2011

Kinesiologia Sistematica

UN APPROCCIO NON CONVENZIONALE ALLA SALUTE

DOTT. ANDREA FAVALLI

SOMMARIO degli ARGOMENTI

INTRODUZIONE	pag. 3
ORIGINI E STORIA DELLA KINESIOLOGIA	pag. 4
TEST MUSCOLARE E BILANCIAMENTO ENERGETICO	pag. 8
CHI È IL KINESIOLOGO?	pag. 8
COSA PUO' FARE LA KINESIOLOGIA?	pag.8
COME VIENE EFFETTUATA L'INDAGINE KINESIOLOGICA?	pag. 12
ESTRATTO DAL CODICE DI ETICA E PRATICA	pag. 12
ATTRAVERSO I TEST MUSCOLARI	pag. 14
COME CORREGGERE GLI SQUILIBRI?	pag. 16
COME IL RAFFORZAMENTO MUSCOLARE…	pag. 17
COSA SUCCEDE SE GLI SQUILIBRI NON VENGONO BILANCIATI	pag. 17
LA KINESIOLOGIA AIUTA LA PREVENZIONE	pag. 18
CARA VECCHIA TERRRA	pag. 21
IL NOSTRO CIBO E LA NOSTRA ACQUA	pag. 21
LA NOSTRA DIETA PER LA MENTE	pag. 23
LA KINESIOLOGIA. UN APPROCCIO GLOBALE	pag. 25
L'ASPETTO MENTALE/EMOTIVO	pag. 25
FATTORI DIETETICI E BIOCHIMICI	pag. 26
FARMACI E SOSTANZE CHIMICHE	pag. 26
INTEGRITÀ STRUTTURALE	pag. 28
ENERGIA E FORZA VITALE	pag. 28
BRAVO! TI SEI RICORDATO DI TE!	pag. 31
PREPARAZIONE PER UNA PIÙ EFFICACE VERIFICA K.	pag. 31
RISERVATEZZA E KINESIOLOGIA	pag. 32
TEST CON IL SOSTITUTO	pag. 32
IL CONSENSO INFORMATO	pag. 34
GLOSSARIETTO KINESIOLOGICO	pag. 36

INTRODUZIONE

La Kinesiologia Applicata fu scoperta per la prima volta nel 1964. Sebbene i suoi principi affondino la loro origine in tempi remoti, questa disciplina sviluppa concetti interamente nuovi. Le idee nuove necessitano di almeno una generazione per maturare fino al punto in cui cessano di essere esclusiva degli inventori e dei primi scopritori per diventare di dominio pubblico e consentire a tutti di goderne i benefici influssi. Le nuove idee sono generalmente ridicolizzate, rifiutate o ignorate dai cosiddetti "uomini dotti". Coloro che si impegnano nella diffusione di idee innovative diventano spesso oggetto di scherno e facile bersaglio da parte di quelli che mirano a screditare la loro integrità morale o scientifica. Tutto ciò accade storicamente in tutti i campi della ricerca professionale. Nondimeno, la Kinesiologia è destinata a divenire uno strumento indispensabile nella cura della salute del prossimo futuro. Noi stiamo vivendo tempi pericolosi e il futuro probabilmente potrebbe essere ancora più scuro. La Kinesiologia diverrà un fattore importante per il mantenimento della salute di milioni di persone. Scopo del presente libretto è quello di fornire alle persone interessate alcune informazioni sui principi e sulle tecniche della medicina olistica e della Kinesiologia Applicata in particolare, con la speranza di stimolare la curiosità verso i metodi di cura cosiddetti "alternativi" e comunque di chiarire alcuni dubbi o problemi che assillano coloro che per la prima volta si confrontano con un mondo - quello della medicina "non convenzionale" - del tutto nuovo.

CAPITOLO PRIMO.
UN PO' DI STORIA

ORIGINI E STORIA DELLA KINESIOLOGIA

Chiropratici e osteopati hanno elaborato un modo alternativo per affrontare la cura della persona per oltre un secolo. Questi vocaboli specifici ora rendono giustizia a queste persone altamente qualificate, i predecessori dei quali erano chiamati semplicemente "aggiustaossi" o manipolatori senza preparazione o qualifica specifiche. Il potere curativo delle erbe e delle piante era usato già da tempi molto antichi. In Oriente, oltre cinquemila anni di agopuntura attestano i modi stupefacenti con i quali l'ingegno umano sia stato adoperato per dare sollievo al dolore e a migliorare lo stato di salute.

La Kinesiologia Applicata unisce queste e molte altre discipline per fornire un metodo sistematico di analisi e riequilibrio di un numero vastissimo di casi. Il segreto della Kinesiologia è tutto nell'alfabeto dei muscoli, scoperto negli anni '60 dal dottor George Goodheart, un chiropratico statunitense del Michigan. Nel 1964, egli era un affermato professionista nel suo campo; era ben conosciuto nell'ambiente della Chiropratica per i suoi seminari sulle nuove tecniche. Un giorno gli capitò di osservare una cosa molto speciale che lo condusse lungo un eccitane viaggio di scoperta, e gli aprì un mondo nuovo ricco di possibilità. Vi sono molte leggende su come i fatti si siano svolti. Una versione racconta che egli si stava adoperando al massimo per sollevare dal dolore una persona presentatagli da un collega che non riusciva a dare un aiuto concreto al pover'uomo. Esaminandolo con cura, il Dr. Goodheart notò alcuni spasmi muscolari molto forti. Così decise di utilizzare alcune delle procedure usate dai kinesiologi per determinare le funzioni. Uno dei muscoli controllati era quello della Fascia Lata. Dopo averlo massaggiato lungo tutto il suo percorso, il paziente gli fece notare che il dolore era diminuito in maniera considerevole, per la prima volta dopo tante peregrinazioni inutili e dopo tanti anni. Allora il Dr. Goodheart tornò a verificare la risposta muscolare della Fascia Lata notando che la situazione era mutata e che ora quel muscolo appariva ben più forte. Incoraggiato da questi avvenimenti, egli continuò nel massaggio delle fibre muscolari in altri distretti anche se i risultati non furono gli stessi di quelli prima esperiti. Così si ricollegò allo stesso lavoro sulla linfa effettuato da Chapman, un osteopata, all'inizio del secolo. Chapman aveva stilato una mappa dei riflessi coinvolti col flusso linfatico. La linfa è il fluido che nutre e pulisce i tessuti del nostro corpo laddove il sangue non vi riesce. Leggendo il lavoro di Chapman, scoprì che uno dei riflessi seguiva il tragitto del muscolo della Fascia Lata. Si domandò se questo avesse rafforzato il muscolo. Scoprì che questo riflesso era l'unico che correva lungo il muscolo in questione. Questa notizia lo condusse a verificare passo dopo passo la corrispondenza dei rimanenti punti scoperti da Chapman con i muscoli ad essi collegati. Questi punti sono oggi universalmente noti come i riflessi Neuro – Linfatici della Kinesiologia Applicata, la nuova disciplina nata dalla perseveranza del Dr. Goodheart. Il termine "Neuro" è stato utilizzato per esemplificare in maniera chiara l'effetto immediato che essi hanno se stimolati. Qualcuno li potrebbe chiamare interruttori "Elettro-linfatici" per la rapidità con cui agiscono. Muscoli deboli diventano forti solo dopo pochi secondi se la causa della loro debolezza è principalmente un corto circuito di quello che possiamo chiamare un impianto

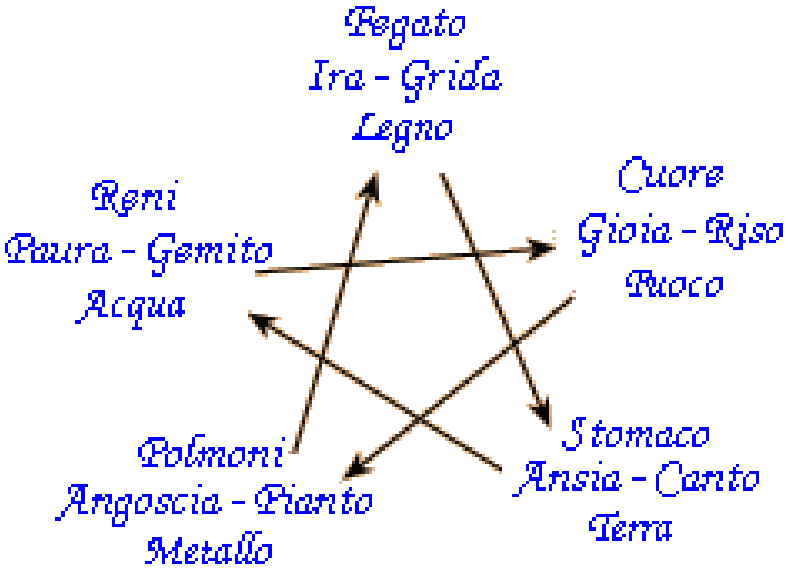
elettrico. La linfa nutre e pulisce gli spazi intracellulari, ed è fondamentale per le funzioni vitali. Indubbiamente la professione medica affermerà che è impossibile spiegare fisiologicamente come un mutamento nel flusso linfatico possa essere stimolato dal massaggio di un determinato punto. Né tantomeno chiarire come tutto questo influisca sulla funzionalità del muscolo in un tempo così breve. Di fatto, però, anche se ancora non si riesce a spiegare, questo accade.

