

## Dal Fare all'Essere: un'espansione della consapevolezza Un punto di vista sul Craniosacrale

Lasciar andare i limiti e i modelli

Mike Boxhall con Laura Di Lernia

Noi tutti ci appoggiamo alle spalle dei nostri predecessori. Se lo riconosciamo davvero, siamo in grado di elevarci, di espanderci ulteriormente. Solo però se possiamo evitare l'arroganza e il pensiero che *noi* abbiamo inventato o creato qualcosa. Non creiamo niente, l'espressione dell'universo è in continua espansione e noi, dal punto di vista di quelle spalle che ci sorreggono, esprimiamo tale espansione in risonanza con il tempo, il luogo e lo spazio, l'eredità genetica, lo sviluppo personale e le influenze sociali che ci connotano temporaneamente. Noi siamo l'universo che esprime se stesso, esprimiamo l'universo nella pratica. Come un aquilone con il suo cavo, dobbiamo rimanere con una messa a terra per volare più in alto. I Taoisti parlano dell'essere umano come di un ponte tra il Cielo e la Terra - forse il cavo dell'aquilone evoca un concetto simile.

Per realizzare ciò dobbiamo mollare molto o tutto di quell'astrazione che chiamiamo *me*. Quel separato, ego-ico me, che deve fare in modo che la rivelazione dell'Universo corrisponda al suo livello di comprensione. La Creazione (cioè il nuovo) avviene quando la pro-attività della presenza totale sostituisce, seppur momentaneamente, la reattività del sapere già.

Per accedere a livelli più profondi o più alti dobbiamo rinunciare anche alla forma dei nostri moduli e metodi e, stando sulle spalle dei nostri insegnanti, andare oltre. Questo è il grande rispetto che possiamo riconoscer loro per il lavoro che hanno fatto con noi. Limitare l'espansione di queste forme è invitare la stasi e la morte.

William Sutherland, uno dei fondatori dell'Osteopatia e un grande visionario - certamente all'avanguardia per il suo tempo - ha percepito dei ritmi nel corpo, che chiamò maree. La marea lunga, 150 anni fa, o giù di lì, era quasi alla soglia della palpabilità. Ora, gli studenti del primo anno - o anche chi non è studente per niente - avvertono subito, in alcuni casi, quello che altri, con l'esperienza del settore, riconoscono come la marea lunga. È sempre stato così. Il modello della risonanza morfica, che Rupert Sheldrake propone è molto chiaro su questo punto. Altri ne hanno parlato chiamandola Intelligenza Universale.

Altrettanto chiaro, sebbene ciò non significhi la Verità, è che un percorso a livelli più alti - e non ho mai detto e mai dirò, migliori - potrebbe essere un rinnovato potenziamento del principio femminile. Il che non significa liberarci del principio maschile; non potremmo, giacché necessiterebbe in assoluto di una spinta mascolina, e non avrebbe alcun senso... Abbiamo magari bisogno di un po' dell'altra faccia del maschile, il lato che rinuncia a sbarazzarsi delle cose che toglie alla sua posizione dominante. Forse quest'aspetto, tra i più utili, potrebbe fornire la motivazione e le condizioni in cui il femminile può rifiorire. La fine della sofferenza verrà dall'equilibrio dei due principi, in una pratica unita dall'uguaglianza e dalla differenza. Devono esserci entrambe. Io credo che ci sia un posto per il maschile a difesa del femminile (in particolare nel 21° secolo, dove è ancora così brutalmente soggiogato), piuttosto che in una continua esaltazione di se stesso. Forse deve essere sempre così, che il maschile spinge verso nuovi territori o ne recupera di vecchi e il femminile riceve e conserva a tempo debito.

Amerei veramente che ci potessimo avvicinare direttamente con l'aspetto del femminile per testimoniare semplicemente quello che emerge, senza giudizi di alcun tipo. Se potessimo imparare meglio ad ascoltare - non a dire - e a ricevere senza giudizio, senza analisi, rimedi e soluzioni la *storia* arriverebbe a essere raccontata in modo più pieno.

