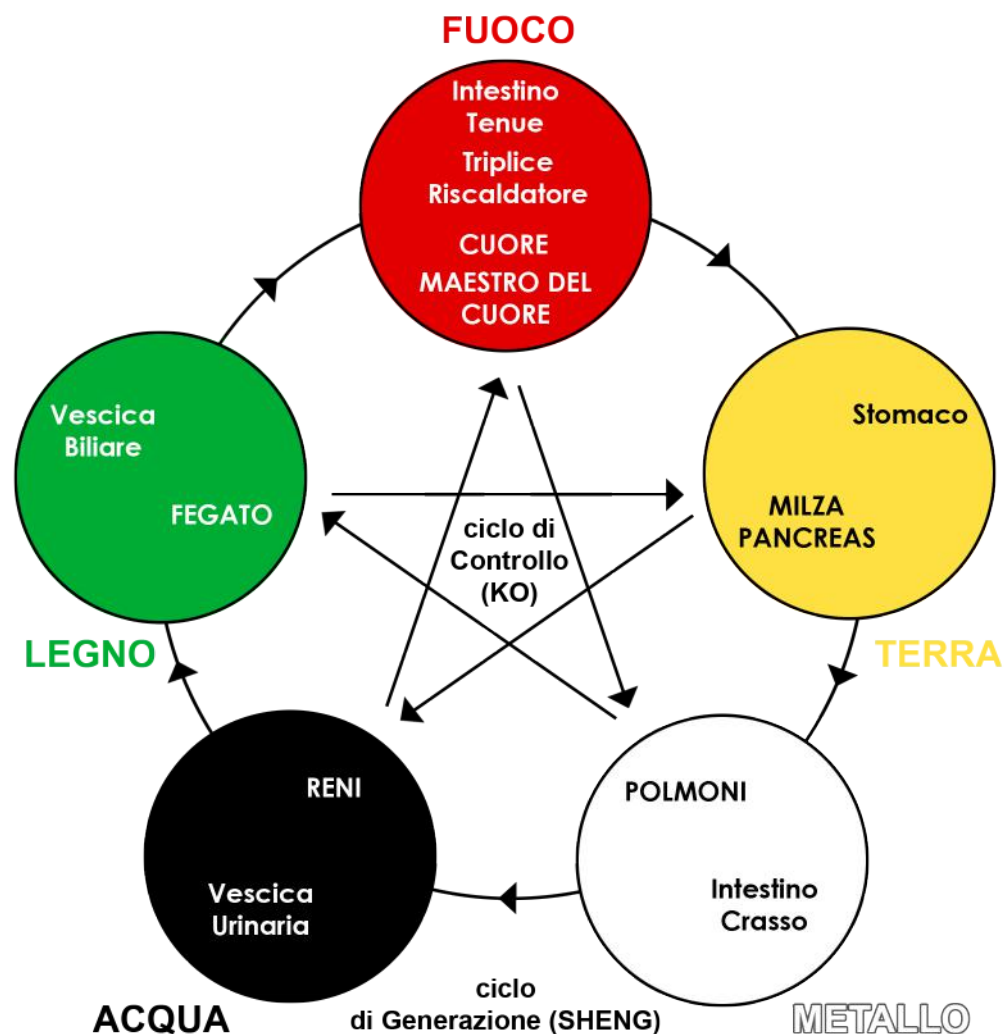


# Riflessologia Metodo Goodlife

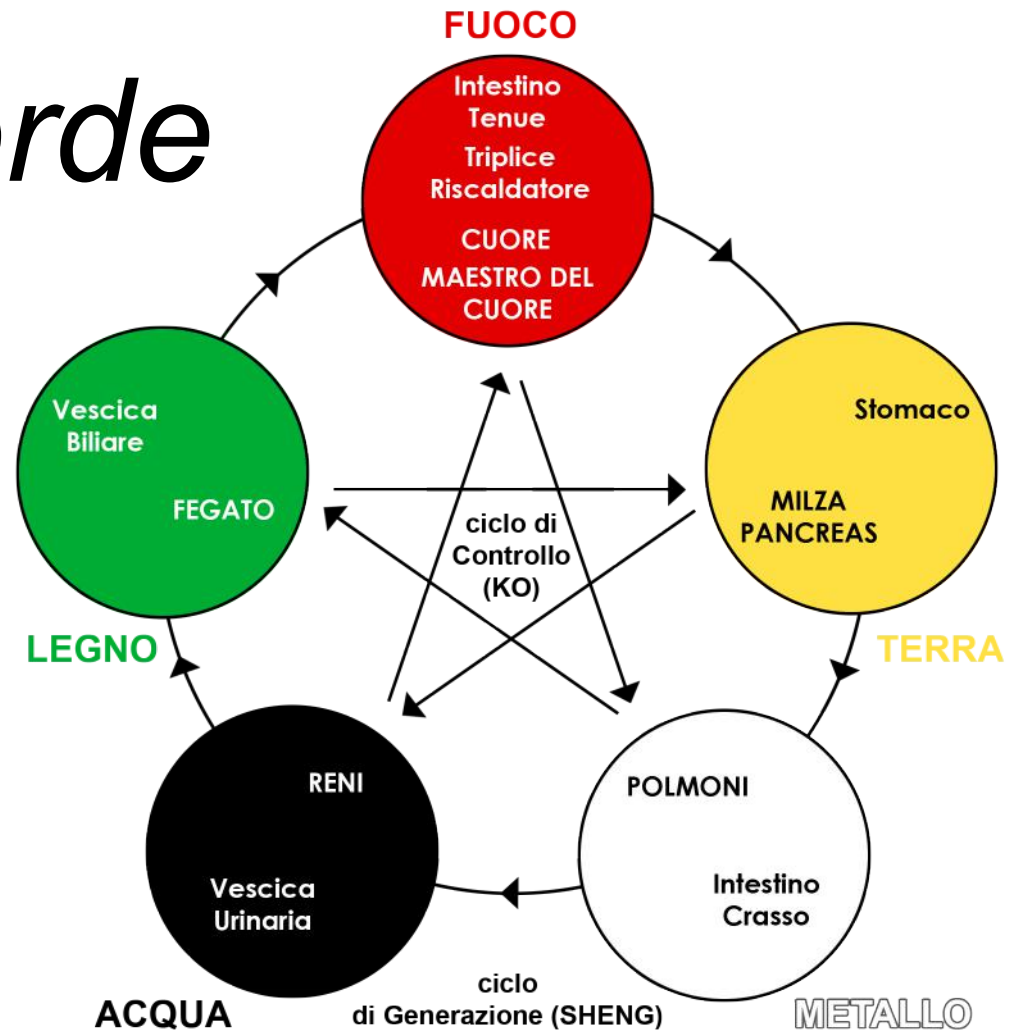
- 15 elementi
- Elemento Verde
- Elemento Rosso
- Elemento Giallo
- Elemento Bianco
- Elemento Nero



