

KINESIOLOGIA TRANSAZIONALE®



SOMMARIO

PRESENTAZIONE.....	3
PREFAZIONE.....	4
•KINESIOLOGIA TRANSAZIONALE®	5
UN PO' DI STORIA	5
KINESIOLOGIA + ANALISI TRANSAZIONALE: KINESIOLOGIA TRANSAZIONALE®	5
DINAMICHE PERSONALI E STRESS.....	7
KINESIOLOGIA TRANSAZIONALE®: UNA “VISIONE OLISTICA”	7
IL TRIANGOLO DELLA SALUTE.....	8
CONSIDERAZIONI	9



Centro di Kinesiologia Transazionale® S.r.l.

P. IVA n° 02313200368 - CCIAA (MO) n° 280951 - Aut. Tribunale di Modena n° 42390

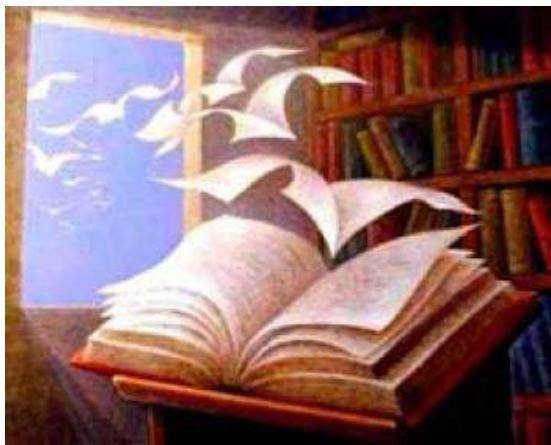
Via Peschiera, 25 - 41125 Modena (MO) - Italia ~ tel. +39 059 393 100 - +39 348 229 5552

ckt@kinesiopatia.it ÷ ckt@pecaffari.it ÷ www.kinesiopatia.it ÷ www.nutriwest.it ÷ www.craniosacrale.com

PRESENTAZIONE

"esiste un solo bene, la conoscenza, e un solo male, l'ignoranza," (Socrate)

Kinesiopatia.it nasce tanti anni fa, dall'esigenza di far conoscere meglio il mio lavoro e con l'obiettivo di presentare le discipline che pratico ed inseguo, cioè la Kinesiologia Transazionale® e la Kinesiologia Applicata (da cui trae le sue origini), il Cranio-Sacral Repatterning® e la Terapia Cranio-Sacrale (di cui è un'evoluzione), la Kinesiopatia®; ho iniziato pubblicando gli articoli che venivano diffusi tramite la rivista Anno Zero, ma non sempre erano di facile comprensione, per cui ho deciso di cominciare a scrivere un glossario.



Il sito viene alla luce con un'idea di fondo, tutto sommato semplice: offrire una spiegazione sul significato dei differenti termini utilizzati, l'etimologia, materiale di studio per favorire approfondimenti e delucidazioni inerenti alla voce descritta ma, nel tempo, ha cambiato il proprio aspetto, divenendo a volte testo di riferimento per i miei allievi o mezzo di studio per studenti di altre scuole o discipline; a volte mezzo di ricerca, d'istruzione e di approfondimento (anche per il sottoscritto).

Talvolta si pone lo scopo di sviluppare un tema od un argomento in modo alternativo alla vulgata ufficiale, con analisi ed indagini in ambiti dimenticati, talaltra diventa una "piccola enciclopedia" con l'assurda pretesa di raccogliere e trattare, più o meno ordinatamente e per quanto possibile esaurientemente, la "conoscenza" di queste materie.

La parola "glossario" ha origine dal termine tardo latino *glossarium*, che a sua volta deriva dal greco antico γλῶσσα (→ lingua): la glossa, già nel mondo latino e ancor più in epoca tarda e medievale, indicava una nota esplicativa apposta a fianco di un termine di difficile comprensione. Era lo strumento per interpretare parole oscure (perché ermetiche o cadute in disuso) attraverso altre più comprensibili, utilizzando il linguaggio corrente. Non sempre la descrizione dei lemmi presenti in questo glossario è di facile interpretazione o utilizzo; eppure l'insieme delle voci che "nominiamo" costituisce la "nostra" lingua: il "vocabolario" kinesiopatico, l'insieme delle parole che utilizziamo, per comunicare, per capirci, per comprendere.

