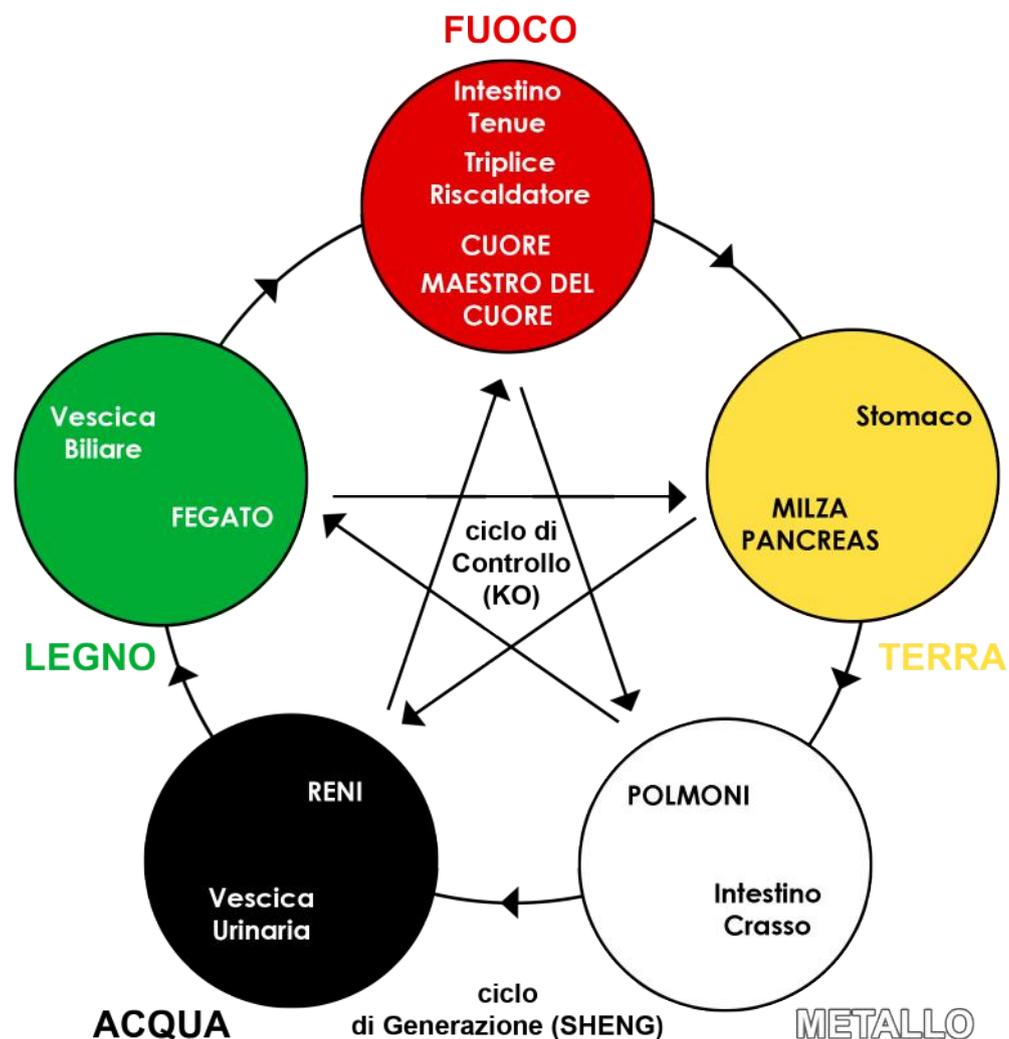


Riflessologia Metodo Goodlife

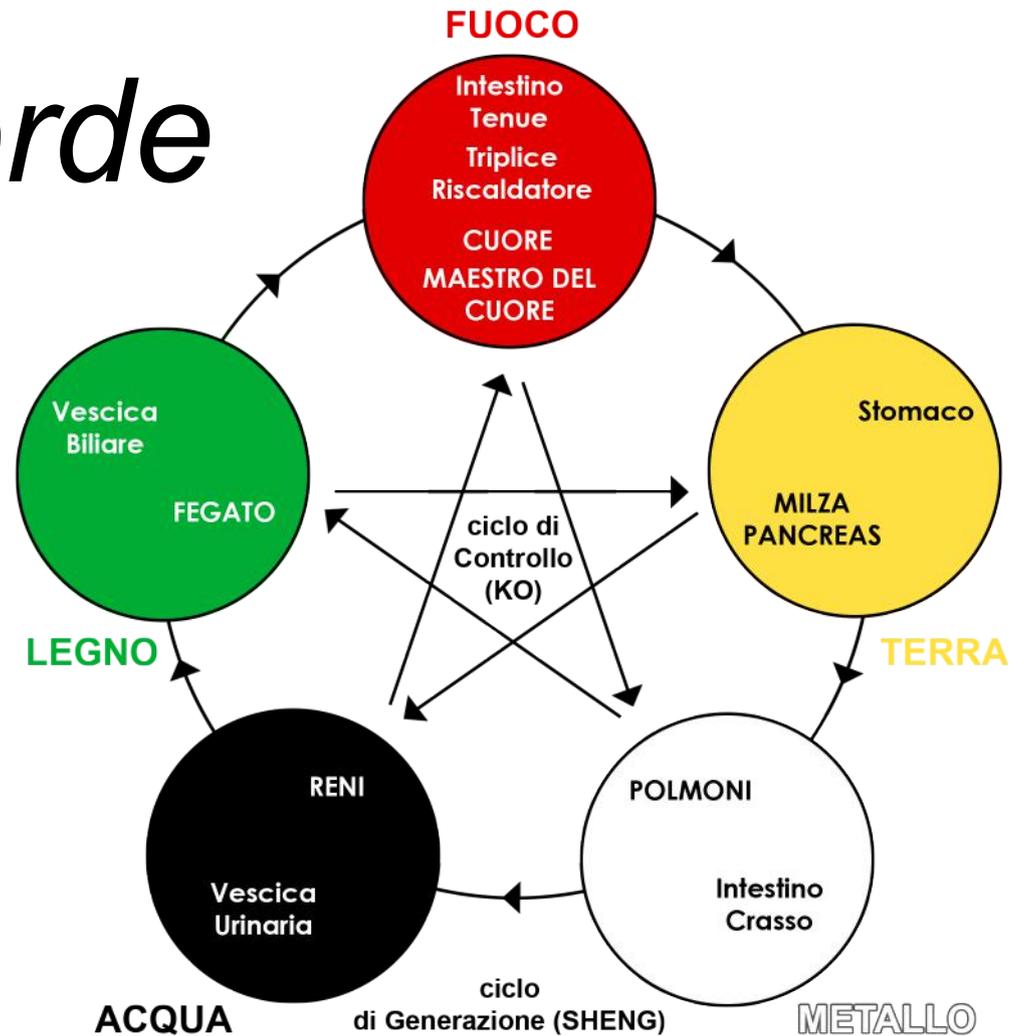
- 15 elementi
- Elemento Verde
- Elemento Rosso
- Elemento Giallo
- Elemento Bianco
- Elemento Nero



