

### Per rinascere in primavera ci vuole ...



# Fegato!

Consulenza Naturopatica/Kinesiologica  
Trattamenti Olistici/Bioenergetici

Trattamenti Estetici Viso-Corpo

Si riceve su appuntamento

Rimini, via di Mezzo 61 A • T. 391 7072214

 serendipity.centro.olistico  instagram: serendipity.rimini

## Per rinascere in primavera ci vuole... fegato!

Inizia la primavera, corpo mente e spirito sono pronti per accordarsi e rivivere la condizione della “**rinascita**”. L’energia tesaurizzata nella stagione precedente è pronta a crescere ed espandersi verso l’esterno. Per la medicina tradizionale cinese (MTC), la primavera corrisponde alla loggia energetica del legno. **Fegato e vescicola biliare, sono rispettivamente l’organo ed il viscere che esprimono il movimento energetico di questa stagione: l’elevazione, l’espansione, la salita ed il fluire del qi (l’energia vitale).** Le funzioni del fegato sono legate al drenaggio e alla dispersione del qi, al fluire ed immagazzinare il sangue, alla digestione e assimilazione, alle attività mentali ed emozionali, ai tendini, muscoli, unghie e vista. Per analogia con il mondo militare, la MTC identifica il fegato come il “**generale delle armate**”, colui che ha il compito di difendere, pianificare sul piano materiale, mentale emozionale e psichico. Il Fegato è l’organo *yin* dell’elemento legno, ed insieme alla vescicola biliare (viscere *yang*), si occupa della progettazione e della realizzazione dell’energia creativa. A livello psicosomatico il fegato si ammala quando perdiamo la **capacità di discernere**. Non ci nutriamo solo di cibo, ma anche di emozioni, ed è per questo che il fegato necessita processi di **disintossicazione** da effettuare periodicamente, soprattutto ai cambi di stagione ed in particolare in primavera. **Un fegato in deficit (il qi non si diffonde adeguatamente)** provoca compressione, difficoltà a portare avanti i propri obiettivi, tristezza, depressione, apatia e vulnerabilità. **Al contrario un fegato in eccesso**, può essere causa di ansia, insonnia, rabbia ed

irritabilità, atteggiamenti aggressivi e prevaricatori. **Un fegato in equilibrio** ci permette di avere creatività e realizzazione dei propri obiettivi, una buona autostima, capacità di auto affermazione, mantenendo un atteggiamento di accoglienza e rispetto. **Per la MTC l’entità psichica del fegato è lo Hun.** “Il Fegato è la residenza dello Hun... Lo Hun è l’aspetto mentale-spirituale-energetico del Fegato. È la nostra Anima Etere...” (Su Wen; capitolo 9). Lo Hun è quindi legato alla capacità di pianificare, dare un senso e una direzione alla nostra vita. **Il viscere connesso, la vescicola biliare (VB), a livello energetico permette di dare forza al progetto del fegato.** Mentre il fegato progetta e pone lo sguardo verso la direzione per raggiungere l’obiettivo, la VB apre la strada e fornisce energia per il suo raggiungimento. **Il fegato ha una importanza alchemica nella trasformazione della nostra esistenza.** Per rinascere fisicamente ed energeticamente in primavera dobbiamo **prenderci cura di questo organo, alleggerirlo e depurarlo.** Ci sono diversi sistemi per farlo, ma soprattutto ciò che funziona è la sinergia tra le diverse modalità. **La strada fisiologica/organica ed energetica abbinate insieme,** permettono di raggiungere l’obiettivo con maggior successo. **Una approfondita consulenza Naturopatica/kinesiologica,** permette di programmare un **piano Detox personalizzato** che si realizza sul piano olistico e non medico.

*E allora... potremmo avere fegato... per rinascere!*

*Fatma Greggio Bersani*

Naturopata specializzata in  
Riflessologia Plantare Integrata,  
Kinesiologia Applicata,

Fiori Di Bach e Trattamenti Bioenergetici

Info laboratori, corsi, trattamenti e consulenze

391 7072214 • fatmagreggiobersani.it