

Le ferite artefici del cambiamento



Il mio nome è Enza, ho 59 anni, sono sposata da 36 anni e sono madre di due figli maschi. La vita mi ha regalato tanti momenti di gioia ma altrettanti periodi di disagio e sofferenza profonda. Sono stata sempre cosciente di tante ferite psicologiche che mi hanno segnato fin dall'infanzia e da tempo in cammino per sanarle. Il difficile rapporto con mia madre, donna forte e dominante, ha inferto colpi alla femminilità generando una dolorosa insoddisfazione. D'altra parte anche la relazione paterna, ai confini della repressione dei bisogni fondamentali di ogni essere umano ha lasciato segni nel corpo e nella psiche. Non mi sono sentita accettata per quello che ero, amata per ciò che meritavo, riconosciuta per quanto valevo. Ho sentito l'ansia di ricercare il mio Essere, di comprendere chi "Io" fossi ed ho percorso tanti cammini per cogliere il senso della mia esistenza. Mi sono sposata abbastanza giovane, ventidue anni, la vita coniugale ha inevitabilmente risentito del mio vissuto ed ho

impiegato anni per sanare una relazione faticosa nella quale continuavo a sentire carenza di affetto e a ricercare attestazioni di stima. A trentatré anni, l'esperienza di un cancro al seno, ha segnato il punto di svolta che mi ha fatto riprendere le redini della mia vita. Il corpo ha registrato dolore, frustrazione, e tanta negatività ed ha continuato a lanciare segnali. Il braccio sinistro ha manifestato un edema linfatico, le spalle si sono contratte e sono divenute sempre più dolenti contribuendo a modificare la postura con gli inevitabili risentimenti, segnali, sintomi. Richieste d'aiuto che mi hanno fatto scoprire il Rolfing e, grazie alla mia Rolfer, ho acquisito una maggiore consapevolezza del mio corpo, una percezione profonda del mio essere Enza. Il Rolfing, seduta dopo seduta ed attraverso le riprese del percorso, ha sciolto "nodi", tensioni, ha alleviato dolori, mi ha indotto a trasformare alcune abitudini scorrette, dal modo di camminare a quello di alimentarmi. A cominciare dall'incontro con la mia Rolfer, il modo di relazionarmi è cambiato inondandomi di positività e fiducia nelle mie capacità, alla fine di ogni trattamento ho sentito migliorare l'umore sempre di più fino a provare momenti di vera gioia per il benessere percepito. Ricordo con particolare emozione l'apertura alla creatività e lo stupore di sentirmi finalmente unificata nel corpo, nella mente, e nello Spirito. Ai tanti benefici del Rolfing da qualche tempo si stanno associando quelli del Gyrotonic che mi fanno percepire più coordinata e fluida nei movimenti. Sono grata alla fondatrice del Rolfing ed ancor di più alla mia terapeuta che grazie al sua professionalità, al suo ascolto e sentire ed al suo tocco ha operato prodigi nella mia vita.

Enza