



OSTEOPATHIC MANUAL THERAPY SCHOOL SCUOLA DI OSTEOPATIA

TESI PER IL DIPLOMA DI OSTEOPATIA (D.O.)

“EFFICACIA DEL TRATTAMENTO OSTEOPATICO NON MANIPOLATIVO”

Candidato: Daniele Serio

ANNO ACCADEMICO 2015 / 2016

EFFICACIA DEL TRATTAMENTO OSTEOPATICO NON MANIPOLATIVO



Nato per trattare

INDICE

Capitolo 1: INTRODUZIONE: VERSO L'OSTEOPATIA.....	pag. 4
Capitolo 2: IL TRATTAMENTO OSTEOPATICO NON MANIPOLATIVO..	pag. 10
2.1: osteopatia e benessere.....	pag. 10
2.2: i principi fondamentali.....	pag. 12
2.3: protocollo dei trattamenti e delle tecniche.....	pag. 17
Capitolo 3: I FEEDBACK: OGNI TRATTAMENTO UN'ESPERIENZA	pag. 20
3.1: obiettivo: il fisico.....	pag. 20
3.2: obiettivo: l'umore.....	pag. 24
3.3: benéfici effetti collaterali.....	pag. 29
3.4: effetti indesiderati	pag. 34
3.5: casi curiosi.....	pag. 36
Capitolo 4: CONCLUSIONI.....	pag. 44

CAPITOLO I

Introduzione: verso l'osteopatia

Non ho ricevuto un'istruzione verso l'olistico, il salutismo, la medicina.

Formazione al liceo scientifico, laurea in economia e commercio, corso post-laurea in marketing, competenze ed esperienze in gestione e amministrazione di impresa; grande trasporto per l'amore e per i sentimenti, animo romantico e un generico senso di vuoto, di inutilità, di mancanza di scopo e di contenuti. Certo l'amore è sempre stato l'unico elemento denso e pieno di significato. Amare per vivere.

Intanto prendeva corpo un istinto primario: il tocco. Magia, non mia ma di quel gesto, di 2 mani, le mie, che si avvicinano ad un altro essere vivente e qualcosa scatta, fluisce, raggiunge il cuore, il cervello, il mio corpo tutto e, se c'è, l'anima.

Ho iniziato con gli alberi. Bello vederli e respirarli, ma che meraviglia toccarli!!! Un anno ho lavorato con gli alberi per 4 stagioni di fila. Un grande frutteto da agricoltura intensiva, lunghi filari di peri, peschi, albicocchi, pruni e tanti, tanti meli. Un frutteto, al pari di un orto e di una città ha un'energia tutta sua, una forza specifica. Ma, in più, sentivo che ogni albero aveva un suo vissuto specifico, una sua energia e, per chi ci crede, una sua anima.

Il lavoro intensivo snatura il rapporto e tende a rendere vano ogni contatto: migliaia di alberi tutti uguali da potare, curare, preparare, proteggere, nutrire con lo scopo preciso di raccoglierne i frutti. Eppure non erano proprio tutti uguali.

Alla lunga gli alberi mi hanno stufato, i feedback sono troppo lenti, i ritmi dell'agricoltura troppo lunghi per me.

Nello stesso periodo ho lavorato occasionalmente in un allevamento intensivo di polli. Lavoro semplice e chiaro: un gruppo di 10 persone, un pollaio da svuotare in 3 ore, di notte. Bisognava raccogliere 26.000 polli, a mano e porli in gruppi da 10 in secchi da svuotare, poi, in gabbie pronte per la spedizione al macello. E anche qui, una sensazione chiara ed invadente: non è solo una batteria di polli da allevamento, sono individui vivi e nel dubbio basta toccarli. E senti la paura, il fastidio, la disperazione. Basta toccarli...

Ho cominciato, un po' per gioco, un po' per curiosità e, molto, per attitudine a toccare esseri umani. Non solo gli amici o le compagne, ma soprattutto conoscenti occasionali. Usavo il tocco per conoscere, come fanno i non vedenti. E notavo che già prima di toccare, già con le mani a pochi centimetri dall'altro, si attivava uno strano meccanismo percettivo, la vita dell'altro mi diventava percettibile, quasi leggibile. Non tutta la vita, solo alcuni aspetti, scorci di immagini, fantasie, tendenze.

Ricordo una sera, in compagnia di perfetti sconosciuti, di aver parlato di questa mia attitudine al tocco con due ragazzi. Il primo dei due mi ha chiesto di avvicinare le mani a lui e dirgli quello che mi veniva in mente. E' durato 10 secondi circa: Ho avvicinato le mani al plesso solare e al cuore e da lì, subito al capo, oggi direi sulla sutura temporo-parietale. E ho detto: da un lato hai un grande cuore buono e sarai di sicuro pieno di amici e nel contempo hai tanta, tanta fantasia che tieni sempre accesa. Risposta dei presenti: pacche e abbracci all'amico e feed-back a me: "c'hai preso, è art director in una grande agenzia di pubblicità, pieno di amici a grande creativo".

Immediatamente mi si para davanti l'altro ragazzo: "fallo anche a me!". 5 secondi credo, non di più: mani al cuore e plesso solare e poi le stacco. Mi chiede perché a lui niente testa. Gli rispondo di aver sentito un fiume nero che corre da dove avevo le mani verso il bassoventre, una forza densa e scura che trascina con sé gran parte della sua energia vitale. E' sbiancato, mi ha detto di aspettarlo, è tornato con 2 bicchieri di vino, ci siamo seduti e mi ha raccontato la sua storia. In sintesi, dagli 11 anni

tantissima masturbazione, decisamente troppa, quindi, verso i 16 anni il primo rapporto sessuale, omosessuale. Da allora mai più nulla. Né uomini né donne né masturbazione. E aveva 28 anni!!!

Ero piuttosto colpito dall'aver sentito quel fiume che oggi so essere vero e ben facilmente comprensibile.

In quel periodo ho deciso di provare ad approfondire quell'attitudine al tocco ma non a fare il fenomeno che svela storie ed emozioni in pochi secondi. In sé quest'esperienza non mi interessa. Mi può divertire, ma non serve a nulla.

Mi sono così rivolto a tre "professionisti del tocco": un'insegnante di reiki, uno di shiatsu e una massaggiatrice.

A tutti e tre ho chiesto un trattamento, con l'intenzione poi di poter a mia volta toccarli pochi secondi per poi dire loro il mio sentire.

La prima ha cominciato un "trattamento" reiki. La mia mano destra, anziché rilassarsi, stava sollevata a pochi centimetri dalla sua schiena, al centro, dietro il cuore. Dopo circa 10 minuti si è fermata e mi ha detto: "non so cosa stia succedendo ma mi sembra che sia tu a trattare me; sento caldissimo dietro la schiena, sudo e sento l'energia che circola in abbondanza, grazie."

La massaggiatrice mi ha massaggiato a lungo e bene. Appena finito le ho chiesto un cambio di pochi minuti, di sdraiarsi e lasciarmi fare. Ho lasciato le mani scorrere sul suo corpo fino a che si sono fermate per qualche minuto sullo stomaco. Ha pianto. Ha pianto tanto. Poi mi ha abbracciato e ringraziato. Ha pianto un vecchio lutto che portava ancora dentro e per cui non piangeva da 10 anni.

Lo shiatsuka, per farla breve, ha concluso il nostro incontro dicendo: Dani, devi mollare tutto quello che stai facendo e seguire questa attitudine.

Però né reiki, né shiatsu, né il massaggio mi erano piaciuti davvero. Cioè, non mi sarebbe piaciuto studiare quelle tecniche.

Qualcuno mi ha poi suggerito la pranoterapia. Ho fatto tre diversi test di ammissione superati, ovviamente, senza difficoltà. "Ovviamente", non certo grazie alle mie spiccate doti praniche quanto per il fatto che si tratta comunque di test non scientifici

prodotti dagli stessi soggetti che producono i costosi corsi di formazione. Comunque mi sono iscritto e ho cominciato a studiare e praticare esperienza “praniche”. In sintesi, avvicini le mani e succede qualcosa.

Alla prima lezione mi hanno chiesto di esporre alla classe il motivo per cui fossi lì.

“Quando tocco un essere vivente sono sicuro di essere vivo”

Questa consapevolezza mi anima tuttora, a distanza di 10 anni di studio e di tanta pratica.

La vita è individuale e soggettiva ma anche interconnessa e molto contagiosa.

Durante la formazione come pranoterapeuta ho sofferto per due motivi: mancanza totale di contatto (si lavorava a 3 – 4 cm di distanza), e mancanza di supporti scientifici nei contenuti e nella ricerca.

Terminata la formazione, al fine di inserire il contatto nel trattamento, ho frequentato un corso di digitopressione, associando così al lavoro sui Chakra quello sui meridiani energetici.

Ma mi mancava completamente l’idea di cosa fosse un corpo reale, fisico. Quel corpo che esiste davvero. Quello in cui forse esistono vortici e canali energetici che funzionano secondo i modelli della medicina tradizionale cinese, ma che di sicuro contiene cellule, tessuti, organi e sistemi che cooperano anche e certamente su un piano fisico, chimico emotivo e psicologico, oltre che energetico.

Pur senza alcuna conoscenza del corpo, il semplice fluire energetico che praticavo in quegli anni dava risultati confortanti. Succedevano nelle persone trattate alcune delle cose che mi aspettavo, che mi avevano insegnato.

Così ho trattato, come pranoterapeuta, un osteopata che mi ha suggerito di studiare cranio sacrale e mi ha indicato nel prof. Maiuri la persona giusta.

Al nostro primo incontro, il Prof. mi ha detto che, se avessi partecipato al suo corso, non avrei dovuto inserire altre conoscenze o tecniche durante tutto il primo anno di formazione. Ho deciso subito di accettare la sua richiesta con tutto il mio impegno.

Alla prima lezione di cranio sacrale la classe è stata divisa in due gruppi: uno steso supino sui lettini e l'altro a praticare le prime tecniche di ascolto. Mani sulle spalle.

