres humanos ya existía esta constante lucha por la hegemonía y dominación entre clanes y tribus que constantemente ponía la vida de cualquiera en peligro.

Tomemos ahora uno de estos ejemplos para entender de manera general el reaccionar del cuerpo físico ante el miedo producido:

Un animal salvaje sale de pronto y se enfrenta a un ser humano; naturalmente el humano siente miedo. Sus pupilas se contraen para incrementar la agudeza visual y no perder detalle, se incrementa el ritmo cardíaco para poder mandar mayor oxigenación a los músculos y poder actuar, su boca se reseca y todo su proceso digestivo se interrumpe para tener la mayor disponibilidad de sangre y oxígeno destinada al sistema muscular, incluso hasta los procesos del aparato reproductivo y el sistema inmunológico se disminuyen para proveer al organismo la mayor cantidad de elementos para que pueda conservar su vida reaccionando físicamente. Todos estos elementos le dan tanto la fuerza instantánea, como los reflejos y la capacidad muscular para huir o enfrentar luchando al animal salvaje. Una vez concluido el episodio, el organismo poco a poco va volviendo a la normalidad: ante todo ese estrés que se produjo, el cuerpo se siente cansado, los músculos tienen ligeros temblores al estarse súbitamente relajando después de haber estado tan nutridos por la sangre y la oxigenación, los procesos digestivos se reanudan muchas veces causando malestares gástricos. La crisis pasó y la persona sobrevivió.



Para llegar a este complejo sistema de supervivencia y respuesta dentro del cuerpo fue necesaria la secreción de dos hormonas que orquestaron dichos acontecimientos, dos hormonas conocidas hoy en día como las hormonas del estrés: el cortisol y la adrenalina.

La Adrenalina está asociada y produce la respuesta cardiovascular (incremento del ritmo cardíaco, envío de mayor volumen sanguíneo a los músculos para propiciar contracciones musculares más eficientes, mayor oxigenación a la sangre por medio de los pulmones, entre otras) mientras que el Cortisol está asociado con la metabolización de las grasas, el sistema hepático y el funcionamiento del Páncreas para incrementar los niveles de glucosa para que los músculos tengan suficiente “combustible” para la acción exacerbada que se les está requiriendo de manera momentánea, inhibe la digestión y el sistema inmunológico y reproductivo momentáneamente. Ambas contribuyen a formar la

memoria a corto plazo de los acontecimientos con cargas emocionales que se van instalando en la persona.

Claramente este diseño está hecho para dar una respuesta inmediata a situaciones aisladas y límites. Pero hoy en día, por el tren de vida, situaciones económicas, sociales y demás implicaciones de la “modernidad”, nos enfrentamos de manera cotidiana a momentos que nos estresan y nos causan miedo. ¿Qué pasará con todo ese diseño del cuerpo físico ante estos miedos y estrés cotidiano y al que difícilmente se le da un término instantáneo? El cuerpo sigue produciendo ante estas situaciones tanto adrenalina como cortisol, y la implicación entonces es que estas hormonas desencadenan todo el proceso de supervivencia y nos preparan para una acción física que nunca se lleva a cabo. Puede ser que diario durante años tengamos que lidiar con una persona en el trabajo que nos amenace con despedirnos o echarnos, y diario entonces vivimos con ese miedo produciendo pequeñas cantidades de cortisol y de adrenalina que nunca llegan a cumplir su función primaria, pero sí tienen su efecto reactivo en el cuerpo. Ahora ya es fácil comenzar a dimensionar las consecuencias orgánicas que puede tener el exceso de cortisol o la producción de adrenalina sin respuesta en el organismo: descompensación de la glucosa, alteración de la presión arterial y funcionamiento cardíaco, problemas digestivos, inhibición del sistema inmunológico.

