



ISTITUTO
CRANIOSACRALE
LA MAREA

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

TESI FINALE

*“Un tuffo nel vuoto...
alla scoperta del craniosacrale”*

RESP. DELLA FORMAZIONE

Roberto Rizzardi

CANDIDATO

Andrea Brun

TRIENNIO DI FORMAZIONE

2013-2016

Indice generale

RIASSUNTO.....	2
INTRODUZIONE	4
MODULO DELLA FASCIA E TESSUTO CONNETTIVO.....	6
LA BIODINAMICA.....	8
LA PRATICA.....	10
CONCLUSIONI.....	12
RINGRAZIAMENTI.....	13
BIBLIOGRAFIA.....	14

RIASSUNTO

... “ Sono venuto per imparare a trattare persone .. invece sono stato trattato”..

Di seguito cercherò di spiegare in maniera sintetica il mio percorso con la tecnica cranio-sacrale, partendo dalle motivazioni che mi hanno spinto ad intraprendere questa strada e descrivendo cosa ho ottenuto concretamente da questo percorso.

Questa modalità terapeutica è stata per me una guida alla riscoperta dei sensi che abbiamo tutti noi, che partono dal “saper ascoltare”, “l'essere centrati”, “l'essere consapevoli”, e che una volta acquisiti consentono anche di imparare ad essere “neutrali”, non giudicanti di fronte agli eventi che ci stanno accadendo .

In altre parole, “saper” ottimizzare (equilibrare) i nostri sensi percettivi “contemporaneamente”, essere presenti e consapevoli di dove ci troviamo in ogni istante, non giudicare e accettare le cose come arrivano, e soprattutto abbandonare le abitudini sbagliate.

“ Il vero viaggio di scoperta non consiste nell'esplorare nuove terre, ma nell'avere nuovi occhi...” - Marcel Proust





Un altro fondamentale aspetto è il riuscire a riportare la “calma interiore”, fermare il brusio interiore, riconoscere e saper gestire le emozioni, questo per poter percepire in maniera chiara e repentina i cambiamenti che succedono nel campo esterno e sui palmi delle mani.

Quindi come si può comprendere è in atto una rivoluzione interna, con una apparente calma esterna...

INTRODUZIONE

Avendo a cuore come la maggior parte delle persone la salute dei propri cari, incominciai a studiare in maniera approfondita l'alimentazione e alcune pratiche di massaggio, riabilitazione ecc.. allo scopo di poter trovare/dare il massimo ai miei famigliari.

Quando ebbi i primi incontri con i medici, le mie sensazioni erano di **freddezza**, di **non** accoglienza, e incontravo persone che lavorano mediante protocolli, **quindi non ascoltavano e non osservavano!** Praticamente mi succedeva di fare un monologo.

Quello che percepivo era un atteggiamento superficiale da parte loro “..è così e non si può far niente..”, una sensazione di poca attenzione “ ..non si può fare niente, è il protocollo”.



“ Parlare è un mezzo per esprimere se stessi agli altri, ascoltare è un mezzo per accogliere gli altri in se stessi “ - Wen Tzu

Nel frattempo, dopo deludenti incontri con vari terapeuti, dai quali mi rendevo conto che le persone venivano trattate come oggetti, mi accorsi inoltre che i trattamenti erano troppo diretti verso il lato materiale e localizzati in una particolare zona del corpo, escludendo completamente il lato spirituale e il funzionamento globale del corpo che, al contrario, è un insieme di parti che “*danzano assieme*”.

Quindi

Le motivazioni personali che mi hanno spinto, sono state quelle di cercare una disciplina che potesse concretamente portare benefici sia fisici che psico-emozionali.

Ho iniziato questo percorso “*evolutivo*”, non avendo neanche idea di che cosa fosse il Cranio-sacrale!! Mi ricordo il primo appuntamento quando Roberto uscì dal suo studio, con espressione sul viso del tipo “*..anche sto qua...*”; dopo un breve colloquio gli posi la domanda “classica” : cosa è il cranio-sacrale ?

Risposta :...**vieni a provarlo!!**

MODULO DELLA FASCIA E TESSUTO CONNETTIVO

Il modulo che mi è piaciuto molto è stato quello della “ fascia e del tessuto connettivo”, per la quantità di informazioni e per la chiarezza espositiva che ho ricevuto.

E' stato proprio nell'ambito di questo modulo che ho deciso di portare a termine la formazione, dopo aver ascoltato i seguenti punti:

1. La spiegazione di come una tecnica manuale bionaturale possa essere efficace. Dopo una giornata di spiegazione sul tessuto connettivo e sul comportamento del collagene - e dei relativi trattamenti - è stato messo in evidenza come mediante il calore, l'energia il collagene possa ritornare alla propria posizione originale. Questo punto è fondamentale per il lavoro sulla fascia!
2. La definizione del cranio-sacrale come “chiave di accesso al corpo”. Nessun altro trattamento permette di **accedere al corpo** in tale **profondità/rilassatezza**.

