

**VIBRACIÓN Y SANACIÓN:
BENEFICIOS DEL QIGONG LIU ZI JUE Y CANTO DE ARMÓNICOS.
Por Nora Spinedi**

Desde los orígenes de la humanidad, el hombre ha utilizado el sonido para comunicarse, para recibir información del entorno, así como también, para transformarse y sanar. Casi todas las culturas antiguas creían que el sonido era la fuerza creativa, generatriz, responsable de la creación del universo.

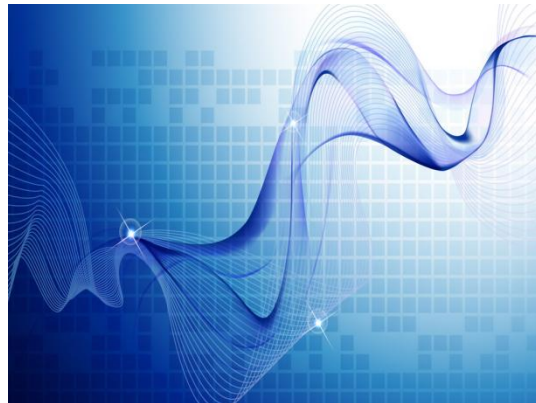
De hecho, actualmente sabemos con toda certeza, como de alguna manera también lo sabían los antiguos, que todo el universo está formado por átomos. Pero la materia no es estable. La materia está en continua vibración, en continuo movimiento, si nos adentramos al nivel atómico, los electrones se mueven constantemente a gran velocidad alrededor del núcleo.

Todo el Universo es vibración, que según su orden de frecuencia (cantidad de vibraciones por segundo) se crean diferentes tipos de ondas que se expresan como luz, color, sonido o forma. Estos diferentes estadios de densidad reproducen la manifestación de este planeta y los orígenes de la materia.

Es sólo desde la percepción de nuestros sentidos que el mundo físico toma un carácter estable, aunque esta forma de percepción parcial no resulte más que pura ilusión.

El sonido es una forma de energía en vibración o pulsación. Isaac Newton designó el fenómeno característico del sonido como pulsus o pulso:

"Los sonidos no son otra cosa que pulsaciones del aire".



De una forma simple podríamos decir que "el sonido es aquello que podemos oír". En cierta forma es así, pero en realidad existen muchas vibraciones que no oímos. Simplemente es una cuestión de "parámetro de diseño", de la capacidad de respuesta que tiene el oído humano.

Según sea la frecuencia de onda, podemos percibir el sonido como tonos. La unidad de medida de la frecuencia es el Hertz (Hz), que es número de pulsaciones por segundo.

El oído humano percibe e identifica como tono entre 16 y 25.000 Hz. Las frecuencias por encima o por debajo resultan inaudibles para el oído humano. Denominadas ultrasonidos e infrasonidos respectivamente, estas frecuencias no son audibles por el hombre, pero sí por otros animales.

La vibración sonora genera una oscilación en las moléculas del aire, que vibra, resuena y transmite la vibración a las moléculas contiguas y así se va propagando a una velocidad que depende del elemento con el que se encuentre. En el caso de propagarse por el agua, la velocidad del sonido es cinco veces mayor que por el aire. Dado que el 70% de nuestro cuerpo está formado por agua, resulta evidente que nuestro organismo es un medio adecuado para la transmisión del sonido.

Cuando un objeto empieza a vibrar por la influencia de otro, decimos que han entrado en resonancia. Este principio de resonancia es el pilar fundamental de la terapia del sonido.

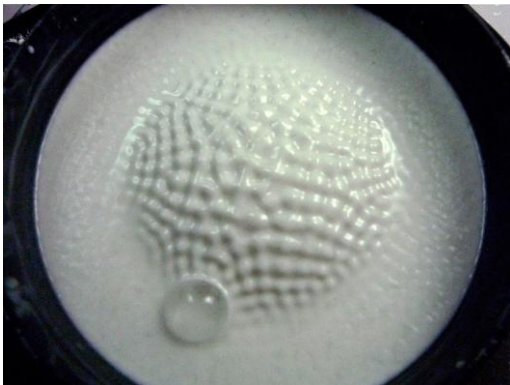
Una vibración podemos "sentirla" físicamente aunque no seamos capaces de percibirla por el oído. A través del tacto, es posible reconocer determinadas vibraciones fuera o dentro de la gama audible.

