

La Marea

La mia tesi, la mia convinzione, non solo il mio credo, e la mia passione sono contenuti in questa breve frase, “puoi avere fiducia nella Marea”. Ho trascorso gli ultimi quindici anni analizzandola, verificandola e lavorandoci e poi insegnando la verità di questa asserzione.

Oggi, 120 anni dopo che William Garner Sutherland D.O. fece questa affermazione, cercherò di spiegare il percorso che ho fatto e cosa ne è emerso fino ad ora. Affrontiamo la cosa in modo lento e dall’inizio. Sentii per la prima volta le parole...”puoi avere fiducia nella Marea”.. durante la mia formazione in Terapia Craniosacrale con Franklyn (Franklin Sills N.d.T) al Karuna. Cominciai a pensare “quale Marea, e cosa significa avere fiducia?”. La parola chiave era avere fiducia. Avere fiducia significa lavorare con la marea o manipolarla in qualche modo? Perché Sutherland scelse questa espressione “avere fiducia”? Arrivai a ritenere che dicendo ciò egli era sufficientemente indipendente da sapere cosa volesse dire e che intendesse letteralmente dire avere fiducia. Ciò significa che, qualsiasi cosa debba essere fatta, qualcun altro o qualcos’altro la fa.

Rispetto alla Marea, non presumo che Sutherland intendesse che uno dei sottili ritmi involontari del corpo fosse il principio nel quale potessimo aver fiducia in modo così devoto. Penso che nemmeno la Marea Lunga, con la quale molti di noi hanno familiarità, fosse proposta come l’energia che motiva la vita. Si tratta, infatti dopo tutto di oggetti della nostra consapevolezza, e non delle basi che sottostanno alla nostra consapevolezza.

Sono arrivato a ritenere fermamente che ciò di cui Sutherland parlava fosse l’ipotesi che esiste un’Intelligenza che non è parte della struttura personale ed individuale dell’ego, non soggetta all’Intelletto, nella quale si può avere fiducia in modo assoluto.

Ciò che arrivai a comprendere pienamente più tardi è che, così come non c’è modo di essere “un pò gravida”, allo stesso modo non deve esserci nessuna riserva rispetto alla fiducia o all’affidarsi. Deve essere totale.

Shakespeare disse “c’è una Marea negli eventi degli uomini, che presa secondo corrente, conduce alla fortuna”. Nemmeno questo è ciò di cui si tratta ma è più vicino al punto. L’implicazione è che ci sia un “altro”.

Questo solleva un grande conflitto: se c’è un “altro” al quale posso affidarmi, che posto rimane per me? Come posso sapere cosa questo “altro” fa, come posso sapere cosa sta succedendo all’altra persona?. Se qualcosa va storto potrei essere citato in giudizio.....Vedete cosa succede, il povero ego personale si trova in difficoltà e diventa veramente ansioso.

Potremmo andare oltre: “dobbiamo avere dei confini, non posso non sapere cosa sto facendo. Come potrò spiegare cosa sto facendo? Non è scientifico ed inoltre devo essere presente, pienamente presente per tutto il tempo”. Quante volte ci è stato detto....

Oh cielo, ora non posso fare affidamento su nessuno, neanche su di me!

Ma non è poi tanto male. Ciò che ci serve è esaminare cosa si intenda, in questo contesto, con “essere presenti”.

Ciò che intendo per essere presenti è trovarsi in una condizione di tranquillità mentale, notando semplicemente ciò che emerge senza sviluppare un attaccamento in nessun modo.

Senza esprimere giudizi su ciò che potrebbe significare. Semplicemente prendendone atto. Se non siamo attaccati al significato, il fenomeno passerà ed un altro, verosimilmente, ne prenderà il posto. Poi un altro ed un altro ancora, e prenderemo atto di tutti per poi lasciarli andare e talvolta, solo per un momento, non emergerà nulla e ci sarà solo pura consapevolezza, senza contenuto, nessun oggetto, e da quella vacuità emergerà un nuovo oggetto.

Il movimento emerge dalla quiete e in realtà non c'è nulla che vada da qualche parte. Semplicemente è, in movimento. C'è una riunificazione nel momento di ciò che è sempre stato e questa è la sua espressione nel presente. Lo Spirito prende forma e noi, come testimoni, ci troviamo in una pratica congiunta con quella forma.

Questa è la rivelazione della Terapia Craniosacrale Biodinamica per come io sono arrivato ad amarla e capirla.

Vorrei chiarire meglio ed espandere il concetto: tutti gli oggetti vanno e vengono ed alcuni permangono più a lungo. Il monte Everest, il pianeta, il mio vicino rumoroso presto o tardi se ne vanno e questo è ciò che accomuna tutte le cose, i pensieri e i sentimenti. Tutti se ne vanno! Anch'io me ne andrò.....E questo è l'aspetto più importante: ciò che ha preso forma come "me", prenderà prima o poi un'altra forma. Quando si creeranno le condizioni per un'altra forma, essa si manifesterà. Nessun inizio e nessuna fine. Nessuna causa, solo rivelazione.

