SCUOLA di BIODINAMICA CRANIOSACRALE

La marea

CORSO DI FORMAZIONE PER OPERATORI IN DISCIPLINA CRANIOSACRALE

TESI FINALE

"CHI CERCA, SI TROVA! LA MAREA CHE TRASFORMA"

Resp. della formazione
ROBERTO RIZZARDI

Candidato
MONICA COMIOTTO

TRIENNIO DI FORMAZIONE

2019 - 2022

Dedicata a tutti coloro che sono in viaggio per ritrovarsi…

INDICE

RIASSUNTO……1
1. INTRODUZIONE: Mi presento ……...……..2
2. DAL CIELO ALLA TERRA……..4
   2.1. Tra Cielo e Terra……...5
   2.2. L'Unità ……6
3. IL RESPIRO DELLA VITA……...7
4. LA MATRICE ORIGINARIA……8
5. LA TRASMUTAZIONE…….9
6. LA TRASFORMAZIONE: forze Biodinamiche e Biocinetiche……10
7. IL CAMMINO CONTINUA……..11
8. I COLORI DELLA RINASCITA……...12
   8.1. La Protezione……...13
   8.2. La Rinascita…….14
   8.3. Accoglienza…….15
   8.4. Il Secondo Volo……...16
   8.5. Trasformazione……17
9. CONCLUSIONI……..……...18
10. BIBLIOGRAFIA……..…….....20
RINGRAZIAMENTI……21

RIASSUNTO

Ognuno di noi arriva qui sulla Terra per assolvere ad un compito speciale affidatogli.
Fin da piccoli abbiamo infatti delle inclinazioni, dei talenti: la nostra Individualità.
Ma talvolta o molto spesso, l'educazione, le aspettative dei genitori, la morale comune, ci allontanano dal nostro sentire, dal nostro compito divino e arriviamo ad essere e a fare qualcosa di diverso, che non ci appartiene.
Succede poi che la Vita ti dia l'opportunità di tornare sui tuoi passi, ma talvolta si presenta come un momento di crisi biografica poco piacevole.
Ma è proprio lì che ci può essere il punto di svolta, l'opportunità per ritrovarsi e ritrovare il proprio compito divino.
La Biodinamica Craniosacrale è stata per me il mezzo per tornare a percepirmi, a ritrovarmi e a capire che stavo percorrendo una strada diversa da quella iniziale.
L'arteterapia mi ha permesso di visualizzare il processo di trasformazione e di rinascita che è avvenuto in me, scegliendo di riconnettermi con la mia Matrice Originaria.

1. INTRODUZIONE

Mi presento:

Tutto ebbe inizio nell'ottobre del 2019, all'età di trentacinque anni, quando mi iscrissi al percorso di formazione di Biodinamica Craniosacrale: non sapevo bene di cosa si trattasse, nè se sarei riuscita a conciliare tutto tra lavoro e vita famigliare, ma qualcosa dentro di me mi suggeriva che era la strada giusta per me, che mi avrebbe aiutata.

Avevo sperimentato una giornata di introduzione alla Biodinamica e dei trattamenti che mi avevano felicemente colpita, sentendo nel corpo delle sensazioni molto strane che mi incuriosivano.

All'epoca lavoravo come infermiera presso l'Ospedale Cà Foncello di Treviso da circa dodici anni.

Il lavoro mi pesava enormemente, sentivo che fare l'infermiera in Ospedale, non mi rispecchiava più: mi sembrava di lavorare in una catena di montaggio dove la relazione con il paziente era quasi inesistente poiché c'era troppo da fare, un processo di cura diventato troppo meccanicistico per me.

Ero frustrata dal non riuscire a fare le cose bene come volevo io, sentivo sulle mie spalle troppa responsabilità, turni di lavoro fuori dai ritmi della quotidianità.

Il mio corpo mi stava dando segnali forti di disagio, con il cuore che spesso andava "su di giri".

In quel periodo una domanda mi ricorreva spesso:

"MA LE COSE POSSONO ESSERE FATTE IN MANIERA DIVERSA?"

Questa pesantezza poi me la portavo anche a casa nonostante cercassi di staccare con il lavoro: a casa ad aspettarmi c'erano Giovanni, mio figlio, che all'epoca aveva circa sei anni e mio marito Domenico con cui sono felicemente sposata da circa dodici anni.

Il rapporto con mio figlio in quel periodo era diventato difficoltoso: non mi ascoltava, i suoi comportamenti da bambino pieno di vita, spesso mi irritavano, mi innervosivano, uscivano dai miei standard e finivamo in scontri fisici e verbali.

Mio marito mi rimproverava che quando arrivavo io, portavo squilibrio, Giovanni cambiava atteggiamento e questo mi feriva molto.

La mia emotività era molto accentuata: passavo da momenti di rabbia e nervosismo, al pianto inconsolabile legato ai sensi di colpa.

Non potevo più sopportare una vita così impostata e così cercavo degli aiuti esterni.

Quello che mi permetteva di riportare un po' di leggerezza, dopo un turno di lavoro mattutino in ospedale, era la biciclettata.