Quizás para este punto se puedan preguntar qué tiene que ver esto con el Masaje Kundalini, y la respuesta es sencilla: ambas hormonas se producen desde las Glándulas Suprarrenales. La técnica de Sistema Urinario probablemente sea una de las menos usadas o entendidas por los terapeutas de Masaje Kundalini pero que lleva una cantidad de aplicaciones importantísimas para los procesos físicos. Desde bajas en el sistema reproductivo, apoyo a la depresión inmunológica trabajando en conjunto con la técnica de Sistema Inmunológico), cuadros de estrés de cualquier grado: superficial (dérmico), gástrico o vascular, dificultad para regular la Glucosa en sangre, diabetes, desintoxicación o congestión hepática se pueden ver beneficiadas con el uso de esta técnica de Masaje Kundalini

Energizar, equilibrar y regular la función de las Glándulas Suprarrenales a través del Masaje Kundalini regresa la coherencia y corrige el funcionamiento puntual (glandular) y este cambio y equilibrio funciona ya que en general todo el sistema endócrino se basa en un esquema de retroalimentación negativa. Este esquema se trata de señales desde la glándula destino a la glándula orquestadora, es decir, cuando las Glándulas Suprarrenales (en este caso) funcionan correctamente y detectan que los niveles de cortisol y adrenalina ya son los adecuados, mandan una retroalimentación al Hipotálamo para que dejen de producir la orden de secreción correspondiente. Esto quiere decir: que la glándula destino informa que ya está la cantidad de hormonas necesarias para que se deje de producir la orden desde las glándulas maestras. Este sistema también se ve beneficiado de manera inmediata al usar la técnica de la Cristaloterapia, pero de esto podremos hablar en otra ocasión.

En este número que compete al Masaje Kundalini tenemos la interacción de las técnicas (por lo menos) del Sistema Nervioso, desbloqueo y Sistema Urinario para hacer una combinación física y energética que irá regresando al organismo a un estado equilibrado y a través del cuál, la persona irá teniendo más conciencia cada vez de los actos, acontecimientos, patrones o vivencias que lo llevaron a desequilibrarse en primera instancia. Es labor ya de cada terapeuta ir profundizando en la interacción de los distintos sistemas con las afectaciones del cuerpo y su lectura emocional, sin embargo, si podemos también profundizar un poco en el funcionamiento y orden natural de los mecanismos fisiológicos, tendremos una capacidad mucho mayor de análisis para poder determinar no solo qué herramienta es la apropiada para nuestros pacientes, sino dentro de cada una, qué fórmula, sistema o técnica es la adecuada para poder llevar y acompañar a nuestros pacientes a una evolución energética muy eficiente y llevarlos a conocer, tocar y liberar sus patrones mentales, emocionales y físicos.

**Mauricio Hernández Serrano**, Terapeuta activo en geometrías de obsidiana según el método de Ana Silvia Serrano desde hace 9 años (Reg. SITO B0428/01). Maestro certificado por la SITO en Sanación Geometrías de Obsidiana, Cristaloterapia y Masaje

Kundalini. Técnico en Bioelectrografías certificado en el Método Torres. Estudios en Reiki, Tarot, Kabbalah, Simbolismo Hebreo y los 72 Nombres de Dios, Tai Chi, Geometría Sagrada, Astrología. Investigador para la comprobación y fundamento de técnicas de sanación desde la perspectiva científica y académica. Ingeniero en telecomunicaciones e informática con estudios en física cuántica.



## ***La SABIDURÍA del SENTIR y el MASAJE KUNDALINI***

**Belén Dubó Villarroel**

Una necesidad básica de los seres humanos cuando nacemos es la de sentirnos queridos, y para satisfacer esa necesidad muchas veces amoldamos nuestra conducta a lo que nuestros padres validan, aprueban y aceptan, lo cual depende de sus propias experiencias y de lo que es validado socialmente. Entonces la expresión emocional es regulada en gran medida por lo que aprendemos de nuestros padres, y como esto es transmitido de generación a generación, si nuestros padres aprendieron a no expresar, probablemente nosotros tampoco lo hagamos o esperemos a desbordarnos para hacerlo.

Existen ciertos condicionamientos sociales de qué emociones tenemos permiso para expresar según el sexo, de modo que a los hombres se les permite mucho más expresar la rabia que la pena, y a las mujeres por el contrario se nos permite expresar más la tristeza que la rabia. Sin embargo, en lo más profundo el mensaje para todos es que lo correcto sería no sentir las emociones que han sido catalogadas como “negativas” tales como la tristeza, la rabia y el miedo. En el discurso social parece que las emociones calificadas de “positivas” como la alegría y el amor sí estarían permitidas, pero en la práctica tampoco es así, ya que si alguien se ríe mucho se le etiqueta de tonto, si alguien está siempre contento, o canta o baila en la calle rápidamente es mal visto y etiquetado de loco o raro, si alguien expresa libremente su amor es inapropiado, falso, o inmoral según el caso, y para qué hablar de la sexualidad y el placer, que son sumamente rechazados y tabú, especialmente cuando hablamos de la mujer. Y claro, no es raro que al evitar

