

A group of students in blue shirts and black hoodies are painting a large, colorful maze on a paved surface. The maze is composed of thick, hand-painted lines in shades of blue, yellow, and purple. The students are focused on their work, with some kneeling and others standing. The background shows a clear sky and the continuation of the maze pattern.

Laberinto Colegio The Angel ´s School

Su trazado está basado en un laberinto medieval (4 cuadrantes) presente en un códice medieval, y en su centro tiene una figura basada en la Rosa del centro del Laberinto de Chartes. Trazado y dimensionado según lo que establece la Geometría Tradicional de los Maestros Constructores. El diseño fue realizado por la arquitecta y apoderada Andrea González de 13NUDOS.

Su ejecución estuvo a cargo del grupo de estudiantes del Electivo de Arquitectura y Diseño de 3º medio y la profesora Carolina Ortiz.

¿Qué son los laberintos?

Los laberintos son símbolos caminables que acompañan a la humanidad desde tiempos pretéritos, estando presentes en muchas mitologías, religiones y culturas a lo largo de la historia. Para el psiquiatra Carl Jung son mandalas caminables y forman parte de las imágenes primordiales, presentes a nivel inconsciente en toda la humanidad, representando la transformación constante y el proceso de individuación por medio de la integración de los opuestos en el conocimiento de nuestro “Sí Mismo”.

Hoy son considerados como una alternativa de medicina complementaria e integral en tratamientos de cáncer o terapias psicológicas.

Por otro lado, son usados como una herramienta de meditación en movimiento, ya que nos invitan a ejercitar nuestra atención plena en el presente al recorrerlo debido a su camino univariario, que siempre nos conduce al centro, pero con un recorrido sinuoso que vuelve sobre sí mismo una y otra vez, provocando una momentánea pérdida de orientación. Al combinar el desplazamiento con el giro, activan nuestro sistema vestibular encargado de mantener tanto el equilibrio y la postura, como el de coordinar los movimientos del cuerpo y cabeza al fijar la mirada en un punto del espacio.

Quienes lo recorren habitualmente experimentan respuestas físicas positivas, que incluyen: reducción del ritmo cardiaco y regulación del patrón respiratorio, entre otras. También se producen cambios en las emociones como: sentimientos de calma, reducción de ansiedad, agitación y estrés, lo que se traduce en un conjunto de respuestas en el estado mental, obteniendo mayores niveles de concentración, enfoque, claridad mental, sensación de apretura, paz, reflexión y esperanza.



LABERINTO COLEGIO THE ANGEL ´S SCHOOL

Laberinto Medieval de 6 circuitos con Rosa de Chartres, trazado y construido según el conocimiento de la Geometría Tradicional.

Construido por: Electivo de Arquitectuta y Diseño de 3º medio a cargo de la profesora Carolina Ortiz.

Arquitecta: Andrea González Valero, www.13nudos.cl

Fecha Construcción: noviembre 2024

Material: Pintura de alto tráfico sobre hormigón.

¿Cómo recorrerlo?

El recorrido ideal es individual y descalzo.

Debes entrar caminando a un ritmo pausado hasta el centro, una vez ahí permanecer un minuto o más, para luego regresar por el mismo camino.

Siempre debe recorrerse pausadamente disfrutando de la experiencia.

Como en toda práctica la repetición es importante. Si puedes recorrerlo por 28 días seguidos notarás como sus beneficios se hacen cada vez más duraderos y estables en el tiempo.