Anche se negli ultimi anni l'accesso alle informazioni è divenuto, apparentemente, più fruibile da tante persone, non necessariamente è aumentata, parimenti, la conoscenza: per questo, nel tempo il glossario si è, via via, trasformato ed è tuttora in divenire, in una sorta di «vocabolario metodico» dove raccogliere dati, conoscenze, studi, pensieri ed approfondimenti.

Con un po' di presunzione, un piccolo "tesoro", un "locus" del pensiero e della memoria, dove raccogliere le mie parole; un *thesaurus*, dal greco θησαυρός (*thesaurós* → tesoreria), dove sono conservati i lemmi che costituiscono il "nostro" λεξικόν (lessico, dal greco *leksikón* → vocabolario).

Non sempre i singoli lemmi sono di comprensione immediata e, spesso, per cogliere le molteplici sfaccettature, esplicite o sottintese, è necessario ricorrere all'ipertesto, per sfruttare i collegamenti ad altri termini (o articoli) presenti nella





spiegazione del lemma, in una sorta di gioco dell'oca che può divenire (quasi) infinito.

Per permettere una maggiore fruibilità, anche “offline” ho creato dei piccoli “manualetti” che, partendo dalla parola scelta come argomento principale, approfondiscono alcuni temi che ritengo possano essere utili per la miglior comprensione dell’argomento; il testo presenta rinvii (link) a lemmi del glossario o articoli presenti sul sito, per chi volesse entrare nel gioco ...

francesco gandolfi

cell. personale: [+39 3482295552](tel:+393482295552)

WhatsApp: [+39 3458496099](tel:+393458496099)

email: gandalf@kinesiopatia.it

PEC: francescogandolfi@peccaffari.it



Post Scriptum: tutto il materiale presente nel sito Kinesiopatia.it e, di conseguenza, tutto ciò che viene riportato in questo manuale è il frutto di anni di “lacrime, sudore e sangue”, pertanto non posso che considerarla una mia “opera intellettuale”: essendo messo a disposizione gratuitamente, chiedo che chi volesse usare in parte o in toto questo materiale, oltre a citarne la fonte e l’autore, abbia la gentilezza di chiedere l’autorizzazione al sottoscritto.

PREFAZIONE

«La vita è come andare in bicicletta. Per mantenere l’equilibrio devi muoverti.» (Albert Einstein)

I gesti, gli spostamenti, il camminare, sono azioni che ci permettono di interagire col mondo che ci circonda: sono il mezzo attraverso cui ci esprimiamo; ogni blocco, ogni limitazione alla nostra libertà di movimento deve essere considerata un impedimento all’estrinsecazione di chi siamo e, di conseguenza, alla nostra vita.

Il bilanciamento delle forze, l’equilibrio fra le specificità e le peculiarità che ci qualificano, sono la chiave del nostro ben-essere: quando l’armonia instabile che ci caratterizza, il mix costituito dalla fisicità, dal metabolismo, dalle emozioni o dalla spiritualità che ci contraddistinguono, si altera, diviene necessaria una disciplina che ci consideri nella nostra poliedricità ed unicità; che, per mezzo di un indicatore neurologico, sia in grado di capire quali possano essere le aree deficitarie e, al tempo stesso, possieda gli strumenti per scoprire le possibili soluzioni

«Non credo che i nostri successi terapeutici possano competere con quelli di Lourdes; le persone che credono ai miracoli della Santa Vergine sono molto più numerose di quelle che credono all’esistenza dell’inconscio.» (Sigmund Freud)

per apprezzare pienamente le immagini e verificare eventuali aggiornamenti, si consiglia di accedere direttamente ai lemmi sul sito: è sufficiente “cliccare” sul titolo dell’articolo o sulle parole evidenziate e sottolineate

i contenuti dell’articolo o presenti sul sito sono opera intellettuale di Francesco Gandolfi e, come tali, protetti dalle leggi sul copyright, si autorizza la libera diffusione del presente articolo, nella sua interezza, per uso personale e privato, per fini culturali ed a fini non commerciali; qualsiasi utilizzo parziale è condizionato alla citazione dell’autore e della fonte



Centro di Kinesiologia Transazionale® S.r.l.

