

SISTEMAS DE CENTROS DE ENERGÍAS

TERAPIA CORPORAL PARA EL DESARROLLO ÍNTEGRO DE LA PERSONA

El Sistema de Centros de Energía tiene sus raíces en el método creado por Susana Milderman en 1946 en Argentina. Denominado sistema «G.R.E.Y.G.» es una terapia, de movimiento, para la salud y el crecimiento armónico del Ser Humano.

En 1966 el Dr. Hugo Ardiles médico, fisioterapeuta y psicoterapeuta argentino, discípulo de Susana Milderman, elaboró los fundamentos teóricos de esta técnica inspirado en la teoría de los Siete Centros de Energía del Yoga y en correspondencia con el concepto de Coraza Muscular de Wilhelm Reich.

Según el Yoga hay siete centros de energía principales distribuidos a lo largo de la columna vertebral que se comportan como una unidad funcional. Según la naturaleza de estos centros predominarán determinadas funciones fisiológicas y determinadas cualidades psíquicas. Cada Chackra o centro de energía se relaciona con un aspecto de la persona:

1º El centro bajo: es el generador de la energía y se relaciona con la vitalidad, con la fuerza, con la auto afirmación, con la confianza en uno mismo y con la realidad.

2º El centro lumbosacro: es el distribuidor de la energía se relaciona con la intimidad, con el impulso sexual, el movimiento intenso, con la pulsión y el goce de vivir.

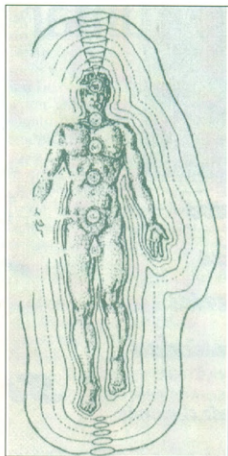
3º El centro medio o del plexo solar: rige la vida emocional, según el Yoga es el centro de Maya, de la ilusión y la fantasía. Se relaciona con la expresión emocional con la posibilidad de conectar con el aspecto positivo de la vida y con la imaginación creadora.

4º El centro cardíaco: se relaciona con el afecto y los vínculos. Aprender a movernos en este espacio permite liberar el amor reprimido en las corazas; desarrollar la capacidad de dar y recibir.

5º El centro laríngeo: es el representante del intelecto del aprendizaje y el control. Soltarse y relajarse confiando en el flujo de la existencia es la experiencia más valiosa que nos brinda aprender a estar en este espacio.

6º El centro frontal: es el asiento del Yo Superior. «El observador sin juicio», «la conciencia integradora». Sugiere el desarrollo de la atención.

7º El centro coronario: es la antena que nos conecta con lo transpersonal, permitiendo elevarnos a la Conciencia de que somos parte de un Todo.



El objetivo de nuestro trabajo es el desarrollo Integral de todos los aspectos de la persona representados en los siete Chakras. Estas energías constituyen el Potencial Humano; desplegarlo creando nuevos sederos para la circulación energética y desenvolver la postura corporal es parte esencial de nuestra propuesta.

Los medios que utilizamos son el Movimiento Rítmico Expresivo Correctivo y el Masaje Correctivo Profundo. Ambos trabajan sobre la postura corporal que es el modo de estar en la vida: tímido arrogante, implorante, autoritario, temeroso... y que por lo tanto implica un modo de comunicar, un modo de sentir, de relacionarse y de pensar. Son el camino de acceso a través del cual buscamos un cambio profundo en la persona y en la distribución correcta de la energía.

El movimiento es rítmico porque nos apoyamos en la música como vehículo, como introductora de todo lo que acontece durante la sesión. Es correctivo porque a través de ejercicios específicos para cada zona o segmento comenzamos a desenvolver la postura y a despertar la energía de cada centro. Es el aspecto nutricional del sistema, pues aporta elementos que no tiene permitiéndonos explorar nuevos espacios internos e incorporarlos al movimiento y también a la vida.

Es expresivo porque para poder transformar la postura es necesario expresar lo que ha quedado contenido, congelado en ella. Es un proceso creativo y liberador donde cada uno se encuentra consigo mismo; con su vitalidad y su fuerza; con la capacidad de expandirse y con la alegría que esta expansión produce; con la necesidad de ser acogido; con la posibilidad de recibir; con la capacidad de dar y conectar con los demás; con el derecho a expresar rabia y sentirse aceptado; con todo lo que uno es. Desde esta globalidad se genera la posibilidad de transformación.

El sistema es Yoga porque a través de posturas físicas (asanas) buscamos el reordenamiento y el alineamiento de la energía.

La Meditación y el silencio son la puerta de entrada y contacto con nuestro ser profundo, el lugar donde reside nuestra verdad, lo único que realmente nos pertenece.

En Argentina la escuela de Centros de Energía dirigida por el Dr. Hugo Ardiles cuenta con más de 1000 instructores que están dedicados a la enseñanza de esta técnica a través de diferentes instituciones sin fines lucrativos. Actualmente hay instructores de Centro de Energía en Bilbao, Logroño, Las Palmas de Gran Canaria, Alicante y Madrid.

Patricia Ríos es licenciada y profesora por la Universidad de Buenos Aires. Trabaja desde hace 12 años en la difusión del sistema en España y Europa.

Durante 4 años trabajó en Palma de Mallorca y Bilbao coordinando cursos de Centros de Energía. Colaboró durante 7 años con David Boadella en Zurich (Suiza) en la formación de Psicoterapeutas corporales y Biosintesis. Desde hace 5 años dirige la formación profesional de Sistemas de Centros de Energía en Barcelona. En el área terapéutica coordina grupos semanales de terapia corporal y sesiones individuales de masaje correctivo profundo.

Si estás interesado/a en ampliar información o inscribirte a los grupos de trabajo llama al :Tel: 93 3228885 .