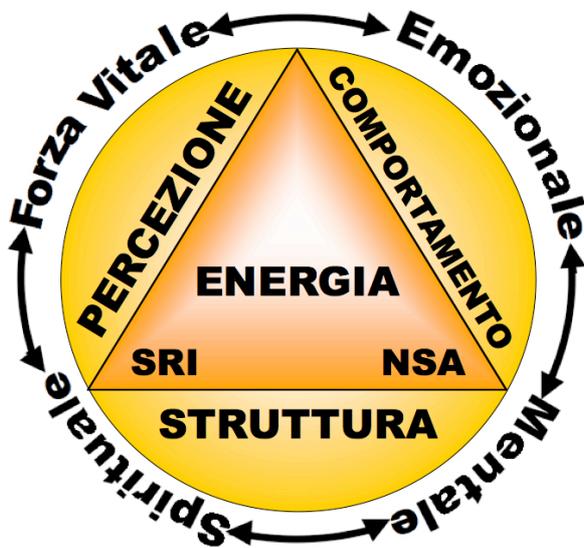




La Triade del Cambiamento

La Triade del Cambiamento è un "Mandala" interattivo, è uno strumento disegnato per aiutarti ad ottenere più facilmente i cambiamenti, in modo da poter crescere, arricchire e sperimentare il tuo benessere, anche quando le circostanze della vita sono difficili.



La Triade esplora le relazioni tra:

- **Struttura:** il tuo corpo, avere una schiena migliore, una postura migliore, un'organizzazione migliore, quante ore lavori, dove lavori, il tuo piano di lavoro...
- **Comportamento:** le azioni che intraprendi per raggiungere un obiettivo, quello che fai (mangiare carne o non mangiare carne per ridurre il colesterolo, bere caffè o non berlo, fare o non fare esercizio fisico, azioni aggressive o amichevoli, ...).
Nella Guarigione Riorganizzativa tutte le azioni vengono fatte verso un obiettivo specifico.
- **Percezione:** le sensazioni che senti nel corpo, le emozioni, il significato che dai a qualcosa, le tue storie ed il significato che dai loro (interessante, devastante, eccitante, noioso, ...).

Capire come funzioni, quando fai qualcosa di giusto o sbagliato, la tua percezione.

L'ordine nel quale consideri o affronti questi tre elementi è ciò che crea la differenza tra il dolore e il progresso.

Simile al cambiare la sequenza delle proteine in un filamento di DNA; cambiando la sequenza nella quale affronti i lati della Triade del Cambiamento altera l'espressione della consapevolezza, e crea la differenza tra fatica o piacere dell'espressione della tua vera natura.

Solo cambiando due lati di questo triangolo fai un cambiamento duraturo... generalmente nelle Terapie Riparatrici cerchi di cambiare la parte che funziona meno bene ed il risultato può essere il cambiamento in un parametro, ma mancando la sostenibilità torni a funzionare come comanda il tuo sistema nervoso, la tua colonna vertebrale... insomma ti puoi motivare, ma se il tuo sistema nervoso funziona in quel modo tornerai a funzionare come prima.

Nella Guarigione Riorganizzativa, al contrario delle Terapie Riparatrici, **non tocchiamo la parte più difficile** (il problema, il sintomo, la malattia), **ma influenzando e cambiando le altre due, istantaneamente anche quella difficile si riallinea** e questo risulta in coerenza nelle tre parti senza nemmeno cercare di cambiare quella problematica, e quando siamo coerenti, abbiamo abbastanza energia e facciamo cambiamenti duraturi.

Il **Network di Analisi Spinale** ti aiuta a cambiare **comportamento e struttura**, mentre gli esercizi di **Integrazione Somato Respiratoria** ti aiutano a cambiare **struttura e percezione**.

Imparando a coltivare la tua "Triade del Progresso" ed evitando la "Triade del Dolore", è possibile migliorare e sostenere un livello più profondo di benessere.

Christian Vendrame dottore in chiropratica sagl

Via Henri Guisan 6 CH 6500 Bellinzona Telefono +41 91 825 55 50 Fax +41 91 825 55 51
E-mail: info@mondochiropratico.com Web: www.mondochiropratico.com