Pochi minuti. Poi cambio lettino, mani sulle tibie, pochi minuti. La persona a cui toccavo le tibie ha chiesto al Prof. se contassero anche le sensazioni che stava percependo. Il Prof. ha risposto una frase che allora non potevo capire: “chi è sul lettino faccia il paziente!” Ho capito, dopo, che i movimenti che avremmo studiato sono reali, tanto quanto il battito cardiaco e che chi li ascolta non ha bisogno che il paziente faccia null'altro che essere lì, vivo. Nel mondo “energetico” dal quale provenivo si dava invece grande importanza alle sensazioni di chi riceve il trattamento. Comunque, per continuare la storia della prima lezione, il Prof. ha chiesto alla persona a cui toccavo le tibie cosa sentisse e “la paziente” ha risposto di essere attraversata da onde che dalle tibie arrivavano alla testa. L'altra persona, quella a cui avevo toccato le spalle, ha subito aggiunto di sentire ancora le onde che dalle spalle le giungevano ai piedi e ritorno. E davvero non stavo facendo pranoterapia. Ero sinceramente concentrato nella ricerca del movimento di rotazione interna ed esterna, e peraltro piuttosto frustrato nella mia incapacità a percepirlo. Oggi capisco che allora ero solo avvantaggiato rispetto ai miei compagni nell'ascolto dei movimenti lenti del corpo, delle maree medie e lunghe (che spiegano le onde sentite dalle due compagne). Ma quel vantaggio era, ovviamente anche un ostacolo. Il Prof. lo aveva capito bene e per questo ha molto insistito affinché mettessi tutto da parte e ricominciassi a trattare senza ripetere le esperienze palpatorie già note. Confesso che i primi mesi sono stati molto frustranti. Tardavo a sentire con chiarezza ciò che cercavo. Mi ha salvato la tenacia dell'insegnante nell'indicarci la strada giusta.

I primi due anni furono dedicati esclusivamente al trattamento cranio sacrale osteopatico: MRP da ascoltare con le mani attraverso le ossa e le fasce. Al terzo anno e in tutti i seminari successivi venne introdotta la “osteopatia biodinamica”, dove il corpo tutto viene considerato per la sua componente fondamentale, quella fluidica.

Alla prima lezione di OBD, grazie alla “storia delle onde”, ho intuito ciò che poi mi si è chiarito nel corso del tempo: pur applicando tecniche oggettive, il tocco e la

conseguente interazione tra due persone restano, almeno in parte, un'esperienza soggettiva.

Ho dedicato i 3 anni successivi allo studio dell'osteopatia. Ci hanno insegnato l'importanza fondamentale dell'anatomia, di come è strutturato il corpo, di come si muova e quali restrizioni sia facile incontrare. E, ove possibile e consigliabile, come rimuoverle.

Durante tutti questi anni ho sempre cercato di praticare e applicare scrupolosamente tutte le tecniche e concetti appresi. Ho effettuato centinaia e centinaia di trattamenti e nel complesso devo felicemente riconoscere che l'osteopatia conferma una mia intuizione di base: i risultati dei nostri trattamenti trascendono dagli obiettivi, il corpo resta un grande sconosciuto, sia per mancanza soggettiva di conoscenze e competenze, sia per l'influenza sul sistema corpo di emozioni, ricordi, paure, traumi vissuti sempre in modo soggettivo e i cui effetti restano almeno in parte non prevedibili.

Ora, ultimato il terzo anno di formazione osteopatica, cerco di immaginare il seguito di questa grande esperienza che è il tocco, ora meno inconsapevole ma sempre affascinante e misterioso, sempre capace di emozionarmi e di farmi sentire nel posto e nel momento giusto.

Cercherò, in questo scritto, di sintetizzare alcuni significativi risultati e di trarre conclusioni che sicuramente servono a me stesso già fin d'ora, mentre li elaboro per esporli. Spero che questo percorso possa essere utile ad altri che intendano approcciarsi al lavoro di operatori del benessere.

CAPITOLO II

IL TRATTAMENTO OSTEOPATICO

“NON MANIPOLATIVO”

2.1 OSTEOPATIA TRA SALUTE E BENESSERE

Per certi versi, si potrebbe dire che tutto in osteopatia è manipolazione. Usiamo le mani per rimuovere restrizioni di movimento, per riequilibrare le fasce, per detensionare i muscoli e i legamenti, per modificare l'interazione tra cellule, tessuti, sistemi, per ottimizzare la circolazione dei fluidi, per attenuare il dolore, ecc.

Ci hanno insegnato che il trattamento osteopatico inizia appena il paziente (termine non attualmente corretto in quanto, in Italia, tuttora l'osteopatia non è una disciplina sanitaria) entra nello studio. Se possibile anche prima, ascoltando i suoi passi sulle scale o guardando la posizione in cui si siede in sala d'attesa. Poi è indispensabile una accurata anamnesi: dobbiamo sapere tutto il possibile della storia del paziente, età, professione, traumi e incidenti, eventi esuberanti, interventi chirurgici, allergie, cure farmacologiche ecc ecc. Quindi, importantissimo, il motivo del consulto. Presa visione di eventuali indagini (esami del sangue, radiografie, risonanze, referti ecc.) Dopo di che si comincia l'osservazione della postura, della pelle, primi test, poi contatto. Valutazione termografica, poi ascolto dei tessuti superficiali, poi la fascia, poi sempre più nel dettaglio la valutazione della cinetica presente e consentita dai tessuti. Grande spazio va dedicato alla valutazione, all'individuazione della causa del disturbo e, quindi, della tecnica indicata a rimuovere, se possibile, il problema. Certo,

non sempre tutto è alla nostra portata ma, comunque, si deve provare a dare beneficio, agio, benessere al paziente.

Il lavoro che ho svolto per questa tesi ha un approccio specifico che ovviamente non toglie valore a tutto ciò che abbiamo appreso. L'idea che mi ha guidato in questa ricerca è che l'osteopatia, prima e oltre che puntare a “risolvere un problema di salute del paziente”, posizionandosi a buon diritto tra le discipline sanitarie, possa essere una potente leva a disposizione degli operatori del benessere. Ho voluto sperimentare quanto il metodo osteopatico fosse efficace di per sé a stimolare, in generale, la salute, la forza vitale, il metabolismo, l'umore delle persone trattate. In una parola, la capacità autoguaritrice del corpo. Sarà questa forza intrinseca nel sistema a fronteggiare poi i disturbi e le malattie. In altre parole ho dato importanza ad un principio osteopatico per cui ci occupiamo più del malato che della malattia.

Il corpo umano ha un livello di complessità strutturale e funzionale di gran lunga superiore alla mia conoscenza. Mi sono quindi reso subito conto che, con il mio livello di formazione, raramente sarebbe possibile individuare in modo univoco il collegamento diretto tra un disturbo e la sua causa. Ogni disturbo o malattia può essere generato da svariati fattori. Ho, pertanto, deciso fin dall'inizio di declinare a persone più esperte l'approccio diretto causa effetto. Basti pensare, a titolo di esempio, quanti fattori possono scatenare un banale mal di testa piuttosto che un disturbo intestinale o un mal di schiena.

Ho scelto di costruire un percorso di lavoro che, già dalla fine del primo anno di corso, mi permettesse di applicare al maggior numero di persone raggiungibili tutte le tecniche preparate ai seminari. Ho comunicato alle persone interessate che avrei proposto loro, indipendentemente dalla presenza di dolori o patologie, un piano di lavoro comune a tutti, leggero, delicato e senza controindicazioni o rischi. Salvo poi usare maggior tenacia nelle tecniche che ritenevo potessero essere di aiuto nell'alleviare o addirittura eliminare un eventuale disturbo specifico.

Ho sperimentato nel corso dell'ultimo anno, per prepararmi a questa tesi, circa un centinaio di trattamenti, strettamente di “osteopatia non manipolativa”.

Ho, cioè, applicato tutte quelle numerose tecniche e approcci che abbiamo imparato, escludendo Thrust, MET e tutte quelle manipolazioni che direttamente o indirettamente introducono una notevole forza nel sistema o nel singolo tessuto. Ho sperimentato e esporrò in questa tesi la potenza, l'efficacia di trattamenti osteopatici apparentemente delicati e leggeri, non invasivi, durante i quali il paziente giace prono, supino o in decubito laterale e tutto quello che riceve sono solo tocchi (apparentemente) di superficie, piccole spinte o trazioni eventualmente coordinate con la respirazione.

Di seguito sintetizzerò la sequenza di lavoro che ho applicato e i risultati ottenuti ma prima espongo le basi su cui ho poggiato questa esperienza.

2.2 I PRINCIPI FONDAMENTALI

La vita “pulsa”

Il movimento è vita e non esiste vita senza movimento. Anzi, per precisione, movimenti. La vita pulsa con diversi ritmi e movimenti. Cardiaco, respiratorio, fasciale, movimento respiratorio primario, che, a sua volta è originato da altri moti e altri ritmi (moto spontaneo delle ossa craniche, moto spontaneo del sacro tra le iliache, flusso del liquido cefalorachidiano, pulsazione intrinseca delle meningi ...). Questo sistema poliritmico sarebbe poi coordinato, secondo gli studi di osteopatia biodinamica, da altri ritmi e pulsazioni della matrice fluida del corpo. Ritmi lenti di marea media e lunga detterebbero regole e tempi e di conseguenza, renderebbero il complesso sistema corpo un'unità funzionale coordinata. Si ritiene che siano i fluidi, che nel caso dell'essere umano compongono circa il 70% del corpo, ad essere all'origine della pulsazione. I liquidi trasmetterebbero il movimento alle fasce e da queste alle ossa. A livello delle ossa, in osteopatia, si dà grande spazio alla valutazione del movimento, con riferimento non solo alla sua presenza o assenza, ma anche alla qualità con cui esso si manifesta. In particolare, alla sua direzione, ritmo, ampiezza e forza. Questo pulsare fu paragonato da Sutherland, uno dei padri

dell'osteopatia, all'irrigazione dei campi. Laddove non arrivi il movimento, mancherà il nutrimento e prima o poi la frutta scarseggerà, fuori dalla metafora, laddove troveremo lesioni osteopatiche, prima o poi insorgeranno disagi, disturbi, dolori.

