



*The Empty Chair
Teaching Foundation*

hakusha
brescia
vivere naturale

essereuno

Mike Boxhall intervistato da Roger James RCST

Mike Boxhall ha superato da un pezzo gli ottant'anni, tuttavia "anziano" è l'ultimo aggettivo con il quale viene in mente di descriverlo. Trascorre circa tre settimane al mese in giro per il mondo, insegnando alle persone più disparate tra cui medici, monaci e avvocati.

Discorrendo seduti accanto al camino del suo cottage in pietra nel Sussex, abbiamo scoperto di condividere una linea di pensiero comune: entrambi crediamo nell'esistenza e nella potenza dello Spirito, ma anche nella persistente incapacità di poterlo definire, per la semplice ragione che è indefinibile. Mike, infatti, rifiuta il titolo d'insegnante, se per insegnante s'intende una persona che possiede un insieme logico di conoscenze e sia considerata un guru. Al massimo, afferma di poter creare quel genere di ambiente sicuro in cui le persone possono cedere allo Spirito e avere accesso alla vera saggezza.

Benché in questo momento non eserciti la professione di terapeuta, Mike sostiene apertamente quel lavoro craniosacrale che va oltre la patologia. I terapisti craniosacrali di questa scuola di pensiero non operano primariamente per guarire malattie e condizioni di mente e corpo, ma sono mediatori di un'apertura del sé verso lo Spirito. Ritiene vi siano due risposte al fatto che molte persone vengono da noi per guarire mente e corpo. La prima è che in molti casi ciò che sta dietro ad una spalla congelata o a un attacco d'ansia è il desiderio o la bramosia di qualcosa d'indefinibile all'interno di ciò che altrimenti sembrerebbe essere una vita tranquilla e soddisfacente. Inoltre, sospetta che con l'avanzare dell'età e con l'acquisizione di maggior saggezza da parte del terapeuta, i clienti affetti da dolori e malanni diminuiscono, mentre aumentano quelli che soffrono di affanni dell'anima.

Prima di arrivare qui, però, c'è stato tutto un passato, quello di giovane ex ufficiale dell'esercito all'inizio della carriera.

Il giovane Mike Boxhall fu chiamato sotto naia dopo aver lasciato Harrow e successivamente frequentò la Royal Military Academy a Sandhurst.

Citando le sue parole: "Dunque partii, e trovai una guerra". Si spostò nella Malesia Britannica, dove inizialmente lavorò come piantatore di gomma, ma i comunisti avviarono una rivolta contro il dominio britannico. "Pensai che sarebbe stato più sicuro indossare nuovamente l'uniforme, quindi mi unii alle forze di polizia locali. Diventai comandante di quelle che al tempo erano chiamate truppe indigene nella giungla. C'erano dieci ufficiali e 285 soldati. Per la maggior parte del tempo è stata una noia. Ci capitava di rimanere anche per dieci giorni in una palude, aspettando che succedesse qualcosa". Invece di combattere l'insurrezione, Mike trascorrevva metà del suo tempo vestendo l'uniforme in broccato dorato da vice commissario presso il commissariato di polizia di Singapore.

Dopo il suo ritorno nel Regno Unito, Mike lavorò per la Rank Organisation, società di distribuzione cinematografica all'estero e, in seguito, per un consorzio di aziende americane capitanate da 20th Century Fox. Quest'attività lo portò a tornare dapprima nella Malesia Britannica, poi in Africa orientale. "La parte migliore del mio lavoro consisteva nell'occuparmi - tutto speso - di avvenenti star del cinema che avevano deciso di trascorrere le vacanze in Africa orientale. Poteva anche accadere di sorvolare il Lago Vittoria per vedere migliaia di fenicotteri prendere il volo".

In seguito, quando si avviava verso la quarantina, si verificò un cambiamento radicale. Il lavoro diventava sempre meno soddisfacente. "Entra in una sorta di crisi di mezza età che durò, a periodi alterni, per circa dieci anni. Nel corso di questa crisi scoprii diverse terapie, sulle prime per colmare i miei bisogni. Poi pensai tra me e me: questo potrebbe non essere uno stile di vita malvagio. Seguii una formazione e divenni agopuntore, suppongo anche per via del mio rapporto col Sud -Est asiatico e l'Oriente e, in maniera superficiale, con alcune filosofie orientali".