Ascoltiamo il corpo, in cui tutta la storia risiede. Tutte le nostre facoltà percettive sono nel corpo, non "là fuori", da qualche parte. E dopo aver ascoltato, non dobbiamo far altro che ascoltare un po'

di più, per una rivelazione più profonda della storia che è “udita” (interiormente), forse per la prima volta. Sentita per la prima volta dall’operatore, sì, certo, ma in molti casi “udita” per la prima volta dal cliente, che l’ha sepolta nel suo profondo. Questa rivelazione, facendo il suo ingresso nella consapevolezza è magnificamente potenziata, e non resta niente da dire al cliente sul da farsi. Il lavoro fa il lavoro. L’Intelligenza parla. Siate quieti e sappiate!

La Craniosacrale è un bel modello di approccio al corpo, e lo è semplicemente nell’ascolto del dispiegarsi della sua *storia*. Restando nel pieno ascolto, non cercando di aggiustare, fino al rivelarsi di quel livello dell’essere dove non vi è alcuna patologia e la sofferenza non ha mai preso forma.

Il viaggio è nel cuore, un viaggio senza conclusione, solo una presa di coscienza in espansione della nostra vera natura.

Il salto monumentale che deve essere fatto non è crederci, ma fidarsi! Basta fidarsi e Ascoltare.

### **Come sono giunto a quest’approccio senza mappe e alla benedizione dell’insicurezza**

Circa 40 anni fa, uscendo da una crisi di mezza età, che è una storia a se ma anche parte del compost di esperienze, cominciai con il diventare un terapeuta, formandomi e poi praticando prima come counselor/ psicoterapeuta, quindi come agopuntore, poi come operatore craniosacrale.

Mi muovevo gradualmente verso il corpo, scoprendo via via che i livelli apparentemente di **superficie** contengono l’**interiore** e che tutto ciò che è più intimo non è separato dalla forma esterna.

Ho scoperto che la scissione cartesiana mente/corpo si è imposta ed è stata validata solo dal punto di vista di un intelletto già scisso o disincarnato. Ho sperimentato che le verità di tanti generi sono vere in un contesto, e non necessariamente in altri. Questo è stato un grande passo per me e mi ha reso un po’ più tollerante. “Se solo avessi potuto sapere a vent’anni quello che so adesso a ottant’anni e rotti!” è un’espressione di quel pensiero.

Dopo diversi tentativi d’immersione nell’oceano dell’esperienza chiamato insegnamento, in cui felicemente per anni ho promosso corsi avanzati di Craniosacrale per professionisti, a poco a poco si rese chiaro, in primo luogo per i miei allievi, come non stessi insegnando tecnica alcuna. Quello che stava nascendo in quella pratica congiunta, perché questo era diventata, era un’esplorazione dell’incarnazione dello Spirito.

Ho scoperto che la trasformazione non viene dall’intraprendere una guerra contro l’insicurezza, che serve solo ad alimentarla, piuttosto dall’accettarla come una benedizione che ci tiene sempre nel presente, intimo ed eterno. Solo nel presente possiamo essere veramente proattivi: essere qualcosa di diverso da questo nel presente significa essere reattivi. Essere costantemente nel presente è essere veramente vivi.

Circa venti anni fa, ho sentito dire da Franklyn Sills, un detto di Sutherland, che affermava, discutendo dei vari ritmi del corpo non connessi con i ritmi fisici di cuore e polmoni, ma comunque percepibili: “Puoi fare affidamento sulla marea.”

Una volta colto quello che pensavo volesse dire ho trascorso gli ultimi quindici, venti o più anni, studiando e esplorando proprio queste cinque parole e le implicazioni dell’esistenza di un’Intelligenza, non soggetta all’intelletto. Continuo ora con altri a lavorare con queste implicazioni. Non solo nel campo del lavoro sul corpo, di un tipo o di un altro, ma esteso alla vita, per come la viviamo.

È tempo che prendiamo le distanze da Cartesio. Non per respingere il suo enorme contributo al pensiero occidentale, ma in direzione di un’Intelligenza più integrata di quanto l’Intelletto separato permetta.

C’è forse una forma di spirale in azione. Prima c’è stata l’intelligenza cieca, poi c’è stato un intelletto limitato e con il paraocchi, ora ci può essere un’intelligenza risvegliata e conscia.

<https://www.facebook.com/lauraessereuno/>

<http://www.stillness.co.uk/> - <http://www.theemptychairteachingfoundation.com/>