el dolor evitemos también el placer, ya que ambos aspectos son polos de un solo continuo del sentir, y poco a poco nos vamos desconectando, vamos evitando, reprimiendo, al punto que mucha gente la mayoría del tiempo “no siente nada”, hasta que llega a un nivel tal de acumulación emocional que se desborda, expresando intensa, descontroladamente y al más mínimo estímulo gran parte de aquello que reprimió. Sin embargo esa expresión no es consciente, es una reacción, y muchas veces la persona ni siquiera entiende por qué reaccionó así, lo que no le permite procesar ni aprender de lo vivido.

Tampoco aprendemos a asumir la responsabilidad de nuestras emociones y acostumbramos a creer que son las situaciones o los otros quienes nos “hacen feliz”, o “nos hacen enojar” o “nos hacen llorar”, por lo que ponemos el foco en lo que otro hizo o en lo que pasó como si eso fuese la causa directa de mi sentir. Con esto no nos damos cuenta que las razones por las que sentimos lo que sentimos son personales, ignorando u olvidando que nuestras emociones tienen que ver con aquello que resuena con nuestras propias heridas. Las consecuencias de poner esa responsabilidad en lo externo es la pérdida de parte del poder personal, y de cierta forma quedo a la deriva de lo que otros hagan, digan, quieran, o de lo que pase en mi vida para estar bien. Entonces tengo a quien o a qué culpar pero olvido que tiene que ver conmigo y que está en mis manos mirar, tomar consciencia y trabajar con aquellos aspectos.

Con todo lo anterior, nos olvidamos también de que no hay emociones negativas ni positivas, y que todas sin excepción cumplen una función esencial en nuestras vidas. La rabia, la pena y el miedo son emociones protectoras, nos ayudan a identificar cuando es mejor correr, cuando es mejor detenerse, cuando algo nos hace daño y no es bueno para nosotros, cuando necesitamos defendernos, cuando necesitamos poner límites, etc. ¿Se imagina no sintiéramos miedo? Correríamos riesgos todo el tiempo y seguramente no viviríamos mucho



para contarlo. ¿Y sin pena? Nos mantendríamos en situaciones, relaciones, y circunstancias dañinas y no nos daríamos cuenta. ¿Y sin rabia? Todos nos podrían pasar a llevar, atacarnos, llevarse nuestras cosas... y no haríamos nada.

Estos son algunos ejemplos de las funciones protectoras de las emociones, y sin duda podría dar muchos más. El organismo y la vida son muy sabios, todo tiene una razón de ser, pero olvidamos escuchar y darle espacio a esa sabiduría que es parte de nosotros, pasando a considerar al dolor, al sentir y a nuestro cuerpo como nuestro enemigo.

Entonces, ya sea porque somos muy niños y no sabemos o no podemos procesar ciertas situaciones demasiado intensas emocionalmente, o porque ya hemos aprendido a desconectarnos del sentir, en ocasiones vivimos experiencias que nos impactan de las que no somos capaces de expresar las emociones sentidas ni de procesar lo ocurrido, y a través de diversos mecanismos que muchas veces son inconscientes, reprimimos el recuerdo, disociamos el sentir del hecho ocurrido, o lo negamos, entre otros. Sin embargo, por más que interfieran estos mecanismos, las emociones son energía y como tal no se disipa por sí misma, sino que se saca a través de la expresión o se queda en el cuerpo generando bloqueos. Es por esto, que la comprensión racional no es suficiente para procesar experiencias dolorosas ni para propiciar un cambio real, y puedo tener muy claro en lo racional que me pasó y cómo me afecta pero no es suficiente. Tampoco basta con sólo sacar la emoción, necesito poder darle un sentido y aprender de ello, y es importante considerar que hay emociones estancadas que provienen de temas ancestrales, kármicos y arquetípicos, que son por tanto inconscientes, y aunque exprese la emoción cuando surge, si no logro hacer consciente el tema y conectarlo con esa emoción, no podré procesarlo.