Riflessologia Metodo Goodlife

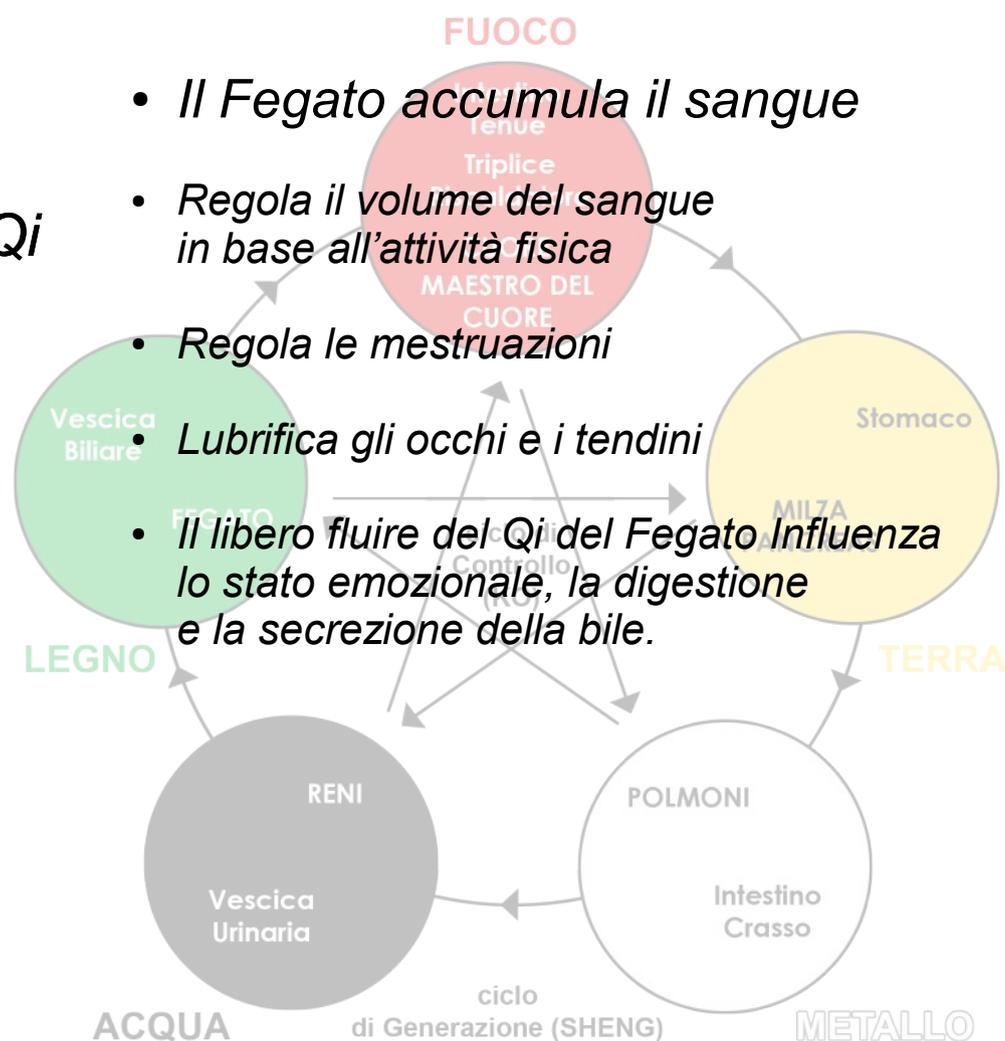
•Elemento Verde

Cosa rappresenta?



Riflessologia Metodo Goodlife

- Accumula il sangue
- Assicura il libero fluire del Qi
- Controlla i tendini
- Si manifesta nelle unghie
- Si apre negli occhi
- Controlla le lacrime
- Gestisce la rabbia



- Il Fegato accumula il sangue
- Regola il volume del sangue in base all'attività fisica
- Regola le mestruazioni
- Lubrifica gli occhi e i tendini
- Il libero fluire del Qi del Fegato influenza lo stato emozionale, la digestione e la secrezione della bile.

Riflessologia Metodo Goodlife

Controlla i tendini

- Sangue del Fegato nella norma: tendini elastici e articolazioni libere, libertà di movimento
- Sangue del Fegato in deficit: crampi, intorpidimenti, parestesie
- Stasi del sangue del Fegato: rigidità articolare, dolore articolare.
- **Si apre negli occhi e controlla le lacrime**
- Sangue del Fegato normale: visione buona
- Deficit del sangue del Fegato: visione offuscata, fosfesi, miopia, occhi secchi con sensazione di sabbia nell'occhio
- Deficit di yin del Fegato: occhi secchi con sensazione di sabbia nell'occhio
- Stasi di sangue del Fegato: dolore agli occhi
- Risalita di yang del Fegato: occhi umidi
- Fuoco di Fegato: occhi secchi e iniettati di sangue (possono essere anche gonfi rossi e dolenti)
- Vento di Fegato: movimenti involontari degli occhi
- Declino del jing dei Reni: malattie oculari croniche
- Fuoco del Cuore: declino della vista e secchezza degli occhi



Riflessologia Metodo Goodlife

ASSOCIAZIONI

Suono: URLO E PIANTO MANIFESTATO

Emozione: RABBIA

Orifizio: OCCHI

Senso: VISTA

Tessuto: MUSCOLI, TENDINI, UNGHIE

Organo Yin: FEGATO

Organo Yang: CISTIFELLEA

Ghiandola: FEGATO ENDOCRINE

Orario energetico: FEGATO 1:00-3:00

Orario energetico: CISTIFELLEA 13:00-15:00

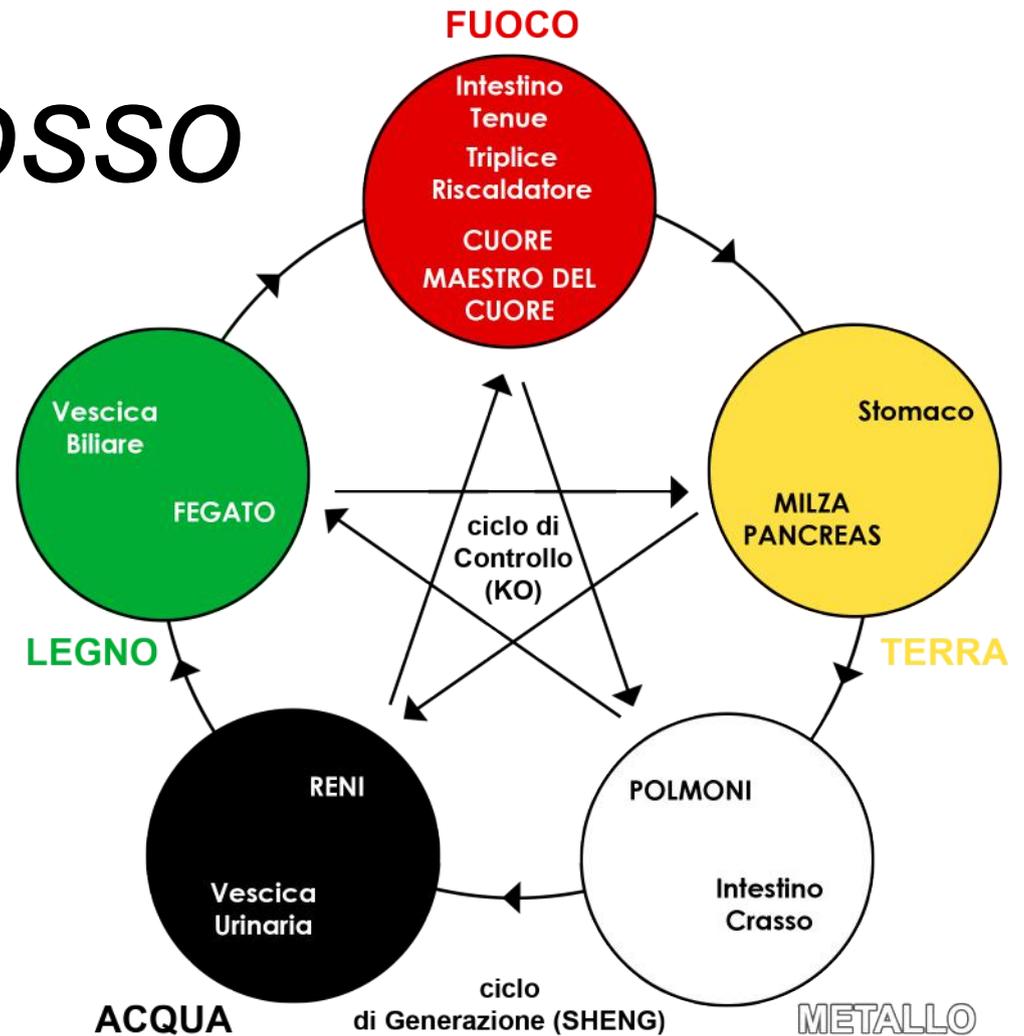
Organo di manifestazione 1°: MUSCOLI & TENDINI

