

# Polarity Therapy

*Prerequisiti: non richiesti Ore minime: 32*

Un sistema scientifico di riequilibrio dell'energia vitale dell'essere umano attraverso una comprensione del disegno e funzione delle invisibili correnti energetiche nella forma umana. Polarity Therapy è un sistema olistico poichè include 5 aspetti o forme per ottenere equilibrio, armonia e movimento. Queste 5 arti o scienze sono: 1) Amore, 2) Pensiero e attitudine, 3) Manipolazioni, 4) Esercizio, 5) Dieta e nutrizione.

L' energia vitale è la corrente della natura che dà vita all' essere umano. Tutte le malattie e disturbi sono semplicemente uno squilibrio originario del flusso dell'energia vitale. La natura ha disegnato un'invisibile sistema fluviale attraverso il quale fluisce la nostra energia vitale. Se questi fiumi di energia vitale sono ostruiti, bloccati o anche solo ristretti, otteniamo dolore, tensione ed un indebolimento del sistema, che lascia il corpo più indifeso. Questi blocchi possono essere causati da emozioni negative, traumi fisici od emotivi, modelli di pensiero negativo o emozioni represses. Con l'uso del sistema di Polarity, i canali possono essere allargati o riaperti e il corretto flusso di energia viene quindi ristabilito. Quando succede ciò, il corpo si riallinea automaticamente e ritorna al suo stato naturale di equilibrio che noi chiamiamo salute. La mente e le emozioni ritornano nuovamente in armonia e la vita diventa felice e gioiosa. Perciò Polarity Therapy non è solamente una scuola di trattamenti manipolativi ma è anche una totale filosofia di vita. La parola Polarity si rifà al concetto che ci sono poli opposti in ogni cosa dell'universo: positivo/negativo, maschile/femminile, interno/esterno e così via. L' essere umano è un microcosmo dell'universo e come tale è soggetto alle leggi di polarità. Il corpo ha poli positivi, neutri e negativi attraverso i quali fluisce l'energia vitale. Quando i poli opposti hanno ugual forza o sono equilibrati l'uno con l'altro possiamo dire che sono polarizzati. Ciò crea una condizione di equilibrio che chiamiamo salute e benessere. Ci si sente rilassati, consapevoli, integri. Il fondatore di Polarity Therapy fu il Dott. Randolph Stone, osteopata, naturopata e chiropratico. Dopo molti anni di studio delle medicine occidentali e orientali, il Dott. Stone fondò un sistema di trattamenti basato sulla conoscenza dell'essere umano e dei principi della vita. Per meglio conoscere Polarity Therapy, dovremmo conoscere ciò che è un essere umano: un corpo fisico, una mente e un'anima, che reagisce costantemente con l' ambiente del presente basandosi sulle esperienze passate e precedenti. Il corpo fisico, l'anima e la mente sono un' unità la quale non può essere separata e interagiscono le une con le altre in ogni momento. L' anima o la mente saranno al comando, e ciò dipende dalla consapevolezza dell'individuo. Il corpo fisico prenderà sempre e automaticamente gli ordini.

## **Programma del corso:**

Cenni di storia; Principi generali; Chakras e linee energetiche; Anatomia energetica o circuito senza fili; Polarità nel corpo e relazioni tra le varie aree secondo i principi della polarità; Trattamento generale: 15 mobilizzazioni e loro applicazioni specifiche; Tipi di pressione; Trattamento per la schiena e lombalgie; Trattamento per colpi di frusta e cervicalgie; Associazione degli elementi con le parti del corpo; Polarity Sattvica; Polarità ed elementi nella mano; Ovali energetici; Tipologia corporea; Nutrizione; Studio degli elementi secondo i concetti di Polarity Therapy: tipologia, triadi, pentamirini, chakras, linee energetiche, alimentazione, colloquio e visualizzazione. Trattamenti per gli elementi: fuoco, terra, acqua, aria e etere.