Continuando la ricerca e ottenendo un riscontro sempre maggiore il Dr. Goodheart poté contare su un numero sempre più numeroso di colleghi che provavano le sue scoperte e le integravano con nuovi argomenti. Il passo successivo fu quello di correlare i riflessi della circolazione sanguigna, scoperti da Bennet, con i muscoli ai quali si collegavano rafforzandosi. Bennet, un osteopata, si rese conto che la circolazione dei vari organi poteva essere migliorata semplicemente con la leggera pressione di determinati punti sul cranio. Adoperò un fluoroscopio, una sorta di macchinario a raggi X, per le sue ricerche. Questo apparecchio sfortunatamente emise una quantità cospicua di radiazioni nocive che gli fecero guadagnare una morte precoce per cancro. Tutto questo permise un ulteriore sviluppo delle connessioni esistenti fra i circuiti del corpo umano. Oggi le relazioni fra muscolatura ed organi che usufruiscono degli stessi canali energetici sono divenute più chiare. Alcuni di questi canali possono essere spiegati tramite l'approccio della fisiologia medica ufficiale, altri no. Nondimeno, però, essi esistono. Il vero salto in avanti della Kinesiologia avvenne quando i collegamenti vennero fatti tra gli antichi concetti orientali della forza vitale (o CHI, KI etc.), i sentieri dell'energia chiamati meridiani e i muscoli del corpo umano; il collegamento fra muscoli ed organi, infatti, è di tipo energetico. Da quel giorno in poi, la Kinesiologia continua a crescere. Anno dopo anno, professionisti sempre più smaliziati portano ricerche sempre nuove e sviluppano tecniche per accrescere quel patrimonio di conoscenze che è la Kinesiologia.

Uno degli aspetti più straordinari è che con la Kinesiologia si possono individuare anche i problemi emotivi. Il sistema di riferimento è ancora quello della medicina cinese, che assegna a ciascuno dei cinque organi un'emozione: la collera al fegato; la paura ai reni; i sensi di colpa ai polmoni; le preoccupazioni alla milza-pancreas e l'odio al cuore. Attraverso il muscolo, che resta forte o cede, il corpo risponde "sì" o "no", perché opera su un sistema di comunicazione "binario", proprio come avviene per il computer. Questo spiega anche l'importanza di porgli domande molto precise, ed in modo rapido, come se volessimo coglierlo di sorpresa. Se si aspetta qualche secondo, infatti, il corpo si adatta e riprende energia. Secondo la Kinesiologia il corpo non mente; anzi, il test può benissimo funzionare da macchina della verità: ad esempio, se ti viene chiesto il tuo nome e ne dai uno falso, il muscolo interpellato si indebolisce.

A proposito di alimenti, il test Kinesiologico è uno dei sistemi più validi per diagnosticare le intolleranze alimentari: basta mettere in bocca un pezzetto di formaggio o di mela, e testare un muscolo indicatore qualsiasi per avere la risposta; ma ci vuole molta esperienza ed arte da parte del Kinesiologo per eseguire i test nel modo giusto: bisogna sapere quali fibre muscolari

sollecitare, e per questo è necessario conoscere molto bene l'anatomia del corpo umano ed i flussi energetici che ne governano l'equilibrio funzionale interno. La cosa più importante, però, è non far intervenire mai il proprio giudizio: il terapeuta deve restare completamente neutrale, altrimenti può indurre risposte false. È altresì vero che non si può essere sicuri al cento per cento che il corpo non stia raccontando bugie: se infatti è molto intossicato, non fornisce risposte credibili.



CAPITOLO SECONDO

LA KINESIOLOGIA È…

TEST MUSCOLARE E BILANCIAMENTO ENERGETICO

La Kinesiologia Applicata è una moderna tecnica di riequilibrazione energetica che si basa sull'intensità della risposta di un muscolo stimolato da una leggera pressione. La Kinesiologia Applicata si contraddistingue per la capacità di ottenere in tempo reale un bio-feedback personale senza ricorrere ad apparecchiature. È un metodo dolce, non invasivo, che rende partecipe la persona che vi si sottopone. La Kinesiologia Applicata unisce diverse scienze in un corpus conoscitivo. Può essere impiegata per analizzare e correggere non gli EFFETTI ma le CAUSE che vengono individuate come alterazione dei flussi energetici all'origine di squilibri: fisici, nutrizionali, emotivi o energetici.

COME FUNZIONA? Mediante la stimolazione di punti riflessi e/o digitopressione, con l'ausilio di specifici movimenti del corpo e verifiche nutrizionali si possono attivare ed aumentare le NATURALI CAPACITÀ DI GUARIGIONE DEL CORPO

LA KINESIOLOGIA È SEMPLICE, NON INVASIVA E CI RICONDUCE ALL'ARMONIA CON IL NOSTRO CORPO

CHI È IL KINESIOLOGO?

Il Kinesiologo è un terapeuta preparato che cerca di capire cosa è più utile per ripristinare l'equilibrio, e dunque la comunicazione, fra la Tua MENTE ed il Tuo CORPO. Il Kinesiologo è un operatore che con la tua collaborazione, con la sua sensibilità e l'ausilio delle sue competenze ti può aiutare a:

1. Analizzare la funzione dei tuoi muscoli.
2. Scoprire eventuali squilibri.
3. Trovare ciò che ti aiuta a ripristinare una funzionalità ottimale.

Il Kinesiologo, compiendo un'indagine ENERGETICA e NON CLINICA ti aiuta a scoprire le CAUSE dei tuoi squilibri e ciò che è necessario fare per ritrovare uno stato di benessere psico-fisico.

Il Kinesiologo NON fa diagnosi mediche NÉ prescrive qualsivoglia rimedio. L'uso delle informazioni che riceverai ricade sotto la tua completa responsabilità e il tuo "consenso informato" verrà registrato per iscritto.

COSA PUÒ FARE LA KINESIOLOGIA?

Ti può aiutare in più dell'80% dei problemi di salute che la maggioranza delle persone sopporta senza consultare un medico in quanto i sintomi non sono gravi oppure perché la ricerca di aiuto non ha portato ad alcun miglioramento.

- Acne
- Allergie
- Anoressia
- Ansia
- Asma
- Catarro
- Raffreddori
- Depressione
- Diarrea
- Dislessia Dolore al gomito
- Dolori
- Dolori all'anca
- Dolori alle ginocchia
- Dolori articolari
- Dolori muscolari
- Eczemi
- Emicranie
- Esaurimento
- Esposizione ai Raggi X
- Flatulenza
- Fobie
- Fumo
- Gomito del golfista
- Gomito del Tennista
- Indigestione
- Intolleranze ai lieviti
- Iperattività
- Irascibilità
- Mal di denti
- Mal di gambe
- Mal di gola
- Mal di pancia
- Mal di schiena
- Mal di testa
- Paure
- Problemi di apprendimento
- Problemi digestivi
- Problemi di peso
- Rigidità cervicali
- Sbalzi di umore
- Scarsa energia
- Scarsa voglia di vivere
- Sensibilità alimentari
- Sindromi post-virali
- Sonno
- Sovrappeso
- Spalle dolenti
- Stanchezza
- Vertigini

LA SCARSA SALUTE È PANDEMICA O GENERALIZZATA

Praticamente tutte le persone che conosciamo hanno avuto a che fare con uno o più problemi elencati. In realtà nessuno di questi mette in pericolo la vita, ma sovente la rende molto difficile. Apparentemente circa la metà della popolazione del mondo civilizzato si scontra con il mal di schiena prima o poi. Raffreddori ed influenza vengono contratti quasi da tutti ed in molti casi i rimedi sono di scarsa efficacia. "Non sentirsi del tutto bene", "sottotono" o "leggermente" male sembra essere diventata la norma. Tutto ciò viene accettato come un fatto naturale: ma non è così! La Kinesiologia ti può aiutare a riequilibrare i diversi sistemi del tuo corpo e a farti raggiungere un livello di salute e di benessere mai più provato dai tempi in cui si era bambini. Ma perché tutti abbiamo a che fare con questi problemi di salute? I secoli precedenti avevano i

loro problemi, dovuti essenzialmente ad una carenza di igiene. Malattie come il colera, il tifo, la peste bubbonica e molte altre sono oggi solo un lontanissimo ricordo nell'Occidente. Oggigiorno i nostri problemi di salute hanno origine e cause differenti; essi sono principalmente il risultato del progressivo deterioramento dell'ambiente, del nostro stile di vita sfrenato, delle nostre abitudini alimentari e della nostra scarsa propensione all'esercizio fisico. Tutto questo elenco di malattie non è causato dai germi, ma dal nostro stile di vita.

