



# **Il Corpo Parla**

Ogni Sintomo è un Messaggio

**Massimo Falegnami**

## **I n t r o d u z i o n e**

Con questo e-book voglio approfondire e far comprendere come le emozioni possono influire nel nostro fisico, è importante comprendere come poterle gestire per migliorare le proprie problematiche.

È fondamentale capire che ci possono essere possibilità per entrare in contatto con sé stesso e ritrovare il proprio equilibrio e ristabilire armonia, tra corpo e mente, spesso si crea un divario perché siamo portati ad essere distolti da noi stessi e non ci ascoltiamo e soprattutto non sappiamo osservarci dall'esterno per comprendere cosa ci accade.

In queste pagine voglio dare uno sguardo ad alcuni messaggi, che il nostro corpo ci invia costantemente ai quali spesso non diamo ascolto o non ci rendiamo conto del significato, per molte persone può risultare difficile entrare in contatto con una visione spirituale ed energetica .

Con il coaching olistico potrai entrare in confidenza ed in relazione con te stesso e comprendere questi messaggi, in maniera semplice e profonda, senza dover forzare la tua volontà, ma solo con determinazione e convinzione che puoi arrivare a risultati di cambiamento che magari neppure ti aspetti, per portare serenità e benessere sia fisico che mentale.

Offriti l'opportunità di volerti bene e scoprirai che tutto in torno a te prenderà un modo nuovo di rapportarsi, potrai ricominciare ad apprezzare la vita per tutte le sue sfumature che ti offre.

Sono disponibile ad approfondire e farti conoscere meglio come possiamo operare insieme per il tuo benessere.

Mi puoi contattare senza alcun impegno e scambiamo due chiacchiere e valutare la possibilità di poter operare insieme.

## **Emozioni**

Funzione necessaria per evolvere

Servono a proteggerci, riconoscere pericoli e difenderci da essi

Vivendo un'emozione troppo profondamente

Non la riconosciamo o non sappiamo comprendere

Il rischio è che possa procurarci dolore a vari livelli

Colorano i pensieri di nero se guardiamo in negativo

A differenza colorati quando siamo positivi

Sono corpo, riflessi fisiologici ed energia

Impulsi elettrici e comportamenti inconsci

Sono corpo e mente, attivazioni neurobiologiche

Risposte del nostro essere innate

Le emozioni un fenomeno intenso e prolungato

## Messaggi del nostro corpo, ogni sintomo è in relazione a una causa

Il nostro organismo ci invia continuamente dei messaggi ben precisi, quando abbiamo qualche malessere il corpo ci sta mettendo in guardia e ci dice che qualcosa non va, quindi dovremmo domandarci:

*“cosa mi vuole dire questo malessere?”*

*“cosa c'è che non va?”*

*“qual è l'emozione legata a questo malessere?”*

Dobbiamo cercare di darci una risposta concreta e guardare l'emozione la quale non è in equilibrio con il nostro fisico.

Ogni nostro organo è in relazione con un'emozione e se questa non è in equilibrio, è repressa o non vogliamo guardarla, il nostro corpo farà in modo di portarci l'attenzione per poterla ascoltarla e risolvere.

Per riprendere il discorso che *“il copro parla”*, domandiamoci perché tante persone non riescono ad esprimere con emozioni e terminologie del proprio dolore interiore, non riuscendo ad esprimere quel senso di inquietudine dovuta alla repressione di certi sentimenti. Cosa accade se il nostro corpo prende il sopravvento ed inizia a parlare per noi, lanciando dei segnali ben precisi, con dei sintomi ben collocati in alcuni punti del nostro corpo, per farci presente quell'emozione che stiamo trattenendo? Ogni nostro organo corrisponde ad un'emozione e viceversa.

Facciamo un esempio pratico per capire meglio:

Ho un male di stomaco e dopo qualche giorno che non passa, vado dal medico. Fa una diagnosi e mi prescrive un farmaco. Lo prendo e il mal di stomaco passa: ho curato il sintomo ma non la causa. Finita la cura, se non ho risolto la problematica primaria che mi causava il dolore, posso di nuovo avere quel sintomo. Se dopo aver preso il farmaco, fossi andato a fondo nel capire cosa mi provocava quel malessere, avrei innanzi tutto capito che lo stomaco è collegato all'emozione della preoccupazione, quindi andrò a farmi delle domande:

*cos'è che mi provoca questa preoccupazione?*

*Come posso risolvere questa preoccupazione?*

*Di quali strumenti necessito per la risoluzione?*

E via dicendo. Domande che mi porteranno a risolvere quella problematica ma soprattutto a capire da cosa deriva ed a questo punto se ho capito e rimosso la problematica, il mal di stomaco come per magia svanirà, non avrò più la necessità di riprendere il farmaco, perché ho debellato il sintomo alla radice.