Questi due punti forniscono una prima idea delle risorse che si hanno a disposizione con questo tipo di trattamento e di come anche possa essere utilizzato come strumento integrativo di altre forme di trattamenti.

Un altro aspetto fondamentale del lavoro sulla fascia è il fatto che, le memorie del nostro inconscio risiede in ogni parte del corpo, in ogni cellula, in ogni viscere e organo, è possibile attenuare l'effetto dell'ego, dello stress, delle convinzioni, semplicemente procurando dei rilasci fasciali e permettendo al corpo di ritornare alla sua condizione originale (*un altro esempio di questo lavoro è la disciplina dell'Aikido, arte marziale giapponese, lavorando sul corpo con le proprie tecniche, etc.. cerca di ottenere lo stesso risultato*).

Per chiarire anche gli aspetti sopra citati, si può immaginare che noi riceviamo continuamente degli INPUT, di qualsiasi tipo; appena ricevuto, sono pronti i relativi PENSIERI e di conseguenza le relative EMOZIONI; queste ultime provocano delle sensazioni fisiche.

Queste sensazioni fisiche ritornano a noi come INPUT, così chiudono il cerchio e tutto il sistema si autoalimenta. Per poter spezzare questo “cerchio”, l'unica cosa che è possibile fare è lavorare sul corpo “sulla sensazione fisica” ; attenuandola o interrompendola.

In genere, quando si parla di fascia si intende il tessuto connettivo, il quale costituisce il 70% dei tessuti umani. Si può considerarlo come un sistema integrato, come è ad esempio il sistema nervoso, con una sua modalità di comunicazione, il quale mette in comunicazione ogni parte del corpo senza soluzione di continuità, dalle ossa alla cartilagine, al sistema di membrane, agli organi interni, ecc..

Come si può intuire il suo ruolo è molto importante è può essere schematizzato in due punti :

- strutturale : ha una funzione di sostegno degli organi e tessuti;
- di difesa : nel suo interno avviene il riconoscimento e l'eliminazione del materiale estraneo, i processi infiammatori etc..

Si comprende quindi che mantenere la fascia/tessuto connettivo libero da restrizioni o tensioni è dunque fondamentale per una buona qualità di vita. Possiamo sicuramente convivere con il mal di schiena, i dolori articolari, la cellulite, le aderenze tessutali da cicatrici o da cattiva nutrizione, ma il nostro campo vitale si restringe. Molte volte cerchiamo in motivi psicologici o strettamente medici la causa di disturbi come dell'insonnia, dello stress, etc.., mentre la ragione può molte volte risiedere nelle restrizioni fasciali, che sono come tessuti “ *tesi e incollati*”.

LA BIODINAMICA

Alla fine del triennio, ho seguito due moduli di biodinamica. Questi moduli mi hanno insegnato che c'è un'altra “**frequenza di ascolto**” del corpo umano, cioè attraverso il sistema, e l'operatore e il ricevente sono lì fermi uno accanto all'altro.

Un modo per comprendere meglio cosa siano queste diverse frequenze di ascolto del sistema, è immaginare una sezione verticale del mare. Partendo dal fondo c'è la quiete, la calma, il silenzio; questo è il punto di partenza da dove nascono tutte le altre frequenze. Risalendo dal fondo si incontra un flusso stabile e costante, con un ritmo costante di 50 secondi per ciclo, ha il nome di “Marea Lunga”, in questo flusso si trovano le forze bioelettriche, embrionali, energetiche che agiscono attraversando il corpo.

Se risaliamo ancora si incontrano flussi con movimenti più rapidi o “Marea media”, ha un ritmo di 15/20 secondi per ciclo, questa è l'espressione della potenza nei fluidi del corpo umano, una miscela tra linfa, sangue, liquor etc..

Arrivando alla superficie del nostro mare, dove tutto è influenzato in maniera più repentina dal vento, dal clima e dalle onde; si incontra l'IRC o impulso ritmico cranico, con un ritmo che può variare da 6 a 12 secondi, e rappresenta il nostro stato in quel momento.

In Ogni trattamento di biodinamica l'operatore è in contatto con i tessuti del corpo del paziente - pelle, ossa, tessuto connettivo, organi, fluidi del corpo, etc.. - tutto il sistema è sotto l'influsso della Marea Media, che ci permea e ci tiene in vita; l'esperienza personale e di altre persone che ho trattato è di sentirsi galleggiare in un caldo mare e di essere profondamente rilassati. In questo stato “il disagio”, “il trauma” vengono percepiti come una inerzia, una stagnazione; l'operatore in ascolto neutro ma presente e non direttivo a funzione di sostegno al sistema perché il sistema stesso possa ridurre o eliminare tali inerzie/stagnazioni.