CAPITOLO TERZO

IL TEST MUSCOLARE. UN LINGUAGGIO

COME VIENE EFFETTUATA L'INDAGINE KINESIOLOGICA

Alla persona verrà chiesto di mettere i propri arti in una specifica posizione; ciascuna posizione verifica la risposta di un determinato muscolo: ogni muscolo è a sua volta controllato nel corpo umano da "circuiti" energetici. L'operatore richiede al soggetto di tenere fermo l'arto in questione mentre egli esercita una leggera pressione sullo stesso per un periodo di tempo molto breve (2 o 3 secondi); anche il momento di rilascio della pressione avviene in maniera molto dolce. Se il muscolo funziona correttamente, l'arto rimarrà immobile e stabile. Quando tutto ciò si verifica il muscolo e i suoi relativi circuiti di controllo vengono considerati "in equilibrio". Se viceversa vi sono problemi nella funzionalità muscolare dovuti a squilibri dei circuiti di controllo, il soggetto non sarà in grado di rispondere con fermezza e l'arto vacillerà anche con una pressione molto leggera o risulterà cedevole all'operatore ed al cliente. Questo indica che qualcosa è fuori equilibrio e necessita di correzione. La causa dello squilibrio potrebbe essere dovuta a fattori traumatici emotivi, a carenze nutrizionali o altri motivi ancora. La consapevolezza del cambiamento nella risposta muscolare durante l'utilizzo della tecnica Kinesiologica può aumentarne la sua efficacia. La tecnica della verifica muscolare è un linguaggio; è un modo per comunicare con il corpo a tutti i livelli. Quando un muscolo testato si rinforza, questo cambiamento viene registrato dalla persona nel "Bio-computer" a livello mentale, fisico e biochimico.

PROCEDURA DEI TEST MUSCOLARI KINESIOLOGICI (ESTRATTO DAL CODICE DI ETICA E DI PRATICA)

1. Le procedure dei test muscolari utilizzate da Andrea Favalli seguono i dettami dell'A.S.K. THE ASSOCIATION of SYSTEMATIC KINESIOLOGY, 39, brouns Road, Surbiton,Surrey.KT5 8ST. (Inghilterra)
2. I test muscolari sono usati per valutare la funzionalità organica attraverso risposte del sistema neuro-muscolare del corpo.
3. Il test muscolare valuta le reazioni dei meccanismi di controllo del sistema nervoso al cambiamento di pressione del test.
4. I test muscolari verranno usati solo con l'esplicito permesso della persona senza il ricorso a metodi persuasivi di qualsiasi genere. Il permesso è particolarmente importante quando una persona riluttante viene convinta da parenti o amici; il permesso deve essere ottenuto dalla persona stessa. Il permesso non è una licenza di uso illimitato della Kinesiologia e dunque il permesso di correggere singoli squilibri va ottenuto volta per volta.
5. L'uso attento e discreto della Kinesiologia Applicata è raccomandato per facilitare un accertamento interattivo e non invasivo dello stato funzionale, mentale ed emotivo di un individuo.

I test verranno usati per:

- Determinare la funzionalità muscolare, gli squilibri strutturali chimici ed emotivi, le migliori procedure per correggere, controllare l'effetto di esercizi sugli individui ed in tal modo informare su quale sarà quello più benefico.
- Controllare il rafforzamento di un muscolo in risposta a cibi o sostanze nutritive ed inoltre determinare se una sostanza ha un effetto negativo sull'energia della persona. Va precisato (sentenza 1557, udienza 18.11.96), in applicazione del generale canone ermeneutico di offensività delle condotte, che la semplice divulgazione di conoscenze o di tradizionali credenze circa il carattere benefico delle sostanze di libera vendita non realizza di per sé il concetto di specialità farmaceutica o medica in senso formale anche quando ciò sia accompagnato da spiegazioni sul modo d'impiego alimentare del prodotto in relazione a sintomatologie di dominio generale.
- Scoprire deficit nutrizionali e quali alimenti correggono la dieta dell'individuo. Tutti i test verranno effettuati stimolando i recettori degli organi olfattivi, gustativi ed energetici della persona.
- Assistere la persona che desidera accertare quali aspetti di ansietà o quali implicazioni emotive stanno causando la riduzione dello stato di benessere. Le implicazioni emotive causano un cambiamento nella funzionalità muscolare ed in tal modo si scopriranno le procedure che possono aiutare la persona a superare i propri momenti di stress in modo più maturo e bilanciato.
- Capire la reazione della persona a specifiche dichiarazioni verbali che "sfidano" il sistema nervoso e causano cambiamento nella risposta del muscolo.
- Capire la reazione muscolare in rapporto al ricordo di eventi traumatici del passato o a specifiche posizioni nelle quali il corpo ha subito in passato traumi emozionali o fisici.
- Localizzare squilibri energetici nei meridiani del corpo e capire i modi per bilanciare tali squilibri onde migliorare la funzionalità organica ed il benessere generale.

L'uso della Kinesiologia applicata non è conforme e non può essere finalizzato a:

- Diagnosticare una patologia. L'operatore dichiarerà chiaramente alla persona che non è autorizzato a diagnosticare stati patologici (sempre che non abbia la qualifica professionale per farlo).
- Accertare i livelli energetici negli organi con l'intento di capire se la persona ha latenti o soppresse possibilità di incorrere in una patologia.
- Determinare specifici dosaggi di vitamine, minerali, erbe o altri prodotti. Ma può avvalersi delle linee guida delle reazioni muscolari.
- Fornire risposte a domande verbali di natura esclusiva (tipo SI' o NO). Tali quesiti contengono ulteriori domande e sono così amorfe in intenti e significati che non possono essere ritenute affidabili; ciò non vuole significare che non vi sarà risposta muscolare, ma

solo che tale risposta è soggetta a più interpretazioni non riproducibili. Affermazioni in forma di sfida risultano affidabili.

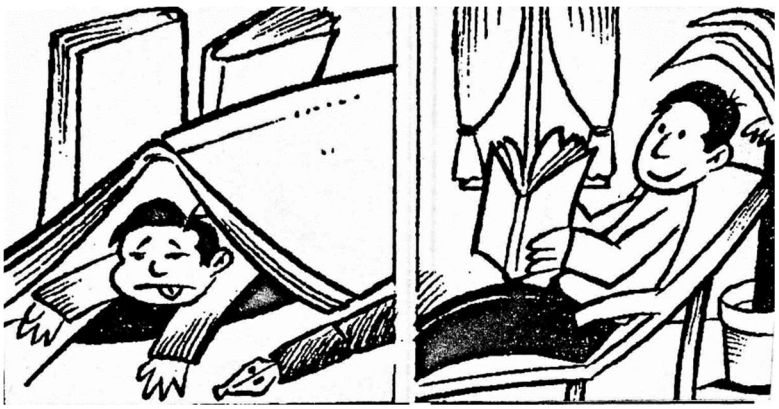
- Cercare di ottenere informazioni riguardo a generazioni passate o vite passate.
- Ottenere informazioni su qualsiasi soggetto non facente parte dell'esperienza o memoria della persona (Per es. cercare di determinare il sesso di futuri bambini o i risultati di un qualsiasi evento)
- Fare divinazioni o usare l'ipnosi per ottenere informazioni.
- Tentare di "leggere" le risposte muscolari a domande scritte poste sul corpo del paziente.

ATTRAVERSO I TEST MUSCOLARI…

Si può analizzare le funzioni corporee da cui dipende la Salute e di migliorarle (ci si riferisce ad esempio alla digestione, alla circolazione, alla respirazione, al sistema endocrino, alla circolazione linfatica, alla glicemia e alla produzione adrenalinica).

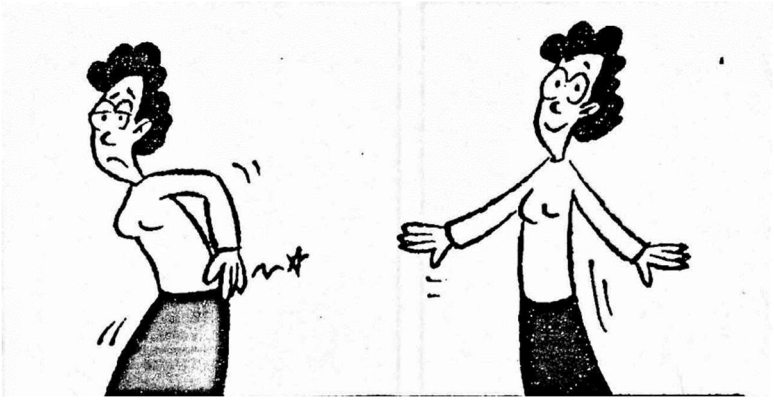
Inoltre, si può:

- Ottenere benefici immediati nella concentrazione e nel recupero dell'affaticamento mentale (in tutti gli ambiti che risentono maggiormente dello stress come la lettura, la scrittura e la coordinazione motoria di adulti e bambini).



- Individuare le barriere psicologiche che rallentano il processo di guarigione e trovare un rimedio alle stesse; accelerare il processo di guarigione e la reazione del paziente per superare paure e fobie.

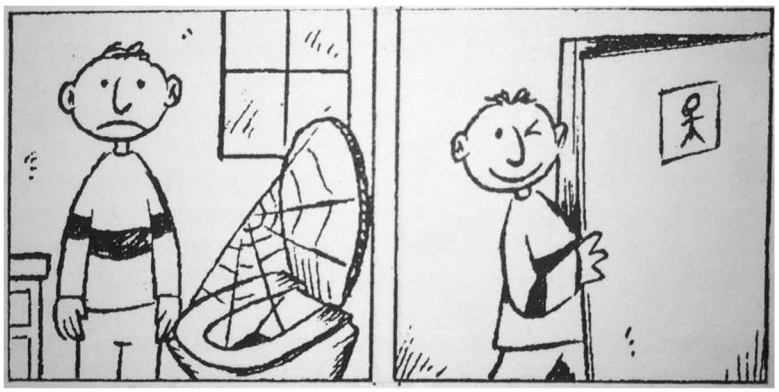
- Migliorare la postura e le tensioni muscolari (alleviare i dolori alla schiena, al collo e alle spalle anche nei casi di distorsioni e slogature).