Questo è il senso di come andare a trovare la causa, per togliere il sintomo.

Ogni sintomo è legato ad un'emozione e se riesco a capirlo e a risolverlo, il sintomo scompare.

Troppo spesso questa incapacità di comunicare il nostro stato d'animo, i nostri sentimenti, ci porta a bloccare le energie, soprattutto quelle positive e tendiamo a liberare solo quelle negative. Quando rilasciamo energie basse, tutto intorno a noi vibra ad una frequenza bassa, quindi pure il nostro corpo è sottoposto a vibrazioni che non portano benessere. Questo ci porta a mettere in campo patologie psicosomatiche e come fattore esterno anche le insoddisfazioni che riceviamo dalla società fanno sì di alimentare il pessimismo, se restiamo a livelli bassi.

Quindi, dobbiamo cercare di capire quali messaggi ci sta inviando il nostro corpo, certe sintomatologie sono ben distinte e nei rimedi olistici sono ben catalogate: ad ogni sintomo corporeo corrisponde un'emozione repressa o bloccata che non riusciamo ad esprimere per varie motivazioni.

Ci sono medici tradizionali, laureati in specializzazioni di medicina tradizionale, che hanno una visione personale olistica ed hanno studiato facendo ricerche comprovate e sperimentate, che ci possono dare informazioni ben precise su come poter risolvere certe problematiche psicosomatiche e sradicarle completamente, proprio legate alle emozioni.

Certo sono lavori che impegnano ed occorre tanta volontà, voglia di andare a fondo di sé stessi e non sempre è facile, perché andare a rimuovere emozioni e traumi antichi è doloroso, quasi sempre legati alla nostra infanzia.

Somatizzare la sofferenza emotiva, trasformarla in dolore fisico, per l'incapacità di esprimere le proprie emozioni è la causa primaria del problema, viene comunicato al corpo in modo che lo stesso possa manifestare ciò che la parola non riesce ad pronunciare per introversione, paura o pudore.

Chi soffre di disturbi psicosomatici, può portare con sé la difficoltà e l'incapacità di affrontare le proprie emozioni come, rabbia, frustrazione, sensi di colpa, etc. somatizzando tutte queste sensazioni che sono negative e non essendo capaci di esternarle, il corpo cercherà di esprimere questo disagio.

Spesso possono essere causate anche dall'ambiente familiare, in cui non si riesce ad esternare il proprio essere, per una certa educazione e questo può creare difficoltà caratteriali che infieriranno poi nella propria vita. Così come i traumi subiti in tenera età, se non sono stati elaborati correttamente possono creare sintomi psicosomatici somatizzando il malessere.

Per riportate qualche esempio:

- sfoghi della pelle tipo, psoriasi, eczemi, acne giovanile, sono segnali che delimitano un confine tra se e gli altri, simboleggia il difendersi da un'intrusione dall'esterno, o può essere un desiderio nascosto verso l'impudico.
- mal di schiena o contrazioni muscolari, altre patologie abbastanza diffuse, indicatori di forte senso di responsabilità, un senso di portarsi dietro un forte peso, necessità di libertà, movimento ed autonomia, bisogno di un sostegno fisico e morale.

**Suggerimento:** quello che potrai fare è mantenere più attenzione a tutto ciò che il tuo corpo ti invia e capire il messaggio prima che diventi cronico.

In queste pagine ho dato alcuni strumenti, ma possiamo approfondire queste tematiche e trovare con il mio sostegno il percorso migliore.

***Ricorda ciò che non vuoi affrontare mentalmente, il tuo corpo te lo ricorderà con dei malesseri ben precisi.***

**Ascoltalo!**



## **Sessione di Coaching Olistico**

*Le sessioni di coaching olistico si effettuano sia di persona, in questo momento difficile possiamo anche tramite Skype.*

**Iniziamo con una sessione conoscitiva** tra il Coach e Coachee (Cliente), in modo da poter avere chiaro quali sono le problematiche in cui operare, fondamentale che si crei subito un'empatia per poter stabilire gli obiettivi a medio e lungo termine che intendiamo raggiungere, ad ogni sessione sarà valutato un feedback per capire i risultati ottenuti. Il Cliente è sempre informato sulle tecniche da utilizzare ed è lui a dare il consenso su come operare, il Coach non impone, non giudica e non prescrive nessun rimedio, opera solamente a livello comunicativo energetico.

