



LA POSTURA, LA BIOMECÁNICA CORRECTA Y LA INCLINACIÓN DE LA HOJA PARA ESCRIBIR BIEN

La hoja se adapta al brazo, (y no al contrario) colocándose en la misma inclinación que éste (entre 30° y 45° a la izquierda, según el tamaño de cada persona). Así, la pivotación del antebrazo sobre el codo avanzará horizontalmente por el papel, deslizándose con más facilidad, incluso aunque escribiéramos en un folio en blanco, sin ayuda de pauta o renglón.



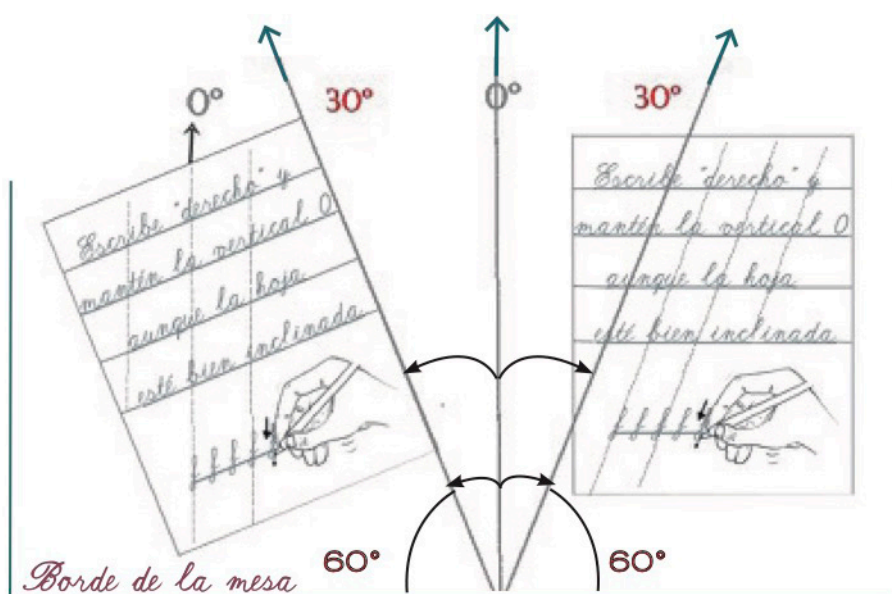
Cualquier otra colocación de la hoja, obliga a tensar brazo, hombros y espalda para seguir el renglón, además de reforzar inseguridad, si la inclinamos excesivamente hacia nosotros o rigidez, si la colocamos completamente vertical.

Aunque inclinemos la hoja, las letras deben escribirse “derechas” (en vertical 0° con relación al borde de la mesa). Es importante porque de esta forma reforzamos la capacidad de sentir, estar y atender al presente y no poner exceso de energía y atención en el pasado o en el futuro (inclinándolas hacia atrás o hacia delante respectivamente)



Colocada la hoja recta, vertical (ejemplo de la parte derecha del gráfico), parece que hemos escrito inclinando las letras hacia la derecha. Sin embargo, si observamos la hoja de la parte izquierda podemos comprobar que las letras fueron escritas “derechas”, en vertical 0° y es la hoja la que está inclinada.

Por lógica matemática, si escribimos las letras “derechas”, verticales... cuando ponemos la hoja recta, aparecerán con tanta inclinación hacia la derecha como hayamos colocado la hoja a la izquierda





LA PINZA CORRECTA DEL LÁPIZ Y SU RELACIÓN CON LAS INTEGRANTES MENTAL (ÍNDICE), EMOCIONAL (CORAZÓN) Y ÓRGANO-FÍSICO (PULGAR) DEL CEREBRO



Los tres dedos representan la jerarquía entre las tres integrantes mental, emocional y órgano-física del cerebro. ¿Quién deseas que dirija tu vida? Obviamente, arriba se debe colocar el dedo índice, para que sea la inteligencia quien dirija.

El pulgar se pondrá a un lado y algo por detrás del índice para que nuestra fuerza y voluntad esté al servicio de la inteligencia y no al revés (esfuerzos desmedidos e insanos) Por último, el dedo corazón debe estar abajo sosteniendo la danza equilibrada entre mente y voluntad (y no arriba, intentando dirigir y razonar con las emociones “a flor de piel” y reforzando la hipersensibilidad)

Escribe en la imagen

- ¿ Qué dedo se coloca arriba?*
- ¿ Qué dedo se coloca abajo?*
- ¿ Qué dedo se coloca a un lado?*

