

CHIROLOGIA:

ciò che le nostre mani dicono di noi.

Federica Keller ci presenta la moderna lettura delle mani come strumento di crescita personale.

Di Cindy Fogliani



Federica Keller ha deciso di dedicare anima e corpo a una disciplina che le ha cambiato la vita.

Abbiamo raggiunto Federica Keller nell'accogliente studio che ha ricavato nel nucleo di Maroggia. Dopo i primi convenevoli ci mettiamo al lavoro imprimendo su un foglio l'impronta delle nostre mani. Federica analizza un po' l'impronta sul foglio e un po' le mani in carne ed ossa e se ne esce in pochi minuti con tre frasi che delineano perfettamente i tratti principali della nostra personalità. *Chapeau!*

La chirologia non è una disciplina che permette di prevedere il futuro, ma offre interessanti spunti per affrontare al meglio le sfide della vita. *"Attraverso l'analisi della forma*

delle mani, delle linee e delle impronte digitali è possibile comprendere il temperamento di base, il modo in cui si vivono le emozioni e si affronta la vita, la personalità e il piano dell'anima di una persona. In pratica si prende coscienza dei propri punti di forza, dei propri dilemmi e contraddizioni, delle proprie caratteristiche innate e delle sfide da affrontare in questa vita. Permette di mettere ordine e chiarezza nella propria vita facendo il punto della situazione presente". Ci spiega Federica.

L'analisi prosegue e il quadro si fa sempre più preciso e resta perfettamente calzante. Federica individua le carat-



Le letture condivise in gruppo permettono di meglio comprendere sè stessi e le proprie dinamiche, ma anche le dinamiche di chi ci circonda.

teristiche della personalità, le loro potenzialità e anche le conseguenze in caso di disequilibrio. Per esempio, ci fa notare come la forte tendenza a mettersi al servizio del prossimo potrebbe condurci a mettere sempre davanti gli altri dimenticando di soddisfare anche i nostri bisogni. D'altra parte un forte bisogno di libertà potrebbe portare all'esatto opposto: infischiarci degli altri per pensare solo a noi stessi. Il tutto nella stessa persona. *“L'equilibrio è fondamentale. Una volta individuate le caratteristiche principali si può valutare se sono bilanciate o meno. In caso di disequilibrio ci si può rendere attenti sulle conseguenze e dunque sull'importanza di inserire degli elementi equilibratori. Per esempio le mani mostrano molto bene quando vi è stanchezza, sovraccarico, o quando una parte importante di sé è al momento repressa. Prendere coscienza di tutto questo permette di fare chiarezza e in un certo senso ci legittima a riportare al centro della nostra vita cose per noi importanti, ma che per senso del dovere, di colpa, o per condizionamenti vari abbiamo lasciato finora troppo in disparte”.*

Federica ci spiega che da una lettura della mano emergono cose che in fondo già conosciamo, rappresentate da quelle voci e sensazioni che spesso non ascoltiamo fino in

fondo. Analizzare la mano significa quindi prendere atto della nostra vera natura e dello stato in cui si trova. Consiste nel dar credito al mormorio interiore ed accorgersi che rappresenta la nostra verità. Vuol dire anche sentirsi finalmente autorizzati ad essere ciò che si è.

“Le letture condivise in gruppo evidenziano in modo particolare questo aspetto. Spesso diciamo che siamo tutti diversi, ma personalmente è stato solo con l'esperienza della lettura delle mani in gruppo che ho capito fino a che punto lo siamo veramente e fino a che punto non ci è possibile essere qualcuno di diverso. Basta mettere visivamente a confronto le mani di alcune persone per capirlo. Naturalmente, con l'approccio chirologico si codifica e si dettaglia meglio il tutto. Quando vediamo con i nostri occhi come ognuno ha un bagaglio di strumenti e modi di essere pre-stabilito e immutabile, cominciamo a meglio capire gli altri e non avere pregiudizi verso i loro comportamenti. Quando capiamo che qualcuno per sua natura è caparbio, qualcun altro insicuro, qualcuno sensibile e qualcun altro meno, riusciamo meglio ad accettare e integrare le diversità che ci circondano. È un processo profondo a cui ho il privilegio di partecipare evolvendo ogni volta assieme al gruppo. Ogni lettura porta sempre qualcosa di utile non solo per i partecipanti, ma anche per me”.

