

LOS CENTROS DE ENERGIA Y LA EXPANSION DE CONCIENCIA

Lic. María Adela Palcos

**El Reino de los Cielos ya está aquí y necesita una Nueva Tierra.
La Nueva Tierra ya está aquí y necesita un Nuevo Hombre.**

Vamos a intentar delinear, muy esquemáticamente, los rasgos más esenciales de nuestra propuesta de trabajo, que es:

- a) Transpersonal holística, entendiendo al hombre como célula cósmica y como ser no terminado en cuanto que su capacidad perceptiva, intelectual, volitiva y amorosa son transformables y susceptibles de desarrollo.
- b) Es no clínica, ya que las disarmonías y conflictos son entendidos como parte del necesario desarrollo.
- c) Trata de adaptarse al actual momento planetario y al individuo de esta última década del milenio. Este momento se caracteriza por el hecho de que casi todas las estructuras de compartimentos estancos, toda la visión mecanicista de las ciencias de décadas atrás está derrumbándose.

El ser humano está mucho más lábil; no encuentra puntos de apoyo firmes, ni referencias seguras, ni parámetros en que confiar. La materia se le escapa: se sabe que la materia es energía y viceversa y que su comportamiento es impredecible.

Hasta el límite entre lo orgánico y lo inorgánico, basamento de todas las ciencias biológicas ha desaparecido.

Este ser humano de 1990 es un ser diferente. Y aquí, en mi aproximación al ser humano, lo que veo básicamente es su propia desvalorización. No teniendo sistemas de valores confiables en que apoyarse, teme. Y lo único que cura el temor es el amor.

- d) Utiliza como herramienta la imitación de la plástica del otro y el monto de energía que produce la necesidad de salir de la propia traba.

La imitación de la plástica supone hacer el espejo a la postura de otro; es colocarse en su lugar en toda la acepción de la palabra, no sólo desde un análisis intelectual —más propio de las terapias tradicionales y que ayudaba a mantener la distancia entre terapeuta y “paciente”—, sino también a través del sintonizarse con los niveles energéticos de las diferentes partes del cuerpo y su correlato psicológico. Así pues, no es necesaria una distancia de la que me tengo que salvar. En realidad, todo es la vida en la vida.

Este ejercicio de la imitación nos permite por un lado conocer compartiendo, es decir co-sentir, co-pensar, co-sufrir, co-participar, y, por otro realizar un viaje interior de conciencia y liberación de nuestra propia traba, mientras acompañamos al cliente. Dicho de otra manera, en el trabajo intentamos “ayudar ayudándonos”, “amar amándose”.

- e) Elabora la energía del ser humano, la que puede experimentarse distribuida en diversos centros energéticos. Estas son modalidades de la energía que se expresan en distintos niveles; representan las múltiples inteligencias que están operando en nosotros y cuya concientización se hace necesaria para nuestro desarrollo.

Los centros energéticos participan de la plasticidad que es propia de los elementos más fluidos. Los diferentes estados anímicos se corresponden con despliegues y formas diversas de la energía de estos centros, como así también con posturas corporales.

Por ignorancia o condicionamiento, estos centros se interfieren mutuamente oscureciendo la claridad de la visión y sellando las puertas del reino. Uno de los objetivos de este trabajo es superar el conflicto y lograr que los centros trabajen alineados y, al mismo tiempo, independientemente entre sí, emitiendo cada uno su nota particular.

Trabajamos con los siete centros clásicos o chakras (coronario, de la visión, laríngeo, cardíaco, vegetativo, lumbo-sacro y bajo), que en una lectura más amplia, vemos representados como cuatro ombligos.

Los llamo ombligos porque éstas son las fuentes nutricias del ser humano, que se nutre de la Tierra como se nutre de su madre y como se nutre de las fuerzas cósmicas que corresponden al centro coronario.

El centro bajo es una suerte de ombligo que une al individuo a la tierra.

Luego está el del cordón umbilical, el centro vegetativo (el ombligo real), que es su conexión con la humanidad a través de la madre.

