

DOLORE E POSTURA



LE MEMORIE DEL CORPO

Il 98% degli atomi, un anno fa non era ancora nel nostro corpo. Lo scheletro che sembra così solido non è quello di un anno fa.

- La pelle si rinnova ogni mese
- Il rivestimento dello stomaco ogni 4 giorni
- Le cellule superficiali che vengono a contatto con il cibo, ogni 5 minuti
- Le cellule del fegato si rinnovano ogni 6 settimane

LE MEMORIE DEL CORPO

- Gli organi interni diventano nuovi in breve tempo
- Nel giro di vent' anni le vertebre vengono sostituite almeno 10 volte
- I tessuti della muscolatura liscia cambiano una dozzina di volte....

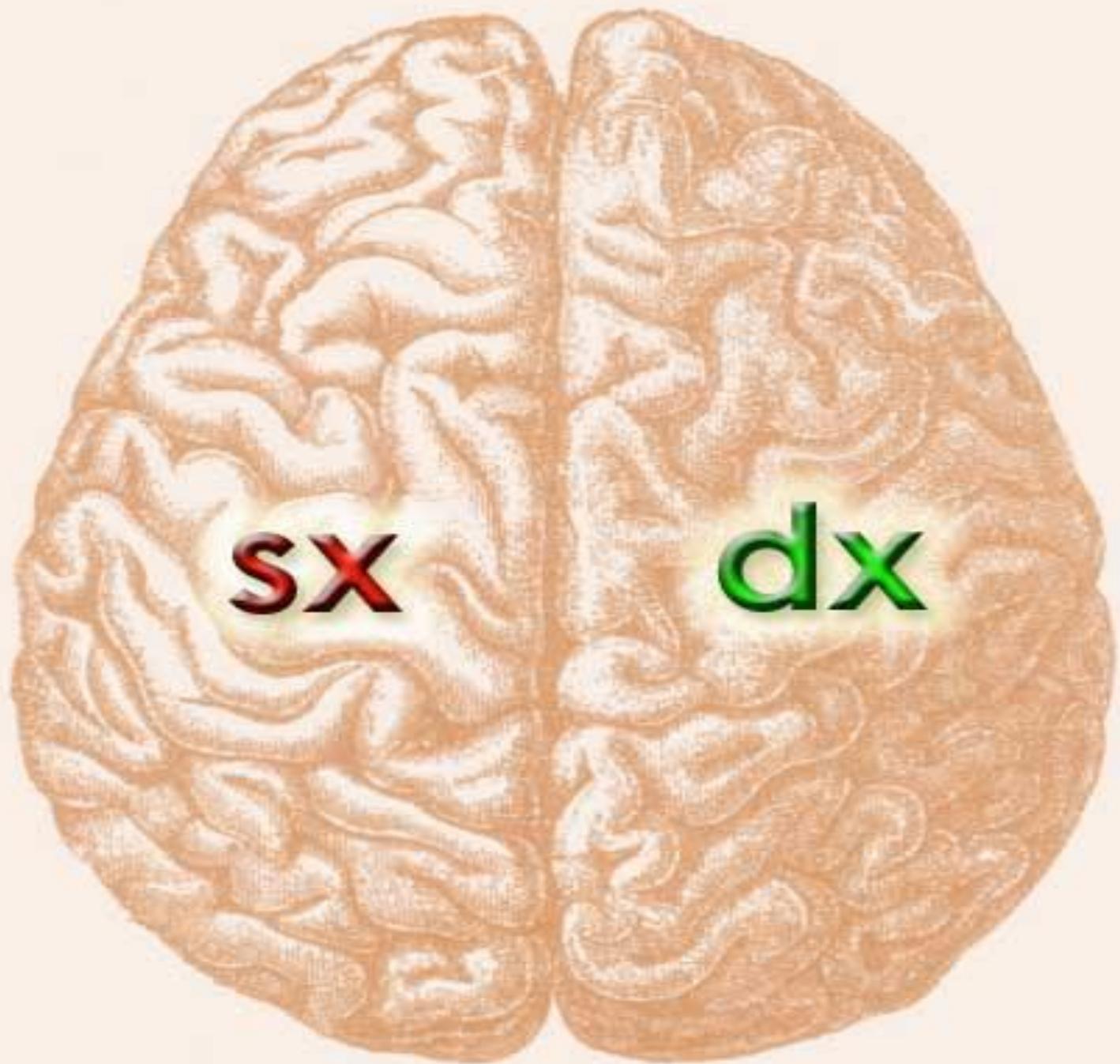
Se tutto ciò è vero, perché continuiamo a soffrire dello stesso mal di schiena, della stessa ulcera, della stessa colite?