Mike si formò anche come counselor.

Poi incontrò il lavoro craniosacrale. "Credo che capitò perché ero una persona piuttosto sensoriale. La psicoterapia a quei tempi mi sembrava qualcosa di estremamente incorporeo e avevo l'impressione che fosse in qualche modo incompleta. L'agopuntura era un tipo di contatto doloroso, per lo meno per come la praticavo io. Quando mi sono imbattuto nel craniosacrale, mi sono sentito a casa. Sembrava offrire quello che io volevo".

Si iscrisse quindi ad uno dei corsi di Franklyn, a Dartington. C'erano nove studenti e due assistenti.

Mike Boxhall a quel punto era già un uomo di mezza età che aveva incontrato il lavoro craniosacrale e si sentiva a casa propria. Fare il terapeuta non era una novità per lui. Nei dieci anni che precedettero il corso di Franklyn, aveva avviato con successo un proprio studio, dove riceveva una decina di clienti al giorno, cinque giorni alla settimana.

"A poco a poco disabituai i miei clienti all'agopuntura, che trovavano sempre meno dolorosa man mano che incrementavo l'uso del lavoro craniosacrale. In un certo senso per me non fu tanto difficile far decollare la mia attività di craniosacrale quanto può esserlo per gli operatori che partono da zero".

Non passò molto tempo prima che Mike cominciasse a insegnare. Al suo primo corso parteciparono quattordici dei suoi clienti. Il suo pensiero si sviluppò. "Mi fissai sempre più sulle quattro parole di Sutherland: Potete contare sulla marea. Trascorsi quindici o vent'anni a studiare quelle parole e le loro possibili implicazioni. Mi resi conto che esisteva un livello che non riusciva ad essere affrontato dal lavoro craniosacrale. In origine era un ramo dell'osteopatia alquanto influenzato, per quanto concerne Franklyn, da Polarity. Era una formula mente-corpo. Doveva necessariamente esserlo, se volevamo insegnarla. Lo Spirito era lì, ma non apertamente.

"Così, decisi di concentrarmi su questo aspetto - cioè espandere il contributo del lavoro craniosacrale aggiungendo un'altra dimensione - intenzionalmente anziché accidentalmente. Mi resi conto che non si può insegnare lo Spirito, perché se insegni devi possedere la cosa che stai per insegnare. Lo Spirito non è subordinato all'intelletto. È più una rivelazione di qualcosa che è sempre presente, ma che non riconosciamo fino a quando non lasciamo andare ciò che ci impedisce l'accesso all'Assoluto, in modo che esso possa rivelarsi.

Come ho già detto, non si può insegnare la spiritualità. Sono tuttavia convinto che si possano creare le condizioni di sicurezza all'interno delle quali essa possa rivelarsi. Non è qualcosa che si ottiene. È già lì. È un

livello dell'essere che esiste in tutti quanti, letteralmente tutti. La sua rivelazione dipende da quanto riusciamo ad abbandonare di ciò che ne impedisce l'accesso, vale a dire, naturalmente, l'ego.

“Io non voglio eliminare l'ego, ma voglio liberarmi di una parte del suo potere inabilitante.

Molti operatori lavorano a un livello molto profondo di se stessi e sono determinati a migliorare le condizioni per le quali il cliente si è presentato. Io invece suggerisco un lavoro che non lo fa. Stabilisce un collegamento con un livello del cliente, dove non vi è alcuna patologia. Il lavoro Craniosacrale nel suo aspetto più amorevole è un viaggio intrapreso da due o più persone verso un livello dell'essere dove non esiste patologia.

La patologia è presente in ognuno di noi e in tutti noi esiste un livello dell'essere, dove non ha ancora preso forma. È una forma accumulata e acquisita nel corso degli anni. Io la chiamo esperienze di vita non digerite. Esiste ancora dentro ciascuno di noi un territorio in cui le patologie non si sono formate, come del resto a un livello profondo esiste in tutti noi l'inizio del tempo.

