

# Las Sen Sip: Comprendiendo las Líneas Sen Thai

**Felicity Joy**

*(traducción de Laura Miguel de un capítulo del libro "Thai Massage & Thai Healing Arts", de Bob Haddad)*

La palabra **sen** en tailandés significa línea, cuerda o camino. Es el movimiento de energía a lo largo de estos canales lo que mantiene la salud. Las **sen sip** son los diez canales de energía más importantes en el cuerpo humano. A menudo, cuando presionamos un punto particular en una línea **sen**, el efecto puede sentirse en otro lugar a lo largo de esa línea.

Para mí, trabajar con las líneas **sen** es la parte más importante del masaje tailandés. Ellas trascienden el yoga asistido y la parte de estiramientos del masaje tailandés, y permiten sesiones de sanación profunda. Esto no quiere decir que una sesión que consiste principalmente de estiramientos no sea una cosa maravillosa. El estiramiento, sin embargo, es solo una parte del masaje tradicional tailandés. Sin trabajar las líneas **sen**, el masaje tailandés no está completo.

Hay desacuerdos entre los maestros, las escuelas y los practicantes en cuanto a dónde están exactamente las líneas y cómo se ejecutan en el cuerpo humano. A medida que más occidentales estudian en Tailandia, los términos anatómicos han comenzado a utilizarse para ayudar a comprender. Las creencias empíricas occidentales, sin embargo, son difíciles de aplicar a la comprensión oriental. El cuerpo es un vehículo para acceder al sistema energético humano, por lo cual depender por completo de la anatomía para encontrar las líneas puede crear confusión. Donde hay una lesión, enfermedad o daño en el cuerpo, el **sen** puede cambiar sus cualidades. Los mapas y los gráficos de líneas no pueden mostrar exactamente dónde se encuentra el **sen** individual; esto es algo que debe sentirse, sentir y aprender cuando tú tocas el cuerpo de tu cliente. Mi experiencia con las Líneas **Sen** se basa en gran medida en las investigaciones de mi maestro **Asokananda** y en el trabajo que completó justo antes de morir. También aprendí mucho de Ajahn Chiyayuth Priyasith, cuya habilidad para estimular el movimiento de energía estaba en un nivel que nunca podría haber imaginado.

Hace mucho tiempo, los sanadores antiguos aprendieron y estudiaron el dolor referido. Sabía que encontrar un área dolorosa del cuerpo no siempre significaba que había un problema exactamente en esa área. Descubrió que tratar el dolor referido reducía o curaba el síntoma. Lo mismo ocurre con el trabajo de línea **sen**. A medida que seguimos las líneas arriba y abajo del cuerpo, encontramos lugares que son dolorosos al tacto, pero que, cuando se abordan adecuadamente, alivian el síntoma.

Uno no necesita saber anatomía o fisiología para ser un buen practicante de masaje tailandés, pero ciertamente uno debe entender las formas en que el cuerpo se mueve dentro de la ley natural. El conocimiento de los procesos del cuerpo ayuda a profundizar nuestra comprensión acerca de mantener el equilibrio del cuerpo.

La palabra tailandesa utilizada para describir la vital es *lom*, que se traduce como viento o aire. Se lo conoce en otros sistemas de medicina como *qi*, *chi* y *prana*. Se cree que esta fuerza se produce por la absorción de los elementos. Entra al cuerpo y corre a través de las *sen* para mantener una salud óptima. Esto es lo que proporciona movimiento a una forma inmóvil. Comprimiendo y liberando al cuerpo de diferentes maneras, los *sen* son estimulados para alentar el libre flujo de esta energía. Dieta incorrecta, estilo de vida poco saludable, procesos de pensamiento negativos y lesiones pueden crear bloqueos a lo largo de las líneas de energía.

### **Sumana**

Sen *sumana* (*su-MAHN-a*) es la línea central del cuerpo y es casi idéntica a *sushumna* nadi de Ayurveda indio. También es similar al meridiano *ren mai* chino, y se conoce como la línea funcional en otras tradiciones curativas. En la tradición India, ésta pasa a través de los siete principales centros espirituales y energéticos conocidos como *chakras*. De esta manera se toca todo lo que uno es, y todo lo que uno tiene el potencial de ser. Sen *sumana* puede ser trabajado para tratar problemas respiratorios, asma, bronquitis, problemas de garganta, resfríos, tos, dolor en el pecho y problemas cardíacos físicos y emocionales. Los trastornos digestivos también se tratan a través de sen *sumana*, como ser náuseas, dolor abdominal y dolor de espalda.

### **Ittha and Pingkhala**

El sen *ittha* (EE-ta) corre desde los pies a lo largo de todo el lado izquierdo del cuerpo y encarna la energía femenina. El sen *pingkhala* (PING-ka-la) es una imagen especular de *ittha*, que recorre el lado derecho del cuerpo, y representa la energía masculina. *Ittha* y *pingkhala* se reúnen en el tercer ojo en el medio de la frente. *Ittha* estimula a *Pingkhala* a salir de su estado masculino latente convirtiéndose así en una energía ardiente que puede utilizarse terapéuticamente. Estas energías vitales se pueden emplear terapéuticamente para dolencias tales como esclerosis múltiple, huesos rotos, enfermedad de Parkinson, problemas de la función nerviosa y lesiones recurrentes antiguas. Sen *ittha* es una energía calmante, que ayuda a las dolencias que requieren un enfoque más sutil para abordar problemas subyacentes a largo plazo. Esta influye en la intuición y el proceso creativo, y se dice que *pingkhala* fortalece la lógica y los procesos analíticos. Ambas líneas se usan para tratar dolores de cabeza, resfríos, tos, dolor de garganta, escalofríos, fiebres, problemas nasales y mareos. El dolor y la rigidez en la espalda, el hombro y el cuello

también pueden verse afectados positivamente, así como los órganos internos y problemas intestinales y del tracto urinario.