**Le sessioni** non hanno uno standard prestabilito, valutiamo insieme al momento come proseguire con le tecniche da praticare, il coaching principalmente usa l'ascolto attivo da parte del Coach ed utilizza domande ben strutturate per poter entrare in contatto con l'emozione e la profondità del Cliente, questo per arrivare alla causa primaria che provoca malesseri e disfunzioni, inoltre, motiva lo stesso nello stimolare a voler risolvere e nel orientarlo alla positività, la quale è di primaria importanza per vivere in sintonia con l'esterno oltre con sé stesso. La positività e determinazione nel raggiungere i propri scopi sono alla base, per poter ottenere risultati.

**Le tecniche** utilizzate sono svariate e possono essere: forma comunicativa e utilizzo pratica di PNL; rilassamento; respirazione; kinesiologia; meditazione; perdono; etc..

Per chi vuole entrare più in una profondità più spirituale, utilizzo la pratica di Angel-Coaching dove andiamo a canalizzare energie di luce seguendo anche l'utilizzo delle "Carte Angeliche", che possono offrire ottime risposte e risoluzioni.

**A chi è rivolto il coaching olistico**, è consigliato a chiunque voglia darsi la possibilità di migliorarsi sotto i vari aspetti, tenendo presente che le tecniche olistiche comprendono la complessità della persona e quando dobbiamo affrontare una

problematica è fondamentale valutare gli aspetti di completezza, come sappiamo noi siamo materia ed energia, essendo ben collegate dobbiamo fare in modo che siano in equilibrio tra loro per poter coesistere in armonia.

**Con il coaching** possiamo prendere in considerazione e risolvere disturbi di qualsiasi natura, i quali sono sempre legati alla propria emotività, le emozioni bloccate, represses, eccessive, non in linea con i propri sentimenti, quindi provocano disfunzioni a livello fisico, infatti il nostro corpo ci indica con sintomatologie somatiche e di stress ben precise legate alle emozioni da riequilibrare.

**Le emozioni** vengono definite uno stato di sentimenti complessi, i quali vanno ad influire nei pensieri, nel fisico e nel comportamento stesso. Tutte le nostre emozioni sono collegate tra loro in maniera psicofisica, con la nostra personalità, l'umore e la motivazione nel guardare alla risoluzione.

Ecco perché il coaching olistico può essere di supporto a chiunque voglia migliorare il proprio stato, motivando a superare gli ostacoli che quotidianamente si presentano, con malesseri fisici dovuti all'emotività che non sono in linea con il proprio insieme di completezza.

**Le sessioni di coaching olistico, non sostituiscono le cure tradizionali del medico curante o specialista.**

Possono essere integrative e dare un supporto molto valido a livello energetico emotivo.



## **I nostri organi hanno un linguaggio per comunicare**

Noi siamo stati costruiti in maniera esemplare, il nostro **corpo è un meccanismo sofisticato e soprattutto perfetto**, ci è stato donato dal nostro Creatore in maniera che abbia tutte le caratteristiche per essere al meglio e con la facoltà di auto-guarirsi, con tutta l'evoluzione che l'uomo ha fatto da parte anche della scienza, è stato messo da parte la nostra perfezione. Noi stessi ci siamo dimenticati di come ascoltarci ed essere attenti soprattutto nel volerci bene, il nostro fisico lo maltrattiamo in ogni modo, partendo dalla cattiva alimentazione e via dicendo.

Teniamo presente che ogni sintomo o malessere è un messaggio che il fisico ci sta inviando, perché siamo in **squilibrio, dissonanza, disarmonia**, siamo in basse frequenze e come tali siamo in fase calante negativa, come sappiamo questo stato ci porta verso malesseri vari.

Essendo come detto procreati per essere perfetti ed il nostro organismo è impostato per potersi curare indipendentemente, dobbiamo cercare di capire meglio cosa ci sta indicando e intervenire con i vari metodi che possiamo avere.

Tengo inoltre a sottolineare che, queste tecniche olistiche di cui mi occupo, possono essere utilizzate per darsi una possibilità in più a quelle che sono le cure tradizionali, per qualsiasi patologia è fondamentale prendere in considerazione e seguire le prescrizioni del proprio medico curante.

Queste tecniche possono essere di aiuto per risolvere il problema primario, il quale ci indica quelle che sono le nostre emozioni a livello energetico.

***Tengo a precisare che tutto ciò che è riportato in queste pagine, non sono affatto cure mediche e non sostituiscono assolutamente ed in alcun modo le prescrizioni del proprio medico curante.***

***Quindi non sono ritenute cure ciò che propongo.***

Il nostro corpo in qualche modo ci parla con un linguaggio remoto, in tempi passati eravamo più portati ad osservare ed ascoltare ciò che ci accadeva, eravamo più propensi

ad ascoltare e prendersi cura indipendentemente. Per fortuna molte persone oggi si stanno risvegliando e prendono coscienza di questa **sapienza antica**.

