



ISTITUTO
CRANIOSACRALE
LA MAREA

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

TESI FINALE
**“CRANIOSACRALE:
TRA PREGHIERA E MUSICA”**

RESP. DELLA FORMAZIONE
Roberto Rizzardi

CANDIDATO
Omar Cavallin

TRIENNIO DI FORMAZIONE
2012-2015

Indice

- Abstract pag. 2
- Introduzione pag. 3
- Tesi pag. 4
- Conclusioni pag.13
- Bibliografia pag.13
- Ringraziamenti Pag.14

Abstract

Una sfida con me stesso: il proseguimento di un cammino iniziato attraverso la fede che mi ha donato la possibilità di capire quante analogie ci siano tra preghiera e Craniosacrale.

Attraverso la calibrazione e l'Ascolto lasciare andare tanti stati d'animo per poter incontrare la persona ed accoglierla nel migliore dei modi ma soprattutto, ricevendo, trovare persone che ti accettino per quello che sei.

Attraverso l'esperienza , quei muri invalicabili fatti di tecniche , dell'essere neutrali ed accogliere l'altro senza giudizio , oramai si sono sgretolati e hanno ceduto il posto ad un bagaglio di esperienza che nessuno ci porterà via.

Ascolto , Sensazioni , Vibrazioni , Silenzi: questo per me è il Craniosacrale con tutte le sue sfumature.

Introduzione

...tutto è suono null'altro che suono. Sono suoni e vibrazioni gli astri, i loro pianeti e il loro contenuto. Gli elementi appartengono al suono come pure ciò che formano , dai corpi più semplici a quelli più complessi.

*L'essere umano è suono vibrazione e musica,
anche se non lo sa o lo ha solo dimenticato.*

Fin dal primo momento del concepimento il nostro corpo è invaso da suoni, ritmi ,vibrazioni. L'ambiente intrauterino in cui ogni essere umano vede il periodo della sua prima e più delicata formazione ha connotazioni fortemente sonore, la loro costanza costituisce un punto di riferimento per il feto; il battito cardiaco, suoni improvvisi o di una certa durata provenienti dall'esterno del corpo materno, più forti o più deboli, musiche che possono risultare gradevoli o sgradevoli.

Le prime sensazioni neonatali ci giungono grazie all'apparato uditivo che risponde a stimoli in quanto è un vero e proprio sistema percettivo dotato di un sistema neuronico in grado di coinvolgere il funzionamento del corpo e della psiche.

L'apparato uditivo non è l'unico organo bersaglio delle frequenze , esistono studi accurati che individuano il Liquido Cefalorachidiano come uno dei recettori più importanti del corpo umano. Infatti esso è in grado di trasmettere al cervello i segnali delle onde armoniche inducendo così l'attivazione di importanti attività di sintesi.

Il suono è vibrazione , ogni sensazione ha una frequenza specifica. In natura tutto vibra ed emette un suono : atomi , molecole , DNA , cellule , organi , scheletro.....ognuno di essi è una vibrazione caratteristica.

Ognuno di essi può essere influenzato per effetto della risonanza.

Quindi nel nostro corpo già dalla nascita la fanno da padroni suoni, rumori, vibrazioni che causano a loro volta le più svariate sensazioni e stati d'animo.

Tesi

Esistono altre sensazioni , oltre a quelle fisiche.

Esistono altri suoni , oltre a quelli fisici.

Altre vibrazioni , oltre a quelle sonore.

È qui che entra in gioco un'altro tipo di ascolto. Quello che ti permette di essere qualcosa di più.

Che ti consente di Imparare....

Parlare della mia tesi è nello stesso momento semplice ma complicato , dei tanti stati d'animo persi e ritrovati durante il corso in questi tre anni di formazione. Delle nuove amicizie, incontri, sensazioni ma soprattutto condivisioni che rimangono lì, fissate in quei giorni di ascolto ed esperienze che sembrano delle immagini già sfocate tanto da non ricordare i particolari ma impresse dentro come bagagli irrinunciabili.

