

L'auto-cura e l'embrione dentro di noi.
Il benessere e la guarigione vengono da dentro.

di Paolo Maderu Pincione

Ci sono diversi efficaci metodi di auto-cura che si basano sulle capacità di auto guarigione intrinseche al nostro corpo:

- con la regolazione del respiro, diminuisco il tono del Sistema Nervoso Simpatico, responsabile dello stress e dell'ansia,
- con le tecniche di movimento consapevole, dallo Yoga al Thai Chi o alle danze che coniugano mente-corpo-spirito sviluppo le endorfine, gli ormoni del benessere,
- con le diverse forme di meditazione, dalla Mindfulness, allo Zen, alla preghiera aumento le connessioni neurali, rinforzando il sistema immunitario,
- con l'ascolto del ritmo del battito del mio cuore, (anche usando strumenti di Bio feed-back visto che non è così facile) creo una maggiore Variabilità della Frequenza Cardiaca (HRV) che è un indicatore di vitalità.

A fianco di queste tecniche più o meno tradizionali, sta iniziando a diffondersi una modalità che può essere sintetizzata con la frase: "ri-trovare l'embrione dentro di noi".

Noi attribuiamo la nascita al momento della fuoriuscita dal grembo materno ma se invece la "nascita" fosse avvenuta al momento del concepimento, beh, ora avrei circa nove mesi in più, ma soprattutto con tutte le esperienze di quei nove mesi.

Provo ad osservare una fotografia che mi ritrae ad un anno, mi riconosco e dico: "Quello sono io all'età di un anno" e probabilmente mi intenerisco mentre ho difficoltà a riconoscermi in una ecografia a cinque o sei mesi di gravidanza, non era vita "cosciente" quella.

Eppure in quell'epoca mi sono formato nel vero senso della parola: ho iniziato a sviluppare la mia forma umana che poi si è evoluta e continua ad evolversi in quella attuale.

Alla base dello sviluppo embrionale a guidare la mia forma-zione, non ci sono "solo" forze genetiche, oggi è stata dichiarata la grande influenza dell'epigenetica(*) e delle forze bio-morfologiche.

(*)

*"Alcuni aspetti dello stile di vita moderno possono incidere sul benessere generale dell'organismo, alterandolo. Tra questi troviamo il cibo che mangiamo e i nutrienti che assorbiamo, oltre ad altri fattori ambientali presenti a casa e sul lavoro. L'insieme di questi fattori sono noti come epigenetica. Gli scienziati oggi sanno che i geni sono largamente influenzati dall'ambiente, in alcuni casi fino al 98%. Queste scoperte rivoluzionarie ci indicano una nuova via, dove non siamo più controllati dal nostro patrimonio genetico ma in cui siamo noi a determinare il nostro destino attraverso modifiche di quei comportamenti in grado di modificare i nostri geni in modo favorevole alla nostra salute.
fonte <https://www.consorziohumanitas.com/epigenetica/>"*

Torniamo all'embrione dentro di noi.

Le prime cellule da cui mi sono formato sono cellule staminali, capaci di trasformarsi in ogni altra cellula specializzata e con un ruolo di riparazione, ed è per questo che si definiscono toti-potenti.

Quelle cellule sono ancora dentro di noi, si trovano nel midollo, nel sangue, in alcuni tessuti adiposi, nella polpa dentaria, etc. e la ricerca sta offrendo grandi speranze proprio per il loro potenziale. In senso lato sono parte del cambiamento di forma che ho dentro, le nostre forze Biodinamiche e Biocinetiche.



Forze di espansione e contrazione, fatte di spinte, trazioni, suzioni, corrosioni, crescita alla ricerca di nutrimento e anche di morte (apoptosi), a vantaggio di altre, tutte componenti che hanno modellato i nostri sistemi corporei (*vedi embriologia di E. Blechsmidt*).

Queste forze sono le più qualificate rappresentanti della mia salute, del mio potenziale di auto-guarigione ed auto-cura, sono letteralmente forze della "Creazione".

Cosa vuol dire riconoscere, rivivere attraverso il movimento, la visualizzazione e il contatto...le gesta del nostro embrione che da una cellula si è trasformato in quello che siamo oggi?

Vuol dire riconoscere in noi le capacità ed il potenziale del nostro corpo, che mira a completare eventuali fasi non elaborate.

Queste nuove tecniche derivano da pratiche di avanguardia che vanno sotto vari nomi, BioDinamica Craniosacrale, BioMorfologia Dinamica, Dinamiche Morfologiche Embrionali, ed anche se non abbiamo ancora ricerche scientifiche a riguardo, le esperienze fatte sul campo ci hanno dimostrato l'efficacia nei confronti del dolore e della sofferenza non solo fisica, come se si attivasse quella coscienza primordiale di totalità, di unità, interezza e vitalità che tutto sommato è la nostra più grande risorsa.

Magari non arriverò a riconoscermi nell'immagine del mio embrione ma comincerò a ri-percorrere, ri-vivere, ri-immaginare, insomma ri-incarnare le gesta del mio sviluppo embrionale e sarò più in contatto con le intrinseche e fantastiche capacità che il mio corpo può esprimere.

Di questi temi a Trieste se ne occupa la B.C.S. (*Associazione Regionale Tecnica Cranio Sacrale Biodinamica*) e se siete interessati alla formazione o agli eventi che riguardano "l'incarnare l'embrione" o le forze biodinamiche rivolgetevi a info@bcstrieste.it.

Queste conoscenze sono preziose per gli operatori in osteopatia, craniosacrale e per chiunque si occupi di tecniche corporee.

Ci sarà un evento speciale il 13-14-15 aprile <Le forze bio-morfologiche embrionali dentro di noi> con l'intervento di Paolo Maderu Pincione, *Fondatore e Presidente dell'I.T.C.S. (Istituto per le Terapie CranioSacrali) ora Respirazione Primaria. Membro fondatore dell'A.C.S.I. Associazione CranioSacrale Italia.*