Struttura e Funzione si influenzano reciprocamente

Nel lavoro osteopatico ci orienta la convinzione che la struttura influenza la funzione. Disfunzioni, restrizioni e lesioni nel movimento dei tessuti comportano, prima o poi, compromissioni nella funzione di strutture anatomiche connesse a quei tessuti. Ad esempio, tensioni fasciali a livello di un diaframma possono di per sé ridurre le funzionalità di un organo ad esso intimamente collegato. Ovviamente questa considerazione acquisisce tanta più importanza per la salute quanto più importanti sono le zone interessate dalla disfunzione. Quindi, il capo, il sacro, la colonna.

Vale anche la relazione opposta, per cui sia la funzione che un tessuto deve svolgere a modificarne la struttura e le strutture adiacenti. Ad esempio, basti pensare a come si modifica la cassa toracica in presenza di tosse persistente, causata da allergie o asma. Da ciò si evince la grande importanza che ha l'osteopatia sulla salute delle persone: il lavoro di liberare una struttura si traduce anche in un miglioramento della funzione che quella stessa struttura svolge. Ma anche di altre strutture o sistemi ad essa collegata.

Il corpo non mente mai. I tessuti sanno, i tessuti ricordano

Fin dalle prime lezioni gli insegnanti ci hanno spronato a praticare il più possibile, a sperimentare, al fine preciso, innanzitutto, di sviluppare la nostra capacità di ascolto della vita all'interno dei tessuti. L'idea guida è che i tessuti sanno cosa fare e come farlo, lo fanno in maniera autonoma. Però a volte fanno anche altro, influenzati da forze che, rispetto al sistema corpo, possono essere esterne o interne. Traumi fisici e/o psichici vengono assorbiti, oltre che dalla memoria del cervello, anche dalla memoria dei tessuti e ne modificano i comportamenti. I tessuti ricordano. Vedi, ad esempio, i postumi di colpi di frusta, che influenzano il sistema anche per decenni.

Oppure i segni di violenza che permangono nel corpo ben oltre i tempi di guarigione dei traumi contusivi ad essa connessi.

E' fondamentale, al fine di potenziare la capacità del sistema di mantenersi in salute, ridurre o eliminare dai tessuti la memoria che li spinge a ripetere movimenti non fisiologici. Solitamente a tal fine usiamo tecniche indirette. Cioè prediligiamo non contrastare il sistema. Se un tessuto produce un movimento disfunzionale è preferibile seguirlo, assecondarlo e, addirittura, accentuare la tendenza del tessuto fino a quando sarà il tessuto stesso a "ricordare" il movimento corretto. A quel punto è consigliabile continuare a rimanere sul tessuto per alcuni movimenti. Nel corso dei trattamenti successivi sarà opportuno ritornare su quel tessuto e controllare che non abbia ricominciato la cinetica disfunzionale. I tessuti sanno ma anche ricordano!

Ciò che succede in superficie, lentamente scende in profondità

Questa legge fondamentale dell'osteopatia mi è stata particolarmente preziosa durante i trattamenti che ho svolto per questa tesi. L'idea è che i tessuti dalla superficie alla profondità siano connessi tra loro. Inizialmente si tocca il derma e se si mantiene una delicata, progressiva pressione, l'intenzione si trasmette in profondità ai tessuti e agli organi sottostanti.

L'osteopata tratta la salute, non la malattia

Considero l'osteopatia una disciplina di confine tra la salute e il benessere.

L'idea di benessere nel corso degli anni ha subito numerose modifiche e ampliamenti: non più solo assenza di patologie e dolore fisico ma uno stato complessivo di buona salute fisica, psichica e mentale, una condizione di armonia tra uomo e ambiente, risultato di un processo di adattamento a molteplici fattori che incidono sullo stile di vita. L'OMS dà una definizione di benessere legata allo "stato emotivo, mentale, fisico, sociale e spirituale che consente alle persone di raggiungere e mantenere il loro potenziale personale nella società. Tutti e cinque gli aspetti sono importanti, ma ancora più importante è che questi siano equilibrati tra loro".

Il concetto di benessere che guida il mio approccio ai trattamenti non è statico. Esso non è dato da una somma di condizioni ma è un'evoluzione che dipende dal punto di partenza o, più precisamente, dal periodo temporale precedente al trattamento. Il benessere non è solo legato a come ci si sente "ora" ma è tendenziale: mi sento meglio? Funziono e funzionerò?

E' fondamentale non permettere al cliente di trasformarsi in paziente e di non confondere l'osteopata con un medico. Di fronte ad un problema specifico e soprattutto in assenza di diagnosi medica, è possibile comunque iniziare un trattamento di supporto alla salute in generale e anche dare sollievo al paziente dal dolore e dal disagio. Ma è sempre meglio attendere un approfondimento medico. Al riguardo riporto un caso clinico.

Il caso di Roberta:

Roberta soffre di emicrania forti da alcuni mesi e mi chiede se posso aiutarla. Mi racconta di tanto, troppo dolore e rimandiamo i trattamenti a dopo aver avuto una diagnosi. La diagnosi è molto grave, tumore al cervello da operare immediatamente. Mi sono sempre chiesto se cominciando a trattarla subito avrei potuto darle qualche beneficio sensibile a tal punto da posticipare di qualche settimana la sua visita medica e se a quel punto non sarebbe stato troppo tardi. Quindi, regola fondamentale: osservare la massima prudenza in assenza di diagnosi medica.

In ogni caso, anche nelle situazioni più disperate, quando nulla si può fare per vincere una malattia, si possono ottenere risultati importanti trattando il malato e la sua salute, aiutandolo ad alleviare il dolore e a recuperare energia e forza per affrontare il suo percorso.

Il caso di Mariapia:

Mariapia è malata terminale di tumore alle ossa, ormai a casa da settimane in attesa della fine. Nel suo caso il ciclo di trattamenti è stato necessariamente molto molto

delicato data la fragilità della struttura. La persona comunque manifestava piacere e quiete e riceveva vigore. L'apice del risultato si è manifestato tra il terzo e il quarto trattamento (frequenza ogni 2 giorni): la cliente è uscita per l'ultima partita a carte con le sue storiche amiche. E' poi mancata poche settimane dopo, ma quella partita ha significato molto per lei e per le sue amiche. E, ovviamente, per me.

Il caso di Bruno

Bruno è un uomo di 65 anni malato terminale di tumore. Tre anni fa aveva una prospettiva di vita di pochi mesi. Comincia a lottare e decide di evitare la chemioterapia e di curarsi con medicina alternativa e alimentazione macrobiotica. Perde 20 chili di peso, ma faticosamente resiste e vive. Sei mesi fa mi chiama sua moglie raccontandomi che Bruno si sta spegnendo, che ha perso la voglia di vivere, stroncato da una ragade anale che gli provoca dolore e perdita di sangue. Ma anche perdita di forza vitale e voglia di continuare a lottare.

Onestamente so di non poterlo aiutare né contro il tumore né contro la ragade. Forse, posso, però, sostenere la sua vitalità, dargli un po' di tregua dai dolori vari che, stando a letto, lo attanagliano ovunque e magari ridargli un pizzico di fiducia, speranza e buon umore.

Nel suo caso faccio un'eccezione: anziché fare quattro o cinque trattamenti in un mese, vado da lui tutti i giorni per una settimana e poi, per le due settimane successive, lo tratto con una certa frequenza.

La moglie dichiara da subito, dal secondo incontro, che Bruno mi aspetta con desiderio, che quando lavoro sul suo corpo fragile e stanco lui si sente in pace e che poi sta meglio. Lentamente ricomincia a nutrirsi. Ad alzarsi. A uscire a fare due passi. A ricevere amici. Raccoglie le forze e decide di partire con sua moglie per recarsi nella loro casa di campagna, dove si attiva per verniciare e fare piccoli lavori di ristrutturazione. Impensabile, appena qualche settimana prima.

Tre mesi dopo, Bruno e la moglie tornano a Milano. Mi chiamano subito. Bruno è crollato di nuovo. Torno da lui e subito lo tratto. Non trovo più in lui alcun residuo di

energia, non posso più fare nulla per lui, è chiaro a tutti e due. Eppure desidera i miei trattamenti. Mi dice: *“mi dai la serenità necessaria a lasciarmi andare, a dire basta”*. Bruno è morto 2 giorni dopo. Sua moglie al funerale mi ha detto che si è spento serenamente e senza soffrire.

2.3: PROTOCOLLO DEI TRATTAMENTI E DELLE TECNICHE

Ho sperimentato, su persone di età e condizioni di salute differenti, i numerosi approcci e le svariate tecniche apprese in questi anni. Le elenco in ordine sparso. Indicativamente ho effettuato, per questa tesi, minimo, 3 trattamenti a persona, della durata di circa un'ora. La sequenza e la durata delle singole manovre variava a seconda della persona, della situazione e della risposta che il sistema e i tessuti mi davano. Ma a tutti ho fatto tutto quanto segue.