Quanta strada fatta in questi tre lunghi anni , un percorso in salita per le cose nuove da imparare e da sperimentare. La scoperta della Craniosacrale è stato un'pò il mettere le basi per un futuro nuovo fatto di una consapevolezza presente e della voglia di essere un “qualcosa” in questo nostro mondo : chissà se nei lontani inizi del novecento anche il dr. Sutherland quando comprese l'articolata espressione delle ossa del cranio si sentiva così!

L'osteopata A.T.Still , e in seguito il suo allievo dr.W.G.Sutherland furono gli scopritori di questo fantastico sistema, era solo uno studente quando il dr Sutherland intuì tenendo in mano un cranio di un adulto che attraverso le suture c'era una possibilità intrinseca di movimento. Dopo anni di studi arrivò alla conclusione che le ossa del cranio si muovevano e già dalle prime fasi degli esperimenti si rese conto che stava esplorando un sistema involontario di respirazione nei tessuti , importante per il mantenimento della salute. Sutherland si rese conto che tutte le cellule del corpo necessitavano di un respiro ritmico affinché il loro funzionamento fosse ottimale ed incominciò a farsi spazio nella sua mente l'idea che questi delicati movimenti potessero essere contattati da mani sensibili. Riconobbe che il movimento delle ossa craniche era legato al sistema membranoso e inoltre scoprì che il sistema nervoso centrale e il liquido cerebrospinale che lo bagna si muovevano ritmicamente assieme all'osso sacro attraverso il tubo durale.

Fu però John Upledger a coniare il termine “Terapia Craniosacrale” quando fondò dei corsi per diffondere ed insegnare le sue competenze tecniche a persone che non avevano frequentato corsi di osteopatia. Upledger creò quindi il modello del “Sistema Craniosacrale” con la relativa tecnica nella quale viene integrato il ruolo centrale del fluido cerebrospinale e della dura madre che differenziano la tecnica Craniosacrale dalle altre tecniche di correzione cranica, sganciando l’approccio CS dall’osteopatia.

Nel mondo Craniosacrale si mettono in contatto sottili percezioni con la vita stessa, questo profondo io che si rivela attraverso il contatto con l’obiettivo di portare da uno stato di caos ad uno stato di equilibrio e quiete.

Il sistema Craniosacrale o meccanismo respiratorio primario è un sistema anatomico funzionale costituito da cinque elementi fondamentali: liquido cefalorachidiano, meningi, ossa craniche, colonna vertebrale ed osso sacro.

Il liquido cefalorachidiano, nel suo aspetto fluido, è un elemento principe del sistema Craniosacrale che agisce sul sistema nervoso centrale con una funzione drenante, protettiva e di nutrimento permettendo così al midollo spinale e al cervello di espletare le loro funzioni in modo ottimale.

Il liquor viene prodotto all’interno dei ventricoli cerebrali, in strutture specifiche chiamate plessi corioidei che lo filtrano e lo elaborano nel sangue e viene riassorbito da strutture meningehe dette villi aracnoidei o granulazioni del Pacchioni.

Nel sistema Craniosacrale il liquido cefalorachidiano fluttua ritmicamente seguendo un ritmo molto lento che permette di mantenere una situazione ambientale ottimale e costante (omeostasi) del sistema nervoso centrale.

*Il sistema Craniosacrale: questo viaggio nell’ascolto e nella percezione che ci completa
stati d’animo che ci pervadono dal primo giorno della nostra vita attraverso la nostra crescita fino
agli ultimi giorni.*

Quante strane percezioni i primi moduli, la prima seduta ricevuta ma soprattutto la prima sessione fatta dalle mie mani con tutto il loro bagaglio di insicurezza che si portavano appresso: la posizione da tenere, i fulcri dell’operatore dai quali ricevere sostegno, la tecnica, porsi in un atteggiamento neutrale ma più di tutti l’ascolto di questo nuovo mondo spalancato dinanzi alla mia vita.

Ascolto? E cos'è?

