

**Pietro Thea**

tel. 328 88 26 212

[pietro.thea@sedendoquietamente.org](mailto:pietro.thea@sedendoquietamente.org)

[www.sedendoquietamente.org](http://www.sedendoquietamente.org)

Da più di trent'anni si interessa al benessere psico-fisico e spirituale e nel 2005 abbraccia la via della Biodinamica Craniosacrale sviluppandone la comprensione e la pratica attraverso svariati seminari e corsi di formazione. Ha conseguito il **Master in Biodinamica Craniosacrale** con Michael Kern presso l'Istituto Terapie Cranio Sacrali (ITCS) <http://www.craniosacrale.it/>.

È socio qualificato **ACSI** (Associazione CranioSacrale Italia) <http://www.acsicraniosacrale.it/>, iscritto nel "Registro degli Operatori Italiani in CranioSacrale" (ROICS).

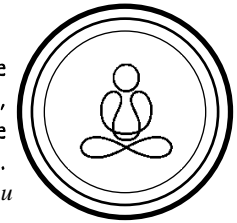
Segue le vie del Buddhismo e dello Yoga dagli inizi degli anni '80. Insegna Yoga dal 1995 e dal 2005 conduce seminari e ritiri di Meditazione di Consapevolezza Buddhista (Vipassana).

È laureato in Matematica e ha conseguito il Master in Filosofia Orientale e Comparativa.

Ha pubblicato il libro "[Sedendo Quietamente. Esperienze e riflessioni sul Buddhismo, lo Yoga e la Pace Interiore](#)": scarica un estratto del libro al link <https://www.gruppomacro.com/estratto/sedendo-quietamente>.

***Esegue trattamenti di Biodinamica Craniosacrale presso vari centri***

Sedendo quietamente  
senza fare nulla,  
la primavera giunge  
e l'erba cresce da sé.  
Zenrin Kushu



*Il bocciolo  
rappresenta tutte le cose,  
anche quelle che non fioriscono,  
poiché tutto fiorisce,  
dall'interno, di auto-benedizione;  
  
anche se a volte è necessario  
ricordare alle cose la loro bellezza,  
posare la mano sul capo del fiore,  
e ripetergli a gesti e a parole,  
che è bello,  
finché fiorisce di nuovo  
dall'interno, di auto-benedizione.*

Galway Kinnell

## **BIODINAMICA CRANIOSACRALE**

***Un approccio alla salute  
fondato sulla quiete e  
sull'ascolto empatico***



Associazione CranioSacrale Italia  
Socio Qualificato 2021

## L'APPROCCIO

*Tutto il lavoro di guarigione è di natura essenzialmente relazionale. Ciò esprime una verità profonda: tutta la vita è relazionale. Noi esistiamo in interdipendenza.* (F. Sills)

Il Craniosacrale Biodinamico o **Biodinamica Craniosacrale** (in inglese Craniosacral Biodynamic Therapy) è un approccio al benessere e alla salute che promuove il processo naturale di **auto-regolazione** e di **auto-guarigione** dell'organismo. Attraverso un **contatto manuale** leggero, delicato e non invasivo, unito ad una **consapevolezza** spaziosa e ricettiva viene stabilito un **campo relazionale** stabile, accogliente ed empatico, nel quale naturalmente si attivano quelle risorse che tendono a riportare il sistema mente-corpo del cliente in equilibrio e in salute.

### UN'ARTE CONTEMPLATIVA

*Ciò che continua a colpirmi profondamente è questo: la biodinamica craniosacrale è un'arte contemplativa. Io sono unito in meditazione insieme al cliente.* (M. Shea)

Il trattamento Craniosacrale è una vera e propria forma di **Meditazione di Consapevolezza (Mindfulness)** fatta in due: sia il ricevente che il praticante allenano la loro capacità di rimanere nel presente con gentilezza, ricettività, apertura. Anche da questa angolazione abbiamo una conferma della validità della Biodinamica Craniosacrale, poiché negli ultimi anni sono stati effettuati migliaia di studi scientifici sull'efficacia terapeutica della Meditazione di Consapevolezza.

## IL TRATTAMENTO

*Il Dao costantemente non agisce, eppure nulla rimane incompiuto.* (TTC-37)

Il trattamento Craniosacrale, da un punto di vista fisico, è una forma di **contatto manuale** molto **delicato, leggero, non invasivo** e **non manipolativo**. Per descrivere la qualità del contatto utilizzato dall'operatore si dice che è come se le mani galleggiassero su del sughero che a sua volta galleggia sull'acqua.

Da un punto di vista più profondo, il trattamento Craniosacrale consiste nello sviluppo di uno **spazio di ascolto**, un campo relazionale empatico che è una vera e propria arte contemplativa. L'operatore si orienta verso **una presenza spaziosa**, una **quiete stabile** e alla **percezione** di quei movimenti interni, sottili e involontari che sono presenti nel corpo del cliente e che sono chiamati **Maree**. Quando la totalità del sistema della persona si sente intimamente accolto e ascoltato, allora le maree ritrovano naturalmente la loro fluidità e armonia, e ciò porta l'organismo in un migliore stato di benessere psico-fisico.

### EFFICACIA E FUNZIONAMENTO

Se facciamo riferimento al modello classico di funzionamento del **Sistema Nervoso Autonomo**, possiamo dire che la Biodinamica Craniosacrale facilita il riequilibrio dei due sottosistemi simpatico e parasimpatico: favorisce cioè il passaggio da una modalità di funzionamento combattimento-fuga (simpatico) tipica dello stress, ad una modalità riposo-digestione (parasimpatico) che è fondamentale in ogni processo di auto-guarigione.

## SALUTOGENESI, QUIETE E AUTO-GUARIGIONE

L'OMS definisce la salute come uno stato di completo benessere fisico, mentale, sociale e spirituale, e non semplicemente l'assenza di malattia o di infermità.

In Occidente, a partire dalla metà del secolo scorso, la **salutogenesi** si sviluppa come nuovo approccio focalizzato sulla comprensione dei fattori, delle condizioni e dei meccanismi che favoriscono i miglioramenti dello stato di salute. In questo paradigma la salute è vista come un continuum malattia-salute, dove, indipendentemente dalla condizione in cui si trova, la persona dispone sempre di risorse e opportunità per spostarsi verso un migliore e più completo stato di salute.

A. T. Still, fondatore della Osteopatia, da cui deriva la Biodinamica Craniosacrale, già alla fine del diciannovesimo secolo, aveva contribuito a questo cambio di paradigma quando scrisse: *“Trovare la salute dovrebbe essere l'obiettivo del medico. Chiunque è capace di scoprire la malattia.”*

R. Becker, osteopata e uno dei pionieri dell'approccio Biodinamico ha scritto: *“La guarigione non avviene nel movimento, avviene nella quiete (stillness)”*

È proprio nella **quiete dinamica** che si manifesta durante il trattamento, che si attivano all'interno del cliente le forze della **Salute**: si innesca cioè quella **forza vitale**, quella **intelligenza** che organizza e sostiene la vita, e che è sempre presente nella persona, dal concepimento in avanti.

Una volta che è attivata, la vitalità dell'organismo tende naturalmente a riportare il sistema in equilibrio.