- Identificare ed alleviare i molti disturbi causati da intolleranze alimentari.

- Verificare la compatibilità bioenergetica individuale a supplementi nutrizionali, vitamine e minerali come pure eventuali carenze di importanti principi nutritivi nella dieta del soggetto

- Alleviare i sintomi derivati quali emicranie, flatulenza, dolori e malessere, incontinenza, stipsi.



COME CORREGGERE GLI SQUILIBRI?

In termini Kinesiologici vi sono molti modi di correggere gli squilibri; innanzitutto per funzionare bene i muscoli devono poter usufruire di un adeguato apporto sanguigno. Aree specifiche localizzate sul cranio, chiamate punti di contatto Neuro-Vascolari, se toccate tramite le dita fanno aumentare l'afflusso sanguigno. Una leggera pressione di questi punti per 20 o 30 secondi può spesso rendere un muscolo capace di lavorare meglio.

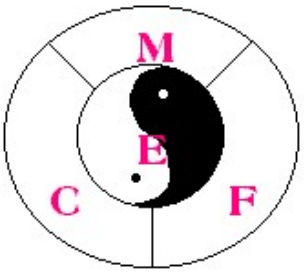
Essi possono anche consentire al soggetto di sentirsi più rilassato e mentalmente più lucido. Sebbene questo possa apparire come un metodo molto semplice, gli effetti della digitopressione di questi punti possono risultare molto profondi. Questi effetti furono scoperti in America da Bennet, osteopata americano.

Inoltre, i muscoli necessitano di un adeguato nutrimento per lavorare. È fondamentale eliminare tutti i prodotti tossici. Questo lavoro viene effettuato dal fluido linfatico del corpo che inonda i tessuti con elementi nutritivi ed elimina i residui tossici. Il fluido linfatico dipende principalmente dal movimento muscolare per la stimolazione del suo efficacissimo flusso. Non è pompato come avviene al sangue ad opera del cuore. Quando risulta inibito il flusso linfatico, la normale funzionalità muscolare risulta danneggiata. I riflessi linfatici si trovano su entrambi i lati della spina dorsale e sullo sterno. Un massaggio deciso sui riflessi linfatici collegati a un dato muscolo per circa 10/20 secondi aiuta a ristabilire l'equilibrio dei circuiti linfatici e a rafforzare il muscolo.

Questi due metodi di correzione costituiscono la base del bilanciamento muscolare con la Kinesiologia. Una corretta alimentazione è un altro fattore di vitale importanza: alimenti differenti nutrono differenti parti del corpo.

COME IL RAFFORZAMENTO MUSCOLARE PUÒ AIUTARE LA PERSONA A RISOLVERE I SUOI PROBLEMI

Il nostro corpo è il risultato della somma delle diverse componenti mentali, chimiche, fisiche ed energetiche. Questi quattro aspetti dell'essere umano sono legati fra loro e strettamente interdipendenti cosicché risulta impossibile modificarne uno senza modificare tutti gli altri.



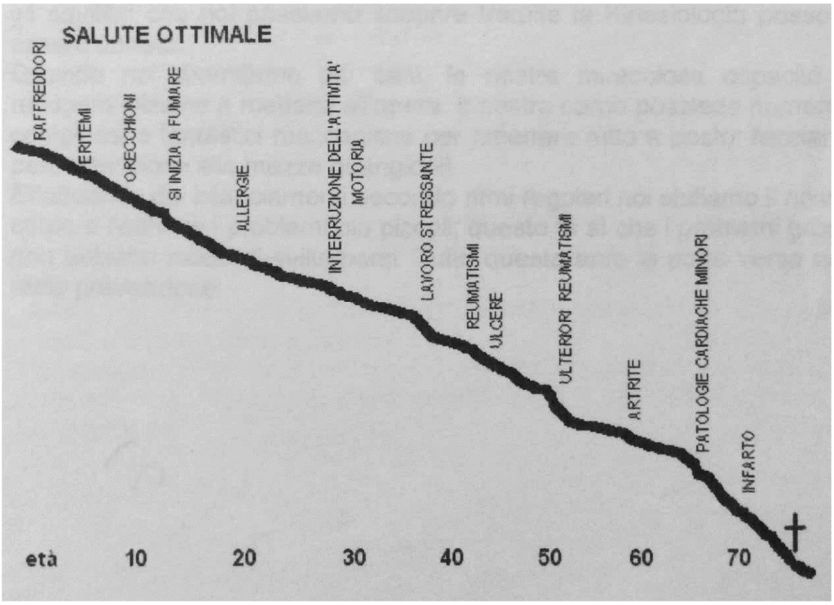
Questo disegno raffigura le 4 componenti; qualsiasi cosa colpisca l'aspetto mentale ha ripercussioni sotto l'aspetto energetico, biochimico o fisico del nostro corpo. Analogamente ciò che ci colpisce sotto l'aspetto fisico causa effetti su tutti gli altri elementi. Quando noi riequilibriamo i muscoli, noi diamo giovamento agli organi, agli altri muscoli e anche all'aspetto emotivo della persona. L'energia che viene rilasciata in una situazione di equilibrio muscolare stimola tutte le funzioni.

COSA SUCCEDE SE GLI SQULIBRI NON VENGONO BILANCIATI

Il corpo umano non è sempre in grado di guarire sé stesso.

Alcuni degli squilibri che si verificano lungo il corso della nostra vita si correggono in maniera automatica da soli. Quelli che non lo fanno si accumulano. Il corpo umano COMPENSA una situazione di squilibrio in una maniera o l'altra. Se il numero di squilibri irrisolti diviene troppo grande per la facoltà di adattamento del corpo, sintomi di vario genere si possono presentare.

Noi siamo condizionati fin dall'infanzia a dover accettare un progressivo declino del nostro stato di salute generale.



Questa illustrazione raffigura la vita come un pendio scivoloso in cui si susseguono eventi debilitanti uno dopo l'altro che conducono ad un progressivo declino del benessere fino agli stati di cattiva salute ed alla morte. Malanni varie paure, indigestione, stanchezza e ansia sembra che debbano far necessariamente parte della nostra vita di ogni giorno. Molte persone accettano il fatto che l'unico modo, antidolorifici e pillole a parte, sia quello di imparare a convivere con essi; ma non è una soluzione soddisfacente. Infine, la malattia può sopraggiungere se il bisogno di riposo del corpo viene a lungo ignorato. Inoltre, noi non ci ammaliamo "improvvisamente". Molti problemi di carattere acuto sono il risultato di anni di problemi cronici (e di compensazioni) non curati o irrisolti. Le patologie acute sono difficili da curare.

LA KINESIOLOGIA AIUTA LA PREVENZIONE

I numerosi squilibri dovuti allo stress della nostra vita quotidiana possono essere scoperti e quindi analizzati grazie alla Kinesiologia. Tutti gli squilibri che noi possiamo scoprire tramite la Kinesiologia possono essere corretti. Quando noi diventiamo più sani, le nostre miracolose capacità di recupero iniziano a mettersi all'opera. Il nostro corpo possiede numerosi complessi e fantastici meccanismi per rimettere tutto a posto: facciamo però attenzione alle mezze guarigioni! Effettuando dei bilanciamenti secondo ritmi regolari noi aiutiamo il nostro corpo a risolvere i problemi più piccoli; questo fa sì che i problemi grossi non abbiano modo di svilupparsi. Tutto questo apre le porte verso una reale prevenzione.

PREVENIRE È MEGLIO CHE CURARE!

Thomas Edison, l'inventore della lampadina, affermava circa un secolo fa: *"Il dottore del futuro non prescriverà medicine, ma si occuperà della globalità dell'essere umano, della sua dieta e studierà le cause delle malattie e come prevenirle."*

Ebbene, non ci siamo ancora arrivati! Ma, con la Kinesiologia ora abbiamo gli strumenti per lavorare e correggere i numerosi squilibri di tutti i giorni che il corpo non è in grado di risolvere da solo.

LA KINESIOLOGIA PUO' ESSERE D'AIUTO IN PIU' DELL'80% DEI PROBLEMI CHE AFFLIGGONO LE PERSONE E CHE NON SONO MALATTIE VERE E PROPRIE.

Ricordatevi però che è sempre saggio farsi controllare da una persona professionalmente preparata e che i problemi persistenti devono essere sottoposti a medici competenti. La Kinesiologia è semplice, non invasiva e ci conduce all'armonia con il nostro corpo. I concetti base sono facili da imparare e i risultati sono sorprendenti. Usate le idee di questo libretto e verificatene i benefici. Dopo aver letto queste pagine e aver compreso quelli che sono i principi base di questa disciplina forse vi piacerebbe approfondire alcune delle tematiche trattate: a questo scopo potete contattare la Newport University Italia (tel. 0432 470433), della quale Andrea Favalli è un docente autorizzato. Per i professionisti sia convenzionati che non organizza corsi base a numero chiuso. Per informazioni contattare Andrea Favalli al numero 0432 677881.

