

"La danza della vita lungo la linea mediana"

di Vanna Viezzoli

Tutor: dott.ssa Leonarda Majaron



*Anno Accademico 2009-2011
Scuola di formazione Craniosacrale Biodinamico*

Indice

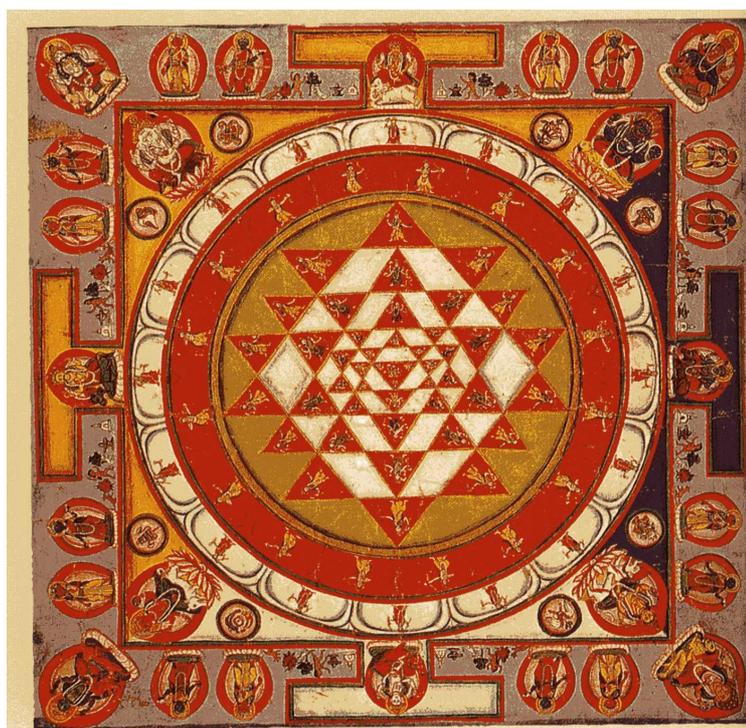
Prefazione	pag. 1
La Linea Mediana	pag. 7
Origini embriologiche della Linea Mediana	pag. 7
Fisiologia yoga	pag. 10
Parallelismi convergenti	pag. 11
Core Link	pag. 17
Anatomia del SNC	pag. 19
Polarità nell'embriologia	pag. 20
Sviluppo embriologico del SNC	pag. 22
Descrizione di un caso e considerazioni conclusive	pag. 24
Conclusione	pag. 25

In copertina: Isola di Iona, Scozia

Prefazione

D'improvviso fui assolutamente certa di una cosa: la magia non è soltanto qualcosa che fai, ma anche qualcosa che l'universo fa insieme a te. E' il nostro rapporto con il divino. Non c'è niente di più magico della presenza del sacro nella nostra vita. Cambia ogni cosa. E' straordinaria, è magnifica e sfugge ai vincoli e ai limiti della nostra quotidianità. La magia è l'arte di vivere una vita creativa, benedetta dalla presenza divina. Non è qualcosa che facciamo all'universo; è ciò che l'universo vivo fa con noi, una volta che ci siamo resi conto della sua divinità. E' la danza sacra che condividiamo. E' gioiosa, erotica, estatica, e quando avviene le rose fioriscono nella neve di dicembre, le farfalle si posano sugli alberi del Costarica e gli innamorati si ritrovano attraverso il fiume del tempo. Pensai a quegli ultimi anni e al mio bisogno d'amore. Le persone sanno istintivamente che quando si innamorano il mondo diviene pieno di magia. Ciò che non sanno è che quando scopriamo che l'universo è pieno di magia ci innamoriamo del mondo. (Phyllis Currott - Il sentiero della dea)

.....ci innamoriamo del mondo.



Shri Yantra

Giovedì 17 febbraio 2011.

Mattino, sono in silenzio, in ascolto. Mi ricordo di questo passo di Phyllis Curott letto anni fa, ed avviene in me una scintilla di entusiasmo perché percepisco in questi concetti il tema che mi piace sviluppare a conclusione di questo primo percorso di formazione in biodinamica craniosacrale.

Mi sembra in questo momento di voler gettare in un enorme pentolone tante e tante cose che ho avuto modo di sperimentare e di conoscere negli ultimi vent'anni, accendere un bel fuoco, mescolare, trasmutare, e mi piacerebbe vederne uscire una sintesi in ulteriore possibilità di cambiamento.

Nel mio vissuto, cosa lega la biodinamica craniosacrale alla scienza dello *Yoga*, al *Tai Chi*, alla danza, al *Reiki*, alle vibrazioni dei *Mantra*, alla musica, alla natura, alle persone, ai Meastri, all'impegno che mettiamo nel percorrere la vita da incarnati su questo Pianeta, alla Vita stessa?

Mi sento colma di gioia nell'osservare questo processo che non so assolutamente dove mi porterà nel dettaglio. Desidero semplicemente seguire un flusso dato dagli input che posso ricevere in quei momenti di silenzio e di ascolto della mia parte saggia, del mio maestro interiore, quella voce che mi parla ma non sempre è sentita o ascoltata con la giusta considerazione e devozione.



Shiva Nataraja

*La stessa corrente di vita che scorre nelle mie vene,
notte e giorno scorre per il mondo e danza in ritmica misura
è la stessa vita che germoglia gioiosa attraverso la polvere negli infiniti fili dell'erba
e prorompe in onde tumultuose di foglie e di fiori
è la stessa vita che viene cullata
nella culla oceanica di nascita e morte
nel flusso e riflusso della marea
sento le mie membra diventare splendide
al tocco di questo mondo pieno di vita.
E il mio orgoglio viene dall'eternità
Che danza nel mio sangue in questo istante.
(Tagore)*

Mercoledì 6 aprile 2011 – Tromsø - Norvegia – 70° N

Nel cielo artico notturno, buio, punteggiato di stelle, in una fascia di terra sull'isola di Tromsø compresa tra una collina ed il mare, appare all'improvviso una debole striatura di un chiarore luminoso. Potrebbe alle prime sembrare una lieve nube illuminata da una luna che non c'è. In pochi secondi la striatura si fa più intensa ed inizia la sua danza nello spazio. Dove? A pochi chilometri dalla terra o più lontano? La mia percezione non è capace di capirlo.

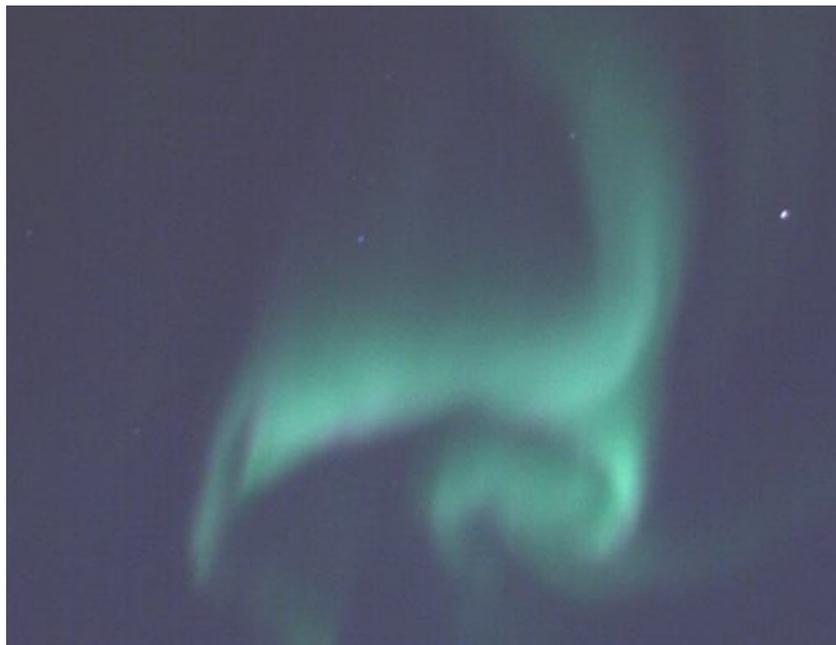
"Abilità fluida al lavoro".

In alcune aree si addensa, diventa bianca abbagliante, si amplia, appare verde fluorescente, come un rigagnolo d'acqua trascinato dal flusso della marea su una spiaggia sabbiosa. Certi punti di addensamento iniziano a ripiegarsi su loro stessi, il verde fluo accoglie striature viola e rosa. Vibra, canta, rilascia una cascata che sembra una tenda trasparente come sipario di questo magico spettacolo cosmico. Occhi all'insù, roteando su me stessa e vedere apparire, modificarsi e scomparire questa meraviglia da dietro la collina giù verso il mare. Musica silenziosa per gli occhi e per il cuore, dimensione fluttuante, fluida, irripetibile. Poi tutto ritorna buio, aspetta, è un'attesa colma di emozione e di aspettativa di una nuova esperienza. E di nuovo, dal nulla, dall'oscurità, inizia lieve, e si espande, come un invisibile pennello che tratteggia sulla tela nera tratti di luce brillante e fluida.

