

Bioenergía, motricidad y religión

Julián Ernesto Gómez Agudelo* 39

Presentan los principios rectores de la teoría bioenergética en relación con las expresiones motrices y la dimensión religiosa, todas ellas en estrecha dependencia, para concluir en una propuesta de mejoramiento de la calidad de vida del ser humano actual.

Todo lo viviente tiene una única raíz. Como Prometeo, también el Tlacuache robó el fuego para los huicholes, Baíra para los guaraníes, y Yorekitirami para los waikas. Todos los dioses eran uno, los hombres uno, los reinos uno. Cuando surgió el dos, el cielo se ocultó en el centro de la llama, como prueba de Wakanda, para dejar paso a la tormenta.

Anónimo

El sistema energético en el ser humano

Investigaciones recientes han demostrado que la realidad constitucional del ser humano es mucho más amplia de lo que habitualmente se cree. Así, la fotografía y la cinematografía electrónicas de amplia frecuencia (efecto Kirlian), asociada a microscopios electrónicos; la electronografía, que utiliza sistemas sensores computadorizados, y la medición del potencial bioplásmico mediante sensores electromagnéticos integrados a instrumentos electrónicos, buscan explicar percepciones o fenómenos que se salen de los patrones de lo considerado "normal". El desarrollo de la cibernética, por ejemplo, ha permitido profundizar el estudio del sistema nervioso humano, detallando la longitud de las interconexiones neuronales en cuatrocientos

mil kilómetros, cifra equivalente a la distancia entre la tierra y la luna. También se ha descubierto que las corrientes bioeléctricas producen campos energéticos alrededor del cuerpo físico y se manifiestan en el espacio hasta cierta distancia del soma, constituyendo lo que se conoce como el campo bioplásmico o energético, que varía de un cuerpo a otro.

El sistema energético humano posee una morfología dinámica y una fisiología específica; es un sistema circulatorio de energías o partículas electromagnéticas o radiantes. Por ende, se integra a la clasificación de los sistemas circulatorios: sistema nervioso, sistema sanguíneo, sistema linfático, sistema endocrino y sistema energético. Estos cinco sistemas están interrelacionados en tanto son parte de la unidad y cualquier cambio en uno repercute en los otros debido a la ley de causa-efecto. El sistema energético penetra y traspasa al

* Licenciado en educación física; profesor en la Universidad de Antioquia.

organismo y se manifiesta tanto dentro como fuera del mismo. Su totalidad está, en definitiva, compuesta de partículas organizadas en forma de vórtices de variada magnitud que se mueven siguiendo una ley de movimientos espirales que varían la frecuencia de giro e intensidad dependiendo de las regiones del cuerpo y la relación directa o indirecta con los órganos internos, que a su vez son atravesados por esas partículas. Estas pueden emitir diferentes tipos de tonalidades cromáticas y los sonidos emitidos por estos "fluidos" se pueden captar con sonares especiales. Por sus características, este sistema es abierto y, por lo tanto, su equilibrio depende también de factores exógenos.

El estudio del ser humano desde una visión integral implica detallar aspectos que en ocasiones no están comprendidos en los patrones establecidos. Sin embargo, la ciencia se acerca cada vez más a cuestionar ciertos paradigmas que hasta ahora han regido los postulados centrales de muchas disciplinas. Aunque para muchos, el término bioenergía es totalmente nuevo, algunos estudiosos han emitido desde principios del presente siglo ciertos postulados en torno a él. Tal es el caso del Wilhelm Reich, quien desde el psicoanálisis, y aprovechando sus estudios de acercamiento a la sabiduría oriental, plantea que los desequilibrios energéticos del ser humano son la fuente de las patologías en el cuerpo físico. No obstante, en épocas posteriores y fruto de años de investigación y de fuertes discusiones en los distintos círculos de especialistas, muchos estudiosos de la materia coinciden en afirmar la relación del

equilibrio energético en el ser humano con cinco factores fundamentales:

1. Factores genéticos. La palabra *herencia* viene del latín *haerentia*, que significa *cosas vinculadas*. La herencia es considerada desde la biología como la información de códigos genéticos familiares y de la especie, transmitida de un ser a otro en estructuras físicas, mentales, espirituales. Los factores genéticos relacionados con los rasgos físicos particulares de un grupo familiar o social no son modificables, en condiciones normales, pero existen en muchas culturas comportamientos susceptibles de modificación en el código genético de los individuos. En ello la ciencia poco ha podido profundizar.
2. La nutrición. Este término se refiere comúnmente al proceso de ingesta, desdoblamiento y asimilación por parte del organismo de las sustancias que le sirven de alimento. Sin embargo, desde una visión holística, la respiración y las percepciones sensoriales del mundo circundante se constituyen en factores de la nutrición igualmente importantes al momento de establecer el equilibrio energético de un ser. Con la educación respiratoria es posible desarrollar la capacidad de apropiación físico-química de elementos complementarios al oxígeno y de vital importancia en la nutrición celular de los diferentes tejidos corporales. En lo que se refiere a los alimentos físicos

