



IL RISVEGLIO LOMBOPELVICO

Orientamento formativo:

La regione lombopelvica è il *campo centrale* del corpo, inteso innanzitutto come punto di equilibrio attorno al quale le altre parti si muovono e si compensano, come riferimento necessario attorno al quale il corpo si organizza strutturalmente e funzionalmente.

Ma questa centralità attorniata da una periferia somatica dinamica in relazione diretta con gli oggetti dell'esperienza, finisce per essere coperta e messa in ombra, come una presenza silenziosa che non ha nulla di significativo da dire di sé nell'esperienza quotidiana.

Inoltre la sua posizione centrale, in quanto spazio dell'intimità, sembra relegarla alla funzione di protezione degli organi della digestione e della riproduzione, così vitali per la sopravvivenza di sé e della specie. Quindi all'esclusione per motivi spaziali si aggiunge qui l'esclusione per destinazione funzionale.

Ne deriva che quando la schiena comincia a soffrire, si tende a ridurre sbrigativamente il problema a un caso di sovraccarico da cause esterne (il lavoro, l'attività sportiva, i pesi da sostenere ...) o a un caso di fatalità genetica (i numerosi consanguinei con mal di schiena). Tale visione riduttiva, oscillante fra empirismo ingenuo e fatalismo genetico, risolve l'azione terapeutica, rispettivamente, in accorgimenti ergonomici e in terapie fisiche e farmacologiche per alleviare i sintomi. In tal modo il senso del problema e le sue potenzialità terapeutiche sono pregiudicati in partenza, e risulta impedito l'accesso al fattore cruciale del problema: la mancanza di coscienza somatica e quindi la disabilitazione del sé.

Il riconoscimento della *perdita di senso* dell'area lombo-pelvica (senso inteso come sensibilità somestesica, ma anche come senso direzionale di relazione con il suo spazio di esperienza) quale fattore cruciale del problema, chiama l'esperienza terapeutica al compito prioritario di riabitare sensibilmente quest'area, e di coinvolgerla nella relazione con spazio significativo del mondo della vita.

Contenuti generali:

Filosofia dell'esperienza:

Luoghi di senso, o il corpo vissuto e i suoi spazi di esperienza.

Il centro somatico: nucleo, nodo, centro di convergenza e diffusione, punto di equilibratura

Il corpo sessuato: lo scigno protettivo, nascondere e mantenere il segreto; vitalità, energia e piacere primari.

Estetica e clinica dell'Esperienza terapeutica:

Lombopelvi in situazione: il tronco seduto e le sue pressioni, il tronco eretto e le sue tensioni

Luoghi nascosti: le zone d'ombra del perineo e del sacro come esclusione dalla coscienza somestesica.

Indagine esplorativa:

Esplorare la tonalità lombopelvica: disporsi posturale, appoggiare, scorrere, plasmare, tentare

Esplorare la sequenza del gesto: analisi dell'inizio, dello sviluppo, del limite riguardo a un gesto lombo-pelvico di interesse clinico.

Pratica delle Dinamiche di Terapia manuale:

Il campo locale e i suoi ritmi: dinamiche di terapia manuale negli ambiti lombare e sacroiliaco, con leva prossima (mano contestuale sul bacino). Riferimenti alle condizioni cliniche di comune riscontro

Modi dinamici: pressione statica e dinamica, spremitura statica e dinamica, scorrimento.

Pratica delle Forme gestuali:

Gesti distensivi dell'aprirsi e del raccogliersi. Con riferimenti alle condizioni cliniche di comune riscontro

Il risveglio tonico dell'addome in posizione seduta alta e in piedi

Il radicarsi del perineo in posizione seduta alta e in piedi.