

Corso Professionale di **Counseling Spirituale**®



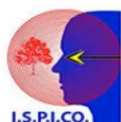
Dal Cranio al Sacro: un viaggio nell'affidamento.

Relatori

Federica Zini
Emidio De Berardinis

Elaborato di

Erika Rebggiani
N. Registro ASPIN: FORM-1489-OL



Centro di Ricerca Erba Sacra APS
Formazione Professionale, Conoscenza e Crescita Personale



Anno 2023/2024

INDICE

ABSTRACT	2
PREMESSA	4
CAPITOLO 1.....	9
DEFINIZIONE ED EVOLUZIONE NEL TEMPO DEL SIGNIFICATO DI MORTE	9
KALI YUGA.....	11
BRUCO O FARFALLA.....	12
MORTE E RINASCITA: SIMBOLI DI DUALITÀ.....	15
IL CORPO UMANO: UN PERFETTO VEICOLO	17
IL RESPIRO CRANIO-SACRALE.....	22
IL CRANIO – L’INIZIO.....	27
LA COLONNA VERTEBRALE – LA VIA.....	29
IL BACINO – L’OSSO SACRO – L’UMANITA’	34
DIAFRAMMI - PORTE DI PASSAGGIO.....	37
1) DIAFRAMMA PELVICO = CRISI DI INCARNAZIONE.....	41
2) DIAFRAMMA TORACICO/PLESSO SOLARE = CRISI DI ORIENTAMENTO.....	43
3) DIAFRAMMA RESPIRATORIO = CRISI DI INIZIAZIONE	45
IL VIAGGIO DI RITORNO: DAL SACRO AL CRANIO IL MISTERO DEL GOLGOTA.....	47
AFFIDAMENTO E FEDE.....	49
CAPITOLO 2.....	51
APPLICAZIONE PRATICA	51
TRATTAMENTO 1: MARY E IL PRINCIPIO “MATER”	53
TRATTAMENTO 2: NICA E LA STABILITÀ.....	56
LA LEGGE DELLO SPECCHIO	61
CONCLUSIONI	64
RINGRAZIAMENTI.....	66

ABSTRACT

Il presente elaborato si propone di aprire una finestra alternativa sull'importanza, per le coscienze umane, di portare un nuovo sguardo e di fluire, nel percorso evolutivo, attraverso il riconoscimento e il superamento di determinate tappe, nonché l'individuazione, e relativo utilizzo, degli strumenti a disposizione per farlo, in virtù del periodo storico che stiamo vivendo. Questa tesi prenderà particolarmente in considerazione il delicato tema della "Morte" (nelle sue varie accezioni), come tappa obbligata e opportunità evolutiva, per poter "Rinascere" in una nuova dimensione di realtà, affidandosi e arrendendosi ad essa, fluendo dolcemente con l'esistenza. La parte introduttiva sarà un excursus di come questo tema abbia influenzato la mia vita, divenendo un fedele ed intimo compagno di viaggio. Il corpo centrale dell'elaborato, sarà incentrato sull'argomento «Morte-Rinascita»: si osserverà il modo in cui tale passaggio venga vissuto differentemente, a seconda dei diversi livelli di coscienza, e di come sia possibile applicarlo ai trattamenti di «Craniosacrale Biodinamico¹» rendendo il contatto tra operatore e cliente più

¹ Craniosacrale Biodinamico: terapia osteopatica portata dal Dott. W. Sutherland all'inizio del'900, grazie ad un'intuizione sul movimento involontario delle ossa del cranio, collegato alla colonna vertebrale e all'osso sacro.

intimo e profondo. Si proseguirà nell'esplorazione del senso del "viaggio della coscienza" nel mondo duale, e di come simbolicamente, esso possa rispecchiarsi nella conformazione fisica del corpo umano. Il cranio, nello specifico, può essere visto come il luogo in cui il Principio Spirituale si incarna per fare esperienza; le vertebre, sempre simbolicamente, rappresentano le varie tappe del percorso di discesa e, successivamente, di risalita, compiute dalla coscienza umana per identificarsi sempre più nella materia, fino ad arrivare al Sacro, punto più basso e luogo ricco di grandi opportunità. Ad un certo punto, la coscienza, da "questo luogo" sentirà il richiamo di Casa e dovrà tornare a salire, lasciando dietro di sé, nella materia, ogni "zavorra", che appartiene alla densità. Durante la risalita, il *Counseling Spirituale* può offrire un prezioso aiuto al cliente, accompagnandolo con amorevole delicatezza, all'interno dei suoi vari corpi, fino a toccare lo "spazio" in cui non esistono più identificazioni e nel quale ci si percepisce, finalmente, parte del Tutto.

PREMESSA

La mia infanzia è stata segnata da un'educazione particolarmente conflittuale, soprattutto per quel che riguarda il tema della *morte*. Questo tema, di fatto, è stato la nota di fondo della mia esistenza, influenzando ogni mia scelta. I miei genitori atei e la rigida scuola cattolica che ho frequentato, mi hanno proposto visioni molto discordanti in merito a ciò che accade quando si muore; visioni categoriche e senza alcuna via d'uscita. Fin da piccola, tali visioni mi apparivano insensate, ma il timore di scoprire che una di queste fosse vera, aveva messo a tacere quella voce interiore che mi suggeriva di cercare la verità altrove. La gioventù ha il grande potere di far sentire le persone immortali, si ha la sensazione di avere tantissimo tempo davanti, eppure, crescendo, le domande tornano ad affacciarsi con più forza di prima, stimolando il desiderio di trovare risposte esauritive in merito: che senso ha l'esistenza se anche la morte non ne ha uno? Esiste "là fuori" qualcosa che possa dare una risposta al mio "sentire" interiore, rendendolo tangibile? Le risposte, però, iniziano ad affacciarsi quando le certezze crollano, e le mie certezze hanno iniziato a vacillare nel 2009, quando ho avuto l'opportunità di frequentare la Scuola di Craniosacrale Biodinamico, all'interno della quale ho imparato a

toccare con mano il ritmo con cui la vita si manifesta, muovendosi con la stessa cadenza di un “respiro”. È una dinamica armonica, estremamente sottile, ma di una potenza straordinaria, contattabile solo se si libera la mente da ogni pensiero limitante, da ogni giudizio, conoscenza e credenza disponendosi all’apertura verso uno spazio nuovo, all’interno del quale è possibile percepire qualcosa di più “impattante” del corpo fisico. Tramite questo contatto, il mistero di quale fosse il senso della vita e della morte si faceva più fitto, aumentando la discordanza tra ciò che conoscevo e ciò che sperimentavo. Quanta confusione mentale! Confusione che ora benedico, perché è stata la spinta grazie alla quale la Vita, nella sua grande benevolenza, mi ha condotta verso la Scuola di *Counseling Spirituale* che, attraverso i suoi insegnamenti, mi ha aperto “mondi” incredibili in merito. In questa Scuola, ho compreso che per cambiare la visione dell’esistenza, occorre far morire quelle vecchie credenze alle quali ci si ancora per paura, ma soprattutto, che soltanto attraverso l’esperienza quotidiana è possibile scoprire come la morte, in realtà, sia una grande alleata, in questo affascinante viaggio di contatto con la Verità. Questi tre anni di Scuola di *Counseling Spirituale*, sono stati per me un “viaggio” straordinario, durante il quale ho avuto modo di ribaltare totalmente le convinzioni che avevo su me stessa ed il mondo che mi circonda. Per esempio, prima di iniziare la Scuola, non guidavo mai da sola

in autostrada in mezzo al traffico di automobili e camion che sfrecciano ad una velocità, per me, esagerata e, nella mia mente, trovavo assurdo fare tanti chilometri per stare via da casa solo un fine settimana. Da piccola soffrivo di mal d'auto e proprio per questo detestavo i viaggi in automobile, perfino quando mi spostavo per andare in vacanza. Viaggiare, per me, è sempre stato motivo di sofferenza! Ero terrorizzata dall'idea che potesse accadere qualcosa di brutto! Arrivavo a destinazione senza un briciolo di energia per godermi la trasferta. Spostarmi continuamente, in questi tre anni di Scuola, mi ha permesso di trasformare tale terrore, nella meraviglia della scoperta, non tanto perché abbia acquisito l'abitudine di viaggiare, quanto più perché ho potuto guardare negli occhi quel terrore, affrontarlo e vedere come originava da una fantasia della mia mente. Durante un viaggio di ritorno, in piena notte, mi sono ritrovata a dover imboccare l'autostrada che va nella direzione opposta a quella che porta a casa mia: il mio cellulare era completamente scarico, per cui ero isolata, non potevo né chiamare qualcuno a cui chiedere indicazioni, né impostare il navigatore. Partendo dal presupposto che ho sempre pensato di non avere un gran senso dell'orientamento, mi sono sentita assalire da un forte senso di smarrimento e di abbandono e mi veniva da piangere. Ma all'improvviso, dalle profondità di me stessa, ho sentito salire un

forte grido interiore che mi ha richiamata alla ragione, alla presenza, ricordandomi che avrei potuto osservare i cartelli stradali, per ritrovare la strada di casa. Quella “voce” interiore ha scaturito l’effetto di un calore liquido che mi ha sciolto il cuore, trasformando quell’angoscia dell’imprevisto in pura gioia di vivere una nuova avventura fuori dall’ordinario. Quella notte, è morta in me quella piccola parte che mi teneva ingabbiata nella credenza limitante dell’aspettativa che tutto debba sempre andare come “previsto”, e di fatto, da allora, mi sono potuta abbandonare con fiducia all’imprevedibilità di questa meravigliosa Vita. Quella notte, ho preso atto di non essere mai stata sola e di essere sempre guidata, nonostante all’esterno non ci fosse nessuno al quale chiedere un aiuto. Ricordo che giunsi a casa con una grande certezza acquisita: *a casa ci si arriva sempre*. Non è fondamentale il quando, bensì è il “come” a fare la differenza! Ed io, quella notte, affidandomi, mi sono sentita più viva che mai! Per poter frequentare la Scuola di *Counseling Spirituale* ho fatto tanti chilometri portando in maturazione un *nuovo senso del viaggio*: “salire” da Imola verso Sassuolo (dal basso verso l’alto, dal sacro al cranio) per apprendere l’insegnamento, mi ha dato l’opportunità di aprire la mente su nuove visioni; è stato come ispirare aria pura, piena di vita; “ridiscendere” verso Imola (verso il basso, verso il sacro) dove vivo la quotidianità, mi ha dato la possibilità di mettere in pratica

nella materia tale insegnamento, portandolo fuori, come in un'espiazione, fino a trasformare alcune parti della mia realtà. Uno degli obiettivi che la relazione d'aiuto si propone di raggiungere, attraverso la simbologia della "Morte", è quello di portare la coscienza del cliente a contattare quella Bellezza. Infatti, è proprio tale Bellezza che offre l'opportunità di scoprire la "Magia" del Morire per Rinascere.



Figura 1 - dal web

Per gli antichi, il seme, per diventare pianta, deve morire e risuscitare. Gesù, parlando di quel seme, parla di sé e della propria morte e resurrezione: *«Se il chicco di grano caduto in terra non muore, rimane solo, se invece muore, produce molto frutto. Chi ama la propria vita la perderà e chi odia la propria vita in questo mondo, la conserverà per la vita eterna...»*.

(Vangelo di Giovanni cap, 12, 24-25: La morte sterile e la morte feconda)

CAPITOLO 1

DEFINIZIONE ED EVOLUZIONE NEL TEMPO DEL SIGNIFICATO DI MORTE

L'etimologia della parola "morte", è da ricondursi al latino *mors*, dal verbo *mori* (morire) derivato dalla radice sanscrita *mar-*, trasformatasi, poi in *mor-*. Nello zendo (lingua dei testi sacri zoroastriani dell'antico Iran), la parola morte si traduce con *mara* (da cui in italiano *marasma* = stato estremo di confusione). Anche il greco antico ha importato la radice *mar-*: il verbo *maraino* significa *consumare, distruggere*.² La scienza moderna, invece, definisce la morte come *"la permanente cessazione di tutte le funzioni vitali di un organismo vivente: quindi la fine della vita" ...*

Ma facciamo un passo indietro nel tempo.