Quando ancora ricevevo in studio, osservai che, con l'avanzare dell'età, le persone che venivano mi dicevano sempre più spesso: "Non c'è niente di particolare che non va. Sono felicemente sposato, ho dei figli, un buon lavoro, degli amici, quanto basta per vivere. Ma manca qualcosa". Questo mi puzza di mancanza di connessione con lo Spirito. C'è nostalgia, struggimento”.

Forse, dice Mike, devi avere una certa età perché le persone vengano da te in quel modo. “Ho scoperto che col passare del tempo la gente che si presentava per dolori e malanni era sempre meno. Alcuni venivano con malattie, ma alla fine capivo che soltanto quel disagio li aveva portati a varcare la porta d'ingresso. Penso che molto spesso il lavoro prenda una direzione completamente diversa”.

Mike crede che per i professionisti più anziani possa essere più facile lavorare in questo modo. “L'età ha i suoi vantaggi e porta un po' di saggezza”.

“Non c'è limite alle forme che lo Spirito può assumere. Ecco perché dico che lavorare con lo spirito non può essere un esercizio dell'intelletto. E, per di più, questo è il motivo per il quale affermo che il meglio che possiamo fare è offrire delle condizioni di sicurezza in cui esso possa rivelarsi.

Ciò che realizza le condizioni di sicurezza è la riabilitazione del principio femminile. Il mio insegnamento si basa su questo concetto. Il Craniosacrale è un buon modello per stabilire un contatto fisico tramite l'accrescimento del principio femminile. Il professionista lavora muovendosi dal livello di maggior profondità possibile. Stabilisce il collegamento con il cliente e si limita solo a spalancare le braccia per ricevere ciò che gli viene offerto, senza mai fermarsi ad analizzare o giudicare ciò che gli viene donato – riceve soltanto”.

“Il cliente è ascoltato e, come si suol dire, essere ascoltati significa essere guariti. Essere ascoltati profondamente significa essere guariti profondamente”.

Mike contrappone questo al principio maschile: “Una montagna da scalare, verso l'alto, inventiva, andare avanti, conoscere, pensare, analisi, l'intelletto. Il femminile è non sapere, ricevendo con braccia sempre più lunghe”.

Per Mike il tocco è solo simbolico – in altre parole toccare non significa palpare, per esempio, il fegato o i parietali per riequilibrarli. Il tocco, dice, simboleggia un collegamento, una sinergia tra professionista e cliente.

“Stabiliamo questo collegamento partendo da un luogo di meditazione profonda dentro di noi, nella speranza di poter toccare quel medesimo posto nel profondo del cliente, a prescindere dal fatto che egli ne sia consapevole a livello intellettuale. La sinergia - il campo energetico - è ciò che compie il lavoro.

“Oggi non pianifico mai quello che insegno. Sono coinvolto, oppure vengo coinvolto dai miei studenti, in qualunque forma l’insegnamento prenda di volta in volta.”

Mike insegna questo lavoro da oltre vent’anni e spesso si domanda come mai gruppi di persone da quasi tutto il mondo lo invitino a lavorare con loro. Molti di essi, ma non tutti, provengono da Paesi latini, Italia, Spagna e America latina, tutti luoghi che forse stanno tentando di colmare il vuoto lasciato dalla rimozione del trauma culturale e repressivo. La sua, dice, non è una filosofia che può essere letta nei libri, o per lo meno non lo è la sua applicazione concreta.

Parla di come trattare vecchi traumi. “L’obiettivo è espandere la consapevolezza al punto in cui mi accorgo di come, continuando a essere reattivo verso qualcosa che non esiste più, sto soffocando il mio potere. La persona che ha causato il trauma è morta ed io sono ancora in fase reattiva verso un periodo sfortunato, quando ero una vittima.

“Io offro una psicoterapia molto diversa – gran parte degli psicoterapeuti usa il corpo come concetto, ma non s’impegna corpo a corpo”.