# Riflessologia Metodo Goodlife

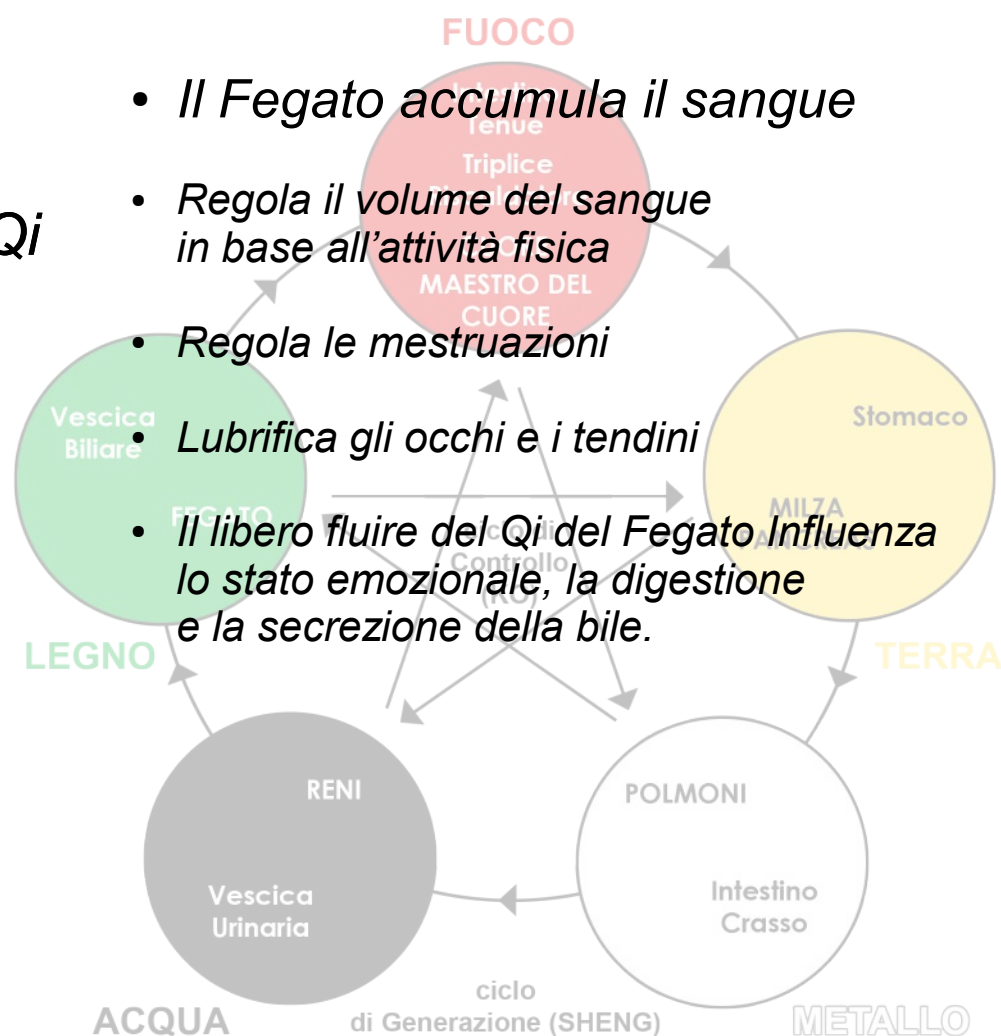
## •Elemento Verde

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*

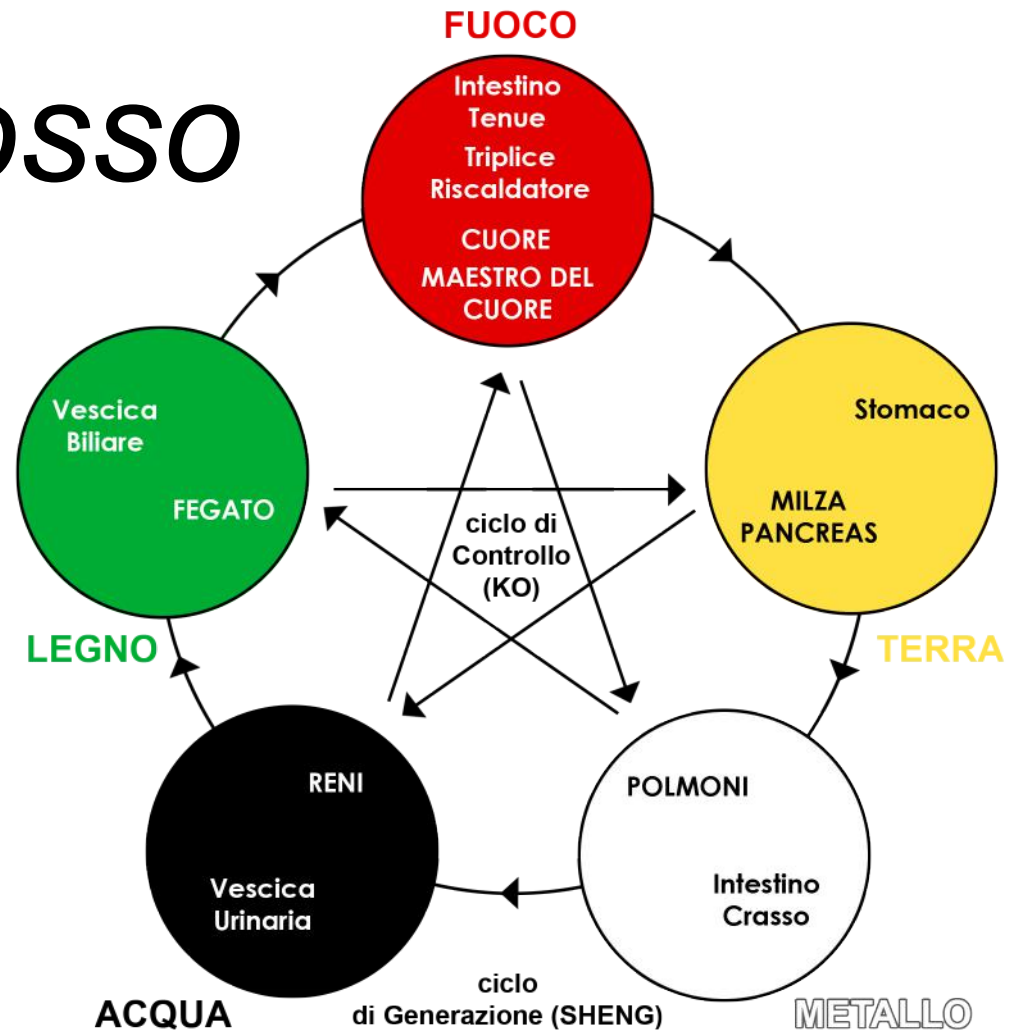
*Organo di manifestazione 1°: MUSCOLI & TENDINI*