P. IVA n° 02313200368 – CCIAM (MO) n° 280951 – Aut. Tribunale di Modena n° 42390

Via Peschiera, 25 – 41125 Modena (MO) – Italia ~ tel. +39 059 393 100 - +39 348 229 5552

ckt@kinesiopatia.it ÷ ckt@peccaffari.it ÷ www.kinesiopatia.it ÷ www.nutriwest.it ÷ www.craniosacrale.com

KINESIOLOGIA TRANSAZIONALE®

UN PO' DI STORIA

Nella prima metà degli anni novanta (ormai bisogna dire del secolo scorso ...) mi sono posto la domanda di come applicare i concetti dell'analisi transazionale, all'interpretazione dei test muscolari¹ utilizzati in kinesiologia applicata; in quel periodo stavo studiando e collaborando con una analista e, approfondendo la materia, ho intravisto la possibilità di sfruttare alcune modalità di "decifrazione" tipiche di questo modello di "indagine" per evidenziare le dinamiche alla base delle relazioni interpersonali ed intrapersonali.



L'idea era unire il test muscolare con alcuni aspetti interpretativi di questa metodica psicoterapica, per definire le manifestazioni somato-emotive ed identificare le migliori strategie di gestione dello stress², allo scopo di comprendere meglio gli "scambi energetici", i modelli comportamentali, l'habitus³ che assumiamo abitualmente nella quotidianità, i patterns che incidono sulla libera espressione della persona ed i condizionamenti che la nostra storia individuale e le relazioni sociali esercitano.

KINESIOLOGIA + ANALISI TRANSAZIONALE: KINESIOLOGIA TRANSAZIONALE®

La kinesiologia, il cui nome è etimologicamente derivato dal greco *κίνησις* (*kínēsis* → movimento) e *λόγος* (*lógos* → discorso), è la scienza che studia le dinamiche del movimento, cioè analizza l'espressione dell'energia neuro-muscolare attraverso cui ci relazioniamo; il nostro sistema nervoso, nella sua interazione con l'universo che ci circonda (ambiente) e con il nostro mondo interiore, ha la necessità di adeguare ed adattare continuamente il nostro corpo ed i nostri comportamenti.

Le sensazioni⁴, le emozioni⁵, i sentimenti⁶ che nascono dalle nostre percezioni⁷ inducono risposte adattative attraverso reazioni neuro-psico-immuno-endocrino-muscolari: le risposte fisiche, gli atteggiamenti corporei

¹ **test muscolare** - modalità manuale di valutazione delle risposte neuro-muscolari di singoli muscoli o gruppi muscolari scheletrici; i muscoli sono utilizzati come "rilevatori", per evidenziare gli effetti somato-emozionali o energetici indotti da differenti tipi di stressor: per questo viene talvolta definito anche test del muscolo indicatore (TMI) ...

² **stress** - "sforzo", "tensione": ogni agente in grado di scatenare una reazione "faticosa e onerosa" per l'organismo in risposta alle mutazioni dell'ecosistema di riferimento, sia esso corporeo o ambientale; in fisica, esprime la resistenza di un materiale alla rottura ...

³ **habitus** - atteggiamento posturale, inteso non solo l'atteggiamento antigravitazionale del corpo, ma anche l'atteggiamento esteriore di una persona o la sua mimica; i comportamenti, lo stile di vita, il modo di esprimersi e presentarsi ...

⁴ **sensazione** - l'elaborazione di ciò che viene percepito, cioè l'integrazione ed il rimaneggiamento delle informazioni che il nostro sistema nervoso coglie nell'ambiente, sia esso interno od esterno: rappresenta il divenire consci di una modificazione dell'essere o del suo contesto, prodotta da uno stimolo, indipendente dalla volontà soggettiva di ottenerne la consapevolezza ...