- paziente supino, presa dalle caviglie e leggero dondolamento, muovo le gambe con piccoli cerchi e otto.
- mano aperta sull'addome per prima valutazione della peristalsi.
- diaframma respiratorio: ascolto le tensioni e delicatamente, coordinandomi con gli atti respiratori, ammorbidisco.
- apertura stretto toracico
- trazione del tubo durale
- ascolto cinetica cranica: presa a 5 dita
- presa cranica fronto-occipitale.
- Trattamento delle MTR e drenaggio dei seni venosi.
- CV4 compressione del 4 ventricolo
- presa dolce dalle spalle e ascolto delle tensioni fasciali.
- inibizione dei sub occipitali

- ascolto prolungato del sacro, successivamente contatto le 3 strutture anatomiche che possono facilmente interagire con la sua cinetica: il diaframma pelvico, le creste iliache, le vertebre lombari, in particolare L5.
- diaframma pelvico (con attenzione anche ad eventuali tensioni viscerali)
- conflitto psoas piriforme
- tecnica dei 2 diaframmi (respiratorio e pelvico).
- presa lombo addominale
- paziente prima su un fianco e poi sull'altro, soft tissue sui muscoli paravertebrali:
- paziente sul fianco, presa sacro occipite, ascolto il movimento coordinato delle 2 estremità del tubo durale, core link.
- presa a 2 mani per ascolto cinetica fegato – stomaco
- paziente sul fianco sinistro, pompaggio delicato del fegato
- BLT sacroiliaca
- mobilizzazione delicata con pompaggio dell'anca
- tecniche Spancer sulle spalle
- ascolto e normalizzazione dell'Ioide
- paziente prono, presa cervicale – lombosacrale, plessi del parasimpatico
- bilancia orto parasimpatica: apertura e chiusura con indice e pollice intorno ad ogni vertebra, dal basso in alto e poi discesa in compressione vibrata
- pompa pedale
- rilascio degli sfinteri solo su richiesta (valvola ileocecale, piloro, oddi, cardias)
- ascolto e delicata normalizzazione della cinetica costale
- tecniche delicate strain counterstrain di rilascio del dolore e delle tensioni sui tender points
- pattern incrociato coste spalla da supino
- pattern incrociato sacroiliaca spalla da prono
- release mio fasciale del ginocchio
- decompressione coordinata ginocchio caviglia

- release mio fasciale dell'articolazione astragalo calcaneare e dell'avampiede sul retro piede
- tendine centrale
- prono, sterno cervico-dorsali
- scollamento connettivale

Al primo incontro, prima di iniziare il lavoro, spiegavo ai pazienti il protocollo dei trattamenti e, fatta l'anamnesi iniziale, chiedevo loro di monitorare la loro situazione e di inviarmi *feedback* scritti durante e alla fine del mese di collaborazione.

CAPITOLO III

I *FEEDBACK*: OGNI TRATTAMENTO, UN'ESPERIENZA

3.1 OBIETTIVO: IL FISICO

Capita di puntare dritti ad un obiettivo “fisico” e, a volte, di raggiungerlo. Il metodo di lavoro resta lo stesso, delicato, leggero, però l’obiettivo è focalizzato sulla presenza di un disturbo fisico specifico individuato durante l’anamnesi.

Il caso di Simone B:

Simone è un uomo che ama prendersi cura di sé. Ogni tanto, quando capita a Milano si regala un mio trattamento. Se ha mal di testa, dice che gli passa. Se è troppo stanco dice che si ricarica. Apprezza il mio lavoro fin dall’inizio e mi ha sempre spronato ad andare avanti.

Un giorno passa da me per un pranzo. Racconta che da 3 mesi gli balla l’occhio, più precisamente gli trema la zona intorno all’occhio. E, in effetti, si vede. Gli dà fastidio quando guida e quando guarda gli altri negli occhi. Per un venditore non è il massimo.

Gli chiedo perché non mi avesse chiamato per un trattamento e mi risponde stranito: “perché, puoi farci qualcosa?”

Proviamo, tanto non posso peggiorare la situazione.

L’unico tentativo che posso imbastire è quello di liberare le stazioni di intrappolamento del nervo che innerva quella zona. Sarà il facciale o il trigemino? E poi, esattamente da quale ossa sbucano in superficie questi nervi? Potrei scoprirlo in fretta, ma faccio prima a smuovere un po’ tutte le ossa potenzialmente coinvolte. Ovviamente il temporale, e quindi i parietali, l’occipite, lo sfenoide (non che

quest'ultimo si riesca a smuoverlo direttamente) e quindi il frontale. Poi comunque uno *zigomatic lift* non fa mai male. Insomma, 20 minuti di lavoro sulla cinetica cranica e.... "voilà!" Problema sparito e mai più tornato.

Gli osteopati chiamano questo processo, per cui in un colpo risolvi un disturbo, "*ONE SHOT*", direi colpo secco. Non succede spesso, anzi a me quasi mai, però confesso che regala una sensazione stupenda.

Il caso di Anna C.:

Anna ha una strana tensione nell'uso degli occhi. Sbatte spesso le palpebre, a volte le spalanca con forza e muove gli occhi in continuazione. Forse, per capire come mai, le servirebbe un ortottico, ma magari posso provare ad aiutarla io. Parliamo un po', mi racconta che soffre da anni di sinusite cronica e di forti mal di testa ricorrenti. Prende farmaci per sopportarli. Inoltre soffre di dolore e rigidità lombare. Pane per i denti di un osteopata già cranio-sacralista. Cominciamo. Trattamenti molto piacevoli e apprezzati, sente molto movimento interno che non conosceva e le piace. Facciamo un ciclo pieno di lavoro, in circa un mese e mezzo.

"- Il tratto lombare della schiena è interessato da sempre da una forte scoliosi che mi procurava ogni tanto fitte dolorose e in cui avvertivo da alcuni anni una mobilità ridotta. Subito dopo il primo trattamento ho notato una maggiore flessibilità del tratto lombare, e per quanto riguarda la schiena in generale ho subito avuto la sensazione di una maggiore fluidità e, allo stesso tempo, di una maggiore tonicità muscolare.

- trattamenti per sinusite: immaginavo che avrebbero avuto un effetto di "drenaggio" liberando via via le secrezioni accumulate nelle zone tra le sopracciglia e ai lati del naso. Questo in realtà non si è mai verificato, ma ho avvertito subito una maggiore apertura del naso - respirando a fondo, mi sembrava di sentir arrivare l'aria fino all'attaccatura dei capelli! - e nel momento in cui si è presentato un raffreddore, che normalmente mi provoca subito senso di intasamento e intontimento e si trascina molto a lungo, tanto che ormai mi ero rassegnata a curarlo con aerosol di cortisone e antibiotico e lunga terapia con Fluimucil, questo si è risolto spontaneamente nel giro di 2 - 3 giorni, senza assumere alcun medicinale, e senza mai arrivare alla sensazione di naso "bloccato", nemmeno in posizione sdraiata: il naso ha continuato a sembrare un'autostrada a 4 corsie.

- soffro da vari anni di mal di testa ricorrenti, soprattutto in corrispondenza di un occhio, accompagnati, quando sono particolarmente forti, da senso di nausea, della durata di circa 3 giorni, e che si acquiscono nel momento in cui mi sdraio: nelle prime settimane dall'inizio dei trattamenti hanno continuato a presentarsi, addirittura con maggior frequenza, ma più leggeri, di minor durata e con la differenza che, sdraiandomi per dormire, anziché acuirsi diminuivano di intensità e spesso addirittura passavano: non ho più fatto uso di antidolorifici.”

Intanto gli occhi continuano ad agitarsi come prima, ma, ogni tanto, durante le fasi del trattamento in cui riesco a rilassarla profondamente, stanno fermi per minuti interi. Mi sembra che siano brevi spazi temporali in cui, comunque, il suo sistema si ricarica molto intensamente.

Il caso di Claudio:

Claudio mi vuole bene, ma è molto scettico riguardo a questo lavoro che dico essere contemporaneamente molto delicato e molto potente. Prova una volta un trattamento, per farmi contento, ma non succede nulla di significativo. Un anno dopo e forse per la prima volta in vita sua, è in crisi. Da settimane, forse mesi è spossato, stanco e sente dolori al petto e nella zona cervicale che lo spaventano molto e lo disturbano. E soffre di tachicardia. Una volta, era particolarmente giù di morale, insisto e lo tratto. L'umore migliora, uno dei dolori, direi una tensione muscolare, svanisce. Torna dopo una settimana e ancora, a suo dire inspiegabilmente, sta meglio. A un certo punto si presenta con la macchinetta per misurare le pulsazioni. Prima e dopo. Un bel cambiamento. Forse è solo perché è stato sdraiato un'ora, ma non conta. E' diventato un adepto dell'osteopatia, in particolare del CV4 e di colpo per lui sono bravissimo e a sentirlo parlare faccio i miracoli. W le macchinette, convincono con i numeri!

Il caso Barbara 1:

Di Barbara racconto più avanti. Ora riporto un *feed-back* specifico: alla seduta n. 5 decido di proporle il lavoro specifico sull'ATM, sulla mandibola e sullo ioide, perché lamenta tensioni al massetere e principio di bruxismo.

“è straordinario davvero ieri non pensavo che tutto quel "ravanamento" portasse ad un effetto così. Stamattina quando mi sono svegliata avevo la mandibola separata dalla mascella (almeno 1 cm tra l'arcata dentaria sup. e quella inf.) e la lingua...poggiata lì in mezzo un po' come quando a yoga cerchiamo di rilasciare tutti i muscoli della bocca e con sforzo teniamo la bocca leggermente aperta....e poi c'è quel sorrisetto che non riesco, e non voglio togliermi, che mi accompagna da ieri sera... insomma, che bello! grazie!

p.s.: poi ti dirò il resto perché al momento sto godendo di questo primo risultato...”

Il caso di Max P.:

Max ha quasi 80 anni e vari acciacchi. Di testa è lucidissimo, brianzolo votato all'azione. Vuole risultati tangibili. Siamo in vacanza nello stesso posto e viene spesso a farsi trattare. “Mi piace”, dice, e non mi sa spiegare che benefici tragga. Poi è partito ed è ritornato due settimane dopo. Mi ha cercato e da un'altra persona, ho sentito che Max ha chiesto: “scusate ma Daniele è già partito? Peccato, quando c'era lui, non avevo dolori né alla testa né alla schiena”.

Il caso di Simona

Simona ha 32 anni e da quando ne ha 16 soffre di mal di testa molto frequenti e molto intensi. Non ne conosce la motivazione e già 2 volte è stata in cura al Besta dove le hanno diagnosticato una “cefalea classica”, senza però indicare la causa. Come cura le hanno somministrato un farmaco molto invasivo con effetti collaterali per lei insopportabili. In pratica è rassegnata a vivere con numerosi Oki, Moment o similari. Le racconto della mia tesi e si presta a ricevere un ciclo di trattamenti.