*Organo di manifestazione 2°: UNGHIE*

# Riflessologia Metodo Goodlife

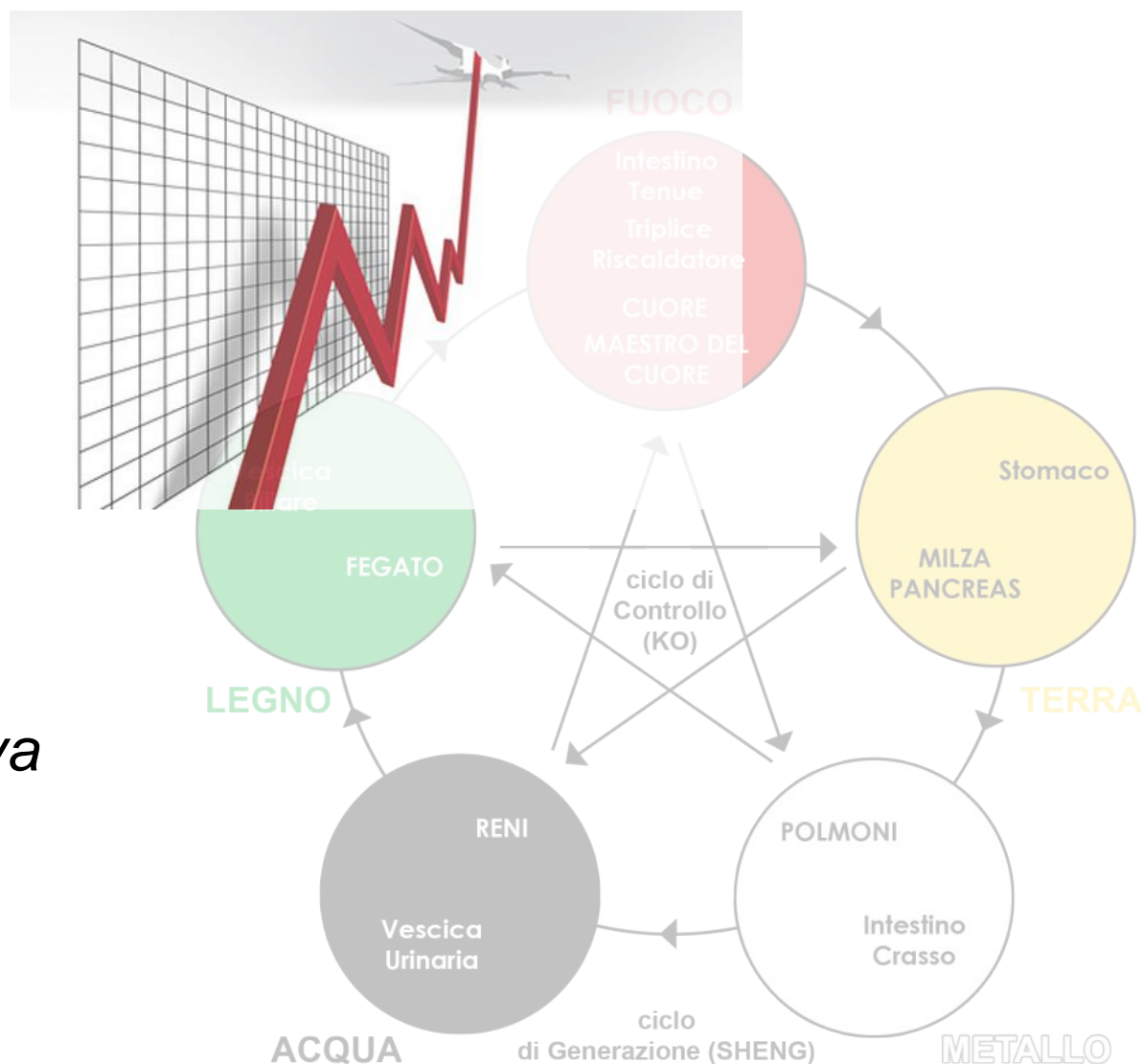
## •Elemento Rosso

Cosa rappresenta?