Il nostro cervello è un computer formidabile come sappiamo, ha tutte le capacità di mettere in atto **potenzialità** che neppure possiamo immaginare.

Diamo uno sguardo a questa meraviglia di organo, il nostro cervello è composto da due emisferi:

**Emisfero sinistro:** opera su funzioni razionali, come intelletto, leggere, parlare, etc., esso è connesso al pensiero logico ed alla parte maschile.

**Emisfero destro:** gestisce la parte creativa, affettività ed emozionali, intuizioni, sentimento, etc., corrisponde alla recettività ed alla parte femminile.

Entrambi sono in collegamento tra loro e consente di scambiarsi le varie informazioni per poter avere l'insieme di tutte le indicazioni necessarie.

Il nostro cervello è molto complesso ed occorrerebbe avere una conoscenza molto profonda per capire il funzionamento.

Comunque sappiamo che se riusciamo ad essere **positivi** e mettere la giusta **intenzione**, siamo in grado di ottenere risultati eclatanti, è in grado di offrirci ottime opportunità di migliorarci.

Per avere la possibilità di gestire le proprie emotività, occorre essere pronti e determinati a fare un percorso di crescita personale, farlo indipendentemente può risultare difficile e a volte demoralizzante, proprio perché non si riesce a raggiungere i propri scopi, per questo è importante rivolgersi a un professionista come può essere il **“Coach Olistico”** con il quale sarà facile avere la motivazione giusta per **“ottenere”**.

Per arrivare ad un'auto-guarigione è fondamentale affrontare un processo consapevole nel poter ricercare la causa che provoca il sintomo del malessere, quindi andremo ad analizzare la causa che provoca quella determinata problematica, questo permetterà di trarne insegnamento e trovare il giusto rimedio tra le varie tecniche.

Per poter risolvere e ristabilire equilibrio è necessario cambiare la propria prospettiva di comportamento e di pensiero, come ben sappiamo se continuiamo ad **agire allo stesso**

**modo, otterremo sempre i soliti risultati**, quindi è necessario prendere la decisione di voler cambiare per migliorare.

Prendere coscienza che i nostri pensieri, le emozioni, le percezioni influiscono ed influenzano il nostro organismo delineando il benessere o malessere in base a come le collochiamo e riusciamo ad interpretarle.

Come dicevamo che ogni sintomo è un messaggio ben chiaro, quando siamo oppressi da una sintomatologia è fondamentale riflettere ed analizzare il motivo del perché ci sta affliggendo e cos'è che la sta provocando.

Ciò che segue è una mappa per orientarsi ed essere guidati alla risoluzione di alcune patologie sintomatiche, mi sono ispirato e preso spunto dalla pubblicazione: “**Il Grande Dizionario della MetaMedicina**” *Claudia Rainville*.

Iniziamo a guardare alcuni sintomi più generici, che tutti noi ne soffriamo.

# A

**Abbandono:** rottura di un legame;

domanda: *mi sono sentito abbandonato?*

**Acne:** conflitto interiore, paura del confronto con gli altri;

domanda: *mi sento messo da parte, non integrato nel gruppo di cui vorrei farne parte?*

**AIDS:** amore represso, paura della malattia, senso di colpa di essere vivo;

domanda: *vivo di autodistruzione per aver deluso famigliari con la mia nascita o per le mie scelte di vita?*

**Alcolismo:** senso di colpa di vivere e di aver ferito, di inadeguatezza, fuggire;

domanda: *quale avvenimento mi ha portato ad annegare le mie emozioni ed autodistruggermi?*

**Alitosi:** malevolenza, collera repressa, pensieri d'odio;

domanda: *provo collera per una situazione che considero ingiusta?*

**Allergie:** solitudine, soffocamento, difesa, evento non accettato, etc.;

domanda: *cosa può ricordarmi l'evento...? (questa patologia comune ha molte sfaccettature da poter analizzare).*

