

## Salud

### EL MÉTODO GRINBERG: EL APRENDIZAJE GUIADO PARA GANAR CALIDAD DE VIDA

lunes, 14 de septiembre de 2009



Cuando no nos sentimos satisfechos con nosotros mismos pueden aparecer dolores, fatiga y otros síntomas. Cuerpo y mente nos indican que debemos cambiar algo de nuestra vida. El Método Grinberg nos ayuda a detectar, controlar y frenar las causas de nuestro malestar para que éste remita. "Conocer más el cuerpo repercute directamente en la salud y el bienestar de la persona" así lo confirman los profesores Xavi Tur y Beatriz Fernández de la Escuela Oficial del Método Grinberg de Barcelona.

A través de sesiones individualizadas de una hora de duración y lideradas por un profesional del método, el cliente aprende a conocer más su propio cuerpo. No se trata de solucionar un problema físico y/o psíquico concreto, sino de poner al alcance de la persona todos los recursos necesarios para que pueda recuperar el equilibrio y ganar en calidad de vida. Así, el verdadero objetivo nunca será atacar la sintomatología sino ir a la raíz, al foco del desequilibrio.

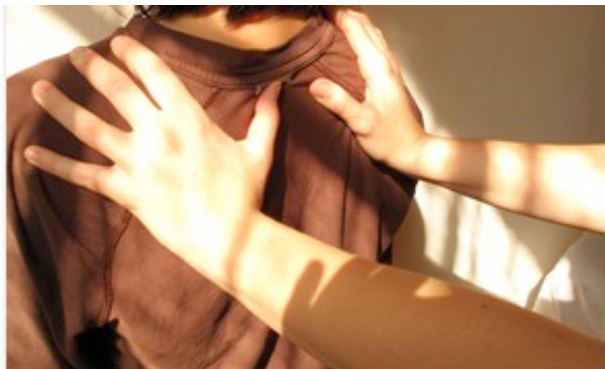
Tras seis sesiones, la mayoría de las personas experimentan un aumento de la energía, se sienten vitales, libres y tranquilas; se concentran más y notan mejorías en el sueño y en la digestión. Durante el proceso, la persona experimenta un mayor estado de bienestar general. El cliente se convierte así en el verdadero protagonista y el responsable de su bienestar. El profesional del método le guía a través del tacto combinando más de un centenar de técnicas y diseñando una estrategia o programa a medida, que se revisa periódicamente.

### APRENDER PARA AVANZAR: EL MÉTODO GRINBERG

"**Todos podemos aprender a estar bien**" asegura **Xavi Tur**, profesor de la Escuela Grinberg de Barcelona. Precisamente, este lema es el motor inspirador del Método Grinberg, desarrollado en los años 80 por Avi Grinberg.



**Avi Grinberg** empezó queriendo curar a la gente. Después de tratar a muchos clientes y trabajar con varias técnicas se dio cuenta que el mejor sanador que una persona puede tener es ella



[Ampliar](#)

misma. Fue entonces cuando hizo la transición: pasó de ser un terapeuta a enseñar a la gente a ser responsables de su propio desarrollo, su salud y bienestar. En este sentido, el Método Grinberg se define como una disciplina de aprendizaje y no como una terapia o una forma de medicina alternativa.

***“La verdad es que nadie viene a una sesión para aprender –subraya Beatriz Fernández, profesora de la Escuela Grinberg de Barcelona-, sino porque quiere solucionar algo, normalmente físico, que ciertas terapias no han conseguido eliminar y que arrastra como una dolencia crónica. Nuestra tarea es hacerle ver la importancia del aprendizaje, entendido como un proceso de reeducación del cuerpo.***

***El Método Grinberg no es una ayuda sino un aprendizaje guiado. Mientras la persona este predispuesta a aprender, obtendrá beneficios”.***

Cada cierto tiempo el profesional y el cliente analizan hasta donde se ha llegado en el aprendizaje de la 'lección' y deciden las pautas para una nueva etapa, partiendo del interés y la motivación de la persona. Así, ambas partes, tanto el profesional del método que enseña como el cliente que aprende, ejercen siempre un papel activo.

Los clientes que se han sometido al Método Grinberg muestran índices de satisfacción superiores al 80%. Los profesores afirman que son cinco las claves de este éxito:

1. ESTRATEGIA a medida de cada persona.
2. EVALUACIÓN y revisión continuada.
3. AUTOCONOCIMIENTO, mayor percepción del propio cuerpo.
4. AUTODIAGNÓSTICO y capacidad para prevenir.
5. EFICACIA con incremento del bienestar.

#### **EL PROFESIONAL DEL MÉTODO GRINBERG: CUALIFICADO Y CAPACITADO**

Ese control del cuerpo y el reconocimiento de las cualidades y capacidades propias, el profesional del Método Grinberg las enseña a través de más de 100 técnicas de tacto desarrolladas por Avi Grinberg. Para que estos protocolos se apliquen con rigurosidad, los profesionales previamente se forman durante tres años mediante un Programa de Estudios Profesionales impartidos en las escuelas oficiales del Método Grinberg, actualmente presentes en España, Alemania, Austria, Francia, Inglaterra, Italia y Suiza.

Más Info: [www.metodogrinberg-esp.com](http://www.metodogrinberg-esp.com)

© Copyright 2009 Informativos.Net