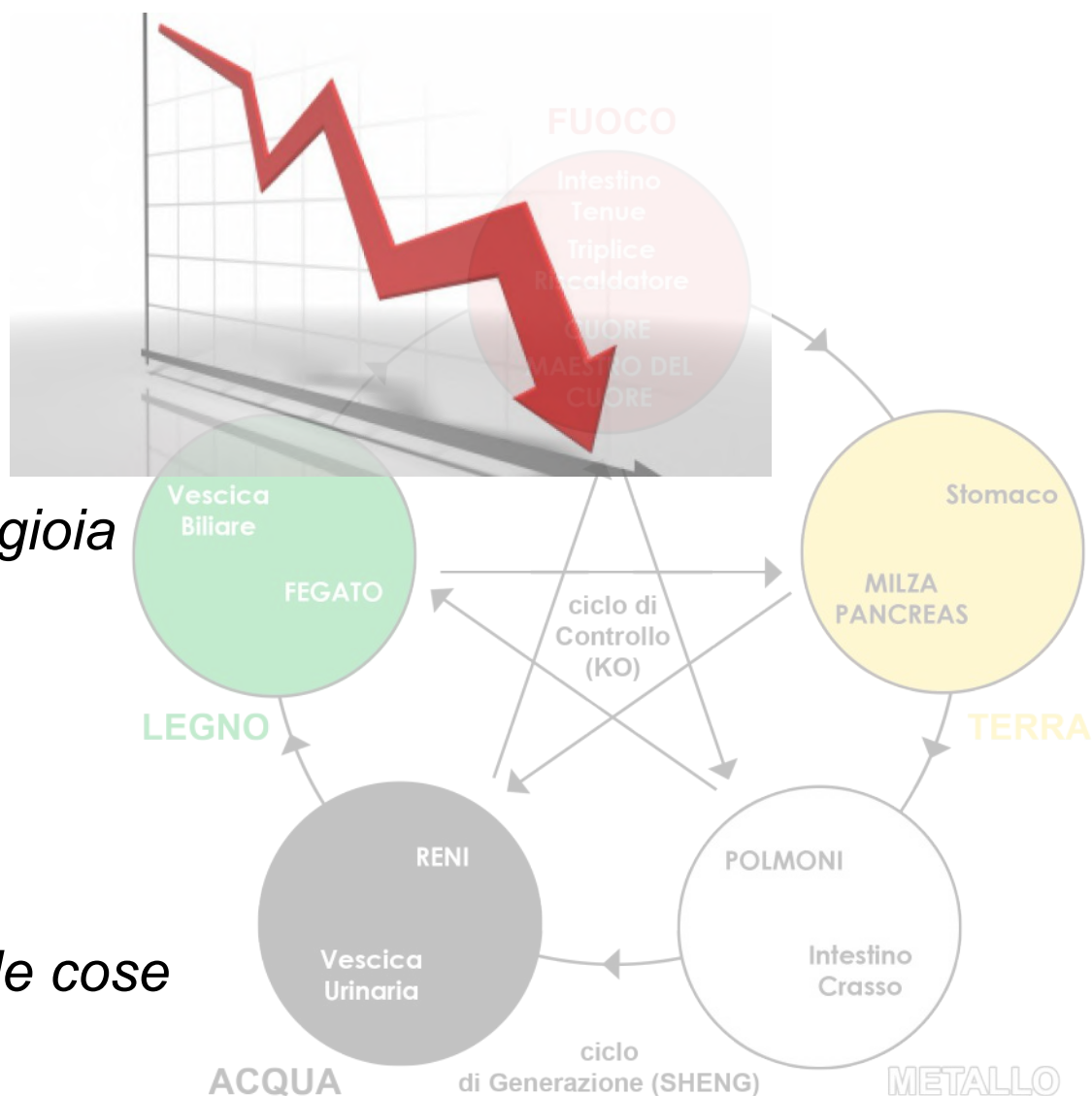
# Riflessologia Metodo Goodlife

- 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

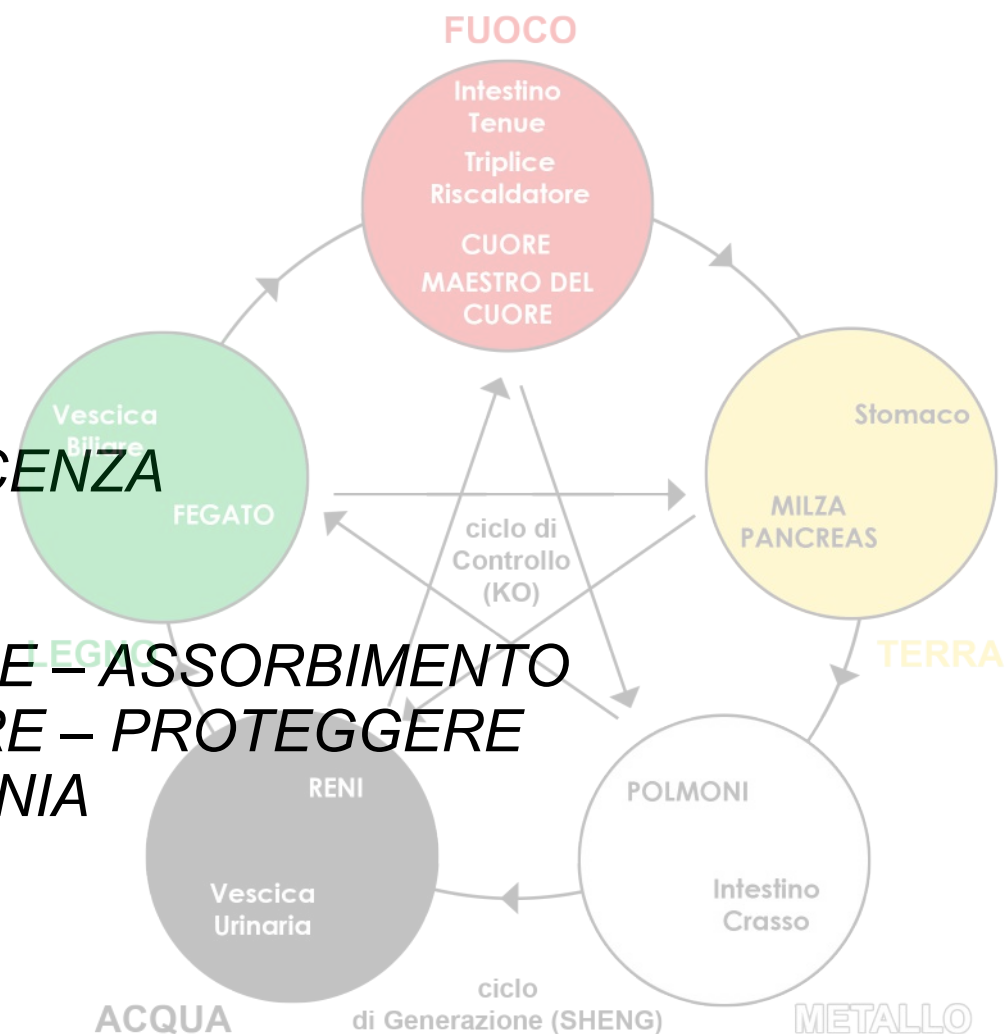
Funzione 2: INTERPRETARE – PROTEGGERE

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*

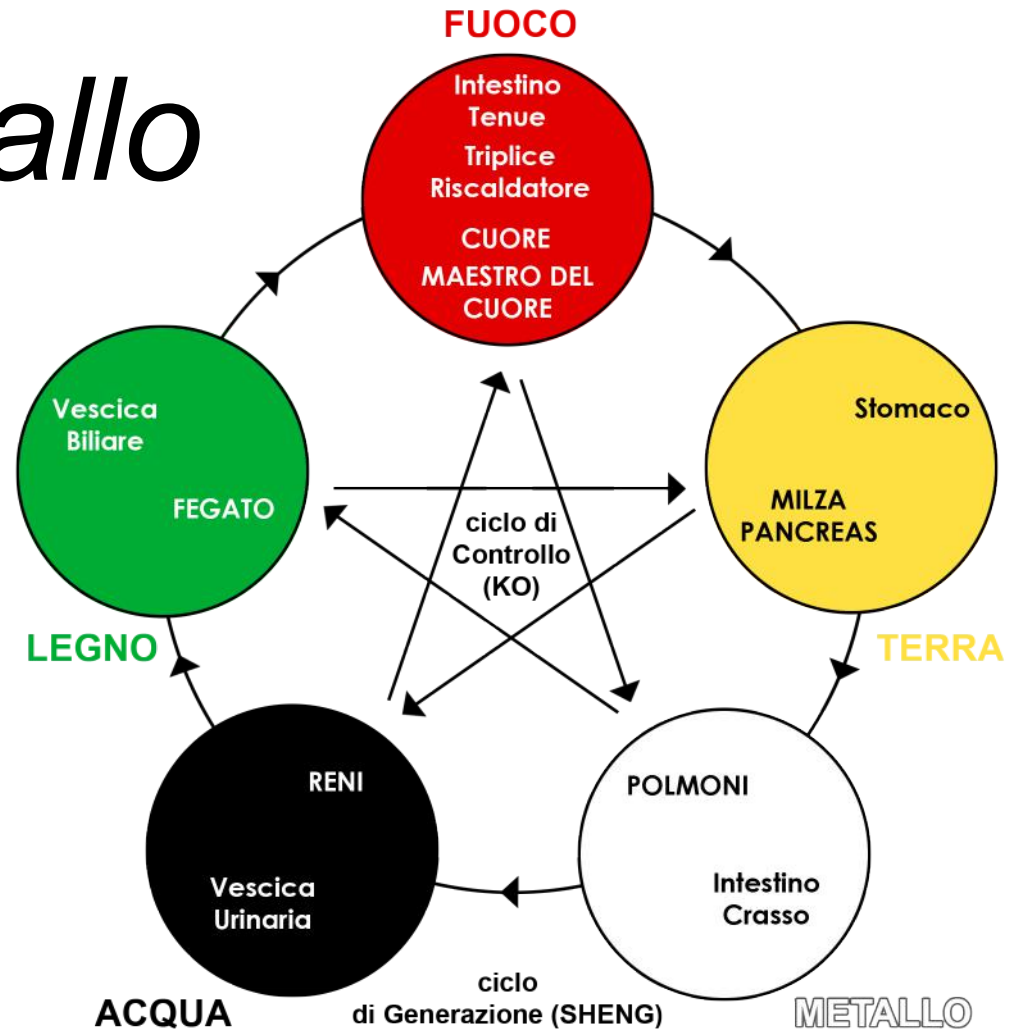
*Organo di manifestazione 1°: SIST. CIRCOLATORIO*