"Luce fluida"

E disegna ora un semicerchio, una larga coppa, il verde si addensa, si espande, in pochi secondi tutto il cielo è striato, fluttua, correnti celesti trasportano questa luminosità fluida a spasso nel buio della notte. Dall'altro lato le stelle sembrano stare ad osservare anch'esse questi movimenti, spettatrici cosmiche di eventi magici. Non c'è più tempo, solo rapimento. La corrente sembra addensarsi, rotea su se stessa, forma cerchi e curve, sembra di vedere un Tao che vuole ricordare ancora una volta che oltre il bianco ed il nero esiste l'integrazione e la compassione. Compassione è immergersi nel flusso dell'aurora boreale, è tuffarsi nell'andare e venire incessante di pensieri e guardarli per ciò che effettivamente sono, entrare nella potenza dei fluidi dei nostri corpi sottili, *nel Breath of Life*, nel chiudere gli occhi ed osservare i colori e le forme che come aurore fluttuano nel nostro spazio interiore. Con *pathos* con le forze che ci appartengono e ci sostengono.

"E' facile, ma difficile" come amava ripetere R. Panikar, filosofo e teologo indospagnolo contemporaneo. Bisogna dare la disponibilità (uscire al freddo), alzare gli occhi al cielo, aspettare, con calma e fiducia. Mentre si aspetta fare attenzione ai piedi, che si appoggino bene a terra, sul ghiaccio si può scivolare, respirare a fondo, e dimostrare un'enorme gratitudine per aver avuto la possibilità unica e rara di aver incontrato un'esperienza così ricca, viva, profonda, un contatto così tangibile con la forza fluttuante dell'universo, con questa luce fluida cosmica, che è dentro ciascuno di noi.



Aurora boreale a Tromsø

*La nostra paura più profonda non è quella di essere inadeguati.
La nostra paura più grande è che noi siamo potenti al di là di ogni misura.
E' la nostra luce, non il nostro buio, ciò che ci spaventa.
Ci domandiamo. "Chi sono io per essere brillante, magnifico, pieno di talento,
favoloso?"
In realtà, chi sei tu per non esserlo?
Tu sei un figlio dell'Universo.
Il tuo giocare a sminuirti non serve al mondo.
Non c'è nulla di illuminato nel rimpicciolirti in modo che gli altri non si sentano
insicuri intorno a noi.
Noi siamo fatti per risplendere come fanno i bambini.
Noi siamo fatti per rendere manifesta la gloria dell'Universo che è in noi.
Non solo in alcuni di noi, è in ognuno di noi.
E quando permettiamo alla nostra luce di risplendere, noi, inconsciamente,
diamo alle altre persone il permesso di fare la stessa cosa.
Quando ci liberiamo dalle nostre paure, la nostra presenza automaticamente libera
gli altri. (Nelson Mandela)*

Lunedì 18 luglio 2011

C'è stato, al mio primo approccio al percorso di biodinamica craniosacrale, un'attrazione verso questa disciplina che sento molto affine ed in sintonia con i principi dello yoga.

Ritengo che tutto quanto proviene dall'antica conoscenza che i *Rishi* di migliaia di anni fa hanno ricevuto da una fonte superiore e trasmesso dapprima oralmente e successivamente raccolto in scritti che parzialmente sono arrivati ad nostri giorni. La realtà che ci circonda, la Verità alla quale apparteniamo può prendere diversi nomi, può esprimersi in correnti filosofiche differenti, ma i principi espressi rimangono gli stessi.

Il grande mistero dell'inizio della vita, che si tratti della creazione del cosmo o del concepimento di un essere umano o dello sviluppo di un seme vegetale, rimane avvolto in un alone di impenetrabilità per la funzione della nostra mente.

"Il Tao di cui si può parlare non è l'eterno Tao, il nome che si può pronunciare non è l'eterno nome. Senza nome è l'origine del Cielo e della Terra. Con un nome è la Madre di innumerevoli creature." inizia il *Tao Te Ching*, la Regola Celeste di Lao Tze.

"In principio era il Verbo, e il Verbo era presso Dio, e il Verbo era Dio." (Vangelo di S. Giovanni)

"Questo suono è l'imperituro Brahman (principio universale che tutto comprende e tutto permea), è il cosmo. Tutto ciò che era, che è e che sarà è OM e allo stesso tempo OM è tutto ciò che è al di là di passato presente e futuro. L'intero mondo esterno è Brahman, e lo è anche il nostro IO interiore. Questo IO è tutt'uno con OM."

(Upanishad)

Il Nome, il Verbo, la vibrazione dell'OM, ci riconducono all'idea per noi impenetrabile di quella che nella biodinamica craniosacrale viene definita la quiete dinamica dalla quale tutto si dipana e si sviluppa nella nostra realtà manifesta.

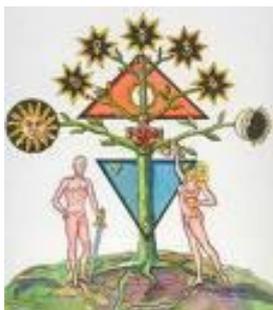


Il rapporto tra materia ed energia è stato definito anche in ambito scientifico dall'equazione di A. Einstein $E=mc^2$, e dalla sua Teoria del campo unificato, dove viene chiarito che tutto ciò che esiste è espressione di un'unica energia che si esprime in diversificate manifestazioni. La materia è in stretto rapporto con l'energia tramite il quadrato della velocità della luce.

"Ritengo che il senso religioso cosmico costituisca il più forte e il più nobile stimolo alla ricerca scientifica." (Albert Einstein)

La Linea Mediana

Il mio interesse si rivolge all'immagine della linea mediana in quanto archetipo di asse di connessione tra due polarità, che troviamo espressa nell'immagine dell'*Axix Mundi*, della Montagna Sacra, dell'Albero, del Caduceo, della Croce, immagini comuni a tantissime tradizioni e fortemente presenti nei miti, nelle raffigurazioni grafiche e plastiche da che mondo è mondo.



Albero della conoscenza



Chakra e caduceo



Albero Sefirotico



Caduceo

L'asse di orientamento della linea mediana ed i fulcri naturali che provengono da essa costituiscono l'elemento al quale fare riferimento nella ricerca dell'equilibrio di tutte le funzioni corporee. La possibilità di "sintonizzarci" sulla linea mediana facilita un riallineamento di tutto il sistema, tessuti, organi e cellule al principio universale di ordine ed equilibrio data dal *Breath of Life*.

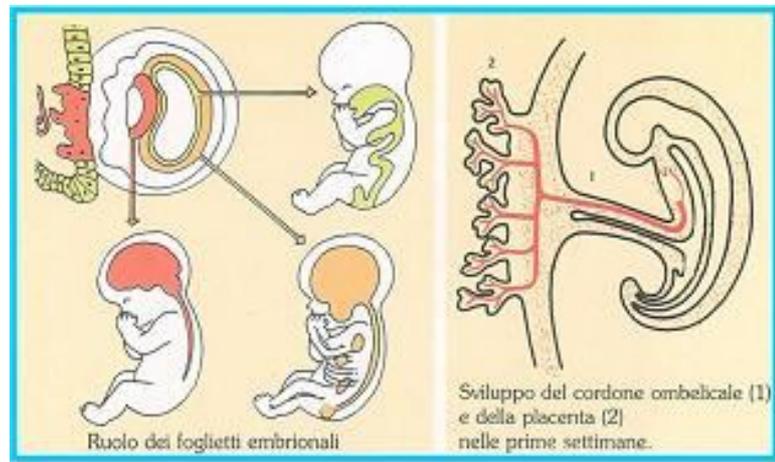
L'impronta della notocorda embrionale rimane come matrice, punto di riferimento ed orientamento per tutte le strutture durante la fase della gastrulazione .

Origini embriologiche della Linea Mediana

Il periodo embrionale che si avvia alla terza settimana (inizio del processo di *gastrulazione*) con la comparsa della linea primitiva come gastrula e continua fino alla fine del secondo mese con il processo dell'organogenesi costituisce il periodo di costruzione dell'intero piano corporeo dell'organismo. Intorno alla linea primitiva i tre foglietti embrionali dell'ectoderma, mesoderma ed endoderma si strutturano a formare il primo abbozzo di ciò che diventerà struttura, tessuto, organo, e la caratterizzazione specifica di ciascun individuo.

Schematizzando di molto, in quanto la differenziazione reale avviene in termini di qualità e di principio piuttosto che secondo una schematizzazione di tipo scientifico occidentale, dall'endoderma si formeranno l'apparato respiratorio, digerente ed urinario parzialmente, dal mesoderma l'apparato scheletrico, muscolare,

cardiovascolare, linfatico e urinario parzialmente, dall'ectoderma l'apparato tegumentario, sistema nervoso centrale e periferico, apparato dei sensi e organi di percezione, il sistema endocrino.