**Alopecia:** bellezza e forza, non sapere dove battere la testa;

domanda: *cos'è che mi crea insicurezza?*

**Alluce Valgo:** mettersi da parte, non assumere il proprio ruolo;

domanda: *ho difficoltà ad assumere il mio ruolo?*

**Amenorrea:** shock emozionali, abuso, paura di gravidanza;

domanda: *ho subito un abuso sotto varie forme?*

**Alzheimer:** memoria, senso del tempo;

domanda: *non mi sento in grado di affrontare difficoltà?*

**Anche:** indecisione, determinazione nell'andare avanti;

domanda: *non mi sento pronto per ciò che mi attende?*

**Anemia:** incredulità, mancanza di gioia, paura di vivere;

domanda: *mi sento incompreso o solo in mezzo agli altri?*

**Ano:** fine di un processo, lasciar andare qualcosa, qualcuno, sentirsi lacerati;

domanda: *mi sento diviso tra due situazioni?*

**Anoressia:** confusione, fuga, rinuncia, nutrizione, sentirsi in colpa;

domanda: *ho paura di prendere spazio o di spese eccessive per l'altro?*

**Ansia:** paura ignoto, insicurezza, disapprovazione di sé, sfiducia nella vita;

domanda: *come posso dominare la paura?*

**Apnea:** perdere il controllo, insicurezza, affettività;

domanda: *faccio sogni in cui ho paura...?*

**Aritmia:** traumi passati non liberati, forti emozioni bloccate;

domanda: *mi sento bloccato in una situazione traumatica del passato?*

**Arteriosclerosi:** giudizio eccessivo, tensioni emotive, grettezza;

domanda: *trattengo rimpianti che mi fanno soffrire?*

**Articolazioni:** mancanza flessibilità, rigidità emotiva, perfezionista;

domanda: *tendo a criticarmi e svalutarmi?*

**Asma:** mancanza di spazio, paura abbandono, attrarre attenzione;

domanda: *quali sono i vantaggi che attraggo dalle mie crisi?*

**Autismo:** distacco realtà, cosa possa essere accaduto dopo nascita, vaccini;

domanda: *l'anima può aver rifiutato la sua incarnazione?*



# B

**Balbuzie:** insicurezza, timore reazione del prossimo;

domanda: *sei stato sgridato, minacciato, rifiutato, ridicolizzato dal genitore?*