Ricordo che, appena tornavo a casa, dopo una bella doccia, io e Giovanni prendevamo le nostre biciclette e ci immergevamo nella bellezza della campagna, accompagnati sempre dal nostro telo da picnic e una buona merenda.

Stare nella natura mi rigenerava e lì sentivo che ero in armonia anche con Giovanni, anch'egli amante della campagna e dei lavori agricoli: in estate passavamo molte ore ad ammirare la trebbiatura dei campi di grano e mais e ad "inseguire" le mietitrebbie.
Tutto ciò per me era vitale.
Ciò che mi fece riflettere molto, fu la frase di una canzone che Giovanni mi cantò un giorno in macchina:
"SI PUO' ANCHE SBAGLIARE E RICOMINCIARE, RICOMINCIARE DA ZERO…"
Sembrava che il suo comportamento fisico con me, mostrasse come uno specchio qual era la mia sfera emotiva interiore: un gran caos!
Voleva forse dirmi che la strada che stavo percorrendo non era più la mia e mi diceva con rabbia:
"VIENI VIA DA LA'!"
Ecco che di lì a poco iniziai il percorso di Biodinamica Craniosacrale con l'obiettivo di poter cambiare qualcosa e di trovare delle soluzioni.

"Arriva un momento in cui bisogna fare una scelta profonda: se continuare ad essere un prodotto inconsapevole delle esigenze del mercato, delle necessità della parte malata della società, delle aspettative degli altri, dei propri impulsi istintuali e delle dinamiche di compensazione delle proprie paure ed ansie… oppure fermarsi ed ascoltare.
Avere il coraggio di fermarsi, ascoltare, riconoscere e seguire la propria unicità.
E rischiare tutto per questo, rimanendo coerenti alla propria vocazione e ai propri talenti.
Volevo suggerirti la follia.
La follia di seguire te stesso.
Meglio morire in questa follia che rinunciare alla propria unicità.
Be a Voice, not an Eco."

Daniel Lumera

2. DAL CIELO ALLA TERRA

Ognuno di noi arriva qui sulla Terra per assolvere ad un compito speciale affidatogli.
Rudolf Steiner (1861-1925) fondatore dell'Antroposofia o Scienza dello Spirito, considera l'uomo costituito da corpo, anima e spirito e rivela che "*…l'uomo è un essere costruito secondo la legge della polarità*".
La prima polarità da tener presente consiste nel fatto che l'essere umano appartiene sia alla Terra come al Cielo, sia alla materia che allo Spirito e che saggi disegni divini assegnano ad ogni essere umano un compito divino.
Rudolf Steiner spiega come la materia sia stata creata da Gerarchie Spirituali e come essa sia il risultato della loro attività creatrice, anche tramite l'emanazione di forze di luce.
La forza, l'energia spirituale è in realtà luce donata che resta invisibile alla vista umana. La luce non si può vedere se non negli effetti, quando diventa materia e la illumina.
La luce si addensa, si terrestrizza diventando quella materia, quel mondo fisico nel quale l'uomo vive. Come Rudolf Steiner afferma, si può dire che: "*La materia è luce addensata*".
L'uomo deve riscoprire come in questa materia agisca la realtà del Mondi Spirituali.
Secondo Jaap van der Wal, noto medico embriologo ed antroposofo contemporaneo, l'uomo è Spirito, movimento e materia e il concepimento è la prima connessione tra Spirito e materia dove avviene una trasformazione da cellula vivente a organismo vivente.
Quando lo spermatozoo e la cellula uovo si incontrano, dialogano perché sono polarità che non si possono fondere, ma si elevano e nasce qualcosa di nuovo, lo zigote.
Lo zigote è unità, organismo vivente.
Ecco come in questo momento lo Spirito si connette alla materia e le forze creative divine entrano dentro di noi.
Nella prima settimana dal concepimento, lo Spirito è attorno al corpo, nella seconda settimana trova uno spazio tra trofoblasto ed embrioblasto, nella terza settimana lo Spirito entra nel corpo con la discesa del cuore e diventa Individuo, custode di Divini doni affidatigli.
Ammirando le pitture create da mio figlio, sono rimasta colpita da due in particolare che al mio sguardo, mostrano proprio la connessione tra Spirito e materia.

2.1 Tra Cielo e Terra

Arriviamo da lassù, da lontano.
Un raggio di Luce tra cielo e terra.
Luce fatta di Spirito che arriva sulla terra.
Atterra sul corpo fisico e si connette alla materia.

2.2 L’Unità

L’embrione riceve tutto il macrocosmo e lo porta dentro di sé, trasformandolo in microcosmo.
Possiamo essere così in questo corpo su questa terra
trovando il punto di equilibrio dentro di noi
e arriva: “IO SONO”
la propria Individualità

Inizia così una biografia unica e irripetibile.
E come ammonisce Jaap Van der Wal:
“Lasciate diventare la creatura, ciò che deve diventare e non una copia del genitore!”

