

# Tus Manos **CURAN**

Un tratado práctico sobre  
**la Polaridad**



**Richard Gordon**

 Sirio

**Richard Gordon**

**Tus manos curan**

editorial  irio, s.a.

Si este libro le ha interesado y desea que lo mantengamos informado de nuestras publicaciones, escríbanos indicándonos cuáles son los temas de su interés (Astrología, Autoayuda, Esoterismo, Qigong, Naturismo, Espiritualidad, Terapias Energéticas, Psicología práctica, Tradición...) y gustosamente lo complaceremos.

Puede contactar con nosotros en  
[comunicacion@editorialsirio.com](mailto:comunicacion@editorialsirio.com)

Título original: *YOUR HEALING HANDS. THE POLARITY EXPERIENCE*

Diseño de portada: Editorial Sirio, S.A.

Ilustraciones: Meg Studer

Composición ePub por Pablo Barrio

© de la edición original  
1978 de Richard Gordon

© de la presente edición  
EDITORIAL SIRIO, S.A.  
C/ Rosa de los Vientos, 64  
Pol. Ind. El Viso  
29006 - Málaga  
España

[www.editorialsirio.com](http://www.editorialsirio.com)

E-Mail: [sirio@editorialsirio.com](mailto:sirio@editorialsirio.com)

I.S.B.N.: 978-84-7808-929-1

*«Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra sólo puede ser realizada con la autorización de sus*

*titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, [www.cedro.org](http://www.cedro.org)) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra».*

Este libro está dedicado a todos mis maestros y amigos  
que han ayudado a que sea una realidad.

Lo dedico también a usted, lector, y al descubrimiento  
del poder curativo de sus manos.

# Contenido

Prefacio

Introducción

Sección I - Polaridad

Fuerza vital

Experimentando la fuerza

Cómo eliminar el dolor de cabeza

Historia de la polaridad

El principio de la polaridad

Resultados

Situaciones crónicas

Los ancianos

Los niños

Sección II - Polaridad de persona a persona

Tipos de contacto

Actitudes

Autoprotección

Efecto magnético

El ambiente

La ropa

Mesas de trabajo

Comenzando una sesión de polaridad

Respiración

Aprendizaje de las posiciones

Lección 1

Posición 1. La cuna

Posición 2. Estiramiento del Polo Norte

Posición 3. Masaje de estómago

Posición 4. Rozamiento

Posición 5. Empujar y tirar

Posición 6. Presión sobre el interior del talón

Posición 7. Rotación exterior del talón

Posición 8. Estiramiento de los dedos

Posición 9. Frotamiento con los nudillos

## Lección 2

Posición 10. Presión sobre el tendón flexionado

Posición 11. Presión al cuboides, rotación del tobillo

Posición 12. Presión occipital

Posición 13. Estimulación de la membrana interdigital del dedo pulgar y del antebrazo

Posición 14. Estiramiento de los dedos de la mano

Posición 15. La clavícula y el masaje del plexo solar

## Lección 3

Posición 16. Mano y pie

Posición 17. Masaje de la cadera sujetando por los hombros

Posición 18. La frente y el ombligo

Posición 19. Extensión de los dedos sobre el cráneo

Posición 20. Carga de la espina dorsal

Posición 21. Carga del centro

Posición 22. Rozamiento en la espalda

Posición 23. Rozamiento frontal

## Sección III - Movimientos específicos

Armonía reflexiva

Zonas de polaridad horizontales

Línea central

[Principios de localización de los puntos dolorosos](#)

[Identificación de los puntos dolorosos](#)

[Los principios de los movimientos específicos](#)

[Aplicación de los principios](#)

[Resumen](#)

[Centros dinámicos](#)

[El cóccix](#)

[El centro del ombligo](#)

[La base del hueso occipital](#)

[Revisión de los movimientos específicos](#)

[Sección IV - El círculo de polaridad](#)

[Posiciones del círculo de polaridad](#)

[Procedimiento del círculo de polaridad](#)

[Sección V - Curación natural con la fuerza de vida](#)

[La célula](#)

[La medicina moderna y la conciencia holística de la salud](#)

[Estemos de acuerdo](#)

[La calidad de los pensamientos y los sentimientos](#)

[Nutrición y actitudes](#)

[Sección VI - Ciencia y fuerza de vida](#)

[Aplicaciones](#)

