**ESMERALDA RODRIGUEZ LEDEZMA.**

**ESTUDIANTE DEL DIPLOMADO: TEMAZCAL Y MEDICINA TRADICIONAL MEXICANA.**

Mi trabajo abordara la siguiente temática:

**Tema:** *El Temazcal y la Psicología:*

*(De lo Antiguo a lo Moderno)*

**METODOLOGIA:** El método para realizar este trabajo es de Investigación Documental.

**MARCO TEORICO:** Tomando como referencia lo que dice la medicina tradicional Nahua, acerca del temazcal y los efectos que este tiene en la mente, cuerpo y el espíritu, he encontrado una estrecha relación con el análisis que realiza la psicología bioenergética de Alexander Lowen en el campo terapéutico, en la cual se incluyen métodos para desarrollar y sanar , la mente, cuerpo y espíritu.

Algunos puntos que se varean en este trabajo son los siguientes:

1.-Antecedentes de la psicología prehispánica de México.

2.- Desarrollo de la psicología en México en la época colonial.

3.- Que es la psicología.

4.- Que es la psicoterapia.

5.- Orígenes de la psicología bioenergética

6.-Que es la bioenergética.

7.- Similitudes y diferencias entre el psicólogo bioenergetista y el medico tradicional (chaman o curandero).

3.- Simbolismos relacionados con las creencias prehispánicas del temazcal y el análisis bioenergético:

* Mente, cuerpo y espíritu.
* Concepto de energía.
* La importancia del cuerpo.
* La interacción con la vida.
* Temazcal y bioenergética: un viaje al descubrimiento de sí mismo.
* Los beneficios (la importancia) del relajamiento del sistema muscular, tanto en la práctica del temazcal como en la terapia bioenergética.
* La esencia del temazcal y la bioenergética.
* La respiración: “El elemento de la vida”.
* Armonía y espiritualidad.
* Un viaje de regreso: El vientre materno.

BIBLIOGRAFIA:

* Rojas Alba, Mario. *La Medicina Tradicional de México*. Textos de estudio del Diplomado de Temazcal, México, 2002.
* Lowen, Alexander. La espiritualidad del cuerpo. 1993, Ediciones paidós ibérica, s. a. , Barcelona.
* Lowen, Alexander. Bioenergética. 1977, Editorial diana, s. a., México.
* (<http://inipi.blogspot.com/2009_03_26_archive.html>
* <http://www.yollocalli.com.mx/temazcal.htm>.)
* <http://www.oshoakeed.com.ar/temazcal.htm>.
* J:\Psicochamanismo Integrativo - Psicoterapia Integrativa y Transpersonal.mht
* (http://www.labioenergetica.com/)

TRABAJO ERMINADO: 10 DE JULIO 2010