

KINESIOLOGIA APPLICATA E RIFLESSOLOGIA PLANTARE: UN PONTE DI CONNESSIONE CON LE EMOZIONI.

“Noi siamo ciò che pensiamo” Buddha

La kinesiologia applicata, come metodo di valutazione, si basa sul principio che un corpo non mente mai.

Come possono i pensieri trasformarsi in materia fuori e dentro di noi? Le emozioni (dal lat. *emovere*) sono legate al “movimento”, ed il movimento è energia. La fisica quantistica dimostra che i pensieri sono vibrazioni di una determinata frequenza che attirano eventi ed episodi della stessa frequenza. Per le Neuroscienze il pensiero è energia che si realizza e che crea la nostra realtà. Con il termine kinesiologia s'intende lo studio scientifico del movimento corporeo. Dal greco “kinesis”, movimento e “logos”, studio. Coniato per la prima volta da Carl August Georgii a metà dell'Ottocento, indicando in questo modo, l'analisi di lavoro del terapeuta.

È importante sottolineare che Kinesiologia o Cinesiologia e Kinesiologia Applicata sono due cose diverse benché abbiano la stessa radice etimologica.

La Kinesiologia o Cinesiologia è la disciplina medica che studia la meccanica del movimento, l'apparato motorio, muscolare, osseo e articolare. Mentre La Kinesiologia Applicata è una disciplina olistica nata in America nel 1964 dal chiropratico George Joseph Goodheart. Secondo Goodheart, gli squilibri muscolari indicano un disagio non solo fisico della persona, ma anche interiore ed emotivo e la debolezza di alcuni muscoli, più che essere strutturale, rappresenta un'informazione espressa dal corpo. Lo studio della **medicina tradizionale cinese** ha permesso a Goodheart di istituire un parallelo tra i disagi a livello muscolare ed eventuali squilibri energetici. Questa connessione **tra muscolo-organo-meridiano** è un principio cardine per l'equilibrio di tre fattori fondamentali (strutturale, bio-chimico

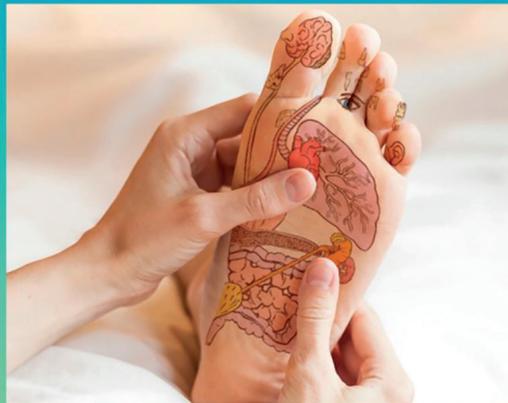
ed emozionale) per la salute ed il benessere dell'individuo. **Questi tre fattori vanno a formare i lati di un triangolo equilatero che vede al suo centro un quarto fattore molto importante per il benessere, cioè quello energetico.** Uno squilibrio di uno dei tre fattori, influenza necessariamente anche gli altri due e di conseguenza l'assetto energetico complessivo della persona.

La Kinesiologia Applicata è una disciplina olistica che interroga il muscolo attraverso stimoli specifici. In base alle risposte ricevute, risale all'origine del disagio, e successivamente interviene attraverso la stimolazione di particolari punti riflessi:

- Riflessi Neuroinfatici
- Riflessi Neurovascolari

A questi ho personalmente aggiunto **La Riflessologia Plantare**. I punti “riflessi” sono aree specifiche della superficie corporea, alla quale sono collegati in maniera indiretta determinate strutture anatomiche. Stimolando il punto si ha la possibilità di condizionare la zona corrispondente andando a ricercare l'equilibrio energetico della persona.

Le emozioni vanno a modificare gli schemi corporei, e il corpo non mentendo, ci parla e ci racconta di come le emozioni vibrino nell'anima. Platone [428 - 348 a.C.] sosteneva che **“non dovresti curare il corpo senza curare l'anima...una parte specifica del corpo non potrà stare bene a meno che non stia bene il Tutto”**. Ispirandomi ad una visione Olistica di armonia, ritengo il benessere frutto di una **“centratura”** equilibrata tra mente e corpo, tra uomo e ambiente. Le nostre emozioni plasmano noi stessi, il nostro fisico e la nostra realtà. **La kinesiologia Applicata insieme alla Riflessologia Plantare, si offrono come ponte per tradurre e comunicare con le nostre emozioni.**



**CONSULENZA NATUROPATICA/KINESIOLOGICA
RIFLESSOLOGIA PLANTARE/KINESIOLOGIA APPLICATA**