Come spesso succede Federica ha deciso di dedicare anima e corpo a una disciplina che ha cambiato la sua vita. *“Sono stata sempre una bambina, poi una ragazza, poi una donna “modello”. Andavo bene a scuola, avevo buoni*

**La lettura delle mani
permette di fare chiarezza
in noi, aiutandoci a portare
al centro della nostra vita
cose importanti che per vari
motivi abbiamo tralasciato.**

risultati anche nell'attività sportiva e mi impegnavo molto in entrambe le cose. Non sapendo bene cosa scegliere, ho seguito una formazione commerciale che, col senno di poi, non era veramente la mia strada. Dopo aver fatto famiglia e aver lavorato in campo commerciale, è subentrata una crisi personale. Ho cominciato a seguire percorsi di crescita interiore finché ho avuto la possibilità di fare un'analisi delle mie mani che mi ha rivelato la mia vera essenza. Folgorata da questa esperienza ho quindi dapprima deciso di approfondire la materia a scopo personale per poi intraprendere una via professionale. È stato un percorso intenso, anche difficile, che mi ha permesso di riabbracciare la mia vera natura, che era tanto diversa da quella che avevo manifestato fino a quel momento. Un processo che mi ha cambiata a tal punto di prendere decisioni azzardate, non sempre condivise dai miei famigliari, come quella di lasciare un impiego sicuro per un progetto che poteva sembrare un salto nel vuoto. Qualcosa che non era assolutamente "da me". In verità ero finalmente e lucidamente in contatto con me stessa e in linea con il mio piano di vita".

Oggi Federica è impegnata con il suo collega Marco Conedera nella diffusione di questa disciplina in cui crede profondamente. Oltre alle letture condivise in gruppo, in cui la l'analisi della mano viene accompagnata e spiegata in modo da aumentare la comprensione dell'approccio e l'autoconoscenza, Federica offre sedute individuali. "Il lavoro di gruppo porta grande energia e permette di osservare dinamiche e personalità diverse; il lavoro individuale permette di andare in profondità sulla propria situazione specifica, di mettere a fuoco eventuali disequilibri e trovare le strategie per integrare tutte le parti di noi in un equilibrio armonico. Questo può avvenire in una sola seduta o attraverso un percorso di crescita personale che affronta, passo dopo passo, aspetti sempre più profondi. L'analisi delle mani può essere anche un ottimo modo per conoscere meglio i famigliari, i figli, indirizzarsi verso una professione piuttosto che un'altra o per valorizzare i propri talenti innati nella vita o sul lavoro».

Come è possibile che le mani raccontino tutto questo di noi?

"Nelle mani giungono numerose terminazioni nervose col-



Tutto ciò che viviamo emotivamente e razionalmente viene registrato nelle mani, facendole mutare nel tempo.

La chirologia aiuta a conoscere meglio i propri figli, a scegliere una professione o a valorizzare i propri talenti innati nella vita o sul lavoro.

legate al cervello. Tutto quello che noi viviamo emotivamente e razionalmente viene quindi registrato nelle mani, tanto che, con il mutare della situazione di vita o in seguito a uno shock emozionale o un cambiamento interiore radicale possono mutare anche linee e forma della mano. Alcune parti possono divenire più o meno rigonfie, incavarsi, le dita possono stortarsi, eccetera. Immutabili sono, invece, le impronte digitali, che rappresentano la mappa del proprio viaggio di vita".

PROSSIMI APPUNTAMENTI:

Le impronte digitali, ti aiutano a trovare risposte concrete.

Sabato 5 dicembre 2020 a Cadenazzo, 9:00 – 16:30.

Sabato 16 gennaio 2021 a Cadenazzo, 9:00 – 16:30

Le tue mani riflettono chi sei!

Sabato 30 gennaio 2021 a Cadenazzo, 9:00 – 16:30.

Per info e iscrizioni, Federica Keller, info@analisiidellemani.ch - www.analisiidellemani.ch.