

# Sumario

Prólogo: por Kelly A. Turner	11
Introducción: una llamada a la autocuración	17
<b>Parte I. El eslabón perdido entre la curación y la consciencia</b>	<b>25</b>
1. El biocampo: descubriendo el misterio de la curación	27
2. Comienza la búsqueda	46
3. La consciencia: perspectivas modernas y antiguas	64
4. Los cuerpos sutiles y la «mancha del vitalismo»	80
<b>Parte II. ¿Dónde están las pruebas?</b>	<b>101</b>
5. ¿Podemos curarnos a nosotros mismos?	
La verdad sobre el placebo	103
6. ¿Podemos curarnos a nosotros mismos?	
Terapias mente-cuerpo	132
7. ¿Podemos curarnos unos a otros?	
Las terapias de biocampo y la salud	171
8. Sanación a nivel celular	217
9. ¿Cuál es el «mecanismo» de curación por biocampo?	235

**Parte III. Las claves de la curación. Ejercicios y meditaciones 257**

10. Conéctate con la Tierra para sanar	261
11. Fluir con la energía emocional	274
12. Expresa tu creatividad para desencadenar la vitalidad	297
13. Establece tu intención de curación a través de un ritual	309
14. Conectarse para sanar	329
15. Entrega	344
Epílogo: futuros de curación	361
Agradecimientos	367
Notas	369

# Prólogo

Conocí a Shamini Jain hace muchos años en una conferencia médica en la que ambos presentábamos los resultados de nuestras respectivas investigaciones. Al verla hablar, me di cuenta al instante de dos cosas: (1) ambas estábamos obsesionadas con averiguar cómo ocurren los llamados «milagros» médicos, y (2) esta mujer sabía cómo elegir un traje de poder.

Aunque he pasado los últimos quince años estudiando las remisiones radicales desde la perspectiva de *lo que* estos increíbles supervivientes hacen para recuperarse, la doctora Jain ha estudiado diligente y meticulosamente los mecanismos biológicos y fisiológicos que ayudan a explicar *cómo* estos supervivientes se recuperan. Este libro es la impresionante culminación de su investigación hasta la fecha, junto con sus colegas, que son profesores titulares en las principales universidades y hospitales.

En concreto, se ha adentrado en el mundo de la energía y la curación energética y ha salido del otro lado como pionera en el nuevo y emocionante campo de investigación llamado «ciencia del biocampo». Ahora puedes estar pensando: «Espera, no puedes inventarte un nuevo campo de la ciencia». ¿O sí?

- Alrededor del año 400 a.C., los científicos «descubrieron» que el mundo era redondo, no plano, como la ciencia había «demostrado» previamente como un hecho incontestable.

- En el siglo xvii, gracias a la invención del telescopio, los científicos confirmaron que el Sol era el centro de nuestro sistema solar, y no la Tierra, como la ciencia había «demostrado» previamente como un hecho incontestable.
- En la década de 1860, gracias a la invención del microscopio, los científicos «descubrieron» que los microorganismos invisibles en nuestro aire y el agua (no los malos olores, como los científicos habían creído anteriormente) causaban ciertas enfermedades.
- En la década de 1890, los científicos «descubrieron» que el uranio emite radiación (aunque siempre la ha emitido).
- En la década de 1900, los científicos «descubrieron» un nuevo sistema en el cuerpo llamado sistema inmunológico (aunque nuestro cuerpo siempre ha tenido uno).
- Y recientemente, en la década de 2000, los científicos «descubrieron» el biocampo (aunque siempre ha formado parte del cuerpo humano y de la Tierra, y las culturas antiguas lo han descrito desde hace milenios).

Por lo tanto, cuando miramos la historia de la ciencia de esta manera, podemos ver que en realidad no hay «nuevos» campos de la ciencia, sino más bien una comprensión más profunda y más matizada sobre el funcionamiento de nuestro cuerpo y del mundo.

Esta época en nuestro planeta se parece a lo que se debió sentir poco antes de que los microscopios demostraran que la teoría de los

gérmenes era correcta. En la década de 1840, valientes científicos como Ignaz Semmelweis y John Snow presentaban sus teorías sobre los gérmenes «invisibles», solo para tener que soportar ser llamados «no científicos» y de argumentos «poco sólidos» por sugerir tales «opiniones improbables». Sus reputaciones se vieron afectadas hasta que los experimentos posteriores con microscopios –realizados por Louis Pasteur y Robert Koch– reivindicaron sus teorías.

La ciencia del biocampo está viviendo un momento histórico similar, y tienes en tus manos uno de los primeros libros sobre esta nueva y fascinante comprensión de la energía y su relación con la curación. Aunque es posible que los científicos inventen muy pronto un nuevo tipo de «microscopio» que les permita demostrar la existencia del biocampo de forma indiscutible, mientras tanto tenemos los asombrosos estudios realizados por la doctora Jain y sus colegas para reflexionar.

