



**ISTITUTO  
CRANIOSACRALE  
LA MAREA**

**CORSO DI FORMAZIONE  
PER OPERATORI  
IN DISCIPLINA  
CRANIOSACRALE**

**TESI FINALE**

*Craniosacrale, un'occasione per  
crescere.*

---

**RESP. DELLA FORMAZIONE**

*Dr. Roberto Rizzardi*

**CANDIDATO**

*Alessio Dalla Francesca*

---

**TRIENNIO DI FORMAZIONE**

*2011-2014*

---

## Indice

- Riassunto pag. 2
- Introduzione pag. 3
- Corpo della tesi pag. 4
- Conclusioni pag. 9
- bibliografia pag. 10
- Ringraziamenti pag. 11

## Riassunto

Da una crisi esistenziale senza apparente via d'uscita è sbocciata una magnifica opportunità di vivere la mia vita con serenità, ed in modo creativo.

Grazie non solo, ma soprattutto alla scuola di formazione in Craniosacrale, sto imparando a crescere.

## Introduzione

Nel 1999 mi ritrovo in piena crisi esistenziale e in affanno nel trovare una via d'uscita. Un' amico mi presenta il dott. Montecucco del Villaggio Globale di Bagni di Lucca.

Seguendo il consiglio di Montecucco partecipai ad un seminario di rebirthing che si tenne al villaggio globale un paio di settimane dopo. Il seminario della durata di due giorni ha cambiato radicalmente il corso della mia vita. La comprensione più profonda che ebbi fu di sentirmi per la prima volta veramente Vivo ma di non aver vissuto la mia vita fino a quel momento. Scoprii inoltre che cosa significa respirare in modo naturale. Intuii che per vivere veramente dovevo comprendere i condizionamenti che, accumulati in 40 anni me lo impedivano.

E così ho cominciato il cammino del “conosci te stesso” o meglio, del comprendi come funzioni, e non ho ancora smesso. Ci ho preso gusto. Infatti sempre nel 1999 mi sono iscritto alla accademia olistica, un percorso esperienziale basato sull'esplorazione di se stessi con l'ausilio di varie tecniche introspettive e di meditazione che il dott. Montecucco teneva al Villaggio Globale. Il passo successivo è stato il Craniosacrale.

## Corpo Tesi

A Bagni di Lucca conobbi Kapil Pilleri uno degli insegnanti della scuola di Craniosacrale. Così ha avuto inizio il percorso con l'associazione Mu che organizzava i seminari a Monteriggioni in Toscana vicino a Siena.

La location era presso il podere Ebbio, una struttura rurale immersa nei boschi e isolata.

E così per i due anni del corso ogni quattro mesi circa ci si trovava per quattro giorni completamente immersi nello spazio magico del posto ma soprattutto nell'esplorazione di se stessi con lo studio e la pratica del Craniosacrale.

Le lezioni erano articolate in tre fasi distinte; esposizione delle tecniche, lezione di anatomia e pratica con scambio di sessioni tra noi studenti. I docenti Kapil Pilleri e Kranto, insegnavano le tecniche mentre la dottoressa Carla Susini teneva le lezioni di anatomia. E proprio quest'ultima è stata per me il docente di riferimento per tutta la formazione. Conclusa la formazione biennale con l'associazione MU, per tutto l'anno successivo ho partecipato come assistente ai corsi di formazione in "Bilanciamento Craniosacrale" con LA MAREA, la scuola appena fondata da Carla Susini e Roberto Rizzardi.

L'esperienza come assistente è stata particolarmente importante per la mia formazione, soprattutto per quanto riguarda la qualità nel modo di rapportarsi alle persone, sia con gli studenti del corso che con coi clienti. Speciali poi sono state le lezioni di anatomia della dottoressa Susini, un vero nutrimento. I corsi si tenevano a Treviso e a Chiusi presso una delle sedi della OLOS, accademia per le arti della salute e della consapevolezza, a cui LA MAREA era associata.

Vi erano quindi studenti che partecipavano solo per la formazione in craniosacrale e altri che seguivano tutta la formazione OLOS con la specializzazione in craniosacrale. Purtroppo per vari motivi ho dovuto sospendere la formazione, potendola riprendere solo anni dopo. E così ora la sto portando a termine avendo integrato negli ultimi due anni quella parte di studi necessari al monteore previsto dagli attuali standard di formazione. In tutti questi anni ho sempre praticato dando sessioni di Craniosacrale.

Per me che ho una formazione elettrotecnica, il corpo umano era un mondo sconosciuto ma la sua bellezza e la meravigliosa intelligenza che lo anima mi hanno catturato e coinvolto fin da subito.