Así, la energía emocional guardada, estancada y no procesada genera bloqueos energéticos que poco a poco nos van enfermando físicamente. La energía se queda en ciertas partes del cuerpo y afecta al funcionamiento del

organismo. Entonces es posible que nos enfermemos y ahí muchas veces volvemos a considerar a la expresión del cuerpo como un enemigo, como si aquello que se expresa a través de un síntoma o de dolor fuese algo que es necesario acallar, contra lo que luchar, una batalla que dar contra el propio cuerpo. Como si las emociones y enfermedades viniesen a atacarnos y tuviéramos que defendernos, sin escuchar el mensaje que tienen para darnos.

Por todo esto, la emoción tiene que tener un papel central en cualquier terapia que busque realmente propiciar cambios y sanar. Como psicoterapeuta observo cotidianamente las dificultades que tenemos para conectarnos con el sentir y liberar esa energía a veces estancada durante muchos años. Existen múltiples técnicas que intentan conectar con la emoción, y tanto en mi trabajo como en mi proceso terapéutico personal, aplico y he experimentado técnicas vivenciales, gestálticas, de trabajo corporal, intervención muscular, conciencia corporal y también con muchas terapias complementarias que trabajan con la energía. Todas las técnicas que aplico las he experimentado y considero que sirven para contactar la emoción, facilitar su expresión, propiciar la comprensión y el cambio. Para mí es muy importante contar con diversas técnicas ya que es según el caso y características de cada persona la que pueda ser más adecuada y efectiva. Sin embargo, me doy cuenta que muchas veces estas técnicas son más útiles cuando hablamos de sucesos posteriores a la segunda infancia, o ayudan a sacar emociones pero se dificulta la comprensión racional, es decir, expreso sin entender bien qué estoy expresando o cómo se originó el conflicto, lo cual puede ser de mucho alivio pero falta algo más para llegar a un verdadero cambio.



Al conocer el Masaje Kundalini, me llamó muchísimo la atención su propuesta porque integra muchos aspectos que a mi parecer son esenciales en la comprensión de la salud y la enfermedad, involucrando el nivel físico, emocional, mental, espiritual y energético. Parte de la base que las emociones no expresadas quedan de alguna forma como bloqueos energéticos en la columna vertebral, que es nuestro centro energético y de comunicación del organismo. Primero se empieza a enfermar nuestra energía y poco a poco nuestro cuerpo, ya que si nuestro cerebro no se comunica fluidamente con nuestros órganos y viceversa, nos vamos enfermando. Sin embargo si con el tiempo nos hemos ido desconectando del sentir, resulta muy difícil conectarse con esas emociones estancadas y expresarlas sólo con la voluntad de hacerlo. Es en este punto dónde considero que se encuentra la principal ventaja de esta técnica, ya que el Masaje Kundalini permite que emerjan los bloqueos emocionales que la persona ya ni

quiera se acuerda que alguna vez vivió, que están reprimidos, que son muy tempranos en la vida, y/o que son ancestrales, kármicos o arquetípicos, limpiando así el canal energético y reestableciendo la comunicación fluida entre el cerebro y el cuerpo. Además facilita la comprensión racional y el darse cuenta de la persona.

A pesar de quedar maravillada con la teoría no pude dimensionar su alcance hasta haberlo experimentado. Al recibir Masaje Kundalini pude experimentar la profundidad de esta técnica, darme cuenta de emociones que surgieron en mi temprana infancia, que muy posiblemente no hubiese podido mirar de otra forma, expresar dichas emociones y conectar lo sucedido con aspectos personales que han estado presentes a lo largo de mi vida. Esto me permitió resignificar una parte de mi biografía, conectando sucesos, actitudes, sensaciones y emociones, para darle así otro sentido a mi presente, dándole espacio y acogiendo ese dolor. Esta experiencia me motivó mucho más para aplicarlo como terapeuta, pero aún tenía la duda, de si sería tan profundo siempre y de si al comenzar a aplicarlo podría llegar a ese nivel de profundidad con otras personas.

