

# LA SESSIONE DI BIODINAMICA CRANIOSACRALE

## UNO SGUARDO DAL PUNTO DI VISTA DEL RICEVENTE

di Marco Rivetti



*Renderne l'accoglienza un metodo è stato il passo fondamentale della Biodinamica Craniosacrale*

**R**icordo ancora oggi le prime sessioni che ho ricevuto diversi anni fa, all'inizio della mia formazione come operatore: ogni volta che entravo nello studio, quella signora mi accoglieva in modo spontaneo e sincero; scambiavamo poche parole, di solito riguardo al viaggio che avevo percorso per raggiungerla e poi ci sedevamo uno di fronte all'altra. Non sapevo precisamente cosa dire ma ogni volta le parole mi uscivano di bocca senza sforzo: era quello il momento in cui più mi rendevo conto di come ero stato dopo l'ultimo trattamento, avevo la sensazione che guardando la mia operatrice mi venissero in mente le cose, pensavo fosse la sua calma, oppure quella sensazione che percepivo "nell'aria" di essere ascoltato a "tutto tondo".

### **IN ATTESA DI UN QUALCOSA...**

A questo primo momento di dialogo seguiva la fase sul lettino: da sdraiato e vestito l'operatrice appoggiava le mani sui piedi, sulla testa e su altre parti del corpo in modo molto delicato e rimanendo su ogni punto per dei tempi lunghi, anche molti minuti. Scoprii poi che questo tipo di contatto serviva a stimolare una risposta del Sistema nervoso autonomo, infatti la mia sensazione era proprio che lei si mettesse in attesa, aspettando che succedesse qualcosa...

### **... CHE PUNTUALMENTE ARRIVAVA...**

Ed effettivamente poi qualcosa succedeva... dentro di me: a volte erano delle emozioni che si susseguivano una all'altra, o formicolii o la percezione di un qualcosa che fluiva nel corpo; altre volte sognavo in dormiveglia, o magari per un po' non mi sembrava di sentire niente.

### **... E POI MI SENTIVO DIVERSO**

Potrei dire che si avviava un processo di rielaborazione di un mio vissuto, mi sembrava proprio che iniziasse un processo con un suo culmine e una sua conclusione, insomma succedeva qualcosa e poi mi sentivo diverso. A volte l'operatrice interveniva parlandomi e chiedendomi di dirle cosa stessi sentendo; questo in particolare mi permetteva di sentire ancora meglio le mie sensazioni e al contempo di rimanere più lucido e cosciente di ciò che vivevo interiormente.

### **CAMBIAMENTI CONCRETI E REALI**

Con il concludersi della seduta ritornavamo seduti uno di fronte all'altra e ogni volta notavo piacevolmente la differenza tra prima e dopo la sessione, ci prendevamo un altro breve momento di dialogo per poi salutarci.

# ESPERTI IN AZIONE



## TRE MOMENTI BEN DISTINTI

Si possono distinguere tre principi di lavoro nel trattamento di Biodinamica Craniosacrale:

- 1) Il contatto che svolge l'operatore è finalizzato ad entrare in comunicazione con una risposta del Sistema nervoso autonomo, quindi non viene ricercato un effetto specifico ma si dà la possibilità all'organismo del ricevente di esprimersi autonomamente.
- 2) L'attivazione del Sistema nervoso autonomo innesca un Processo, una serie di reazioni fisiologiche e psico-emotive che raggiungono un loro apice per poi ridimensionarsi e riorganizzarsi in un rinnovato senso di integrità.
- 3) Per facilitare e contenere l'espressione del Sistema nervoso autonomo, l'operatore impara a percepire e interagire con quello che viene chiamato campo, la sensazione d'insieme che percepiamo "nell'aria", il contenitore dell'esperienza, lo spazio vitale che ci circonda e che risuona del nostro stato.

Questi tre principi permettono al ricevente di vivere un'esperienza fisica, psichica ed emotiva di riorganizzazione interiore scandita dai tempi del suo organismo e mediata da una risposta che nasce dall'interno e non da uno stimolo che arriva dall'esterno.

*Per saperne di più sull'Associazione CranioSacrale Italia,  
visitate il sito [www.acscraniosacrale.it](http://www.acscraniosacrale.it) - mail:[segreteria@acscraniosacrale.it](mailto:segreteria@acscraniosacrale.it)*