Le spiego, come sempre faccio con chi ha mal di testa, che non posso sapere perché lei soffra di cefalea e che non esiste, o almeno non è alla mia portata, una manovra che di per sé sia risolutiva del suo problema. Il dolore può essere sia di origine cranica che extracranica.

Nelle settimane successive ho provato a dare agio a tutti quegli elementi che direttamente o indirettamente possono interagire con il capo. In pratica le faccio tutto quello che so, ad eccezione dei thrust (che forse nel suo caso sarebbero stati indicati).

La controindicazione di procedere in questo modo è che non si può sapere il motivo di un eventuale risultato utile. Ma, intanto, alla quarta seduta (nel suo caso ne abbiamo fatte nove), mi scrive:

il dolore è notevolmente diminuito. Mi sento bene come mai da anni e non prendo farmaci da due settimane.

Ci accordiamo sul fatto che, se le fosse venuta una crisi forte, mi avrebbe chiamato prima di prendere analgesici. Così, un giorno, mi chiama dal lavoro e con un filo di voce dice di avere un mal di testa molto forte e la convinco a non assumere nulla ma di correre in studio. Venti minuti dopo essere arrivata il dolore era completamente sparito.

L'ho sentita recentemente, dopo nove mesi. E ha chiamato solo per salutare e ringraziare. La cefalea, per adesso, non c'è più.

3.2 OBIETTIVO: L'UMORE

I risultati che mi stanno più a cuore sono quelli legati più squisitamente all'umore. Ho trattato diverse persone che, pur essendo sostanzialmente sane, soffrono. Prima di cominciare il primo trattamento, alla domanda “come stai”, rispondono “malissimo”. In molti casi come questi, con il mio lavoro mi prefiggo un primo, generico obiettivo preciso, raggiunto puntualmente: dal primo trattamento, a un certo punto o meglio “al momento giusto” chiedo innocentemente “come stai?” E la risposta è sempre una tra le seguenti: “benissimo” o “così voglio stare” o “era da così tanto tempo che non stavo così” o altre simili.

Il caso di Maurice:

Maurice è un anziano simpaticissimo signore, simpatico, buono e intelligente.

E' afflitto da ipocondria, paure, attacchi di panico, pensieri negativi. Non si gode più nulla. Sta, per l'appunto, malissimo. Inoltre è pieno di dolori.

Gli suggeriscono di venire da me, ma non crede che io possa fargli bene. Però, disperato, decide di provare. Fin dal primo trattamento ha dato *feed-back* molto positivi sia rispetto ai dolori fisici che agli attacchi di panico. Scrive che le cose gli vanno bene anche a distanza di qualche giorno dal trattamento, che il panico lo colpisce più raramente e con meno intensità. Si definisce “uno dei convertiti all'osteopatia delicata di Daniele”. Cinque giorni dopo l'ultimo trattamento mi ha scritto: “tutto bene, i circoli stanno ancora funzionando”. E' inglese, credo che per circoli intendesse il fluire energetico del liquor, l'armonia dei diaframmi e in generale il senso di armonia diffuso a tutto il corpo.

Il caso di Manuela:

Manuela ha una figlia autistica, un lavoro che ama, ma che è troppo faticoso per la sua struttura fisica e a cui deve rinunciare, altri problemini vari e la luce si spegne, la gioia di vivere svanisce. Fatica ad alzarsi dal letto. Inoltre le si scatenano furibonde crisi di emicrania. Sta malissimo. Abita lontano e riesco a vederla solo una volta al mese. Nel suo caso cambio modulo di lavoro e le faccio trattamenti molto lunghi, di circa tre ore, con pause per riposare e rifocillarci.

Il benessere che ne deriva le dura molti giorni, circa due settimane, ma non un mese. Ogni volta che la rivedo è uno straccio. Poi va via felice, forte, rigenerata. Siamo d'accordo che cercheremo di intensificare i trattamenti con la speranza che si stabilizzi su un livello di benessere superiore al suo solito.

Il caso di Raffaella:

Raffaella è una mia vecchia amica. Donna serena, forte e responsabile, è sempre di buon umore.

“Sto malissimo, mi hanno licenziata”. Non sente neanche di dovermi dire nulla di più, le pare ovvio stare malissimo. Non conta che le pagano 12 mesi di uno stipendio

importante a cui si somma la cassa disoccupazione. Non conta che ha un marito che lavora e una bella famiglia con una bella casa. Sta malissimo e basta.

Dopo tre trattamenti scrive:

” ci siamo sentiti circa 4 settimane fa e abbiamo cominciato i trattamenti, ne abbiamo fatti 4. Ero convinta che aver perso il lavoro in modo così improvviso e senza ragione fosse un vuoto incolmabile e difficilmente superabile. Nella mia testa paragonavo questa situazione ad un lutto e la cosa mi spaventava ancora di più perché so di non essere mai stata capace a superare i lutti (nonna, madre...). Mi sentivo senza forze e, soprattutto al mattino, la sensazione che provavo era di sgomento. Ma perché alzarmi? Poi ci siamo parlati, ho cominciato i trattamenti e in sole 3 settimane mi sento BENE. Ho pensato a come questo sia accaduto. Io ci ho messo del mio cercando di pensare in modo diverso e trovando piacere nelle cose che sto facendo, ma sono convinta che da sola non avrei potuto farcela, impossibile per me in così poco tempo superare il "lutto" e sentire la situazione di prima lontanissima da me. Grazie per averci creduto, grazie per avermi aiutata ”.

Al trattamento successivo è capitato un fenomeno curioso: lavoro sui plessi dell'orto e del parasimpatico e poi la testa. Raffaella si addormenta e quando tratto il tentorio. Poi, durante il CV4 le braccia e soprattutto le mani e le dita sobbalzano, scattano. Tanto, troppo perché io non lo notassi. Ho interpretato quegli scatti come un “errore di sistema”, un messaggio che il suo SNC, più o meno inconsapevolmente, immette nei tessuti. Lei, immagino, dice a se stessa qualcosa tipo: “lavoro quindi sono. Senza lavoro le mie mani non possono stare tranquille”. Ho protratto il trattamento a lungo, pensando e sentendo e sperando che le arrivasse un messaggio diverso: “sono. Innanzitutto sono. Poi, forse, lavorerò”.

Finito il trattamento, era esausta. Dice che si sentiva come dopo aver fatto tre ore di palestra. Il giorno dopo mi ha chiamato lamentando di essere ancora molto stanca. Le ho raccontato del messaggio e mi ha risposto:

” non ci posso credere, mi ha appena chiamato una agenzia di collocamento e ho risposto meccanicamente alle loro domande ma più distaccata del solito, come se non mi interessasse poi così tanto il lavoro. Non farei un trattamento prima di un colloquio importante, però intanto mi sento di poter essere viva e serena malgrado la temporanea disoccupazione”.

Il caso di Paola T.:

Paola non è più giovane, non è più sposata, non è più felice. E' "sana" ma non le basta.

Dopo 2 trattamenti mi scrive:

"Ciao Daniele, sono rientrata da poco dal lavoro, giornata pesante, però devo dire che sono riuscita a superarla con molta tranquillità e equilibrio. Quella di stamattina e' stata una seduta super relax, avrei continuato all'infinito a stare in quello stato !!! Devo riconoscere che a differenza di quella della settimana scorsa, che per rilassarmi e fermare la mia mente galoppante c'e' voluto un po' di tempo ma alla fine sei riuscito a farmi uscire dallo studio in perfetta forma, questa volta appena stesa sul lettino, è stato quasi magico. Il mio corpo, la mia mente, tutto il mio essere era in un altro pianeta, non ero lì ... una sensazione di pace, serenità, il nulla totale. Bellissima esperienza e sempre più curiosa di andare avanti."

Il caso di Barbara 2:

Barbara è una ragazza madre di 2 figli stupendi, un buon lavoro e dieci anni passati faticosamente tra responsabilità in ufficio e tanto impegno a casa. Lei funziona bene, al lavoro cresce e soprattutto crescono bene i bimbi. Però fa davvero tanta fatica. Quando arriva da me è molto provata e stanca, e lamenta di sentirsi vicina a crollare. Poche settimane dopo mi scrive:

"Volevo dirti che...

Sono FELICE, FELICE, FELICE! Davvero un casino!

Ho praticamente deciso di iscrivermi a quel corso di cui ti ho parlato e questa cosa mi sta provocando delle emozioni incredibili!!!!

È come se per la prima volta seguissi davvero il mio istinto/intuito creativo e in un certo qual modo mi "realizzassi".

Io te lo devo dire...parte di quello che sto vivendo è grazie a te, me lo porterò sempre dentro, GRAZIE"

Il caso di Paola P.:

Paola non è una donna serena. Resiste, ma alterna sempre momenti in cui funziona a momenti in cui soffre. Si sforza sempre di tenere tutto sotto controllo. Sa ridere ma è molto spesso seria, ombrosa, preoccupata.

Dopo 3 trattamenti scrive:

“Sai un po’ quello che è il mio vissuto e anche quali sono alcune delle mie recenti tensioni.

So di essere sempre molto trattenuta e quando mi capita di lasciarmi andare è una vera gioia per tutto il corpo, oltre che per la mente.

Durante la prima seduta mi sono molto rilassata al momento e forse addormentata.

Una volta fuori, nel mio ritmo quotidiano, la fretta e la tensione non mi raggiungevano nella stessa maniera... il nuovo messaggio che circolava in me era "dove arrivo, arrivo".

Col secondo trattamento le mie resistenze si sono visibilmente e ulteriormente allentate. Grande rilassamento durante e dopo la seduta; e la sera ho carbonizzato la mia cena! Ho ricollegato subito al trattamento: io sono svampita già di mio, ma la sensazione in più che provavo era che non mi importava ...non subentrava la preoccupazione per la mia sbadataggine.

Mi rendevo conto di essere rallentata e un po’ sulle nuvole...di non avere come mio solito il controllo della situazione o di non tentare di averlo.

La terza seduta l'ho sentita più lieve come a consolidare una " serenità" che si è insinuata nei miei giorni poco sereni.

Ti ringrazio perché è stato un vero regalo.

