

IL METODO TOUCH FOR HEALTH

IL METODO TOUCH FOR HEALTH

Il metodo Touch For Health" (**tocco per la salute**) è stato creato da John Francis Thie nel 1971. Il nome era inizialmente "Health from Within" e nel 1973 fu variato nel nome attuale. Ciò coincise con la pubblicazione del libro di Touch For Health, che fu poi tradotto in circa venti lingue. Il metodo è insegnato in tutti i continenti ed in più di sessanta nazioni. Il metodo è regolato attraverso la Scuola di Touch For Health del Collegio Internazionale di Kinesiologia, la cui sede è in Australia e con membri della Facoltà che operano in ogni parte del mondo.

Il sistema combina gli elementi di molte discipline quali la Kinesiologia Applicata, la Medicina Cinese Tradizionale e le tecniche di comunicazione. Il metodo è stato la base da cui sono partiti la stragrande maggioranza degli ideatori di altri metodi di Kinesiologia Specializzata. La differenza sostanziale con gli altri metodi è che nel Touch For Health si opera creando prima degli specifici traguardi e poi si riequilibra la persona affinché essa possa organizzare tutto il suo essere per il raggiungimento dello specifico traguardo. Il traguardo sposta l'attenzione dal disagio al potenziale e permette alla persona di creare un nuovo modello di operatività e capacità di utilizzo della propria energia e delle proprie risorse.

COSA PUÒ FARE TOUCH FOR HEALTH PER TE

Il Touch For Health si focalizza sul riequilibrio dell'energia dei meridiani del corpo. I meridiani sono come le autostrade energetiche del nostro corpo. Se c'è un blocco, ciò che viene trasportato non può giungere

a destinazione. Per funzionare in maniera ottimale la distribuzione dell'energia nel corpo è molto più importante della quantità totale di energia dello stesso. Prendiamo come esempio un macchinario che funziona con delle pile. Se una sola pila è scarica il macchinario non funziona; l'energia non passa. Riequilibrando il sistema dei meridiani noi permettiamo una distribuzione più equa dell'energia nel corpo e creiamo le basi fondamentali per l'espressione del benessere. Tuttavia la distribuzione dell'energia deve includere un'equa distribuzione non solo tra i vari settori del corpo, ma anche tra i vari livelli della persona, ovvero il fisico, l'emozionale ed il mentale. Per questa ragione in Touch For Health si utilizzano un sorprendente numero di tecniche che operano per riequilibrare i meridiani considerando gli aspetti organici, strutturali, circolatori, energetici, emotivi e mentali della persona. La varietà delle tecniche unite ad un metodo (il test muscolare kinesiologico) che permette di individuare l'area sotto stress e di verificare la bontà delle tecniche applicate ancor prima che vi sia stato un effetto sul corpo, rendono il Touch For Health superlativo e la pietra miliare per tutti gli altri percorsi di Kinesiologia.

I corsi di Touch For Health sono aperti a tutti ed è possibile ottenere la certificazione di Istruttore di Touch For Health secondo gli standard stabiliti dal Collegio Internazionale di Kinesiologia e di operatore professionale secondo gli standard stabiliti dall'AKSI.

COME FUNZIONA QUESTO METODO?

E' abbastanza arduo spiegare in poche parole perché il Touch For Health funziona così bene e come funziona. Diciamo prima di tutto che il metodo ti insegna a focalizzare la tua intenzione verso un determinato obiettivo, sia che questi sia fisico, emozionale o mentale. Noi diciamo che l'energia segue l'intenzione e lo insegniamo nei nostri corsi. Il secondo aspetto riguarda il dare al nostro corpo le informazioni necessarie affinché esso possa operare in funzione di ciò che ambiamo invece di continuare a rispondere in funzione di ciò che temiamo. Per fare ciò il test muscolare è un grande supporto, oltre alle nostre tecniche di riequilibrio e di comunicazione. I propriocettori dei nostri muscoli sono un organo sensoriale molto affinato che media costantemente tra l'energia messa a disposizione dal nostro corpo e l'energia necessaria al raggiungimento di uno specifico obiettivo o attività. La lettura e la riorganizzazione costruttiva delle risposte propriocettive focalizzate ad un contesto specifico sono la "chiave di volta" per ottenere il successo in ciò che vogliamo ottenere nella vita. Il corpo fisico non è costruito per essere preservato in eterno ma per consumarsi nella maniera giusta, ovvero utilizzandolo per fare ciò che vogliamo e dobbiamo fare nella vita. Questo rende la vita appagante e piena e questo è quello che si può ottenere molto più facilmente utilizzando e praticando il Touch For Health.

CHI PUÒ TRARRE GIOVAMENTO DA QUESTE SEDUTE?

La Kinesiologia non si focalizza su sintomi specifici, ma comprova e corregge squilibri in tutto il sistema. Come già detto, le correzioni kinesiologiche incoraggiano il corpo e la mente a guarirsi da soli, qualunque siano i sintomi manifestati, quindi sovente i sintomi spariscono senza interventi diretti su di essi.

Il seguente elenco vi dà un'idea dei disturbi lamentati dai clienti che hanno trovato be-

neficio con il Touch For Health:

traumi da incidenti dipendenze allergie ansia asma mal di schiena enuresi problemi alla vescica problemi intestinali candida mal di testa Sindrome di fatica cronica ronzio auricolare mal di schiena Stipsi depressione problemi di coordinazione nevralgie diarrea scarsa concentrazione problemi digestivi dislessia problemi alle orecchie eczema squilibri emozionali spossatezza problemi agli occhi paure meteorismo intolleranze alimentari ernia iatale periartriti scapolo -omerale dolore alle anche ipercinetismo indecisione ferite non gravi emicrania insonnia intestino irritabile scarsa autostima tensione alla mandibola difficoltà di apprendimento infertilità dolori articolari emorroidi disturbi mestruali sbalzi d'umore nausea stiramenti muscolari dolori muscolari mal di collo e rigidità problemi nervosi fobie dolore postoperatorio squilibri posturali irrequietezza sciatalgie sinusiti disturbi cutanei traumi sportivi paura del palcoscenico stress epicondiliti problemi all'articolazione temporomandibolare problemi di peso (in eccesso o in difetto) sindrome della valvola ileocecale

COME SI PUÒ IMPARARE QUESTO METODO?

I corsi fondamentali del Touch For Health sono i livelli 1, 2, 3 & 4 che vengono generalmente proposti in quattro distinte settimane. La scuola di Touch For Health ha anche altre serie di corsi (Touch For Health In-Depth, Touch For Learning, Touch For Health Metaphors e miniseminari con varie tematiche) e una formazione per diventare Istruttore della scuola di Touch For Health in uno o più dei suoi metodi. Gli Istruttori registrati della Scuola di Touch For Health insegnano il metodo secondo i parametri originari e regolarmente aggiornati.

La certificazione professionale per operare con il metodo Touch For Health ottenuta presso una delle scuole certificate dall'AKSI (Associazione Kinesiologia Specializzata Italiana), dà la possibilità di accedere agli esami per Operatore e Consulente dello Sviluppo Personale istituiti dall'A.K.S.I.