ESTRATTO DI RQI SPIRITO:

POSTURA D'INTEGRAZIONE EMISFERICA

MANUALE

ATTENZIONE

• È proibito ogni sfruttamento o divulgazione al di fuori del sito www.rqi.me.
Marco Fincati e QSARAS LTD si riservano di far valere i propri diritti legali e richiedere eventuali risarcimenti in caso di diffusione gratuita, sfruttamento commerciale, riproduzione, contraffazione e sottrazione non autorizzate, totali o parziali.
• Questo manuale e le tecniche descritte sono da intendersi per uso personale. Sono vietati l'utilizzo su terzi e l'insegnamento non autorizzati.
• Le tecniche, procedure e tecnologie connesse non sono da intendersi come sostitutive di trattamenti medici o psicologici, prescritti da professionisti autorizzati.
• Se sei già un terapeuta professionista e utilizzi quanto appreso sui tuoi pazienti senza autorizzazione, lo fai sotto la tua diretta responsabilità. È vietato utilizzare il nome RQI, Facilitatore RQI o Facilitatore alle Biotecnologie Olistiche o tutto ciò collegato al sito www.rqi.me per promuovere la tua attività di terapeuta senza autorizzazione.
Marco Fincati e QSARAS LTD si riservano di far valere i propri diritti e richiedere eventuali risarcimenti in caso di danni economici o di immagine derivanti da un utilizzo scorretto o non autorizzato di quanto appreso.

FACCIAMO TUTTO QUESTO PER MANTENERE EFFICACE IL METODO RQI, PER LE PERSONE CHE VOGLIONO COLLABORARE CON NOI O PER DIVULGARE QUESTE INFORMAZIONI, CONTATTACI ALLA MAIL: info@rqi.me

O SEMPLICEMENTE CONDIVIDI IL SITO www.rqi.me

www.rqi.me/

TECNICA
Postura d'integrazione emisferica (P.I.E.)

La postura d'integrazione emisferica è una tecnica che ha diverse applicazioni.
La procedura qui riportata è quella che si utilizza all'interno del Master, dove viene utilizzata come tecnica a sé stante. Gli altri usi della P.I.E. sono riassunti in seguito.

Procedura

- Centratura;
- Test di comunicazione con l'inconscio;
- Mantenendo il mento parallelo al pavimento e lo sguardo rivolto verso il basso,
  1. Trovare l'incrocio delle caviglie:
     incrociare i piedi mettendoli uno sopra l'altro (ad esempio il destro sul sinistro). Aspettare 5/10 secondi e poi testare. Se risulta debole, rifare il test con l'incrocio opposto (ad esempio il sinistro sul destro).
     Se risultano entrambi deboli, bere acqua e riprovare;
  2. Trovare l'incrocio dei polsi:
     mantenendo l'incrocio delle caviglie risultato forte al test, alzare le braccia davanti a sé tenendole parallele al pavimento e mettendo una mano sopra l'altra (ad esempio la destra sulla sinistra). Aspettare 5/10 secondi e poi testare. Se risulta debole, rifare il test con l'incrocio opposto (ad esempio la sinistra sulla destra).
     Se risultano entrambi deboli, bere acqua e riprovare;
- Mantenendo gli incroci delle caviglie e dei polsi risultati forti ai test, chiudere gli occhi e la posizione. Ripetere mentalmente il problema fino a quando non si percepisce un cambiamento emotivo o fisico.
- Sciogliere la posizione non appena si percepisce un cambiamento.
- Lock in: aprire gli occhi e unire i polpastrelli delle dita per 10 secondi portando l'attenzione alla sensazione che percepiamo nel punto di contatto tra le dita.
  Questo passaggio è molto importante poiché serve per salvare il lavoro fatto.

Altre applicazioni

1. La postura di integrazione emisferica può anche essere usata quando si è in **sovrastress** (nome vero e nome falso sono entrambi forti al test muscolare). In tal caso, non si testano gli incroci dei piedi e delle mani, ma si incrociano a piacere.
   - Se si è "visivi" si immagina un posto tranquillo e sereno, dove ci si senta al sicuro;
   - Se si è "uditivi" si ripete dentro di sé una frase o una parola che ci rilassa, ad esempio "sono tranquillo", "sono sereno", ecc.;
   - Se si è "cinestesici" si porta l'attenzione al respiro o ad un pensiero/ricordo piacevole.

2. La postura di integrazione emisferica può essere inoltre usata prima di andare a dormire.