3. IL RESPIRO DELLA VITA

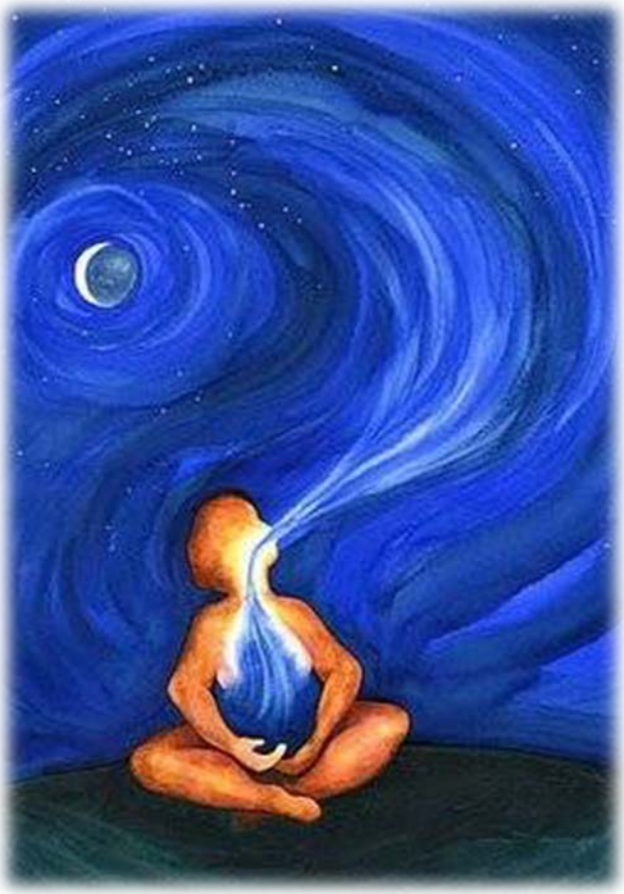
Il Dott. William Gardner Sutherland (1873-1954) fondò la Biodinamica Craniosacrale grazie alle sue intuizioni circa il movimento delle ossa craniche.

Sutherland chiamò “IL RESPIRO DELLA VITA” quella forza vitale intrinseca al corpo che porta con sé una POTENZA che genera dei ritmi simili a Maree che danno origine a sottili movimenti involontari dei tessuti e dei fluidi.

Prese questo nome dal Libro della Genesi nella Bibbia, dove viene recitato: “Allora il Signore Iddio formò l’uomo dalla polvere della terra e alitò nelle sue narici il soffio vitale e l’uomo divenne un essere vivente”.

Il Dottor Sutherland credeva che la Potenza del Respiro della Vita avesse in sé un’Intelligenza di fondo, un progetto fondamentale per la Salute, che agisce a livello cellulare come un principio ordinatore e di regolazione di base.

Si era reso conto che la Potenza del Respiro della Vita avrebbe potuto essere efficacemente adoperata dall’operatore per aiutare la Salute.



4. LA MATRICE ORIGINARIA

Il Respiro della Vita ha in sé un progetto fondamentale per la Salute, che il Dott. James Jealous, definì la “Matrice Originaria”, ovvero quel principio ordinatore, quell’intenzione originaria presente proprio all’inizio della Vita, quando le cellule dell’embrione cominciano a formarsi e a diversificarsi. Ma questo principio ordinatore continua per tutta la vita e comunica continuamente un ordine intrinseco ai fluidi e ad ogni cellula del corpo.

I diversi sistemi di tessuti e di fluidi corporei si formano intorno a questo progetto fondamentale e sono mantenuti da quest’ultimo, fino alla morte.

Questo concetto di Matrice Originaria può essere paragonato all’IO di Rudolf Steiner e all’Individualità di Jaap Van Der Val.

Finché c’è Vita, la Matrice Originaria non va mai persa.

Franklyn Sills dice:

“*Non importa quanto la situazione sia disperata; le informazioni sul tutto, il principio ordinatore intrinseco o progetto fondamentale sono ancora accessibili in ogni parte”*

L’obiettivo dell’approccio biodinamico è quello di facilitare l’espressione della Matrice Originaria nei tessuti che sono stati disturbati e interessati dalla malattia.

5. LA TRASMUTAZIONE

Il Dott. Sutherland definì il processo di trasmutazione come un cambiamento di stato:
quando il Respiro della Vita incontra la materia, si trasforma e si manifesta in tre livelli diversi: le 3 Maree.

A partire dalla Quiete Dinamica, quello stato senza forma, di pura e genuina esistenza e tranquillità, emerge dalle fondamenta del nostro essere, un ritmo molto lento che va sotto il nome di Marea Lunga: essa è la manifestazione più delicata del Respiro della Vita e si può percepire come movimenti ritmici a spirale all'interno di un vasto campo d'azione che si orienta intorno alla linea mediana del corpo. Essa crea e mantiene la nostra forma e funzione: si esprime con un ciclo ogni 100 secondi.

Risalendo e incontrando i fluidi corporei, il Respiro della Vita si manifesta nella "Marea Media che si esprime a una frequenza di circa 2,5 cicli al minuto.

Essa manifesta la Potenza del Respiro della Vita che favorisce la Salute e la guarigione in tutti i tessuti nei quali riesce a manifestarsi.

Risalendo ancor più in superficie, il Respiro della Vita si manifesta con un ritmo più veloce:
l'Impulso Ritmico Craniale che si esprime ad una frequenza di 8-12 cicli al minuto.