Parlando delle sedute che conduce, Mike afferma di non essere molto interessato a ricevere complimenti per il suo insegnamento. Non è alla ricerca di seguaci né vuole essere un guru. “Sono molto più interessato quando dicono di aver vissuto un’esperienza proprio lì, nel corpo, che ha cambiato la loro vita; un risveglio, a volte doloroso, alla responsabilità”.ⁱ

I gruppi con cui lavora sono numerosi e svariati. Ha insegnato a un gruppo di giudici e autorevoli avvocati irlandesi, coinvolti nella mediazione a seguito degli scandali di abusi sui minori. Ha insegnato in monasteri e, altrove, ha lavorato con uomini d'affari, terapisti, medici e con gruppi di Costellazioni Familiari.

Quando abbiamo parlato, Mike stava per partire per Granada per lavorare con cinquanta medici di un’unità oncologica, interessati a lavorare con i malati terminali. Spera di sviluppare il lavoro per aiutare i pazienti affetti da demenza. “Il potenziale è enorme - li ricevi al livello in cui si trovano, invece di dire loro: "Perché non vai a guardare un po' di televisione, tesoro?"

Si sente debitore nei confronti di molte fonti: il buddismo, il cristianesimo, il taoismo – forse verso gli aspetti più esoterici di queste tradizioni, piuttosto che quelli dogmatici.

Mike riepiloga: “Io suggerisco ai professionisti di lavorare mettendosi più a nudo, senza la corazza della propria identificazione con l’ego. Basta essere ciò che si è in quel momento e ricevere i clienti come *loro* sono, forse per la prima volta nella loro vita. Questo atteggiamento opera una grande guarigione.”

ⁱ Commento a “Un risveglio, a volte doloroso, alla responsabilità”.

La frase usata da Mike per spiegare come le persone si risvegliano allo spirituale era così singolare che gli chiesi di spiegarla in maniera più completa. Questo è quanto ha detto:

“Questo concetto deriva dalla mia esperienza personale e da una notevole esperienza di osservazione dello sviluppo del processo negli altri.

“Noi accumuliamo esperienze di vita (sia piacevoli sia spiacevoli): ne digeriamo un po', mentre alcune rimangono sotto forma di contrazioni che non riusciamo a riconoscere o, più spesso, che preferiamo non riconoscere, cercando, più o meno con successo, di seppellirle, diventando così re-attivi a tali esperienze. Ci illudiamo di avere libero arbitrio, ma, in realtà, siamo reattivi agli schemi di adattamento che si sono instaurati dentro di noi.

Questi processi, fino a questo momento, sono inconsci.

“Quando le condizioni sono adeguate, può arrivare il momento in cui la consapevolezza di ciò che sta accadendo si espande; cominciamo così a renderci conto che “Ci sono già passato! Perché continuo a reagire in questo modo?” In questo momento la consapevolezza si è ampliata. L'aspetto doloroso è la consapevolezza che le cause del mio disagio, traumi, nevrosi, non ci sono più, ma che siamo noi stessi, a distanza di dieci, venti, trenta, settant'anni, insistiamo ancora, magari non proprio con entusiasmo, a trascinarci dietro sia quel bagaglio sia le nostre reazioni nei suoi confronti.

L'enorme conseguenza è che non siamo mai nel presente, almeno non pienamente. Le nostre reazioni sono in qualche modo pre-condizionate, e solo entrando pienamente nel presente possiamo essere veramente pro-attivi.

Attribuire colpe o persino desiderare vendetta, non è di alcun aiuto: questi stati consumano enormi energie ed entrambi sono dipendenti dal passato.

Essere pienamente nel presente significa essere liberi - solo questa è libertà - il resto è vittimismo.

Risvegliarsi al fatto che oggi io sto infliggendo a me stesso ciò che mi è accaduto in passato, è scioccante. Ma probabilmente è anche illuminazione”.

© Craniosacral Therapy Association of the UK. Used with permission

Prima pubblicazione: *The Fulcrum* Numero 60 Autunno 2013

Traduzione di Chiara Garioni