



IL METODO ONE BRAIN

Il metodo One Brain è un approccio unico alla gestione dello stress.

Sviluppato sin dal 1972 dalla Three In One Concept di Burbank, California, esso integra diversi elementi di medicina energetica, kinesiologia, medicina orientale, psicologia moderna, counseling e neurologia, con le ricerche personali dei fondatori del sistema, Gordon Stokes e Daniel Witheside.

Il termine One Brain è stato coniato negli anni '70 nell'ambito della ricerca indirizzata alla definizione della teoria delle funzioni degli emisferi cerebrali destro e sinistro.

Secondo tale studio le capacità del cervello umano non vengono utilizzate pienamente in una condizione di stress.

Defondere lo stress rende possibile riequilibrare le diverse aree cerebrali come un'unità integrata.

COME AGISCE

Essere in salute significa che il sistema energetico del nostro corpo è in equilibrio. A causare uno squilibrio energetico è lo stress, inteso nel suo significato più ampio: emotivo, fisico, chimico, mentale.

Generalmente il corpo umano tende a ripristinare da sé questo equilibrio (omeostasi), ma uno stress continuo e ripetuto, non avendo il tempo di essere scaricato, "ingolfa" questo processo di integrazione.

Il sistema One Brain si avvale di una procedura per identificare le aree da riequilibrare, assistendo e supportando il cliente nella risoluzione del fattore che ha determinato lo squilibrio.

L'operatore si avvale dell'utilizzo del test muscolare per ottenere feedback e informazioni.

Il test si può svolgere su muscoli differenti e consiste in una pressione leggera e graduale che permette di ottenere una risposta dal corpo. Come un navigatore satellitare il test ci guida lungo un percorso indicandoci di volta in volta dove puntare l'attenzione e come ripristinare il benessere energetico.

In questo modo, quindi, l'operatore riceve le informazioni neurologiche direttamente dal corpo della persona, che viene rispettata come unica fonte di conoscenza per ciò che riguarda i motivi e le soluzioni dei propri fastidi.

Il test muscolare è inoltre estremamente sicuro e dolce, poiché rispetta il lavoro personale che in quel momento il cliente è in grado di gestire.

Il test muscolare è supportato da altri strumenti:

il Barometro Comportamentale è una mappa che consente di individuare con precisione gli stati emotivi vissuti in determinate situazioni o condizioni di vita;

le Strutture/Funzioni sono un valido mezzo per accedere alle nostre risorse e caratteristiche genetiche, così da poterle utilizzare e valorizzare.

I BENEFICI

Tutti possono beneficiare del sistema One Brain per imparare a gestire paure, limitazioni, abitudini, dolori acuti e cronici, tensioni muscolari, umore instabile, dislessie, difficoltà di apprendimento, dipendenze, comportamenti ossessivi, ansia da prestazione e tutto ciò che deriva da un continuo accumularsi di stress fisici ed emotivi nel corso della vita.

One Brain è importante in quanto ha anche una funzione preventiva, poiché la manifestazione dello squilibrio a livello fisico è l'ultimo stadio di una situazione stressante ripetuta nel tempo.



LA TERAPIA CRANIOSACRALE

La terapia craniosacrale nasce dall'intuizione del medico osteopata W.G. Sutherland che, osservando la conformazione di due ossa craniche e il modo in cui esse si articolano, avanzò l'ipotesi che si potessero muovere tra di loro. Fino ad allora la medicina aveva invece sostenuto la tesi che le suture della scatola cranica fossero strettamente saldate, tanto da non permettere alcun movimento tra le diverse ossa del cranio.

Le ossa del cranio, la colonna vertebrale e l'osso sacro circondano il sistema nervoso; sono proprio queste strutture a dare il nome alla terapia craniosacrale.

All'interno di esse, il cervello e il midollo spinale sono ricoperti dalle meningi, membrane protettive che formano un rivestimento continuo entro il quale circola il liquido cerebrospinale. Questo liquido viene prodotto e riassorbito all'interno della scatola cranica, creando un particolare ritmo (il Ritmo Craniosacrale) che si propaga in tutto il corpo, come un'onda. Questo movimento leggerissimo è percepibile non solo in corrispondenza del sistema fisiologico da cui si origina (ossa del cranio, colonna vertebrale, osso sacro), ma anche nelle parti periferiche del corpo.

È questa proprietà di esprimere un movimento che contraddistingue i tessuti vivi da quelli che sono senza vita.

Creare e mantenere armonia, equilibrio e ampiezza in questo Respiro della Vita è la condizione necessaria per la funzionalità della nostra salute.

COME AGISCE

Nella sua applicazione la terapia craniosacrale è uno strumento delicato e potente per alleviare la sofferenza. Il terapeuta "ascolta" attraverso le mani quello che succede nel corpo del cliente e in questo modo identifica e tratta le tensioni e i dolori che ne sono trattenuti.

Il trattamento si basa quindi sulla valutazione dei sottili movimenti ritmici prodotti dal Respiro della Vita.

Il corpo dirige il ritmo del lavoro, cosicché il cliente, comodamente sdraiato su un lettino, può rimanere a suo agio e sentire e integrare i cambiamenti che avvengono.

Nel corso del trattamento si potranno infatti avvertire diverse percezioni come ad esempio un profondo senso di rilassamento, calore, pulsazioni, la sensazione di qualcosa che si muove all'interno del corpo.

Durante la terapia le leggerissime manovre e il supporto delle mani dell'operatore fanno emergere una sensazione profonda di calma e di tranquillità. Il rilassamento è la risposta del corpo quando entra in sintonia con il suo stesso ritmo cranio-sacrale.

Questo spazio di profonda quiete rende possibile l'armonizzazione, il bilanciamento e il riallineamento delle strutture del nostro corpo.

I BENEFICI

La terapia cranio-sacrale è adatta a tutte le persone, di qualsiasi età, anche nelle condizioni di dolore acuto o di particolare fragilità; è spesso consigliata infatti quando altre terapie possono essere rischiose, come durante la gravidanza, dopo un'operazione o un incidente.

In ogni caso si può beneficiare della terapia cranio-sacrale anche in assenza di sintomi particolari, allo scopo di potenziare i livelli di vitalità e di benessere del nostro corpo.



APPUNTAMENTI

E

INFORMAZIONI

Laura Coluzzi

349.1417545

laura.coluzzi@hotmail.it

Centro "IO SONO"

Via Aeroporto, 107

Gardolo

www.centro-io-sono.com



**CRANIOSACRALE
BIODINAMICA**

ONE BRAIN

**KINESIOLOGIA
EMOZIONALE**