Avviene in questo periodo la seconda ignizione del processo dell'incarnarsi dell'essere umano, l'ignizione del cuore, che segue la prima del concepimento e precede la successiva della nascita. Nel processo di ignizione del concepimento all'interno dell'uovo fecondato viene definito il piano dettagliato di sviluppo di tutto l'essere umano. All'ignizione del cuore alla quarta settimana dello sviluppo embrionale il cuore lascia la sua posizione periferica al di sopra del cervello per posizionarsi al centro della cassa toracica e rimanervi come fulcro energetico dell'essere umano. All'ignizione della nascita i fluidi all'interno del feto si potenziano focalizzandosi nell'area del terzo ventricolo del cervello e nell'area dell'ombelico.

Il processo della nascita ci riconduce necessariamente alla polarità opposta che è quella della morte. Di fatto più che considerare queste due realtà come due processi opposti, possiamo vederle come due stazioni di passaggio che attraversiamo per accedere a nuove esperienze di vita in forma ora incarnata ora non, nel cerchio della vita.

II° SETTIMANA	III° SETTIMANA	
<p>Rapido accrescimento e differenziazione del trofoblasto.</p> <p>Questi processi avvengono mentre la blastocisti completa il suo impianto nell'endometrio. I vari cambiamenti dell'endometrio, che derivano dall'adattamento di questi tessuti all'impianto, sono noti come reazione deciduale. Contemporaneamente si forma il <i>sacco vitellino primario</i> ed origina il mesoderma extraembrionale dall'endoderma del sacco vitellino. Il celo extraembrionale si origina dagli spazi che si formano nel mesoderma extraembrionale. Il <i>mesoderma extraembrionale</i> successivamente diviene la cavità corionica. Il sacco vitellino primario diviene più piccolo e sparisce gradualmente, mentre si sviluppa il sacco vitellino secondario o definitivo. Mentre avvengono questi cambiamenti:</p> <p>> appare la cavità amniotica, come uno spazio tra il citotrofoblasto e la massa cellulare interna o embrioblasto;</p> <p>> la massa cellulare interna si differenzia in un disco embrionale bilaminare, costituito di <i>epiblasto</i>, in rapporto con la cavità amniotica, ed <i>ipoblasto</i>, adiacente alla cavità della blastocisti.</p> <p>> la piastra precordale si sviluppa come un ispessimento localizzato dell'ipoblasto (endoderma primario), che indica la futura regione craniale dell'embrione e la futura sede della bocca. La piastra precordale è anche un importante organizzatore della regione della testa.</p>	<p>Cambiamenti fondamentali avvengono nell'embrione quando il disco embrionale bi laminare si trasforma in disco embrionale trilaminare durante la GASTRULAZIONE. Questi cambiamenti hanno inizio con la comparsa della linea primitiva.</p> <p>LINEA PRIMITIVA</p> <p>Appare all'inizio della 3^a settimana come un ispessimento localizzato dell'epiblasto nell'estremità caudale del disco embrionale. La linea primitiva si origina dalla migrazione di cellule epiblastiche verso il piano mediano del disco embrionale. L'invaginazione delle cellule epiblastiche dalla linea primitiva dà origine a cellule mesenchimali che migrano ventralmente, medialmente e cranialmente tra l'epiblasto e l'ipoblasto. Appena la linea primitiva incomincia a produrre cellule mesenchimali, l'epiblasto viene nominato ectoderma embrionale. Alcune cellule dell'epiblasto spostano l'ipoblasto e formano l'endoderma embrionale.</p> <p>Le cellule mesenchimali prodotte dalla linea primitiva si organizzano subito a formare il terzo foglietto, il mesoderma intraembrionale.</p> <p>Cellule del mesoderma intraembrionale migrano ai bordi del disco embrionale, dove si congiungono con il mesoderma extraembrionale che copre l'amnios ed il sacco vitellino. Entro la fine della 3^a settimana il mesoderma è disposto tra ectoderma ed endoderma ovunque <i>eccetto che a livello della membrana buccofaringea, nel piano mediano occupato dalla nota corda e nella membrana cloacale.</i></p> <p>NOTOCORDA</p> <p>All'inizio della 3^a settimana, le cellule mesenchimali che si originano dalla linea primitiva formano il processo notocordale che si estende cranialmente dal nodo primitivo come una bacchetta di cellule tra l'ectoderma e l'endoderma embrionali.</p> <p>TUBO NEURALE</p> <p>La <i>piastra neurale</i> appare come un ispessimento dell'ectoderma embrionale, cranialmente al nodo primitivo.</p>	<p>La formazione della piastra neurale è indotta dalla notocorda in sviluppo. Nella piastra neurale si sviluppa un solco (doccia) neurale longitudinale, fiancheggiato dalle <i>pliche neurali</i>. Il tubo neurale, il primo abbozzo del SNC, si forma dalla fusione delle pliche. <i>Il processo di formazione della piastra neurale e la sua invaginazione</i> a formare il tubo neurale è chiamato neurulazione.</p> <p>CRESTA NEURALE</p> <p>Mentre le pliche si fondono formando il tubo neurale, le cellule del neuroectoderma migrano dorsalmente a formare una cresta neurale tra l'ectoderma e il tubo neurale. <i>La cresta neurale si divide per formare due masse cellulari che danno origine ai gangli sensoriali dei nervi cranici e spinali.</i></p> <p>Altre cellule delle creste neurali migrano dal tubo neurale e danno origine ad altre strutture come ad esempio la <i>retina</i>.</p> <p>SOMITI</p> <p>Il mesoderma su ciascun lato della notocorda si ispessisce formando due colonne longitudinali di mesoderma parassiale. La suddivisione di queste due colonne parassiali in coppie di somiti, inizia cranialmente dalla fine della 3^a settimana. I somiti sono degli aggregati compatti di cellule mesenchimali dai quali le cellule migrano per dare origine alle vertebre, alle costole ed alla muscolatura assiale. <i>Durante la 3^a settimana il numero dei somiti presenti è un indicatore dell'età dell'embrione.</i></p> <p>CELOMA INTRAEMBRIONALE</p> <p>Il celoma (la cavità del corpo) intraembrionale si origina come spazi isolati o vescicole nel mesoderma laterale e nel mesoderma cardiogenico. Le vescicole celomatiche successivamente confluiscono formando una singola cavità a forma di ferro di cavallo, che infine dà origine alle cavità del corpo, come ad esempio la cavità peritoneale.</p>

"Nascita e morte vanno di pari passo nel ciclo eterno della vita" (Sri Anandamayi Ma)

"La morte non è la fine della vita. La vita è un processo che non ha fine. La morte è soltanto un passaggio fenomenico e necessario. La dissoluzione del corpo non è diversa dal sonno. Proprio come un uomo dorme e poi si risveglia, così deve essere considerata la nascita e la morte. La morte è come il sonno, la nascita è come il risveglio" (Sw. Sivananda)

"Ruota l'uomo su se stesso, con le sue miriadi di atomi e cellule. Ruota l'universo, con tutti i suoi pianeti e le sue stelle. Ogni singola cosa ruota in una danza armonica, guidati da Te, l'Altissimo, la cui mano sorregge sempre e ovunque il tutto. Con mille nomi, altrettanti volti ed energie sei conosciuto, invocato, amato. Noi forse dormiamo e sogniamo, cullati dalla gioia o dal dolore, senza accorgerci che Tu, in egual misura, ti doni a tutti noi.... In questa danza della vita, non possiamo comprendere il mistero dell'esistenza terrena. Soltanto al "matrimonio col Lui" potremo capire, ma non saremo pronti. I "se" e i "ma" ci avranno forse distolto dall'amore dell'Amato. Allora, come dice Rumi, beviamo il sacro vino e inebriamoci fintanto che l'Oste versa il Suo vino migliore nella nostra coppa, senza chiederci nulla, assaporando insieme, in questa danza cosmica, il Suo infinito amore."
(Mario Attombri)

Fisiologia yoga.

In quanto praticante di yoga il mio interesse si rivolge al concetto di *Prana* come energia cosmica ed al sistema dei *Chakra* in connessione con le forze dell'Universo e la nostra struttura di esseri viventi.

Tutto ciò che esiste è costituito da *Prana*, macrocosmo e microcosmo, ed è sostegno di tutta la vita. Dall'energia cosmica onnipervadente – *Mahaprana* – attingiamo attraverso il respiro il *Prana* che sostiene i nostri corpi e che in esso si differenzia nei 5 *Vayu* che svolgono funzioni specifiche. *Prana* può essere inteso come energia multidimensionale elettrica, magnetica, elettromagnetica, fotonica, ottica, termica, mentale, che assume densità diverse. *Prana* costituisce l'aspetto attivo della manifestazione, l'energia vitale (*Shakti*) inscindibile dall'aspetto stabile ed immobile del principio coscienziale (*Shiva*).

Nel *Vedanta* questi due aspetti sono conosciuti come *Purusha* (coscienza) e *Prakriti* (energia). *Purusha* deve agire insieme a *Prakriti*, senza *Prana* la coscienza è incapace di creare.

Pranomayakosha, corpo pranico, di luce, eterico o bioplasmico, è costituito da migliaia di *nadi* che conducono l'energia –*Shakti*– all'interno del corpo.

Il processo del *Pranayama* consente di espandere la dimensione del *prana*.