El sonido también lo podemos percibir a través de las vibraciones de los huesos del cráneo. Dado que el oído interno se encuentra inserto en la cavidad del hueso temporal, las vibraciones del cráneo mueven los cilios de las células nerviosas del órgano de Corti, estimulando así el nervio auditivo, que transmite la información a la corteza cerebral.

Nuestro organismo es una gran "caja sensible" a la vibración. Un estímulo sonoro o musical se percibe simultáneamente por el sistema auditivo, tacto, plexo solar y por receptores articulares y musculares.

Desde los años 30 del siglo XX, se vienen estudiando los efectos del sonido sobre diferentes materias, incluido el cuerpo humano. Desde los descubrimientos del Dr. Hans Jenny, médico y científico suizo, que estudió el efectos de ondas de sonido sobre diferentes materias y como variaba la organización de sus partículas formando figuras geométricas hasta la "Music Masaje Sound Therapy" o terapia de masaje sonoro, la ciencia de la cimática prueba, más allá de toda duda, que cualquier sonido cercano al cuerpo humano originará un cambio físico en el interior del organismo y en cada estrato de sus campos electromagnéticos, o aura.

Las vibraciones que percibimos provocan reacciones corporales, cambios en la fisiología que pueden ser tanto para bien o para mal. Si los sonidos son los adecuados generarán un orden y una armonía capaces de restaurar el equilibrio interior a todo nivel.



Solución de almidón y agua bajo la influencia de vibración sinusoidal (Dr. Hans Jenny)

Los Seis Sonidos Curativos (Qigong Liu Zi Jue), Un gran legado del Dr. Sun Si Miao

El Dr. Sun Si Miao (581-682), fue uno de los mayores expertos en medicina en la antigua China. Fue un prestigioso médico, alquimista y farmacéutico. Era adorado como el Rey de la Medicina.



Recogió la sabiduría de la tradición popular tanto en China como en la India. Recopiló información de fuentes budistas y taoístas, estudió en profundidad la medicina ayurvédica. Adoptó toda teoría que le pareció interesante. Fue un erudito y un gran estudioso que llegó a rechazar el cargo de médico personal del emperador para dedicarse a la investigación.

Fue el autor de una obra de 30 volúmenes titulada "Prescripciones esenciales que valen una fortuna en oro"; se trata de un extenso vademécum donde actualizó la farmacopea oriental. Además ha descrito más de 3000 tratamientos con acupuntura.

Su trabajo tuvo un gran impacto en el desarrollo de la medicina oriental, sus prescripciones se utilizaron por siglos en las generaciones posteriores.

Sun Si Miao pensaba que el poder terapéutico de la medicina estaba dado por la conjunción de tratamientos con hierbas, acupuntura, amuletos, ejercicios físicos y sonido. De las tradiciones chamánicas de China e India recogió la sabiduría popular transmitida de forma oral. Los antiguos se valían de rituales, del ritmo, de las danzas y del canto para comunicarse con los ancestros y los espíritus y así obtener sabiduría y sanación.

Estudió estas tradiciones, realizó experimentos con el sonido, la respiración y movimientos específicos llegando a descubrir toda una metodología con amplios fines terapéuticos.

Construyó de forma empírica la técnica de Los Seis Sonidos Curativos (Liu Zi Jue) que llegó hasta nuestros días como una técnica tradicional del Qigong Médico.

El secreto curativo de 6 sonidos: Xu, He, Hu, Si, Chui y Xi (en pinyin) se basa en la frecuencia de onda de cada uno de los sonidos, que crea una resonancia que consigue equilibrar la Energía Vital (Qi) de cada órgano.

Cada sonido genera una vibración que influye directamente sobre un órgano en concreto: Hígado, Corazón, Pulmón, Bazo-Páncreas y Triple Calentador, depurándolo y sanándolo tanto física como emocionalmente.