[Demostración](#)

[Información](#)

[Sobre el autor](#)

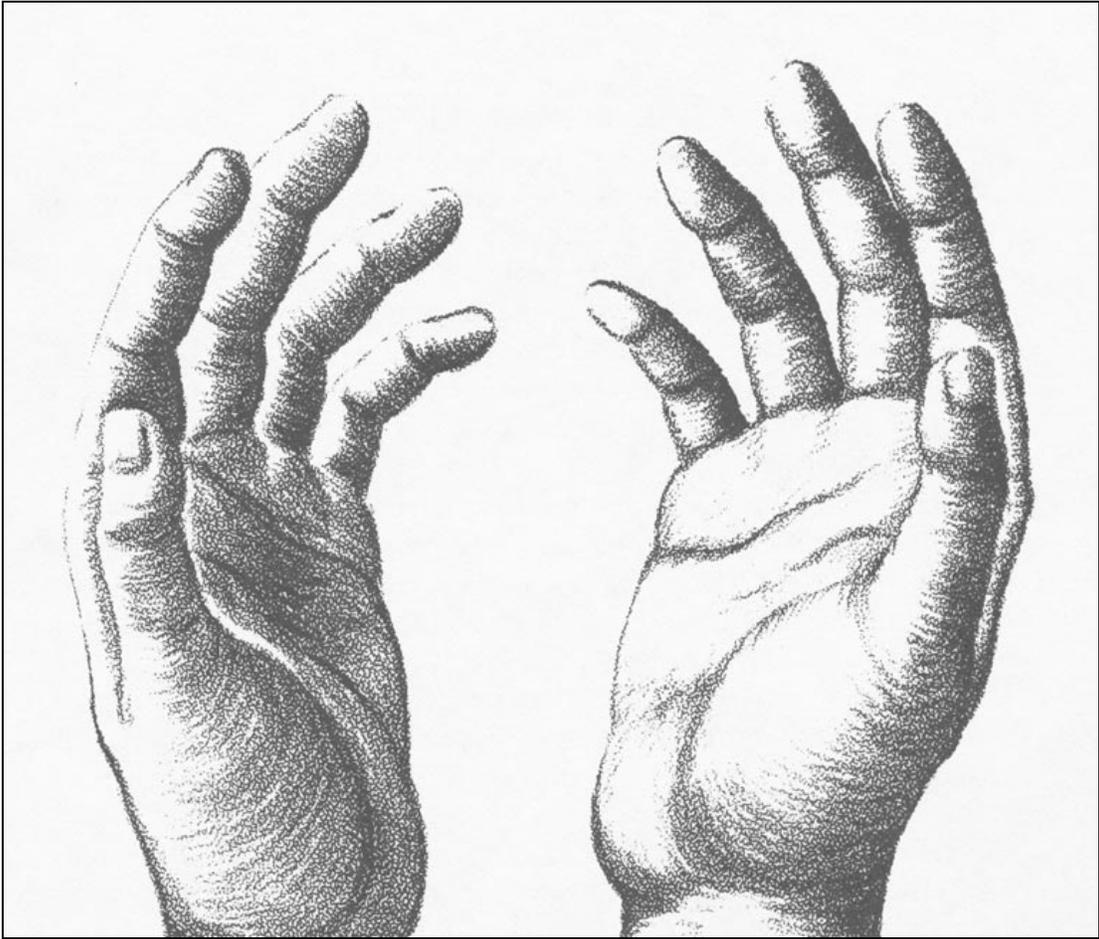
[Notas](#)

# PREFACIO

Este libro es una introducción al equilibrio de la energía de la polaridad. Quiero resaltar la palabra «introducción». El sistema de la polaridad es muy amplio -como un continente virgen o, incluso, como una rama de la ciencia no explorada. Existen muchas más teorías e informaciones sobre esta materia de las que se muestran en estas pocas páginas. El objetivo de este libro es presentar el sistema de la polaridad, explorar su potencial curativo y expandir los límites dentro de los cuales nos experimentamos a nosotros mismos.