He aquí solo una pequeña muestra de los nuevos descubrimientos sobre el biocampo que conocerás en este libro:

- Somos seres bioelectromagnéticos. Cada una de nuestras células tiene su propio campo electromagnético, y estos campos desempeñan un papel en la curación de heridas, el crecimiento de los tejidos y la función inmunitaria.
- Los antiguos sistemas de medicina describían el biocampo como un puente entre la consciencia y la curación. Las culturas espirituales de todo el mundo han cartografiado las corrientes del cuerpo energético sutil, describiendo cómo estos mapas de energía se relacionan con nuestra consciencia, así como la salud emocional y física.

- Las terapias basadas en el biocampo, como el yoga y el qigong, han demostrado que pueden disminuir la inflamación (por ejemplo, la proteína C reactiva) y ayudar a prevenir enfermedades como el cáncer (por ejemplo, aumentando la actividad de la telomerasa mejorando la respuesta de los anticuerpos, etc.).
- Se ha demostrado que sanadores de biocampo altamente capacitados reducen de forma significativa la fatiga, evitan la disminución de las células asesinas naturales y normalizan los ritmos de cortisol en pacientes con cáncer (sorprendentemente, estos resultados proceden de estudios ciegos en los que también se ofreció un «simulacro de curación» a los sujetos del estudio).
- Estudios publicados recientemente en importantes centros oncológicos muestran que la curación por biocampo puede reducir el tamaño del tumor y las metástasis del cáncer en experimentos con ratones, con efectos medibles y significativos en los marcadores inmunológicos.
- Los sanadores de biocampo han realizado terapias de biocampo en placas de Petri tanto de células sanas como de células cancerosas. La terapia de biocampo mejoró y fortaleció las células sanas al tiempo que dañó y dismanteló las células cancerosas, y estos estudios se han reproducido en múltiples laboratorios.

Es importante tener en cuenta que estos increíbles resultados provienen simplemente del envío de energía. En otras palabras, estos resultados no provienen de poderosos medicamentos, cirugías técnicas o novedosos tratamientos de inmunoterapia. Más bien, estamos hablando de

una simple transferencia de energía. Imagina que la curación pudiera ser así de poderosa y también sencilla y sin efectos secundarios. La investigación de la doctora Jain, y la de sus colegas, indica que esto puede muy bien ser el futuro de la medicina como la conocemos.

Para terminar, me gustaría dar las gracias a la doctora Jain por tres cosas:

- En primer lugar, aprecio que sugiera que la ciencia del biocampo **no es una propuesta de o esto o nada**. No nos pide que abandonemos nuestra actual apreciación de la medicina convencional para adoptar la ciencia de biocampo. Simplemente tenemos que tener la mente lo bastante abierta como para ampliar nuestra forma de pensar actual.
- En segundo lugar, agradezco que la doctora Jain nos recuerde que la ciencia de biocampo **no es nueva, sino antigua**. Cuando tomamos los antiguos textos de yoguis, jainistas, hinduistas, etc., observamos que trazaron complejos sistemas energéticos sutiles y aplicamos esos textos antiguos a los nuevos descubrimientos de la ciencia de biocampo, resulta impresionante ver lo que los seres humanos han sabido todo el tiempo, y lo que la ciencia finalmente está empezando a medir. Los estudios de biocampo confirman lo que estas culturas han sabido desde hace milenios: la mente, el cuerpo y el espíritu están realmente conectados, y la sustancia que los conecta es la energía.
- Por último, agradezco a la doctora Jain que nos enseñe en la tercera parte de su libro que tenemos **más poder sobre nuestro proceso de curación** de lo que el modelo médico actual

nos hace creer. Sí, los medicamentos y la cirugía son muy importantes, pero también lo es llevar un estilo de vida saludable que prevenga la enfermedad en primer lugar. Y aunque comer de forma saludable y hacer ejercicio con regularidad son cosas que todos sabemos que son importantes, la doctora Jain presenta un argumento convincente para incorporar los ejercicios de biocampo a nuestras rutinas diarias. ¿Y la buena noticia? Las técnicas que comparte son gratuitas y fáciles de aprender, y pueden cambiar tu vida.

Cuando hayas terminado de leer este libro que cambia el paradigma, puedes llevar tu viaje al biocampo aún más lejos en el sitio web de la doctora Jain, la Consciousness and Healing Initiative, [chi.is](http://chi.is) (Iniciativa de Consciencia y Curación), cuya misión es reunir a los mejores científicos y profesionales del biocampo para ayudar a enseñar a la humanidad a sanar a través de la ciencia y la educación.

Este libro marca el comienzo de nuestro reconocimiento colectivo del biocampo y, por tanto, de reconocer el poder curativo que reside en todos nosotros. Prepárate para sumergirte en una nueva comprensión de lo que somos y de lo que es posible.

KELLY A. TURNER

Autora de los éxitos de ventas de la lista del *New York Times*  
*Radical Remission* y *Radical Hope*