"SINDROME DEL BENESSERE"

Ormai la maggioranza delle persone sembra essersi rassegnata ad accettare un livello di salute più basso di quello che sarebbe loro possibile. Consultate la lista qui sotto, e scoprite quanto siete o meno in salute. Un individuo in stato di equilibrio ideale possiede le seguenti dieci caratteristiche:

MENTALE	Mente limpida e libera da ansie Carattere allegro e ottimistico Desiderio di apprendere e migliorare
FISICO	Esenzione da dolori e/o malattie. Sonno riposante e profondo. Pratica regolare di esercizio fisico.
CHIMICO	Dieta nutriente e bilanciata. Eliminazione regolare delle feci. Nessuna dipendenza da droghe.
ENERGETICO	Energia naturale inesauribile.

E voi, in quante di queste definizioni vi riconoscete? Tutte, qualcuna o nessuna? In realtà 6 o 7 costituiscono già un buon risultato!

CAPITOLO QUARTO

L’AMBIENTE IN CUI VIVIAMO.

CARA VECCHIA TERRA…

Ci sono buchi nella fascia di ozono causati dai Cloro-Fluoro-Carburi degli spray. La ionosfera è invasa dai residui dei lanci spaziali. Nella nostra atmosfera si aggirano ancora le particelle radioattive delle innumerevoli esplosioni atomiche. Le radiazioni elettromagnetiche di milioni di trasmettitori ci bombardano da ogni parte. Radar, radio, televisioni e pure telefoni irradiano energia forse nociva all'essere umano: sono, questi, tipi di energia relativamente recenti e a cui l'uomo non ha potuto ancora adeguarsi a causa della loro troppo rapida diffusione; l'evoluzione procede lentamente e a passi molto piccoli.

L'aria è inquinata da una grande quantità di residui di combustione di carburanti, di gas tossici industriali, emissioni di gas di automobili. Anche il fumo di sigaretta colpisce non solo coloro che fumano ma anche quelli che ci vivono a contatto. Questi gas e sostanze inquinanti ci colpiscono ogni volta che respiriamo.

Questi fenomeni costituiscono motivo di stress continuo che causa una perdita di energia ed è fortemente debilitante. I residui di combustione includono l'anidride carbonica che è il gas che espelliamo fuori dopo aver utilizzato l'ossigeno. Il livello di anidride carbonica sta rapidamente crescendo a causa dell'uso continuo di carburanti. Questo gas è uno dei principali responsabili dell'innalzamento della temperatura sulla terra, sebbene questi problemi siano stati oggetto dell'interesse di scienziati e politici solo in tempi recenti. L'innalzamento della temperatura sta modificando radicalmente il tempo atmosferico mondiale; inoltre disturba il delicato equilibrio della natura e dell'intero sistema ecologico. Se la crosta glaciale inizia a sciogliersi, molte delle più grandi città costruite sulle rive degli oceani verranno sommerse dall'acqua. Noi abbiamo già avuto a che fare con modificazioni senza precedenti nel campo del tempo atmosferico mondiale.

IL NOSTRO CIBO E LA NOSTRA ACQUA.

L'inquinamento atmosferico sta causando il fenomeno delle piogge acide che distruggono i raccolti. Il nostro cibo cresce grazie all'uso di sostanze chimiche. Molti fertilizzanti e pesticidi avvelenano il suolo. Essi distruggono i vermi e gli organismi naturali della terra che altrimenti manterrebbero in uno stato di ottima salute i terreni. I cibi nutriti tramite questi processi innaturali sono carenti di tutti quegli elementi che ci servono per rimanere in salute. Le verdure oggi contengono solo una piccolissima parte di tutte le sostanze che invece possedevano non più tardi di 60 anni or sono. Esse hanno un aspetto molto gradevole, ma contengono pochissime sostanze nutrienti. Letteralmente sono "alimenti" e non "nutrienti".

Gli agricoltori somministrano agli animali erbivori carne e rifiuti animali. Dal punto di vista biologico animali come mucche e pecore non sono carnivori, ovviamente. Forzando queste bestie su questo piano, gli uomini arrecano loro danni di portata incalcolabile. Occorre notare che la discussione sul cosiddetto morbo della mucca pazza non si è mai rivolta al modo in cui sono stati nutriti gli animali quanto piuttosto su come eliminare la malattia dagli allevamenti o si

è conclusa sulla risoluzione di dover bruciare i capi quando erano stati uccisi dalla malattia stessa.

Gli animali di cui ci nutriamo sono spesso cresciuti con l'ausilio di farmaci che accelerano il loro naturale processo di crescita e che impediscono loro di morire a causa delle condizioni terribili in cui sono tenuti ed allevati. Le sostanze chimiche servono a far crescere, inscatolare, conservare tutti gli alimenti che poi ci vengono presentati in confezioni molto accattivanti dal punto di vista estetico. Non tutti gli ingredienti compaiono nella lista sull'etichetta. È davvero poco importante sforzarsi di essere pignoli e rigorosi nella scelta del cibo che acquistiamo dato che molti ingredienti non compaiono affatto nella lista che noi leggiamo sulle scatole. Noi siamo le cavie ignare della più grande ed incontrollata sperimentazione sull'alimentazione umana che mai sia stata fatta.

Quali possano essere i risultati di tutto questo, nessuno lo può sapere perché non è mai stato fatto precedentemente! Un altro esempio: circa 70 anni fa la pannocchia di mais che i nostri nonni coltivavano con tanta fatica e sudore poteva "aspirare" dal terreno qualcosa come 87 sostanze minerali. Anno dopo anno, coltivazioni sempre più intensive e continue, non integrate da adeguato ricambio e rotazione di colture ma anzi spinte a livelli sempre maggiori di produttività per ettaro con il solo scopo di incrementare i profitti, hanno reso i terreni poverissimi tanto che le sostanze che la pannocchia oggi può pescare sono diminuite di circa dieci volte: tutto questo ci dimostra che quando si parla di "sapori di una volta" non ci si riferisce più o meno fumosamente a leggende o credenze difficilmente verificabili ma a qualcosa di ben più tangibile, dimostrabile da test di laboratorio.

Un documento del Senato degli Stati Uniti, risalente agli anni '30, fotografa una situazione abbastanza chiara quanto preoccupante già parecchi anni or sono: in questo testo si specifica che il terreno è stato ormai privato di quasi tutti i minerali tanto che una loro assunzione non può più avvenire che in maniera esogena dato che coltivazioni realizzate su terreni poveri non possono offrire nient'altro che prodotti organoletticamente poveri.

DOBBIAMO ALLORA MERAVIGLIARCI SE CI AMMALIAMO?

L'ATTIVITÀ FISICA

Negli ultimi 60 anni il numero di persone impegnate in lavori manuali è drasticamente calato. Si è verificata una sorta di migrazione dalle campagne e dalle fabbriche verso gli uffici e verso altri lavori relativamente sedentari. La scarsa attività motoria potrebbe essere causa di infarto in maniera ben maggiore del colesterolo.

LA NOSTRA DIETA PER LA MENTE.

Gli esseri umani non sono mai vissuti sotto così cattive condizioni. La paura delle guerre nucleari, l'esplosione demografica, la rottura degli ecosistemi potrebbero non coinvolgerci coscientemente e direttamente, ma certamente ci colpiscono sotto l'aspetto psicologico. Preoccupazioni, problemi, paure e fobie abbondano e riducono la forza e l'energia della collettività. La mancanza di sostanze nutritive nei nostri cibi lascia i nostri sistemi nervosi privati delle cose più importanti per affrontare efficacemente la tensione di uno stile di vita sfrenato, super impegnato, precipitoso e ricco di stress.

Allo scopo Andrea Favalli organizza incontri settimanali di Kundalini Yoga.

Perché è utile partecipare?

- Per Vedere, Sentire, Gustare, Annusare e Toccare con una rinnovata consapevolezza la VITA.
- Per riappropriarsi dei 5 sensi che sono lo strumento di collegamento tra la nostra parte più intima e il mondo che ci circonda.
- Per apprendere come migliorare il proprio benessere.
- Per imparare a rilassarsi.
- Per raggiungere la consapevolezza che il respiro è vita.
- Per apprendere semplici tecniche utili per contrastare lo "Stress" che ci circonda.
- Per migliorarsi e sviluppare le proprie potenzialità.
- Per conoscere e far conoscere, capire e far capire, promuovere e far promuovere ciò che è giusto fare in armonia con la Legge Universale.

CAPITOLO QUINTO
L’APPROCCIO TERAPEUTICO GLOBALE

LA KINESIOLOGIA. UN APPROCCIO GLOBALE

La Kinesiologia offre tante possibilità per aiutare la persona umana nella sua totalità. Ogni approccio terapeutico che respinga o rifiuti i quattro aspetti della persona non è da considerare valido.

Questi quattro elementi sono:

- Il lato mentale/emozionale
- I fattori chimici e dietetici
- L'aspetto strutturale
- Gli squilibri nell'energia della forza vitale

Qualsiasi avvenimento o esperienza che viviamo o di cui siamo testimoni possiede una componente mentale, alcuni fattori biochimici, delle compensazioni muscolo-scheletriche e degli squilibri energetici. In Kinesiologia tutti gli aspetti vengono coinvolti, e tutti gli squilibri corretti. Analizzeremo di volta in volta questi elementi.