Anche nell'antica filosofia cinese gli aspetti dello *Yang* e *Yin*, la relazione duale e/o polare del sole e della luna, o *Pingala* e *Ida* nella filosofia yogica, altresì espresso nel termine *Ha Tha*, rappresentano la struttura del nostro essere.

L'equilibrio tra queste due forze polari libera la forza di *Sushumna Nadi*, corrispondente al risveglio dell'energia nel midollo spinale, alla liberazione della dimensione trascendentale e spirituale.

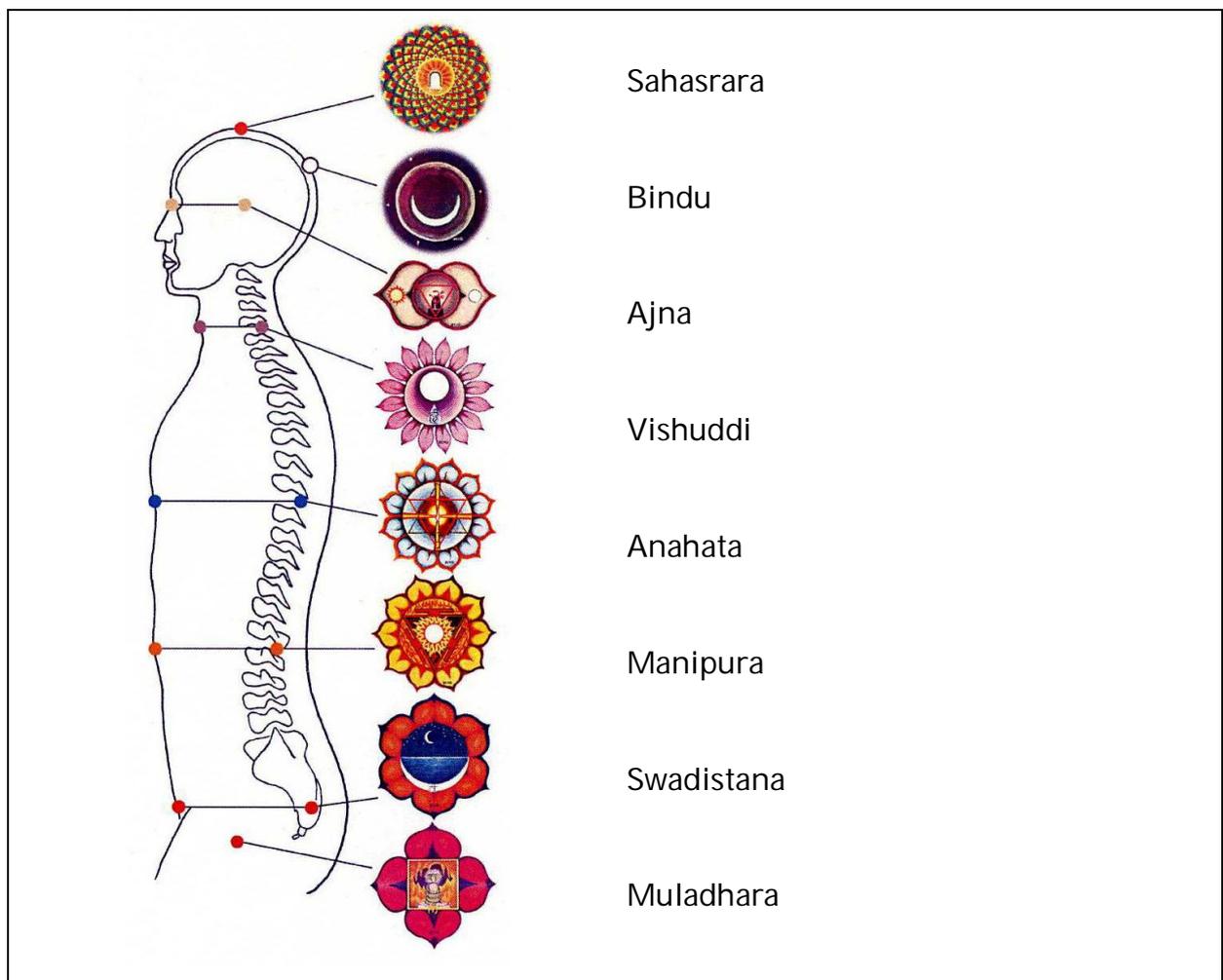
Sia il macrocosmo che il microcosmo costituito dal corpo dell'uomo sono basati su queste due polarità, per esempio arterie/vene, sistema nervoso simpatico/parasimpatico, sodio/potassio nella conduzione degli impulsi nervosi e così via.

IDA	PINGALA
respiro narice sinistra	respiro narice destra
introversione	estroversione
consapevolezza	energia ed azione
negativo	positivo
femminile	maschile
inattiva	attivo
luna	sole
intuizione	analisi logica
lato sinistro del corpo	lato destro del corpo
lobo destro del cervello	lobo sinistro del cervello
yoni	lingam
yin	yang

Parallelismi convergenti

La struttura energetica come vista nella tradizione dello yoga considera la nostra linea mediana come canale centrale di equilibrio che si attiva al momento dell'integrazione delle due forze polari. Tra le migliaia di *Nadi* (canali) presenti nel

nostro corpo energetico, *Ida*, *Pingala* e *Sushumna* rappresentano la struttura più importante. Dal canale centrale *Sushumna* le *Nadi* costituiscono il circuito di distribuzione dell'energia a tutto il sistema psicofisico. Nel loro percorso si incontrano in punti specifici conosciuti come *Chakra*, ruote di energia che governano le funzioni del nostro corpo fisico, mentale ed emozionale. Ed è proprio la struttura del corpo pranico che connette la dimensione del corpo fisico con quello mentale/emozionale, ed è attraverso di esso che la materialità del nostro corpo dialoga con le nostre emozioni ed i nostri pensieri. *Ida* e *Pingala* si uniscono a *Sushumna* a *Muladhara Chakra*, detto anche *Chakra* radice, sede di *Kundalini Shakti*, raffigurata simbolicamente da un serpente avvolto in tre spire e mezza (simbolo delle 3 qualità della materia, o *Guna*, *Tamas*, *Rajas* e *Sattwa*, più la trascendenza), e rappresenta il nostro potenziale latente. In India questi tre canali sono rappresentati dai tre fiumi sacri: il *Gange*, lo *Yamuna* e il *Saraswati*. I tre canali convogliano intersecandosi a livello dei *Chakra* successivi fino ad *Anja Chakra*, situato in prossimità del terzo ventricolo e delle ghiandole pineale e pituitaria.



La struttura dei *Chakra* racchiude in sé il dispiegarsi della creazione, dal punto di pura esistenza di *Sahasrara* al suono originario della creazione che è la vibrazione di di AUM/OM in *Ajna*, ed alle successive emanazioni degli elementi etere/spazio di *Vishuddi*, dell'aria di *Anahata*, del fuoco di *Manipura*, dell'acqua di *Swadistana* e della terra di *Muladhara*. E' ciò che il dott. Sutherland definisce processo di trasmutazione dallo stato del *Breath of Life* a dimensioni progressivamente sempre più dense. Coscienza ed energia – *Shiva* e *Shakti* – che si manifestano all'unisono. Il principio energetico basilare del corpo umano si esprime nel suo respiro. Dal silenzio al movimento, alla potenza, alla coesione, alla forma.

Il sistema respiratorio primario con le sue cinque componenti contiene in sé tutta la struttura dei *Chakra* (o viceversa) e le implicazioni a diversi livelli che sotto diversi aspetti questo racchiude.

Gli elementi generano tutto il sistema psicofisico, e sono connesse alle funzioni dei sensi ed agli organi sensoriali. Specifiche figure geometriche rappresentano gli elementi, e così pure delle vibrazioni sonore conosciute come *Bija Mantra*.

La **terra** di *Muladhara Chakra* è connessa alla nostra struttura più densa, ossa, muscoli, legamenti, al plesso coccigeo, agli organi escretori. Governa i nostri bisogni primari, di sopravvivenza, cibo e riproduzione. *Mula* significa radice, ed è la base dalla quale evolvere ed alla quale ritornare. Le sue qualità sono solidità, durezza, densità, stabilità, durata. E' simboleggiato da un quadrato giallo che indica stabilità. Il senso collegato a *Muladhara* è l'olfatto, e l'organo di percezione il naso, l'organo di azione l'ano. Nelle pratiche yoga l'azione su questo *Chakra* ha una ripercussione su *Anja Chakra*, e possiamo anche pensare all'olfatto come elemento di percezione di tipo intuitivo forse per noi un po' indebolito (avere fiuto per... - andare a naso). Se non equilibrato porta alla sconessione con il corpo, a disturbi con il cibo, con il denaro, con gli aspetti pratici della vita.