En el poco tiempo que llevo trabajando con Masaje Kundalini he podido darme cuenta que aunque todas las personas experimentan cosas distintas, esta técnica es muy movilizadora y profunda. Por más que hayan emociones reprimidas de forma inconsciente, por más temprano en la vida que hayan surgido las situaciones traumáticas, por más que hayan aspectos olvidados hace años, se moviliza y sale aquello que se mantenía estancado, limpiando el canal energético. Se percibe y se siente la limpieza, tanto a nivel sutil como concreto. He visto también cómo las personas que han recibido Masaje Kundalini se sienten sumamente sorprendidas con lo movilizador que es. Sin embargo, la potencia del masaje no es sólo lo que ocurre en la sesión sino lo que transcurre entre sesiones, lo que sigue emergiendo, lo que se continúa procesando, lo que sigue decantando en recuerdos, sensaciones, emociones, energía, sueños, motivaciones, ideas,

etc., por lo que es un proceso muy sanador. Esto además de ayudar a la sanación de temas pendientes, ayuda a reenergizar el organismo haciendo que la energía vuelva a fluir libremente y que por tanto la comunicación de todo el cuerpo y el cerebro se reestablezca, facilitando también la sanación física. Por otra parte, esta técnica facilita la conexión de lo emocional con lo racional, lo cual si es bien acompañado terapéuticamente permite ir resignificando lo vivido y llegar a una nueva comprensión de sí mismo, que incluya recuperar el poder personal y responsabilizarse tanto del propio sentir como de la forma de expresarlo, lo cual incide de manera significativa en cómo nos relacionamos con nuestras emociones, con nuestro cuerpo, con nosotros mismos, con otros seres y con nuestro entorno.

Me parece que el Masaje Kundalini además de contribuir a la sanación, ayuda a tomar consciencia y a reconectarnos con nosotros mismos, a devolver la confianza en la sabiduría de nuestro cuerpo, y en la capacidad que el ser humano tiene de entrar en una emoción intensamente, y volver a equilibrio, reponiéndose y aprendiendo de lo vivido por más doloroso que haya sido. Considero que a medida que experimentamos esto en nosotros mismos, que confiamos en nuestra capacidad de sentir y de entrar a lo profundo de nuestras emociones, de sumergirnos en nuestros dolores y aprender de ellos, de ir mirando nuestra sombra y dándole luz, con la confianza en la capacidad de autorregulación de nuestro organismo, podemos como terapeutas acompañar mejor a otros en su propio proceso, sin miedo a profundizar en el sentir, confiando en el otro y en la sabiduría de su organismo. Las personas que vienen perciben la confianza y también a partir de ahí se entregan. No tengamos miedo al propio sentir ni al sentir de otros, porque no es más que una expresión maravillosa y sana de nuestro propio organismo buscando el equilibrio y la salud.

Esta consciencia y confianza, a su vez nos permite vincularnos más conscientemente con las otras personas, con otros seres y con la tierra en que

vivimos. Tanta falta nos hace tomar consciencia de que estamos peleando contra nosotros mismos, contra la madre tierra, contra la vida, lucha que no tiene sentido, por lo que es necesario soltar la necesidad de control, de dominio, y tomar consciencia a su vez de la inmensa sabiduría de la que somos parte, confiando en ella, escuchando sus mensajes, cuidándonos y cuidando amorosamente nuestro entorno, nuestra tierra, confiando, entregándonos y disfrutando las maravillas que cada día nos ofrece la vida.

**Belén Dubó Villarroel**, terapeuta en práctica de Masaje Kundalini. Cursando diplomatura en Geometrías de Obsidiana. Psicóloga clínica gestáltica y facilitadora en desarrollo personal humanista transpersonal. Maestra de Reiki Usui. Practicante y facilitadora de meditación. Con estudios en radiestesia, biomagnetismo, esencias florales del México antiguo, psicodrama, bioenergética, entre otros.

Correo electrónico: [belen.dubo@gmail.com](mailto:belen.dubo@gmail.com)

Página web: [www.satkaram.cl](http://www.satkaram.cl)

**Obsinautas** es una revista de distribución gratuita y con la intención de difundir la investigación y divulgación de Obsidianamx.com

Registro en Trámite.

Undécimo número, *El Masaje Kundalini*.

Director editorial: José Alberto Moreno.

Directora de ventas: Ana Silvia Serrano.

Las imágenes de cada uno de los artículos fueron cedidas tanto por Ana Silvia Serrano. Obsidianamx no posee los derechos de las imágenes.