existen diversas posiciones sobre una alimentación sana y balanceada, y que no soslaye aspectos socioeconómicos. En lo que sí parece haber acuerdo es en lo relativo a la importancia de una adecuada alimentación para el efectivo equilibrio energético: mientras menos sustancias como grasas saturadas, químicos sintéticos y fermentos se incluyan en la dieta regular, mayores posibilidades de captar sustancias realmente útiles para el organismo.

3. La actividad sexual y las experiencias emocionales y anímicas. La energía sexual es la semilla de la vida. Todo proceso de fecundación requiere energía sexual. "El sol baña con sus rayos creadores las entrañas de la tierra y de ese connubio las plantas brotan y se desarrollan. Semen es semilla". Antes de ser semen u óvulo, estas células son energía creadora o energía vital, esencia que vitaliza a cada átomo del organismo e integrada a todos los procesos vitales. Según la medicina bioenergética, en el sistema endocrino la energía vital se manifiesta en toda su potencialidad al posibilitar el buen funcionamiento del sistema inmunológico. La actividad sexual, las experiencias emocionales y anímicas, así como los sentimientos y experiencias afectivas, surten efectos directos sobre el sistema energético humano, e incluso alteran funciones de algunos órganos. Al respecto,
 4. El contexto social. El ser humano es social por naturaleza. Tiene la capacidad de modificar su contexto, de moldearlos de acuerdo con sus expectativas, deseos y posibilidades. En condiciones que mínimamente satisfagan sus necesidades materiales básicas, puede desatar una serie de relaciones con los otros, en lo espacial y lo temporal, que le permitan alcanzar niveles de integración individual y colectiva en torno a la construcción permanente de cultura. El desarrollo del ser humano desde una perspectiva social no se reduce a la esfera de lo económico, aunque éste sea un factor bien importante: son necesarios además espacios colectivos desde los cuales las comunidades recreen un proyecto de hombre y sociedad.
 5. La motricidad. Engloba todas las acciones corporales que involucran la relación somática espacial y temporalmente. Aún punto de controversia como concepto para

se lee en un texto budista antiguo, el *Sutra de la gran sabiduría prajnáparamita*: "si hay que sublimar la esencia de yang verdadero [energía sexual] es porque el hombre por lo general la pierde y la agota. En efecto, cuanto más débil está el cuerpo, más se eleva el fuego del vacío. Cuando nace el movimiento de la esencia verdadera y el aliento vital sale de las gónadas u ovarios, y se aprovecha, el aliento circulará por los canales de función y de control, los tres pasos de la espalda, los tres pasos delanteros, los ocho meridianos curiosos, los nueve orificios y todos los meridianos son desbloqueados."¹

¹ Znao Bichen. *Tratado de medicina y alquimia taoísta*. Miraguano ediciones, Madrid.

los teóricos, la motricidad permite al ser interactuar y recrear su estado natural consigo mismo, con los objetos y con los otros seres. Rebasando los límites de la razón y sin dejar de ser ésta base de entendimiento coherente, la motricidad puede conducir al ser íntegro a los campos abiertos de una dimensión donde un continuo devenir y fluir de fuerzas complementarias guía el estrepitoso viaje hacia la pregunta y la consecuente, y por lo general insatisfecha respuesta, base de la comprensión de la existencia.

Motricidad

El cuerpo es el lugar donde se expresa la conducta; aun más, es el lugar desde donde todas las conductas son posibles

(Susana Kesselman. *El pensamiento corporal*)

La motricidad, vista como una expresión del ser, se convierte en un acto liberador al posibilitar el aumento del grado de las sensaciones, favoreciendo así el desarrollo de la capacidad de ser cada vez más receptivo.

Para las civilizaciones que a través de la historia han tenido al ser como eje de sus actividades, un elemento esencial de desarrollo y mejoramiento constante ha sido la integridad del ser consigo mismo; es decir, la relación constante de todos los elementos de la cultura con el equilibrio individual y colectivo, entendido como una dimensión que busca satisfacer las necesidades básicas de los individuos desde lo

material, pero también desde lo afectivo, lo espiritual, lo cultural. Este proceso de "centramiento", de ir al centro en busca de la unidad, se refleja en la arquitectura corporal en el funcionamiento de los sistemas orgánicos, que luego de hacer un recorrido hacia la periferia regresan a sus respectivos centros: cerebro, corazón y en el caso del sistema energético, a los centros de energía o *chakras*, que nacen en diferentes puntos de la columna vertebral y "a manera de flores" se abren hacia la parte anterior del cuerpo sobrepasando la superficie de la piel.