A questo livello i fluidi, ed in particolare il liquido cerebro spinale, presentano un movimento di fluttuazione longitudinale.

Tutte le strutture tissutali esprimono un loro specifico movimento craniosacrale: le strutture pari presentano movimenti di rotazione interna e rotazione esterna; le strutture impari (es. osso sacro, occipite ecc.) presentano movimenti di flessione ed estensione.

6. LA TRASFORMAZIONE

Forze Biodinamiche e Biocinetiche

La Potenza del Respiro della Vita, la nostra potenza biodinamica, organizza il mondo cellulare e dei tessuti conservando la Salute e l'equilibrio del corpo.

In quanto uomini di questo mondo, fin dalla nostra nascita, lungo tutta la nostra Vita, ci rapportiamo con gli eventi della Vita stessa, che possono procurare traumi e stress di varia natura.

Il Dott. Rollin Becker definiva tali fattori stressanti: Potenze Biocinetiche.

In condizioni ideali, le forze biodinamiche intrinseche del corpo possono annullare l'effetto di qualsiasi esperienza biocinetica.

Ma se lo stress è molto forte, o si ripete, la capacità della potenza biodinamica del corpo può essere sopraffatta e pertanto la forza biocinetica rimane nel corpo.

Le forze biodinamiche del corpo concentrano le forze biocinetiche in aree particolari chiamate *fulcri d'inerzia*: essi modificano la modalità di espressione della Respirazione Primaria intorno al suo asse della linea mediana e ai suoi fulcri naturali.

Si creano pertanto degli schemi di movimento anormali: ci possono essere turbolenze nella struttura del tessuto e della fluttuazione dei fluidi come ad esempio contrazioni, tensioni, trazioni e torsioni.

Nel corpo, i fulcri d'inerzia possono concentrarsi dovunque: nelle ossa, nelle membrane, nei tessuti nervosi e nei fluidi.

Il corpo perciò conserva la storia delle esperienze che hanno notevolmente formato le nostre vite:

"*a livello mentale, si creano gli schemi e le idee complesse del Sé, a livello emotivo vengono conservati gli eventi emotivi e a livello dei tessuti si forma l'inerzia*" come spiega Franklyn Sills.

Se si libera la forza imprigionata, contenuta in un fulcro d'inerzia, il Respiro della Vita può ancora pervadere i tessuti.

Viene ripristinata una connessione con la Matrice Originaria nell'area del disturbo e ne scaturisce la salute.

Il lavoro della Biodinamica Craniosacrale è quella di creare le condizioni perché la potenza biodinamica della persona possa agire e innescare un processo di trasformazione interna andando a "sciogliere" l'inerzia intrappolata.

7. IL CAMMINO CONTINUA…

Il primo anno di Biodinamica Craniosacrale, mi permise di muovere i primi passi in uno spazio che mi era diventato quasi sconosciuto: la mia interiorità.

Presa in primis dal dovere e dal fare frenetico per poter conciliare tutto, avevo represso il mio sentire: mi sentivo "bloccata" a livello del torace, nella sfera del cuore e delle emozioni.

Prima di iniziare la lezione, il nostro caro Roberto, ci conduceva in uno spazio meditativo: appena iniziava una musica di sottofondo, qualcosa di molto profondo veniva toccato in me.

Il cuore cominciava a battere forte e le lacrime uscivano copiose, un mare di lacrime che non potevo controllare. Se davo loro spazio, se esprimevo il mio pianto senza dar peso a ciò che gli altri avrebbero pensato di me, poi mi sentivo più leggera, meno appesantita, come se qualcosa si fosse sciolto e ci fosse più spazio.

In quel momento un fulcro inerziale si era dissipato e la Potenza del Respiro della Vita era tornata a riprendersi lo spazio e a farne scaturire Salute.

Le lacrime mi accompagnarono durante tutta la formazione del primo anno, ma sentivo che pian piano qualcosa stava cambiando.

In quel periodo inoltre, avvertivo un dolore fastidioso al sacro, molto strano, che non riuscivo a comprendere: avevo provato con dei trattamenti chiropratici, ma non passava.

Ricordo molto nitidamente come, durante un trattamento di Biodinamica Craniosacrale, in una pratica assistita, quando l'operatrice mise le mani, una al sacro e una all'occipite, avvertii una forte potenza mai sentita, sprigionarsi dal mio sacro e da quel punto, dirigersi simultaneamente verso il capo e verso i piedi. Lì ebbi la chiara percezione di cosa significhi liberare la forza inerziale imprigionata e ripristinare la connessione con la Matrice Originaria.

Di lì a poco il dolore al sacro sparì.

A marzo 2021, durante il secondo anno di formazione, per la seconda volta, un segnale molto forte del mio cuore irruppe nella mia vita. Mentre stavo svolgendo il lavoro di infermiera in corsia in ospedale, il mio cuore cominciò a battere a 230 b/min e non ne voleva proprio sapere di rallentare: era come se mi dicesse: "Qui non è più il tuo posto, ascoltami!!"

Scelsi di ascoltarlo veramente.

Iniziai un percorso di arteterapia, cioè l'uso del colore a scopo terapeutico.