L'elemento **acqua** è correlato a *Swadistana Chakra*, che è responsabile del risveglio di *Kundalini* in *Muladhara*. Riguarda il sangue e i fluidi, il sistema urogenitale e riproduttivo, i plessi nervosi prostatico o utero-vaginale, i reni ed il sistema urinario. L'aspetto dell'acqua è collegato al femminile materno, ne è simbolo uno spicchio di luna crescente, al piacere ed alla gioia di vivere. Riguarda la nostra mente inconscia, ed i sentimenti della paura e della tristezza (avere la luna, essere lunatici). E' collegato

al senso del gusto, e l'organo di percezione è la lingua, l'organo di azione gli organi sessuali.

L'elemento **fuoco** in *Manipura Chakra* determina il dinamismo correlato a questo centro, l'energia, la volontà, la vitalità. Governa il plesso solare, il fuoco digestivo, stomaco, fegato e la temperatura del corpo. E' simboleggiato da un triangolo rosso, e determina la sicurezza e affermazione di sé, la volontà a superare i propri limiti. Riguarda il sentimento della rabbia, che può appunto diventare divorante se non espressa. Il senso associato è la vista, gli occhi sono organo di percezione e i piedi l'organo di azione.

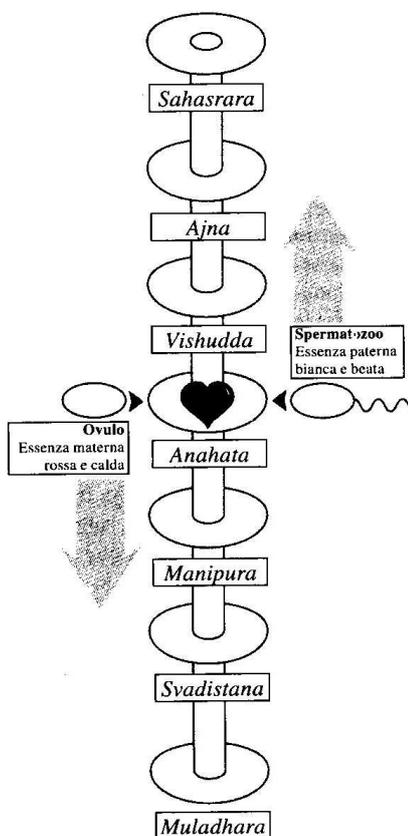
L'elemento **aria** è collegato ad *Anahata Chakra*, legato al plesso cardiaco, il luogo della purezza (persona di cuore, dirlo con il cuore), rappresenta il passaggio dall'amore egoistico all'amore disinteressato. Riguarda la funzione di polmoni, e il senso del tatto. L'organo di percezione è la pelle, d'azione sono le mani. Pensiamo al contatto dell'aria esternamente con la pelle ed internamente con i polmoni ed alla funzione delle mani nell'atto dell'ascolto nei processi di guarigione che si possono esprimere attraverso l'apertura e l'azione di questo centro. E' simboleggiato da un esagono azzurro, o da una stella a sei punte costituita dall'intersecazione di due triangoli, uno con la punta rivolta verso l'alto e uno verso il basso, l'intersecazione di *Shiva* e *Shakti*, dell'energia dei primi tre *Chakra* e degli ultimi tre che si fondono, al centro possiamo trovare l'immagine della fiamma di una candela che rappresenta la nostra anima individuale eterna.

Il significato di *Anahata* è "suono non udito con i normali sensi di percezione". E' un suono non espresso, non creato dall'uomo, ma principio e fonte di creazione.

Nel *Tao Te Ching* di Lao Tze: " *Il Tao generò l'Uno, l'Uno generò il Due, il Due generò il Tre, il Tre generò le innumerevoli creature. Le Innumerevoli creature portano lo Yin sulle spalle e lo Yang tra le braccia e la loro armonia deriva dalla fusione delle due energie vitali*".

Al momento del concepimento, secondo la tradizione del buddismo tibetano, l'energia paterna definita "bianca e beata" si incontra con l'energia materna definita "rossa e calda" e ha luogo un'esplosione di energia. Entrambe queste energie si dipartono da *Anahata* formando una loro via luminosa, *Sushumna Nadi*, che stabilisce due punti terminali, *Sahasrara* alla sommità del capo determinato

dall'energia paterna e *Muladhara* alla base della spina dorsale determinato dall'energia materna.



I due punti terminali determinano il primo dei cinque elementi costitutivi del nascituro, *Akasha*, l'etere, lo spazio. Dal movimento di ritorno da *Sahasrara* e *Muladhara* verso il cuore/*Anahata*, l'energia paterna forma *Ajna Chakra* e *Vishuddi Chakra*, quella materna *Swadistana Chakra* e *Manipura Chakra*.

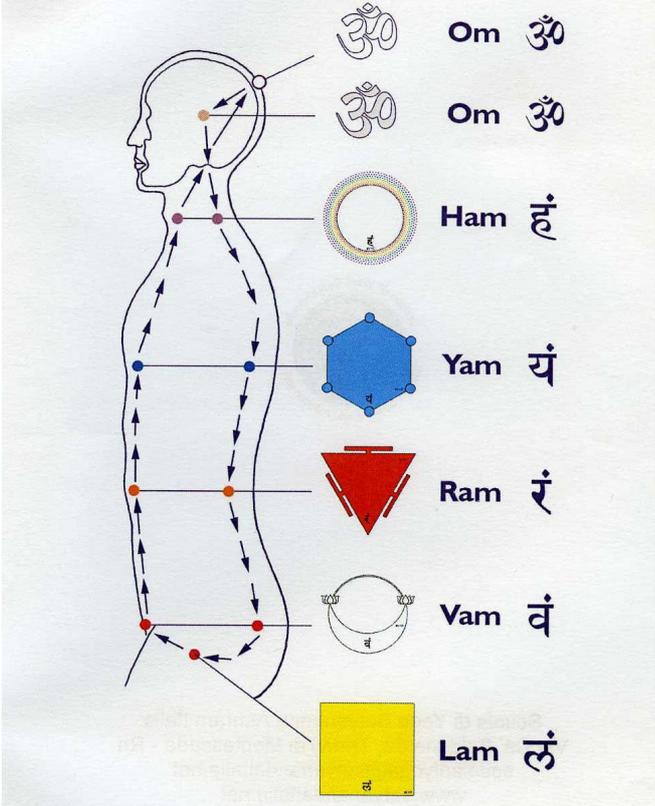
L'elemento **etere** è collegato a *Vishuddi Chakra*, che governa il plesso cervicale, faringeo e laringeo. E' lo spazio infinito che si è reso necessario affinché il suono originario (OM) potesse dispiegarsi nella manifestazione della creazione, e contiene in se in forma potenziale tutti gli altri elementi. E' raffigurato da un cerchio bianco, una luna piena, ed è luogo della discriminazione e dell'espressione creativa delle nostre capacità, del dare forma, riconoscere il proprio e l'altrui valore, avere e mantenere una visione d'insieme. Il senso collegato è l'udito, organi di percezione le orecchie e di azione le corde vocali/voce. Pensiamo al concetto di suono che genera,

che crea (in principio era il verbo, E Dio disse:...), principio e fonte di creazione, ed alle nostre possibilità espressive e creative attraverso il linguaggio ma anche l'espressività del riso, del lamento, della gioia, del pianto. L'espressione degli altri *Chakra*, delle nostre capacità e della nostra vita.

Luogo del **suono originario AUM/OM/ॐ** è *Anja Chakra*, che interessa il terzo ventricolo e le ghiandole pineale e pituitaria. Connesso alle capacità intuitive, luogo d'incontro e di integrazione delle polarità, di *Ida* e *Pingala* che si fondono nell'energia di *Sushumna*.

Nelle pratica del craniosacrale biodinamico l'area del terzo ventricolo è vista come fulcro originale che, dal momento del concepimento, incanala le potenze organizzatrici del *Breath of Life*. Attraverso questo processo la Matrice Originaria trova la possibilità di organizzare e differenziare lo sviluppo delle cellule e di tutto il corpo. Le ghiandole pineale e pituitaria hanno un ruolo importantissimo su tutto il sistema endocrino, sull'apparato genitale e sul nostro orologio biologico. Il ruolo della ghiandola pineale rimane ancora non compreso del tutto. Ben attiva nei primi anni di vita, sembra perdere nel corso del tempo la sua funzionalità. In età adulta si formano nella ghiandola pineale dei cristalli, detti a volte "sabbia cerebrale", contenenti magnetite biogenetica, la stessa sostanza che dà agli uccelli migratori il senso della direzione. Come altri tipi di cristalli, probabilmente fungono da amplificatori di energia, che facilitano l'assorbimento della potenza del *Breath of Life* nell'organismo.

In *Sahasrara Chakra* alla sommità del capo il **loto dai mille petali** si apre ad una dimensione trascendentale. Al di là del regno della psiche, luogo della perfetta unità, dell'autorealizzazione. I 6 *Chakra* inferiori possono essere considerati degli interruttori di attivazione del potenziale racchiuso in *Sahasrara*, dove il principio logico è trasceso.