Quando l'essere umano si è affacciato sul Pianeta Terra, era un organismo vivente totalmente integrato con la natura che lo circondava e con il Tutto; era cosciente di essere immortale e non aveva alcuna idea del concetto di morte, in quanto non aveva ancora sviluppato la coscienza di sé. La morte, infatti, ha iniziato ad acquisire un senso, man mano che la sua coscienza ha

² Definizione presa dal Dizionario Etimologico

perfezionato il proprio cammino verso l'individualizzazione e l'identificazione, con il mondo fenomenico delle forme. Come testimoniano le grandi piramidi egizie, le necropoli etrusche e altri siti archeologici sparsi in tutto il mondo, ad un certo punto, si è avuto il sentore, la necessità di onorare, con particolari rituali, il momento del trapasso. Per le coscienze di quelle epoche, l'idea della continuità della vita tra questa dimensione e quella dopo la morte, veniva ancora vissuta come un passaggio naturale. Essi, peraltro, percepivano la connessione tra i campi sottili di queste due dimensioni, e proprio per questo, erano certi che i trapassati avessero la capacità di influenzare l'esistenza di chi rimaneva sulla Terra. Le coscienze di allora iniziavano a riconoscere una differenziazione tra forma ed essenza, tra Materia e Spirito. La morte ancora non faceva loro paura, in quanto apriva la porta di ritorno al mondo sottile da cui si proveniva, riconoscendo tale passaggio come una forma di rinascita. Il divario tra gli aspetti Materia e Spirito è andato aumentando in maniera esponenziale con l'espansione della "civilizzazione" e, successivamente, dello "sviluppo". Le prime civiltà, si trasformarono pian piano in *società*, costituite da individui che rivestivano un particolare ruolo, grazie al quale veniva riconosciuto loro un determinato valore. Ideologie, quali la politica e la religione, hanno educato l'uomo a credere che per essere "integrato", fosse necessario darsi un gran da fare. Tale

“credenza” ha promosso la competizione, alimentando purtroppo, il senso di “separazione”. Sotto questo aspetto, la religione cattolica, ha vestito un ruolo fondamentale, manipolando le sacre scritture e il simbolo della “croce”, ponendoli come fondamenti del proprio dogma allo scopo di instillare, nella mente dell’uomo, l’idea di un Dio fuori dalla portata del genere umano. In seguito, con l’avvento dello sviluppo della scienza moderna, della tecnologia e dei mezzi di telecomunicazione, l’interesse della maggior parte dell’umanità viene dirottato sempre più verso la materia. Tutto ciò, non ha fatto altro che alimentare, nell’individuo, il delirio di possesso e di dominio su di essa. Tale “discesa verso il basso” ha portato l’uomo a non avere più consapevolezza del proprio vero Sé, ovvero di chi Egli sia realmente, perdendo persino il senso della sua presenza sulla Terra.

KALI YUGA

L’estremo materialismo vissuto in questo delicato e particolare momento storico, viene definito dalle Sacre Scritture Induiste, *Kali Yuga*. Gli “*Yuga*” si riferiscono a quattro lunghi periodi di tempo, che scandiscono particolari passaggi dell’evoluzione della Terra, ed il

periodo storico attuale, fa parte di quello più buio, pesante e oscuro dell'esistenza umana, chiamato "*Kali Yuga*". Considerando tutto ciò che attualmente sta accadendo a livello mondiale, si può ben comprendere come e perché tali termini siano appropriati. Da qualche anno a questa parte, infatti, si sta assistendo, nel quotidiano, ad eventi di forte impatto nelle coscienze delle creature umane, tanto che la maggior parte delle stesse è totalmente assuefatta dalla percezione di "brancolare nel buio", di "non trovare una via d'uscita", fino a "sentirsi del tutto perse". D'altronde, solo sperimentando il "buio" è possibile conoscerlo e comprenderlo fino in fondo, per poi integrarlo ed arrivare a far propria la consapevolezza di cosa sia la Luce: solo sperimentando la sensazione di essere persi, si arriva ad affidarsi per ritrovarsi...

BRUCO O FARFALLA

Le coscienze che attualmente abitano il Pianeta Terra, sono per la maggior parte, anime giovani all'inizio del loro viaggio evolutivo, quindi, proprio per questa ragione, hanno ancora bisogno di esperire l'identificazione con la propria macchina biologica, affinché possano così costruire una personalità idonea a contenere coscientemente il Principio Spirituale che sono. Queste anime si

identificano totalmente con i piani di personalità (credendo di essere il loro corpo fisico, le loro emozioni ed i loro pensieri), nonché con i vari ruoli che vivono, e tutto questo le porta a credere e, quindi a temere, che con la morte tutto possa finire. Tale paura fa sì che esse volgano la loro attenzione e il loro affidamento a qualsiasi cosa possa mantenerli in “vita” il più a lungo possibile. Ma si tratta di una mera illusione! Infatti, così facendo, si rimane attaccati ad un’idea di eternità della forma quando, in realtà, la forma senza la Scintilla Divina che la anima, non è altro che materia morta. L’essere umano è come un bruco che deve costruire il suo bozzolo per poter rinascere come farfalla. A chi non piacerebbe diventare una bellissima farfalla? Come non riconoscere il perfetto insegnamento che la natura sempre elargisce: per raggiungere la vera “Bellezza” occorre rivolgere lo sguardo all’interno dell’illusione (il bozzolo), perché è proprio lì che sono custoditi i “colori”. Oggigiorno, con l’avvento e l’espansione dei social media, tutto si concentra sull’apparire, la superficie, il bisogno di mostrarsi per ricevere da “là fuori” quell’approvazione e quel valore che non si è in grado di riconoscere autonomamente cercandolo in se stessi. Basta osservare quante donne, pur di sembrare giovani e bellissime, ricorrono alla chirurgia estetica, ottenendo il più delle volte, il risultato di diventare pacchiane caricature di se stesse. Quanta ostinazione c’è nel voler rimanere nello “stato di bruco”?

Portare l'attenzione al di fuori di sé, per cambiare ciò che non piace, allo scopo di mantenere un certo *status quo*, eludendo di lavorare dentro se stessi, rimane una pura illusione. Di fatto, quanto accade "là fuori", altro non è che la proiezione del proprio mondo interiore. L'anima umana si è, per così dire, "imbozzolata", per discendere nella dimensione duale, illusoria e caduca che governa il pianeta Terra, allo scopo di sperimentare ciò che non è (ovvero bruco), per poi arrivare, dopo un percorso evolutivo più o meno lungo, a riconoscersi come una meravigliosa "farfalla". In buona sostanza, quindi, "morire" è un processo tanto naturale, quanto essenziale per l'evoluzione.



Figura 2 - "Volerò" disse il bruco. Tutti risero, tranne la farfalla!"
foto dal web

MORTE E RINASCITA: SIMBOLI DI DUALITÀ

La bellezza della realtà duale è data dal fatto che ciascuna creatura sulla Terra può esperire il gioco dei “contrari” (bello e brutto, caldo freddo, buono cattivo, un tu e un io con il quale confrontarsi, ecc ...), poiché solo sperimentando il buio si riconosce la Luce, proprio come, per conoscere la Vita occorre fare esperienza della morte. Queste coppie di apparenti opposti sono unite, in realtà, da un filo conduttore, poiché dove finisce una cosa, inizia subito il suo opposto-complementare. Un inizio comporta sempre la fine di qualcosa e, a sua volta, la fine comporta l’inizio di qualcos’altro: lo Spirito ha sacrificato una parte di Sé per poter nascere in questa esistenza, facendo sì che quella parte potesse diventare una coscienza individualizzata. La nascita, dal canto suo, è l’inizio di un ciclo di esistenza che si conclude inevitabilmente con la morte della personalità. L’unica cosa che sopravvive alla morte della forma è ciò di cui si è preso coscienza attraverso l’esperienza, ed è proprio la coscienza stessa che assicura la continuità della Vita. Proprio perché nulla viene lasciato al caso, ogni evento quotidiano di questa esistenza è costellato da “piccole morti” che, se non venissero date per scontate e fossero esperite con una coscienza risvegliata e vigile, potrebbero preparare l’uomo a vivere il trapasso

in uno stato di profonda accoglienza e gratitudine, anziché di paura. Ogni giorno il sole sorge, fa capolino splendente nel cielo, per poi tramontare e lasciare spazio alla notte; ogni giorno, si passa dallo stato di veglia allo stato di sonno; ogni giorno, porte si chiudono ed altre si aprono. Anche i cicli delle incarnazioni sono scanditi dai momenti di passaggio da questa dimensione a quella più sottile e viceversa ... ma quanto si è consapevoli in ogni istante di ciò che accade? Se solo si riuscisse osservare tutto il Creato con curiosità, lo si vedrebbe intriso di questa alternanza, di questo scorrere ciclico sempre proteso verso il nuovo, in continua espansione. Man mano che le incarnazioni si susseguono e la personalità si consolida, diventa prioritario spostare l'identificazione sul piano animico e poi quello monadico, dove non esiste più alcun senso di separazione. L'essere umano dovrebbe considerare il periodo dell'esistenza terrena come quello di un attore che interpreta un ruolo: fintanto che gira il film veste i panni del personaggio, ma appena esce dal set torna ad essere "se stesso". Cosa accade alla coscienza quando finisce il suo tempo sulla Terra? Raggiunta la fine dell'esistenza terrena, la coscienza si stacca dal corpo fisico liberando l'eterico per andare incontro alla prima morte, ma tanto più sarà identificata con il fisico, quanto più non accetterà il trapasso e ne soffrirà. Una volta liberatasi dalla parte più densa, la coscienza (*Kama Rupa*), passa nella dimensione astrale detta

Kama Loka, dove permane fin quando non ha elaborato tutti gli attaccamenti emotivi e mentali che ha vissuto nel corso della sua ultima incarnazione. Solo dopo un lavoro di purificazione da tutte le parti più basse di personalità (seconda morte), ciò che rimane della coscienza può proseguire il viaggio per ricaricarsi e prepararsi ad una nuova incarnazione. Va da sé che, più attaccamenti ci sono e più lunga è la permanenza della coscienza nel *Kama Loka*. La bella notizia è che tale processo può essere accelerato se si utilizza il tempo dell'esistenza terrena per imparare a conoscere bene sia il funzionamento che le meccanicità della macchina biologica, affinché si possa comprenderne il vero scopo e liberarsi dalle identificazioni.

IL CORPO UMANO: UN PERFETTO VEICOLO

I corpi delle personalità umane vengono anche definiti “macchine biologiche”; sono quattro (fisico, eterico, astrale, mentale inferiore) e sono tutti interconnessi tra loro. L'anima si incarna in questi “veicoli” per fare esperienza in questo piano dimensionale materiale, utilizzando i sensi e le percezioni. Tutto questo prende il via con il concepimento: nell'attimo in cui l'ovulo viene fecondato da uno spermatozoo, il tempo sembra fermarsi, c'è quiete e silenzio

come ad onorare il sacrificio che entrambe le cellule hanno compiuto morendo a se stesse, per far nascere “un unico organismo” più grande e complesso. Successivamente, dal silenzio, parte l’impulso che permette alla cellula fecondata di dividersi e moltiplicarsi: mentre all’esterno si manifesta il movimento, all’interno rimane un punto “vuoto”. Questo primo passaggio, traslato al viaggio della coscienza, descrive come l’Uno si sia frammentato in tante piccole parti (esseri umani, individui), sacrificando apparentemente la sua “interezza” per creare un unico grande e complesso organismo che è l’Umanità. Man mano che la cellula cresce, si “apre” e da rotonda assume una forma più lunga, dotata di due estremità: una a formare la testa, l’altra la “coda”, ossia il bacino. Il punto vuoto che era al centro della cellula aumenta in maniera proporzionale alla crescita del corpo, fino a divenire un “canale” situato esattamente di fronte alla colonna vertebrale, attraverso il quale scorre il *Prana*, ovvero l’energia vitale. Ma prima ancora che si delinei la struttura, c’è un organo che inizia il suo compito scandendo con il suo battito il ritmo (l’inizio e la fine) dell’esistenza: **il cuore**. Attraverso il movimento involontario di apertura e chiusura delle sue valvole, pompa il sangue (la linfa vitale custode dell’anima) in tutto il corpo. Ha una caratteristica fondamentale: il suo interno è “vuoto”, ad eccezione di quattro valvole disposte a “croce”, che si aprono e si chiudono (proprio

come delle “porte”) per mantenere il giusto flusso sanguigno. Se una sola di queste valvole smettesse di funzionare, il flusso verrebbe contrastato e la macchina biologica potrebbe subire gravi conseguenze, come la morte. In questo caso, la croce sembra suggerire simbolicamente che occorre mantenere un buon equilibrio tra la dimensione verticale/spirituale e quella orizzontale/materiale, affinché l’esistenza venga garantita armoniosamente. Portando l’attenzione sul meccanismo biologico, inoltre, come non vedere l’importanza e la perfezione del messaggio che rimanda? Infatti, un cuore aperto che sa accogliere in un profondo abbraccio tutto ciò che la vita dona, attraverso le molteplici esperienze su questa Terra, esplose in uno stato di pura gioia e di benessere; viceversa, un cuore chiuso e indurito dai meccanismi di difesa attiva il conflitto che crea dolore, provocando inevitabilmente uno stato di tossicità. La non comprensione del dolore, a sua volta, porta ad indurire maggiormente il cuore stesso, innescando un circolo vizioso che se non viene visto e consapevolizzato, può arrivare persino ad “avvelenare” il sangue e a vivere con un senso di morte interiore (come zombie). A questo punto, sembra logico dedurre che è estremamente nocivo voler contrastare il movimento che fa fluire tutto: corrisponderebbe a costringere le valvole del cuore a restare sempre aperte o sempre chiuse, ma in tal modo il sangue non avrebbe quella spinta che gli

consente di arrivare alle zone periferiche e, automaticamente, la macchina biologica pian piano morirebbe. Optando per il controllo degli accadimenti quotidiani, non accogliendo, bensì giudicando sbagliati o paurosi gli eventi che porta l'esistenza, ci si allontana sempre più dal Sé, il Principio Spirituale che anima l'uomo, e con esso dalla possibilità di salvezza.