L'ASPETTO MENTALE/EMOZIONALE

Il modo in cui pensiamo, il modo col quale noi proviamo emozioni influisce sul nostro corpo in maniera molto più intensa di quanto noi siamo soliti pensare. La mente possiede un effetto immediato e ininterrotto sul corpo. Il termine psicosomatico esprime in maniera chiara l'effetto che la mente esercita sul nostro corpo.

I pensieri negativi possono in realtà produrre sintomi e paure che sono del tutto reali e sono sensazioni terribilmente reali soprattutto per coloro che li vivono, malgrado quelli che affermano che è "tutto nella mente".

Non è tutto nella mente.

Anche il corpo rimane coinvolto. Noi non possiamo separare l'uno dall'altro! Traumi, delusioni, problemi, depressione, tutto ciò ha un effetto immediato su di noi. I test utilizzati dalla Kinesiologia dimostrano in maniera eclatante come le emozioni forti stravolgano l'energia del corpo e la sua capacità di funzionare al meglio. Questo effetto può essere facilmente dimostrato evidenziando il cambiamento che interviene nella normale capacità di contrazione di un determinato muscolo. Se irrisolto, l'accumulo di stress mentale può influenzare in maniera determinante la frequenza, la durata e la virulenza delle malattie, spesso può di fatto impedire alla persona di ritornare ad un accettabile stato di salute.

Accade così, molto spesso, di sentirsi quasi impotenti davanti a questo tipo di persone esaurite; una tazza di the o un braccio attorno alle spalle non sempre forniscono l'effetto che noi desideriamo ottenere. Dobbiamo provare personalmente la cura dolce che si può ottenere tramite la Kinesiologia. In pochissimo tempo, le persone possono giungere a cancellare traumi

anche profondi. Anzi si sentiranno rapidamente sollevati da preoccupazioni, stress o problemi di qualsiasi tipo. In alcuni casi basterà semplicemente posizionare le dita in determinati punti per qualche istante; questa informazione può essere estremamente importante per coloro che desiderano aiutare un'altra persona.

FATTORI DIETETICI E BIOCHIMICI.

In secondo luogo, l'effetto della dieta è di vitale importanza. Il cibo può essere sia una forza costruttiva e di mantenimento, quanto una tremendamente distruttiva; noi possiamo fornire al nostro corpo ciò di cui necessita di modo che l'assorbimento di queste sostanze accresca la nostra vitalità oppure possiamo molto più semplicemente avvelenarci in maniera molto lenta giorno dopo giorno.

Molte persone oggigiorno, in realtà, consumano cibi che servono solo a nutrire le malattie o i problemi da cui sono afflitti, come avviene per coloro che soffrono di infezioni da candida o altre manifestazioni micotiche. Molte persone mangiano quello che più piace senza badare al fatto che un determinato alimento può fornire energia vitale come anche sottrarla. È oggi abbondantemente dimostrato negli ospedali di tutto il mondo come il sano croccante pane integrale da agricoltura biologica non sia gradito affatto da alcune persone mentre per altre sia il bastone di sostegno di tutta la vita. A questo punto dobbiamo realmente prendere coscienza dell'importanza della nostra individualità biochimica. Risulta di vitale importanza per ciascuno di noi modificare la propria dieta in modo tale da adattarla meglio alla nostra individualità.

Esistono cibi, per alcune persone, che hanno la particolarità di togliere anziché fornire energia al corpo. Questo è facilmente osservabile in quei casi di allergia alimentare, dove è quantomeno ovvio notare come questi alimenti non nutrano assolutamente la persona, anzi la debilitino sempre di più. Il controllo della sensibilità ai cibi attraverso i test muscolari Kinesiologici aiuta molto spesso a scoprire gli effetti disastrosi che derivano dal consumo di alimenti che si ritengono assolutamente innocui.

FARMACI E SOSTANZE CHIMICHE.

Esistono in natura?

Il corpo umano le sa riconoscere?

Se no, come riesce a eliminarle?

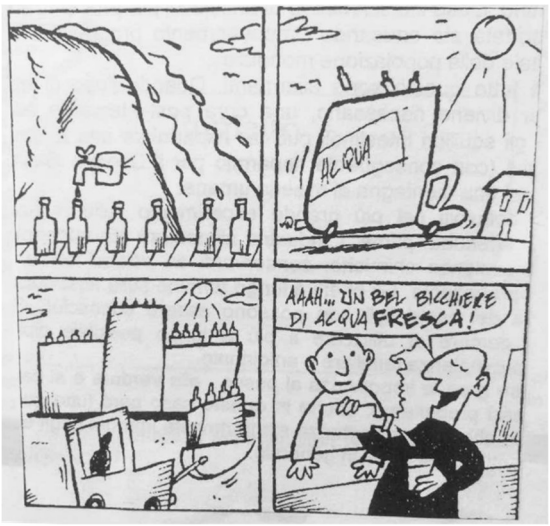
In pratica tutte le sostanze medicinali posseggono effetti collaterali che si manifestano sul nostro corpo; ciò non significa che devono essere abolite del tutto, quanto piuttosto che debbano essere prescritte e consumate in maniera molto oculata.

Un fattore importante per la salute di ciascuno di noi è dovuto allo stato dei milioni di batteri buoni che sopravvivono all' interno del nostro intestino. L'uso indiscriminato di antibiotici per problemi anche di piccola portata sta causando l'impoverimento progressivo della flora intestinale della popolazione mondiale. I risultati di tutto questo sono allarmanti. Quando l'uso di questi potenti killer diviene necessario, una cura post-intervento atta a correggere gli squilibri intestinali può far risparmiare una fortuna in antidepressivi (con conseguente risparmio per il Servizio Sanitario Nazionale) e una montagna di miseria umana.

Noi siamo coinvolti nel più grande esperimento sulla nutrizione umana mai effettuato prima. L'industria alimentare sta adoperando quantità di sostanze chimiche, conservanti e additivi come mai nella storia precedente. Gli effetti a lungo termine sulla nostra salute e su quella dei nostri figli non possono essere conosciuti. Sarà importante cercare di utilizzare il più a lungo possibile cibi e alimenti di provenienza familiare o artigianale. Occorre dare grande importanza al pesce, alle verdure e ai cereali che noi stessi prepariamo: anche in questo caso però tutto questo non esclude che queste sostanze siano rimaste immuni dagli effetti dei fertilizzanti e degli spray in generale. Un accurato lavaggio delle verdure aiuta a ridurre sensibilmente i pericoli che possono derivare dall'accumulo di veleni all'interno del nostro corpo.

E, per ultimo, ma non certo per importanza, si presenta il problema dell'acqua che beviamo ogni giorno, acqua che serve anche a lavare, a cuocere i nostri cibi ed a prenderci cura del nostro corpo. L'essere umano, si sa, è composto per ¾ di acqua: tutti i processi biochimici che avvengono al suo interno (da quello più semplice a quello più complesso) hanno bisogno di acqua: negli ultimi anni, molteplici fattori hanno influito negativamente sul patrimonio delle nostre falde acquifere e sulla qualità di questo prezioso liquido.

Studi recenti hanno dimostrato come il filtraggio dell'acqua domestica sia diventata una necessità irrinunciabile per la salute delle nostre famiglie. L'acqua minerale, frizzante o naturale, che viene imbottigliata mesi prima del suo effettivo consumo, non sembra risolvere in maniera efficace il problema di una carenza di sostanze minerali. Le sue qualità organolettiche alla fonte vengono via via a perdersi lungo tutto il tragitto temporale e spaziale che si snoda lungo la catena di distribuzione fino al consumatore.



INTEGRITÀ STRUTTURALE

La cura del corpo umano deve includere l'esercizio regolare e una attenzione particolare per evitare incidenti. Molte persone che effettuano lavori pesanti per tutta la giornata e si sentono molto stanchi, credono che questo sia già un esercizio sufficiente; ma ciò non è sempre vero. Il cuore è un muscolo come gli altri e anch'esso necessita di esercizio.

Per esercizio valido si intende che la frequenza del battito cardiaco sia almeno il doppio di quella abituale nell'attività quotidiana, o una frequenza qualsiasi indicata dal medico nei casi di persone non allenate o affette da qualche patologia. La mancanza di consigli adeguati sul regime cardiaco più appropriato è causa di molte morti ogni anno.

Esercitatevi con cautela se siete rimasti inattivi per un lungo periodo di tempo. Questi fatti sono spesso usati dai mezzi d'informazione per avallare la pericolosità dell'esercizio fisico. Qualcuno spesso si meraviglia di queste cose sebbene i giornalisti che scrivono queste assurde storie traggono la loro forma fisica "saltando" alle conclusioni, manovrando accendini o appoggiando grandi bicchieri di gin o liquori alle labbra. La verità di queste affermazioni sta nel fatto che, se uno effettua un esercizio regolare per aiutare l'incremento della frequenza cardiaca, questo implica una respirazione più profonda e la produzione di sudore salutare tre o quattro volte alla settimana.

Così facendo, il rischio di morire d'infarto viene drasticamente diminuito. La Kinesiologia aiuta in maniera decisiva le persone che soffrono di tensioni muscolari a recuperare l'integrità posturale. Come gli squilibri muscolari vengono corretti, la postura esatta viene ripristinata ed un senso di facilità di movimento e di grazia nei gesti motori ritorna in maniera spontanea.