<u>ELEMENTI</u>		<u>CHAKRA</u>
Etere	Om ॐ	Bindu
Aria	Om ॐ	Ajna
Fuoco	Ham हं	Vishuddhi
Acqua	Yam यं	Anahata
Terra	Ram रं	Manipura
	Vam वं	Swadistana
	Lam लं	Muladhara

Bija mantra

Core Link

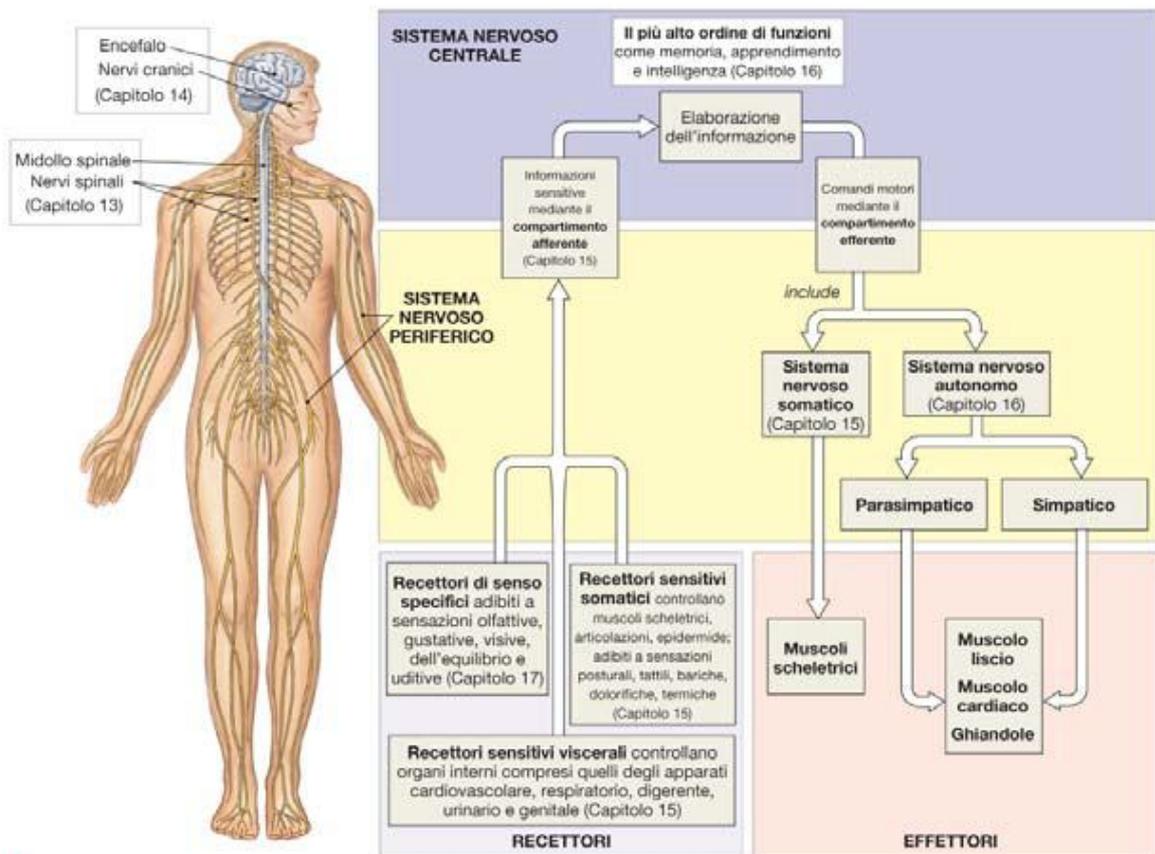
Tutto quanto considerato dagli aspetti della fisiologia yoga (intendo con questo termine definire il sistema energetico dei *Chakra* e delle *Nadi*) trova una perfetta corrispondenza in ciò che il dott. Sutherland definì come sistema respiratorio primario, con i suoi cinque aspetti che svolgono un importante ruolo nell'espressione del *Breath of Life* e nella regolazione dell'equilibrio della salute. Tutto il sistema nevoso centrale è interessato dall'attività del sistema respiratorio primario.

Il sistema nervoso centrale (SNC) è composto dal midollo spinale e dall'encefalo (a sua volta composto da diversi organi come il midollo allungato o bulbo, il ponte, il mesencefalo, il diencefalo, il telencefalo e il cervelletto). Esso occupa la parte assile del nostro corpo ed è contenuto nel canale vertebrale (midollo spinale) e nella scatola cranica (encefalo).

Il compito del SNC è quello di integrare e coordinare le percezioni sensoriali provenienti sia dall'esterno che dall'interno del corpo e di elaborare delle risposte motorie che attivino o modulino l'attività di specifici organi come i muscoli o le

ghiandole. Inoltre, l'encefalo è sede di funzioni cognitive superiori come l'intelligenza, la memoria, l'apprendimento e le emozioni.

Il sistema nervoso periferico (SNP) comprende tutta quella parte di sistema nervoso che sta al di fuori del SNC. Il SNP ha il compito di veicolare le percezioni sensoriali verso il SNC e viceversa di portare dal SNC in periferia comandi di tipo motorio. Tali informazioni, motorie e sensoriali, vengono trasportate attraverso fasci di assoni che insieme ai loro rivestimenti connettivali e ai vasi sanguigni che li accompagnano formano i nervi. I nervi che collegano il midollo spinale alla periferia si dicono nervi spinali; quelli che collegano l'encefalo alla periferia si dicono nervi cranici o encefalici.



● FIGURA 12-1
Veduta di insieme delle funzioni del sistema nervoso



Martini
Fondamenti di Anatomia e Fisiologia
Edises

Anatomia del SNC

Il SNC è racchiuso nel sistema di tessuti connettivi delle meningi. Si tratta di tre strati che avvolgono cervello e midollo spinale. La *pia madre* costituisce il primo strato, sottile e delicato. Al centro la membrana aracnoidea, anch'essa sottile, collegata alla pia madre da sottili filamenti di tessuto. Tra questi due strati nello spazio detto area subaracnoidea scorre il liquido cerebro spinale che circola intorno a tutto il sistema nervoso centrale. Il terzo strato è costituito dalla *dura mater*, una membrana robusta è costituita da due strati che in certi punti del cranio si separano l'un l'altro formando le divisioni membranose del cervello e i seni venosi che fanno defluire il sangue e il liquido cerebrospinale riassorbito nel cranio.

Le membrane a tensione reciproca si formano dallo stesso tessuto embrionale delle ossa del cranio (mesenchima), e si possono considerare elementi diversi in una continuità di tessuto. Nella respirazione primaria ossa e membrane agiscono come un'unità integrata. Qualsiasi tensione o stiramento in una parte del corpo automaticamente interessa tutto il sistema. Alterazioni membranose-articolari possono limitare la motilità del sistema nervoso centrale, il movimento del liquido cerebro spinale e il passaggio dei fluidi attraverso il sistema dei seni venosi.



All'interno del meccanismo respiratorio primario le membrane a tensione reciproca (falce cerebrale, falce cerebellare e tentorio del cervelletto) unitamente alla loro

continuità col tubo durale costituiscono il nucleo di collegamento, il *Core Link* che unisce l'osso sacro al cranio.

Il tubo neurale presenta una motilità in relazione al fulcro embriologico della lamina terminalis del terzo ventricolo (*Anja Chakra*). Il filum terminale collega il midollo spinale alla base del coccige (*Muladhara Chakra*).

Polarità nell'embriologia

Considerando l'universo racchiuso nelle strutture del nostro corpo, che continua a suscitare una grande meraviglia per la sua perfezione, e grandi domande di come sia possibile tutto ciò, possiamo prendere in considerazione come i movimenti e le forze polari siano presenti già prima del momento del concepimento, come forze di attrazione pre-concezionale.

La biodinamica mette in particolare evidenza ciò che viene definito complesso di attrazione pre-concezionale. Prima che possa attuarsi la dinamica dell'incontro tra lo spermatozoo e l'ovocita, è necessario che si crei un equilibrio tra le due polarità di uovo e spermatozoo, devono sussistere delle condizioni particolari per poter consentire il concepimento. Il "dialogo" tra queste due polarità può essere sentito come momento di creazione di cielo e terra, spirito e materia, *Shiva* e *Shakti*, è il movimento ritmico che rende possibile la vita e il dispiegarsi di tutta la creazione. Schematizzando all'interno di un nucleo, o un cerchio, queste due polarità, possiamo vederle come centri concentrici nel principio dell'essere cellula-uovo e di raggi nel principio dell'essere spermatozoo. Il concepimento si verifica solo in determinate condizioni di equilibrio, per dare modo alla prima accensione di attuarsi, consentendo al *Breath of Life* di "ignire" i fluidi. La matrice originale si potrà esprimere all'interno del liquido citoplasmatico consentendo le successive trasformazioni. Nella fase della blastocisti ciò che precedentemente era all'esterno nella forma degli spermatozoi che attorniavano l'ovocellula, ora appare come processo all'interno della cellula uovo fecondata.

L'embrione è espressione di un equilibrio raggiunto tra uovo e spermatozoo e la sua stessa esistenza testimonia la presenza di un equilibrio raggiunto sul piano dell'accoglienza e dell'accettazione con il corpo della madre.

L'annidamento nell'utero determina inoltre la possibilità di un orientamento spaziale alto/basso e destro/sinistro.