Al mismo tiempo que se emiten los sonidos, conscientes en la respiración, se realizan movimientos específicos relacionados con los meridianos de cada órgano, así, en conjunto, se consigue que el Qi fluya adecuadamente. Si acompañamos todo este trabajo, poniendo conciencia, con intención, se amplificarán extraordinariamente sus efectos terapéuticos.

Los 6 sonidos Curativos, sus efectos:

1º. **HIGADO** – elemento MADERA: **Sonido "SHIIII"**

Tranquiliza el Qi del hígado, se usa para tratar enfermedades de los ojos, dolor de cabeza, problemas faciales. Combate la ira, el resentimiento y la amargura. La intención está en los ojos, puerta del hígado. Color verde.

2º **.CORAZON-** elemento FUEGO: **Sonido "JAAA"**

Refuerza el Qi del corazón y se utiliza para tratar la inquietud, las palpitaciones y el insomnio. Se recomienda para disminuir la excitación, el deseo, los celos y la avaricia. La intención en la lengua. Color rojo.

3º.**BAZO-** elemento TIERRA: **Sonido "JUUU"**

Refuerza el Qi del bazo y trata los problemas digestivos. Reduce la preocupación excesiva y la obsesión. La intención en los labios y en toda boca. Color amarillo.

4º.**PULMON** - elemento METAL: **Sonido "TZEEE"**

Tonifica el Qi de los pulmones, indicado para combatir la tos y el asma. Y también para mitigar episodios de tristeza, depresión. La intención está en la nariz. Color gris.

5º.**RIÑON-** elemento AGUA: **Sonido "CHUEE"**

Refuerza el Qi de los riñones y está indicado para los problemas renales y de vejiga. Combate el miedo, sustos, shock y ansiedades. La intención está en los oídos. Color azul.

6º. **TRIPLE CALENTADOR-** elemento VACIO: **Sonido "SIIII"**

Regula el Qi del Triple Calentador (o Sanjiao). Se utiliza para alcanzar una relajación completa. La intención en cada uno de los tres fogones del triple calentador. Color negro

El canto de armónicos

El canto de armónicos es una antigua técnica mediante la cual una sola persona puede producir dos o más sonidos simultáneos. El primero es bajo parecido a un sonido gutural. El segundo o sucesivos son unas resonancias similares a las de la flauta o al canto de los pájaros o a sonidos creados por la naturaleza.

Sus orígenes se sitúan en diferentes geografías. En Asia central, donde ha sido practicado desde hace siglos por chamanes de las razas turkic de Mongolia y Tuva. En Sudáfrica lo practican las mujeres Xhosa. Y en el Tíbet, donde sólo lo emplean los lamas ("canto de voz grave"). También se utilizó en menor grado en Cerdeña, la única forma antigua de canto de armónicos europea. Ciertas hipótesis llegan incluso a decir que fue utilizado por las civilizaciones del antiguo Egipto y de los mayas en Centroamérica.

Los armónicos fueron estudiados en Occidente por Pitágoras hace 2500 años. El famoso filósofo y matemático griego era también un maestro de la música y junto con sus estudiantes, pasó años estudiando el sonido y la vibración. Descubrió, estudiando el monocordio, instrumento de una sola cuerda, que al hacerla vibrar se producían combinaciones de sonidos agradables (armónicos). Estos sonidos estaban compuestos de vibraciones o frecuencias múltiples y construyó una escala a partir de estas proporciones.

El sonido que sigue debe oírse para creerse, de hecho, mucha gente no cree al principio lo que están oyendo: un sonido claro, bello y aflautado que aparece sobre la voz del cantante.



La voz humana es el "instrumento musical" más rico entre los armónicos, debido a nuestra capacidad para hacer el más minúsculo de los ajustes posible, afinando así la voz más allá de la capacidad de la mayoría de los instrumentos musicales.

Uno de los aspectos más curativos, meditativos y espirituales del canto de armónicos es el zumbido fundamental: la invariable nota base desde la que arrancan los armónicos.