Con estrema meraviglia, potei ammirare come il mio processo di trasformazione interna che stava avvenendo, veniva impresso nero su bianco nelle pitture.

Senza alcuna intenzione razionale, ma con il solo uso del colore e del suo gesto, la pittura che facevo, una volta asciugata, mostrava qualcosa di meraviglioso.

8. I COLORI DELLA RINASCITA

Qui di seguito le pitture che hanno per me un significato speciale perché esprimono momenti salienti del mio processo di trasformazione, quello che io chiamo “La mia Rinascita”.

8.1 La Protezione

A marzo, durante il secondo anno di formazione, nasce questa pittura.

Il Blu, il colore dell’interiorità, con il suo gesto circolare.

Quando dipingevo, in quel momento quasi meditativo, immaginavo come se un manto blu, leggero e delicato, si appoggiasse sul mio capo fino a coprire le mie spalle e mi proteggesse.

L’intento era quello di proteggere la mia essenza, la mia Matrice Originaria dai condizionamenti esterni.

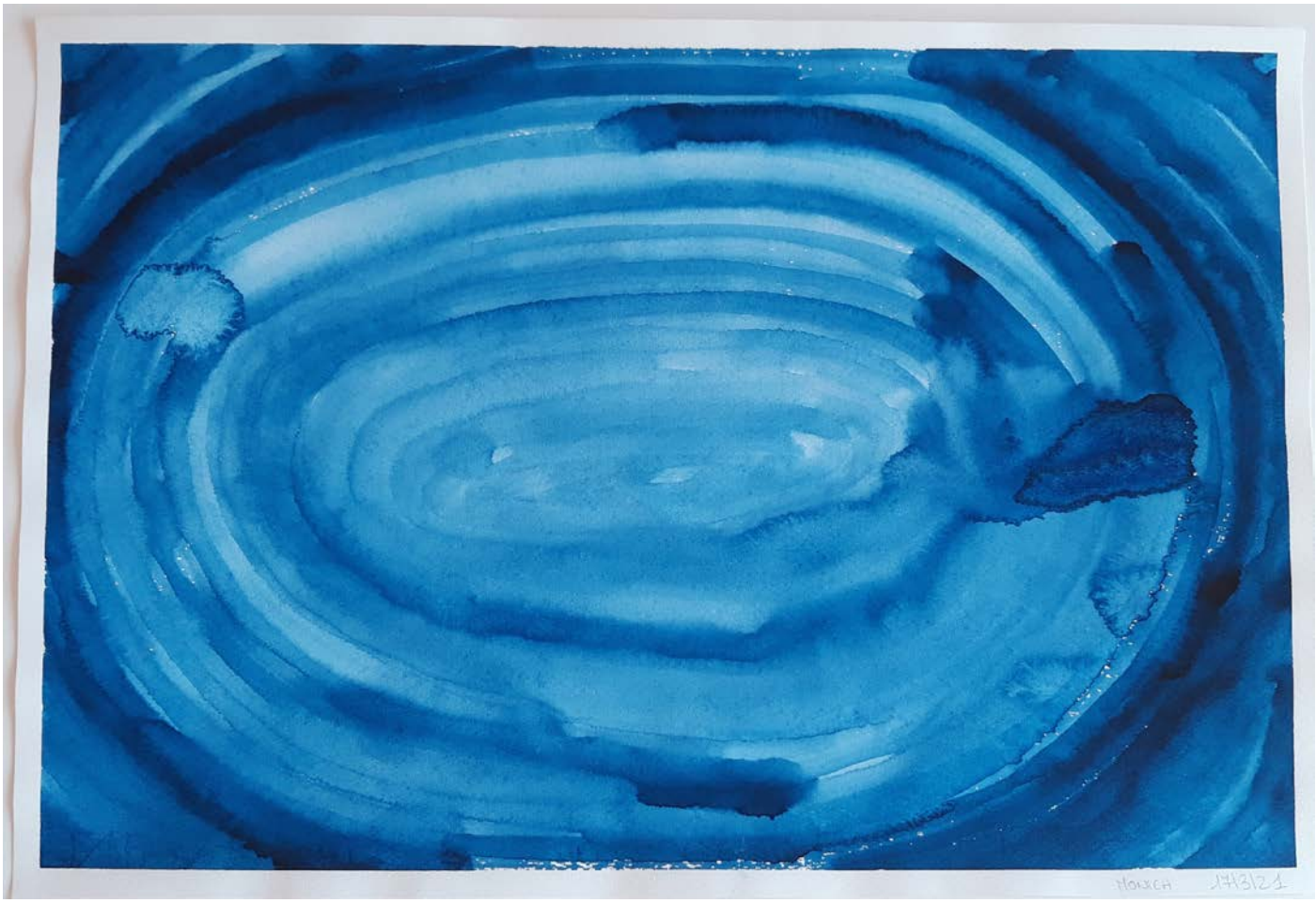
Quando potei ammirare la pittura asciutta, subito la mia immaginazione vide un utero andare in profondità.

All’esterno si vede come il colore è intenso, disomogeneo, impregnato in alcune zone: come l’espressione più superficiale del Respiro della Vita, l’Impulso Ritmico Craniale, più soggetto alle turbolenze dei condizionamenti esterni.