Fisicamente mi sento più libera, più sorridente e più forte e l'effetto benessere comincia a accompagnarmi giornalmente in modo lieve, ma gradevole da accogliere e conoscere.

Direi una gran figata!!”

Il caso di Gaia:

Gaia è una giovane donna con un passato decisamente burrascoso e diversi traumi emotivi da gestire. Si impegna molto per crescere e vivere la sua vita al meglio, ma ogni tanto entra in crisi e si descrive così:

“...tensione e dolore provocato da qualsiasi cosa ti passi per la mente. Lacrime che ti scendono solcando il viso, e la paura di non riuscire a passare con serenità neanche un attimo della tua giornata...”

Quando si presenta in questo stato la tratto per un’oretta: solito percorso leggero, MTR e drenaggio dei seni venosi, diaframmi, sacro, schiena. Seguono 2 suoi feedback:

“Ti sentivi soffocare ma poi l'aria si libera dentro di te....

Vivere e rinascere al tocco caldo di questa forza dirompente ... una spinta, un vortice ... il calore ...

Ti trovi altrove mentre ti concedi all’immenso...liberi la mente e ti lasci trasportare dove niente ti può far piangere...”

Mani che si appoggiano sollevando la tua anima, i tuoi problemi, i tuoi tormenti....

Secondi, minuti, ore ... chiudi gli occhi e non pensi ad altro che al tuo respiro... niente ti può far del male... in quel momento sei tu, dove vuoi ... in un’isola sognante ...

E ancora, a seguito di un altro trattamento:

“Da quando ho incominciato a permettere a te di praticare questa medicina alternativa, il mio corpo, in qualche modo, si sente meglio, è più tranquillo, rilassato e il dolore o i pensieri negativi riescono ad essere eliminati ...un benessere spirituale...l'energia necessaria per stare subito un po' meglio...una forza che supporta in qualche modo un malessere che è presente in quel momento...

Il mio organismo, le mie cellule ora stanno meglio, mantengono e rafforzano lo stato della mia serenità, rigenerandomi positivamente...

Non so se si possa guarire ma si ha la percezione di quella sicurezza. Grazie!”

Francamente, cara Gaia, non so neppure io se posso guarirti, ma certo con queste reazioni al trattamento si possono, come minimo, trasformare pessime giornate in normali belle giornate. E questo, per me, è già sufficiente.

3.3 BENEFICI EFFETTI COLLATERALI

Racconterò di alcuni casi per segnalare che spesso ci prefiggiamo uno o più obiettivi che hanno qualcosa a che fare con il vissuto che il paziente ci comunica all’inizio e

poi, durante il percorso, si manifestano alcuni benefici assolutamente inattesi. Li chiamo “i benèfici effetti collaterali”.

Il caso di Aviva:

Aviva è una donna che appare piuttosto stabile ed equilibrata, è quasi sempre di buon umore e ama prendersi cura di sé. Soffre di bruxismo, che gestisce con un byte e, a volte, di tensione e dolore al collo. E’ molto attenta al suo corpo e un tantino ipocondriaca. Non vuole sapere come è fatta dentro, mi chiede sempre di spigarle cosa faccio ma vuole risposte “energetiche” oppure fisiche ma rivolte al risultato, non alle strutture che tratto. Accetta risposte tipo: ti fa bene alla circolazione, oppure, riduce la tensione, ecc. Si avvicina ai miei trattamenti per prova, per vedere se in qualche modo le fanno piacere o bene.

Al primo trattamento i muscoli del collo si rilassano e ne prenota altri.

Al quarto trattamento mi dice:

“La signora da cui vado una volta alla settimana a fare linfodrenaggio, 2 anni fa mi aveva trovato un bozzo qui di lato, dietro al collo. Sono subito andata a fare la biopsia e non è niente; solo un bozzo di tensione. Questa settimana la signora mi ha fatto notare che è sparito!!!

Non sapevo dell’esistenza di quel bozzo ma capisco che, se era tensione, può anche sparire con qualche trattamento di osteopatia “light”. Aviva continua a venire quando è stanca o tesa o nervosa o ha un dolorino qua e là. E ogni volta poi si sente meglio. E soprattutto... il bozzo non è più tornato!

Il caso della sig.ra Vera:

Vera è una donna forte e di grande successo professionale, persona che sa prendere le situazioni di petto, affrontare e risolvere a proprio vantaggio i conflitti.

Prova un mio trattamento per curiosità e perché ora ha tempo libero per occuparsi di se stessa. Prenota altri quattro trattamenti. L’interazione funziona, il lavoro entra nel sistema e lei lo sente. A volte con stupore (ad esempio, la presa sacro-occipite soprannominata bastone della pioggia la incuriosisce parecchio: io non faccio nulla e

lei sente la vita, il core link, scorrere dentro con forza sorprendente), spesso semplicemente con piacere e quiete. Intanto parliamo parecchio, lei di sé, io di me. Escono parecchi spunti che lasciano intendere quanto sia potente nel suo vissuto la parte non soggetta al suo controllo. Gli istinti, le pulsioni, “la pancia”. E, intanto, istintivamente dedico sempre ampio spazio al trattamento dei suoi diaframmi e a tutto ciò che ad essi è correlato. Alla fine, al quinto trattamento tiriamo un po’ le fila del nostro lavoro e scopro che da almeno vent’anni soffre di una forma lieve ma costante di stitichezza. Dice poi, senza dargli troppa importanza: “Beh, nelle ultime settimane l’intestino funziona molto meglio, è diventato un piacere andare in bagno!”

E nell’anamnesi non aveva citato l’intestino, solo frequenti emicrania, peraltro notevolmente migliorata.

Il caso Anna C. 2:

Il caso Anna C 1, di cui ho scritto prima, ci ha portato a risultati fortemente voluti. Per ottenerli abbiamo lavorato intensamente e tra ogni trattamento completo ne abbiamo fatto uno extra, veloce, dieci minuti al volo, solo sul cranio, per favorire la cinetica dell’etmoide e della cinetica delle ossa della faccia.

Ma c’è di più: alla fine del quinto incontro mi racconta che, sarà per l’età (oltre i 50 anni) e le quattro gravidanze, verso sera le si gonfiano le gambe. Dice che non è solo una sensazione, è proprio visibile, ma che non aveva dato peso alla cosa.

“- ho notato, dopo i primi 4 trattamenti, che la zona al di sopra delle ginocchia, che da qualche anno, vuoi per una questione di età, vuoi in conseguenza delle varie gravidanze, era interessata da ritenzione idrica, più leggera la mattina ma che si accentuava verso sera, sembrerebbe essersi "sgonfiata".

Questo è decisamente un “benèfico effetto collaterale”, non ero informato del gonfiore alle gambe, ma per aiutarla con la sinusite ho sempre anche fatto il CV4, fulcro della circolazione dei liquidi nel corpo.

Il caso di Elisa.

Elisa è sostanzialmente sana eppure soffre spesso di dolori di stomaco, mal di testa, intestino pigro. Per i medici è stress. Le racconto del mio percorso e lei prenota.

Al primo trattamento, quello classico. Si rilassa, si abbandona. Quasi. Anzi no, da fuori non si vede, ma al contatto si sente: si agita, non sa e teme. Respira tanto, troppo. Arrivo abbastanza in fretta al diaframma respiratorio. Dentro, tra le mani, sento un “troppo pieno”. La struttura anatomica funziona, si muove con ritmo e direzione corretti, forza in aumento, velocità in diminuzione. Non noto movimenti di taglio. Eppure sento che devo restare lì, con due mani sull’addome. Delicato, in ascolto, a lasciare che la tensione si sprigioni per poi esaurirsi.

Ha pianto. Molto. Ma non è andata via né triste né piangente. E’ uscita serena e rinnovata. Poi mi ha scritto:

“penso che presto non ci saranno più "tsunami energetici". L'intensità dell'altro giorno è un evento raro, che conservo come una cosa preziosa...ti devo un grazie, per essere "rimasto" lì, presente con attenzione e delicatezza....

Credo che tu sappia già cosa mi è successo e che è rimasto lì sepolto nel mio corpo. Ma te lo racconto ugualmente, perché io vorrei sapere con certezza dove ho messo le mani se fossi in te!

Da piccola sono stata molestata da una persona adulta. Non è durato a lungo e mi è andata bene. ...Quando sei vittima di un sopruso e nessuno ti riconosce come tale, non puoi far altro che vergognartene e accettare quello che è accaduto per quello che è. E poi dimenticartelo e vivere la tua vita.”

E poi, dopo i trattamenti successivi:

“Ieri, dopo il trattamento, ho pranzato con una amica che non vedevo da moltissimo tempo; abbiamo mangiato stupendoci dei nostri reciproci percorsi, e ci siamo toccate in continuazione. E nell'abbraccio che ci siamo scambiate finito il pranzo c'era qualcosa che assomigliava a quello che io mi immagino debba essere la sensazione di essere ovunque, di essere tutto.

E' lo stesso “tutto” che tu hai nelle mani e che mi ha aiutato a vedere un percorso che oggi comincio a saper conoscere. C'era un cerchio spezzato dentro di me. Le due estremità mandavano lampi dolorosi ovunque, come due fili pieni di elettricità che con grande forza cercavano di nuovo l'unione, per placarsi, perché la loro natura è quella di essere cerchio e non segmenti caotici. C'è un cerchio che si sta richiudendo e mi dà grande pace. Grazie di averlo protetto e di averlo reso possibile.”

Occasionalmente tratto ancora Elisa e da allora la testa, lo stomaco, l'intestino sostanzialmente funzionano. Avevano ragione i medici, era stress. Ma un tipo di stress che i farmaci non avrebbero curato. Bisognava rimuovere dai tessuti la memoria di un vecchio trauma.

Il caso del bambino e della logopedista

Da tempo vorrei sperimentare il mio lavoro su persone che fanno logopedia. Voglio che gli eventuali effetti di questi trattamenti vengano valutati non solo da me e dalla persona che li riceve, ma anche da un professionista terzo che possa concretamente individuare eventuali migliorie negli aspetti comportamentali di un cliente che ha in cura già da tempo e che conosce bene.