LE MEMORIE DEL CORPO

La risposta sono “le memorie” che il corpo conserva come informazioni in ogni sua parte.

Il sistema nervoso coordina la consapevolezza di tutte le aree del corpo, dei sistemi, delle funzioni e degli schemi. Infatti le cellule nervose non si rigenerano e ricevono, elaborano e trasmettono messaggi da e per ogni area del corpo. Questo ci permette di adattarci all'ambiente, alle cose ed alle persone.

IL CORPO MASCHILE E IL CORPO FEMMINILE



EMISFERO SINISTRO

- Analitico
- Lineare
- Focalizzazione specifica
- Sopravvivenza
- Orientamento nel tempo
- Immagine di sé
- Giudica
- Sistema di credenze (esperienze)

EMISFERO DESTRO

- Creativo
- Focalizzato sul tutto
- Percezioni illimitate
- Senza limitazioni di tempo
- Immagini – Colori – Simboli
- Ritmico (musicale)
- Non giudica
- Non ha paura

- Come sappiamo l' emisfero sinistro comanda l'emi-corpo destro e viceversa. L'emisfero sinistro è prettamente "maschile" mentre il destro è prettamente "femminile".
- L'emisfero sinistro ha solo 40 bit di memoria, mentre l' emisfero destro ha milioni di bit.
- **IMPARIAMO A VIVERE USANDO MAGGIORMENTE IL DESTRO!**

IL DOLORE NEL CORPO

Il dolore e/o il sintomo non sono sempre nemici da combattere e da sopprimere, ma sono segnali che il nostro sistema corporeamente ci trasmette, per farci capire che qualcosa non va e che esiste uno squilibrio fisico, chimico o mentale. Riuscire a comprendere meglio quali sono le cause che l'hanno generato, può aiutarci a stare meglio.

Vediamo a grandi linee le principali aree del corpo umano:

PARTE ANTERIORE

- Il tempo presente
- Il qui e ora
- Relazione con una tematica (situazione o relazione) attuale o molto recente

PARTE POSTERIORE

- Il tempo passato
- Ciò che è già accaduto
- L'esperienza condizionante

EMICORPO SINISTRO

- Emisfero destro
- Il rapporto con il proprio femminile o con il femminile altrui (mamma, nonna, sorella)
- Libertà dalla paura
- Disponibilità al cambiamento
- Sganciamento dal passato
- Il nuovo
- Creatività, Creatività, Creatività!!!

EMICORPO DESTRO

- Emisfero sinistro
- Il rapporto con il proprio maschile o con il maschile altrui (papà, nonno, fratello)
- Logica
- Esperienze
- Tematiche relative all' Ego
- Dominio
- Paura di cambiare
- Controllo, Controllo, Controllo!!!

LINEA MEDIANA

- Tematiche Essenziali e Spirituali
- Originalità
- Interesse
- Intuizione
- Telepatia

INTERPRETAZIONE DEI SINTOMI

TESTA



- Rappresenta noi stessi
- Ciò che mostriamo al mondo
- Il sentirsi a posto

ORECCHIE



- Capacità di udire
- Qualcosa che non voglio “sentire”

OCCHI



- Capacità di “vedere”
- Qualcosa che non vogliamo osservare di noi, della vita in generale, del passato, del presente e del futuro.