Organo di manifestazione 2°: UNGHIE

Riflessologia Metodo Goodlife

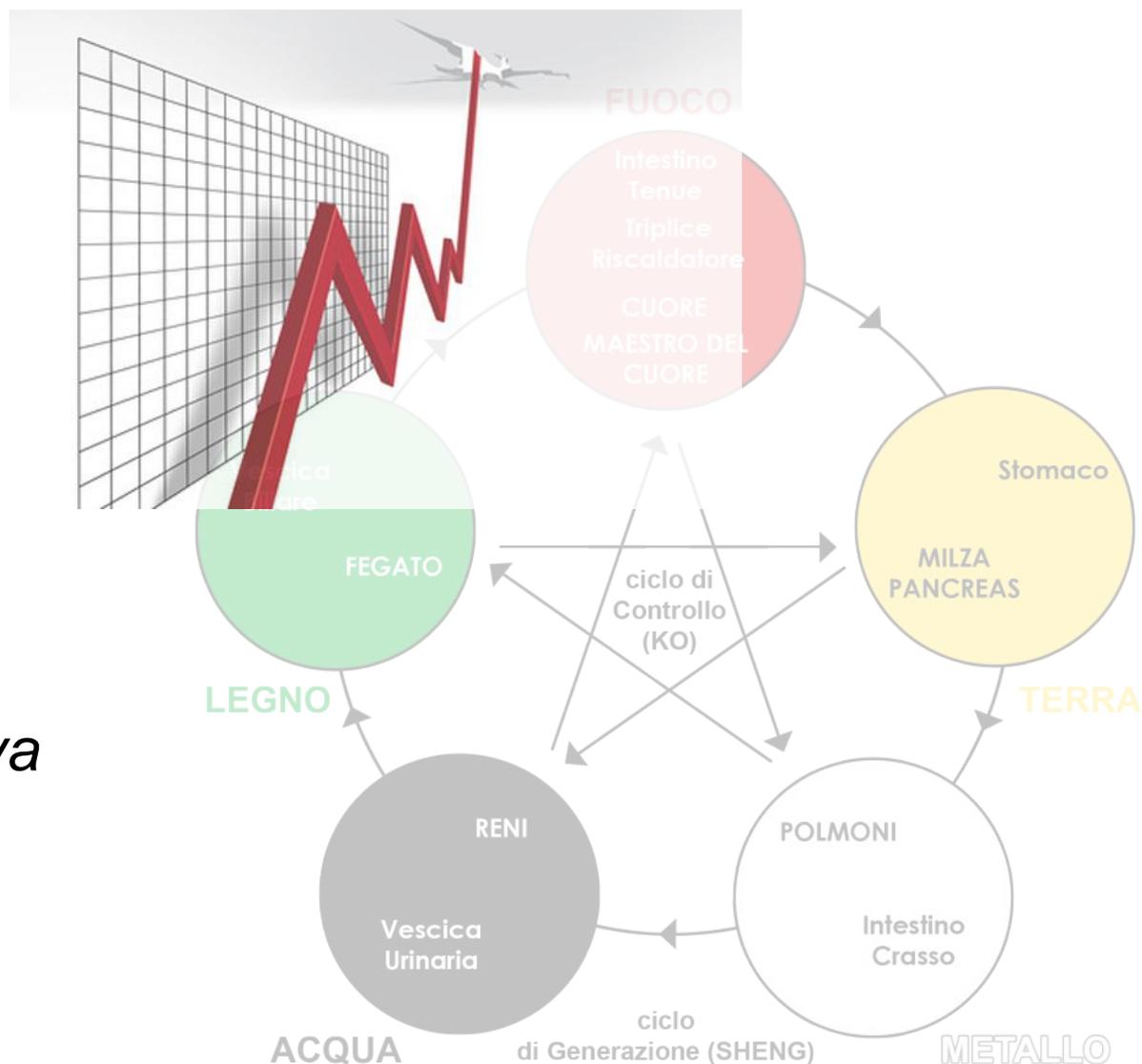
•Elemento Rosso

Cosa rappresenta?



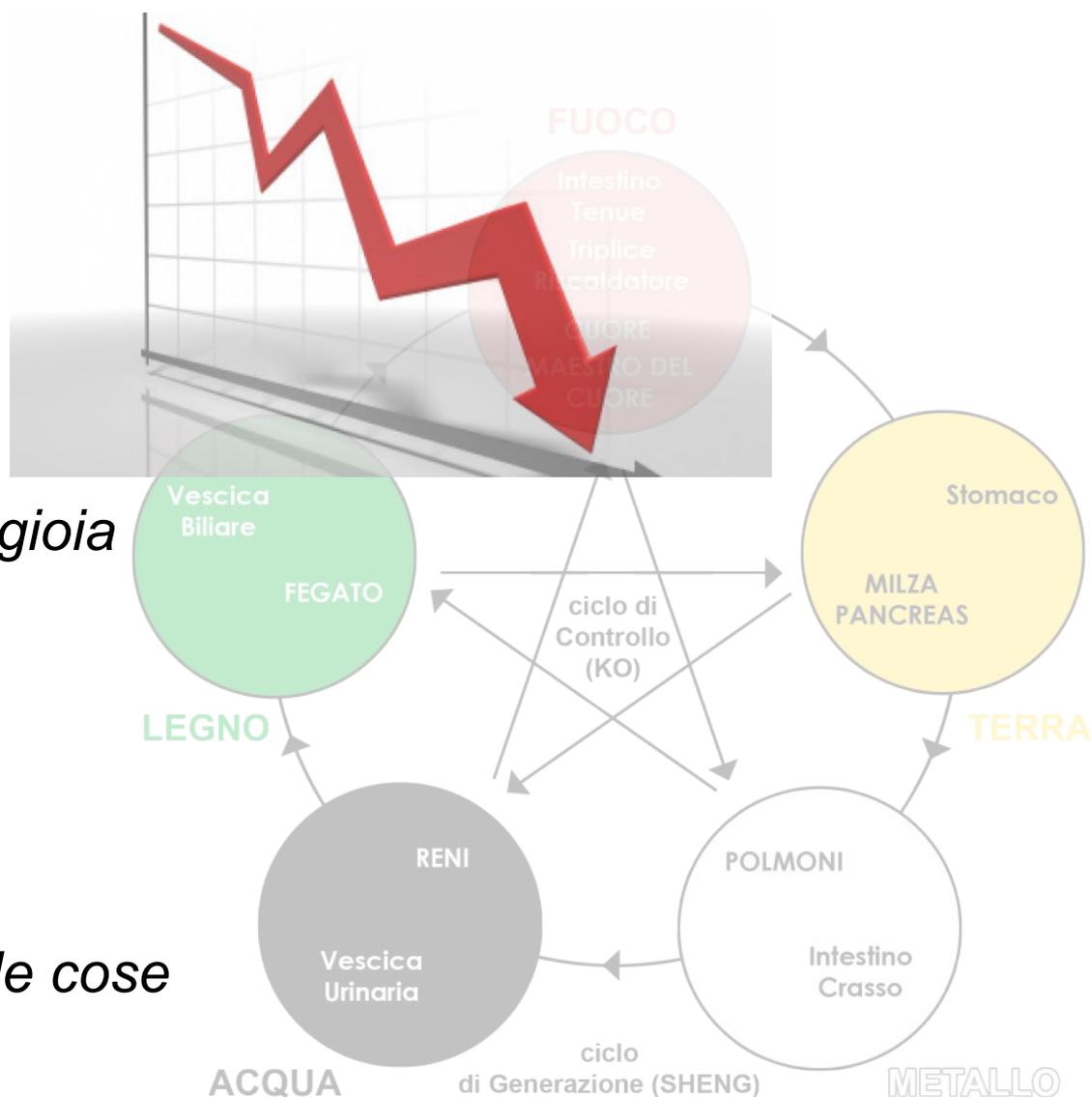
Riflessologia Metodo Goodlife

- Gioia
- Amore
- Felicità
- Ilarità
- Fervore
- Passione
- Affettività
- Umorismo
- Carisma
- Socievolezza
- Empatia
- Capacità intellettiva
- Logica veloce
- Calore
- Espansività
- Voglia di vivere
- Estroversione



Riflessologia Metodo Goodlife

- *Ansia*
- *Nervosismo*
- *Isteria*
- *Ipereccitabilità*
- *Agitazione*
- *Odio*
- *Incapacità di amare*
- *Manie*
- *Eccesso o carenza di gioia*
- *Ilarità eccessiva*
- *Riso isterico*
- *Dislessia*
- *Battere i denti*
- *Freddezza emotiva*
- *Iperprotettività*
- *Incapacità di vagliare le cose*
- *Balbuzia*
- *sudore*