Non posso fare a meno di ridere di me stesso per il mio tentativo di seguire una logica. Non è ciò che mi riesce meglio. Penso che secondo il modello di Jung mi si possa considerare un intuitivo, o per lo meno questa è la mia intuizione. Tuttavia devo fare questo tentativo, se non voglio che il mio pensiero sia zoppicante.

Nella mia logica, quanto più posso oggettivare qualcosa, incluso me stesso, tanto più sono prossimo all'inespresso, al non-duale, a ciò da cui emergono tutti gli oggetti: il soggetto.

Il punto dove voglio arrivare è che se tutte le cose, incluso me stesso, sono in un certo senso non concrete o impermanenti allora, nello stesso modo, lo sono la menomazione, la malattia, il disagio, la sofferenza. In questo caso, quale strumento potrò utilizzare per realizzare una risoluzione?

Evidentemente il mio intelletto, non solo impermanente ma altresì limitato, può avere solo una risposta parziale, a meno che io non proclami di essere onnisciente e di sapere tutto. Il meglio che io possa fare, nella forma che ho assunto, è di usare la mia limitata conoscenza per ottenere una valutazione anch'essa limitata, che potremmo chiamare diagnosi, e sperare di ottenere, come risultato, un beneficio limitato.

Un'ulteriore considerazione è poi che spesso neppure il cliente conosce effettivamente la causa di ciò che non va in lui e ciò aggrava il problema. Questa è la situazione che affrontiamo tutti i giorni nel nostro lavoro, non è vero?

Ritengo che noi siamo condizionati a pensare che non vi siano vie d'uscita.

Ora io sono giunto ad un punto di vista leggermente differente, non così assoluto, ma lo offro come un invito a considerare che sia possibile esaminare una prospettiva diversa.

Nel modello di Groucho Marx, che disse “non mi iscriverei a nessun club che avesse come socio uno come me”, sono molto prudente verso chi armeggia con la mia sofferenza ed il mio senso di insoddisfazione. E posso osservare che anch’esso è impermanente, dal momento che talvolta mi sento pienamente soddisfatto.

Immaginiamo che io mi tolga di mezzo e lasci che lo Spirito o l’Intelligenza, piuttosto che il mio intelletto, facciano il lavoro, così da ricondurre il sistema ad uno stato di migliore adattamento, in cui non soffriamo più a causa di ciò che sono solo esperienze di vita non digerite. Sarebbe super-intelligente lasciare che l’Intelligenza faccia il lavoro, piuttosto che affidarsi solo all’ intelletto ed ad una parziale conoscenza.

Ciò, dal mio punto di vista, offrirebbe la possibilità di una rinascita, nel presente, in una forma non più condizionata dalle esperienze di vita.

Ritengo, ma in qualche misura ne ho anche l’esperienza, che la rinascita non si riferisca a qualcosa che succede quando cado dal ramo sul quale sono appollaiato, ma piuttosto a qualcosa che avviene esattamente nel momento presente. Come disse Aldous Huxley, “di fatto non c’è vita al di fuori dell’esperienza”. Onoriamo questa esperienza, e non solo la teoria o il concetto.

Chi io sono veramente
nessun inizio, solo Mutamento.
Lo Spirito si reincarna.
Nascere e vivere
l’incontro di rivelazione ed esperienza.
strato su strato di illusione.
Sono diventato io e ho dimenticato.
Ieri è stato e domani sarà – o così sembra.
Nessun ora.
C’è una marea,
Poi un oceano.
Al di sotto delle onde,
solo quiete.
La Madre.
Pura consapevolezza,
e ricordo chi sono.
L’Oceano si rimescola.
Solo Mutamento.

Qualcosa in più a proposito della Marea (e della Terapia Craniosacrale)

Vorrei esplorare i limiti estremi ai quali possiamo estendere il modello della terapia Craniosacrale, non solo come guarigione di un sintomo ma molto più profondamente come una pienezza di vita che trascende la medicina, per come generalmente la intendiamo.

Fino ad uno stato di condizione “ordinaria”, che è lo stato che rappresenta chi veramente noi siamo, molto più profondo della condizione affetta dalle patologie nella quale viviamo e che abbiamo accettato essere la nostra natura.

In realtà non è la nostra natura, ma piuttosto un accumulo di esperienze di vita non digerite.

Vorrei innanzitutto spendere alcune parole sui modelli: il Buddismo, il Cristianesimo, il Giudaismo, la Filosofia, la Psicologia ed anche la Terapia Craniosacrale sono tutti modelli. Non sono la cosa in sé o la sua essenza. Ognuno di essi è l'essenza solo quando diventa un'esperienza ad un livello profondo. Fino ad allora possiamo parlare solo di teorie, modelli, pensieri, opinioni, sogni, speranze o devozioni rispetto all'esperienza. Mi rendo conto che questa affermazione è piuttosto dogmatica, e io detesto i dogmi, perciò la modificherò aggiungendo *secondo l'opinione di molte persone il cui parere è rispettabile*.