*Organo di manifestazione 2°: VALVOLE SANGUIGNE*

# Riflessologia Metodo Goodlife

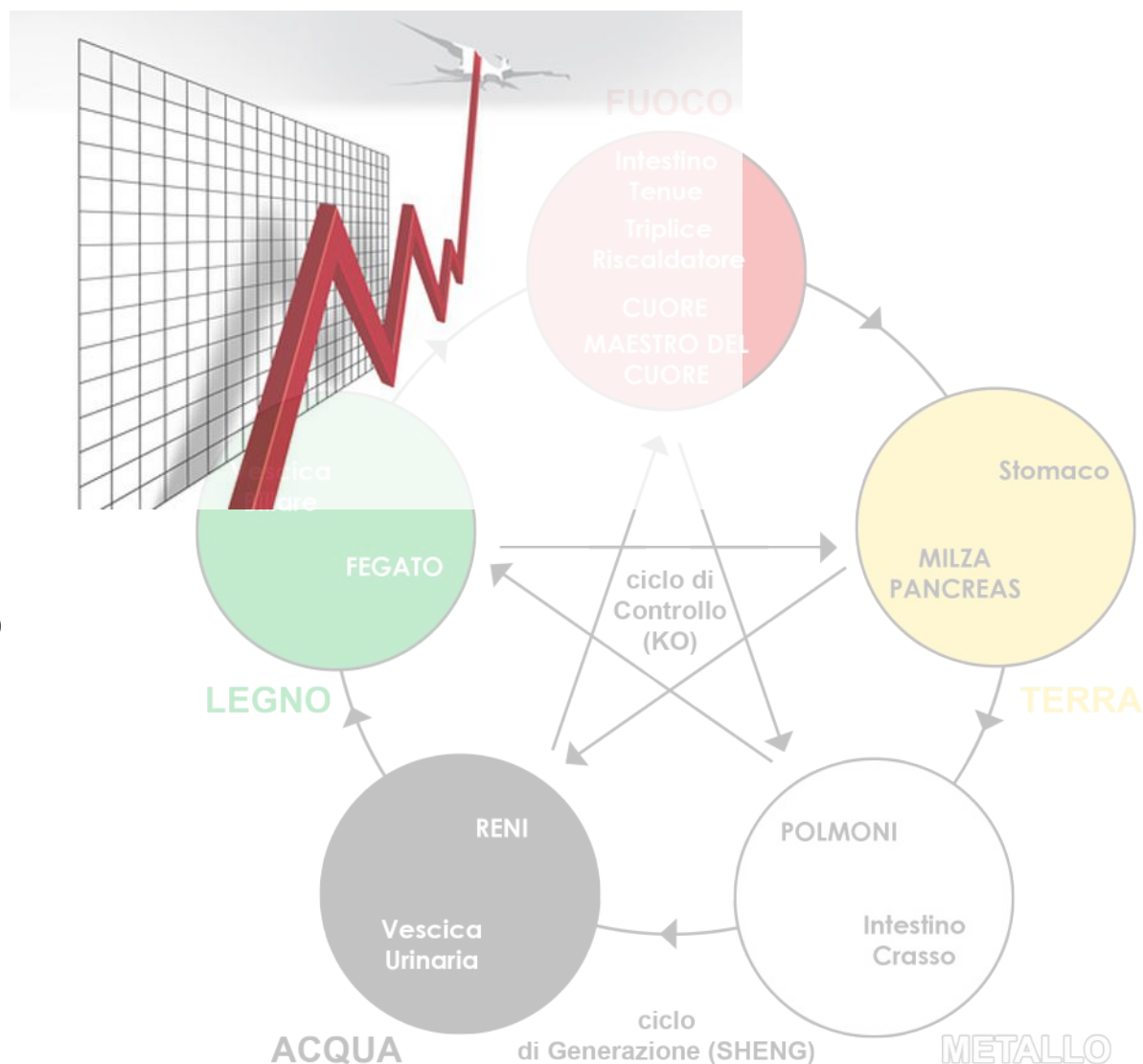
## •Elemento Giallo

Cosa rappresenta?