Allo stesso tempo riscontravo un parallelismo che facilitava la mia comprensione tra gli umani e le loro realizzazioni. Per esempio la biomeccanica del rachide si differenzia dalla meccanica di un telaio tessile elettromeccanico solo per il tipo di materiale con cui sono fatti. In entrambi i casi il

funzionamento ottimale è garantito dai giusti rapporti tra i vari componenti che lo costituiscono e la qualità dei loro movimenti. Oppure la similitudine tra un' impianto elettrico di una centrale termica costituita da apparecchiature di rilevamento, quali sonde, termostati, sensori di luminosità collegati tramite cavi elettrici alla centralina che elabora i dati esterni, dando poi i comandi per il funzionamento di pompe, elettrovalvole ecc.. e il sistema nervoso centrale umano. Anche in questo caso cambiano i materiali, ma non la modalità di funzionamento dei vari sistemi. Nervi sensori e motori invece dei cavi di rame, epidermide invece dei termostati, occhi al posto dei sensori luminosi, il cuore come una pompa elettromeccanica per la circolazione dei liquidi.

Avevo moltissimi dubbi ma anche fiducia e proprio per questo ho iniziato subito a praticare.

Alla fine di ogni seminario come rientravo a casa proponevo agli amici di provare una sessione di Craniosacrale, la parte più complicata era la spiegazione teorica che quasi tutti chiedevano, di cosa fosse il Craniosacrale. Ma una volta stesi sul lettino tutto diventava semplice, ed alla fine della seduta potevo finalmente dire;” te lo avevo detto che bisognava provare per comprendere di cosa si tratta”. Ovviamente non ero in grado di dare spiegazioni esaurienti perché non era chiaro a me, stavo imparando.



Ciò che **impariamo a fare**  
lo impariamo **facendolo.**

(ARISTOTELE)

MILK

***“Vivere è un' esperienza misteriosa non un problema da risolvere”***

Rilassamento e lo spazio sono i benefici immediati che la maggior parte delle persone, me compreso ha sperimentato e sperimenta durante la sessione. La mia esperienza è che lo spazio è una conseguenza del rilassamento, e per spazio intendo proprio una maggior quantità di posto che ho a disposizione per i sentimenti, le emozioni, la riflessione e soprattutto le intuizioni. Un' ulteriore qualità derivante dal rilassamento e la capacità di discernere anziché giudicare.

Ovviamente anche a livello di problematiche più fisiche i risultati sono spesso positivi, per quanto mi riguarda dal giorno in cui sono stato trattato dalla mia insegnante durante la scuola, non ho più sofferto di sciatalgia. Dalla TAC risultava un'ernia discale L5-S1 che a volte mi immobilizzava, e che secondo il medico avrei dovuto operare.

Invece non mi sono operato e ho fatto risparmiare il servizio sanitario.

Un caso simile mi è capitato come operatore, quando un uomo di circa 30 anni si è rivolto a me con il perone lussato giocando a calcio. La diagnosi del medico era; tutore per 30 giorni e conseguente operazione. Dopo aver chiarito che non vi era nessuna certezza ma buone possibilità che la lussazione si riducesse, iniziai con il diaframma respiratorio e pelvico per farlo rilassare, e successivamente gli feci micromovimenti per mezzora alla caviglia.

La settimana successiva tornò per un'altro trattamento, il ginocchio non era più gonfio e non accusava dolori. Per la seconda sessione gli feci solo micromovimenti, alla caviglia ed anche al ginocchio. Ci lasciammo con l'appuntamento alla settimana successiva. Arrivò per il terzo incontro sorridente senza tutore e camminando normalmente. Aveva con se le lastre fatte in settimana dalle quali risultava il completo riassorbimento della lussazione.

Magico. Ci sono accadimenti nella vita che non possiamo spiegare ma che succedono, ne facciamo esperienza ma non possiamo spiegarli con le parole.

Con questo non sostengo che lo studio non serva anzi è necessario, ma noi esseri umani siamo molto di più dell'insieme dei tessuti, degli organi, dei fluidi ecc. che ci compongono. Siamo governati da delle forze misteriose che possiamo sentire, vedere operare, osservarne gli effetti ma non possiamo mettere nero su bianco. E questo accade nel Craniosacrale ad ogni incontro tra operatore e cliente, quando l'operatore si mette nella condizione di ascolto senza premeditare soluzioni. Succede lo stesso fenomeno nelle costellazioni, rappresentando un sistema, le persone che vi partecipano si trovano a rappresentare componenti di una famiglia di cui non sanno nulla. Eppure provano emozioni, sentimenti a loro totalmente estranei, ma che trovano invece un riscontro nelle dinamiche del sistema della persona che ha chiesto la rappresentazione. Anche in questo caso, il conduttore può essere d'aiuto se si sintonizza con la forza che anima il sistema, il quale, oltre a portare alla luce dinamiche relazionali disfunzionali di solito ignote, mette a disposizione le possibili soluzioni. Un' esempio personale; non ho mai imparato a parlare la lingua