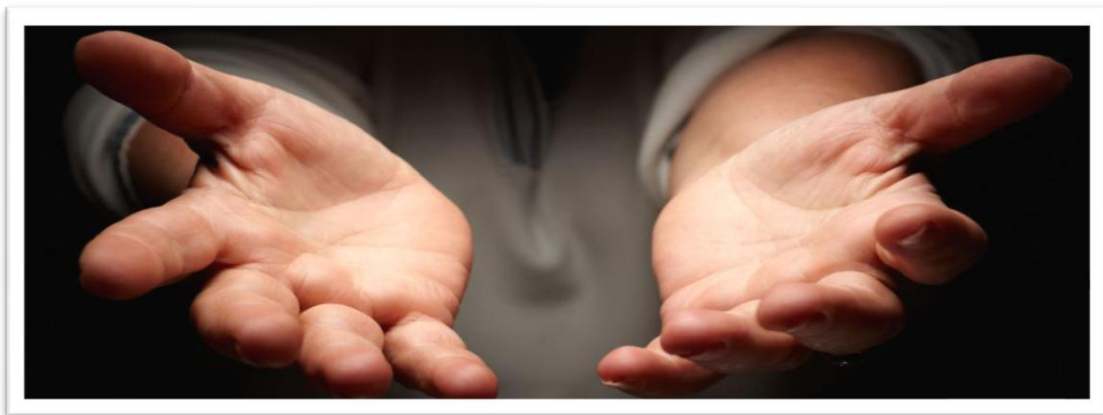
Sapevo di non ascoltare ma con credevo così tanto.

L'ascolto è una moltitudine di cose a mio parere: tutti iniziamo ad ascoltare in diversi modi già dal grembo materno, anzi forse in più modi di quanti ce ne ricordiamo da adulti, la percezione dei suoni per via tattile e uditiva è uno dei veicoli privilegiati per lo sviluppo di processi di orientamento conoscenza e interazione da parte del piccolo nei confronti del mondo esterno. Attraverso i suoni, specialmente quelli percepiti dall'esterno, il feto inizia a percepire i significati degli stati d'animo che quei suoni veicolano, e ad essi egli risponde con mutamenti del suo battito cardiaco e del suo stato. Il suono ha altresì la possibilità di far percepire in modo amplificato le emozioni materne creando le basi per la consapevolezza dell'anima. Durante la crescita però impariamo ad avere una percezione diversa di ascolto, perdendo il contatto diretto con la mamma rivolgiamo le nostre percezioni al Tutto che ci circonda e che spesso ci sfugge.

Per mia esperienza è stato un po' come rientrare in possesso di quella conoscenza nascosta, anche se a piccoli passi, di cui sentivo la mancanza e chissà da quanto tempo era lì chiusa fuori!

Quante volte volevo percepire di più, inconsapevole del fatto che dovevo prima ascoltare me stesso in quel momento, testardo volevo che la mia mente dovesse estrarre un'informazione dal mosaico delle sensazioni per poi elaborarla donandomi una spiegazione razionale.

Vibrazioni impercettibili donate dall' impulso ritmico craniale alle mie mani inesperte che spesso e volentieri si mescolavano con stati d'animo e paure rendendo difficile la comprensione delle esperienze; il nascere in noi di una musica attraverso una preghiera sottile che risuona semplicemente col suo modo di fare singolare per poi mettersi in espansione con il mondo.



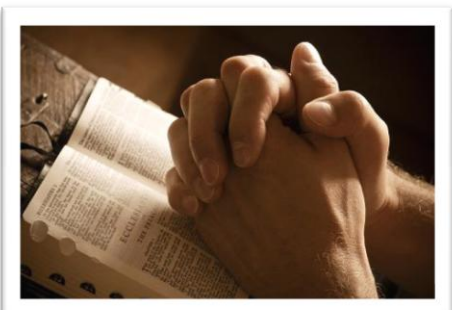
Ascoltare è un atto in cui, oltre al coinvolgimento della percezione dei suoni da parte dell'apparato uditivo e l'elaborazione da parte del cervello, è insita la volontaria disponibilità ad accogliere ed assumere il punto di vista della persona che entra in empatia con noi, anche se solo momentaneamente..

Le emozioni sono una parte inscindibile del messaggio che riceviamo.

Fare esperienze che ci permettono di esplorare la profondità di noi non ancora conosciute sono doni che modificano la nostra attitudine percettiva portando nuove informazioni e facendoci prendere coscienza di ulteriori aspetti della realtà rendendo più chiaro ciò che percepiamo e ciò che siamo. Un dono profondo , una serie di sincere sicurezze che ti riempiono il cuore e ti aiutano a percorrere questa vita fatta di scelte e difficoltà.