Riflessologia Metodo Goodlife

ASSOCIAZIONI

Direzione: SUD

Stagione: ESTATE

Giornata: MEZZOGIORNO

Istante della vita: ADOLESCENZA

Clima: CALDO

Colore: ROSSO

Funzione 1: CIRCOLAZIONE – ASSORBIMENTO

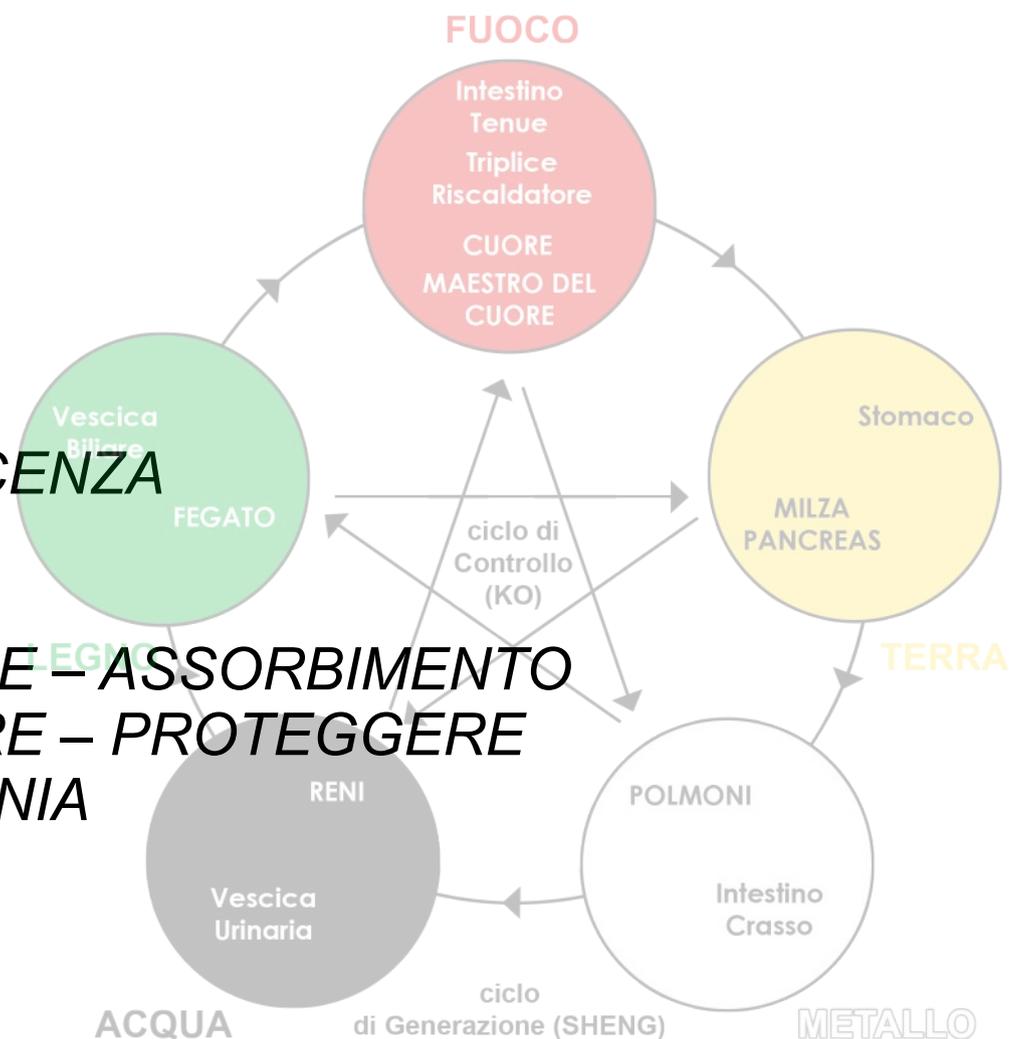
Funzione 2: INTERPRETARE – PROTEGGERE

Comportamento: MALINCONIA

Sapore: AMARO

Odore: BRUCIATO

Secrezione: SUDORE



Riflessologia Metodo Goodlife

Suono: RISATA

Emozione: GIOIA

Orifizio: LINGUA, CONDOTTO UDITIVO

Senso: PAROLA

Tessuto: VASI SANGUIGNI

Organo Yin: CUORE

Organo Yang: INTESTINO TENUE

Ghiandola: TIROIDE & IPOFISI

Orario energetico: CUORE 11:00-13:00

Orario energetico: INTESTINO TENUE 13:00-15:00

Orario energetico: MAESTRO DEL CUORE 19:00-21:00

Orario energetico: TRIPLICE RISCALDATORE 21:00-23:00

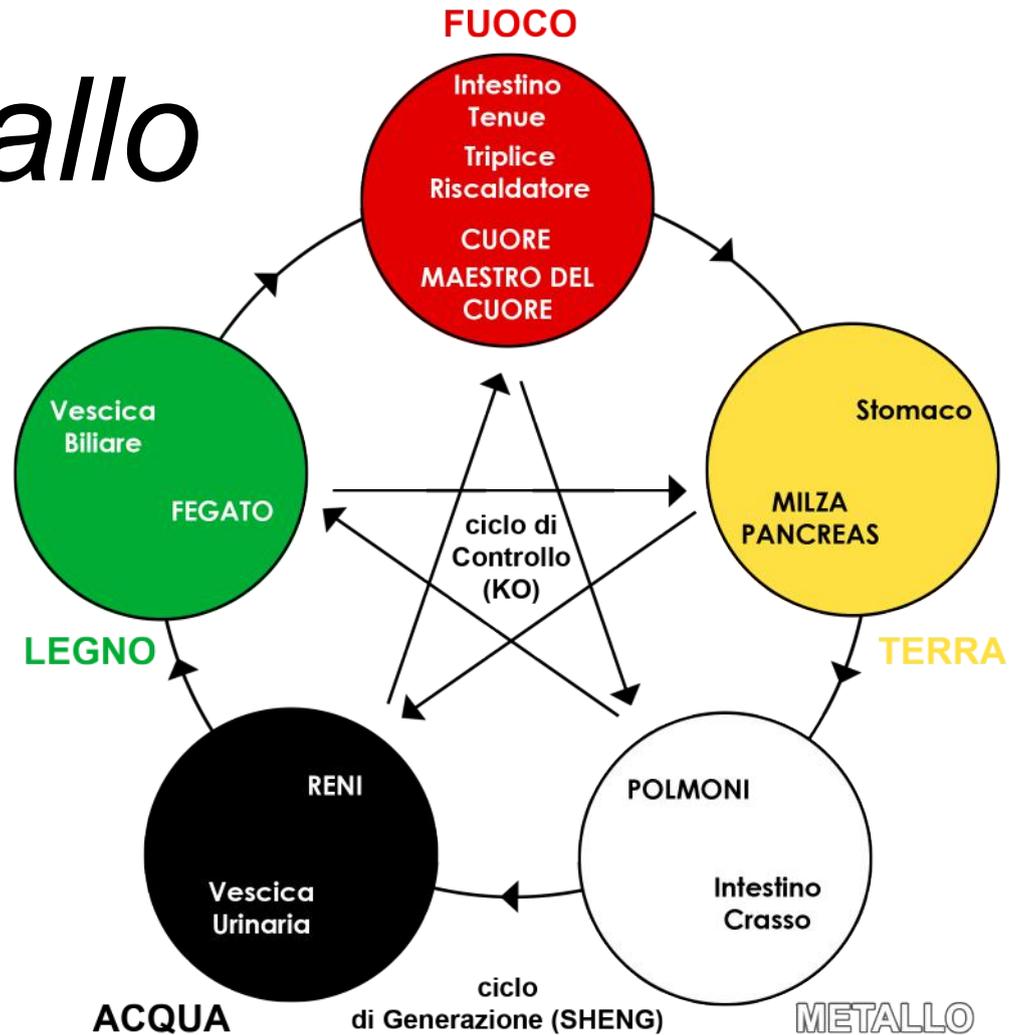
Organo di manifestazione 1°: SIST. CIRCOLATORIO

