

VIBRACION

La vibración es la manifestación física que produce la circulación energética (Chi-prana-orgón, etc.) al circular libremente por todo el cuerpo.

Es como el ronronear de los felinos, es un susurro del Alma, una caricia sanadora que viene desde el interior. Una experiencia sutil e íntima que nos trae a la conciencia que somos más que un cuerpo, un torbellino de emociones o una eterna progresión de pensamientos e ideas.

La vibración sana y vivifica, es pura integración del ser. No está sujeta a la voluntad, muy por el contrario el control que ejercemos con las contracturas musculares crónicas (las cuales fueron en un comienzo producto de la voluntad para luego cristalizarse y volverse inconcientes) es justamente lo que va apagando el suave murmullo que provoca cuando circula libremente. Su disminución, ausencia o estancamiento es indicador de que nos hemos alejado de la posibilidad de vivir una vida más plena, libre y espontánea y también de que el placer ha sido enterrado muy en lo profundo o casi desterrado como sensación orgánica.

El placer en un organismo libre de contracturas musculares crónicas severas tendrá en su repertorio de manifestaciones como ser vivo esa suave y profunda vibración que afirmará aún más las sensaciones de placer, haciendo que nos sintamos más plenos.

La tensión muscular crónica se desarrolla lentamente a través de experiencias negativas y repetidas, dicha percepción se vuelve inconsciente a nuestra percepción ordinaria. Los músculos que tienen tensión crónica deben ser estirados para que se active su potencial de movimiento expresivo y liberarlos de dicha tensión. Al estirarse un músculo contraído comienza a vibrar desde una vibración muy sutil hasta una fuerte sacudida según el grado de tensión y estiramiento.

La vibración sirve para liberar los bloqueos crónicos de los músculos y a la persona de sus movimientos fijos y rígidos. Las zonas corporales con bloqueos no poseen casi flujo energético, esos músculos contraídos no pueden moverse hasta que no se recarguen de energía. Cuando la respiración se amplía y profundiza los músculos tensos entran en un movimiento vibratorio al cargarse de energía. La energía llega a los músculos a través de la respiración; si no hay un suministro adicional de energía es imposible aflojar los músculos contraídos.

No hay proceso metabólico ni circulación energética sin oxígeno de ahí la importancia de respirar profundamente para relajarse y suprimir las represiones. Los músculos con tensiones musculares crónicas pueden liberarse con movimientos expresivos donde se expresan los sentimientos reprimidos. De nada sirve simularla sacudiendo el cuerpo o "querer" que suceda, la vibración sucede o no sucede debe ser espontánea y natural producto de la entrega a un proceso de descongelamiento gradual no forzado. El sacudirse voluntariamente no hace más que retardar la aparición de la vibración como expresión profunda de un organismo manifestándose libre y espontáneamente. La vibración requiere de "entrega" sin voluntarismo ni control.

No se puede llegar a la vibración por voluntad como tampoco se puede sentir placer en forma voluntaria. Solo entregándose a la experiencia es posible alcanzar una vibración genuina y aún así llevara un tiempo en aparecer esa vibración más fina profunda y sutil que vivifica todo el organismo surgiendo desde los huesos y no del intento de control o del querer hacer.

Voluntad=hacer=control/Entrega=vibración=placer