Un altro dogma, che anche disdegno, e quindi aggiungo la stessa modifica, è che i livelli più profondi (parlerò più diffusamente di ciò altrove) non possiedono una forma e non sono soggetti all'intelletto, che, così come i pensieri e le emozioni, ed ovviamente il corpo, sono già forme. Potremmo chiamare tali livelli, lo Spirito, l'universale che entra nell'infinita ed individuale varietà di forme. Sono solito riferirmi a ciò come all'Intelligenza, l'Intelligenza in quanto differenziata dall'Intelletto personale, che è uno dei suoi prodotti.

Non confondiamo lo Spirito, espresso o emergente, che io vedo come assoluto, con l'Anima, che intendo come un altro prodotto dello Spirito infinito, e personale.

Entrare in contatto, divenire l'Intelligenza stessa, anche solo per un momento, è toccare ciò che genera la creazione e che può portare alla rinascita, nel presente, proprio ora, un ritorno ad una forma che può essere affrancata dall'accumulo di esperienze di vita invalidanti.

La medicina, in generale, può essere definita come lineare e Newtoniana, *tutto ciò che succede ha una causa definita e produce un determinato effetto (Capra)*. Vale a dire che il mondo è un meccanismo ad orologeria, il tic porta inesorabilmente al tac.

Negli ultimi trent'anni, nel mondo occidentale, un mutamento decisivo è stato quello di riconoscere che la natura è *inesorabilmente non-lineare (Stewart)*. Cosa significa? Secondo la mia interpretazione ciò significa che non possiamo utilizzare solo l'intelletto per razionalizzare sequenze di causa-effetto, o diagnosi-prognosi e rimedio, se vogliamo raggiungere livelli dell'essere che non siano quelli soggetti alle leggi che governano strutture relativamente semplici. Ciò significa che la struttura, la forma dell'essere umano potrebbero forse essere soggetti ad una interpretazione lineare, ma che gli aspetti Infiniti non lo possono essere.

Le formiche e le api possiedono un'intelligenza individuale, piuttosto trascurabile, ma possiedono una grande intelligenza di gruppo che permette loro di compiere imprese straordinarie.

Esistono leggi che governano il piccolo e leggi che governano il grande. Quando completiamo la dissezione delle cose ed arriviamo al punto dove “non c’è cosa”, abbiamo raggiunto qualcosa che è più grande di tutto: l’Intelligenza, l’Infinito.

Lo scontro dell’intelletto umano, che è piccola cosa, col significato del Grande, è un tentativo di separarsi dall’Infinito. Ciò è qualcosa di impossibile.

L’intelletto umano separato dall’Intelligenza stessa ha raggiunto il suo limite. Per andare oltre deve rinunciare alla separazione, lasciarla andare e diventare la causa di se stesso. Non c’è estrapolazione dall’Infinito.

Io sono la Marea.

La storia di Adamo ed Eva è la storia dell’ottenere l’individualità e perdere l’unità con l’Infinito.

E per noi, se siamo pronti ad accettare l’estrema e terrificante perdita della consapevolezza individuale, si apre la possibilità di divenire lo Spirito, l’Intelligenza, la Marea stessa. Ciò risulta terrificante perché, per definizione, non possiamo averne cognizione. C’è solo il vuoto, che non è un oggetto ma un’esperienza di assenza di oggetti, senza forma finché non rientriamo nella consapevolezza relativa. Naturalmente nel vuoto non c’è terrore. Il terrore si trova nel lasciare andare, nel tuffarsi dalla scogliera. Nel vuoto non c’è dolore, né piacere, né malessere, non c’è nessuna esperienza di vita che sia la causa di tali fenomeni.

C’è un’assenza di confini. Essi non sono ancora pervenuti ad una esistenza. C’è solo vuoto.

Se riusciamo a non pensare a questo viaggio come ad un percorso lineare, ma piuttosto ad un viaggio nella profondità di chi veramente noi siamo, allora possiamo osservare che la possibilità della riemersione al relativo porta con sé la possibilità di non portarci appresso la patologia, che deriva da una proiezione lineare, sia dal passato sia nel futuro.

Non credo nei miracoli. Credo che il trauma, di qualsivoglia natura, sia un accumulo di eventi passati o futuri. Al di sotto di ogni patologia, e di tutti gli eventi che conducono alla patologia, è presente la salute.

Lavoriamo perciò con la salute, che è il nucleo centrale, piuttosto che con la patologia, che si trova, in un certo senso, alla periferia.

Mike Boxhall RCST FCSTA

<http://theemptychairteachingfoundation.com/>

<http://www.stillness.co.uk/>

mboxhall@stillness.co.uk

traduzione di Laura Di Lernia

www.essereuno.com

eldiel@libero.it