Nei trattamenti di Craniosacrale, all'interno del cuore si percepisce un luogo "vuoto" in cui regna il silenzio. Tale luogo, che corrisponde al punto di intersezione tra le valvole dove verticalità e orizzontalità si incontrano, è esattamente il punto in cui è necessario ascolto e attenzione da parte dei clienti che soffrono di particolari stati emotivi a frequenze molto basse, quali ansia, tristezza, paura ... È un punto che riporta tutto l'apparato nell'equilibrio e nell'armonia ed è un centro di forte radicamento: il contatto con esso ha il potere di ridimensionare ogni cosa. Se il cuore non batte, la macchina biologica muore; se il centro cardiaco non è attivo, non si è vivi, ma si sopravvive, agendo con meccanicità. Il Cuore è la sede dell'Energia Cristica di 2° Raggio che pervade tutto il nostro Sistema Solare.

Mentre il cuore è il primo organo che si forma nella gestazione, a chiudere il ciclo di preparazione alla nascita sono i **polmoni** che, proprio come il cuore, rappresentano la perfetta espressione della dualità: il loro movimento, a ritmo cadenzato di espansione in

inspirazione e di restrizione in espirazione, garantisce il perfetto funzionamento alla macchina biologica. Come per il cuore, il ritmo della respirazione può essere controllato con la volontà solo fino ad un certo punto, dal momento che non si può vivere senza aria per un lungo periodo; è possibile però decidere la qualità dell'aria che si vuole respirare. Simbolicamente l'aria rappresenta la mente, pertanto si può ben comprendere come sia fondamentale curare bene la qualità, sia dei pensieri che vengono inseriti all'interno del nostro corpo e della nostra coscienza, sia quelli che emettiamo nell'ambiente all'esterno. Purtroppo, l'atto di respirare, essendo un meccanismo automatico, viene dato per scontato e questo la dice lunga su come ci si perda facilmente nella "meccanicità", proprio come accade quando si impara ad andare in bicicletta, a guidare la macchina e per tutte le faccende ordinarie della quotidianità. Una volta appreso un metodo e divenuto meccanico, quel metodo perde di interesse e la mente inferiore si proietta alla ricerca di qualcos'altro da apprendere; come accumulatori compulsivi, si rincorre la "quantità", perdendo di vista la qualità di ciò che si fa, unico elemento che permette di assaporare la vita nella sua unicità. In virtù del fatto che la qualità dell'aria influisce sulla consistenza e sulle proprietà del sangue, è di vitale importanza che polmoni e cuore lavorino in perfetta sinergia; allo stesso modo pensieri e sentimenti dovrebbero essere accordati e allineati, per mantenere

il sistema psico fisico in buona salute e purificato, al fine di poter contenere la Scintilla Spirituale che tutto anima.

Come ritrovare la qualità dell'esistenza? Riprogrammando la mente razionale affinché si distacchi dai limiti imposti dal conosciuto, dalle certezze e dai giudizi (quindi morendo al vecchio), aprendosi all'esistenza in totale accoglienza (rinascendo al nuovo) e maturare nel tempo la vera Fede che sta nella confortante certezza che Dio non dà mai prove più grandi di quelle che possono essere affrontate e che Dio si trovi anche all'interno di ciascuna creatura umana.

IL RESPIRO CRANIO-SACRALE

“Il respiro porta in sé il segreto dell'esistenza, scandisce il ritmo di questo piano. Inspirazione = nascita; Espirazione = morte”.

Il respiro, infatti, si può manifestare sotto altre forme (oltre a quella polmonare) all'interno della struttura portante dell'essere umano, in un movimento che scorre dal cranio all'osso sacro, e si espande sia in maniera trasversale (orizzontale) che longitudinale (verticale). Questo tipo di respiro è percepibile attraverso il tocco

delicato delle mani, e un'attenzione espansa e divisa. Fu il Dott. William Sutherland nei primi anni del 1900, neolaureato in osteopatia, ad intuire il motivo per cui le ossa del cranio avessero delle "suture" non saldate tra loro, arrivando a percepirne il lieve movimento di apertura e chiusura, dapprima sperimentandone l'ascolto su di sé, poi attraverso il tocco delicato delle mani nella testa dei suoi clienti. Successivamente il Dott. W. Sutherland si accorse che questo ritmo attraversava tutto il corpo e, affinando ancor più la percezione, riuscì a contattare altri due ritmi molto più lenti e delicati. Con le sue scoperte aprì un varco su ciò che fino a quel momento era noto nell'anatomia ossea ed energetica umana, arrivando a dimostrare non solo che le ossa del cranio non sono fisse, ma che un flusso intrinseco le collega all'osso sacro, garantendone l'equilibrio attraverso una naturale e continua riorganizzazione in relazione agli eventi vissuti. Tale principio intrinseco si manifesta ed è percepibile sotto forma di movimenti, chiamati appunto "Respirazioni":

1) La "*Respirazione Cranio Sacrale*" associata al corpo fisico si manifesta con un movimento ritmico di apertura e chiusura trasversale/orizzontale (come l'espansione e la contrazione dei polmoni), connesso alle ossa e agli organi "doppi".

2) La Respirazione Longitudinale o “*Marea Media*”, come un’onda liquida riflette lo stato di salute dei corpi più sottili, in particolare, quello emotivo, e si esprime con un movimento longitudinale/verticale, che viaggia dal cranio ai piedi e ritorno.

3) Il Respiro della Vita, detto anche “*Marea Lunga*” attraversa costantemente i nostri corpi con un movimento longitudinale lento e profondo (che assomiglia ad un alito di vento) ed è in perfetta risonanza con il Respiro che tutto pervade.

Egli comprese che solo un’Intelligenza Superiore poteva concepire un meccanismo tanto complesso quanto perfetto e mantenerne l’equilibrio: nasce così la *Terapia Craniosacrale*. Attraverso l’inspirazione (introduzione di aria pura ed espansione), è possibile tornare a percepire l’aspirazione (risucchio di aria nuova) alla vita, per passare poi all’espirazione (espulsione verso l’esterno dell’aria ormai divenuta scoria, quindi, potenzialmente tossica) lasciando andare ciò che non serve, per poi ricominciare il ciclo, immettendo una nuova boccata d’aria di qualità migliore. Simbolicamente, è attraverso l’espirazione, cioè la manifestazione di ciò che si è precedentemente inserito con l’inspirazione (assimilazione di dati, concetti, credenze, strutture, ...) che ognuno crea la propria “bolla di realtà”. E se le bolle, in cui ci si identifica, fossero come bolle di

sapone? Sicuramente belle e magiche, all'inizio, ma poi? Dopo i primi entusiasmi occorre realizzare che non sono altro che una superficie lieve ed iridescente che racchiude un'esalazione di respiro. Il fascino della bolla di sapone non sta anche nel sapere che la durata di quella manifestazione è temporanea e ciò che l'ha creata e che la riempie (anche se non si vede) è destinato a tornare a far parte del tutto? Perché non si riesce a cogliere la meraviglia, anche nel cambiamento che le forme assumono in questa esistenza, anziché ostinarsi a voler preservare il conosciuto? I sintomi nel corpo, nelle emozioni e nella psiche, si manifestano quando si inibisce lo scorrere del flusso tentando di rimanere attaccati a ciò che si conosce. Sono le convinzioni mentali che creano indurimento, barriere e dighe disfunzionali allo scorrere del nutrimento e dell'energia vitale, trasformando i corpi in terreni aridi; l'aridità, di conseguenza, porta inesorabilmente l'organismo verso una lenta morte. Madre Natura, nella sua pura saggezza, lo mostra all'uomo attraverso le dinamiche stagionali. Infatti: in inverno gli alberi si spogliano dalle foglie che hanno fatto il loro corso per prepararsi a germogliare ancora più forti, rigogliosi e fruttiferi; in estate i serpenti, "fanno la muta" per lasciar andare le cellule morte e far emergere una pelle nuova e più elastica, con la quale possono crescere ed espandersi di più; e loro non hanno un'autocoscienza! A questo punto viene da chiedersi: "L'uomo preserva ciò che

conosce per paura di morire (ma così facendo non vive)? O è la paura di vivere, che lo rende una sorta di morto vivente?”.

*Lo stesso fiume di Vita che scorre nelle mie vene notte e giorno
scorre nel mondo e danza a tempo ritmico.*

È la stessa Vita che esplose di gioia nella polvere del mondo

In innumerevoli fili d'erba

Ed esplose in tumultuose ondate di foglie e fiori.

È la stessa Vita che viene dondolata

nella culla dell'oceano, della vita e della morte,

nel flusso e riflusso.

(Rabindranath Tagore)

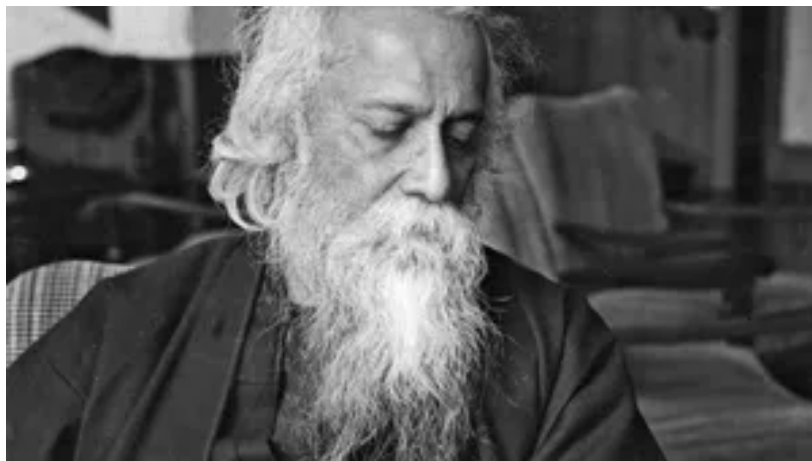


Figura 3 - Rabindranath Tagore, dal web

IL CRANIO – L’INIZIO

Ma vediamo dove porta ciò che simbolicamente rappresenta il flusso che va dal cranio al sacro, partendo proprio dal “cranio”, che fisicamente corrisponde alla parte più alta dell’essere umano, vista la sua postura verticale e, proprio per questo, per molte filosofie, rappresenta il centro di connessione con il Cielo.