Hay un cuarto ombligo en formación, a la altura del centro cardíaco, que nos une al resto de la humanidad a través del amor. Este centro tiene que ver con el sentimiento o lo que algunos llaman el nivel emocional superior o verdadero. No tiene sí y no, no tiene positivo y negativo; es amor.

Este es el centro, que a lo largo de mi experiencia, he visto más acorazado en mayor número de personas. De alguna manera, cada uno de nosotros siente que ahí reside el **Yo**. La gesticulación que acompaña a la palabra **Yo** apunta hacia este centro, y creo que en lo profundo de este lugar se encuentra el Misterio de Dios encarnado.

En resumen, creo que es el centro más profundo y más íntimo a la vez, cuyo total despliegue infunde Vida a todo el ser; la vida verdadera, eterna.

En nuestro trabajo estamos recorriendo en conciencia, a diario, el camino de la energía de arriba hacia abajo, desde el centro coronario hasta el centro bajo, desde la conexión cósmica a la telúrica; desde la más pura energía hasta la materia más densa; vaciándonos de todos los contenidos personales, de todos los contenidos que aparentemente conforman nuestra vida cotidiana y que, en general, implican interferencias de centros que van trabando o contaminando las energías de tal manera que dificultan el libre fluir.

Uno de los obstáculos para este fluir es la idea del yo que hemos conformado, con la que hemos acabado sobre-identificándonos, y que sería el lastre más importante que tenemos que dejar caer.

Esto está relacionado con el tipo de personas que han desarrollado una personalidad rígida, a partir de un ambiente represivo; en cuyo caso ponemos el acento en la liberación, la pérdida de límites, lo que denominamos **Trabajo Centrífugo o Expansivo**. Recién en un segundo paso se propondrían trabajos de centramiento o centrípetos. Cuando la persona, por el contrario, tiene una excesiva pérdida de límites, una personalidad disgregada, hemos comprobado que este camino no es el indicado, sino por el contrario, el primer paso que se indica es un **Trabajo Centrípeto o de Centramiento**; y recién mucho más adelante, y con gran cautela, se pueden ir proponiendo ejercicios expansivos y centrífugos.

f) Ya que los cambios que se están dando en el planeta requieren de nuestra parte un trabajo de adecuación en todos los niveles, incluido el celular; se precisa por tanto, un sistema que trabaje cotidianamente en el nivel físico, psicológico y en el de la conciencia integral.

El trabajo está encarado como una práctica diaria que incluye:

- movimiento rítmico-expresivo de centros de energía,
- trabajos de respiración, voz y sonido,
- masaje psico-físico,
- dramatización,
- taller de plástica y
- meditación.

Todos ellos dirigidos hacia el autoconocimiento y la concientización de los diversos estados anímicos. Se pone especial énfasis en recuperar la espontaneidad, llegar a un encuentro con las fuerzas de la naturaleza, buscando que la conciencia individual y la Cósmica se hagan una.

Los efectos del trabajo en este sistema se evidencian en una serie de cambios que percibe la persona, así como aquellos que la rodean; ya que en un registro más concreto los cambios físicos revelan, sin lugar a dudas, las transformaciones que se están dando en los otros niveles más profundos: perceptivo, sensorial, emocional, mental, conductual, de la cosmovisión y del propio sistema de valores.

También es cierto, que de una manera global, los cambios producidos tienden a darse dentro de estos parámetros, como un pasaje:

de lo compulsivo	a lo espontáneo y electivo
del control	al desapego
de la fijación	a la fluidez
de la separatividad	al contacto
del miedo	a la confianza
de lo rígido formal	al contenido esencial
de la visión plana	a la multidimensional
de la dicotomía	a la unidad
de la dualidad esquizoide	a la complementación de los opuestos
de la ausencia	a la presencia
de la mirada comprometida, condicionada	a la mirada limpia

permitiendo al ser humano vivir una plenitud antes desconocida.

En palabras de una alumna:

I reached a point where there was no need to practice justifying anymore, a point where I could take life, people, faith as that what it is: an eternal, neverending process of being.

Llegué a un punto en que no tenía más necesidad de justificarme, un punto en que podía tomar la vida, la gente, la fe como en lo que en verdad son: un infinito, eterno proceso de ser.