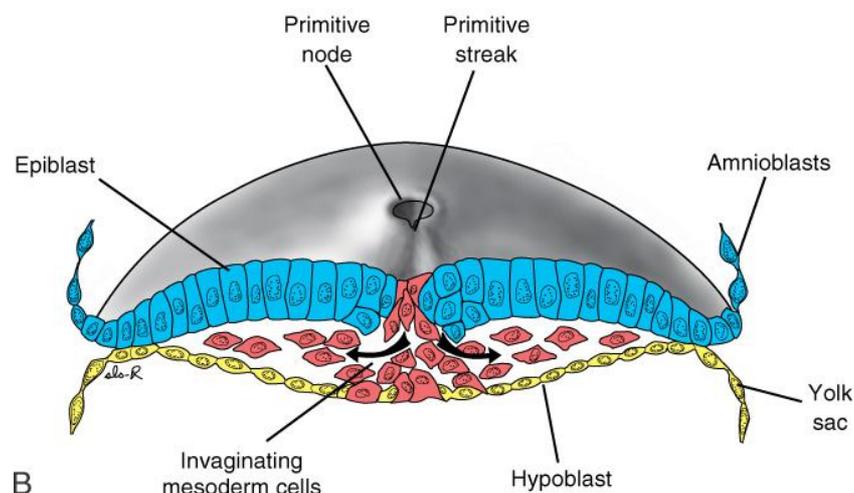
“Ordine e orientamento accompagnano il corpo umano per tutta la vita come funzioni della nostra integrità e capacità di auto-regolazione. Questo inizia nell’embrione e possiede un cosiddetto legame omologo con il corpo adulto. Ma, prima e soprattutto, l’embrione deve imparare a crescere e differenziarsi simultaneamente. Perciò una delle funzioni più fondamentali dell’essere è la capacità di orientarsi in rapporto al tempo e allo spazio (posizione) e tale rimanere per tutta la vita. L’orientamento si accompagna alla simmetria.” (M.J.Shea)

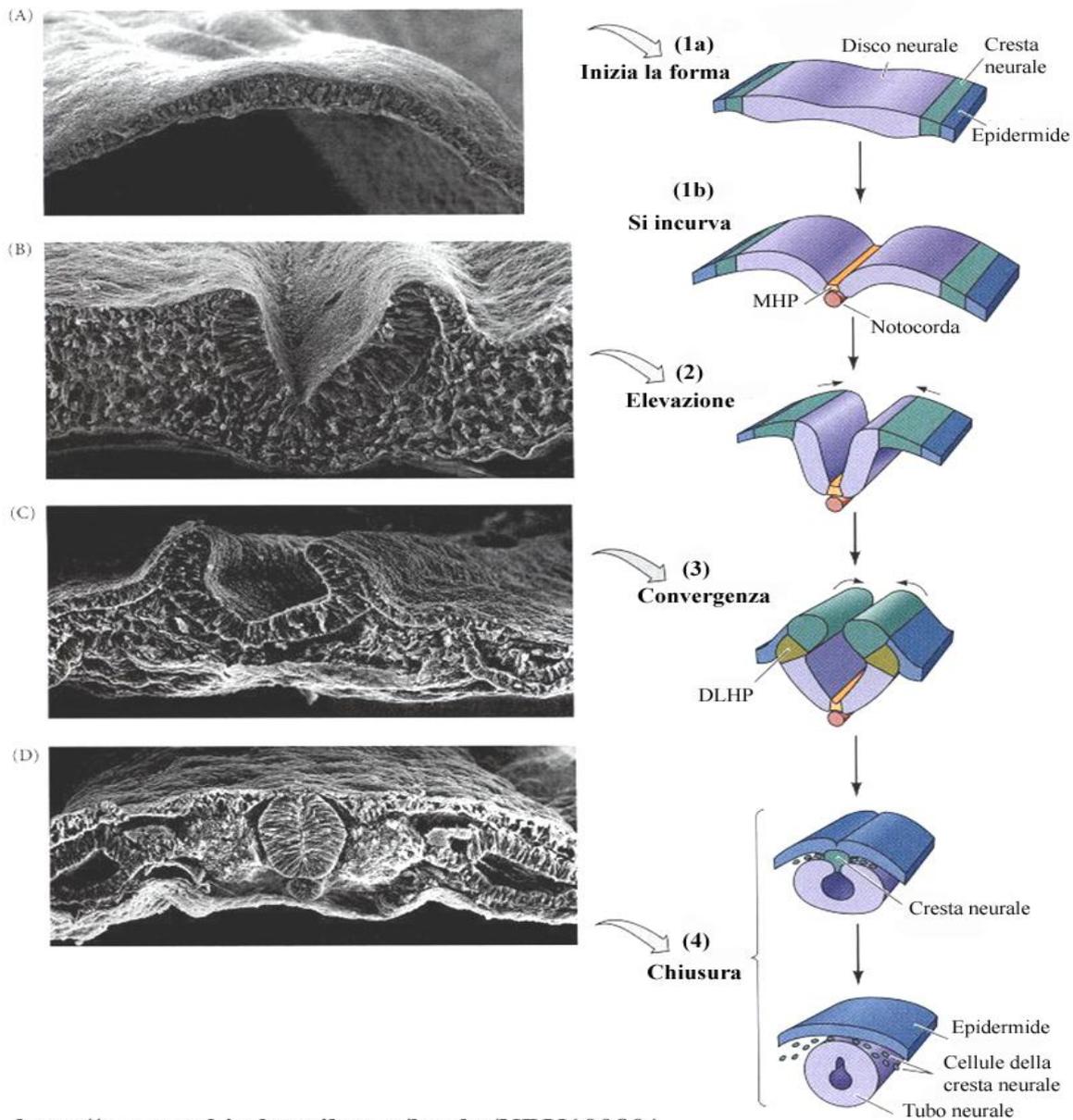
Durante la prima settimana di sviluppo embrionale la crescita è verso l’interno intorno al fulcro dell’embrione, nella seconda settimana l’orientamento è dal proprio fulcro verso l’esterno, in un movimento di simmetria radiale.

Dalla terza settimana l’embrione si orienta ad una simmetria assiale intorno alla linea mediana, e la crescita segue una parte anteriore e una posteriore (dorso/ventre), un polo craniale e uno caudale (testa/coccige), ed una simmetria bilaterale (lato destro/sinistro del corpo).

Queste leggi che regolano e coordinano lo sviluppo dell’embrione permangono nel corpo umano per tutta la vita, nella forma della Respirazione Primaria in quanto personificazione dell’integrità all’interno dei fluidi.

“Questa modalità si ripresenterà continuamente per tutta la vita e a tutti i livelli, compreso quello psicologico: proiettare la propria funzione al di fuori di sé fino a quando non possa essere rivendicata come propria ed essere riportata nel proprio intimo come autocoscienza.” (M.J. Shea)





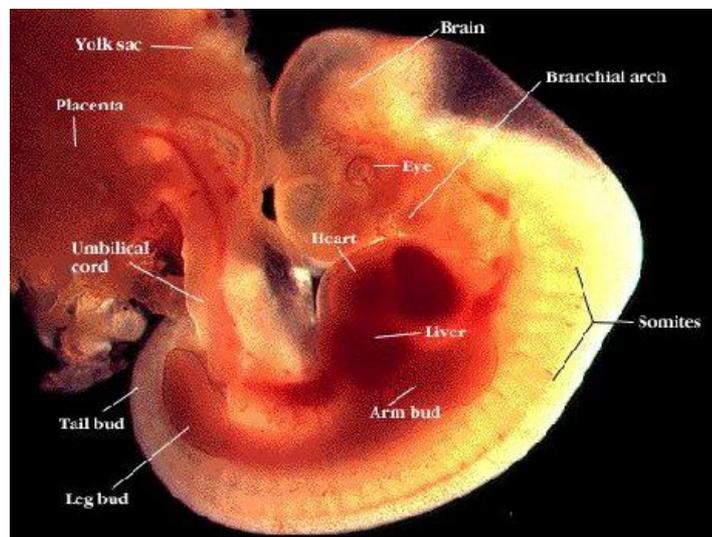
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK10080/>

Sviluppo embriologico del SNC

La formazione del disco embrionale è inizialmente bidimensionale, composto da epiblasto ed ipoblasto, manca l'esistenza di un contenuto, che in una fase successiva sarà costituito dal mesoderma. Ciò che deriverà dall'endoderma andrà a costituire il sistema degli organi viscerali, legati all'interno del corpo, ciò che deriverà dall'ectoderma costituirà il sistema nervoso, preposto all'esplorazione del mondo esterno. La polarità dentro/fuori ha la possibilità di incanalare forze che generano un contenuto, il mesoderma, la qualità di mezzo che permette l'iniziale formazione del

sangue che con il suo fluire e ripiegarsi su sé stesso andrà ad abbozzare la forma del cuore. Il mesoderma porta in sé la possibilità di formare spazi e cavità in movimento che saranno occupati dai futuri organi. Intorno alla linea di riferimento della notocorda, un'area del mesoderma va a formare i somiti, dai quali nasceranno tra l'altro le vertebre ed i dischi intervertebrali.

