

La vicinanza, la similitudine tra l'osteopatia e lo yoga la scopro con piacere ogni giorno di più.  
Ritrovare nella pratica delle asana, nell'attenzione al momento presente, al qui ed ora, tutto ciò a cui durante un trattamento presto attenzione ed invito il paziente a porre l'attenzione, beh è una vera gioia.

Quest'unico fluire del "**Respiro della Vita**", termine utilizzato dall'osteopata **Dott. Sutherland**, nel sottolineare il proprio lavoro in **Biodinamica Craniosacrale**, questo respiro nel respiro così intimamente legato alla cultura orientale, alla Medicina Ayurvedica, questo **Prana**, *Respiro della Vita, Forza Vitale che dà Vita, che porta vita nella vita.*

Mi stupisco e profondamente mi commuovo di quanto "essere", "respirare" il nostro respiro ci mantenga in vita, in ottima salute, in pace, in gioia se fatto in consapevolezza.

Pensando al respiro quello che più comunemente e immediatamente viene alla mente a tutti è quello toracico e a seguire il nostro diaframma, ma se abbiamo ricevuto un trattamento osteopatico forse siamo anche venuti in contatto, in ascolto di quei ritmi vitali, più lenti, più sottili presenti ancor prima del respiro diaframmatico.

Sì, quei ritmi lenti, di andata e ritorno, la cosiddetta "**Marea**" che ha inizio con l'inizio, con il nostro inizio.

Quando la scintilla del concepimento accende la nostra vibrazione, la nostra unicità, la nostra vita.

Ho piacere quando durante un trattamento posso sollecitare una consapevolezza più profonda del proprio "stare", del proprio essere.

Sarà proprio questa nuova consapevolezza che stimolerà colui che riceve, che in qualche modo si è "risvegliato", a chiedere di proseguire il lavoro in quanto piacevolmente scopre che **essere in salute non vuol dire semplicemente assenza di dolore, ma molto di più.**

Invitare le persone a percepire il proprio allineamento, invitarle ad essere nel qui ed ora anche durante il trattamento, fa sì che naturalmente accettino il suggerimento di "incontrare", conoscere lo yoga.

E' come un continuo autotrattamento, che non necessita di un terapeuta perché come diceva un grande osteopata, il **Dott. Rollin Becker**: "*Noi ( osteopati ) pensiamo di essere dei maestri, in realtà siamo degli umili allievi del Grande Maestro che è il corpo.*"

Praticando lo yoga, si è uniti alla propria unicità, alla propria frequenza specifica, a quella consapevolezza del Sé che Tutto conosce, anche la nostra salute.

Muovere il corpo consapevolmente, respirare con consapevolezza il prana, quale tecnica può essere più efficace di tutto ciò?

Quale terapeuta può conoscere il percorso della salute meglio di **quell'Intelligenza Profonda** insita in ognuno di noi ?

Lo yoga ci permette di essere e restare in sintonia con questa **Intelligenza**.

Non ci resta altro da fare che ascoltarla, recepirla con ogni senso e perché no, **ringraziarla**.

**Namaste**

**Giacinta**