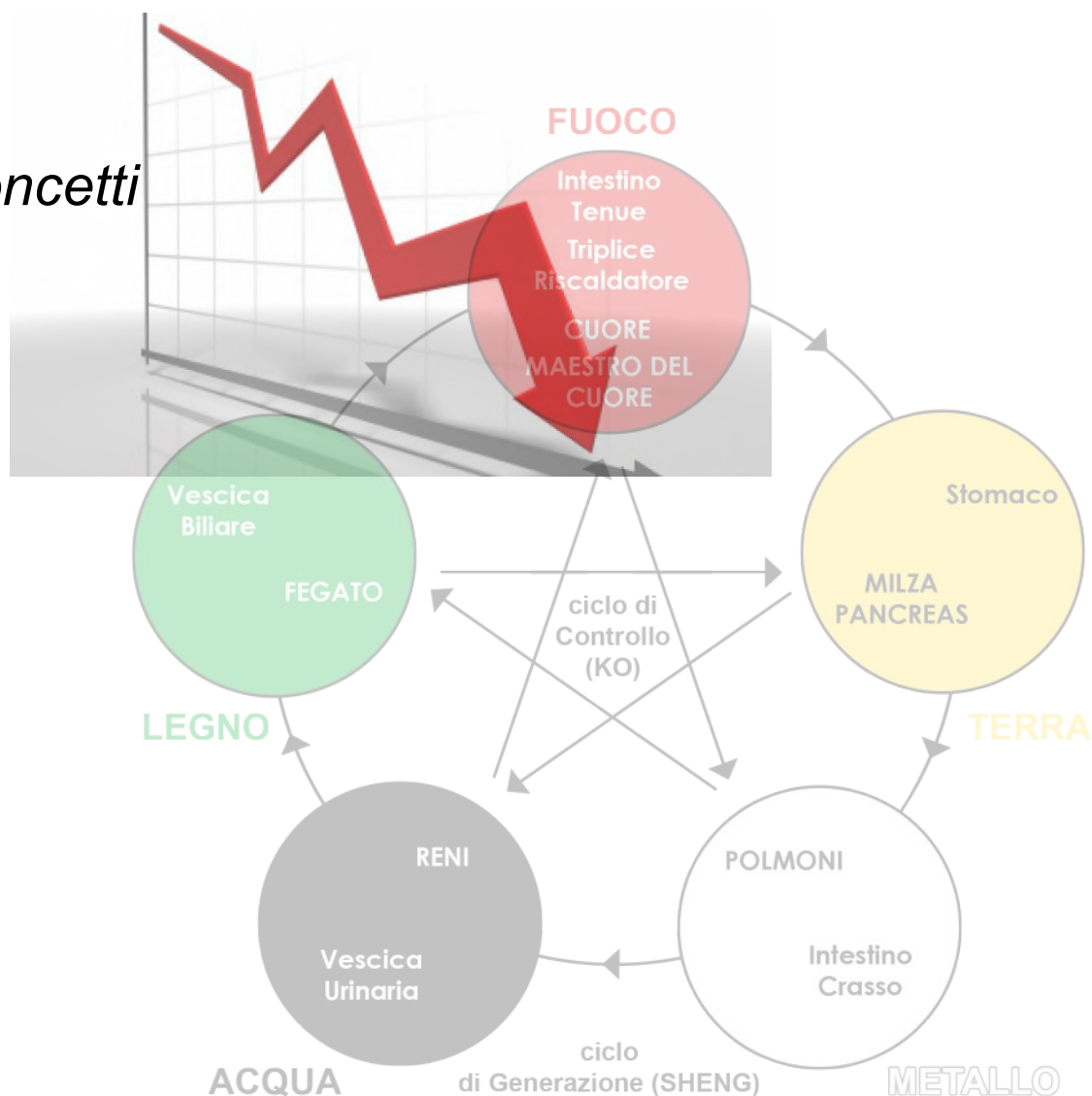
# Riflessologia Metodo Goodlife

- *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*

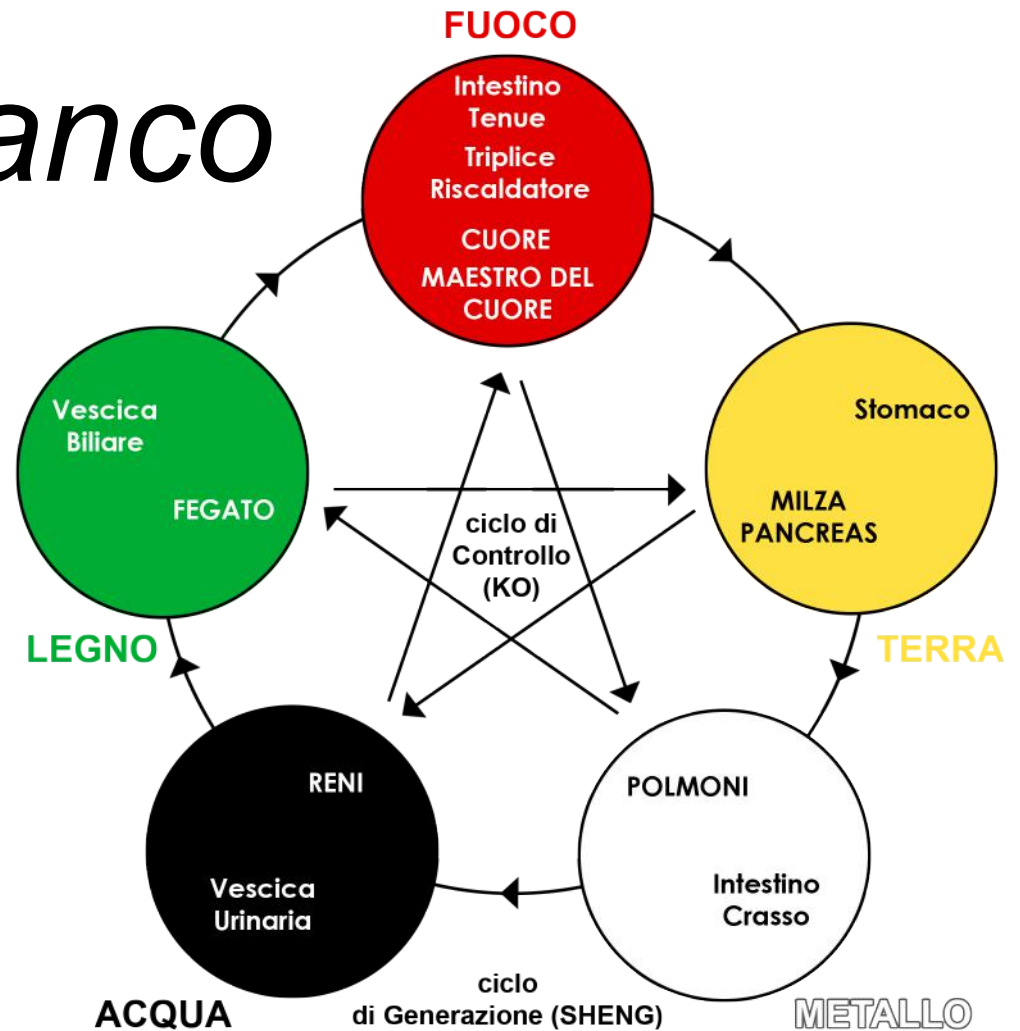
*Organo di manifestazione 1°: TESSUTO CONNETTIVO*

*Organo di manifestazione 2°: BOCCA*

# Riflessologia Metodo Goodlife

## •Elemento Bianco

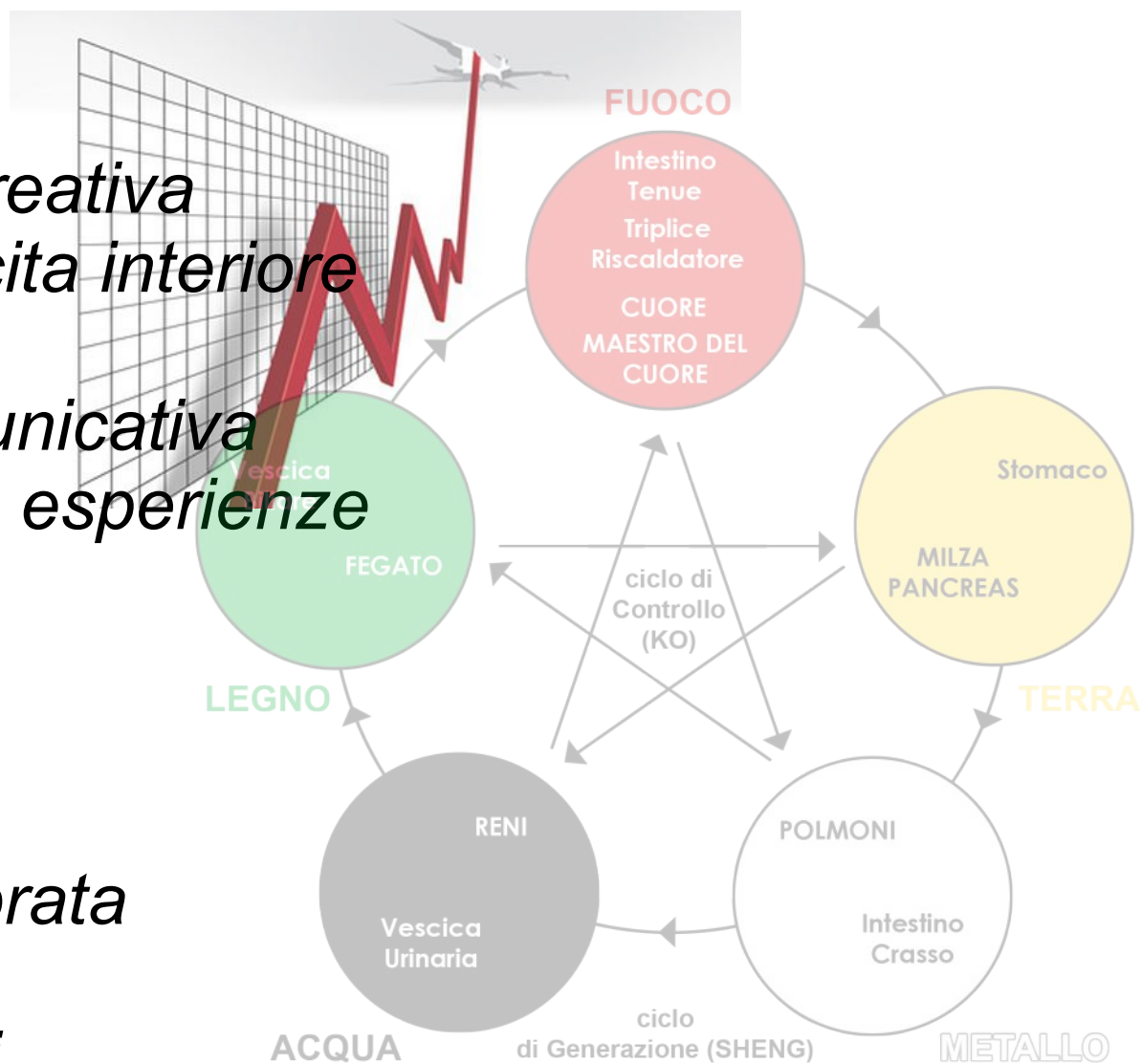
Cosa rappresenta?