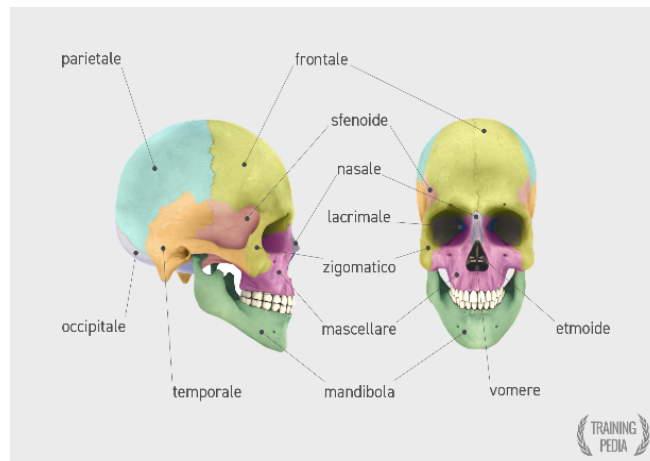


Figura 4 - dal web

Il cranio è l’involucro che contiene il cervello ed i centri energetici relativi al corpo mentale, sia inferiore che superiore. La scienza ha dimostrato che il cervello umano continua a formarsi anche dopo la gestazione e completa la sua crescita all’età di venticinque anni. È l’organo preposto all’elaborazione di dati provenienti dall’esterno, alla creazione interiore di sinapsi che, a loro volta, producono le

proiezioni esterne, ed è anche il centro di comando di tutte le funzioni neurologiche del sistema corporeo. All'interno del cranio viene prodotto il "liquor" (liquido cerebrospinale) che, dopo aver irrorato il cervello, scende all'interno del midollo osseo in un flusso che va a nutrire tutto il sistema nervoso, dando origine al ritmo della Respirazione Craniosacrale. Se il *liquor* rimanesse troppo a lungo nel cervello, lo soffocherebbe atrofizzandolo e, di conseguenza, il resto dell'organismo non verrebbe nutrito. Il *liquor* contiene una consistente energia vitalizzante ed il suo flusso di discesa all'interno delle vertebre fino all'osso sacro, garantisce un perfetto funzionamento locomotorio, a dimostrazione del fatto che ciò che è in basso (la materia), prende vita solo da ciò che viene dall'alto (l'energia vitalizzante o Spirito). D'altro canto, solo se il corpo fisico si muove e compie azioni nella materia, la sede del *liquor* può arricchirsi di nuovi stimoli e informazioni, in un costante scambio di dare e ricevere. Durante il parto, la testa è la prima parte del corpo che fuoriesce: buttarsi di testa nel vuoto, nell'ignoto, implica un grande atto di Fede, qualità con la quale parte il viaggio iniziatico della coscienza umana attraverso la forma, ma che si perde man mano che ci si ancora ai condizionamenti mentali e aumenta il senso di separazione. La nascita, inoltre, sottolinea l'importanza della mente nella creazione della realtà materiale: prima la testa, poi tutto il resto! Le sedute di Craniosacrale iniziano con l'operatore

che prende nelle proprie mani aperte a coppa, la testa del cliente, proprio come un'ostetrica afferra la testa del neonato. Da questo particolare momento in poi, può accadere il miracolo, ma affinché ciò possa avvenire, è indispensabile lasciar andare tutto il conosciuto per entrare in contatto con ciò che c'è, con ciò che si manifesta nei vari corpi. Nel momento in cui la mente del cliente lascia il controllo e il giudizio per abbandonarsi in totale affidamento all'ascolto del presente, avviene una nuova comprensione di sé e una maggior fiducia nella vita. Mentre il cliente stesso in posizione (orizzontale) nel lettino, fa il suo primo viaggio nell'affidamento, il Counselor, seduto dietro la sua testa, immerso nella Fede diviene un canale (verticale) intuitivo e aperto, attraverso il quale, il Padre Celeste, agisce. Il Maestro Gesù, più di 2000 anni fa, diceva che solamente chi aveva Fede poteva trovare la guarigione, principio che la mente logica e razionale non può comprendere.

LA COLONNA VERTEBRALE – LA VIA

Così come il liquor prodotto all'interno del cranio, scorre lungo la colonna vertebrale attraversando il midollo osseo fino a raggiungere l'osso sacro, anche la coscienza deve scendere nelle

profondità della materia. La colonna vertebrale, nella simbologia corporea, potrebbe quindi rappresentare una via. A tal proposito, qualche anno fa il Dott. Vincenzo Di Spazio, ha potuto verificare come ad ogni vertebra corrispondesse un determinato “tempo”, trasformando la colonna vertebrale in una sorta di *mappa dei segni lasciati dal suo scorrere*³. Secondo la sua esperienza si possono misurare quattro tipi di tempo:

- Il TEMPO MATEMATICO, parametro di misura in relazione alla massa, alla velocità e all’accelerazione;
- Il TEMPO GENETICO che corrisponde ad una memoria persistente nelle cellule del corpo di eventi, gioie, traumi, accaduti ai corpi dei predecessori dell’individuo;
- Il TEMPO SENSORIALE che viene modulato da emozioni, vicende biografiche dell’individuo e dalle sue interazioni percettive con l’ambiente esterno;
- Il TEMPO ANAGRAFICO che misura in modo lineare la sequenza degli anni di vita e si interfaccia in più punti con il tempo sensoriale.

Tralasciando tutta l’interpretazione scientifica, secondo cui ogni evento traumatico segna una determinata vertebra, ciò che lascia

³ Dal suo libro “CRONORIFLESSOLOGIA”

stupefatti è il senso del tempo che misura le esperienze del viaggio di ciascun individuo. Dalla “Tavola di Cronoriflessologia”, sotto riportata (Fig. 5, pag. 35), sembrerebbe che per compiere la discesa - dalla parte sinistra della colonna - trascorrono i primi trenta anni di esistenza, cioè il periodo di formazione e consolidamento della personalità. Il lato sinistro parla della relazione con gli eventi e con l’alterità, ma soprattutto della capacità di affidamento: d’altronde questo è il periodo in cui ci si affida al mondo esterno per consolidare determinate dinamiche. Verso i trent’anni, raggiunto il punto più basso e materiale dell’esistenza, si dovrebbe avere la percezione di aver costruito una solida base che assicuri una certa stabilità - come l’osso sacro che è formato da alcune vertebre saldate tra di loro. È proprio in questo punto che nasce la confusione riguardo al concetto di stabilità: in maniera superficiale corrisponde alla credenza di una sicurezza che nasce dall’aver una famiglia, un lavoro sicuro, una bella casa di proprietà ... (prerogativa delle anime giovani); più profondamente, la stabilità consiste nel trovare il proprio *centro di gravità permanente*, riuscendo ad identificare la coscienza con l’anima (stato che caratterizza le anime adulte). Anche nell’individuo con la coscienza dormiente però, il richiamo dello Spirito può farsi sentire, spesso, anche in modi stravaganti e non sempre “piacevoli”, affinché non

indugi troppo nelle comodità e stimolandolo ad intraprendere il giusto cammino.

La risalita, invece, dalla parte destra della colonna (come da tabella), necessita dell'attivazione di una forza di volontà nell'azione. Quanto più maggiori saranno le convinzioni, gli attaccamenti e le aspettative consolidate nei primi trent'anni d'età, tanto più faticosa sarà la risalita, poiché la mente logica e razionale farà di tutto per conservare ciò che conosce. Da un lato, quindi, c'è la mente che vuole mantenere la creatura nella coscienza del vecchio, mentre dall'altro c'è il richiamo dell'anima che cerca di riportare la stessa creatura a riconoscere il senso reale della propria esperienza sulla Terra. La coscienza dormiente si trova così a dover affrontare il cammino di risalita costellato da varie prove (iniziazioni), in uno stato di grande conflitto interiore. Come è dunque possibile raggiungere di nuovo l'apice (il cranio), scrollandosi di dosso la zavorra che impedisce di viaggiare spediti e leggeri? Ogni risalita, per non risultare estenuante, chiede l'alleggerimento del peso della zavorra che la personalità ha accumulato lungo il cammino, soprattutto per quel che riguarda le sicurezze, gli attaccamenti e le identificazioni mentali con la materia densa. Proprio come una mongolfiera che per salire in cielo, deve lasciare i pesi che la ancorano a terra e farsi trasportare dall'aria calda, così l'essere umano deve lasciar andare la pesantezza della

materia e farsi guidare da Pensieri Superiori (*Pensieri di Fuoco*, come li chiama il Maestro Morya nell'Agni Yoga). Occorre imparare l'auto-osservazione per essere presenti il più possibile a se stessi, stanare i pensieri disturbanti e auto sabotanti e sondare le emozioni che si manifestano, per arrivare al sessantesimo anno di età con i corpi (fisico/eterico, emotivo e mentale) perfettamente allineati e pronti ad accogliere l'Anima. Una volta raggiunto il cranio con una coscienza così maturata, si attiveranno i centri superiori e sarà l'Anima a guidare qualsiasi manifestazione. Il viaggio però, non è ancora giunto al termine, poiché la coscienza che dimora stabile nell'Anima può ridiscendere – scorrendo, stavolta, al centro della colonna - per consolidare lo Spirito nella materia e fecondarla, rendendola finalmente Sacra (Osso Sacro). In quest'ultima fase del viaggio, tutti i centri energetici vengono illuminati e la qualità della materia esistente viene trasmutata. Quando la coscienza si è espansa a tal punto da dimorare stabilmente nell'anima, il viaggio che simbolicamente attraversa la colonna vertebrale, perde il senso del tempo *quantitativo* (può avvenire in un batter d'occhio), assumendo un valore *qualitativo*: il concetto di tempo-spazio non ha più senso di esistere, perché ogni attimo risulta essere l'unico tempo realmente esistente: il presente.

Tavola di Cronoriflessologia Spinale del Dott. V. Di Spazio

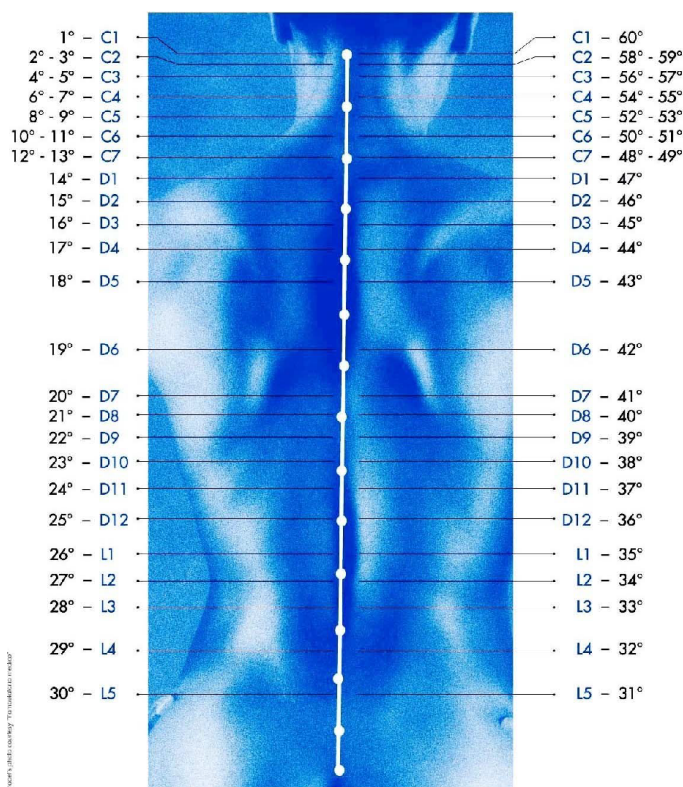


Figura 5 - Cronoriflessologia Spinale, Vincenzo Di Spazio

IL BACINO – L’OSSO SACRO – L’UMANITA’

Il viaggio di discesa attraverso le vertebre del corpo umano, conduce al “bacino”. Tale termine, infatti, rimanda al ruolo di protezione e contenimento che esso riveste, relativamente agli

organi preposti alla digestione e trasformazione del cibo, nonché a quelli riproduttivi, che garantiscono una continuità della specie. Nel bacino, quindi, è contenuta tutta la parte più materiale e istintiva dell'essere umano. Le ossa che compongono il bacino sono:

- 1) L'osso sacro, termine che discende direttamente dalla locuzione latina *ōs sācrum* «osso sacro», che traduce in maniera inesatta l'espressione del greco antico *hierón ostéon* «osso grosso» nell'erronea accezione di «osso sacro». Tale osso è il risultato della fusione di 5 vertebre.

- 2) Il coccige, termine che deriva dal latino *coccyx -ygis*, e dal greco *κόκκυξ -υγος* «cuculo», per la somiglianza con il becco di quest'uccello, «coccige». In anatomia, osso impari mediano simmetrico, di forma triangolare, rudimento nell'uomo della coda dei mammiferi risulta dalla fusione di 4 vertebre (vertebre caudali) profondamente modificate nella loro struttura, ed è in connessione col sacro, con cui si articola.⁴

⁴ Definizioni prese dal Vocabolario Treccani e da Wikipedia

Le vertebre, saldate tra loro, donano all'osso sacro la forma di un triangolo rovesciato con la punta indirizzata verso il basso, a cui è attaccato il coccige, unico residuo della coda ancora visibile, che ricorda la natura animale appartenente all'uomo. Come accennato precedentemente, se si compie il viaggio di discesa lungo la via vertebrale, con una coscienza attenta e vigile, si raggiunge questo "luogo" sentendo di aver consolidato un ego equilibrato. L'osso sacro è formato da cinque vertebre, numero che rappresenta l'uomo nuovo nato dalle esperienze vissute in coscienza, pronto ad affrontare con fiducia nuove avventure, con le braccia e le gambe aperte in totale affidamento, proprio come l'Uomo Vitruviano di Leonardo da Vinci. L'uomo numero 5⁵ ha la mente inferiore connessa costantemente con il Mentale Superiore ed è portatore di genialità, ma per essere efficace deve mantenere un certo stato di radicamento, come simbolicamente indicano le quattro vertebre che formano il coccige. Sommando insieme le cinque vertebre dell'osso sacro e le quattro vertebre coccigee, si ottiene il numero nove che corrisponde all'Umanità intera. Osservando il significato simbolico di questo meraviglioso corpo umano, come non cogliere la stupefacente perfezione della Creazione? Il senso del viaggio in questa dimensione di realtà, sta nel divenire dapprima coscienti di

⁵ Per G.I. Gurdjieff l'uomo numero 5 è il prodotto di una cristallizzazione conseguita con un lavoro su di sé e possiede, dunque, un Io indivisibile da cui è possibile connettersi alle realtà superiori.