Un zumbido inalterable es la base de la mayoría de la música hindú, varios instrumentos se han utilizado durante milenios con este fin, tal como el armonio simple o caja shruti y el Tampus. Otros instrumentos de zumbido ricos en armónicos son el didgeridoo de los aborígenes australianos, la lira de boca (la lira del judío) y el armónico arco de boca (conocido como berimbau en Sudamérica, y como uhadi o umrubhe en África meridional, donde se originó). Los cuencos tibetanos utilizados por los monjes del Tíbet están contruidos con la aleación de siete metales. Esta aleación y su forma generan gran cantidad de armónicos, producen un sonido particular que invade el espacio y crea una atmósfera sonora que los caracterizan.

Son los armónicos de la voz humana, sin embargo, los más interesantes, mágicos y místicos para escuchar. El cantante produce un sencillo y potente zumbido, y entonces, a través de diversas técnicas, convierte toda la parte superior de su cuerpo en una "caja de resonancia" vibrante. Al utilizar el cráneo, los conductos nasales, la faringe, el pecho, el abdomen, y el diafragma, así como todas las partes de la boca, el cantante comienza a canalizar el sonido de forma diferente a las técnicas "normales" de canto. Todo esto genera en el oyente una maravillosa sensación de paz y armonía.

¿Los sonidos sanan?

Desde un punto de vista estructural, el organismo es un conjunto de partes o elementos resonantes. Cada órgano posee, en relación a su morfología e histología, una condición de vibración o de máxima resonancia en determinada frecuencia, convirtiéndonos en posibles acordes o complejos sonoros. De ahí que el principio de **resonancia** sea la base fundamental de la terapia del sonido.

Además, a parte de la vibración sonora, hay otro elemento importantísimo que es la **intención**.

Tal y como dice Jonathan Goldman en su libro HealingSounds,
FRECUENCIA + INTENCIÓN = SANACIÓN.

La intención, esa voluntad focalizada en el propósito, es determinante para que los efectos beneficiosos se hagan bien patentes.

Como ya hemos visto, los 6 sonidos curativos del Dr Sun Si Miao y los cantos de armónicos son diferentes técnicas que emplean el sonido como terapia.

De hecho el Dr. Sun Si Miao estudió el efecto de canticos ancestrales sobre el bienestar del individuo. Lo unió a sus amplios conocimientos de medicina para idear una metodología específica que regula el funcionamiento de 6 órganos. Ejercicios de movilización de los distintos meridianos, respiración consciente y sonidos emitidos en la frecuencia de resonancia de cada órgano, en conjunto, equilibran la Energía Vital (Qi) de todo el cuerpo.

Encuentro que hay una sutil diferencia entre las dos metodologías analizadas que tiene que ver con el abordaje. Mientras en el Qigong Liu Zi Jue se enfoca inicialmente la terapia sobre los 6 órganos: Hígado, Corazón, Bazo, Pulmón, Riñón y Triple Calentador y luego, los beneficios sobre éstos se extienden a todo el organismo. En el canto de armónicos la terapia es directamente global, beneficiando a su vez a cada uno de sus componentes.

En definitiva, los dos métodos brindan una terapia holística que actúa sobre el individuo en todos sus niveles: físico, emocional, mental y espiritual.

Así se equilibran nuestras energías, se armonizan, nos permite conectarnos con nuestra realidad profunda, con nuestra esencia. Y desde nuestro equilibrio Yin - Yang comulgamos con las leyes de la naturaleza, con el Tao.

¿Los sonidos sanan? Sí

Nora Spinedi

nspinedi@yahoo.es

Bióloga

practicante de Qigong

www.institutoqigong.com

Bibliografía

Liu Zi Jue .Apuntes del Instituto Qigong. Núria Leonelli.

El tao de la música. C. Fregtman. Ed. Troquel

Música y Neurociencia: la musicoterapia J. Jauset Berrocal. Ed. UOC

Cúrate con la música. A. Schwarz y R. Schweppe. Ed. Robinbook

La ciencia y la vibración sonora. <http://es.scribd.com/doc/19678507/La-ciencia-y-la-vibracion-sonora>

Sonido-medicina vibracional. <http://www.voicesync.org/cuencos/organizacion.htm>

El poder curativo del sonido - Canto de armónicos. N. Kornblum
<http://www.globalsoundhealing.net/es>

Canto difónico. <http://www.musicasdelmundo.org>