**Bipolarità:** difficoltà di scambio tra i due emisferi, scelta impossibile, delirio;

domanda: *quale scelta posso fare per essere in armonia con me stesso?*

**Bocca:** esprimere affetto, frustrazione, rimuginare;

domanda: *sono frustrato per non ricevere nutrimento, cibo, soldi, affetto?*

**Braccia:** capacità di prendere, responsabilità, prolungamento del cuore;

domande: *cos'è che prendo o non ho preso?*

**Bronchi:** lasciarsi andare, vitalità, problema familiare;

domanda: *mi sento soffocare dalla famiglia, relazione, professione?*

**Broncopolmonite:** non rispetto spazio vitale, scoraggiamento, non riuscire;

domanda: *non sono ascoltato, rispettato nel mio spazio vitale?*

**Bulimia:** autodistruttiva, paura di non piacere, abbandono;

domanda: *credo di non meritare di essere nato?*



**Calcoli:** cristallizzazione di pensieri, rancore, paura;

domanda: *quali pensieri negativi nutro per uno dei miei cari?*

**Capillari:** scambio con ambiente, sensibilità a fior di pelle;

domanda: *mi faccio ferire facilmente, trattengo ferite del passato?*

**Cataratta:** non guardare sofferenze, vedere futuro scuro;

domanda: *cosa mi sconsiglia e preferisco non vedere?*

**Caviglie:** negare piacere, senso colpa proprio orientamento, bloccato;

domanda: *mi sento in colpa di aver preso la mia strada ribellandomi ai miei?*

**Cefalea:** autonomia, individualità, centri energetici superiori;

domanda: *cos'è che mi crea insicurezza e provoca paura?*

**Cellulite:** emozioni trattenute, svalutazione, rimpianti;

domanda: *critico il mio fisico e svaluto il mio aspetto?*

**Cervelletto:** centro equilibrio, incapacità;

domanda: *ho perso il mio equilibrio, sicurezza o persona fidata?*

**Circolazione Sanguigna:** ricevere e lasciare andare, trattenere rimpianti, delusioni, rancori;

domanda: *provo frustrazione per ciò che mi aspetto dalle persone che amo?*

**Cisti:** bisogno affettivo, sostegno, approvazione;

domanda: *ho bisogno di approvazione per i miei progetti?*

**Coccige:** sopravvivenza, ansia, bisogni;

domanda: *ho paura di non provvedere ai miei bisogni e dei miei cari?*

**Colesterolo:** tensioni esterne interne, protezione;

domanda: *i pensieri di cui mi nutro sono di frequenza positiva o negativa?*

**Colite:** timore, esigo perfezione, sentirsi dilaniati;

domanda: *ho vissuto una situazione in cui mi sono sentito lacerato?*

**Colon:** rilasciare ciò di cui non si ha più bisogno, senso di ripugnanza;

domanda: *ho paura di creare dispiacere se non faccio ciò che si aspettano?*

**Costipazione:** rifiuto di eliminare idee ed emozioni, paura di disturbare;

domanda: *trattengo nell'agire temendo la reazione dell'altro?*

**Cuore:** problemi emotivi con noi stessi, mancanza di gioia, paura di perdita, stress e tensioni;

domanda: *ho paura di perdere ciò a cui tengo?*

# D

**Denti:** decisioni, capacità di afferrare il nuovo;

domanda: *chi è fonte di tensioni emotive?*

**Depressione:** tristezza, disperazione, delusione, fallimento;

domanda: *cos'è che mi ha tolto la voglia di vivere?*

**Dermatite:** disistima, vergogna, rifiuto di sé;

domanda: *Mi vergogno per ciò che gli altri non sanno di me?*

**Diabete:** tristezza per non essere sé stesso, non vivere la propria vita;

domanda: *mi sento triste per non essere riconosciuto per ciò che sono?*

**Diarrea:** disfarsi di qualcuno o qualcosa, lasciare andare;

domanda: *c'è una situazione che reputo ingiusta?*

**Dita:** sensi di colpa per dettagli, impazienza, rendersi insensibile;

domanda: *qual è il bisogno che non voglio ascoltare?*



**Eczema:** perdita contatto, assenza, separazione, mancanza di coccole;

domanda: *ho la sensazione di non essere me stesso?*

**Eiaculazione Precoce:** gestione eccitazione, sensazioni legate al primo rapporto, vedere compagna nel ruolo materno, assumere ruolo maschile;

domanda: *ho paura di non essere all'altezza della situazione?*

**Emorroidi:** costringersi in situazione spiacevole, rifiuto;

domanda: *mi sento in colpa per ciò che ho detto e mi sono pentito?*

**Ernia:** desiderio di rompere, sentirsi intrappolato;

domanda: *mi sento intrappolato nella situazione di coppia?*

7

**Febbre:** congestione tossica, rabbia cosa bolle in pentola;

domanda: *c'è stata un'esperienza mi ha fatto arrabbiare e voglio riposare?*

**Fegato:** ira, rabbia profonda, rancore, inquietudine o preoccupazioni rispetto a qualcosa in cambiamento, averne abbastanza;