Sé, per poi sentirsi parte di un organismo molto più grande, che è l'Umanità. Aggiungendo, inoltre, alle 24 vertebre spinali le 5 vertebre dell'osso sacro e le 4 vertebre del coccige, si ottengono in tutto 33 vertebre, numero Maestro che parla del viaggio compiuto da Gesù, che ha sacrificato la propria personalità per la salvezza dell'Umanità; infatti in Lui non vi era più alcuna separazione interiore. In tale modo, Cristo, ha reso "sacro" la materia (osso sacro).

DIAFRAMMI - PORTE DI PASSAGGIO

***"In basso non esistono soluzioni,
in alto non esistono problemi"***

Fintanto che si osservano le cose da un punto di vista orizzontale, con la coscienza identificata nella mente logica che cataloga gli eventi come problemi insormontabili o come porte chiuse a più mandate, non si troveranno mai né la soluzione per superare i problemi, né la chiave per aprire le porte. Ponendosi in una visione più verticale (come quella dell'Appeso - Arcano maggiore XII, o dell'Anima), non si percepisce più alcun problema, ma si vede l'opportunità di scoprire e utilizzare i propri talenti e le suddette

porte, saranno riconosciute come accessi verso spazi sempre più ampi. Nei trattamenti di Craniosacrale, vengono presi in particolare considerazione tre diaframmi che, per la loro orizzontalità (perché vanno da destra a sinistra), suddividono trasversalmente il corpo in tre parti. Partendo dal basso si distinguono in:

- 1) *Diaframma pelvico*, alla base dell'osso sacro, che separa le gambe dal busto e sul quale sono appoggiati gli organi interni;
- 2) *Diaframma respiratorio* o plesso solare, situato esattamente a metà del busto, che separa gli organi interni dalla gabbia toracica;
- 3) *Diaframma toracico o clavicolare*, posto alla base del collo, che separa la gabbia toracica dalla testa.

La loro funzione fisica è di protezione e contenimento, ma a livello energetico sottile, sono “porte” che si attivano a seconda degli stimoli emotivi e/o mentali, in una dinamica di apertura e di chiusura, reagendo a determinate situazioni. In particolar modo, quando si giudica mentalmente, si blocca il flusso naturale dei pensieri e delle emozioni e tutto ciò genera un attrito interiore che si ripercuote inevitabilmente sul fisico, il quale, per difendersi, chiude uno o più diaframmi, creando separazione. Un'immagine esaustiva di quanto accade, nello specifico, nel corpo, è quella

dell'illusionista/prestigiatore che "taglia" il corpo della propria assistente (racchiuso in una scatola) con delle lame (che rappresentano le basse frequenze del mentale e dell'astrale). Quando, ad esempio, ad un certo punto della propria esistenza, si teme di prendere una determinata direzione, il diaframma pelvico si bloccherà. La non accettazione del dolore, chiuderà il plesso solare; la paura di perdere il controllo, chiuderà il diaframma toracico e, questo senso di separazione interiore, andrà a riflettersi all'esterno, alimentando ancor di più l'illusione della separazione tra il sé e l'ambiente. Nella simbologia del corpo umano, quindi, i diaframmi rappresentano le porte (o portali) dotate di serrature e di chiavi. La personalità è molto abile a serrare tali porte, allo scopo di difendersi dal dolore, per tenere duro nelle situazioni difficili, con la mera illusione di averne il controllo. Solo l'anima sa quali sono le chiavi che aprono le suddette porte e, prima o poi, volente o nolente, la personalità sarà costretta ad oltrepassarle; sì, perché il richiamo verso l'interezza e l'integrità è forte come quello di un magnete. È in questo passaggio che il *Counselor Spirituale* può intervenire nella relazione d'aiuto, accompagnando, con estrema delicatezza il cliente nelle profondità più recondite di se stesso, attraverso le porte dei piani più bassi della personalità, al fine di aiutarlo a contattare le proprie convinzioni mentali ed emozioni negative che, inevitabilmente vengono a galla (ma che il cliente

stesso rifiuta) e che governano la sua esistenza, rendendolo schiavo. Solo portando alla luce tali parti, è possibile prenderne le distanze e liberarsi dall'identificazione con esse. Attraverso tale distacco, infatti, le vecchie strutture e credenze mentali pian piano muoiono, lasciando spazio al nuovo: un campo di possibilità in cui la coscienza può espandersi. Mano a mano che la coscienza si espande, un altro pezzetto della struttura obsoleta dovrà essere lasciata andare/morire. Per "morire al vecchio" è necessario, *in primis*, ripulire il piano mentale inferiore dai veli dell'illusione che lo obnubilano, e ciò va messo in atto attraverso un lavoro costante e chirurgico di osservazione dei pensieri meccanici che si attivano. Tali veli, una volta individuati e stanati, semplificano, all'individuo, il riconoscimento della propria reattività compulsiva all'interno di eventi e situazioni, attivando così in esso, il corretto discernimento nell'affrontarle; ed è solo quando ciò accade che l'uomo ha l'opportunità di non sentirsi più vittima degli eventi, bensì co-creatore consapevole della propria realtà. Tornando ai diaframmi, simbolicamente potrebbero essere proprio la rappresentazione di momenti di "crisi" esistenziali, di passaggio, di morte e rinascita, di "Iniziazioni".

1) DIAFRAMMA PELVICO = CRISI DI INCARNAZIONE

Come si può constatare nella *Figura 6*, se si traccia una linea orizzontale in corrispondenza del diaframma pelvico e una linea verticale che rappresenta lo scorrere ed il fluire del cammino, si può notare la formazione della cosiddetta “Croce Mobile”, simbolo della “Crisi di Incarnazione”. Quando la coscienza si trova nel punto più basso (osso sacro), lontana dalla Fonte Divina (cranio), la creatura umana non ha consapevolezza di essere portatrice di una Scintilla di Luce (il Cristo è celato) e, di conseguenza, nella materia, la natura di tale creatura si manifesta in tutta la propria umanità egoica. Il diaframma pelvico unisce e allo stesso tempo separa le gambe dal resto del corpo, rappresentando così l’accesso alla direzione da intraprendere: le gambe, senza l’impulso di un’intelligenza (Intelligenza Attiva di 3° Raggio) che le muove e ne indica la direzione, risulterebbero essere solamente due appendici inanimate. Una volta consolidata l’identificazione nella materia, l’essere umano ha la necessità di ritrovare il senso della propria discesa sulla Terra e, conseguentemente, la via da percorrere, per rendere sacra tale esistenza.

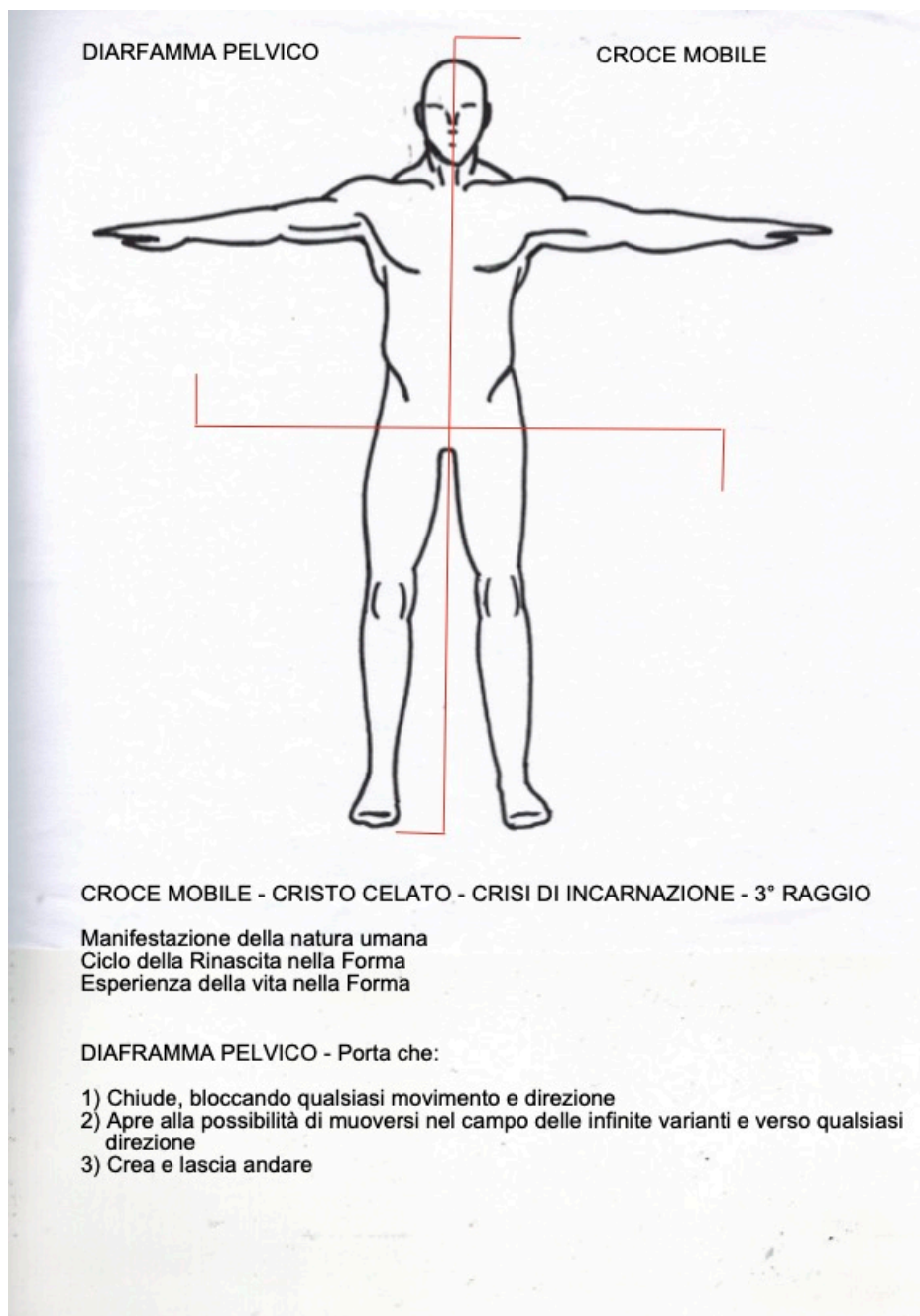


Figura 6 - Diaframma Pelvico

2) DIAFRAMMA TORACICO/PLESSO SOLARE = CRISI DI ORIENTAMENTO

Tracciando invece una linea orizzontale, in corrispondenza di questo diaframma (*Figura 7*), appare la forma della “Croce Fissa”, che simbolicamente rappresenta la *Prima Iniziazione*, cioè la preparazione alla nascita della coscienza nella vita dell’Anima (Seconda Nascita). Molte sintomatologie psico fisiche nascono dalla chiusura di questo diaframma che taglia nettamente in due l’uomo, separando la parte alta (mente-cuore) dalla parte più bassa (istintiva). Tali parti devono essere unite e devono poter comunicare fra di loro in sinergia, per andare oltre la “soglia” e potersi meglio orientare nel cammino. Unendo la parte bassa a quella cardiaca è possibile trasmutare le emozioni basse in sentimenti superiori. Il plesso solare è la rappresentazione della sede del piccolo sé, che si deve sacrificare per accogliere il Cristo e lasciare a Lui il comando. Quando tale porta è aperta, le parti istintive sono completamente domate e, finalmente, viene a crearsi un perfetto equilibrio tra Sopra e sotto, in quanto il ponte di connessione è stato consolidato. La Croce Fissa è quella del Cristo in croce, il simbolo per eccellenza del Principio di Morte e Rinascita, ovvero del sacrificio della forma, per amore dell’intera umanità. La Croce Fissa è detta anche “Croce dell’Illuminazione”.

