

Io chi sono?

di Laura Di Lernia

Sai davvero chi sei? Ti senti davvero libero o ti senti condizionato dalle esperienze dolorose del passato o dalle preoccupazioni per il futuro? Il tuo passato, le ferite, i traumi ti impediscono di sentirti al sicuro e di sentire appartenenza, di sentirti vivo e connesso con te stesso e con gli altri?

A partire dal grembo materno riceviamo una quantità immensa di impressioni dall'ambiente e tali impressioni provocano sensazioni ed emozioni che rimangono inscritte nel nostro corpo.

Quello che sei e che esprimi ora è il risultato di tutto ciò che hai appreso, in modo consapevole o inconsapevole e che ti impedisce di essere realmente te stesso.

Grazie alla Biodinamica Craniosacrale puoi ritrovare chi sei veramente.

Il principio della Biodinamica Craniosacrale è che in ogni organismo vivente è presente una profonda Saggezza, un'Intelligenza universale che lo ha generato e che continua a manifestarsi anche nelle condizioni più difficili e dolorose.

La Biodinamica Craniosacrale ti permette di entrare in contatto con questa Intelligenza, con questo luogo di integrità ed interezza, di Salute che potrai percepire come una profonda Quietè.

In una sessione di Biodinamica Craniosacrale l'operatore, attraverso un contatto corporeo dolce e delicato, ti sostiene nell'entrare in contatto con questo luogo di Quietè e Salute.

Siamo esseri di relazione e la guarigione avviene in relazione e attraverso il corpo.

In una relazione sicura che forse non hai mai sperimentato, puoi permetterti di lasciare andare vecchi schemi che ti impediscono di essere te stesso, libero e pienamente vitale.

Questa relazione sicura implica che l'operatore ascolti con una presenza totale dal cuore e lasci che l'Intelligenza che ti abita si esprima pienamente, senza dirigerla, senza voler utilizzare l'intelletto per "aggiustare" qualcosa.

Il tuo corpo "sa" ed è tutto ciò che è presente nel qui ed ora, perciò se lasci che la mente si faccia da parte puoi ritrovare la tua interezza.

Puoi sentire ed accogliere la Vita che si esprime in te e finalmente sentirti libero.

Questo implica il coraggio di abbandonare ciò che sai o pensi di sapere di te stesso, di compiere un salto nell'ignoto per accedere alla fiducia in te stesso e nell'esistenza e all'amore per te stesso.

Potrai riconoscere che anche la tua ferita è un passaggio verso la guarigione, potrai trovare nella vulnerabilità e nell'insicurezza che attraverserai in questo passaggio il tuo potere personale.

Questa condizione di fiducia e libertà non si ottiene sforzandosi duramente o lottando contro te stesso, ma con l'aprirsi alla Rivelazione che sei già ciò che cerchi.

Mike Boxhall ha definito così la Biodinamica Craniosacrale: "nel suo aspetto più delicato è un viaggio, intrapreso con l'altro, verso quel livello dell'essere dove non c'è patologia".

E' una pratica congiunta tra l'operatore ed il ricevente e si svolge attraverso un ascolto dal Cuore.

Un ascolto di te stesso e dell'altro, un pieno ascolto senza giudizio, senza la pretesa di voler cambiare o migliorare qualcosa.

Questo Ascolto è la piena espressione del principio femminile, dell'accoglienza, dell'accettazione, della fiducia e dell'amore incondizionato.

Ascoltare ed ascoltarti, e la rivelazione che ne consegue, è un'esperienza trasformativa di grande potenza, un'esperienza di guarigione non solo personale ma collettiva, dell'intera comunità degli esseri umani.

E' ciò che io chiamo "il lavoro dell'essere un essere umano".

Siamo tutti UNO e questa è la mia offerta.

Laura Di Lernia