

## ■ Il Trattamento



Le mani dell'operatore si posano sul corpo e specialmente sulla testa con un tocco delicato e leggero, per lunghi periodi di tempo, durante i quali si ascoltano le manifestazioni del sistema e **si interagisce con la storia e la salute intrinseca della persona.**

Durante il trattamento si può sperimentare una diversa percezione del proprio corpo, un profondo rilassamento ed a volte anche un ri-allineamento e cambiamento della postura.

E' possibile che la persona diventi consapevole dei sottili movimenti dei fluidi.

La risoluzione dei temi traumatici avviene nei limiti di tolleranza del sistema nervoso della persona; e spesso è percepita con sensazioni piacevoli di calore, liberazione, sollievo, apertura.

Spesso al termine di una seduta ci si sente più leggeri ed al tempo stesso più radicati e vitali, in equilibrio e in contatto con se stessi.

Durante una seduta di cranio sacrale (di circa 1 h.) il cliente indossa i propri indumenti.

Il numero dei trattamenti necessari dipende dal tipo di disturbo e dalla reazione del cliente.

Il tempo che dovrebbe trascorrere tra una seduta e l'altra è di circa una settimana.

I risultati del trattamento a volte non sono subito evidenti e possono occorrere alcuni giorni affinché si manifestino completamente.

Dopo una seduta di C.S. il cliente dovrebbe stare sdraiato, in assoluto relax per qualche minuto ancora, per permettere al processo di auto\_regolazione dell'organismo di stabilizzarsi.

## ■ La storia



L'osteopata americano **William Garner Sutherland** (1873-1954) in seguito ad approfonditi studi anatomici, riconobbe **l'importanza della mobilità delle ossa del cranio**, sviluppando una serie di tecniche usate ancora oggi.

Dal 1940 il dr.Sutherland iniziò ad insegnare questo metodo chiamato osteopatia cranio sacrale.

A metà degli anni 70, il dr.John Upledger fu il primo ad insegnare queste competenze terapeutiche a persone che non avevano una formazione osteopatica, per consentire ai genitori di trattare i propri figli a casa.

Ciò segnò l'inizio di un intenso sviluppo il cui risultato fu un approccio diverso, chiamato metodo Craniosacrale.

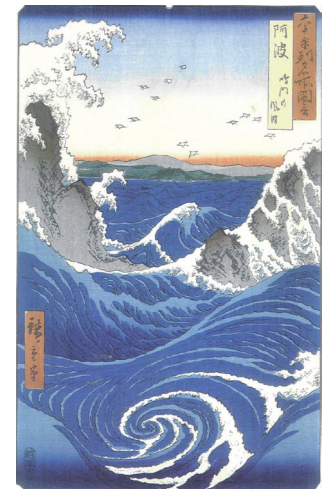
L'approccio Biodinamico è un metodo direttamente collegato alle intuizioni pionieristiche del dr.Sutherland ed ha come concetto fondamentale "Breath of Life" il Respiro Vitale.

Altri nomi importanti nella ricerca e nell'approfondimento della comprensione del sistema dei fluidi e del concetto di Respiro Vitale, tanto caro a Sutherland, furono i suoi studenti: il dr. Magoun ed il dr. Rollin E. Backer (1910-1996). In particolare quest'ultimo contribuì moltissimo a mettere **in luce il concetto della salute intrinseca all'essere umano.**

Oggi i nomi più importanti legati allo sviluppo del Sistema Biodinamico sono il **dr. Jim Jealous ed il dr. Franklyn Sills.**

Attraverso importanti risultati ottenuti, il Cranio Sacrale Biodinamico si è sviluppato come disciplina indipendente, studiato e praticato non solo da osteopati. **Negli ultimi anni i risultati delle ricerche scientifiche sono stati usati per ottenere il riconoscimento di questo metodo nel mondo della medicina.**

# craniosacrale per tutti



## ■ Il Sistema Cranio Sacrale

Il sistema craniosacrale comprende il cervello, il midollo spinale, la dura madre ossia la spessa membrana che lo avvolge ed il liquido o fluido cerebrospinale.

Questo sistema è contenuto e protetto dalle ossa del cranio, dalla colonna vertebrale e dall'osso sacro.