Nel mezzo si vede come il colore si fa più fluido, più morbido, espressione della Marea Media, custode della Potenza del Respiro della Vita.

Al centro il colore è più tenue, più omogeneo, mi dà la sensazione di Quiete, espressione della Marea Lunga.

In questa pittura scorgo un utero pronto ad accogliere, lì nella Quiete, qualcosa di nuovo, nonostante tutte le turbolenze ed influenze esterne, pronto a far rinascere l’intenzione originaria.


HOLICH
14/3/24

8.2 La Rinascita

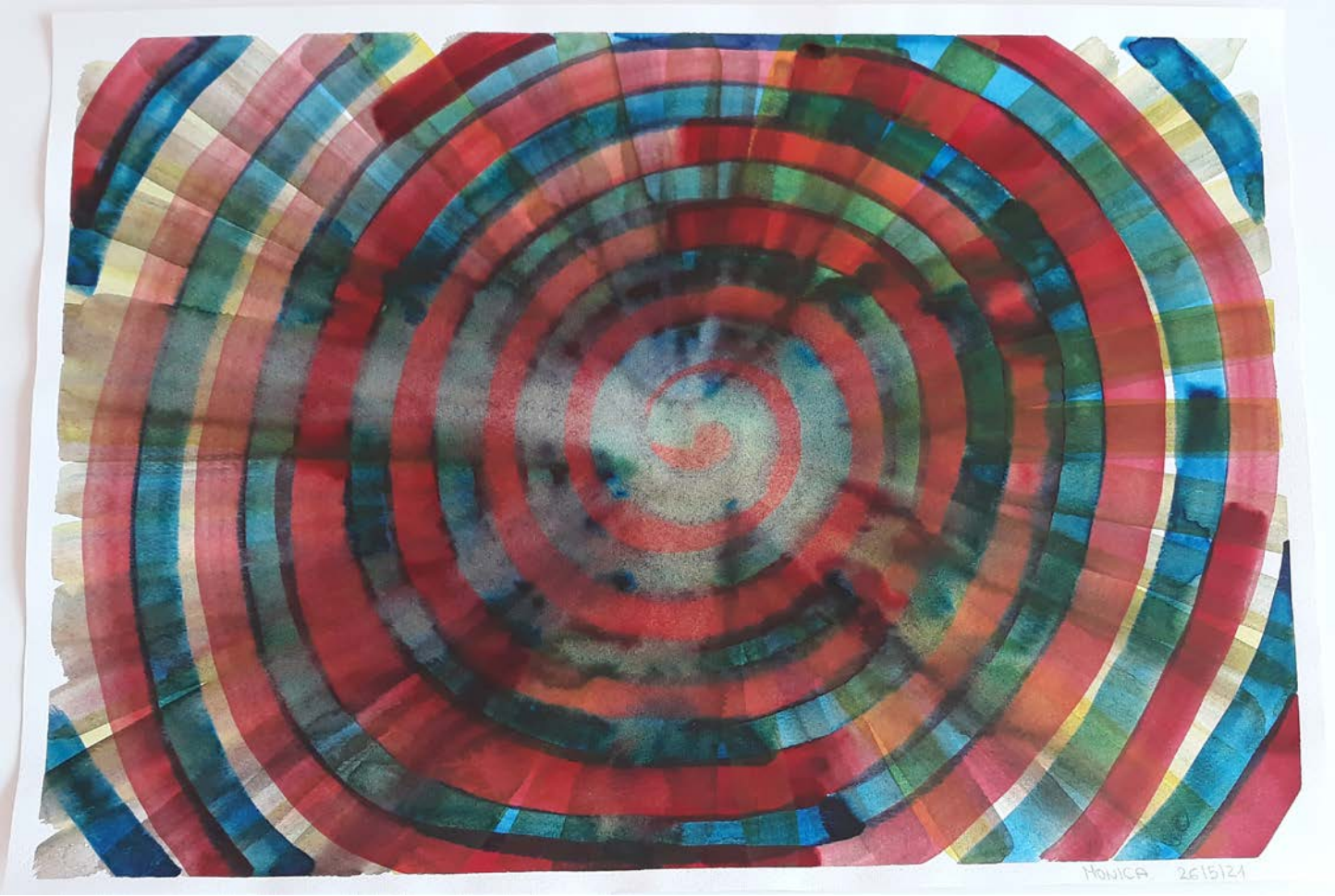
A maggio nasce questa pittura.

Nel movimento a spirale della Vita, dove si intersecano il blu dell'interiorità e il rosso della volontà, lì nel centro appare un piccolo embrione: qualcosa di nuovo è nato.

Sembra illuminato da un raggio di sole, o forse è proprio lui che porta luce e irradia tutto ciò che è attorno a lui con il gesto del giallo, portando trasformazione: il blu, attraversato dal giallo, si trasforma in verde, il rosso, attraversato dal giallo, si trasforma in un caldo arancione.

In quel periodo, dentro di me, nella Quiete protetta, si era concretizzato un deciso volere di ascoltare il mio sentire e di tornare alla mia essenza, ricollegarmi alla Matrice Originaria.

Ecco la mia Rinascita che porta trasformazione attorno a me.