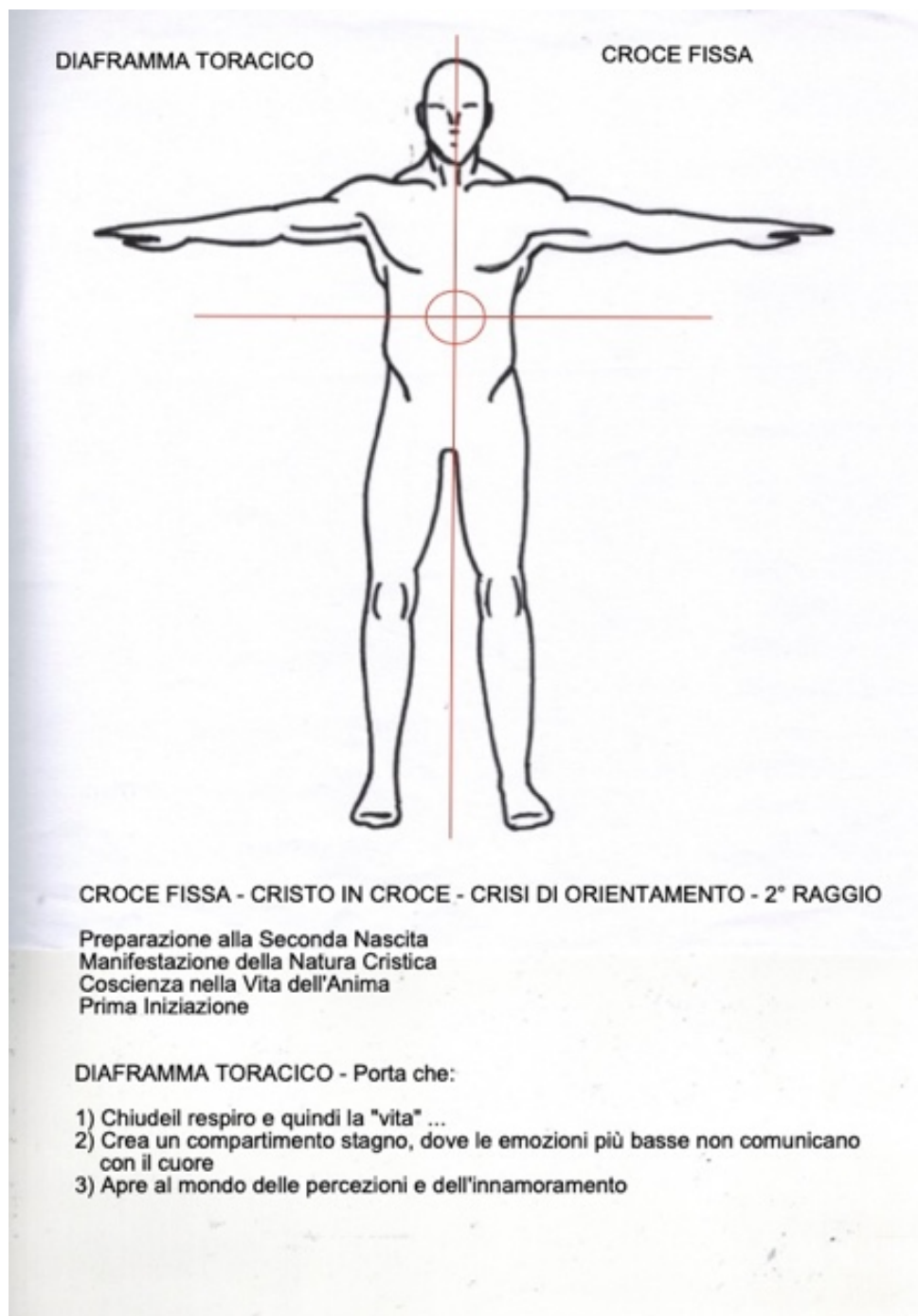


Figura 7 - Diaframma Toracico/Plesso Solare

3) DIAFRAMMA RESPIRATORIO = CRISI DI INIZIAZIONE

Una volta presa confidenza con la forma, la coscienza individualizzata vive un senso di incompletezza e di insoddisfazione, che la spinge a ricercare la via di ritorno alla Casa del Padre. Attraversata la seconda porta, grazie alla quale ha sacrificato la personalità, ponendola al servizio dell'Anima, la coscienza si trova di fronte alla terza porta, che apre la via al Piano Monadico. Qui occorre un altro grande sacrificio: lasciar andare l'anima; ma questo garantisce anche la liberazione dalla ruota delle incarnazioni e quindi del karma. Il Flusso è completamente libero di scorrere in ogni direzione (*Figura 8*), dal momento che non esistono più limiti, ma c'è solo Vita. Si è ritornati consapevolmente e coscientemente al cranio, rinati in Spirito.

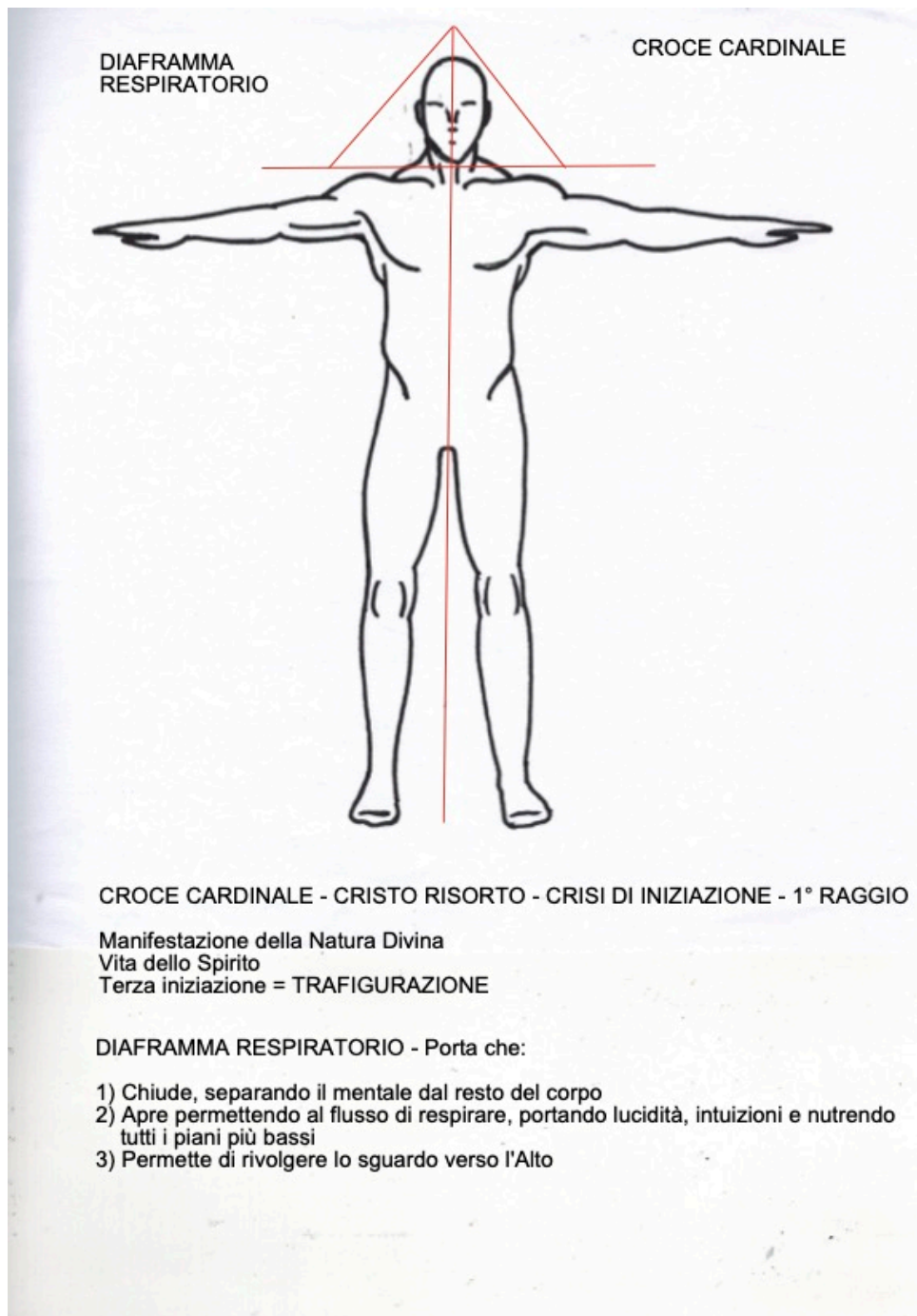


Figura 8 - Diaframma Respiratorio

IL VIAGGIO DI RITORNO: DAL SACRO AL CRANIO IL MISTERO DEL GOLGOTA

L'uomo, per tornare a riprendersi, scientemente, il ricordo della propria immortalità, necessita inevitabilmente di passare attraverso l'esperienza della morte. Più di duemila anni fa, il Maestro Gesù si è incarnato e ha sacrificato sulla croce la propria personalità, la parte materiale di sé, per dimostrare all'umanità che se l'uomo accoglie interiormente il Principio Cristico sconfigge la morte, consapevole del fatto che essa non esiste. Purtroppo, ad oggi, questo meraviglioso messaggio del Maestro Gesù, rimane ancora incompreso ai più. Nella sua breve esistenza terrena, Egli ha attraversato ed è andato oltre queste porte al fine di far conoscere all'uomo quale è, in realtà, la Via, la Verità e la Vita, portando all'umanità il vero significato del Principio di Morte e Rinascita. Gesù, per 30 anni (come gli anni corrispondenti alle vertebre) ha preparato i suoi corpi di personalità attraverso lo studio e l'esperienza, rendendoli degni di accogliere il Principio Cristico; per 3 anni, Egli, ha portato l'Insegnamento ovunque (affinché potesse arrivare fino a noi oggi) compiendo miracoli e sovvertendo tutte le vecchie credenze. La sua missione, infine, si è compiuta con la crocifissione sul Monte Calvario (dal latino "*Calvariae locus*" o "*Calvarium*", luogo del cranio) piccola altura (proprio come la parte

più alta del corpo umano) situata vicino a Gerusalemme, conosciuta anche come Monte Golgota (ovvero “del teschio”), chiamato così, sia per la sua forma tondeggiante che ricorda vagamente un cranio, sia perché era il luogo destinato alle esecuzioni capitali. Sacrificando in croce la sua personalità, Gesù ha permesso al Principio Cristico, che aveva accolto, di inondare la Terra donandole quella sacralità che aveva perduto nel tempo: Egli, dal cranio (Monte Golgota) si è fatto via (colonna vertebrale) per lo Spirito affinché la qualità della Terra/materia (osso sacro) ne venisse elevata. Il Cristo, dal canto suo, si è sacrificato per entrare in questa densità e dare la possibilità all’umanità di accelerare la propria evoluzione, distaccandosi dalla macchina biologica e riconoscendola come carne morta se non animata dal Soffio Vitale. Ora sta all’uomo sviluppare “Occhi Nuovi”, che attraverso un cuore aperto possano riconoscere lo Spirito che lo abita e che permea ogni forma di vita, affinché non sia reso vano il sacrificio del Cristo. Ecco l’importanza del Principio di Morire al Vecchio per Rinascere al Nuovo. Tutto ciò che si osserva e che accade volge all’evoluzione delle umane creature; evoluzione che la mente inferiore arriva a comprendere se, e solo se, ne coglie il significato simbolico.

AFFIDAMENTO E FEDE

Relativamente all'argomento della presente tesi, lo studio del *Counseling Spirituale*, nonché la sua visione dell'Appeso, applicato all'Insegnamento, ha mostrato un nuovo concetto di "Cranio-Sacrale": il termine, infatti, parla di un viaggio di discesa e risalita tra l'alto ed il basso, in cicli che si ripetono ritmicamente, proprio come il viaggio di affidamento che le coscienze umane compiono attraverso le incarnazioni, per rendere sacra l'esistenza. La nuova figura di «Counselor/Craniosacrale» ha il compito di accompagnare i clienti nell'esplorazione simbolica dei propri corpi, aiutandoli ad interpretarne i significati e offrendo loro la possibilità di accogliere con fiducia gli eventi che l'esistenza offre, fino a ritrovare quel contatto intimo con lo Spirito; contatto che permetterà poi, a queste creature, di vivere nella Fede. Fintanto che l'essere umano ha la coscienza imprigionata nelle identificazioni con il piano di personalità, non si sentirà mai realmente appagato e, di conseguenza, vivrà nel conflitto sia interiore che con l'alterità. Iniziando a scendere nelle profondità del proprio piccolo sé, potrà contattare anche quelle parti che nel tempo ha nascosto giudicando sbagliate, portandole alla luce una alla volta e osservandole con uno sguardo nuovo. L'uomo, lascerà morire pian piano le vecchie convinzioni che lo tenevano ingabbiato nei soliti meccanismi, e si

ritroverà a vivere con più entusiasmo, fiducia e apertura la quotidianità. Quando si è accompagnati da qualcuno che ha fatto esperienza in coscienza, è più facile affrontare ciò che non si conosce e che spaventa, ma è indispensabile integrare quella parte in ombra, per non esserne più schiavi. L'affidamento diviene una scelta essenziale all'inizio della scoperta di sé, per prepararsi al totale abbandono nell'ignoto, guidati dalla Fede.