Organo di manifestazione 2°: VALVOLE SANGUIGNE

Riflessologia Metodo Goodlife

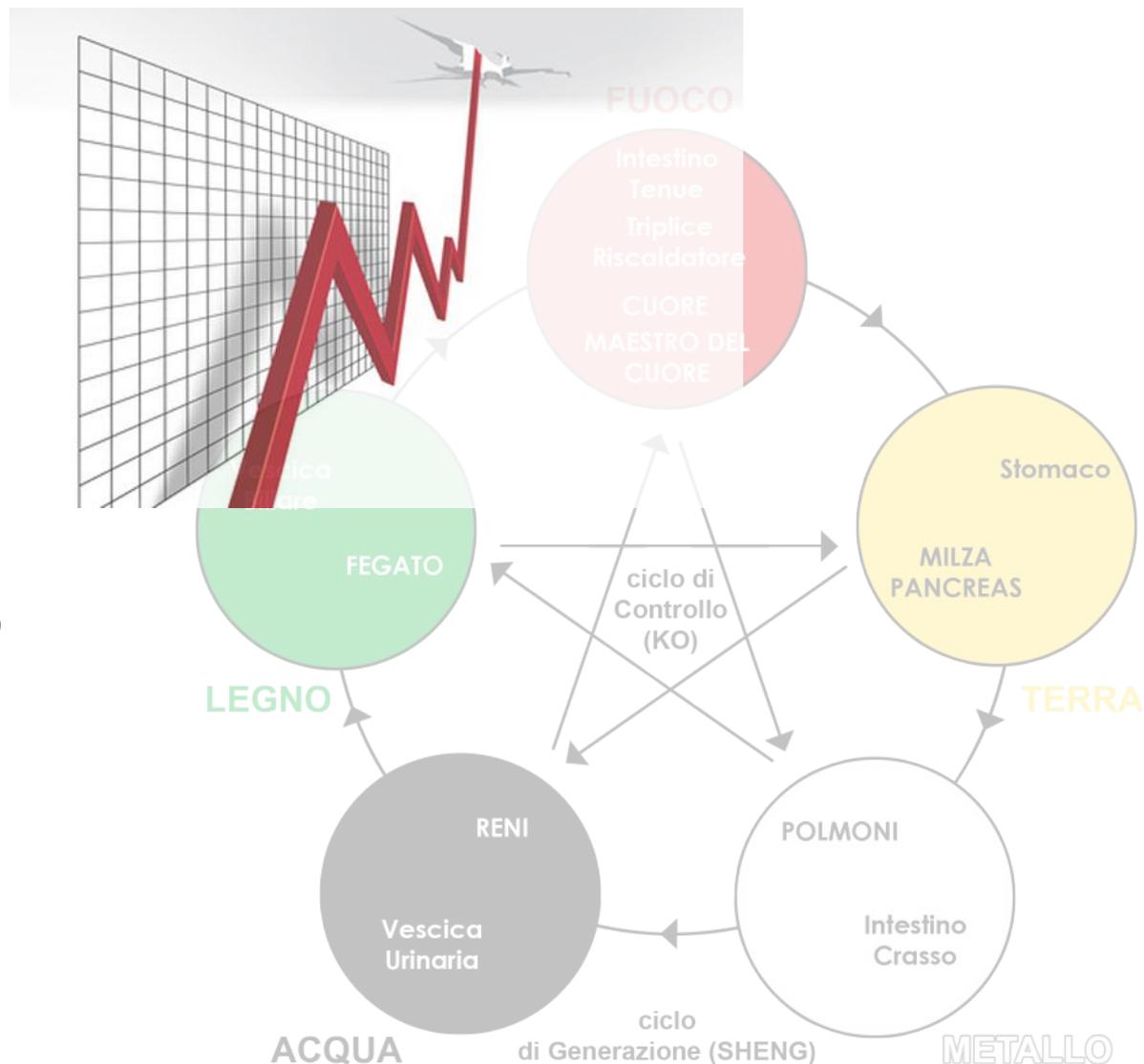
•Elemento Giallo

Cosa rappresenta?



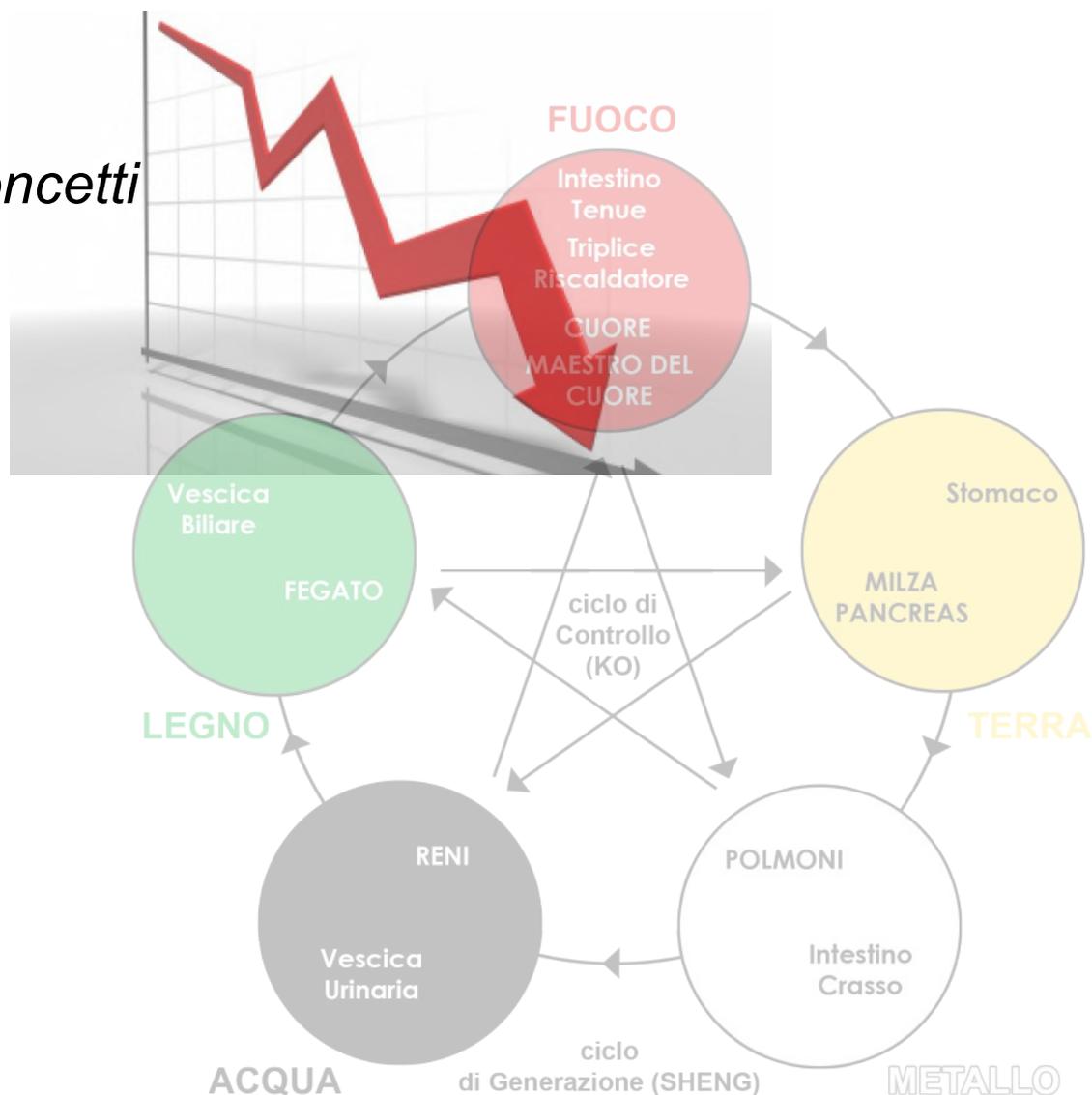
Riflessologia Metodo Goodlife

- *Equilibrio*
- *Fermezza*
- *Il centro*
- *Precisione*
- *Fertilità*
- *Serenità*
- *Trasformazione*
- *Riflessione*
- *Saggezza*
- *Compassione*
- *Assimilazione*



Riflessologia Metodo Goodlife

- Preoccupazione
- Fissarsi su idee e concetti
- Rimuginare
- Ripensamento
- Ingenuità
- Timidezza
- Eccessi
- L'attirare attenzione
- Depressione
- Disordine
- Perdita di tempo
- Dubbi
- Incertezze



Riflessologia Metodo Goodlife

ASSOCIAZIONI

Direzione: CENTRO

Stagione: STAGIONI DI MEZZO

Giornata: POMERIGGIO

Istante della vita: MATURITÀ'