Fisserei questo momento del mio percorso quattro anni fa quando ebbi la possibilità di incontrare la fede che, con la sua semplicità, ti fa buttare al vento idee ben radicate lasciando posto ad altre spazzanti e ti fa trattenere il fiato quando ti accorgi cosa trasmette e come trasforma ; sentimenti contrastanti e percezioni profonde sono iniziati con il mio primo viaggio a Medjugorje dove ho incontrato una semplicità e un'armonia che non avevo mai toccato prima. Attraverso le parole e la preghiera ha ricomposto la mia anima come fa un musicista quando torna indietro sui suoi passi, con il suo passato di tristezza ed il suo presente di profonda novità.

Lì, ho accettato la vera preghiera, che ti plasma e ti acquieta, dona il conforto passando attraverso momenti difficili, riesce a toccare dentro quei punti che aspettano di essere incontrati alla soglia della loro casa: non so effettivamente dentro cosa sia accaduto ma ho la certezza di aver intrapreso



un cammino con sfumature che non avrei mai pensato di poter accogliere ...preghiera che ti insegna come guardare attraversando te stesso ma soprattutto meditando l'insegnamento del dono verso il tuo prossimo che ti apre agli altri con accettazione del semplice dono della vita. Creare una seduta come una preghiera profonda rivolta da dentro

alla persona che mi sta davanti, sottile ma sincera, affascinante ed inconsapevolmente corrisposta. Ho imparato così attraverso un contatto più profondo con me stesso ed una disponibilità ad andare oltre le abitudini, ad abbracciare la consapevolezza di una maggior numero di stati percettivi e di sensazioni riconoscendo quello che sono e quello che sto vivendo dando spazio a Tutto.

Grazie all'ascolto ho avuto la grande possibilità di imparare a contattare il sistema Craniosacrale attraverso il tubo durale, conoscere i suoi movimenti fisiologici, meccanici, membranosi ma soprattutto sono riuscito ad essere consapevole di quante risorse abbiamo all'interno del nostro corpo . Dal sacro al forame magno attraverso le vertebre e le ossa che compongono la volta e la base cranica.

Le ossa craniche hanno esse stesse un loro respiro , un ritmo indipendente da quello respiratorio e da quello cardiaco , è il ritmo Craniosacrale presente in tutti gli esseri umani..Questo liquido prodotto dal sangue arterioso è ricco di fotoni e decisamente cristallino permea il sistema nervoso centrale, la corteccia ed il midollo spinale nonché i ventricoli cerebrali.

Dagli atti del v° Congresso Europeo di Endocrinologia, studi accurati individuano il Liquido Cefalorachidiano, come uno dei recettori più importanti del corpo umano, infatti esso è in grado di trasmettere al cervello i segnali delle onde armoniche inducendo così l'attivazione di importanti attività di sintesi.

Il nostro corpo produce e recepisce onde armoniche : segue e si sviluppa assieme alle sollecitazioni sonore della realtà parlando, attraverso il movimento, nell'esprimere la nostra interiorità.

È principalmente esperienza, è vita che svela capacità e sottolinea scelte, ritrova il linguaggio più antico che possediamo e come il suono è un nucleo semplice, un'unità primordiale raffinatissima e in sé completa.

Il suono alimenta la musica e il corpo nutre la nostra esistenza: è una gemma che ha sfumature e tonalità. Quando si esprime tocca intensità di ascese e cadute, crea lunghi e brevi legami tra le cose della vita che succedono, lascia tracce con gesti pesanti o solidi (gravi), leggeri o delicati (acuti). Un qualsiasi atto che ci fa vivi, procedendo tra momenti di slancio e di quiete, richiama la categoria percettiva del ritmo.

La percezione e l'emotività, come i nostri gesti creano musica ed intrecciano un linguaggio espressivo tra movimento e vissuti interiori, esplorano eventi simultanei e successivi che segnano punti di arrivo e di stasi, di stacco e di continuità; attraverso la vibrazione, essa fluisce nel tempo e su questo si ricrea.