domande: *ho provato rabbia o rancore per situazione ingiusta?*

**Fibromialgia:** non essere capito, insofferenza;

domanda: *ho sensazione di non essere compreso per ciò importante per me?*

**Flautolenza:** superare le difficoltà, grandi delusione;

domanda: *provo delusione da parte delle persone a cui tengo?*

**Fobia:** controllo sopravvivenza, risale alla nascita;

domanda: *ho paura di rivivere una situazione gravosa?*

**Formicolio:** il corpo ha necessità di riparare un tessuto;

domanda: *chiedo troppo da me stesso e mi sono caricato eccessivamente?*

**Foruncoli:** sensazione di non essere nel posto giusto, rabbia;

domanda: *ho subito un'offesa la quale mi irrita?*

**Frigidità:** incapacità di provare piaceri, disgusto per il gesto sessuale;

domanda: *senso disgusto o mancanza di desiderio per il partner?*





**Gambe:** incapacità a progredire, resistere al cambiamento;

domanda: *ho paura ad andare avanti ed ho sensi di colpa per le mie scelte?*

**Gastrite:** non essere rispettato, ingiustizia;

domanda: *qual è la situazione che non riesco a digerire?*

**Gengive:** dubbio, delusione, rimandare una decisione;

domanda? *Qual è la decisione che rinvio e per quale ragione?*

**Ghiandola Pineale:** irrequietezza, disturbo del sonno;

domanda: *il mio equilibrio è stato turbato da grandi preoccupazioni?*

**Ghiandola Tiroidea:** difficoltà esprimere bisogni, desiderio di mostrarsi;

domanda: *ho trovato chiusura dalla persona in cui volevo essere capito?*

**Ginocchia:** flessibilità, sottomissione, umiltà;

domanda: *ho difficoltà ad accettare suggerimenti e decisioni?*

**Gola:** paura ad esprimersi e ferire, collera non espressa, non trovare parole giuste, difficoltà di comunicare;

domanda: *reprimo le mie emozioni per non aggredire l'altro?*

9

**Ictus:** tenere energie per difendere ciò a cui si tiene;

domanda: *c'è una situazione al quale non scendo a compromessi?*

**Impotenza:** percepire compagna come madre, umiliazione, rancori per la ex;

domanda: *mi sento colpevole di provare piacere?*

**Incidente:** impedire le attività abituali, desiderio inconscio di farla finita;

domanda: *c'è una situazione al quale voglio sottrarmi?*

**Infiemmazione:** la risposta alla riparazione di un tessuto;

domanda: *ho vissuto un'esperienza e mi sono sentito aggredito?*

**Influenza:** sensazione di essere stanchi, bisogno di riposo;

domanda: *ho tirato troppo in certe situazioni?*

**Insonnia:** tensioni, preoccupazioni, inquietudini;

domanda: *cos'è che mi crea ansia e preoccupazione?*

**Intestino:** capacità di trattenere o lasciare andare, non accettazione, ribellione;

domanda: *sono preoccupato e mancanza di cose necessarie?*



**Labbra:** capacità di aprirsi, baciare;

domanda: *ho parlato troppo o poco?*

**Leucemia:** rifiuto e della vita, insicurezza di esistere, mancanza di gioia;

domanda: *sto vivendo un senso di svalutazione?*

**Linfa:** scambio con l'ambiente e bisogno di protezione;

domanda: *mi sento senza difese nei confronti dei miei?*

**Linfoma:** conservazione di ciò che spetta, lottare per ottenere;

domanda: *vivo conflitti nei quali non mi sento difese?*

**Lingua:** difficoltà ad esprimere ciò che pensiamo, problematiche legate al mangiare

**Lombalgia:** rigidità, paura per futuro, insicurezza piano materiale;

domanda: *cosa mi provoca insicurezza sul piano finanziario?*

**Lussazione:** non sono d'accordo;

domanda: *non sono d'accordo con ciò che mi viene chiesto di fare?*

# M

**Macchie scure sul viso:** vergogna, umiliazione, rancore;

domanda: *ho vissuto situazioni in cui mi sono sentito denigrato, ingannato?*

**Malattie autoimmuni:** disfunzione del sistema immunitario;

domanda: *mi sento in colpa di concedermi di vivere?*

**Malattie sessualmente trasmissibili:** senso di colpa nella sfera sessuale;

domanda: *sento vergogna e senso di colpa verso il sesso?*

**Mani:** abilità e capacità di donare e di ricevere;

domanda: *mi sento inadeguato in ciò che faccio?*

**Mastite:** paura di non avere figli;

domanda: *paura di perdere persone care?*

**Menopausa:** timore di invecchiare e non essere più attraente;

domanda: *ho paura di ritrovarmi inutile e sola?*

**Mestruazioni:** rappresentano femminilità, difficoltà di accettare femminilità;

domanda: *ho accettato l'idea di essere donna sinonimo di sofferenza?*

*N*

**Naso:** intuizione e capacità di sentire e provare;

domanda: *ho assenza di motivazione?*

**Nausea:** necessità di liberazione, rifiuto di cose o persone;

domanda: *cos'è che non digerisco?*

**Nervo sciatico:** paura di andare verso situazione incerta:

domanda: *cosa penso che possa accadermi?*



**Occhi:** capacità di vedere ed osservare le cose, percezione distorta;

domanda: *cosa vedo nella mia vita che non accetto?*

**Omosessualità:** fusione del principio Yin e Yang;

domanda: *cosa rifiuto della mia persona?*

**Orecchie:** paura di sentire, equilibrio interiore, recezione ed apertura;

domanda: *chi o cosa non voglio ascoltare?*

**Ossatura:** mancanza supporto, organizzazione evolutiva, principi credenze;

domanda: *mi sono sentito distrutto?*

**Ovaie:** femminilità e creatività;

domanda: *preoccupazione per i figli, a cosa tengo maggiormente?*





**Palato:** piacere sensi, diritto piacere;

domanda: *mi sento in colpa per essere goloso?*

**Peli:** proteggere e scaldare;

domanda: *provo rabbia per un mio caro?*