ENERGIA E FORZA VITALE

Cosa più importante di tutte, la Kinesiologia può indirizzare la propria attenzione alla maggioranza degli squilibri energetici del corpo in un modo che non era mai stato possibile prima. L'agopuntura lavora con energie a livelli profondi, e le calamite possono anche mettere in moto energie con risultati rilevanti.

Nell'approccio della medicina occidentale, l'esistenza di canali in cui scorre la forza–energia vitale, conosciuta dagli agopunturisti dell'Oriente già da cinquemila anni, non è ancora del tutto accettata. Fortunatamente negli ultimi tempi si è assistito ad un crescente interesse da parte della medicina ufficiale riguardo ai concetti e alla pratica della agopuntura. Conoscere il modo in cui l'energia scorre aumenta considerevolmente la nostra abilità ad aiutare i malati, in special modo se la nostra conoscenza si incrocia con altri campi di interesse. Quando l'energia della forza vitale è correttamente bilanciata, l'individuo trae beneficio immediato e un accresciuto senso di benessere viene provato anche da persone ammalate o doloranti.

I test muscolari Kinesiologici possono rivelare dove i BIOCOMPUTERS, che controllano tutte le funzioni vitali ad un determinato livello elettromagnetico, sono fuori fase. Come per le

automobili si accende la spia che segnala l'esaurimento della benzina o dell'olio, accade la stessa cosa per il corpo umano; ma la spia che si accende ci pone di fronte ad un meccanismo di scelta a cui non possiamo rinunciare: o facciamo finta di non vederla o prendiamo le decisioni necessarie (ci fermiamo a far benzina e a cambiare l'olio): ogni scelta comunque -e questo vale sia per l'auto che per il nostro corpo- porta a una serie di conseguenze che dovremo giocoforza accettare, siano esse positive o negative.

LA KINESILOGIA SISTEMA E RIEQUILIBRA REALMENTE L'INTERA PERSONA.

La Kinesiologia, se usata correttamente, consente il miglior approccio alla cura naturale del corpo. Gli operatori di tutti e due i rami della medicina (tradizionale e non convenzionale) trovano nella Kinesiologia un alleato prezioso per integrare e aumentare le conoscenze della disciplina in cui sono specializzati. La Kinesiologia riequilibra e rivitalizza tutti i sistemi organici del corpo umano, stimolando la naturale capacità del corpo di guarire sé stesso. Il Kinesiologo non si occupa delle malattie né si sforza di curare patologie. Qualcuno dice che il suo lavoro consiste nel far funzionare meglio i piccoli ingranaggi in modo tale che l'uomo sia agevolato a ritrovare una sua massima efficienza.

CAPITOLO SESTO
LA MIA PRIMA VERIFICA KINESIOLOGICA

IN CONTATTO CON L'ENERGIA VERSO L'EQUILIBRIO FUNZIONALE

BRAVO! TI SEI RICORDATO DI TE

Stai per iniziare un percorso di ricerca Kinesiologica per il quale verrà richiesto il tuo consenso. Sii curioso, non aspettarti miracoli e permettiti di vivere questa nuova esperienza con la prospettiva di conoscerti meglio. Ti verrà chiesto di tenere un arto in una determinata posizione e potrai, così, valutare la tua capacità di resistere a una leggera pressione dell'operatore.

Stimoli Nutrizionali, Funzionali, Elettromagnetici ed Emozionali possono variare l'intensità della risposta muscolare: quando senti questo cambiamento, condividi questa informazione con l'operatore.

PREPARAZIONE PER UNA PIÙ EFFICACE VERIFICA KINESIOLOGICA

Con alcuni accorgimenti la verifica Kinesiologica a cui stai per sottoporti potrà risulterà più facile e meno faticosa per te e per l'operatore:

- Arriva in orario.
- Non mangiare o bere per almeno mezz'ora prima del trattamento.
- Vestiti con abiti comodi e di fibre naturali (evita materiali sintetici come il pile!)
- Durante il trattamento respira normalmente senza trattenere il fiato.
- Quando l'operatore ti dice "tieni" cerca di resistere e non spingere; è una gentile verifica funzionale e non una prova di forza.

RISERVATEZZA E KINESIOLOGIA

Assistere qualcuno per cercare di risolvere insieme i suoi problemi è una grande fortuna. Il rispetto della privacy è uno dei vantaggi più grandi che si hanno adoperando la Kinesiologia.

La persona non deve verbalizzare la natura del problema di cui ci si deve occupare. Non occorre esprimere a parole ciò di cui si è affetti. È possibile farlo, tuttavia spesso è più facile visualizzare un problema che spiegarlo. Questo aspetto non invasivo della Kinesiologia è di vitale importanza. Essa rende possibile un aiuto pratico nella sfera delle esperienze che le persone desiderano mantenere private: così facendo il rispetto verso queste persone diventa totale.

Questa caratteristica risulta altrettanto importante quando si ha a che fare con i bambini; essi si mostrano spesso riluttanti a parlare dei loro problemi, ma con questa tecnica non intrusiva essi collaboreranno in maniera molto naturale.

IL TEST CON IL SOSTITUTO

L'uso di un "sostituto" per i test muscolari è una delle possibilità che la Kinesiologia Sistematica contempla nei casi in cui il rilevamento di esatte informazioni bioenergetiche risulta difficoltoso, anzi addirittura impossibile a causa dell'età troppo precoce o avanzata dei soggetti da esaminare (neonati, bambini o anziani) oppure dalla presenza di soggetti immobilizzati, paralizzati o semplicemente doloranti per cause diverse (traumi, incidenti, ingessature, malattie degenerative, e così via.).

La Kinesiologia Applicata, infatti, non effettua altro che delle verifiche sull'energia che scorre attraverso i 14 meridiani del corpo umano. Tale energia si comporta esattamente come la nostra corrente elettrica domestica: se, malauguratamente o accidentalmente ci capitasse di mettere due dita nella presa elettrica, saremmo noi stessi ovviamente colpiti da una potente scossa a 220 Volts (salvavita permettendo!); ma se altrettanto malauguratamente qualcuno volesse intervenire afferrandoci o semplicemente toccandoci sarebbe quest'ultimo a prendere la scossa: la differenza di potenziale elettrico, infatti, si scarica a terra sempre sull'ultimo anello della catena.

Lo stesso avviene per i test con il sostituto: egli diventa così l'anello conclusivo della catena "elettrica/energetica" su cui poter effettuare verifiche muscolari più attendibili sfruttando però le "informazioni energetiche" di colui che si trova a monte, cioè il soggetto che risulta impossibilitato a muoversi, o il bambino ancora troppo piccolo, o altri ancora…

CAPITOLO SETTIMO
MODULISTICA & BUROCRAZIA…

IL CONSENSO INFORMATO

Per ovviare alla mancanza di una legislazione chiara in materia, la via intrapresa da Andrea Favalli è stata quella della tutela del cliente tramite la procedura del "consenso informato", che, abbinata alla buona fede dell'operatore appare attualmente come l'unica in grado di garantire la massima trasparenza e chiarezza.

Analizziamo ora più nel dettaglio le particolarità di questa procedura.

REQUISITI DEL CONSENSO

- PERSONALE: basato su un consenso volontario che rispetta l'anonimato del paziente.
- CONSAPEVOLE E INFORMATO: elenca vantaggi e svantaggi ed i rischi avendo riguardo all'informazione delle eventuali possibili complicanze.
- ATTUALE: l'informazione deve avvenire prima e durante il trattamento.
- MANIFESTO: il consenso deve essere chiaro ed univoco, quindi se il paziente tace non è valido, deve esserci una esternazione della volontà.
- LIBERO: il consenso deve essere dato senza costrizione alcuna.
- COMPLETO: il paziente viene informato in maniera esauriente sui seguenti punti:
    1. Diagnosi: Le rilevazioni effettuate hanno evidenziato o meno uno squilibrio muscolare e/o bioenergetico.
    2. Prognosi: sia nel caso che si esegua il trattamento sia che si ritardi il trattamento sia che non si esegua il trattamento.
    3. Descrizione dello squilibrio bioenergetico e terapie connesse; nel caso di più trattamenti i relativi vantaggi e svantaggi.
    4. Modalità dell'intervento.
    5. Meridiani, Organi e Funzioni che vengono interessati.
    6. Possibili complicanze nel trattamento.
    7. Decorso post trattamento e manifestazioni nella vita del paziente.
- GRATUITO: il consenso al trattamento è gratuito.
- RECETTIZIO: il consenso è valido nel momento in cui viene a conoscenza dell'operatore olistico.
- RICHIESTO: l'operatore olistico deve chiedere il consenso.

LIMITE DEL CONSENSO. Il consenso non ha valore negli atti dispositivi della propria integrità fisica dei quali il Kinesiologo non fa uso (ad es. trapianti, trasfusioni, chirurgia estetica, sperimentazioni, sterilizzazioni, eutanasia, fecondazione artificiale).

Al cliente viene consegnato un modulo da compilare.

Per giungere a ciò ciascuno di noi deve impegnarsi a fondo ed essere pronto a compiere qualche piccolo sacrificio: ogni cambiamento esige un prezzo da pagare, presuppone una presa di coscienza più profonda delle possibilità che si possono aprire innanzi a noi ed un coinvolgimento più intimo e personale al momento dell'atto decisionale:

LA SALUTE È UNA SCELTA.