**Tus manos son un don**

***Con ellas canalizamos el amor del corazón  
para aliviar el sufrimiento de los que nos  
rodean.***



# INTRODUCCIÓN

Érase una vez un muchacho que descubrió que en su mano había una semilla. La sembró y empezó a crecer. Tras unas semanas dijo: «Mirad, la semilla se está convirtiendo en una verde enredadera.» Pasaron unos cuantos días y de la enredadera surgieron graciosos brotes. Entonces dijo el niño: «Ajá, la enredadera se está llenando de brotes preciosos.» Pensó esto hasta que llegó el verano y entonces de la planta nacieron cientos de flores doradas, amarillas, azules, naranjas y rojas. «Ya sé lo que es», dijo el chico, «es una enredadera llena de brotes de flores de colores brillantes.» En otoño la planta se cubrió de preciosas frutas moradas de sabor exquisito.

Para mí la polaridad ha sido como esa enredadera. Cada vez que vuelvo a descubrirla me parece más maravillosa. Describírsela a la gente que nunca la ha sentido es como describir una joya única a alguien que ni la ha visto ni la ha tenido. Es como describir los colores a un ciego; puede crearse una idea de lo que le dices, pero jamás lo entenderá hasta que los vea.

Saber que hay algo que puedo dar, algo que fluye por mis manos para que los demás experimenten la vida y la salud

con más plenitud, es una gran fuente de alegría para mi vida. No me siento satisfecho de mí si a mi lado veo a un amigo sufriendo.

Volviendo atrás en el recuerdo, he de señalar lo sorprendido que me quedé cuando germinó la semilla que yo sembré, echando ramas y floreciendo tan rápidamente.

Cuando estaba en la universidad sentí que los estudios que cursaba eran demasiado abstractos para nutrir mi vida directamente. Quería personalizar lo que estaba aprendiendo y expresar mi potencial creativo en vez de regurgitar datos con el único propósito de aprobar un examen. Mi intención era crear una forma de vida simple y gratificante para expresarme con amor y honestidad y para vencer mis miedos y explorar los misterios que hay dentro y fuera de mí. Por ello dejé la universidad y me dediqué a estudiar por mi cuenta. Los últimos diez años he estado muy relacionado con el movimiento de desarrollo personal. Pero el interés inicial por la curación natural y el equilibrio de la energía de la polaridad sólo surgió cuando adquirí conciencia de mi propia salud.

Me marché de California y me fui a vivir a las montañas de México, sobre la ciudad de Tepoztlán. Los habitantes de esa tierra tienen un espíritu especialmente delicioso, libre de la velocidad neurótica y la paranoia que había acumulado durante dos décadas en Los Ángeles. En aquella época estudié yoga, nutrición, las hierbas y el ayuno, y leí libros espirituales. Para completar mi información me desplazé al *Christos School for Natural Healing* de Taos

(Nuevo México) y estudié con el Dr. William LeSassier. Vimos la medicina herbolaria y algunas técnicas terapéuticas como la acupresión, la reflexología, el shiatsu, el masaje muscular profundo, el masaje linfático y algunos ajustes quiroprácticos, además de los métodos curativos de relajación, visualización y meditación. Cuando comenzamos con la polaridad no tenía esperanzas especiales, pues todas aquellas técnicas me parecían igual de válidas.

Llevábamos dos días con la polaridad cuando una mañana, al levantarme, me encontré bastante mal. Me sentía tan mal que ni siquiera me apetecía hablar con nadie. Pero aquella misma mañana mi amiga Valérie se ofreció para darme una sesión de polaridad completa.

Estuvo trabajando conmigo durante cuarenta minutos y consiguió elevarme a un estado maravilloso. ¡Me impresionó mucho!

Me di cuenta de que el sistema de la polaridad era un enfoque holístico de la salud y la curación. Esto quiere decir que se ocupa de toda la persona: los pensamientos y actitudes, las necesidades nutritivas, los ejercicios especiales conocidos como «yoga de la polaridad» y, por supuesto, las sesiones que facilitan la autocuración del cuerpo. Debo admitir que cuando empecé a dar sesiones de polaridad, me resultaba difícil creer que poniendo las manos sobre alguien, de alguna manera podía beneficiarle. Entendía que las personas que curaban con las manos poseían dones especiales. Pero a pesar de mi escepticismo,

que me duró más de un año, obtuve muy buenos resultados.

Una semana antes de acabar el ciclo general preparatorio de polaridad, encontré a una señora que sufría un dolor agudo provocado por un embarazo tubular, según había diagnosticado el médico. Le comenté que estaba aprendiendo polaridad y que podía ayudarle a relajarse. «¡Lo que sea!», respondió, «¡probaría cualquier cosa!»