**Pelle:** relazioni, scambio e perdita contatto, separazione;

domanda: *mi sento minacciato nella mia libertà?*

**Pene:** principio maschile, perdita di gioia sessuale;

domanda: *mi sento usato per il piacere altrui?*

**Piedi:** perdita di stabilità nella vita, difficoltà a procedere;

domanda: *sento di girare senza uno scopo definito?*

**Pizzicore, prurito:** esasperazione, ansia, impazienza;

domanda: *sento che le cose non procedono velocemente?*

**Polmani:** rappresenta la vita, spazio, libertà;

domanda: *ho paura o desiderio di morire?*

**Prostata:** rappresenta la potenza maschile e potenza;

domanda: *ho paura di perdere forza ed invecchiare?*



**Raffreddore:** bisogno riposo, confusione pensieri;

domanda: *mi sento confuso e non so cosa fare?*

**Renj:** paura sopravvivenza, problemi avvelenamento;

domanda: *paura di perdere ciò che ho accumulato?*

**Rumatismi:** perfezione, amarezza, umiliazione;

domanda: *non mi sento degno di essere amato?*

**Russamento:** mancanza, bisogno affettivo;

domanda: *sono in conflitto per mancanza affettiva?*



**Schiena:** protezione, sostegno, come porsi;

domanda: *mi sento meno degli altri?*

**Screpolature:** sentimento solitudine, bisogno affetto;

domanda: *mi occupo troppo dei miei cari e non di me stesso?*

**Sistema immunitario:** mancanza di difesa;

domanda: *devo stare in guardia da chi può ferirmi?*

**Smagliature:** perdita di flessibilità e malleabilità nella coppia;

domanda: *mi mancano gesti teneri?*

**Sordità:** chiusura per non voler sentire;

domanda: *nei confronti di chi mi sono isolato?*

**Stomaco:** capacità di accettazione, dispiacere interno;

domanda: *cos'è che non riesco a digerire?*

**Strappo muscolare:** rottura, ribellione;

domanda: *i miei sforzi non danno risultati desiderati?*

7

**Tachicardia:** emozione rimandata;

domanda: *quale emozione mi opprime?*

**Tendinite:** essere arrabbiati con se stessi, collera per situazione;

domanda: *mi sento stanco di ciò che faccio?*

**Torcicollo:** rifiuto affrontare situazione;

domanda: *situazione che non guardo per non fare ciò che non mi va?*

**Tumore:** shock, forte turbamento emotivo, sensazione di fallimento;

domanda: *cos'è accaduto prima di molto traumatico?*

## U

**Ulcera:** aggressività rivolta all'interno, problemi potere;

domanda: *cos'è che mi suscita irritazione?*

**Utero:** rappresenta la sessualità;

domanda: *ho vissuto situazione che mi ha ferita e delusa?*

## V

**Vagina:** femminilità, ricettività, accoglienza;

domanda: *è possibile che vivo inquietudine nei confronti del partner?*

**Vene:** non riuscire a risolvere e vivere in armonia;

domanda: *mi trovo di fronte a problemi che non so risolvere?*

**Vescica:** emozioni legate al proprio territorio;

domanda: *mi sento invaso nel mio territorio?*

**Vomito:** rifiuto violento, schifo;

domanda: *cos'è che mi provoca nausea?*

## **E p i l o g o**

Credo che se tu sei arrivato fin qui ed hai letto con attenzione, avrai un'idea più ampia e chiara di cosa vuol dire “*Il Corpo Parla*”, sicuramente vorrai darti una possibilità in più per andare ad esplorare maggiormente, capire meglio quale sono le tue problematiche e come poterle risolvere al meglio.

Le emozioni sono parte integrante dell'essere umano e credo che valga la pena di dargli spazio e di poterle osservare con più attenzione.

Ognuno di noi purtroppo ha qualche emozione che provoca alcuni malesseri fisici, nel caso tu voglia capire di cosa si tratta o meglio cercare di approfondire per capire come gestirle e portare beneficio, puoi contattarmi ed insieme valutare la possibilità di intraprendere un percorso di crescita spirituale.

**Offro una prima sessione conoscitiva gratuita!**



**Mani**

insicurezza su ciò che stiamo svolgendo

**Braccia**

capacità di prendere ed eseguire

**Testa**

troppe preoccupazioni stress

**Collo**

autocommiserazione

**Seno**

collera frustrazione

**Schiena**

protezione e forti pesi da sostenere

**Fegato**

rabbia repressa

**Intestino**

trattenere o lasciare andare

**Gambe**

capacità di andare avanti

**Piedi**

avanzamento nella vita



Massimo Falegnami Nato a Prato il 01/08/1960

Diploma di Designer di Moda e Certificazione di **Omega Coach in Training**

*Mi definisco eclettico nel mio percorso professionale ho ricoperto svariati ruoli di responsabilità.*

*Ho operato nel mondo della moda per circa venticinque anni, avendo la possibilità di collaborare con aziende ed aziende di rilievo.*

*Per alcuni anni ho avuto un'agenzia di servizi per la persona, dove ho messo in campo le mie doti di consulente e formatore olistico.*

*Per oltre dieci anni operato nell'ambito del franchising, collaborando con vari marchi su diverse categorie merceologiche.*

*Al momento mi sto inserendo nel settore dell'editoria, avendo scritto 4 libri, raccolta poesie ed e-book, il mio orientamento letterario è direzionato al mondo olistico e spirituale, sono interessato all'aspetto della crescita personale e apportare benefici e miglioramento. Inoltre, mi occupo pure di angelologia, un campo molto affascinante anche se ritenuto etereo.*

*Mi sono dedicato all'arte e partecipato ad alcune mostre collettive, con uno stile materico, utilizzando anche materiali di recupero.*

Contatti:

**Per altre informazioni ed una consulenza contattami 3407204152**

**E-mail: [info@facilitatoreemozionale.it](mailto:info@facilitatoreemozionale.it)**

**web: [www.facilitatoreemozionale.it](http://www.facilitatoreemozionale.it)**