Conoscere e far Conoscere, Promuovere e far Promuovere, Capire e far Capire, nei casi della Vita, ciò che è Giusto fare in Armonia con la Legge Universale.

Le cose semplici sono significative, le cose significative sono semplici …

Anonimo

Noi rassomigliamo, ci muoviamo, pensiamo e sentiamo a seconda delle nostre più sacre convinzioni; le parti delle fondamenta di questi nostri valori supremi sono giudicate dai nostri muscoli …

Nietzsche

NOTA INFORMATIVA

In Italia le prestazioni di medicina non convenzionale, compresa quindi la Kinesiologia Sistematica, non sono riconosciute come prestazioni facenti parte del servizio sanitario nazionale. Quindi l'IVA e le prestazioni restano a carico del cliente e non sono deducibili come spese mediche, fatta eccezione per coloro che si avvalgono di assicurazioni private che riconoscono le suddette metodologie terapeutiche.

APPENDICE

PICCOLO GLOSSARIETTO KINESIOLOGICO

✓ AUTOGUARIGIONE: capacità di attivare un processo di guarigione da sé stessi.

✓ CURA: utilizzo dei rimedi della medicina non convenzionale finalizzato al ripristino dello stato di equilibrio

✓ EMPATIA: capacità di fusione con l'altro che permette di sentire e comprendere il suo stato globale.

✓ ENERGIA: forza "intelligente" ed organizzata che muove l'universo, forza vitale che permea il tutto.

✓ LESIVO / NON LESIVO

Per l'operatore di medicina non convenzionale è lesivo:

- Modificare l'organismo con la biochimica o la chimica;
- Modificare l'organismo con la fisica o la biofisica;
- Aprire la pelle per toccare gli organi;
- Raccogliere i diversi liquidi del corpo e trattarli con la chimica o la biochimica;
- In termini generali avere l'atteggiamento di un medico o di un chirurgo, quindi curare solo e a qualsiasi costo il corpo fisico.

Per l'operatore di medicina non convenzionale è non lesivo:

- Il contatto col paziente per massaggiare la pelle, riscaldare la pelle, rinfrescare la pelle, far vibrare il corpo, in termini più generali avvicinarsi ad un corpo e farlo raggiungere i diversi livelli di equilibrio.
- Aprire la pelle con un ago di agopuntura nel momento in cui non si fa niente di più che ricercare l'equilibrio energetico.
- Prescrivere delle sostanze da ingerire nel momento in cui l'origine dei prodotti è naturale e non appartiene alla farmacopea.
- Applicare delle vibrazioni direttamente con le mani o indirettamente tramite attrezzature che non appartengono alla serie definita dalla medicina ospedaliera (secondo il concetto attuale). Per il futuro, consapevoli che la ricerca fisica dimostrerà l'opportunità di curare le persone a partire da diverse onde, diverse vibrazioni, secondo leggi non ancora definite anche se già percepite, possiamo definire con sicurezza che l'operatore di medicina non convenzionale potrà utilizzare tutto ciò che non può alterare la cellula.

✓ MALATTIA: Rottura dello stato di salute; impedimento di vivere in modo spontaneo, alterazione di uno o più dei seguenti stati di equilibrio:

- Fisico
- Psichico
- Energetico
- Spirituale

Possiamo definire delle malattie:

a) Psico-somatiche
b) Somato-psichiche

c) Energo-somatiche
d) Somato-energetiche
e) Psico-energetiche
f) Energo-psichiche
g) Il malessere spirituale definito come l'incapacità dell'individuo di vivere in armonia con l'insieme dei suoi diversi corpi. Per l'operatore di medicina non convenzionale questo malessere ha tutta la responsabilità dello sviluppo della malattia.

L'operatore di medicina non convenzionale non utilizzerà dei medicamenti farmaceutici riservati alla classe Medica né sostituisce il Medico.

✓ MEDITAZIONE: stato di presenza, stato di coscienza che consente di cogliere una vibrazione altrimenti non percepibile: il mondo spirituale. Questo stato è inizialmente indotto attraverso l'esecuzione di tecniche psicofisiche che agiscono sui 3 piani fisico, emotivo e psichico.

✓ OLISMO: il termine medicina olistica sottolinea l'approccio globale relativo a tutti i piani dell'essere umano.

✓ PREVENZIONE: educazione ad uno stile di vita che consente di mantenere lo stato di salute.

✓ RIMEDIO: ogni mezzo non lesivo secondo i parametri della medicina non convenzionale finalizzato al ripristino dello stato di equilibrio; non necessariamente deve avere un aspetto materiale.

✓ SALUTE: è lo stato di qualcuno che si sente bene, ove l'insieme del suo organismo funzioni bene ai livelli:

- fisico
- psichico
- emotivo
- spirituale.

La terminologia spirituale si definisce con tutti i legami tra i diversi corpi dell'individuo (oltre il fisico) e le leggi cosmiche. Non esiste la possibilità di uno stato di salute senza l'armonia dei diversi corpi.

✓ SINTOMO: fenomeno soggettivo o obiettivo che dimostra un disturbo dello stato di salute; esempi:

- la febbre è misurata in modo obiettivo;
- il dolore è soggettivo (per la stessa malattia diverse persone sentono diversi tipi di dolore);
- uno stato d'animo è soggettivo perché non è quantificabile;
- i diversi meridiani energetici cinesi sono obiettivi;
- lo stato depressivo è soggettivo.

Se definiamo la malattia un insieme di sintomi, la malattia stessa è il sintomo dello squilibrio dell'individuo.

Il medico deve essere in grado di identificare la malattia fisica a seconda dell'interpretazione dei diversi sintomi, mentre l'operatore di medicina non convenzionale deve essere in grado di identificare lo squilibrio somato-psichico-energetico-spirituale come disorganizzazione individuo-cosmica

✓ VIBRAZIONE: fenomeno ondulatorio che si propaga attraverso l'etere a frequenze e velocità diverse, in grado di "informare" la materia. Le vibrazioni dell'etere dunque "comunicano" con le cellule.

✓ STRESS: situazione in cui la naturale capacità dell'uomo di prendere decisioni (quindi di combattere o fuggire) risulta essere ridotta o compromessa.

CURA PREVENTIVA E MANTENIMENTO DELLA PROPRIA SALUTE

Ma le persone ne hanno davvero bisogno?

"Prevenire è meglio che curare!" Il vecchio proverbio è ormai sorpassato??

NO! Prendetevi cura della vostra salute!

Infarto, maggiore causa di mortalità della popolazione maschile.

Tumore al seno, maggiore causa di mortalità della popolazione femminile.

Mal di schiena e Dolori al collo causano la perdita di un numero di ore lavorative superiore a quello di qualsiasi altro disturbo fisico.

Le Allergie sono causate da sistemi immunitari sempre più debilitati, dai cibi ormai privi di sostanze nutritive, dall'inquinamento.

Ansia e Depressione sono causati da livelli sempre crescenti di stress non eliminato. Sempre più persone si ammalano come mai in precedenza.

I costi crescenti ed i ritardi del Sistema Sanitario Nazionale stanno ormai vessando il nostro paese, abbiamo bisogno di prevenzione.

La forza della Kinesiologia Sistematica è nella prevenzione.

La caratteristica del concetto di Kinesiologia è nella cura preventiva. Non esiste in Occidente un altro sistema che indirizzi sé stesso così evidentemente verso la prevenzione.

Nel 1887 Thomas Edison affermò: "Il dottore del futuro non prescriverà medicine, ma si occuperà della globalità dell'essere umano, della sua dieta e studierà le cause delle malattie e come prevenirle".

Non sembra che le persone ci abbiano fatto caso. Noi sappiamo che la manutenzione preventiva è fondamentale per le automobili e i macchinari in generale, perché non deve esserlo anche per il meraviglioso corpo umano? C'è bisogno di fare qualcos'altro, oltre a nutrirlo, lavarlo, tenerlo in esercizio e farlo riposare? Il nostro corpo ha bisogno di una manutenzione costante? Se sì, come possiamo farlo al meglio?

Preservando il nostro sistema immunitario, le nostre energie bilanciate ed il nostro corpo in perfetta forma! Senza dubbio, con una dieta accuratamente bilanciata, un esercizio fisico moderato ma costante, una attitudine positiva molte persone potrebbero andare avanti per un buon periodo di tempo e godere di un più che accettabile stato di benessere.

Il problema è che sono poche le persone che riescono a gestire la propria alimentazione in modo da fornire al corpo ciò di cui ha realmente bisogno e di personalizzare la propria dieta. Un esercizio anche moderato rappresenta qualcosa di importante per mantenere uno stato di salute ottimo.

Troppe persone vedono ormai minacciato severamente il proprio carattere da tutte le pressioni, dallo stress, dalle tensioni e dai traumi della vita di ogni giorno. Alcuni atleti di prim'ordine hanno riconosciuto che la K.S. può aiutarli a raggiungere standard elevati di buona salute.

Vi sono ormai grosse squadre olimpioniche che sono assistite da kinesiologi che le aiutano a dare il massimo nelle loro prestazioni atletiche. Ma anche gli uomini normali hanno potuto godere di tutti i benefici delle cure Kinesiologiche!