NASO



- Capacità di “fiutare”
- Irritazione provocata da qualcuno che ci è molto caro

COLLO

- La capacità di essere mentalmente flessibili ed aperti.
- La possibilità di vedere le cose in ogni direzione



GOLA



- Capacità di parlare a nostro favore, di chiedere ciò che vogliamo.
- Rabbia repressa; il “rospo” che non v`a giù.
- La propria capacità insoddisfatta

BRACCIA



- Capacità di abbracciare gli altri
- La flessibilità nel voler cambiar direzione (gomito)

MANI



- Afferrano, trattengono.....
- Paura di perdere
- Timore di non avere mai abbastanza

DITA



- Pollice = Preoccupazione
- Indice = Rabbia
- Medio = Sesso e Rabbia inerente
- Anulare = Dolore nel rapporto con l'altro
- Mignolo = Finzione - Famiglia

SCHIENA



Rappresenta il sostegno

- Cervicale: mancanza di appoggio emozionale
- Dorsale: sensi di colpa relativi al passato
- Lombare: mancanza di sostegno economico

GINOCCHIA



- Poca elasticità
- Paura di piegarsi
- Credere di non meritare il meglio per sè

PIEDI



- Comprensione di noi stessi
- Comprensione del presente
- Comprensione del futuro

GONFIORI



- Pensieri stagnanti
- Lacrime represses

FORUNCOLI

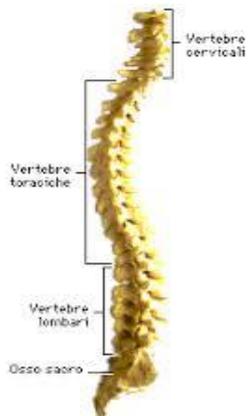


- Infiammazioni
- Rabbia espressa attraverso il corpo

POSTURA

La **postura** è la posizione del corpo umano nello spazio e la relativa relazione tra i suoi segmenti corporei. La postura può essere: in stazione eretta (monopodalica o bipodalica), da seduto, in decubito (prono, supino, laterale).

La corretta postura può definirsi sinteticamente come la "deformazione" coerente della gravità; in altre parole la corretta postura altro non è che la posizione più idonea del nostro corpo nello spazio per attuare le funzioni antigravitarie con il minor dispendio energetico sia in deambulazione che in stazionamento; ad essa vengono a concorrere vari fattori (neurofisiologici, biomeccanici, emotivi, psicologici e relazionali).



COLONNA VERTEBRALE

Analizzando la colonna sul piano sagittale (antero/posteriore) si possono notare le modifiche alle curve fisiologiche. Quando le curve sono accentuate si dice che sono in uno stato di “iper” (cifosi o lordosi); quando sono rettilineizzate, si dice che sono in uno stato di “ipo” (cifosi o lordosi).