Spesso a raccontarci storie di vita è la fascia connettivale dove si ripercuotono in essa quando viviamo emozioni forti, attraverso modificazioni ormonali e sollecitazioni muscolo-tensive: la rabbia, la paura, stupore gioia e tantissime altre sensazioni si comportano in modo diverso dando segnali di tensione o rilassamento a seconda dello stato d'animo.

Il movimento parla della nostra interezza: ne testimonia la vitalità e il nostro essere anime nel tutto che ci è accanto.. I suoni sono segni del movimento, una modalità dell'energia che si manifesta nel

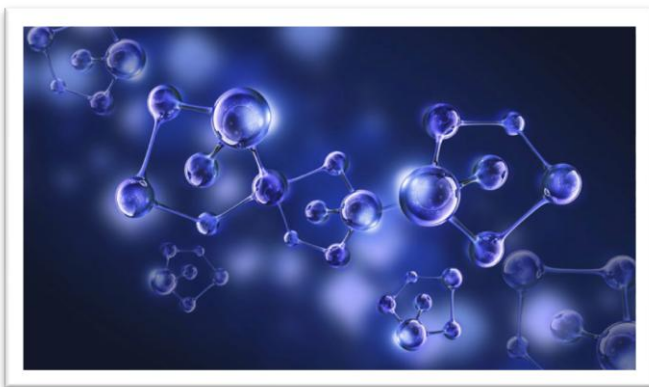
tempo e nello spazio occupando un tratto temporale tra il loro inizio e la loro fine attraversando il nostro corpo e la nostra anima creando un movimento, un flusso temporale che si affianca alla realtà negli attimi.

Così come in musica la melodia rappresenta l'unità strutturale complessiva e l'armonia la forma globale dei suoni, anche il nostro corpo ha stati melodici ed armonici, dai quali tendiamo a distanziarci se restiamo staccati da come siamo: nella nostra individualità, corporea e psichica.

Ritrovare o riconquistare gesti di per sé naturali, ma talvolta dimenticati come parti essenziali della nostra dimensione unitaria, può arricchire l'espressione corporea.

L'impulso ritmico craniale è l'espressione più profonda del nostro corpo, nel movimento di flessione ed estensione, attraverso il viaggio della marea e attraverso la fascia connettivale è racchiusa tutta una melodia profonda che completa l'affinità più grande che il movimento umano ha con la realtà musicale e la potenzialità di vibrare: avere accenti e toni, esprimere successioni di gesti secondo propri ritmi interni (melodia) ed essere, nel profondo, in simultanea consonanza (armonia) con tutti gli altri movimenti del reale.

La melodia interna attraverso le cellule ci completa nell'espressione del nostro essere sia fisiologico che psichico modificandoci nel nostro cammino, il nostro genoma è costituito da una catena di DNA dove la sequenza di basi rappresenta un codice armonico e informativo ovvero il



principio ordinante completo della persona, ereditato dai genitori. La molecola, di per sé, crea un proprio campo elettromagnetico, ed è caratterizzata da una specifica vibrazione, quindi da un proprio suono; attraverso l'ascolto più volte ho avuto sensazioni profonde date, a mio avviso, da questa comunicazione sottile dove il corpo veicola

ogni emozione che, come cosa viva, ha un tempo e uno spazio nei quali dispiegarsi.

Sono sempre le condizioni dello stare tra gli altri e tra gli eventi a caratterizzare ogni nostro rapporto: con l'identità, con le scelte e i desideri, con i modi di esprimerci e di stare lì, sapendo che tutto o nulla può accadere. Il ritmo Craniosacrale, l'affettività, il piano fisiologico e la tonicità muscolare interagiscono per esprimere la nostra essenza, accompagnandone il divenire creativo. Il gesto manifesta sempre il nostro tempo interiore: le fasi ascendenti della gioia e della realizzazione, dei momenti di felicità e di pienezza; le cadute nelle successioni di eventi tristi e dolorosi; le stasi e i punti fermi nelle creazioni emotive, nella quiete e nella serenità ritrovate. Tutto questo è come un evento sonoro della vita, che il nostro corpo riconosce e testimonia; vivendo, percependo,