Clima: UMIDO

Colore: GIALLO – MARRONE

Funzione: DIGESTIONE

Comportamento: RUTTARE

Sapore: DOLCE

Odore: DOLCIASTRO

Secrezione: SALIVA PASTOSA

Riflessologia Metodo Goodlife

Suono: CANTO

Emozione: PREOCCUPAZIONI

Orifizio: BOCCA, LABBRA

Senso: GUSTO

Tessuto: CARNE - CONNETTIVO

Organo Yin: MILZA

Organo Yang: STOMACO

Ghiandola: PANCREAS

Orario energetico: MILZA&PANCREAS 9:00-11:00

Orario energetico: STOMACO 7:00-9:00

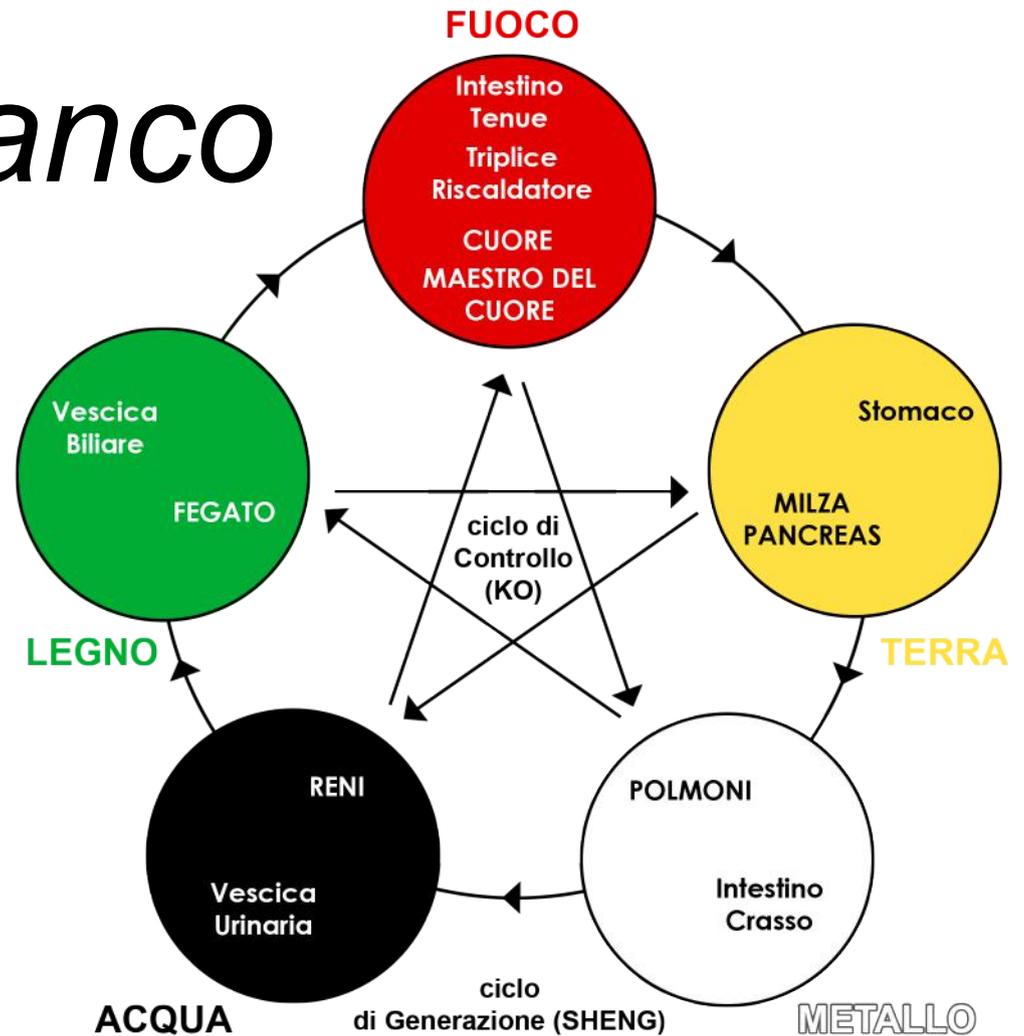
Organo di manifestazione 1°: TESSUTO CONNETTIVO

Organo di manifestazione 2°: BOCCA

Riflessologia Metodo Goodlife

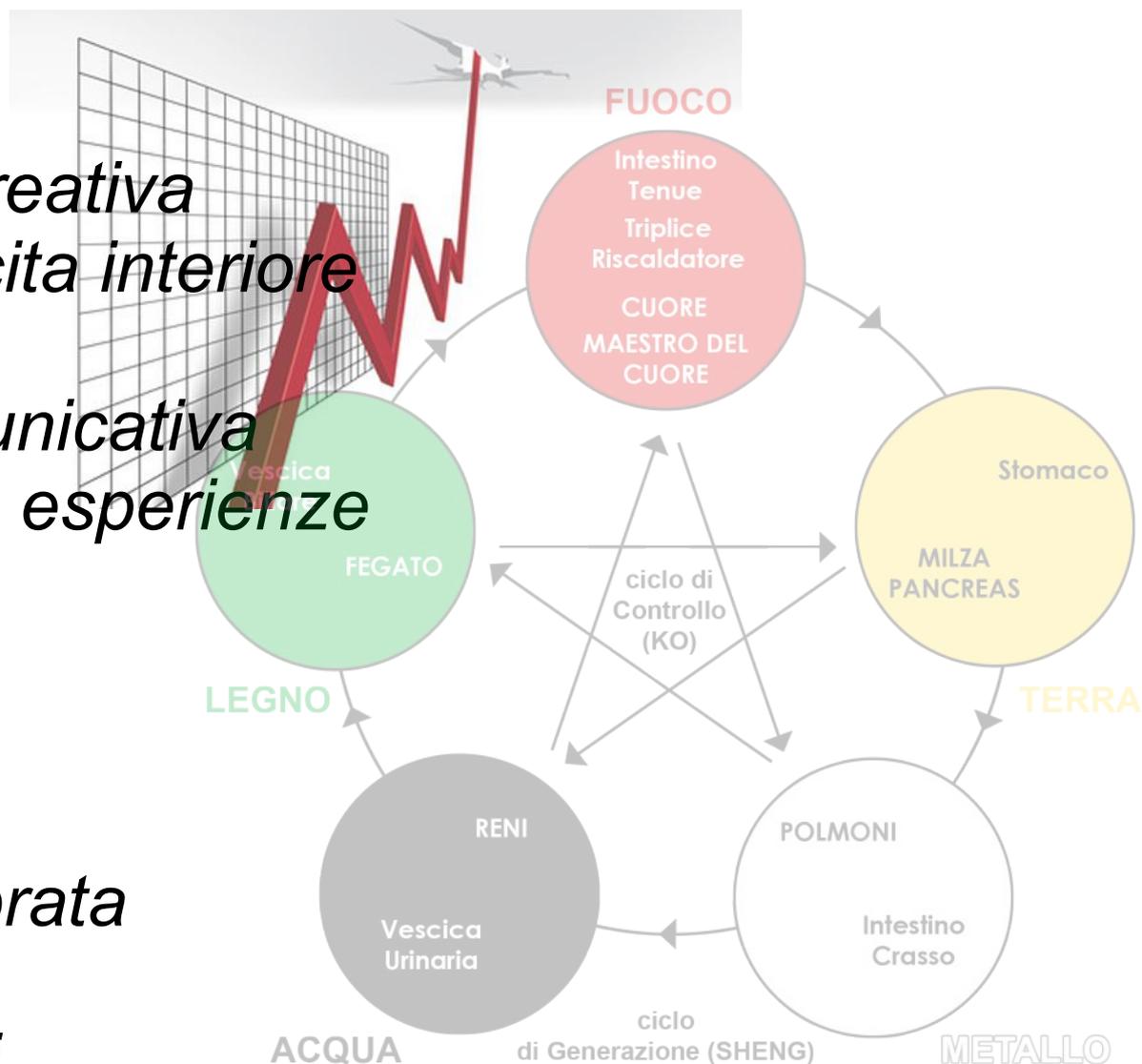
•Elemento Bianco

Cosa rappresenta?