Sway
Back



Lumbar
Lordosis



Thoracic
Kyphosis



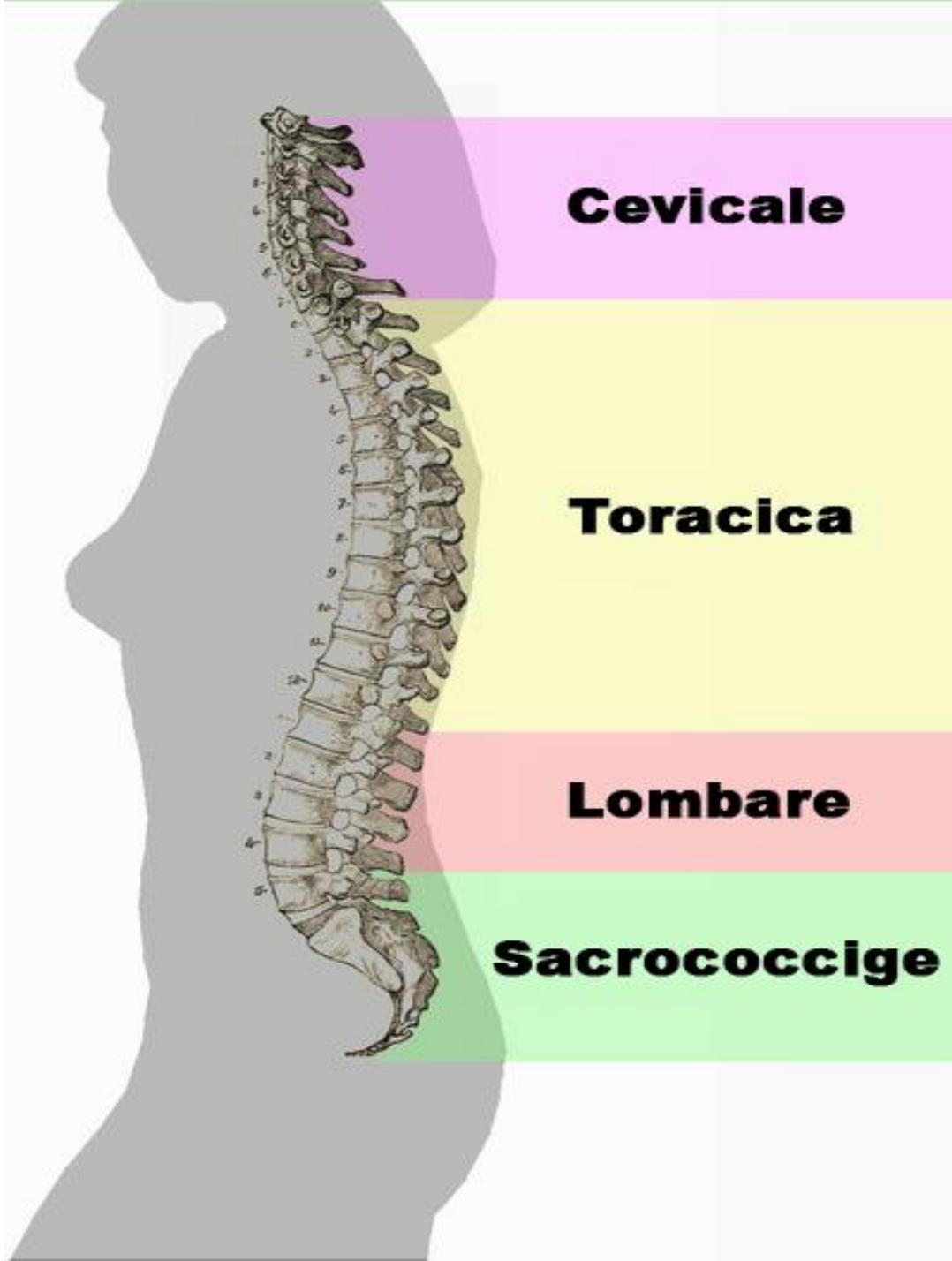
Forward
Head



Good
Posture

COLONNA VERTEBRALE

Osservando la colonna vertebrale nella sua interezza, si potrà notare che essa non è perfettamente diritta, ma anzi presenta quattro curvature, osservabili lateralmente: dall'alto si potrà notare una prima zona, corrispondente al collo, dove le 7 vertebre cervicali assumono una curvatura con la convessità rivolta in avanti, detta lordosi cervicale; scendendo si osserverà una curvatura con la convessità rivolta stavolta verso il dorso, denominata cifosi dorsale, in corrispondenza delle 12 vertebre toraciche; ancora più in basso si avrà una lordosi lombare in corrispondenza delle 5 vertebre lombari, simile a quella cervicale e una cifosi sacrococcigea in corrispondenza delle 5 sacrali e delle 4/5 coccigee.



