

Programma integrale di formazione in Polarity Therapy

La teoria energetica: Polarity come magneti della vita. Ciclo evolutivo e involutivo dell'energia verso la materia. I 3 guna. Concetto di salute fisica, emotiva, mentale, spirituale e energetica.

Anatomia energetica: i chakra, il caduceo e le linee lunghe di corrente. Le correnti a spirale e est-ovest. I campi ovali e le linee di passaggio.

Teoria dei 5 elementi: i 5 elementi e la creazione. Astrologia ed elementi e la formazione prenatale. Come gli elementi si esprimono all'interno e all'esterno di noi. Interazione sociale e interiore: i blocchi e i problemi.

Concetti di base del riequilibrio energetico: contatti bipolari per il riequilibrio tra la destra e la sinistra, l'alto col basso, il davanti e dietro ("la geometria triassiale").

Riequilibrio dei tre poli in ogni sistema. Stimolazione delle aree deboli e sedazione di quelle in eccesso. Energia centrifuga e centripeta: stimolazione. Attivazione dei percorsi energetici e polarizzazione con le differenti aree o riflessi. Lavoro sulle ostruzioni del flusso coi tre poli. Il riequilibrio dei profili (somialtanza di forma).

La seduta di riequilibrio energetico.

Trattamento dei chakra dalle dita dei piedi e delle mani, il sensoriale e il motorio, riequilibrio dei chakra e della loro spirale.

Trattamento degli ovali: il riequilibrio craniale.

Aree di passaggio rilascio occipite/atlante, rilascio dello stretto toracico, rilascio del diaframma, la stella a 5 punte, il perineo, il riequilibrio delle articolazioni.

Stimolazione del fluido cerebrospinale: pompa cerebrospinale, decompressione sacrale..

Teoria dei 5 elementi: il Pentamirus.

Etere: teoria generale, il trattamento delle correnti eteriche, corpo eterico e causale, il trattamento delle orecchie, il riequilibrio articolare. Lavoro staccati dal corpo (aura), lavoro ombelicale sulle articolazioni.

Aria: teoria generale, il trattamento del cuore, il rilascio del plesso brachiale, il rilascio dei gas nel corpo, nelle ossa lunghe, nel cranio, il trattamento dei reni, la triade astrologica.

Fuoco: teoria generale, il trattamento della digestione, ombelico e bordo orbitale, bordo orbitale e occipitale, il trattamento del ginocchio in relazione al fegato, allo stomaco, la spirale ombelicale, la triade astrologica.

Acqua: teoria generale, il linfatico, il rilascio del bacino, il rilascio del polo motorio dell'elemento Acqua, portare l'acqua ai piedi, il trattamento perineale, il trattamento delle correnti lunghe del corpo, la triade astrologica.

Terra: teoria generale, il trattamento del colon, il rilascio di collo, il riequilibrio strutturale, il lavoro spinale, la triade astrologica.

I riflessi: le triadi astrologiche, i riflessi delle mani e dei piedi, i riflessi del cranio nei campi ovali, le 9 zone armoniche, la stella a 6 punte.

I modelli evolutivi: le 9 zone armoniche, il corpo nella testa e nel viso, la stella a 5 punte, la posizione dell'arco.

I modelli involutivi: il riequilibrio astrologico, i riflessi dei reni, le 9 zone riflesse, la stella a 6 punte.

Il sistema nervoso: le tre polarità del SN.

Il riequilibrio del sistema **simpatico** (elemento Fuoco): trattamento del coccige, riequilibrio sfenoide-occipite, tecniche sfenopalatine, riequilibrio del SN, riequilibrio delle pulsazioni destra/sinistra, riequilibrio delle scapole e dei glutei.

Il riequilibrio del sistema **parasimpatico** (elemento Aria): il trattamento perineale e sacrale, il riequilibrio del sensoriale, emozionale e respiratorio, il riequilibrio del bordo inferiore dei glutei.