⁵ **emozione** - vibrazione dell'animo, energia che nasce dentro e vorrebbe fuoriuscire: quando un insieme di stimoli viene percepito, l'integrazione induce in noi sensazioni che causano una reazione affettiva e modificano non solo il nostro stato di coscienza, ma ha effetti anche sul piano fisico, frequentemente difficili da controllare ...



che assumiamo, i movimenti che attuiamo, sono gli effettori della risposta del sistema nervoso ai cambiamenti: è possibile capire come queste modalità di reazione possano essere condizionate dalle dinamiche introspettive, dalle relazioni interpersonali o dall'interazione fra il singolo ed il contesto socio-culturale o l'ecosistema⁸ di riferimento.

L'analisi transazionale pone, al centro dell'osservazione, le relazioni: in un certo senso può essere definita, ed utilizzata, come una teoria della personalità e del comportamento sociale; è una teoria psicologica ideata da *Eric Berne*, negli anni cinquanta: il principio fondante è l'idea che una qualunque forma di relazione crei una "transazione".

Il contatto con queste modalità di interpretazione mi permise di avere un'intuizione: i patteggiamenti, gli accomodamenti, i compromessi possono essere visti come gli elementi costituenti di ogni "scambio", di ogni processo che possiede intrinsecamente il potere di condizionare la nostra "espressione".

L'analisi transazionale mette a disposizione strumenti utili per studiare le influenze reciproche che si creano fra gli individui o all'interno di noi stessi, attraverso "schemi elementari": sfruttarli, adeguandoli alle nostre esigenze, nell'ambito del processo di valutazione kinesiologica, offre l'opportunità di capire meglio le correlazioni tra le profondità della nostra vita interiore e la quotidianità.

Un mezzo utile a comprendere con maggior chiarezza le manifestazioni e le espressioni del sistema somato-emotivo, l'effetto domino⁹ che crea sequenze di eventi concatenati, dipendenti da "negoziazioni" od accordi (spesso inespressi o inconsapevoli); un contributo per identificare copioni relazionali, pur essendo consapevoli dell'esistenza di cofattori eziologici¹⁰ in grado di agire sul piano fisco o biochimico: un aiuto per inquadrare gli schemi comportamentali, un framework interpretativo capace di proporre ulteriori supporti per la comprensione della poliedricità causale¹¹, che sta alla base della genesi del disequilibrio e della disfunzionalità corporea; le complesse interazioni intrapersonali (mondo interiore) o interpersonali (ecosistema di riferimento) rappresentano uno scambio, che presuppone la fissazione¹² di standard e che richiede una performance energetica¹³ in grado di coinvolgere gli aspetti fisici, emozionali, biochimici o spirituali propri, rivelandosi, de facto, uno stressor¹⁴.

⁶ sentimento - uno stato d'animo ovvero una condizione cognitivo-affettiva: si utilizza il termine genericamente per indicare ogni forma di affetto, sia quella soggettiva, cioè riguardante l'interiorità della propria individuale affettività, sia quella rivolta al mondo esterno; la coscienza e la consapevolezza dei propri atti, che informa il modo, di sentire, di riconoscere, di accettare e apprezzare determinati valori ...

⁷ percezione - il processo di acquisizione delle informazioni, attraverso il sistema sensoriale: l'esperienza conoscitiva dell'ecosistema che ci circonda; nella accezione comune, il termine viene utilizzato, quasi esclusivamente, per indicare l'esterocezione e la successione di eventi che ne conseguono, fino alla consapevolezza, intesa come sintesi dei dati sensoriali dotati di significato ...

⁸ **ecosistema** - "unità ecologica fondamentale": in senso lato, ambiente in cui si vive ...

⁹ **effetto domino** - reazione a catena lineare che si verifica quando un piccolo cambiamento è in grado di produrre a sua volta un altro cambiamento analogo, dando origine ad una sequenza di eventi concatenati ...

¹⁰ **cofattore eziologico** - elemento agente, compartecipe e coattore nell'evento, che prende parte attivamente e collabora nel processo in atto: esprime uno stato, un modo di essere un elemento fondamentale perché avvenga un determinato evento. Nello specifico, che contribuisce allo sviluppo della patologia ...

¹¹ **poliedricità causale** - che ha molte sfaccettature, multiforme, caratterizzato da aspetti vari e molteplici, talvolta anche in contrasto fra loro; la poliedricità causale esprime l'idea che, alla base delle manifestazioni di stress, frequentemente, non sia evidenziabile una singola causa, quanto piuttosto molti fattori favorenti lo squilibrio che precipita per effetto di un trigger, uno stressor, uno stimolo ad azione scatenante: sinonimo di multifattorialità ...