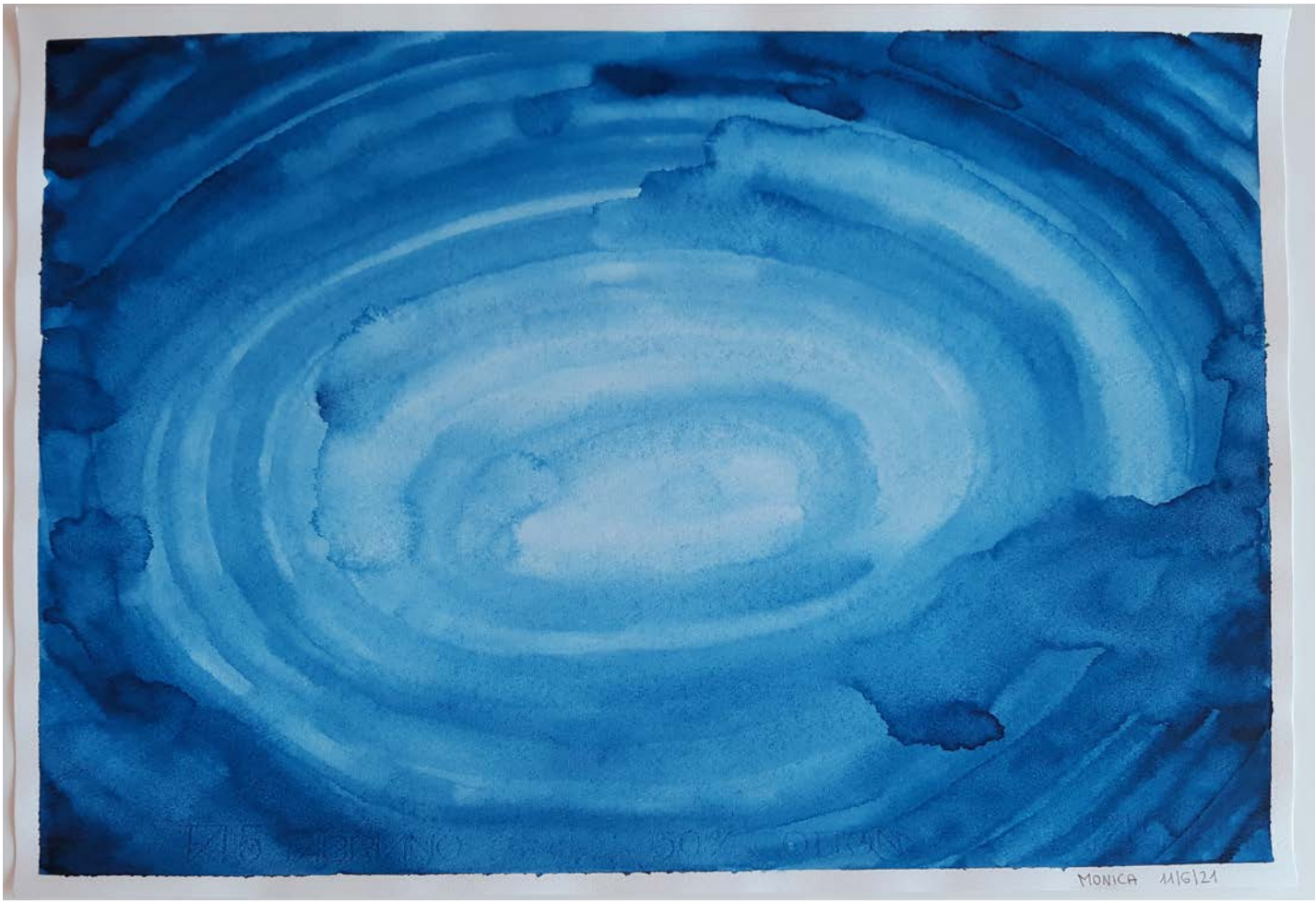
8.3 Accoglienza

A giugno nasce questa pittura.

Vedo sempre un utero: esternamente si scorgono ancora movimenti di turbolenza, ma sembrano meno incisivi.

A mano a mano che si va in profondità, i colori sono più omogenei, più morbidi, colgo che c'è più spazio per accogliere quel piccolo embrione che ora si intravede lì nel centro.

Ha trovato accoglienza e lì protetto può crescere.



Ricordo che in quel periodo, io, Domenico e Giovanni, eravamo andati in vacanza in un piccolo maso di montagna immerso nella natura.

Il calore della stufa a legna al suo interno, durante le giornate piovose, ci permetteva di accoccolarci su un morbido divano, ascoltando della bella musica e ammirando da lì, la bellezza della natura con i suoi fiori, alberi e animali.

Dentro di me la gioia della serenità che respiravo con la mia famiglia in quel paradiso.

C'era una bella complicità tra di noi e dentro di me accoglievo sempre di più l'idea, che era proprio quel modo di vivere e di stare che volevo.

8.4 Il secondo Volo

A luglio nasce questa pittura.

L'incontro del blu e del giallo, con i loro gesti, hanno generato un verde luminoso, il colore della trasformazione e lì nel mezzo, intravvedo un gabbiano librarsi libero nel cielo con le sue ali spiegate.