muovendoci, relazionandoci, comunicando facciamo esperienza di ciò che avviene e, attraverso i gesti, lasciamo uscire ciò che proviamo sostenuti dalla realtà interiore che coinvolge l'intero organismo e lo fa crescere. Le emozioni attivano i gradi della nostra vitalità, accompagnano la motivazione nelle attitudini affettive e, in tale continuo scambio energetico, permeano gli spazi che abitiamo. La percezione del nostro centro, la postura e le possibili combinazioni gestuali di braccia e di mani possono ricevere espressività dal suono e dare a questo, contemporaneamente, sostanza corporea. La nostra destra e sinistra corrispondono alla parte razionale e alla parte emozionale, alla fisicità e alla spiritualità. Porre attenzione percettivo-sonora ai due emisomi coinvolge tutto il nostro sentire e lo avvicina ad uno stato superiore coinvolgendo la nostra vita in tutti i suoi colori ed i suoi tempi accettandola nelle sue sfumature. . Mi sono reso conto molto presto che la pratica Craniosacrale non si racchiude solo in tecnica, è un modo completamente diverso di essere e stare con gli altri, ti accompagna tutti i giorni anche nei momenti più difficili e ti dà la voglia di conoscere un altro te stesso. Con i piedi aderiamo alla realtà, tramite le gambe ci sosteniamo e ci spostiamo in essa percorrendola; le braccia sono la nostra propensione verso gli altri, i rami che ci fanno orientare nello spazio percependo coordinate psicofisiche; le mani comunicano ciò che siamo ma soprattutto ciò che siamo per gli altri. Per analogia, le nostre chiusure partecipano allo spazio vitale e alla storia personale con la possibilità di evolversi rispetto agli eventi passati, per diventare apertura, incontro e vicinanza sfumando attraverso le relazioni umane che, nutrendoci, hanno il potere di modificarci ed arricchirci anche nel corpo.

Compiere gesti è camminare assieme anche rimanendo lì fermi e neutrali, liberamente, in un movimento antico ed essenziale dove il Respiro della vita è il nostro primo passo; presiede nella comunicazione con tutto il nostro essere e assieme al tempo e allo spazio ci unisce alla realtà, nella percezione di ciò che avviene. Inspirare ed espirare mettendoci in rapporto con il mondo esterno, un atto semplice ed istintivo pieno di saggezza che ci accompagna sempre.

Durante le prime sedute il percepire l'atto respiratorio era contrastante perché impediva l'essere neutrale, essendo un coordinatore delle nostre azioni influisce sul plesso solare, nostro centro energetico direzionale e accordandosi con i tempi interiori segue il dinamismo cardiaco e può arricchire di libertà espressiva ogni movimento. Rimane impressa dentro una delle prime sedute, trattando una persona riuscivo solamente a percepire il movimento ondulatorio sul torace e la confusa miriade di movimenti creati da questo: penso sia da quel momento che lo sgretolarsi delle mie ferme convinzioni ebbe un riscontro effettivo, nel pormi senza giudizio e nell'accettazione di un qualcosa di nuovo, un diverso inizio.

*Se ti preoccupi di vivere solo ciò che stai vivendo ,
cioè il presente, potrai vivere il tempo che ti rimane fino alla morte ,
senza turbamento, con benevolenza e serenità.*

Marco Aurelio

È stata un a minima sensazione che mi ha dato la possibilità, attraverso una persona, di aprire la mente ad un mondo così vasto nella sua semplicità, un libro aperto all'imparare cosa significa condividere. Secondo Rudolf Steiner la respirazione è un processo che si svolge nel sistema ritmico, mediato dall'organizzazione umana, su due versanti: da una parte nell'azione che avviene tra il sistema ritmico e il sistema neuro-sensoriale, dall'altra nel confine del sistema con l'intero essere vivente. Quando inspiriamo spingiamo il diaframma verso il basso e il liquido cefalo-rachidiano verso la testa, cosicché nel processo respiratorio abbiamo un continuo salire e scendere di questo liquido, in un movimento ritmico che si unisce alla facoltà di rappresentazione mentale. Nella sua discesa, invece, il liquido cefalo-rachidiano si affianca a tutto quello che si svolge nel sistema del ricambio del sangue. Questa mia esperienza interiore si ricollega alla musica nella misura in cui, il respiro si avvicina alla vita neuro-sensoriale in maniera melodica e al sistema delle membra in maniera propriamente ritmica, sembra una continua preghiera che viene dal cuore più profondo e si svela senza pretese o giudizi.