¹² **fissazione** - "blocco": che sia l'esito di una "stabilizzazione" funzionale di un'articolazione o un pensiero ossessivo che "ancora" condizionando i comportamenti, il risultato è la fissità ...

¹³ **performance** - in questo contesto il termine non indica solo una buona prestazione o la "facilità a conseguire risultati", ma sottintende la necessità di adeguarsi a standard, traguardi, limiti, norme di riferimento oppure pretese, obblighi: fornire una buona prestazione, ottenere risultati soddisfacenti, assumendo il significato di soddisfare pienamente le aspettative e raggiungere gli obiettivi prefissati; il dovere di essere performanti esprime lo sforzo necessario per "portare a termine" e "soddisfare" il carico emotivo associato all'esecuzione di un compito ...

¹⁴ **stressor** - "agente stressante", definibile anche come "fattore scatenante" o "elemento trigger", in grado di innescare una risposta di stress: può essere considerato uno stimolo più o meno violento, di qualsiasi natura, in grado di attivare una serie di fenomeni neuro-ormonali, fra i quali predomina l'intensa attività secretoria della Midollare della Ghiandola Surrenale e dell'Asse Ipotalamo-Ipofisi-Surrenale ...



DINAMICHE PERSONALI E STRESS

L'incapienza prestazionale¹⁵, ovvero la disparità soggettiva fra le risorse a disposizione dell'organismo e le richieste a cui viene sottoposto, da un punto di vista somato-emozionale, esprime il fallimento della capacità allostatica¹⁶ a rispondere alle pressioni, ai doveri, ai desiderata¹⁷.

La genesi dello squilibrio segue una dinamica diacronica¹⁸, che porta dalla confort-zone allo stress, inteso come la risposta adattativa che l'organismo mette in atto per difendersi dalle forze che alterano l'equilibrio; dallo stress al dis-stress¹⁹, cioè alla perdita dell'abilità omeostatica, ed all'insorgenza di processi disfunzionali; dal dis-stress al disease, allo sviluppo, in altre parole, del mal-essere e del morbo²⁰.

Ovviamente, in questo viaggio dal ben-essere alla malattia, sono presenti spine irritative²¹ che ci "infastidiscono" oppure subiamo l'effetto di differenti cofattori eziologici: una volta che una noxa²² o un qualsiasi fattore scatenante²³ si comporti da trigger²⁴, innescando una risposta generalizzata di adattamento²⁵, si può osservare un'alterazione dell'equilibrio energetico individuale che, agendo sul locus minoris resistentiae²⁶, cioè sulla nostra peculiare vulnerabilità, apre la porta al burn-out²⁷.

KINESIOLOGIA TRANSAZIONALE®: UNA “VISIONE OLISTICA”

La Kinesiologia Transazionale[®], per mezzo del test muscolare, utilizzato come indicatore neurologico, è in grado di verificare quali possano essere le aree deficitarie che meritino un'attenzione prioritaria, siano esse espressione di uno squilibrio funzionale corporeo, dell'alterazione metabolica o di un disagio emotivo: possiede gli strumenti, cioè, per effettuare una efficiente valutazione multidimensionale²⁸ che possa cogliere

¹⁵ **incapienza** - discrepanza fra le richieste a cui è sottoposto l'organismo e la reale disponibilità "energetica" a far fronte e garantire una riscontro adeguato all'incremento delle esigenze (componente fisica) o delle aspettative (componente emozionale): può essere considerata come la principale causa dell'insorgenza dello stress e dell'attivazione di una "risposta generalizzata d adattamento" ...

¹⁶ **allostasi** - la capacità di mantenere la stabilità dei sistemi fisiologici per mezzo del cambiamento ...

¹⁷ **desiderata** - i "desideri" ma anche di le "richieste": chiedere ciò che si vuole, concretamente", "aver bisogno" o "avvertire la mancanza"; comunemente, i desideri, spesso definiti erroneamente "sogni", vengono proiettati in una dimensione onirica o immaginaria, tendendo a trasformare i "desiderata" in "fantasie negative", cioè un qualcosa di lontano, irrealizzabile ...