Ecco, il piccolo embrione, ora cresciuto, si è ripreso lo spazio, il suo spazio ed ora può iniziare a volare.

A luglio si concretizzò la decisione di lasciare il lavoro di infermiera in Ospedale e tracciare una nuova via.

8.5 Trasformazione

Come un dono arriva quest'ultima pittura, nata a fine settembre, dopo aver ricevuto un trattamento di Biodinamica Craniosacrale incentrato sul cuore e poi donata al reparto in cui lavoravo.

"L'opportunità nasce quando ti chiedi se non ci sia un altro modo per fare le cose"

Al centro della pittura un cuore, la volontà di cambiare, attorno il blu con il suo gesto di protezione e al centro del cuore il giallo, come un raggio di luce, attraversa il rosso del cuore trasformandolo in un caldo arancione e attraversa il blu trasformandolo in verde.

Ecco come al centro del cuore si fa spazio una luce dirompente, l'Essenza che emerge, irradia e porta trasformazione attorno a sé.

9. CONCLUSIONI

La Biodinamica Craniosacrale è stata la mia salvezza, mi ha permesso, lentamente negli anni di ritrovarmi, di tornare al mio sentire, alla mia Matrice Originaria e di arrivare a prendere delle decisioni consapevoli nella mia vita, volte alla Salute.

Ora posso respirare i ritmi della sana quotidianità: il mio corpo mi ringrazia, il mio cuore ha ritrovato il suo ritmo e la mia emotività ha trovato un nuovo equilibrio.

Nella relazione con mio figlio, come uno specchio, Giovanni ora mi mostra pacatezza nei comportamenti, affettuosità e ciò che corona il tutto è una sua recente frase: "Mamma, sei la mamma più bella del mondo". Forse la bellezza che ora lui vede era quella nascosta, la bellezza dell'Anima, che ora invece è visibile.

Mio marito continua a sostenermi nelle mie scelte di Vita, felice di vedermi felice.

La Natura continua ad essere la nostra compagna preferita: camminate e biciclettate ci accompagnano giornalmente e ci permettono di coltivare la nostra passione per le erbe spontanee.

Come un dono è arrivata inoltre la possibilità di condividere un progetto di orto sinergico biodinamico che sta prendendo forma e i lavori sono iniziati!

Alla domanda che mi ponevo inizialmente, se le cose potessero essere fatte in maniera diversa, la mia risposta è SI:
la Biodinamica Craniosacrale, oltre ad avermi dato la possibilità di ritornare sui miei passi, mi ha permesso di sperimentare un altro modo di stare e di prendersi cura di una persona.
La Presenza dell'Operatore di Biodinamica Craniosacrale, ossia l'essere "qui e ora" senza distrazioni di pensieri o ricordi, l'Ascolto profondo, la delicatezza del tocco, l'assenza di giudizio nei confronti della persona, il non voler cambiare nulla, ma l'essere a servizio al cambiamento e all'autoguarigione rispettando i tempi della persona, sono tutti aspetti della Biodinamica Craniosacrale in cui mi riconosco profondamente e che sento essere affini alla mia persona.
Mi è chiaro che d'ora in poi, è proprio questo il modo che vorrò utilizzare in qualità di Operatore di Biodinamica Craniosacrale e che sento venir molto apprezzato dalle persone che ho avuto modo di incontrare.

10. BIBLIOGRAFIA

- Michael Kern, *Craniosacrale Principi ed esperienze terapeutiche,* Milano, Tecniche Nuove, 2006.
- Su Fox, *La relazione terapeutica con il cliente,* Somatica edizioni, 2010.
- Nicola Tricase, *L'arte di aiutare: se mi vuoi bene, impara ad ascoltare,* Edizioni Farnedi, 2012.
- Quaderni di Flensburg, *Crisi biografiche,* Milano, Editrice Novalis, 2008.
- Giovanni Peccarisio, *I bambini Indaco, sono speranza o certezza per un nuovo mondo?* Daelli Editore, 2017.
- Francesca Pachetti, *Il giro del cuore in 365 giorni*, Pentàgora, 2021.

RINGRAZIAMENTI

E per concludere non possono mancare i ringraziamenti….

GRAZIE alla Vita che mi ha portato qui sulla Terra, trovando dei genitori che mi hanno accolta!
GRAZIE a Domenico, compagno di Vita, che in tutti questi anni ha sempre saputo aspettarmi, sostenermi ed amarmi!
GRAZIE a Giovanni, Dono Divino e Maestro di Vita che con la sua tenacia mi ha portato fin qui
GRAZIE a Sonia Rovira che mi ha fatto conoscere la Biodinamica Craniosacrale
GRAZIE a Marinella che con la sua dolcezza di arteterapeuta, mi ha sostenuta con la potenza dei colori, lungo il cammino impervio dell'anno appena trascorso.
GRAZIE a Roberto Rizzardi, comandante della nave che ci ha accompagnati in questo stupendo viaggio di tre anni, a Michela Covre, suo braccio destro, che ci ha coccolati tra le onde del mare, al resto dell'equipaggio che ha reso possibile l'ottimo attracco e ai miei stupendi compagni di viaggio!!