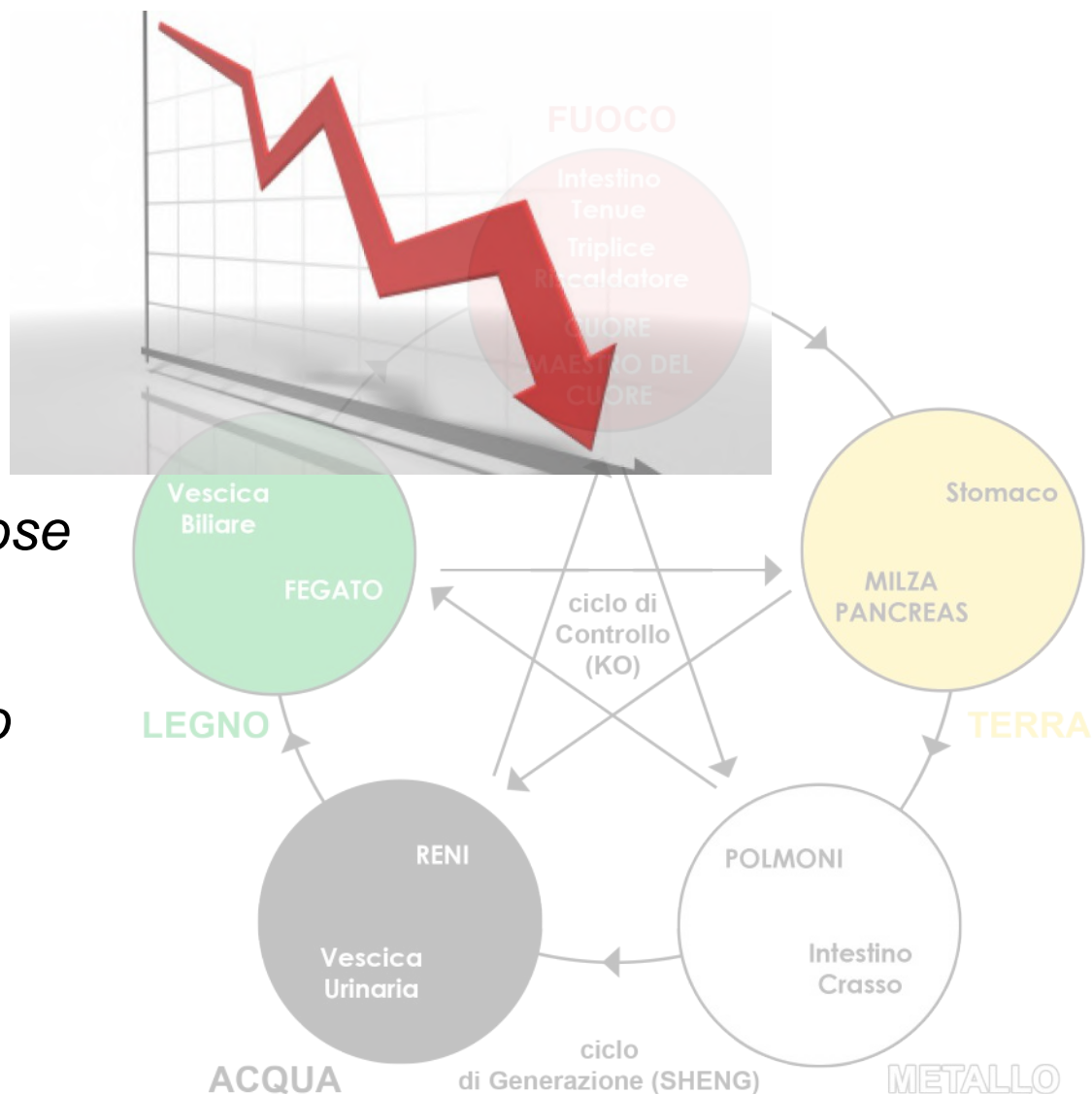
# Riflessologia Metodo Goodlife

- 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*

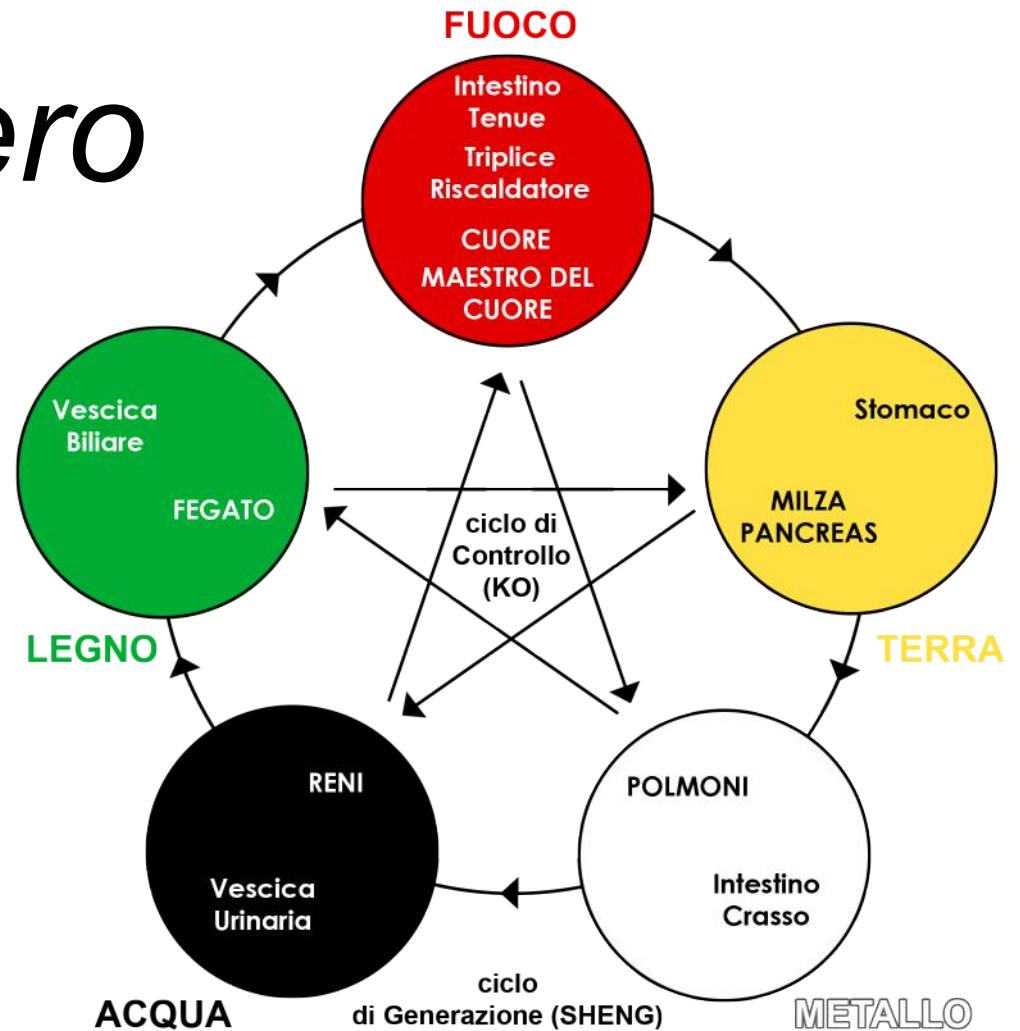
*Organo di manifestazione 1°: PELLE*

*Organo di manifestazione 2°: PELURIA*