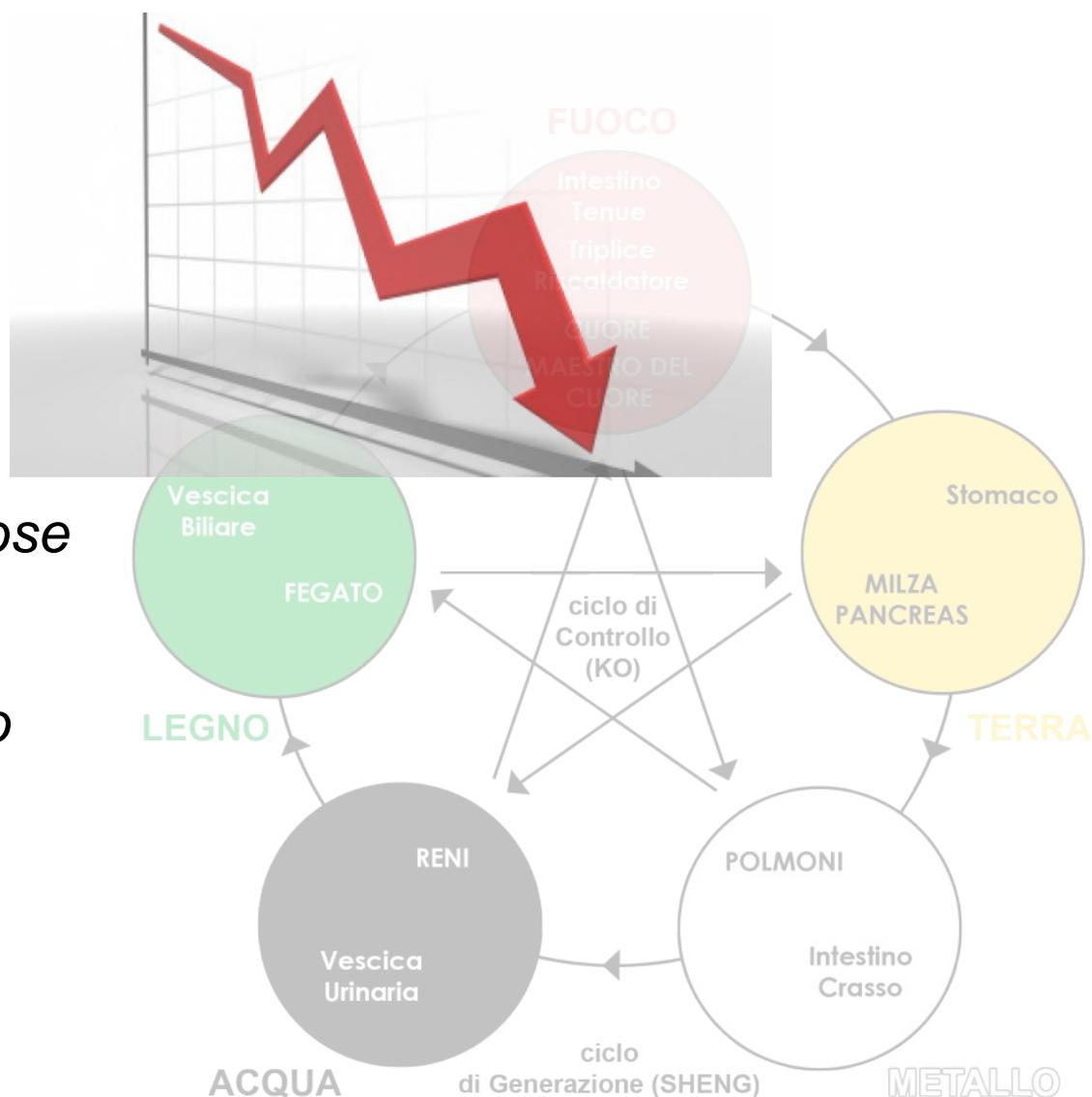
Riflessologia Metodo Goodlife

- Introspezione
- Introversione creativa
- Ricerca e crescita interiore
- Giustizia
- Coerenza comunicativa
- Interiorizzare le esperienze
- Fiducia
- Onestà
- Ispirazione
- Creatività
- Ragione equilibrata
- Vigore
- Rapporti sociali



Riflessologia Metodo Goodlife

- Malinconia
- Tristezza
- Dolore interiore
- Automatismi
- Azioni di riflesso
- Inflessibilità
- Durezza emotiva
- Attaccamento alle cose
- Critica continua
- Pignoleria
- Raziocinio eccessivo
- Pianto trattenuto
- Solitudine
- Ipocondria
- Isolamento
- indifferenza