Il riequilibrio del sistema nervoso **centrale** (elemento Acqua), la stimolazione dei centri cerebrali (schema dell'"homunculus"), il sensoriale e il motorio, stimolazione dei punti del cranio, contatti tra la fontanella anteriore e il terzo occhio, la sutura sagittale, riequilibrio cranio-bacino e craniale-toracico.

Il riequilibrio spinale: trattamento del dolore vertebrale, il riequilibrio tra vertebre-atlante, il rilascio cervicale e dorsale in posizione seduta, la liberazione muscolare della schiena, il riequilibrio spinale laterale, le tecniche di inibizione col gomito, il rilascio della colonna dai riflessi del piede.

Il riequilibrio strutturale: modalità di lavoro sulla struttura fisica utilizzando i modelli energetici come sotto sistemi, la relazione con l'elemento Terra. I concetti fondamentali del riallineamento strutturale utilizzando il filo a piombo e la tavola di gravità. La correzione dell'arcata plantare, il trattamento del calcagno, il rilascio della gamba più corta, il trattamento e la correzione delle anche, le manipolazioni sacrali, la correzione della parte superiore del corpo, il riequilibrio delle clavicole, il riequilibrio dei contorni, lo stiramento del polo nord del corpo, il rilascio del bulbo occipitale, il rilascio occipito-temporale, il lavoro spinale (vedi più sopra).

La relazione col cliente secondo il modello di Polarity sulla mente, l'energia e le emozioni: la consapevolezza di una sorgente oltre a se stessi, l'unità tra corpo e mente, l'energia della mente e il ciclo involutivo-evolutivo delle 5 passioni e delle 5 virtù, il movimento tra l'inconsapevolezza e uno stato più alto di coscienza, l'energia vitale in relazione con le emozioni e la consapevolezza, i blocchi mentali energetici come cause dei dolori e delle problematiche psico fisiche, ciò che sta dentro si riflette all'esterno della vita delle persone, gli stati psicologici e i 5 elementi, il ruolo della mente nella guarigione e come indirizzare la qualità dei pensieri. Le qualità di un operatore di Polarity attraverso l'empatia, il rispetto, la concretezza, l'onestà, il confronto e l'immediatezza.

Il suono: il nucleo ultrasonico, il suono che crea la struttura e la forma, le qualità del suono secondo gli elementi. L'uso dei diapason nel riequilibrio energetico (argomento non incluso nella formazione generale di Polarity Therapy e quindi sviluppato a parte).

L'alimentazione e la dieta purificante: il ruolo della dieta nel processo di guarigione, l'approccio del Dott. Stone nella purificazione e costruzione dei tessuti con una dieta studiata nei dettagli, la spazzolatura della pelle e le tecniche idroterapiche del colon. Come attuare un programma di disintossicazione attraverso la

visione di Polarity e i 5 elementi, la teoria ayurvedica dei dosha e le moderne teorie occidentali. Linee guida fondamentali sulla funzione e l'assunzione delle vitamine e sali minerali come utili supplementi nella dieta. Fitoterapia moderna. Le pietre e i metalli nobili.

Gli esercizi (Polarity Yoga e Intuitive Yoga®): educazione al movimento anche per contrastare la ripetitività delle posizioni lavorative e come mantenimento alla salute. Educazione all'ascolto del movimento e a come contrastare delicatamente le tensioni. Esercizi come concetto di igiene quotidiana (come la dieta). Intuitive yoga® è una prospettiva data allo yoga e insegnata da Eleanora Lipton della scuola di Atlanta (USA) secondo la teoria degli elementi e la presenza spirituale suggeriti dal Dott. Stone. Nel testo del Pentamirus del Dott. Stone, scritto in forma più privata per i suoi studenti alla fine del secondo volume non ancora tradotto in italiano, c'è un chiaro invito a conoscere profondamente gli elementi per poi trasformarli e trascenderli nell'unità. Yoga infatti significa unione.

Testi da elaborare: tutti quelli tradotti in italiano sull'argomento e tutti i testi di R. Stone in inglese, più alcuni proposti dalla bibliografia presente sul sito.