



LE 5 FASI DEL METODO NETWORK DI ANALISI SPINALE

Nell'Analisi Spinale di Network (NSA) esistono **5 stati primari di tensione della colonna vertebrale chiamati fasi. Ogni fase rappresenta un diverso schema di tensione del midollo spinale.**

Gli schemi di tensione rappresentati dalle fasi sono causati da un insieme di fattori quali: traumi fisici della colonna, posture sbagliate, stress, traumi ed eventi emotivi negativi non trasformati.

La spiegazione delle 5 fasi permette di capire cosa viene fatto durante la seduta di Network.

Abbiamo tutti di solito una o due fasi primarie e le altre sono secondarie. Le 5 fasi sono presenti fin dai primi momenti della nostra esistenza e si creano e ricreano facilmente e costantemente a dipendenza dello stile e delle condizioni di vita esterne. **Importante è quindi il lavoro sulla nostra colonna vertebrale, per determinare benessere, salute e qualità di vita.**

Queste fasi provocano tensione nel midollo spinale, nella colonna vertebrale e nella muscolatura adiacente; creando una postura di difesa e una fisiologia di stress con implicazioni spesso negative per la nostra vita. Quando instaurati nel rachide, gli schemi di tensione o fasi possono disturbare la capacità del sistema nervoso di far passare le giuste informazioni attraverso i nervi, indebolendo il corpo.

Associate alle 5 fasi ci sono diversi stati di consapevolezza, diversi modi di vedere la realtà, di comportarsi, di agire. **Questo è il filtro attraverso il quale**

percepriamo e reagiamo alla realtà che ci circonda. Il nostro modo di comportarci dipende dal modo in cui la nostra colonna vertebrale si blocca.

Ogni fase corrisponde a specifiche vertebre della colonna che ne diventano il punto di entrata e accesso.

Quando le fasi non sono trasformate, reagiremo spesso male agli eventi della vita e avremo una diminuita capacità di dare il meglio di noi stessi. Tensioni e dolori saranno la conseguenza di questo stato di cose e diventeranno il campanello d'allarme necessario per motivarci a cambiare.

Ogni fase, quando è trasformata, permette di accogliere il dono o la lezione che sta dietro ad essa. Diventiamo maggiormente consapevoli delle attitudini che creano ogni fase e allo stesso tempo la nostra colonna vertebrale è meglio capace di gestirle.

La consapevolezza del cambiamento, grazie al lavoro su noi stessi attraverso NSA e Integrazione Somato Respiratoria (SRI), ci permette di lasciare andare le tensioni e pulire schemi e fasi.

Le fasi stesse potranno essere necessarie in certi momenti della vita dove avremo bisogno di specifici filtri o stati di consapevolezza e grazie alla capacità che si sarà creata di entrare e uscire dalle diverse fasi, a seconda della necessità, potremo affrontare meglio situazioni e sfide. Questa flessibilità è una delle più importanti chiavi per un'esistenza felice.

Informazioni più dettagliate sulle 5 fasi del Network sono disponibili in studio.

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