Riflessologia Metodo Goodlife

ASSOCIAZIONI

Direzione: OVEST

Stagione: AUTUNNO

Giornata: TRAMONTO

Istante della vita: VECCHIAIA

Clima: SECCO

Colore: BIANCO

Funzione: SCAMBIO CON L'ESTERNO

Comportamento: TOSSIRE - GRATTARSI

Sapore: PICCANTE

Odore: MARCIO NAUSEANTE

Secrezione: MUCO

Riflessologia Metodo Goodlife

Suono: PIANTO INTERNO

Emozione: TRISTEZZA

Orifizio: NASO

Senso: ODORATO

Tessuto: PELLE

Organo Yin: POLMONI

Organo Yang: INTESTINO CRASSO

Ghiandole: OVAIE/TESTICOLI

Orario energetico: POLMONI 3:00-5:00

Orario energetico: INTESTINO CRASSO 5:00-7:00

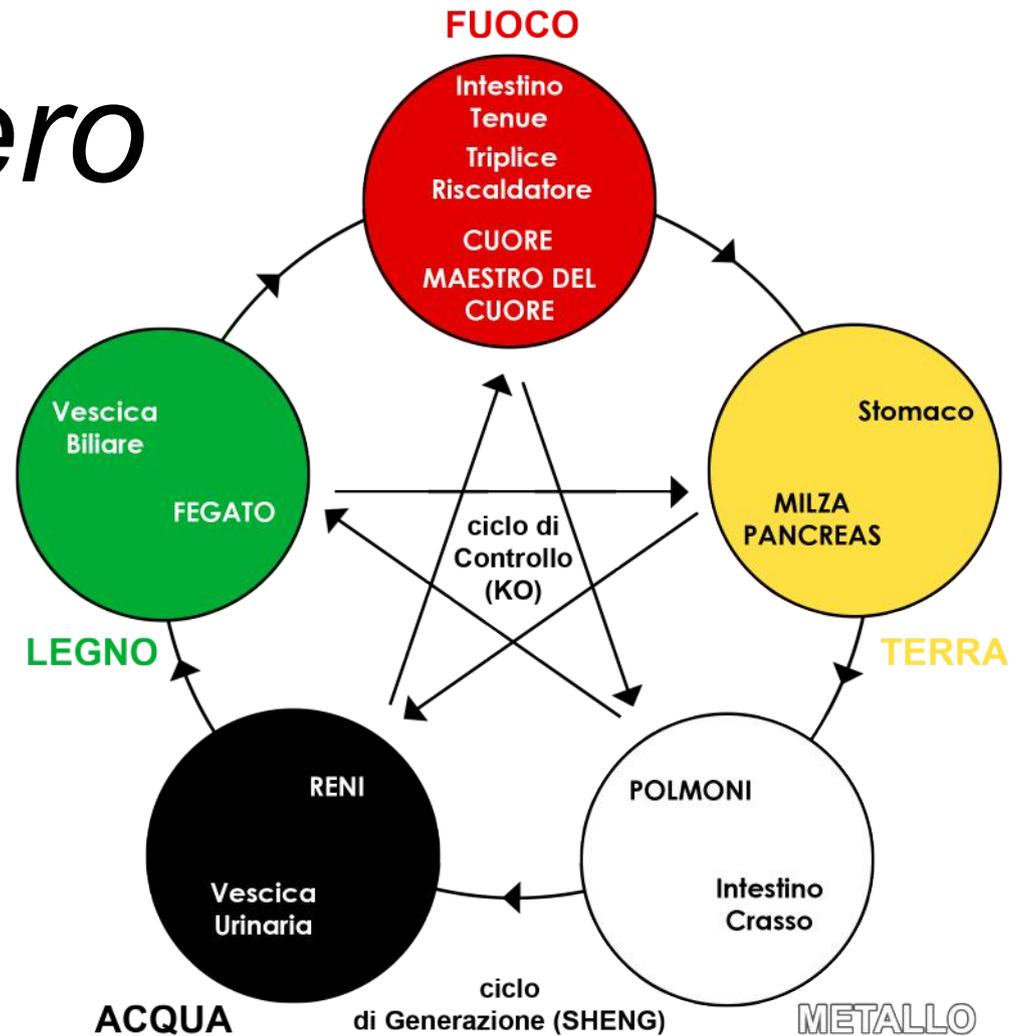
Organo di manifestazione 1°: PELLE

Organo di manifestazione 2°: PELURIA

Riflessologia Metodo Goodlife

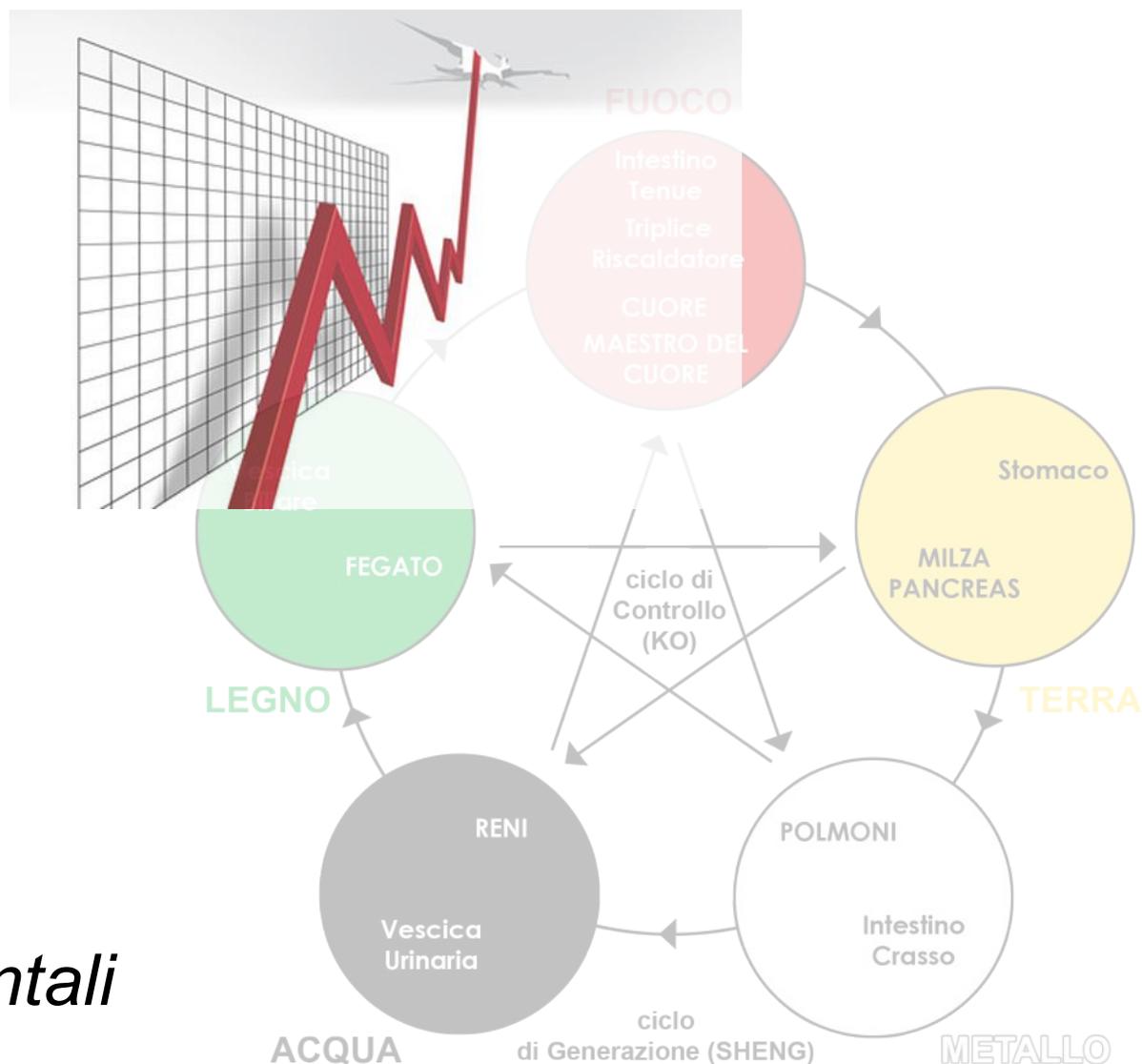
• *Elemento Nero*

Cosa rappresenta?



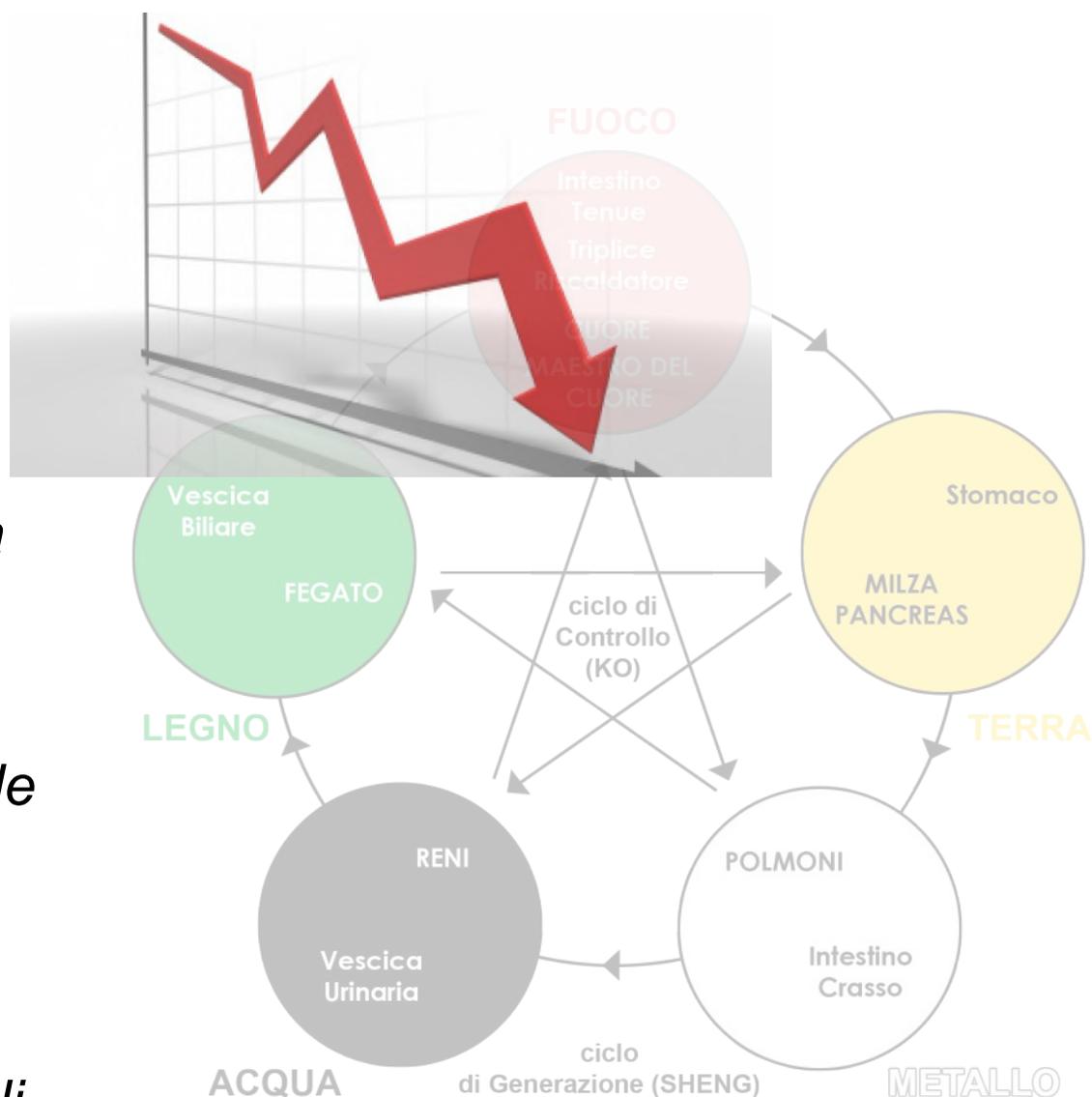
Riflessologia Metodo Goodlife

- *Volontà*
- *Vitalità*
- *Fecondità*
- *Ambizione*
- *Potenzialità*
- *Adattamento*
- *Rinnovamento*
- *Motivazione*
- *Grinta*
- *Pace d'animo*
- *Premura*
- *Costanza*
- *Alte facoltà mentali*
- *Attenzione*



Riflessologia Metodo Goodlife

- Paure
- Pensieri
- Terrore
- Tremore
- Freddo
- Depressione
- Mancanza di voglia
- Mancanza di volontà
- Frigidità
- Stagnazione
- Profonda emotività
- Censura sentimentale
- Solitudine
- Riservatezza
- Inquietudine
- Sterilità
- Basse facoltà mentali



Riflessologia Metodo Goodlife

ASSOCIAZIONI

Direzione: NORD

Stagione: INVERNO

Giornata: NOTTE

Istante della vita: MORTE

Clima: FREDDO

Colore: NERO

Funzione: PURIFICAZIONE – SPINTA

Comportamento: TREMARE

Sapore: SALATO

Odore: PUTRIDO

Secrezione: SALIVA, SPERMA, SECREZIONI VAGINALI

Riflessologia Metodo Goodlife

Suono: LAMENTO

Emozione: PAURA

Orifizio: ORECCHIE

Senso: UDITO

Tessuto: OSSA, DENTI, MIDOLLO

Organo Yin: RENI

Organo Yang: VESCICA

Ghiandola: SURRENI

Orario energetico: RENI 17:00-19:00

Orario energetico: VESCICA 15:00-17:00

Organo di manifestazione 1°: OSSA

Organo di manifestazione 2°: DENTINA