Sin embargo, esto que teóricamente se puede demostrar según las leyes de las ciencias exactas y naturales, en la práctica requiere el carácter consecuente de los seres para con su vida cotidiana individual y colectiva. Esta integración se aprecia histórica y culturalmente en las prácticas motrices de los pueblos. Para los incas, por ejemplo, el amanecer representaba el nacimiento del Inti o Padre sol. Desde dos horas antes de que éste despuntara en el horizonte, comenzaban a realizar prácticas físicas de entrenamientos para la guerra, cada uno de los ejercicios representaba luchas que los seres tenían contra los defectos o entidades energéticas de tipo negativo que obstaculizaban el acercamiento del ser a un estado de satisfacción física y espiritual. Dichos defectos se materializaban en miedos, rabias, enfermedades. El Inti también representaba el íntimo o sol interno que debe alumbrar al ser. Los incas, utilizando apropiadamente los rayos solares, ejecutaban una serie de movimientos y posiciones llamados *runas*.

Los celtas, al centro y norte de Europa, y los escandinavos tenían, igualmente, un alfabeto gráfico y corporal basado en runas, que era a su vez oracular; es decir, que servía como sistema de interpretación y comprensión de los estados energéticos y de la relación del ser con el cosmos, interpretación cosmogónica donde se interrelacionan el ser en una conexión micro-macrocósmica con un sentido espacial y temporal.

Para las culturas orientales, por su parte, la relación micro-macrocósmica es explícita en los textos que aún se conservan: el *Tao-te-kin*, el *I Chin* o *Libro de las mutaciones* y el *Arte de la guerra*. Se halla también en las artes marciales, donde la dimensión espiritual debe subyacer a cada gesto motriz: las patadas, defensas, agarres o lanzamientos, aunque parezcan sólo gestos técnicos, originalmente fueron concebidos para representar el proceso mágico de creación y transformación física e interior al alcanzar niveles superiores de percepción psico-espiritual y de la naturaleza de la realidad; en ellas "todo es un continuo devenir y fluir de fuerzas complementarias (yin-yang) interpretándose eternamente...es la búsqueda del arte de ser guerrero"²

Para los occidentales, por el contrario, acostumbrados a dividir la mente del cuerpo, los procesos teóricos intelectivos de los procesos prácticos y la cuestión de lo interno y lo externo en las explicaciones del desarrollo humano son difíciles de comprender.

Religión y motricidad

*No se necesita la luz de las hogueras
porque se tiene la luz interior*

(Indígena maidu. California)

Las interdependencias de todas las dimensiones y esferas del desarrollo humano se pueden comenzar a entender teniendo como base un enfoque sistémico, óptica desde la cual el estudio de la motricidad no se entiende, teóricamente, como un conjunto de postulados aislados o desconectados: la articulación con otras disciplinas genera concepciones de interdisciplinariedad, transdisciplinariedad y multidisciplinariedad. Así, existen varias propuestas de establecer interacciones multidimensionales, entre ellas una que incluye como componentes del desarrollo humano los factores lúdico, cognitivo, ético, estético, socioafectivo, corporal y espiritual. Otra propuesta plantea al cerebro como un sistema energético cuyo hemisferio izquierdo se encargaría de lo lógico-analítico (la razón, la construcción científica, la evaluación, la deducción y la inducción...); el hemisferio derecho, de lo creativo-sensitivo (la imaginación, la sensibilidad, la inspiración, la creatividad, el humor...); y el hemisferio central, de lo motriz-operacional (el equilibrio, la coordinación, los reflejos motrices...).

Valga anotar que en el ámbito oriental, el hemisferio izquierdo se representa como yang: masculino, paterno, dador, positivo; y el

² Verónica Pelicarić. "El espíritu guerrero". *Antología del cuerpo y movimiento*. Colección Uno mismo, Argentina.

hemisferio derecho, como yin: femenino, materno, receptor, negativo; conceptos éstos que trascienden "lo bueno", "lo malo" y el sexo: son fuerzas energéticas complementarias mas no opuestas o dualistas.

La relación religión-motricidad puede, entonces, establecerse como una conjugación entre tantas de las múltiples dimensiones que constituyen el universo del ser humano. Así, se podría definir la espiritualidad como una dimensión del desarrollo humano; y la religión, como un conjunto de manifestaciones, de conductas del ser en esa dimensión de lo espiritual.