### **Kalathari**

Sen *kalathari* (*ka-la-ta-REE*) es una importante línea de energía con una cualidad muy fuerte. En los brazos y las piernas se manifiesta como la segunda de las tres líneas principales. Se lo conoce como la línea emocional y psíquica, ya que afecta el subconsciente, recuerdos ocultos, y muchas emociones. Trabajando en *Kalathari se* puede facilitar la liberación emocional, por lo que debe abordarse con respeto y sensibilidad. A veces puede ser doloroso para un cliente recibir el trabajo en esta línea, ya que contiene muchos puntos importantes de acupresión. *Kalathari* puede ser útil en el tratamiento de trastornos emocionales, mentales y psíquicos, esquizofrenia, depresión, histeria, trastorno por déficit de atención, condiciones bipolares, autismo, epilepsia, shock, trastorno de estrés postraumático y adicciones. También puede aliviar el estreñimiento, la indigestión, el dolor de estómago, la hernia, la parálisis de brazos y piernas, el dolor en las articulaciones, la arritmia y los trastornos autoinmunes.

### **Sahatsarangsi and thawari**

Estas son conocidas como las líneas de desintoxicación del cuerpo, y debido a su capacidad para liberar toxicidad, sirven para fortalecer las cuatro líneas mencionadas anteriormente. A menudo provocan una sensación de picazón o una sensación de "buen dolor" cuando son estimuladas. *Sahatsarangsi* (*sa-hat-sa-RAHNG-see*) y *thawari* (*TA-wa-ree*) pueden tener bajos signos energéticos o pueden sentirse débiles al tacto. Las líneas atraviesan áreas y contienen puntos que son útiles en el tratamiento de problemas como dolor de espalda baja, inmovilidad de hombro y cuello y problemas de rodilla. Tratan terapéuticamente los trastornos de la cara, los ojos, los dientes y la garganta y también se pueden usar para la sinusitis, los trastornos de la piel y el mal aliento. Las enfermedades gastrointestinales, la ictericia, la apendicitis, la pancreatitis y la artritis también se ven afectadas positivamente al trabajar estas dos líneas a fondo.

### **Lawusang and ulangka**

Sen *lawusang* (*LAH-wu-sahng*) recorre el lado izquierdo del cuerpo y sen *ulangka* recorre a la derecha, y son más cortas en longitud que las seis líneas anteriores. Desde el plexo solar, cruzan por los pezones y se desplazan hacia la garganta, donde unen parte de *sahatsarangsi* y *thawari* con los oídos, y luego ascienden hasta la cabeza, donde ingresan al cerebro. Generalmente, la presión aplicada produce un efecto localizado, en lugar de uno irradiado. Las líneas son buenas para tratar problemas de equilibrio y problemas del oído interno, incluida la pérdida de audición. Los trastornos del pecho y el plexo solar, el dolor de garganta, la tos, el asma y otros problemas respiratorios restrictivos también pueden verse afectados positivamente. También pueden

beneficiar la parálisis facial, los estornudos, la tos, el hipo, la acidez estomacal y la indigestión.

### **Nanthakrawat and khitchana**

Sen *nanthakrawat* (*nan-ta-KRAH-wat*) y sen *khitchana* (*Kit-CHAH-na*) son líneas separadas, pero también pueden verse como aspectos del sen *sumana*. Sen *nanthakrawat* va desde el ombligo hasta el ano y se ocupa principalmente de cuestiones relativas a la excreción. Trata hinchazón, gases, hernias, diarrea, calambres y dolor abdominal. Sen *khitchana* se extiende desde el ombligo hasta la abertura uretral, y trata cuestiones sexuales y de concepción. Trata problemas de menstruación, infertilidad y endometriosis. En los hombres, trata la impotencia, la eyaculación precoz, el priapismo y los problemas de próstata

### **Resumen**

Estoy al tanto de los debates y desacuerdos sobre las líneas sen, acerca de dónde pueden existir y sobre cómo trabajar con ellas. También sé, sin embargo, que la enfermedad y los trastornos crónicos a menudo se pueden aliviar en varias sesiones al realizar un extenso trabajo en las líneas. Sentimos las líneas, detectamos dónde hay bloqueos a lo largo de las líneas, y luego las trabajamos usando una variedad de técnicas tailandesas, ya sean palmeos tradicionales, estiramientos, compresas herbales, *tok sen*, *yan khang*, aceites tradicionales, o cataplasmas tópicas de hierbas.

El objetivo principal en el tratamiento de nuestros clientes es ayudarlos a estar más saludables y felices. Cuanto más saludables y felices seamos todos, más podemos contribuir a la curación y la paz en todo el mundo.