Lo sviluppo del sistema nervoso centrale segue lo stesso orientamento di sviluppo, che è l'orientamento che sarà presente per tutto il resto della vita. Tre settimane circa dopo il concepimento un fascio di cellule situate lungo la linea mediana inizia a svilupparsi velocemente ed a ripiegarsi su sé stesso, formando il solco neurale. Quando i due lati del disco embrionale si uniscono al centro danno luogo al tubo neurale. E' l'abbozzo del sistema nervoso centrale, uno dei primi sistemi corporei che si forma. Il progressivo allungarsi del tubo neurale consente allo stesso, a partire dalla quinta settimana di sviluppo, di ripiegarsi su se stesso e di abbozzare le prime strutture specifiche del cervello. L'espansione e la curvatura del tubo neurale si strutturano intorno alla parete anteriore del terzo ventricolo, la lamina terminalis, che diventa così il fulcro naturale per la crescita e lo sviluppo del sistema nervoso centrale, rimanendo tale per l'espressione del Respiro di Vita.



Al termine della terza settimana di vita l'embrione trova il proprio nucleo centrale, la formazione del corpo sta cominciando, e la crescita del sistema nervoso appare più veloce di qualsiasi altra parte del corpo. Tutto si allinea intorno alla quiete della notocorda.

“L'ascolto Craniosacrale Biodinamico”, sintonizzandosi al *Breath of Life*, invita il sistema nervoso al riallineamento lungo la linea mediana che risponde sempre allo sviluppo primordiale, ricontattando la Quietè da cui proveniamo.

Descrizione di un caso e considerazioni conclusive

Ho trattato Cinzia in due cicli di tre sedute ciascuna nelle quali ho portato particolare attenzione alla linea mediana. Innanzi tutto ho percepito come il contatto con la persona diventi via via più fluido procedendo con i trattamenti. E' come conoscersi sempre di più, un ascolto che gradualmente si approfondisce. Credo che anche dal punto di vista del cliente sia un lasciarsi andare alla fiducia, all'apertura e all'attesa di piacevoli e profonde sensazioni che ognuno può permettersi di sperimentare. Relazione brevemente sul secondo ciclo di tre sedute (il primo ciclo è stato oggetto di tirocinio del secondo anno del percorso di formazione).

La prima seduta è stata oggetto di esplorazione della linea mediana e dei movimenti fluidi, del loro progressivo approfondirsi e stabilizzarsi, chiedendo al sistema di mostrare uno stato di tensione bilanciata, ed utilizzando strumenti come la fluttuazione laterale e lo *still point* per facilitare lo scorrimento del liquido cerebro spinale e il movimento di marea. Nella seconda seduta ho sentito di trattare prevalentemente i tre diaframmi, pelvico, respiratorio e toracico, andando a contattare il tessuto connettivo, dove strutture orizzontali e verticali si intersecano in una realtà liquida intercomunicante. E' stata la seduta meno soddisfacente per la cliente, e per me quella in cui ho avuto minore sensibilità nel sintonizzarmi alla marea fluida. Ho invitato la fluttuazione laterale ascoltando il sistema che provava a riorganizzarsi ma la risposta è stata debole. Credo sarebbe stato utile dedicare ulteriori sedute a questo tipo di ascolto. Alla terza seduta mi sono orientata maggiormente all'area cervicale e alle ossa del cranio, completando in una visione d'insieme con la posizione a culla sacro-occipitale. Ho trattato la triade occipitale utilizzando lo strumento della trazione, in quest'area così importante per la mobilità del tubo durale e della base craniale, invitando alla spazialità e allo stato di tensione bilanciato. In questa seduta Cinzia ha liberato ripetutamente tensioni nella forma di piccoli scossoni, cosa che nelle precedenti sedute non era accaduto. Il completamento della seduta e del ciclo intrapreso con Cinzia è stato con la posizione a culla sacro-occipitale. L'ascolto della fluttuazione longitudinale in contatto con il *core link* e l'invito allo stato di tensione bilanciato, alla Quietè dinamica, mi ha catapultato nella visione dell'embrione, e dell'enorme potenza racchiusa in essa. Mi è apparsa

l'immagine di un fluire ritmico nel quale siamo immersi, di cicli di nascita e di morte, dell'incarnarsi e del disincarnarsi, di flessione ed estensione, e di una continuità che viene mantenuta nella vita sulla Terra data dalla trasmissione di informazioni attraverso i due gameti uovo e spermatozoo. Questo prezioso segreto che viene tramandato silenziosamente da madre e padre in figlia e figlio, che racchiude in se il segreto della vita, il mistero dell'Universo, che può essere una chiave per aprirci alla Conoscenza. Meraviglia, stupore, felicità sono espressioni del nostro animo che ci sono date di provare, ma rimane sempre latente in noi la possibilità di sperimentare al di là delle emozioni, e di immergerci in luoghi immensi dove il nostro piccolo Sé può connettersi alla vastità del Tutto della Quietè Dinamica.

Conclusione

“Affettuosamente guardò il fluire dell'acqua, in quel suo verde trasparente, nelle linee cristalline del suo disegno pieno di segreti. Perle leggere vedeva salire dal profondo, tranquille bolle d'aria galleggiavano alla superficie, e l'azzurro del cielo vi si rifletteva. E anche il fiume lo guardava a sua volta, coi suoi mille occhi verdi, bianchi, cristallini, azzurri come il cielo.

Quest'acqua lo affascinava: quanto l'amava, quanto le era riconoscente! Udiva il cuore parlare la voce ora ridesta, ed essa gli ripeteva: Ama quest'acqua! Resta con lei !Impara da lei! Oh si, voleva ascoltarla, da lei voleva imparare! Chi fosse riuscito a comprendere quell'acqua ed i suoi segreti – così gli pareva – avrebbe compreso anche molte cose, molti segreti, tutti i segreti. Ma dei segreti del fiume, per quest'oggi non vedeva che una cosa sola, tale però da afferrare interamente l'anima sua. Ecco quel che vedeva: quest'acqua correva, correva e sempre correva eppure era sempre lì era sempre e in ogni tempo la stessa, eppure in ogni istante un'altra! Oh, chi potesse afferrare questo mistero e comprenderlo!

(...)

Vedi, io non sono un sapiente, non so parlare, non so nemmeno pensare. So soltanto ascoltare ed essere pio, altro non ho imparato mai. Se potessi dirtelo e insegnartelo forse sarei un sapiente, ma invece non sono che un barcaiolo e il mio compito è di portare gli uomini al di là di questo fiume. Molti ne ho traghettati, migliaia, e per tutti costoro il mio fiume non è stato altro che un ostacolo sul loro cammino.

Viaggiavano per denaro e per affari, per nozze, per pellegrinaggi, e il fiume sbarrava loro il cammino, ed ecco, qua c'era il barcaiolo che presto li portava oltre l'ostacolo. Ma fra quelle migliaia alcuni, pochi, quattro o cinque, non più, per i quali

il fiume aveva cessato di essere un ostacolo, ne hanno sentito la voce, l'hanno ascoltato, e il fiume è diventato loro sacro, come per me. (...)

Ma più di quanto Visuveda potesse insegnargli, gli insegnava il fiume. Prima di tutto apprese da lui ad ascoltare, a porgere l'orecchio con animo tranquillo, con l'anima aperta, in attesa, senza passione, senza desiderio, senza giudicare, senza opinioni. (...)

Lentamente fioriva, lentamente maturava in Siddharta il riconoscimento, la consapevolezza di ciò che realmente sia saggezza, quale fosse la meta del suo lungo cercare. Non era nient'altro che una disposizione dell'anima, una capacità, un'arte segreta di pensare in qualunque istante, nel bel mezzo della vita, il pensiero dell'unità, e per così dire respirarla. Lentamente questo fioriva il lui, gli raggiava incontro dal vecchio volto infantile di Vasudeva: armonia, scienza dell'eterna perfezione del mondo, sorriso, unità." (E. Hesse - Siddharta)

"Padre

Un centro di quiete

l'embrione si ripiega su sé stesso

in umiltà si inchina

alla natura del Cuore.

Madre

Mettere ordine al caos

accendere la forza vitale

profondare nella quiete

affondare nel nulla.

Espira

nella infinita libertà."

(M. J. Shea – C. Agneessens)



Isola di Iona, Scozia

*"....Così tra questa immensità s'annega il pensier mio:
e il naufragar m'è dolce in questo mare."*

(G. Leopardi)

Bibliografia

Terapia Craniosacrale Biodinamica - M. J. Shea

Craniosacrale principi ed esperienze terapeutiche - M. Kern

Embriologia - M.Barbieri - P.Carinci

Dove va l'anima dopo la morte - C. Boni

Kundalini Tantra - Sw. Satyananda Saraswati

Tattwa Shuddi - Sw. Sattasangananda Saraswati

Fare esperienza con i chakra - J. Walters



*Tesi conclusiva Vanna Viezzoli
Formazione biodinamica craniosacrale
Trieste 2009-2011*