¹⁸ **diacronia** - la rappresentazione di un evento attraverso il tempo, paragonabile ad un film che ci racconta la storia e ci permette di fare un confronto con ciò che precede e quello che seguirà ...

¹⁹ **dis-stress** - la conseguenza del superamento, da parte di uno stressor o di uno stimolo, della capacità di gestione degli effetti dello stress; l'effetto negativo derivante dal fallimento dei meccanismi di adattamento ...

²⁰ **morbo** - in medicina il termine viene accostato a malattie croniche e inguaribili, o a pestilenze, come il colera e la peste; il termine richiama in sé non solo l'idea del disfacimento fisico, ma anche l'impressione del decadimento intellettuivo e della corruzione morale ...

²¹ **spina irritativa** - una qualunque noxa o cofattore eziologico, un qualsiasi elemento che agisca sotto traccia, con continuità, inducendo una stimolazione subliminale in grado di irritare, provocare o stimolare uno stato di sensibilizzazione, con conseguente ipereslesia; un qualunque stressor che favorisca il perdurare di uno stato di mal-essere, contribuendo ad esacerbare uno squilibrio od una condizione patologiche: le spine irritative (spesso, ci sono più "comparse" che agiscono all'unisono) hanno la possibilità di logorare la stamina e la capienza corporea, sottraendo forza vitale all'organismo ...

²² **noxa** - il danno o l'offesa subita, ma anche l'azione che la causa, il processo di deterioramento: indica un evento, un'azione o un elemento in grado di nuocere o, più spesso, il danno che ne consegue; può essere utilizzato per descrivere non solo un agente patogeno ma qualunque situazione potenzialmente nociva, eventi che possono rivelarsi controproducenti o turbamenti responsabili degli squilibri somato-emozionali, traumi oppure elementi lesivi o tossici ...

²³ **fattore scatenante** - un evento o uno stimolo in grado di fungere da trigger (grilletto), equiparabile ad uno stressor, la goccia che fa traboccare il vaso: quando viene meno la capacità dell'organismo di contrastare le noxae, il sistema somato-emozionale, non è in grado di tollerare ulteriori "pressioni" o carichi" per cui si innesca il processo dis-funzionale ...

²⁴ **trigger** - elemento che agisce come un fattore scatenante, "innesco": stimolo in grado di dare inizio ad un processo od una reazione, situazione od evento che causa l'attivazione di una catena di fatti o accadimenti ...

²⁵ **Sindrome Generale di Adattamento** - risposta funzionale con cui l'organismo reagisce a uno stressor: alla presenza di una sollecitazione, più o meno violenta e di qualsiasi natura, ogni essere vivente mette in atto una sequenza di risposte adattative per mezzo delle quali mira a ripristinare l'omeostasi; l'adattamento neuro-ormonale e comportamentale è sostenuto dall'intensa attività secretoria della midollare del surrene e dall'attivazione dell'asse Ipotalamo-Ipofisi-Surrenale ...

²⁶ **locus minoris resistentiae** - qualsiasi punto o regione dell'organismo che, presentando una diminuita capacità di difesa, possa favorire un processo morboso o un'infezione generale; qualunque aspetto della sfera emotiva che renda la persona vulnerabile ...

²⁷ **burn-out** - sindrome da logoramento, iperstress, stato di esaurimento somato-emozionale e psicofisico dell'individuo: può essere considerato un "deterioramento dell'anima", una "discrepanza" tra l'individuo e gli obblighi e le priorità a cui viene sottoposto, che causano un continuo logoramento, a cui consegue una massiccia attivazione dell'asse Ipotalamo-Ipofisi-Surrenale con ipercortisolismo ed alterazione della secrezione di dopamina ...

²⁸ **valutazione multidimensionale** - un processo globale e dinamico volto a identificare sia la natura sia l'entità dei problemi di carattere fisico, emozionale, funzionale e relazionale/ambientale di una persona: si pone l'obiettivo di definire in modo complessivo lo stato di ben-essere; si caratterizza per l'approccio olistico ed è orientato a valutare, cioè ad analizzare con accuratezza, le capacità funzionali e i bisogni della persona nelle sue diverse peculiarità ...



la multifattorialità²⁹ dello stress. E, allo stesso tempo, consente di comprendere in che modo sia possibile riequilibrare le risorse dell'organismo, per rafforzare la vis medicatrix naturae³⁰ presente in ognuno.

