

Imaginación

La imaginación es uno de los lenguajes simbólicos que el cerebro capta con mayor rapidez. El símbolo encierra mucha información y nuestra imaginación funciona con este concepto. En nuestro trabajo, cuando visualizamos un órgano o un músculo, es mucho más fácil contactar con él.

Cuando trabajamos con la auto consciencia de nuestro cuerpo, una de las cosas que no podemos hacer es tener un control de todos los mecanismos que se generan en el cuerpo cuando realizamos un movimiento. Son miles de órdenes, por no decir millones. Si podemos concentrar todas estas órdenes en una imagen simbólica que represente este movimiento. Cada vez que generemos esta imagen, el cuerpo se preparará para hacer de forma automática toda una serie de acciones.

Estamos confiando en el proceso del cuerpo para generar movimiento. Nuestra parte consciente genera el símbolo a partir de la imaginación para comunicarle al cerebro que reacciones para realizar una acción.

Cuando lo llevamos al mundo de la terapia, como terapeutas, podemos usar este recurso para aumentar la percepción. Por ejemplo podemos imaginar que nuestras manos se hunden en el cuerpo de la persona y es así como lo vamos a percibir si lo permitimos.

Nuestra parte racional nos lo va a poner en duda. Este es nuestro hemisferio izquierdo. Pero le podemos decir que ya sabemos que no es así, pero que podemos tener la percepción igualmente. Es una forma de pedir permiso para aquellas personas que sean más racionales.

Las sensaciones las genera el propio cerebro. Somos un organismo con una capacidad sensitiva enorme que no hemos descubierto todavía.

Podemos captar con un simple contacto en el cuerpo las capas más profundas de este. Solo hay que permitirlo.

Cuanto más sutil es el tacto, proyectando la intención a captar las diferentes capas del cuerpo, la mente se prepara para recibir esta información que será procesada en función del conocimiento que tengamos de la anatomía y fisiología.