Un fatto che rimarrà a lungo nella mia memoria è che durante il secondo modulo, verso la fine delle quattro giornate, mentre veniva spiegato l'approccio alla marea lunga, ..ad un certo punto quando Roberto, con il ricevente di turno, stava contattando la marea lunga, ho percepito un vento caldo quasi soffocante/avvolgente, che galleggiava nella stanza .. non ci sono parole ma è stato bello, quasi come entrare in un'altra dimensione..(folgorante!).



LA PRATICA

Penso che la più grande soddisfazione sia vedere l'espressione sul viso delle persone a fine trattamento, quando hanno ritrovato per un attimo la via di casa e assaporato la quiete.

Questa espressione è difficile da "trovare" in altre circostanze e ogni volta che la vedo penso a come una tecnica all'apparenza così "*semplice*" possa andare in profondità tanto da sfiorare l'anima delle persone.

Il compito dell'operatore è quello di un "*traghettatore*", che ha il compito di accompagnare le persone nella loro casa, ottenendo (anche se non sempre) dei risultati, sia a livello fisico che psichico-emozionale, non riducibili ad un prezzo.

Durante la pratica mi sono reso conto dell'importanza di saper incontrare la persona, delle regole di centratura e neutralità; non focalizzarmi e ignorare i problemi fisici delle persone e delle loro patologie, e ho imparato ad ampliare il mio campo di ascolto a livello complessivo, ad affinare la qualità dell'ascolto stesso entrando più in profondità.

Di seguito riporto due casi, sono quelli che ho seguito di più; si tenga presente che gli effetti positivi durano anche nei giorni successivi al trattamento ed è consigliato seguire un ciclo di almeno 5 trattamenti a cadenza settimanale per rendersi conto degli effetti positivi a livello globale sul nostro organismo .

'- Donna, 70 anni, con paralisi della parte destra del corpo; all'inizio presentava problemi di occlusioni intestinali, ho cominciato a trattarle il diaframma pelvico, già dalla mattina del giorno dopo sono diminuiti notevolmente i problemi di occlusione intestinale. La stessa persona, dopo che ho seguito il 1^o modulo di biodinamica e ho cominciato a trattarle la parte destra del corpo (gamba e braccia) con la tecnica della marea media, ha recuperato dopo due o tre sedute parte della sensibilità della gamba destra (*percepisce meglio il caldo e freddo*);

'- Donna anziana, 90 anni, con flebite e artrosi, problemi di rottura della pelle nei polpacci e caviglie e relativi sanguinamenti; dopo vari trattamenti della fascia e poi con la marea media, la pelle non si rompe più e ha cambiato completamente colore.

Il cranio-sacrale è un trattamento profondo, potente e permette di accedere a diverse frequenze del corpo, penso che non abbia limiti di applicazione ma solo di tempi di risposta; credo che i soli limiti siano dati dalla capacità dell'operatore.



“ Prima di giudicare qualcuno devi camminare nelle sue scarpe per mille miglia ” - detto orientale

CONCLUSIONI

Al termine di questi tre anni mi sento come chi ha fatto molti esercizi preparatori per poi ripartire di nuovo, ma con una **consapevolezza decisamente maggiore** di me stesso e delle possibilità che tutti noi abbiamo a disposizione.

Sono grato che gli insegnamenti ricevuti siano andati in senso opposto alle mie precedenti esperienze con il mondo della sanità ufficiale, per lo meno posso affermare di aver visto qual'è la strada da percorrere per “ascoltare” e “accogliere” le persone mantenendo un atteggiamento centrato e non giudicante.

Si potrebbe anche pensare di applicare queste consapevolezze alla vita di tutti i giorni, “come una sorta di allenamento al trattamento per l'operatore”, ottenendo sicuramente una società migliore, persone più radicate/centrate e con un chakra del cuore più sviluppato, che sappiano inoltre ascoltare “con gli apparati sensoriali giusti!!”



“Quando l'orecchio si affina diventa un occhio” - Rumi

RINGRAZIAMENTI

Voglio ringraziare Roberto, per l'energia e la passione che mette nella formazione, il rapporto che si crea va oltre al normale rapporto docente-allievo; Ludovica, nonostante la materia ostica, per la pazienza e passione che mette nelle sue lezioni; Satyam, per le sua capacità di farci comprendere chi siamo e come siamo, con modi semplici e pratici, Laura per avermi sopportato e supportato, guidato in questo percorso permettendomi di imparare una grande disciplina.

BIBLIOGRAFIA

Istituto Craniosacrale “la Marea”- dispense del corso triennale.

Michael Kern – Principi ed esperienze terapeutiche

Bonnie Bainbridge Cohen – Sensazione, Emozione, Azione Anatomia esperienziale del Body-Mind Centering

John Upledger – Terapia Cranio-Sacrale

Micheal Shea – terapia craniosacrale biodinamica

Mike Boxhall- Conversazioni nella quiete

Nicola Tricase – L'arte di aiutare