inglese, malgrado vari tentativi con i metodi più moderni. Durante la formazione in costellazioni famigliari, affrontammo il tema delle conseguenze della seconda guerra mondiale, ( In Italia non abbiamo ancora compreso che le conseguenze della guerra condizionano ancora la nostra vita. Lo ha compreso meglio Spike Lee con il film “MIRACOLO A SANT' ANNA”) quando rappresentai i miei famigliari morti a causa della guerra, emerse che l'affondamento della nave ospedale Andrea Doria da parte di un sommergibile inglese, causò la morte di quasi tutto il suo equipaggio costituito da medici e infermieri. Nell' affondamento perse la vita un fratello di mio padre imbarcato come infermiere. La conseguenza nascosta che ebbe la morte di mio zio sul nostro sistema fu di escludere gli inglesi, per noi non esistevano.

E per fedeltà al sistema non si parla inglese, pena la perdita di appartenenza al sistema stesso. Ora posso parlare in inglese. Nelle costellazioni una forza misteriosa determina cambiamenti importanti nella vita delle persone anche fisicamente, forse è la stessa forza che i nostri maestri di Craniosacrale Hanno chiamato “IL RESPIRO DELLA VITA”. Magico

E forse con l'approccio Biodinamico del quale per il momento ho fatto solo il seminario introduttivo, è possibile sentire al meglio la forza misteriosa che ci anima.

Con la Biodinamica Craniosacrale mi si è aperta una nuova prospettiva nel lavoro con la persona, che sto già sperimentando. Per poter sentire Le Maree, Media e Lunga ho bisogno di entrare ancora più in profondità dove la quiete e il silenzio interiore necessari sono disponibili, ed il fare lascia sempre più spazio alla presenza ed al' ascolto. Le prime risposte dal lavoro con la Biodinamica Craniosacrale sono incoraggianti e di buon auspicio per il futuro.

## Conclusioni

Da piccolo mi dicevo che volevo fare il dottore per poter avere una bella auto come quella del nostro medico di famiglia. Forse l'auto bella non era l'unica motivazione.

Ora faccio l'elettricista, bel lavoro a cui sono grato. Tutto ciò che apprendo per migliorare la qualità della vita tendo a integrarlo nel vivere quotidiano, in relazione alle persone e all'ambiente. Ma il mio intento è di lavorare nella relazione d'aiuto con le persone mettendo insieme tutti gli strumenti che ho acquisito in questi anni tra cui il Craniosacrale. Poter condividere con gli altri ed a loro beneficio quello che ho appreso al fine di vivere in modo salutare, mi da gioia e mi completa.

In ogni caso sono felice e soddisfatto di aver fatto l'esperienza del Craniosacrale, mi ha iniziato a quella che io definisco; “La formazione permanente”. Ovvero comprendere come funzioniamo, anche perché se sai come funzioni tu, sai come funzionano gli altri, e se lo tieni ben presente questo ti consente di vivere con leggerezza e di non farti carico dei problemi altrui.

Solo con questa consapevolezza è posso mettermi al servizio degli altri, lasciando ad ognuno le proprie responsabilità.

La parola responsabilità mi piace . Deriva dal Greco è ha una doppia radice, Respons-Ability. Abilità alla risposta. A ognuno le sue risposte.

## Bibliografia

- John Upledger e Jon D. Vredevoogd, Terapia Craniosacrale
- John Upledger, Terapia Craniosacrale. Oltre la dura madre
- John Upledger, Il Trauma e la Mente
- Michael Kern, Craniosacrale: La Saggezza nel Corpo
- Marcel Bienfait, Fisiologia della Terapia Manuale
- Peter A. Levine, Traumi e shock emotivi
- Joseph Le Doux, Il Sè Sinaptico

## Ringraziamenti



*I nostri genitori biologici sono la matrice della nostra vita, tutto quello che viene dopo deve adeguarsi a questa gerarchia così da potersi integrare e consentire la fioritura del nuovo individuo.*

Sono felice di esprimere la mia gratitudine per essere arrivato alla fine di questa tappa a tutti coloro che con il loro contributo lo hanno consentito e che di diritto hanno un posto nel mio cuore:

Ai miei Genitori che mi hanno dato la vita.

A Nitamo Montecucco per avermi aiutato a rinascere.

A Kranto, Kapil e Ramita per avermi iniziato al Craniosacrale e alle sue meraviglie.

A Roberto Rizzardi per lo spazio e l'attenzione che mi ha dedicato in questi anni in cui ho potuto approfondire la mia formazione nella sua scuola.

E infine agli studenti miei compagni di viaggio per la pazienza, la comprensione e la disponibilità a farsi manipolare.