Con sincerità, fiducia e rispetto ho imparato a confrontarmi con il mio corpo e quello degli altri con la sensibilità atta a creare i modi giusti, diversi per ciascuno, per permettere alle emozioni di svelarsi: forti di quanto preziosa sia per gli altri l'espressione autentica, tutti possiamo incontrare ed accogliere i nostri gesti per riconoscerne la dimensione personale più vera.

Riscontri molto più forti ed incisivi li ho avuti nel tempo dopo una serie di sedute con tre persone sul fatto che vibrazioni musica e corpo sono in stretta relazione, proponendo musiche diverse le sensazioni e le emozioni erano molteplici e a volte contrastanti nel loro modo di esprimersi; le emozioni inducono modificazioni a più livelli *fisico-fisiologico* (aumento o diminuzione del respiro, della pressione cardiaca, della tensione muscolare), *comportamentale* (panico, "blocco", variazione della postura), *mentale* consistente nell'esperienza soggettiva che ha il nostro pensiero.



Le emozioni più potenti, con effetti fisici forti, sono innate, universali, indipendenti dalla esperienza individuale di una persona o dal proprio credo e sono dette *emozioni primarie*: queste ci fanno ridere , tremare , dubitare, sorprendere, lo fanno producendo una risposta adatta agli stimoli importanti attraverso l'amigdala che ci insegna, a livello inconscio, la risposta più adatta che il nostro io vuole dare.

I pensieri e le emozioni attraverso i loro campi elettromagnetici si diffondono ovunque e dispongono di un'immensa ma sottile potenza capace di generare benessere, ed ogni pensiero legato a loro emana vibrazioni che oscillano all'unisono con ogni particella dell'universo e del corpo.

Mi rivedo fortemente in questi stati d'animo contrastanti in tutto il tempo trascorso dall'inizio di questo percorso, difficili da accettare ma maestri sempre presenti che mi hanno insegnato l'accettazione profonda e un altro modo di stare con me stesso.

Al termine di questa strada sento dentro di me un cambiamento forte , ritengo che l'empatia e la compassione siano due rocce fondamentali su cui erigere il mio futuro, consapevole di quello che ho imparato e di tutto quello che voglio condividere con gli altri; so bene che sono all'inizio del mio lungo cammino di cambiamento ma faccio tesoro degli insegnamenti che mi hanno portato fino a qui e guardo avanti alla ricerca

Conclusioni

Spero che in quella che è stata un'ulteriore sfida del mio percorso, voi riusciate a cogliere il mio stato d'animo in quello che ho voluto donarvi, attraverso le parole. Consapevole del fantastico percorso intrapreso tempo fa mi sento di esprimere la mia gioia nel dire che sono grato di tutto quello che le persone incontrate in questo percorso mi hanno dato e mi hanno fatto vivere; riparto da qui con nuova forza ed impegno per il cammino che avrò davanti anche se, non posso nascondere, con un'pò di malinconia!

So che ora la mia vita è decisamente più piena, arricchita e pronta a non lo so ancora.

Bibliografia

Craniosacrale – Principi ed esperienze terapeutiche Michael Kern- edizioni Tecniche Nuove

Terapia Craniosacrale BIODINAMICA – Michael J Shea – Somatica edizioni

Scienza e Conoscenza – Rivista – n°42

www.fisicaquantistica.it

Ringraziamenti

Ringrazio Dio per avermi dato questa possibilità.

Ringrazio infinitamente i miei genitori per la vita che mi hanno donato, per gli insegnamenti e le difficoltà superate, ringrazio mio fratello per esserci e trasmettermi sempre il suo affetto.

Ringrazio la mia compagna per essere sempre al mio fianco, per ogni consiglio ed ogni parola di conforto.

Un grazie a Roberto per la disponibilità e la pazienza nell'insegnamento assieme a Ludovica, grazie a Laura che ci ha fatto da tutor e da compagna, e a Satyam che ci ha insegnato il modo di rapportarci con noi stessi e con gli altri.