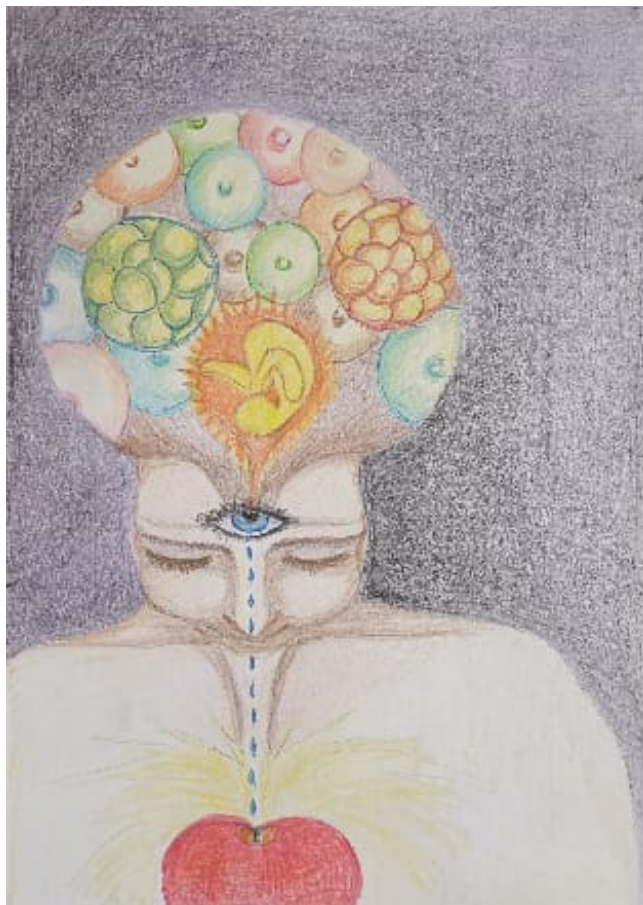


Figura 9 - Dal Cranio al Sacro, passando per il Cuore, Erika Rebeggiani

CAPITOLO 2

APPLICAZIONE PRATICA

Le sedute di Craniosacrale Biodinamico, grazie all'integrazione della visione del *Counseling Spirituale*, possono trasformarsi da semplici trattamenti di benessere ed equilibrio psicofisico, in veri e propri viaggi profondi all'interno della coscienza:

- 1) si parte dall'osservazione e dall'accoglienza di ciò che si manifesta nel momento presente;
- 2) si prosegue passando attraverso la scoperta e la comprensione delle strutture che si sono create e consolidate nei diversi corpi;
- 3) per arrivare, infine, a percepire quel senso di leggerezza che scaturisce dalla consapevolezza che tali strutture sono un qualcosa che si possiede (e non ciò che si è) e, di conseguenza, si ha la possibilità di lasciarle andare, facendo un passo verso la libertà.

Per quanto riguarda il punto 1, è di fondamentale importanza che l'operatore di Craniosacrale, contemporaneamente all'ascolto del funzionamento di tutto il sistema (sia del cliente che del proprio),

mantenga attiva la visione dell'Appeso, per guidare il cliente verso la comprensione del significato del messaggio che l'Anima ha mandato, attraverso gli attriti emotivi e i disagi corporei. Capita sovente, durante una seduta di Craniosacrale, che nel rilassamento del sistema nervoso centrale, i clienti si assopiscano e, alla fine del trattamento, si accontentino del senso di benessere che percepiscono, ma sta di fatto che, se l'esperienza non viene vissuta in totale coscienza del cambiamento che avviene, nel momento in cui avviene, il richiamo all'abitudine e al conosciuto sarà così forte che porterà alla dissoluzione, in breve tempo, del senso di benessere acquisito. L'obiettivo, perciò, è quello di permettere al cliente di mantenersi in uno stato di vigile abbandono, per scegliere consapevolmente di separarsi dalla vecchia memoria creandone, altrettanto consapevolmente, una nuova. Per comprendere meglio ciò che può avvenire in termini di coscienza durante un trattamento di Craniosacrale, integrato con l'Insegnamento del *Counseling Spirituale*, si riportano, in seguito, come esempio, due sedute fatte in questo ultimo periodo; alle clienti verrà dato un nome fittizio, per tutelarne la privacy.

TRATTAMENTO 1: MARY E IL PRINCIPIO “MATER”

Mary è una signora di 50 anni, madre single di un ragazzino di 16 anni, che mi ha chiesto un trattamento perché da circa una settimana accusava un fastidioso mal di pancia e non riusciva a farlo passare. Mi ha raccontato che, mentre accompagnava il figlio a una partita di calcio, in un paese in cui non era mai stata, si è persa: le erano state date indicazioni sul tragitto da fare, ma a causa di alcuni lavori autostradali, la sua uscita era stata chiusa e, di conseguenza si era vista costretta ad imboccare l'uscita successiva. Pur avendo impostato il navigatore, aveva difficoltà a fidarsi anche di quello. Alla mia domanda “cosa hai provato in quel momento?”, mi ha risposto che si sentiva responsabile nei confronti di suo figlio, perché un eventuale ritardo avrebbe potuto impedirgli di giocare. Attraverso la riformulazione, Mary si è accorta di come, questo pensiero, l'abbia portata in uno stato di agitazione, che si è poi trasformato in paura, e di come, tale paura, si fosse manifestata nel suo corpo, attraverso il dolore alla pancia. A questo punto le si è mostrato chiaramente, come il conflitto fosse nato, dal significato che per lei rappresentava il ruolo di “madre”. Con questa comprensione Mary si è poi stesa sul lettino, ed insieme abbiamo

sondato, anche a livello corporeo ed eterico, cosa le stesse comunicando quel dolore. Dopo un primo ascolto al cranio del funzionamento di tutto il sistema, mi sono spostata all'altezza del pavimento pelvico e dell'osso sacro (dove si forma la Croce Mobile o Croce di Incarnazione), rilevando tangibilmente una tensione che impediva al flusso di scorrere. Qui Mary ha realizzato e associato il suo senso di inadeguatezza riguardo al suo ruolo materno e la paura di prendere una direzione sbagliata, soprattutto nelle occasioni di scelte che coinvolgono anche il figlio. Con questo ascolto più profondo, il dolore si è trasformato in contrazioni, tanto che ad un certo punto ha detto: "Sto partorendo!". In quel momento è emerso anche il senso di impotenza che ha vissuto nel non aver potuto partorire in maniera naturale suo figlio e "non averlo accompagnato in fondo al suo viaggio di nascita", in quanto, a causa di complicazioni, le era stato praticato un taglio cesareo d'urgenza. Non contrastando il lavoro che il corpo aveva attivato e nell'accoglienza della nascita che stava avvenendo, Mary si era resa conto che sarebbe stato possibile vivere il ruolo di madre con più leggerezza e meno identificazione, proprio come se fosse un vestito che può mettere e togliere a piacimento: con le contrazioni, infatti, ha concluso il parto di suo figlio in quel momento, e con lui è nata una nuova "sé". Libera dalla paura di non essere una buona madre, ha sentito formarsi dentro alla pancia (dove prima aveva

dolore) uno spazio vuoto, che subito è stato fecondato con una nuova fiducia nei confronti della vita. Con questa nuova visione, Mary ha così compreso che essere “madre” significa permettere al proprio figlio di fare le esperienze che gli sono necessarie, compresa quella di arrivare tardi ad una partita; tale consapevolezza, le ha tolto il dolore alla pancia. Ad oggi, Mary si sente “rinata” e vive con più serenità gli imprevisti che riguardano soprattutto il figlio. Accompagnare Mary in questa esperienza, mi ha permesso di assistere al miracolo della trasformazione di coscienza, avvenuta per aver lasciato andare la vecchia interpretazione del significato di “madre” e aver preso in considerazione come, tale termine, possa racchiudere infinite sfumature. Nella consapevolezza che l’esperienza di Mary contenesse un messaggio simbolico anche per me, mi sono sentita pervasa da una profonda gratitudine e una rinnovata fiducia nelle opportunità che la vita elargisce. Quanta ricchezza si trova nello scambio all’interno delle relazioni, in particolar modo in quella d’aiuto! Durante il trattamento, l’ascolto è partito dal cranio, per poi scendere lungo la colonna vertebrale, ed è stato interessante osservare come il tema dell’attrito, essendo incentrato sulla maternità e quindi relativo alla nascita e al senso dell’incarnazione, riguardasse proprio il diaframma pelvico, quello più collegato alla “mater”, cioè la madre, ma anche la materia. Il corpo ha manifestato

perfettamente come il non dimorare nella fede e il non sentirsi guidati dallo Spirito, renda il procedere nella materia estremamente difficoltoso, arrivando a dubitare di perdere la “strada”. Altro dato degno di nota è l’età in cui Mary è rimasta incinta: aveva esattamente 33 anni, come il numero totale delle vertebre, se si contano anche quelle dell’osso sacro e del coccige, quindi l’esperienza della caduta nella materia e della crisi di incarnazione. Tale numero, che simbolicamente rappresenta l’età in cui il Maestro Gesù ha preso la sua croce per sacrificarsi, salvando l’Umanità, porta in evidenza anche il sacrificio che fece sua Madre Maria nel guardarlo morire, sostenendolo con infinito Amore. Il dolore e le contrazioni all’altezza del pavimento pelvico parlano a Mary dell’opportunità di riscoprire la vera “Mater” che c’è in lei, principio femminile per eccellenza.

TRATTAMENTO 2: NICA E LA STABILITÀ

Nica è una signora di 68 anni in pensione, ma lavora come donna delle pulizie a casa di amici e parenti, perché pulire gli ambienti è una cosa che lei ama profondamente fare. Da qualche tempo le accadevano episodi di “sbandamenti” ed accusava un senso di

“instabilità” fisica, soprattutto in posti affollati come i supermercati, provocandole forti stati d’ansia che sfociavano in veri e propri attacchi di panico. Ogni attacco la lasciava emotivamente avvinghiata alla paura di perdere il controllo, mentalmente confusa e fisicamente “a terra”, senza più un briciolo di energia. Il solo ricordo di questi disagi le attivava immediatamente lo stato d’ansia, ed il sistema nervoso entrava in modalità “pericolo”, come se qualcuno la stesse aggredendo. Attraverso un percorso di 3 sedute, fatte nell’arco di 21 giorni, Nica ha realizzato che veniva agganciata da alcune forme pensiero auto-sabotanti, che le davano la sensazione di essere “invasa”, attivando nel sistema limbico, la modalità “attacco/fuga”. Osservando in profondità ciò che accadeva, Nica ha potuto fare esperienza del fatto che, se i pensieri non si governano, sono loro ad avere il potere, creando una separazione interiore che collassa poi nel corpo fisico: era tangibile, infatti, una tensione a livello del Plesso respiratorio (Croce Cardinale o di Iniziazione) che non permetteva al flusso di passare, “tagliando” la testa dal resto del corpo (come se fosse decapitata). La mente, così bloccata all’interno della testa, creava pensieri circolari di “preoccupazione”, che vorticavano ancora più velocemente all’idea di non riuscire ad agire nel momento del bisogno, visto che non percepiva il corpo fisico, o meglio, lo sentiva scollegato. Nel momento in cui si è rilassata nell’ascolto (principio

femminile), uscendo dalla modalità “fare” (principio maschile), si è ripristinato il “ponte” energetico di collegamento tra i vari corpi e, a quel punto, ciò che Nica aveva tenuto nascosto nelle profondità si è manifestato con una forza tale da farle credere che sarebbe caduta a terra con tutto il lettino su cui era stesa. Pian piano, nello stare ad osservare la paura di cadere che l’attanagliava nel momento in cui si lasciava andare (nonostante fosse stesa comodamente sul lettino), Nica è riuscita a riconoscere la menzogna da cui veniva attivata, scoprendo che la semplice idea di perdere il controllo, le faceva perdere il controllo! Nel momento stesso in cui ha preso coscienza di questa trappola, è scoppiata a ridere e ha riconosciuto in quegli “spostamenti” (e i conseguenti attacchi di panico) una benedizione, in quanto le avevano dato l’opportunità di fare esperienza di come fossero i pensieri a governarla (facendole credere di dover tenere sempre tutto sotto controllo), spostandola dal presente al passato o in possibili scenari catastrofici del futuro e togliendole così il vero controllo. Nica ha compreso che l’unica cosa che può controllare è dove portare la sua attenzione, dove puntare il focus mentale e decidere se continuare a nutrire le sue paure, preoccupandosi, o se affidarsi agli eventi, occupandosene al momento. La fiducia aveva smantellato una parte di paura e, da allora, gli sbandamenti sono andati diminuendo considerevolmente, soprattutto grazie al fatto

che, quotidianamente, Nica adesso si impegna a mantenere una presenza più attiva, mentre svolge le comuni attività giornaliere. Questa esperienza ha consolidato in me la percezione della presenza del Divino in tutto ciò che si manifesta, e la consapevolezza di quanto sia urgente accelerare il lavoro interiore affinché si crei quella coppa che permetta allo Spirito di prendere in mano le redini della nostra esistenza, per non essere più sbalottati dalle energie oppostive della dualità che, inevitabilmente, portano allo “sbandamento”.