# Riflessologia Metodo Goodlife

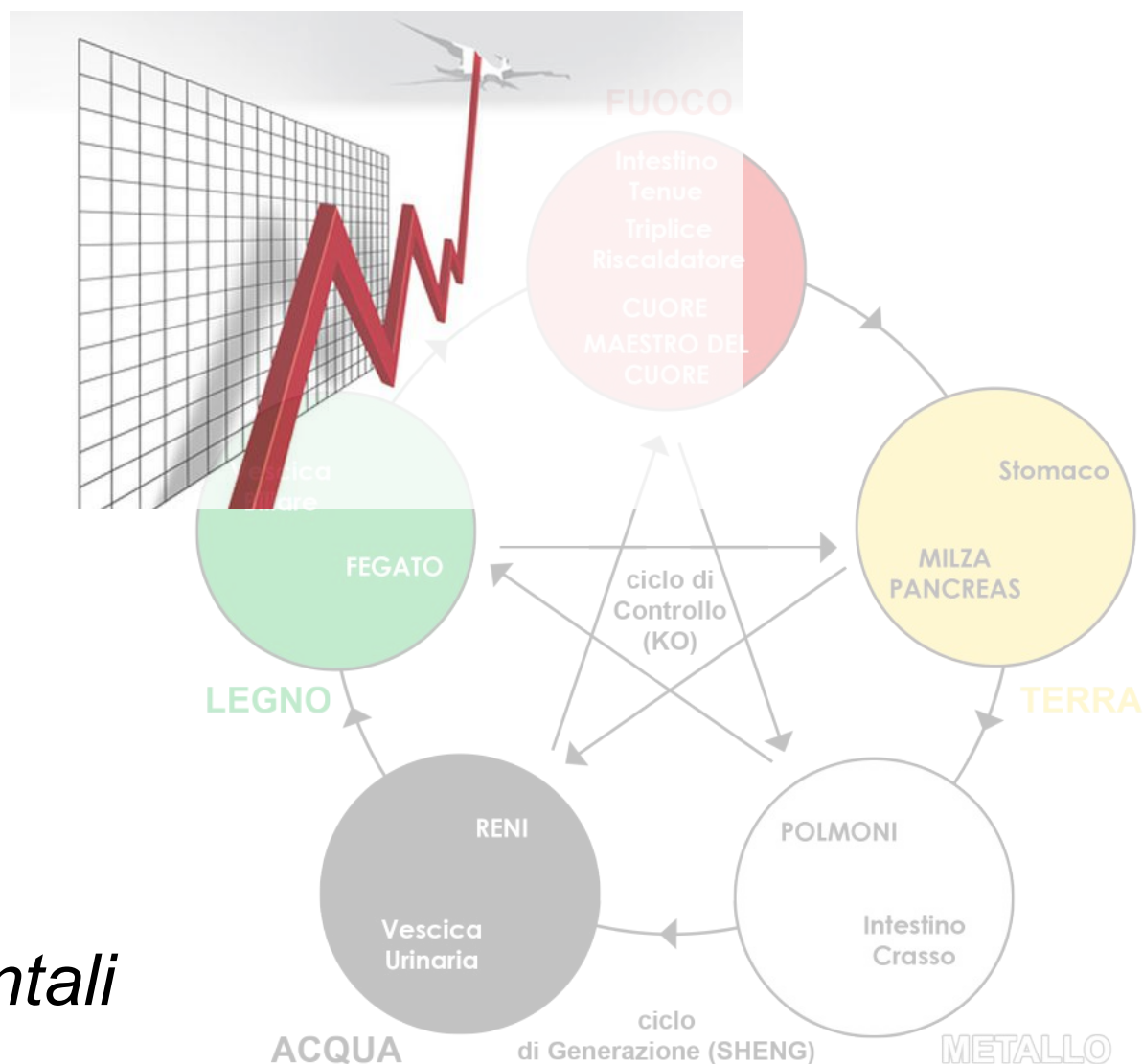
## • *Elemento Nero*

Cosa rappresenta?



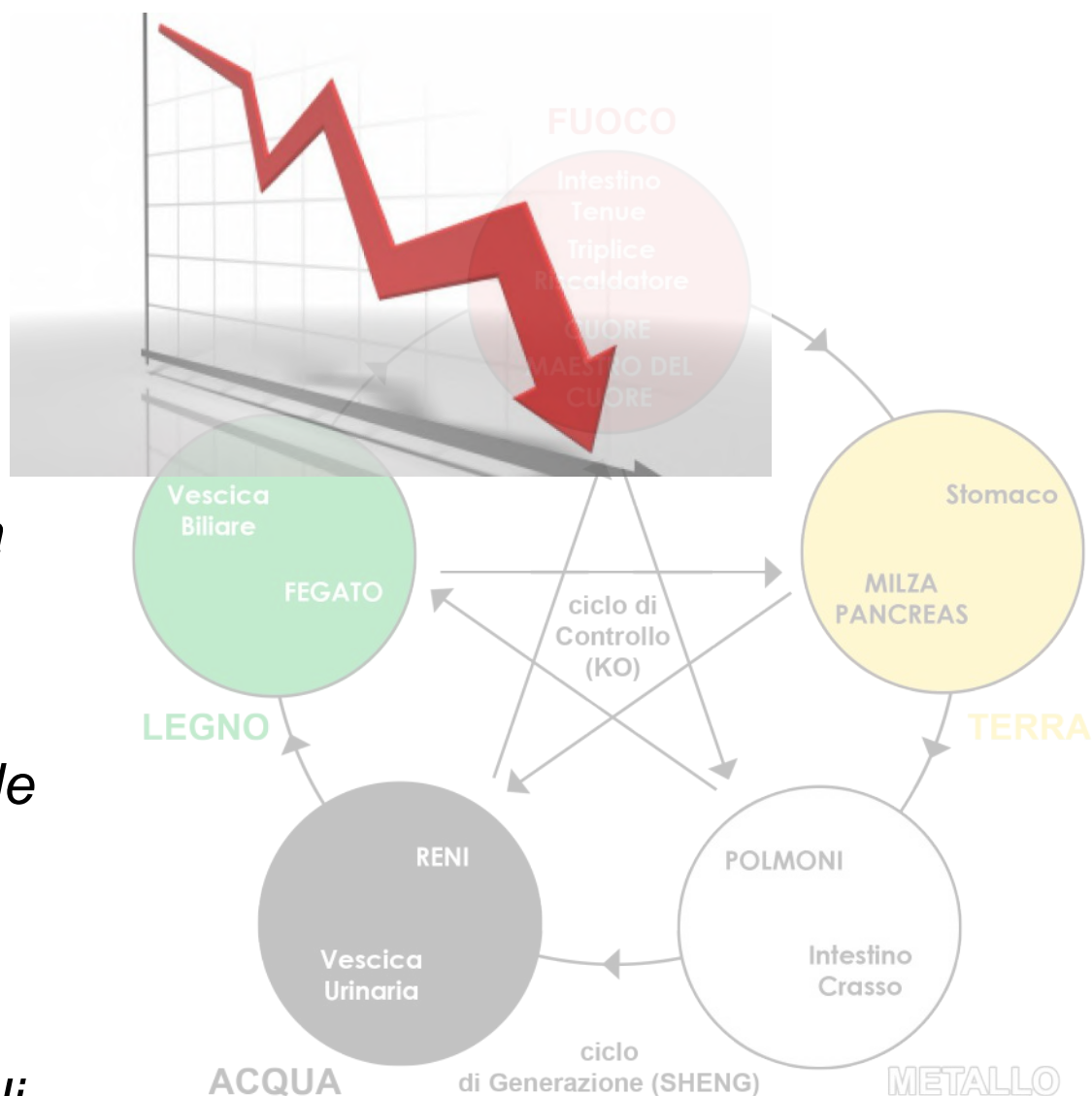
# Riflessologia Metodo Goodlife

- *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*