Chi non conosce la metodica, spesso, confonde il test muscolare con una prova di forza, denigrandone il "valore diagnostico"; in realtà l'artigiano della salute ha la possibilità di usare questa procedura come un "significance detector"³¹, nel corso di un processo noetico³², per integrare le informazioni ottenibili tramite l'ascolto attivo³³, l'anamnesi³⁴ o grazie alla semeiotica³⁵ ed alla palpazione epicritica.

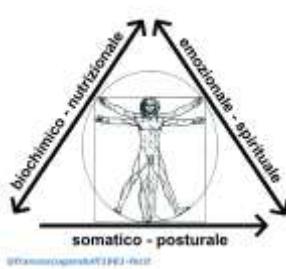
Il test è, pertanto, un valido strumento, un mezzo per coadiuvare il professionista del ben-essere a "scoprire" ed accettare quali possano essere le migliori soluzioni possibili; offre l'opportunità ed i "mezzi" per correggere gli squilibri dell'habitus, per scoprire i complementi terapeutici più efficaci o l'integrazione alimentare attraverso cui migliorare le disfunzionalità organiche o metaboliche, per riconoscere la presenza di dinamiche somato-emozionali e gestirle attraverso tecniche di reset³⁶ o di allentamento dello stress emotivo.



IL TRIANGOLO DELLA SALUTE

L'idea di fondo che guida il professionista in Kinesiologia Transazionale[®] è che sia necessario equilibrare i differenti "pilastri" che sostengono il benessere in modo proporzionale; già nel 1895 il chiropratico americano *Daniel David Palmer* ipotizzava che il corpo fosse governato da tre sistemi

in grado di condizionarsi vicendevolmente: la "struttura", caratterizzata dalla componente muscolo-scheletrica, la "chimica organica", cioè quell'insieme di funzioni metaboliche influenzate dall'ambiente, e la "psiche", l'insieme dei sistemi di credenza, delle rappresentazioni mentali della realtà e dell'attitudini relazionali.



Per poter essere in buona salute, i tre fattori dovrebbero bilanciarsi reciprocamente, formando un triangolo equilatero detto il "triangolo della salute": quando un qualsiasi

²⁹ **multifattorialità** - presenza di molteplici fattori (genetici, alimentari, tossici ...) che concorrono o possono concorrere, in diversa misura, a generare dis-stress, dis-funzioni o malattie ...

³⁰ **vis medicatrix naturae** - la «forza guaritrice della natura»: il concetto espresso da questa massima descrive la "potenzialità guaritrice della natura che offre gli strumenti ed i mezzi agli organismi viventi affinché, attraverso il potenziamento dell'energia vitale e l'attivazione degli innati strumenti di auto-guarigione presenti in ognuno di noi, sia possibile raggiungere la miglior qualità di vita possibile, il ben-essere e la salute ...

³¹ **significance detector** - "indicatore di significato" ma anche "rilevatore di importanza", riferendosi all'estrazione di un "messaggio" dal flusso di dati che giungono, senza che ci sia cooperazione o chiavi di lettura inviate dal "mandante" per poter interpretare e selezionare quel particolare segmento di informazione: qualunque elemento che evideni all'operatore professionale, una variazione significativa di stato, in risposta ad uno stressor, cioè qualsiasi modificazione che sia rivelatrice delle priorità di riequilibrato del sistema somato-emozionale ...

³² **processo noetico** - conoscenza intuitiva; per le discipline come la Kinesiopatia[®] o il Crano-Sacral Repatterning[®], esprime l'integrazione fra l'esperienza percettiva e le conoscenze acquisite da cui scaturisce l'atto della intuizione: espressione dell'interiorizzazione di quanto appreso e compreso, creando quel "sapere" a cui è possibile accedere al di là dell'atto cosciente e consapevole, ma che si esprime come atto intuitivo, cioè basato su una conoscenza immediata che non si avvale del ragionamento predittivo o statistico ...