Entrambe le sedute sono un esempio di come sia possibile leggere la simbologia del viaggio iniziatico nella struttura corporea, mezzo attraverso il quale la coscienza può esprimere come e dove si sente “bloccata”. Nel caso di Mary, il dolore in corrispondenza del pavimento pelvico e dell’osso sacro, chiedeva un cambio di visione relativamente al concetto di “mater”, principio femminile per eccellenza e ingrediente fondamentale, affinché possa nascere l’Uomo Nuovo. Come Maria che ha accompagnato “suo figlio” Gesù nel cammino verso la crocifissione sul Monte Golgota, accogliendo con amore il suo compito, così Mary ha l’opportunità di accompagnare il figlio con amore lasciandolo libero di affrontare le sue prove e ripristinando il concetto di “Mater” restituendogli la sacralità che gli spetta. Per quanto riguarda Nica, invece, il blocco

si trovava in corrispondenza del plesso (o diaframma) respiratorio collegato alle ultime vertebre cervicali e prime dorsali che, come si nota nella Tavola di Cronoriflessologia sopra riportata, parlano proprio della sua età attuale. Se la coscienza di Nica ha creato una tensione a questo diaframma, è stato per farle comprendere (tra le altre cose) che, quando non si ha il potere di governare la mente inferiore, si viene posseduti da pensieri e forme pensiero, che inevitabilmente portano fuori dal percorso, risucchiando la coscienza della sua energia vitale, attraverso un'attività sterile e compulsiva. Queste persone hanno la coscienza completamente identificata nel piano di personalità e sono state richiamate, attraverso la simbologia del disagio, ad osservare il limite che la mente aveva creato e oltre il quale non riuscivano ad andare. Una volta riconosciuto, la consapevolezza si è espansa e interiormente hanno sentito che era possibile procedere oltre. Sicuramente ci sarebbero molti altri aspetti simbolici da sondare in ciò che si è palesato durante le due sedute, ma ciò che attira maggiormente l'attenzione è come sia possibile per il cliente, che si abbandona con fiducia tra le braccia del principio di "morte", sganciarsi da ciò che non è più funzionale alla sua evoluzione, rinascendo con una nuova consapevolezza. Allo stesso tempo, l'operatore fa morire la sua identificazione e individualità, ricordandosi che l'altro è sempre lui, per entrare in una connessione che diventa una comunione

intima con il cliente. Con questa visione, l'operatore è consapevole che il lavoro fatto durante una seduta non riguarda solo il cliente.

LA LEGGE DELLO SPECCHIO

L'integrazione dell'Insegnamento e della pratica di *Counseling Spirituale* ai trattamenti di Craniosacrale, fa sì che l'intimità che si crea tra il cliente e l'operatore vada ben oltre il tocco dei corpi più densi, e permetta ad entrambe le parti di fare un passo verso la percezione di quell'intesa e quell'unità che già esiste nei piani più alti e sottili. Nella mia esperienza personale, per tutto il tempo del trattamento, il senso di separazione tra le due identità svanisce completamente e si perde nella percezione di essere un unico organismo che pulsa della stessa vita. Con il primo contatto più superficiale, l'operatore accoglie come suo il disagio che il cliente porta (ovviamente senza identificarsi in esso, mantenendo sempre una presenza vigile e distaccata) e attraverso questa "comprensione", il cliente sente che può abbandonare le resistenze e le difese, per farsi accompagnare all'interno delle proprie profondità, alla scoperta della propria unicità, del Tesoro sepolto negli abissi della personalità. Alla scuola di Craniosacrale

Biodinamico che ho frequentato, insegnavano che l'obiettivo di una seduta è quello di permettere al cliente di uscire dallo studio in uno stato di benessere ed equilibrio generale; perciò, anche se il cliente si addormentava durante il trattamento, non registrando a livello mentale il cambiamento mentre avveniva, la memoria di tale cambiamento rimaneva impressa nelle cellule del corpo, assicurando comunque al cliente, un buon risultato. D'altronde, senza l'interferenza del controllo mentale, tutto il sistema lavora più liberamente. L'Insegnamento della Scuola di *Counseling Spirituale*, invece, sottolinea l'importanza di fare qualsiasi esperienza con la coscienza vigile e presente, nei corpi di personalità perfettamente allineati: solo così, infatti, è possibile stanare i meccanismi consolidati di cui non si è coscienti, affinché si sciolgano come neve al sole, per arrivare, un poco alla volta a far emergere chi si "è" veramente. Mentre nelle altre forme di relazione d'aiuto si tende a rimanere nella superficie della dualità, lavorando esclusivamente con i piani di personalità, nel *Counseling Spirituale*, il lavoro si fonda sulla base che la Coscienza è Una; pertanto, ciò che il cliente porta in seduta come attrito, parla *sempre* anche dell'operatore stesso. Un operatore che ha fatto della Legge dello Specchio il suo stile di vita, ha piena consapevolezza che tutto ciò che arriva in seduta, ha un senso evolutivo per la coscienza di entrambe le parti coinvolte. Motivo per cui, mantenendo attivo il ricordo costante che

nulla esiste al di fuori della propria coscienza, l'operatore si appropria con umiltà, gratitudine e Fede al cliente e a ciò che egli porterà. Il cammino dell'autocoscienza, in tal modo, non si ferma mai: ogni singolo istante è motivo di crescita personale e di spoliamento dalle convinzioni che ingabbiano l'Essenza Vitale. Un approccio di questo tipo, nel lavoro di operatore Craniosacrale, fa sì che non si cristallizzi l'identificazione con tale ruolo. Lavorare solo sulla personalità significa rimanere nella superficie dell'esistenza, governata da quelle "forze oppostive" che richiedono costantemente di prendere una posizione, alimentando la separazione e, di conseguenza, i conflitti interiori che, inevitabilmente, si riflettono nell'alterità. Riuscire ad entrare nella profondità è il primo fondamentale passo per bloccare questo circolo vizioso, che mantiene la coscienza ingabbiata nell'illusione della mera superficie: è dentro la direzione da prendere, ed è sempre dentro la meta da raggiungere. Visto l'attuale periodo storico di estrema superficialità, diviene quanto mai urgente che l'Insegnamento del *Counseling Spirituale*, attraverso la sua Visione dell'Appeso, venga utilizzato da chiunque svolga un servizio di relazione d'aiuto, come insegnanti, allenatori, medici, psicologi, terapeuti, massaggiatori, ...

CONCLUSIONI

Siamo nel periodo conclusivo dell’Era dei Pesci, che sta morendo per lasciare il posto alla Nuova Era dell’Acquario e, in questo periodo di transizione, l’essere umano è chiamato ad elevare le sue frequenze cambiando paradigma, per entrare in contatto con il Principio Cristico (e identificandosi poi in Esso) che più di 2000 anni fa ha sacrificato sé stesso sul Golgota per inondare la Terra con la sua energia di 2° Raggio (Amore e Saggezza). Questo è il tempo di guardare avanti, anzi di puntare in alto, dal Sacro (l’osso, il bacino) verso il “Cranio”, lavorando con il mentale inferiore per ripulirlo dalle illusioni e creare quel ponte di connessione con la dimensione del Mentale Superiore, dove è possibile contattare la Verità di chi Siamo, rinascendo così come “Uomini Nuovi”. Nel viaggio di risalita, c’è una tappa fondamentale da raggiungere: il Cuore, sede del Principio Cristico e del vero “centro di gravità permanente”, per costruirvi una dimora stabile, grazie alla quale è possibile, con coraggio, attraversare le porte (diaframmi o croci) e superare le prove che la vita, nella sua infinita benevolenza, elargisce. Da oggi, ogni corpo può essere considerato (oltre che il veicolo dell’anima) anche una meravigliosa mappa che descrive sia lo spazio, che il tempo, del cammino di ciascun individuo. Chissà quanti altri significati simbolici sono racchiusi nella conformazione

dei corpi di ogni singola e soggettiva personalità! La visione di chi ha uno sguardo che dal cranio va verso il sacro, quindi dall'alto verso il basso, è quella che porta a credere che la materia sia l'unica realtà esistente, dal momento che l'attenzione è puntata interamente lì. Quando, però, si attiva la Visione dell'Appeso e si ribalta ogni certezza, puntando lo sguardo verso l'alto, ecco che si palesano infinite opportunità di crescita. Fintanto che non dimoreremo nell'Anima, avremo uno sguardo parziale e inesatto di ciò che siamo e che viviamo, e questo è un dato di fatto! In questa tesi è stato dimostrato come, osservando da un'altra prospettiva l'oggetto (in questo caso il corpo ed i messaggi che dà), cambia sia l'oggetto che il suo valore: sebbene all'inizio delle sedute il benessere della personalità sembrava essere "il fine" per le persone, in corso d'opera è passato in secondo piano, per far posto ad una nuova comprensione; il benessere è stato ridimensionato a "mezzo" per affrontare in modo nuovo l'esistenza, mentre il "fine" si è perso nella consapevolezza che si può andare oltre il conosciuto, perché c'è molto di più da scoprire facendo un passo alla volta, una tappa alla volta, una vertebra alla volta. D'altronde il fine ultimo di questo viaggio è quello di scoprire cosa significhi "Essere Dio", anzi, di identificarsi completamente con Lui, ed è possibile farlo partendo dalla consapevolezza di ciò che non siamo.

RINGRAZIAMENTI

Vorrei ringraziare innanzitutto Federica Zini ed Emidio De Berardinis, senza i quali la Scuola di *Counseling Spirituale* non sarebbe esistita; grazie a loro ho potuto avvicinarmi a materie che diversamente non avrei conosciuto, ma soprattutto li ringrazio per essere stati esempio di coerenza, di dedizione all’Insegnamento e di amore, pazienza e accoglienza nei confronti di noi alunni. Questa tesi è il risultato di un viaggio che sono riuscita a portare a termine anche grazie al sostegno che ho sentito da parte loro, nei momenti di grande difficoltà. Ringrazio le mie compagne del “nord” e i miei compagni del “sud”, perché con le loro condivisioni mi hanno fatto da specchio e mi hanno aiutata a rimanere motivata nel proseguire il percorso. Ringrazio chi è riuscito a mettere a nudo la propria personalità e ringrazio chi, fino alla fine, ha scelto di non mettersi troppo in discussione. Ringrazio Paolo, compagno di vita, perché mi ha sostenuta in questo percorso, occupandosi delle faccende di casa, permettendomi di concentrarmi nello studio e nella pratica dei compiti che mi venivano assegnati. Ringrazio i miei figli Nicole ed Enea, perché mi stimolano a proseguire nel percorso di conoscenza interiore. Ringrazio i miei colleghi di lavoro che sono stati (e lo sono ancora) la mia palestra di vita. Ringrazio chiunque ha incrociato il mio cammino nei vari viaggi di andata e ritorno dalla

Scuola, per avermi dato la possibilità di guardare in faccia le mie paure, permettendomi di renderle estremamente interessanti e curiose. Infine, ringrazio me stessa per la determinazione che ho “messo in campo” per proseguire il cammino e la volontà di rialzarmi nonostante le cadute che ho fatto: arrivare in fondo a questo percorso è stata una sfida che ho vinto contro le convinzioni auto sabotanti della personalità in cui mi ero identificata. Aprire la mente alla consapevolezza che non esiste nulla al di fuori della mia coscienza, è stato alquanto liberatorio. Detto questo, aggiungo una precisazione ai ringraziamenti: grazie dal profondo del mio cuore a tutte le persone sopra elencate per essersi messe al mio servizio ed avermi fatto vedere parti di me, che altrimenti non avrei mai visto.