

# TALLER “A TRAVÉS DEL CUERPO”

## EL ARRAIGO Y LA ALINEACIÓN DEL NÚCLEO

1 y 2 ABRIL 2022

El arraigo se define como la capacidad para dirigir la energía somática hacia el suelo y llevar la conciencia a las piernas y los pies para, de este modo, aumentar la sensación subjetiva de una base física del apoyo. En este sentido, el arraigo es un recurso somático fundamental que soporta y sustenta muchas capacidades psicológicas. El trauma, el apego inadecuado y otros acontecimientos dolorosos pueden provocar que “perdamos terreno”, lo que interrumpe la base fundamental de seguridad a partir de la cual logramos el apoyo necesario para movernos por el mundo e interactuar con los demás. Nuestra sensación de bienestar tiene un fuerte vínculo con el núcleo del cuerpo, la columna y los músculos de alrededor y, de manera particular, con si la columna esta alineada. Por eso, es importante comprender la relación entre las dificultades de los clientes y el modo en que estos se sostienen.)

### Objetivos

- Aprendizaje de la lectura corporal en relación a su historia de apego
- Recursos somáticos para el apego
- Trabajar creencias limitantes y sus componentes somáticos
- Autoregulación con recursos somáticos.
- Aprender el significado de “desarraigo” y “sobrearraigado” y explorar como nos lo hacemos.
- Practicar recursos somáticos en situaciones de desarraigo y sobre arraigo.
- Arraigarse de manera apropiada. Toma de conciencia de nuestros pies y de su conexión con el suelo.
- Comprender la relación entre las dificultades de los clientes y el modo en que estos se sostienen.

## información

**Cuándo:** 1 y 2 de abril del 2022.

Viernes de 17:00 a 20.30. Sábado de 9:30 a 13:30 y de 15:00 a 17:30.

**Lugar:** Centro Eleusis. Paseo Imperial, 8 - 2ºA. 28005. Madrid

**Inscripciones:** Cita previa. 608 541 862 - [manuel.lopez@centroeleusis.es](mailto:manuel.lopez@centroeleusis.es) **Precio:** 180 €.

**Reserva:** Ingreso de 30,00€ en el nº de cuenta ES30 0049 4080 67 29940406410.

**Material:** Ropa cómoda, cuaderno y bolígrafo.

**Imparte: Manuel López Pachón** Terapeuta Sensoriomotriz.  
Terapeuta Gestalt.  
Especializado en trauma  
y trauma de apego.

[www.centroeleusis.es](http://www.centroeleusis.es)

The logo for 'eleusis' features the word in a lowercase, white, sans-serif font. A thin white arc is positioned below the letters 'e' and 'i', resembling a stylized smile or a horizon line. The background of the logo area is a dark purple gradient with a faint image of a tree.

Orientación, Psicoterapia y Formación Gestalt  
desde 1988