Il fluido cerebrospinale ha un proprio ritmo, generato da un sistema di pompaggio costituito da ventricoli al centro del cervello. In relazione a questo pompaggio le ossa del cranio e le vertebre hanno movimenti propri di flessione ed estensione. Le ossa del cranio sembra che si espandano, le vertebre si allontanano l'una dall'altra e l'osso sacro ruota all'interno e verso il basso.

Questo ritmo cranio sacrale si manifesta come un movimento generale di espansione-contrazione simile ad un'onda che si percepisce in tutto il corpo.

Possiamo considerare questo ritmo come la respirazione del cervello e di tutto il sistema nervoso, ed anche come il regolatore di tutta la funzionalità dell'organismo.

**Il Ritmo cranio sacrale è la terza pulsazione vitale nel nostro corpo con il battito cardiaco e la respirazione polmonare.**

**Durante la fase R.E.M.del sonno, il ritmo cranio sacrale è calmo; questa fase è chiamata "Still Point" ed è caratterizzata dalla sospensione dell'attività mentale.** Durante la fase di Still Point, l'energia, che normalmente viene utilizzata per l'attività mentale e cerebrale, è a disposizione di tutto l'organismo che ne trae grandi benefici. Anche **durante la seduta di cranio sacrale si manifestano spontanei e/o indotti momenti di Still Point.**

Nell'approccio Biodinamico non ci si rivolge esclusivamente ai fenomeni biomeccanici, ma si parla di **Respiro Vitale denominato Sistema Respiratorio Primario.** Questo respiro si manifesta in ogni cellula del nostro corpo sin dal momento del concepimento.

Facilitando l'espressione del Respiro Vitale, si raggiunge lo stato di "Quiete Dinamica" nel quale si attivano le forze di autoregolazione, che permettono all'organismo di rigenerarsi innescando il processo cosiddetto di auto guarigione (omeostasi) presente in ogni organismo vivente.

## ■ Il Metodo

**Il metodo cranio sacrale interviene sull'insieme dei sintomi avvertiti dalla persona.** L'operatore non pone l'attenzione solo sul disturbo dichiarato ma anche sulla sua possibile origine.

Generalmente il ritmo del Sistema Cranio Sacrale viene ascoltato alla testa, alla colonna vertebrale e all'osso sacro, anche se si può sentire in diverse parti del corpo. L'operatore constaterà la qualità, il flusso e la potenzialità in ogni parte del corpo, rilevando i movimenti dei disturbi del tessuto connettivo, le contrazioni e gli squilibri. **L'operatore, accompagnando il ritmo ed invitando il corpo a rilassarsi, cercherà di ottimizzare l'elasticità e lo spazio tra le ossa del cranio, della colonna e del sacro.**

Qualora si presentasse un blocco fisico dovuto ad un trauma emozionale irrisolto, sarà possibile creare una comunicazione con questo trauma, per scioglierlo.

Nel metodo cranio sacrale biodinamico l'operatore si rivolge a ritmi più lenti ed ampi, chiamati maree, generati nel sistema umano dall'azione del Respiro Vitale.

**La Respirazione Primaria, con le sue dinamiche vitali, è considerata la fondamentale forza organizzatrice dell'organismo** e quindi il reale conduttore della seduta di trattamento.

## ■ I Benefici



**Questo metodo assiste l'espressione della salute presente in ogni individuo,** migliorando il funzionamento del sistema immunitario.

Agisce regolando l'attività del sistema nervoso, liberandolo così da tensioni, stress e stanchezza cronica.

L'infusione dei fluidi apportatori di ordine e nutrimento a livello muscolare e del sistema fasciale, permette di liberare da tensioni, da compressioni e da aderenze nei tessuti; **con grande sollievo da cefalee, dolori muscolari e mal di schiena, migliorando il tono e l'armonia muscolare;** è possibile anche ottenere notevoli cambiamenti della postura.

L'interscambio a livello dei fluidi aiuta il riequilibrio del sistema endocrino ed ormonale.

**Questo metodo è risultato eccellente in situazioni post-traumatiche** (incidenti, interventi chirurgici, situazioni in genere di shock fisico ed emozionale). L'approccio Biodinamico è ottimo infatti per alleviare e spesso risolvere i traumi della nascita nei bambini e neonati. Aiuta a creare una comunicazione con i bambini iperattivi e affetti da autismo.

**E' di grande sostegno ed aiuto in gravidanza e durante il travaglio.**

**Molto indicato per la terza età.**