Media hora después me comentaba: «¡No puedo creer que estas sean mis manos y mis pies!» A los pocos días me regaló una barra de pan que había cocido ella misma y me dio la noticia de que el médico le había dicho que, aunque no entendía cómo, su estado físico había mejorado.

Aquella misma semana el Dr. LeSassier nos explicaba los ajustes del cuello. Una mujer no admitía el ajuste porque tenía mucha tensión acumulada en el cuello. El doctor nos dijo que serían necesarias dos semanas de masajes profundos para poder llevar a cabo el ajuste completo. Como la explicación le había provocado dolor, le apliqué polaridad. Después de cincuenta minutos llamé al Dr. LeSassier. Me confirmó que los huesos del cuello habían vuelto a su posición y me preguntó qué había hecho. «Le apliqué polaridad», le dije. Desde entonces he visto muchos casos en los que los huesos han recuperado su posición tras una sesión de polaridad.

En un ocasión hubo una alumna de un curso que estaba comenzando a impartir que se quejaba de que, a pesar de haberse puesto en manos de médicos competentes durante

quince años, su estado físico era cada vez peor. Buscaba ayuda desesperadamente. En una charla introductoria a la polaridad para aquel grupo, escogí a cinco neófitos y formamos un círculo de polaridad alrededor de aquella mujer. Cuando acabamos parecía que había rejuvenecido diez años. Tenía la cara relajada. Ya no le temblaban las manos. Nos comentó que hacía treinta años que no sentía aquella paz, aquella calma. Por primera vez desde que se acordaba era capaz de tumbarse boca arriba sin levantar las rodillas. Y había sudado, nos dijo, sin medicación -por primera vez desde la infancia. A la semana siguiente volvió para informarnos de que le habían hecho una radiografía tras la sesión y que la escoliosis de la columna vertebral se había reducido a la mitad.

Pasó el tiempo y de nuevo me sorprendió y me impresionó la efectividad del método de la polaridad. A una mujer que sufría un retraso de tres semanas en la menstruación, le diagnosticó el médico una infección uterina. Comencé a aplicarle polaridad. Estaba trabajando en los pies y cuatro chicos que me vieron me preguntaron si podían ayudarme. Los coloqué en varios puntos del círculo de polaridad. A los veinte minutos comenzó a menstruar y se levantó sintiéndose muy aliviada. Me hizo saber que cada vez que le tocaba uno de los jóvenes sentía una oleada de luz dorada por todo el cuerpo.

Durante una charla estaba demostrando el masaje al estómago en una mujer de mediana edad. Cuando terminé sentí en las manos una cantidad enorme de energía y le

pregunté a ella si había sentido hormigueo en el cuerpo. Me contestó que no. La polaridad es impredecible, pero siempre provoca *algo*; por ello le pregunté si había sentido energía en alguna zona del cuerpo. «Sí», dijo, «noto un cosquilleo en las manos». «¿Necesita energía en las manos por algún motivo?», le pregunté. Negó con la cabeza. Diez minutos más tarde interrumpió mi alocución excitada y exclamó: «¡Ha desaparecido el dolor artrítico de mis manos!» Estaba tan acostumbrada al dolor de las manos que ni siquiera pensó en comentarlo cuando le pregunté.

Descubrí con sorpresa que la polaridad también podía relajar las alteraciones emocionales. El ejemplo de un hombre que consumía LSD y que se sentía a sí mismo como un fracaso es extremo. Se encontraba muy alterado y al borde de la histeria. Tras una corta sesión de polaridad se incorporó sintiéndose mucho mejor. «Estaba sacando de quicio las cosas», admitió. La polaridad lo había relajado y lo había centrado, apartando su mente de las fantasías mórbidas producidas por un potente alucinógeno.

En otra ocasión pude presenciar las maravillas que puede obrar un movimiento sencillo de polaridad: el masaje al estómago en un chiquillo hiperactivo que lo recibía diariamente. Todas las mañanas, a la misma hora, el chico perdía el control -hasta tal punto que la terapeuta que lo trataba consideraba su conducta como histérica. Yo le enseñé a aplicar el masaje del estómago. Al principio tenía que tumbar al niño por la fuerza para aplicarle el movimiento. Después de unos minutos de polaridad se