

La Teràpia de Polaritat

D'una manera científica podem dir que qualsevol objecte o element existent és polar, és a dir, posseeix un pol positiu i un pol negatiu. La Teràpia de Polaritat treballa des d'aquesta visió, assumint que l'energia del pol positiu representa expansió i activitat mentre que l'energia del pol negatiu representa la contracció, la recepció i la inèrcia. Entre els dos pols trobem un espai neutre on hi hauria l'equilibri. Per tant, la feina del terapeuta és buscar l'harmonització dels pols, i això ho aconsegueix desbloquejant els circuits energètics. Com? Doncs amb el coneixement de com es mou l'energia a través del nostre cos. Per simplificar-ho, podríem dir que existeix un *mapa* que ens indica el recorregut que realitza l'energia quan circula pel nostre cos. Aquesta energia, tal i com indica el principi de conservació, “*ni es crea ni es destrueix, simplement es transforma*” i, per tant, es transforma també en el nostre cos. Aquest sistema energètic el coneixem com a xacres, i descendeix des del cap fins el còccix. Cada un d'aquests xacres funciona com a transformador, i l'energia es va modificant a cada un d'ells prenent la forma de l'element que li és propi, la dels quatre elements de la naturalesa. Per tant la clau de la teràpia és aconseguir que el pacient aconsegueixi situar-se al pol neutre, on no hi ha càrrega, ja que al no haver-hi càrrega no hi ha dolor ni malaltia. El terapeuta que coneix els diferents circuits i patrons energètics per on circula l'energia és capaç de potenciar el seu flux o bé eliminar el seu bloqueig si fos necessari. Això ho fa a partir del que es coneixen com a **tocs**. Bàsicament n'hi ha 3:

- ***Rajàsic***: té per finalitat mobilitzar l'energia bloquejada perquè circuli de manera adequada.
- ***Tamàsic***: tendeix a dispersar l'energia, per la qual cosa és molt vàlid en cas de bloquejos arrelats al sistema.
- ***Sàtvic***: és el més neutral i permet integrar els dos tocs anteriors.