Ho incontrato Tamara, logopedista che si occupa prevalentemente di bambini.

Le ho parlato della mia tesi e abbiamo strutturato insieme un protocollo di lavoro che abbiamo proposto a Davide, ovviamente in accordo con i genitori.

Davide ha 8 anni, frequenta la seconda elementare, è stato in cura con successo da un'altra logopedista, per disordine fonetico fonologico. Da alcuni mesi è stato affidato a Tamara per disortografia. Gli errori ricorrenti sono scambio delle omologhe (P-B, C-G ecc.) e le doppie. Da notare che gli errori sono più frequenti nel dettato (che produce stress) che non nella produzione spontanea. Il bambino, collaborante e motivato, riferisce affaticamento nella scrittura e preoccupazione per l'elevato numero di errori durante le esercitazioni in classe.

Il nostro metodo di lavoro prevede che Davide faccia, ad ogni incontro, disegno a titolo "come mi sento adesso", dettato e composizione libera a tema "cosa voglio dire al mondo". Poi venti minuti di trattamento (prevalentemente cranio sacrale, ascolto della peristalsi e del diaframma, bilancia orto-para simpatico). Quindi ripetizione del disegno, dettato e tema.

Tamara nota che il trattamento produce nel bambino alcuni cambiamenti: maggior sicurezza nel tratto grafico, riduzione degli errori sotto dettatura e maggior disponibilità a parlare di sé.

Credo che il tutto possa essere riconducibile a una riduzione della tensione e ad una maggior tranquillità e quiete del sistema nervoso.

3.4 EFFETTI INDESIDERATI

E' importante sapere, ed avvisare chi si fa trattare, che il breve periodo successivo al trattamento potrebbe essere caratterizzato da dolore o difficoltà. Mi è capitato poche volte e non è mai durato a lungo, da qualche ora a paio di giorni, ma è opportuno segnalarlo. Il "dolore delle ore dopo" si riferisce sia a disturbi fisici che a sblocchi emotivi. Ritengo che, a volte, "smuovere le acque possa far male". Paragono quel dolore a quello che si sente quando si muove un arto addormentato. Riportare movimento provoca fastidio, ma è molto meglio il dolore passeggero rispetto a tenersi un arto addormentato. La stessa questione riguarda i moti dell'anima. A volte alcune persone nelle ore successive al trattamento percepiscono una sorta di disagio, di emozione non prevista e non sempre facilissima da gestire.

Il caso di Francesca M.

"Dopo 2 giorni continuo ad essere rimescolata, ingarbugliata, avvolta da una percepibile tristezza che appare e scompare all'improvviso scollata da qualche altro angolo buio del mio corpo...

Ancora sono affaticata da una seduta difficile da elaborare... demolita, confusa e rilassata, (la contraddizione fa parte della mia evoluzione), distratta e seccata, narcotizzata e calda.... ma conscia di avere una luce diversa!

Sarà sempre così faticoso guardarsi dentro?

Detto questo, Grazie Sempre.

Francesca M"

Il caso di Paola T.

"E' stato un piacere conoscerti e scoprirti, il nostro incontro di martedì e' risultato molto interessante dal punto di vista sia fisico che emotivo. Mi sono rilassata moltissimo durante il trattamento e anche dopo percepivo quello stato di benessere che mi ha accompagnata fino a sera. Una volta arrivata a casa e' subentrato uno stato di tristezza e inquietudine, che è culminato con un pianto. Questo stato mi ha accompagnata anche il giorno dopo e ho notato anche un po' di nervosismo. Non so spiegare questa

reazione anche perché in questo periodo mi sento felice e carica di energia: o e' solo uno stato superficiale? Comunque ci vediamo al nostro prossimo appuntamento e mi aiuterai a comprendere meglio. Paola T"

Ricordo, in questi casi, che il nostro lavoro è quello di normalizzare la cinetica dei tessuti e non di comprendere le emozioni che in quei tessuti si annidano e ristagnano. Non dobbiamo permettere a chi trattiamo di confonderci con i medici e tanto meno con psicologi. Non è compito nostro capire i moti dell'anima, ma dobbiamo sapere che le emozioni vivono certo nel cervello, ma risiedono anche nei tessuti.

Il Caso di Silvia:

Silvia ha venti anni e si definisce "stressatissima". Il trattamento procede liscio fino a quando le tocco la gola. Trattamento dello ioide, relè che regola le tensioni tra i muscoli sopra e sotto ioidei. Silvia si pietrifica, scende il gelo. Quella è una zona particolarmente sensibile alle violenze. Si dice che chi ha subito violenze sessuali faticchi a farsi toccare la gola. Le mani proseguono il loro lavoro, una resta ad "abbracciare" calma la trachea l'altra si sposta tra diaframma respiratorio, l'addome, il diaframma pelvico. Sento che lei può continuare, che accetta e al limite gradisce che io continui. Poi si apre e comincia a raccontare. E' stata stuprata da tre ragazzi, di cui uno è il suo ex fidanzato. Non ha denunciato il fatto. Non si è fatta aiutare da nessuno. Io continuo il mio lavoro e alla fine mi abbraccia e mi ringrazia. Dice che ha parlato serenamente di un argomento di cui non parla quasi mai, e mai senza dolore. Con il trattamento si è sentita serena e sicura, forte. Ha potuto rivivere, affrontare. Mi sembrava di aver fatto un ottimo lavoro. Il giorno dopo arrivo in spiaggia e c'è confusione. Non è una rissa, ma qualcosa non va. Mi avvicino e mi dicono: una ragazza ha una crisi epilettica ma la stanno aiutando". Guardo meglio: è lei. E' un vulcano in eruzione, un fiume in piena. Alcuni presenti, volenterosi di aiutarla, con molto impegno le bloccano le braccia e le mettono un panno tra i denti. Le bloccano le gambe. Mentre Silvia si dimena, qualcuno corre a prendere delle medicine contro l'epilessia. "Altra violenza", penso, così decido di intervenire. Prendo coraggio e mi avvicino, la tocco da dietro, una mano sulla schiena e sento che posso aiutarla.

Allontanano gli altri e lei si sdraia accompagnata dalle mie mani sulle spalle. Appena sdraiata le prendo la nuca tra le mani e inibisco i sub occipitali mentre, nel contempo tratto Inion, secondo Sutherland il fulcro delle tensioni fasciali. In circa venti secondi smette di tremare, altri trenta secondi e smette di piangere. Continuo con un (infallibile!!!) CV4 (compressione del quarto ventricolo). Si addormenta, forse, o comunque si placa. Terminato il CV4, la sveglio con lievi pressioni dietro le spalle. Sta bene, è calma e tranquilla.

Io no. Cioè, sono felicissimo di averla aiutata. Ho fatto un figurone con i presenti. Però mi resta il sospetto che sia stata colpa mia, per il lavoro che le avevo fatto la sera prima. Ho imparato a non sottovalutare i blocchi emozionali e fisici che a volte si annidano sotto ai blocchi fisici che come osteopata incontro e tratto.

3.5 CASI CURIOSI

Il caso di Feliciano:

Di Feliciano so solo che è psicologa clinica, psicoterapeuta classica che usa come strumento di lavoro essenzialmente la parola. Concorda con l'idea che il benessere psichico di una persona non è altro dal benessere fisico, che la terapia psicologica avrebbe effetti più rapidi e significativi se, almeno occasionalmente, il paziente ricevesse in concomitanza alcuni trattamenti osteopatici volti al benessere fisico ed energetico.

Ci incontriamo e parliamo per circa un'ora. Parlo dei trattamenti, dei *feed-back*, degli effetti del tocco. Le interessa per i suoi pazienti, ma per lei no. Dice che non gradisce sentire". Le chiedo permesso e le prendo il braccio e la mano: il polso è rigido, come se non avesse articolazione tra mano e avambraccio. Le dico: "adesso guarda": metto la punta delle dita sul capitello radiale e con l'altra mano tengo la punta del pollice. Ascolto la vita nei tessuti e, dopo circa trenta secondi, le prendo la mano e l'avambraccio: polso morbido e disposto al movimento; fiducia acquisita dai tessuti,

quindi da lei. Trattamento prenotato, ma, chiede lei, solo a titolo di presentazione del mio lavoro.

Lavoro standard per circa dieci minuti: spalle, sub occipitali, trazione tubo durale (nota una trazione fasciale dal basso) apertura stretto toracico. Il tutto con annesse chiacchiere a tema. Non è un trattamento, ma una presentazione. Decido di dimostrarle che anche i tessuti parlano, non solo i clienti. Avvicino le mani al diaframma pelvico dicendo: “vedi, posso rilassarti il sistema lavorando la testa, possiamo parlare di tensioni e di ansie, ma se ti tieni questa mappazza dura e rigida al posto dell’intestino.....”. Intanto le tocco la zona pelvica: è di marmo. Sto lì, con la tipica presa a due mani della zona lombo addominale, con particolare attenzione al diaframma pelvico. Ascolto i suoi movimenti, dapprima compatti freddi e deboli, farsi caldi, lenti e prolungati. La mano sotto sente i muscoli della schiena rilassarsi lentamente, ma progressivamente; il diaframma comincia a respirare. Intanto lei racconta che nell’ultimo anno ha alternato, nei momenti di tensione, periodi di diarrea a periodi di stitichezza. E mentre racconta si rilassa e si commuove. Ho continuato, un’oretta in totale. Alla fine mi ha chiesto: hai già finito? Vorrei che non smettessi mai, vorrei stare sempre così.

Mi ha scritto un sms due giorni dopo:

“mi sembra molto importante il tuo intervento nella logica di un generale benessere”.

Il caso di Adrian:

Adrian è un mio vecchio amico che vive all’estero e non vedo da anni. Viene a Milano con il suo spettacolo teatrale, un mix tra teatro, circo e musica dal vivo.