Cervicale

Toracica

Lombare

Sacrococcige

COLONNA VERTEBRALE

Sul piano frontale si riscontra una lieve curvatura laterale a livello toracico o toraco-lombare, con convessità destra nei destrimani e convessità sinistra nei mancini: la ***scoliosi fisiologica***. Due curve di compenso sono presenti a livello cervicale e lombare. Queste curve probabilmente sono determinate dall'ingombro del cuore e dall'uso prevalente di un solo arto. Ovviamente tale condizione fisiologica può essere accentuata per cause patologiche, e in particolare si possono avere curvature laterali ([scoliosi](#) patologiche) di cospicua entità.

ORGANI / MUSCOLI

In Kinesiologia Specializzata si studiano e si prendono in considerazione le connessioni tra organi e funzioni principali del corpo con i muscoli.

In particolare 14 coppie di muscoli (detti primari) corrispondono ad altrettanti organi o funzioni

ORGANI /FUNZIONI

MUSCOLI PRINCIPALI

CERVELLO

SOPRASPINATO

COLONNA VERTEBRALE

GRAN ROTONDO

STOMACO

PETTORALE CLAVICOLARE

MILZA-PANCREAS

GRAN DORSALE;

CUORE

SOTTOSCAPOLARE

INTESTINO TENUE

QUADRICIPITE FEMORALE

VESCICA

PERONIERO

RENE

PSOAS

ORGANI GENITALI

GLUTEO MEDIO

TIROIDE

PICCOLO ROTONDO

CISTIFELEA

DELTOIDE ANTERIORE

FEGATO

PETTORALE STERNALE

POLMONE

DENTATO ANTERIORE

INTESTINO CRASSO

TENSORE FASCIA LATA

ORGANI ED EMOZIONI

STOMACO

Organo deputato alla digestione.

Tutto ciò che non si riesce ad
assorbire emotivamente; un
dispiacere non metabolizzato

MILZA - PANCREAS

Organi associati al Sistema immunitario

Emozioni legate alla capacità di superare delle prove; ansia per il futuro.

CUORE

Problematiche inerenti all' amore,
mancanza di sicurezza e di gioia.

INTESTINO TENUE

Organo di metabolizzazione

Manca di assimilazione. Cosa
non riesco a godere della mia vita?

VESCICA

- Metabolizzazione del passato; rispetto a cosa ho perso la pazienza?
- Difficoltà a staccarsi dagli schemi del passato

RENE

Organo di filtraggio

- Rispecchia l'energia ancestrale
- Cosa potrebbe capitare?
- Quale la paura più grande?

MASTRO DEL CUORE (PERICARDIO)

Il tessuto che riveste il cuore

- Riguarda la circolazione e la vita erotica.
- Implicazioni di insoddisfazione; cosa mi manca?

TRIPLICE RISCALDATORE (TIROIDE)

- Troppo (iper) o troppo poco (ipo) “calore” per l’azione.
- Bruci troppa energia? C’è sovraeccitazione?
- Cosa ti ha spento? Cosa ti scoraggia?

VESCICOLA BILIARE (CISTIFELEA)

Organo produttore di bile

Riguarda situazioni nelle quali c'è
rabbia repressa, trattenuta.

FEGATO

Organo di filtraggio

Esternazione della rabbia; cosa impedisce di far valere le proprie ragioni?

POLMONE

Organo di filtraggio

- Inerente ad una perdita, alla mancanza di qualcosa o di qualcuno.
- Frustrazione

INTESTINO CRASSO

Organo di eliminazione

- Legato alla vergogna ed ai sensi di colpa.
- Da che cosa non riesci a liberarti?
- Cosa ti disturba nella vita e non riesci a lasciar andare?

CONCLUSIONI

NON ESISTE SINTOMO E/O MALATTIA
CHE NON ABBIAMUNA COMPONENTE
EMOTIVA....

ANZI, QUEST' ULTIMA SPESSO NE E' LA

CAUSA!

MI TROVATE QUI

- WEB: www.somatokines.com
- FACEBOOK e ISTAGRAM: *studio somatokines*
- MAIL: info@somatokines.com
- TEL: *3355218059*

Grazie, Grazie, Grazie