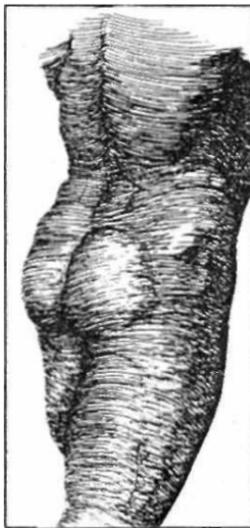
A lo largo de historia de la humanidad, religión y motricidad han marchado de la mano. Etimológicamente, religión significa *re-ligar, re-unir, re-encontrar*. Por ello, el deseo de centrar al ser consigo mismo y de armonizar el ritmo de los otros y del cosmos, ha sido un proceso permanente en las culturas. Sin embargo, ni el Bochica de los chibchas o Virocha en Bolivia, ni Quetzalcoatl en México o Krisna en la India, ni Buda, Mahoma, Jesús, Orus, Odin, Botan o Changó, fundaron religión institucional. Lo espiritual no se reduce a lo religioso institucional. La reunión del cuerpo, la mente, el espíritu, el alma, como manifestaciones indisolubles del ser trasciende el espacio y el tiempo.

En la actualidad, los seres humanos atendemos a otros cultos: el mercado,

la moda, el consumo; los modelos económicos postulan esquemas y estructuras en la búsqueda de la máxima rentabilidad, en los cuales el desarrollo es iniciado por agentes selectos y escasos desconociendo la diversidad de sistemas, valores y aspiraciones entre los diferentes sistemas culturales, las diferencias en las condiciones naturales de los seres, y se promueve, además, la instauración y reproducción de distintos niveles de dependencia, la subordinación de los valores sociales y culturales más amplios a determinaciones económicas y la insatisfacción creciente de las necesidades básicas.

En el mundo de la globalización y la internacionalización, la motricidad se asume como una alternativa a la creciente industrialización y a pesar de los ritmos de vida cada vez más acelerados, las personas tratan de reservar un espacio para ella, tratan de darle un significado simbólico a la actividad física. Se institucionaliza el tiempo libre como

aquel para "hacer ejercicio"; sin embargo, este tiempo también es programado desde las instituciones. Surgen consumidores activos y pasivos del deporte. Aquellos que van a los escenarios deportivos a practicar alguna disciplina deportiva son escasos, y aquellos que van a observarla son numerosos. El culto a la imagen corporal se va integrando cada vez más a la cotidianidad de las personas; símbolos y códigos surgen como artículos de adoración.



Las formas de asumir el culto al cuerpo y su expresión motriz varían, por ende, según los escenarios, las épocas y los espacios geográficos. Los referentes actuales de lo gestual se van confundiendo a medida que los referentes desde lo social, lo político y lo económico también atienden a los fenómenos de globalización y consumo. Para el fortalecimiento de las identidades culturales locales en torno a proyectos macro de nación se requieren propuestas de desarrollo que ubiquen al ser humano en el centro del proceso, pues la economía, y específicamente el mercado, implica niveles crecientes de dependencia que subvaloran la posibilidad de la creación de espacios alternativos de desarrollo, en donde luego la cultura motriz tiene lugar.

En este sentido, la educación no pierde su papel fundamental de interpretar, recrear y construir cultura. Por ello, en esta época en que a pesar de los avances en ciencia y tecnología, y de las nuevas formas de asumir la política y la economía cada vez son más altos los índices de patologías crónicas sociales e individuales, fruto

del estilo de vida de la modernidad, educar para la salud, desde la perspectiva de lo bio-psico-social es un compromiso inherente a las disciplinas que tienen por objeto de estudio el ser humano en cualquiera de sus dimensiones. Además de la preocupación de curar el cuerpo enfermo, cuestionarse por la salud debe llevar a redescubrir y entender los procesos naturales que se requieren para fortalecer esa fuerza interior que, manifiesta en el equilibrio del sistema energético, permite alcanzar un estado de valoración del ser y sus potencialidades.

La trilogía motricidad-religión-bioenergía trasciende el espacio y el tiempo: conjuga la motricidad como expresión creadora de la libertad del ser, la religión como conjunto de manifestaciones de la dimensión espiritual y la bioenergía como estructura para abordar el estudio del sistema energético del ser humano. "La naturaleza entera no es más que pura caligrafía, y en esa caligrafía no hay un solo signo que no tenga sentido...Transmite un mensaje que es necesario aprender a descifrar"³

³Ernesto cardenal. *Vida en el amor*. Nicarao, Nicaragua.