Pranziamo insieme e, ovviamente, gli offro un trattamento. Non è il primo di un ciclo, è un trattamento “esplorativo”, per fargli sapere cosa faccio. Quindi mischio un po’ i vari percorsi, faccio il meglio che posso. Si rilassa, comincia a viaggiare. Quando finisce il tempo e deve cominciare le prove si alza, mi abbraccia e mi dice: “hai un dono importante, grazie, mi è piaciuto molto!”.

Poche ore dopo cade dalle scale. Ha caviglia molto gonfia ed è il protagonista di un'opera molto movimentata. Mi chiede se posso aiutarlo col gonfiore. CV4!!! A lungo, con tenacia. Il fulcro dei flussi fluidici del corpo è l'unico tentativo in mio potere. Oltre al ghiaccio e alle bende per lo spettacolo. Regge! La sera, dopo lo show, la caviglia è gonfia, ma meno di prima. Non so come sarebbe stata la gamba senza il mio intervento, comunque ce l'ha fatta. Mi dice che, il giorno seguente, avrebbero debuttato due nuovi acrobati e mi chiede di trattarli, perché sono molto tesi. Sono una coppia con una parte molto intensa, spericolata e faticosa.

Comincio con lui, che apprezza molto. Poi lei, che apprezza moltissimo e me ne chiede uno per il giorno dopo. Si commuove, si emoziona, piange. Quando concludo è molto contenta.

Poi arriva la trapezista con dolori alle spalle. La contorsionista con male alla schiena. Insomma mi trasferisco dietro le quinte del teatro in pianta stabile per 4 giorni di fila. Due spettacoli al giorno, pranzi e cene con il gruppo e trattamenti a volontà. Arriva uno dei musicisti. Lo hanno operato all'addome due settimane prima, ha dolori e dorme male. E, soprattutto, fatica ad usare il diaframma (è il clarinettista!!!). Lo tratto per come posso. Può stare solo supino e per prudenza scelgo di non trattare la zona ferita. Mi resta il diaframma, le spalle, la testa. Ci dò dentro parecchio, con tenacia e determinazione. Cerco di portare morbidezza e fluidità dove c'è tensione. Ma non mi illudo più di tanto. "Mi accontenterei che tu dormissi meglio stanotte". Il giorno dopo avevano uno spettacolo mattutino privato. Non vado. Arrivo al pomeriggio e mi corre incontro la fisarmonicista: "ti prego, fallo anche a me. Paul ha suonato molto, molto meglio." Insomma, per concludere, oltre ad aver imparato molto, mi sono divertito e ho rimediato una richiesta di ingaggio per le loro future *tournées* in Italia!!!

Il caso Gianna.

Ho trattato Gianna ripetutamente lo scorso anno.

A un anno di distanza ci siamo rivisti e dopo il primo trattamento mi ha scritto:

“non pensavo che in 5 minuti mi sarei ritrovata esattamente nello stato di quiete e relax in cui mi avevi lasciato l’anno scorso”

Cara Gianna, i tessuti ricordano....

Il caso del festival dell’oriente:

Al Festival dell’Oriente si riuniscono operatori di MTC, di varie discipline olistiche e esperti di arti marziali.

Mi hanno chiesto di tenere due conferenze sul tema “l’osteopatia cranio sacrale in chiave olistica”.

Ho preparato un bel discorso di circa un’ora sul concetto osteopatico di salute. Alla fine della conferenza mi hanno fatto parecchie domande e le mie risposte sono state appropriate ed esaurienti. Mi hanno messo a disposizione un lettino per far “assaggiare” un trattamento. 15 – 20 minuti a testa. In totale ho trattato 27 persone. Prevalentemente diaframma, drenaggio seni venosi, CV4. I risultati sono stati a mio parere strepitosi: tutti si sono alzati dal lettino con un’espressione diversa rispetto a quando si erano sdraiati e hanno inviato i loro amici a provare.

CAPITOLO IV

CONCLUSIONI

Il trattamento è olistico.

Il termine “OLISTICO” si riferisce a tutti quei sistemi che non possono essere pienamente compresi tramite la rappresentazione dei sottosistemi che li compongono. Un’automobile non è olistica. La vita è olistica. Il tocco è olistico. Si può esprimere in formule la pressione che esercito, la direzione e il verso, la temperatura. Ma il contatto tra due esseri viventi contiene anche emozioni e reazioni non prevedibili.

I trattamenti non sono matematica. Se faccio due trattamenti identici a due persone diverse, non ottengo da entrambe la stessa risposta. Inoltre, e questo complica un po’ lo scenario, se faccio due trattamenti identici alla stessa persona in due momenti diversi, non è detto che ottenga entrambe le volte la medesima risposta. Quindi non posso standardizzare i trattamenti. O più precisamente, posso anche farlo, ma non posso standardizzare i risultati ottenuti.

Ma attenzione: questa affermazione non toglie valore allo studio, alla formazione, alla pratica. Anzi, rendono un buon percorso formativo necessario per poter lavorare sulle persone. L’intuito, l’istinto, l’attitudine diventano importati successivamente.

Bisogna sapere cosa si fa e perché lo si fa. Pur sapendo che il risultato non è garantito. Quindi, come insegnano a scuola, le tre cose fondamentali per fare bene

l'osteopata sono: anatomia, anatomia e ancora anatomia. Solo dopo arrivano la predisposizione, la passione, l'intuito. E, quindi, l'esperienza.

Il senso di benessere non dura in eterno, ma aiuta.

Non mi illudo, né illudo coloro che tratto, che i risultati positivi ottenuti con i trattamenti, durino in eterno. Considero che, seppur il benessere sperimentato durante il trattamento possa essere considerato effimero, artificiale e frutto di svariati fattori psico-fisico-emotivi, esso rappresenti comunque un importante, fondamentale cambiamento nello stato di coscienza. Le persone possono stare bene. E se riescono a sperimentare la sensazione di benessere, cominceranno a volerlo e nel giro di pochi trattamenti si abitueranno a star bene. Se successivamente riaffiorassero le crisi o le difficoltà, i soggetti sapranno di avere un strumento facile e sano per superarle e spesso le supereranno senza ricorrere ad ulteriori trattamenti. Ridiventa, per quel sistema, di nuovo semplicemente possibile star bene, nonostante le difficoltà reali.

Il trattamento fa bene anche a chi lo fa.

O più precisamente, può fare bene. Per chi tratta è però fondamentale sapersi “schermare”, difendere dalle interferenze che si instaurano quando si entra in relazione fisica intensa con un'altra persona. Esistono vari percorsi per aiutare l'operatore a rimanere centrato (training autogeno, yoga, tai-chi, ecc). Per chi viene trattato è ovviamente importante affidarsi a persone competenti e ben formate, anche per trattamenti delicati e apparentemente innocui come il cranio sacrale.

Personalmente, le giornate in cui ho trattamenti sono “più belle” di quelle in cui non ne ho. Molti mi chiedono se mi stanco, se le mie energie si prosciugano. Ovviamente i lavori fisici stancano, ma dal punto di vista energetico ho imparato a convertire il trattamento in qualcosa di utile e benefico anche per me.

E' utile che l'operatore riceva i trattamenti.

Ci tengo a segnalare che mi sono molto concentrato sul “fare”, ma è molto importante ricevere i trattamenti. In particolare, ricevere l'applicazione di una tecnica che si è studiato in teoria e che si è praticato più volte aiuta a capirne appieno la portata e il significato.

La formazione non finisce mai.

Quindi la mia prima e fondamentale conclusione è che desidero continuare a formarmi e a praticare.

Osteopatia e MTC hanno molto in comune.

Nonostante le enormi differenze di metodo di lavoro tra le 2 discipline, ho trovato sorprendenti elementi in comune tra l'approccio della MTC e dell'osteopatia.

La Medicina Tradizionale Cinese si fonda sul presupposto che la malattia origini da problematiche energetiche e che mantenere efficiente la distribuzione energetica nel corpo consenta al soggetto di vivere a lungo e in salute fisica e psichica.

Il lavoro si svolge, a livello fisico, sui Chakra (vortici distributori dell'energia vitale) e sui meridiani energetici.

Entrambe le discipline considerano l'individuo vivente come manifestazione di un contesto più grande (il Chi e il respiro della vita) che lo attraversa e lo anima. La vita deriva dalla coesistenza di forze interne, (energia ancestrale, DNA) e esterne (energie cosmiche e della terra, contesto sociale). Al centro c'è l'essere vivente, nel nostro caso l'uomo, che conserva unicità specifica e responsabilità verso se stesso e verso il resto dell'universo.

Il movimento presente all'interno del sistema corpo, (sia esso considerato come mappatura energetica o piuttosto come insieme di cellule che si aggregano in tessuti, in organi e quindi in apparati che cooperano sotto il controllo del SNC), è centrale nel mantenimento della salute. E questa è riconosciuta come coesistenza indissolubile tra corpo fisico e corpo psichico.

Trust e MET a volte sono indispensabili.

Ho dato grande spazio, in questa tesi, a quella componente dell'osteopatia che riconosce una centrale importanza alla capacità di autoguarigione di cui siamo dotati. Ma ci tengo a evidenziare che ho imparato bene che a volte la struttura va manipolata affinché si possa sostenere la funzione. Ho provato, ma non inserito in questo lavoro, tutte le tecniche apprese a scuola, convinto che un osteopata completo debba avere un vasto spettro di manovre e competenze da mettere in campo per svolgere al meglio il proprio lavoro e per sostenere la salute e il benessere dei pazienti.

RINGRAZIAMENTI

Ringrazio tutti i docenti della Fisiomedic per l'impegno e la professionalità.

Ringrazio Franco, maestro di vita e della tecnica per renderla più forte e sana.

Ringrazio i miei compagni di corso per aver sopportato con pazienza le mie mille domande e per essere sempre stati disponibili.

Ringrazio Martina, mia moglie, e i miei figli Olivia, Rocco e Iacopo per il supporto morale e fisico in questa mia avventura, per il loro amore e per la disponibilità dei loro corpi verso le mie mani. Anche loro mi hanno ringraziato in modi e tempi diversi per i benefici che hanno tratto dal mio lavoro.

Ringrazio tutte le persone che ho trattato e che tratterò. La loro forza vitale dà carica alla mia.