³³ **ascolto attivo** - capacità, nonché la specifica competenza, del "saper ascoltare", elemento fondamentale nei processi di comunicazione verbale e non-verbale: metodica finalizzata a superare le difficoltà di recezione o di interpretazione, da parte di chi "percepisce", "sente" o "ascolta" ...

³⁴ **anamnesi** - l'insieme dei "ricordi", relativi al proprio benessere ad alla propria salute o, più comunemente, alla loro mancanza, ponendo particolare attenzione alle malattie o agli eventi morbosi pregressi; per poter meglio comprendere l'essenza somato-emozionale di ognuno, nelle discipline olistiche la raccolta di informazioni trascende la mera raccolta di precedenti fisiologici patologici, ma mira a conoscere la persona ...

³⁵ **semeiotica** - lo studio dei segni, cioè dei sintomi e delle manifestazioni delle malattie, che orientano verso la diagnosi ...

³⁶ **reset** - l'atto di riportare allo stato iniziale, annullare le modifiche sopravvenute, interrompendo i programmi attivi in quel momento per ripristinare il sistema alle condizioni di funzionamento precedenti ...



evento provoca un'interferenza su una qualunque di queste fondamenta del ben-essere, si avranno ripercussioni sugli altri due lati del triangolo.

La ricerca, l'individuazione, l'eliminazione delle cause alla base dei problemi di salute, dovrebbe essere la priorità di ogni operatore del ben-essere, evitando di focalizzarsi solamente sui sintomi, permettendo quindi al corpo di raggiungere il benessere: identificare la spina irritativa, il cofattore eziologico, l'elemento trigger, ricercando le priorità, sono solo alcune delle possibilità offerte da questa metodologia; anche nel caso in cui non si potesse agire sugli agenti causali o sui fattori scatenanti, rafforzare i lati del triangolo su cui è ragionevole intervenire, nonostante non rigeneri l'equilateralità, permette di puntellare e sostenere il corpo nell'affrontare gli squilibri.

CONSIDERAZIONI ...

« ...le mani diventano, allo stesso tempo, strumento in grado di interrogare, ascoltare e rispondere a ciò che il corpo vuole comunicarci e mezzo per entrare in contatto ... la “sensitività³⁷” e “sensibilità³⁸” diventano lo strumento, il mezzo per palesare ciò che il corpo vuole comunicare; la capacità percettiva dell'operatore permette di svelare e scoprire gli schemi e le distonie³⁹ che stanno alla base del malessere, offrendo l'opportunità al disagio, alla melanconia⁴⁰, alla malattia di parlare a chi è disposto ad ascoltare ...»

francesco gandolfi

³⁷ **sensitività** - capacità di sentire e di provare sensazioni, sottolineando l'attitudine, lo stato dell'essere in grado di provare emozioni attraverso sensi, cioè la facoltà dell'animo di ricevere e analizzare le informazioni sensoriali; nel Cranio-Sacral Repatterning® il termine viene utilizzato per descrivere non solo la capacità dell'operatore di enfatizzare le proprie capacità sensoriali, ma anche l'abilità di essere pronti ad interagire con ogni stimolo fisico, emotivo o energetico espresso dal corpo con cui viene creata la "relazione terapeutica" empatica ...

³⁸ **sensibilità** - l'attitudine o la facoltà di ricevere impressioni attraverso i sensi, di conoscere per mezzo degli organi deputati alla percezione: esprime l'attività del sistema nervoso, caratterizzata dall'abilità di avvertire e di analizzare gli stimoli che agiscono sull'organismo, siano essi interni o esterni, informandone (o meno) la coscienza ...

³⁹ **distoria** - comportamento distonico: forma di conflitto somato-emozionale fra i veri pensieri e sentimenti della persona ed le sue attitudini comportamentali e relazionali; disturbo neuromuscolare, accompagnato da fenomeni di iperriflessia e spasmofilia generalizzati come effetto della disfunzione del sistema nervoso che induce un ipertono muscolare persistente, con significative alterazioni posturali e dell'habitus ...

⁴⁰ **melanconia** - stato d'animo che deriva da un mixto di tristezza, inquietudine, malumore, tedium, uggia ...

