Tesi di Suonoterapia Anastasia Brizzi

NOVEMBRE 2013

Nel silenzio della stanza in cui scrivo, giunge al mio orecchio il Suono del cinguettìo di un uccellino, dolce, gioioso e libero al tempo stesso .... chiudo gli occhi e mi fondo con quel Suono, lasciando che il mio animo si nutra di quella Bellezza.
Un piccolo trattamento di Suonoterapia, eseguito da un ignaro uccellino, può far sorridere e mostrare la bellezza e la purezza del Suono e l'armonia che può regalarci, se solo ci apriamo per coglierla e sappiamo ascoltarla.
Nel gennaio 2013 ho deciso di iniziare un percorso nella Suonoterapia, innamorata del Suono almeno dall'anno 2004, da quando cioè risvegliai pienamente la mia Essenza alla sua vera natura Spirituale, nata con la consapevolezza che tutto è Energia e vibra ad infinite frequenze e che quindi siamo tutti fatti di Suono, tutti tendenti all'Armonia Universale.
Le esperienze di pratica con la Suonoterapia mi hanno portata ad imparare diverse tecniche per operare in una seduta terapeutica in cui creo suoni armonici con la voce, con l'uso dei diapason o con le campane tibetane.
La prima cosa che mi ha portata a decidere di conoscere e sviluppare le tecniche di uso del Suono, è proprio il mio percorso spirituale, quando mi accorsi che avevo aperto le porte del mio Cuore all'Armonia della mia Anima, attraverso lo sbocciare di un'antica, inconsapevole, maturità interiore, che sgorgò impaziente non appena frequentai i giusti insegnanti e riattivai le mie consapevolezze.
Mi resi conto che era completamente cambiato il mio modo di ascoltare la musica, che improvvisamente mi sentivo trascinata e innamorata della musica classica e che quando l'ascoltavo vibravo cosi intensamente che tutto intorno diveniva Gioia pura e mi inebriavo di uno stato d'Unità che sentivo prepotentemente forte dentro di me. Le persone intorno a me avevano notato che ero inesorabilmente cambiata, naturalmente pochi vedevano davvero cosa mi stava succedendo; per di più erano cambiati anche gli armonici della mia voce, la quale trasmette la vibrazione dell'anima, della propria Essenza, e ora emanava le vibrazioni della Luce che avevo ri-trovato.

Il mio percorso spirituale proseguiva ed io mi rendevo conto di quanto fosse importante trasmettere vibrazioni armoniche di guarigione alle persone che per i più svariati motivi le avevano perse insieme alla propria salute, e non sapevano come ritrovarle.

Cosi capii l'importanza del Suono armonico, emesso dalla propria Voce, quando è frutto di maturità spirituale che ci ha risvegliati da dentro o riprodotto con l'ausilio di strumenti eccezionali come i diapason, o le campane tibetane o di cristallo.

Tutto questo mi entusiasmava e finalmente mi indirizzai ad apprendere delle tecniche specifiche di Suonoterapia, iscrivendomi ad un corso, per imparare a seguire la “struttura” di una seduta che ha tempi e modi specifici e poter cosi sapere come trasmettere agli altri quel Suono Armonico che sentivo incessante dentro di me, utilizzando degli strumenti adatti.

Il corso che ho frequentato mi ha permesso di apprendere alcune tecniche per utilizzare il canto durante una seduta di trattamento energetico.
Unendo ciò che avevo realizzato durante il mio personale percorso con ciò che ho appreso in questo periodo di formazione, ho potuto sperimentare ed iniziare a mettere a punto, ciò che intendo per seduta di Suonoterapia.

L'incontro con una persona che desidera farsi trattare nasce secondo me innanzitutto dalla vibrazione che emette la voce già nell'atto del saluto, che permane poi per tutto l'incontro.

Una voce di Cuore emette già vibrazioni che portano armonia e guarigione intorno, per questa ragione l'esito della seduta è sempre subordinato alla vibrazione d'Amore Incondizionato e fermezza d'Intento, che il terapeuta ha sviluppato dentro di sé nel suo personale percorso evolutivo.
L'evoluzione del terapeuta condiziona senz'altro l'esito della seduta naturalmente molto più di un ottimo uso dei suoi strumenti, foss'anche uno strumento come una voce bellissima di una cantante impeccabilmente esperta o un musicoterapeuta che ha studiato per anni la sua materia.

L'apertura di Cuore e la capacità di fondersi intimamente con la persona, facendo appello alle sue energie di guarigione che sono ancora intatte dentro lei , ma alle quali non sa attingere da sola e Unirle alle mie per ristabilire in lei l'equilibrio, è la Via dell'Amore e non ha bisogno di nozioni che si apprendono sui libri.

A questo punto mi adopero per creare un rapporto il più possibile d'intimità con la persona che ho davanti, in un'atmosfera accogliente, rilassante, quasi protettiva, gli chiedo di parlarmi di sé stessa, dei problemi di salute, passati e presenti, dei sogni, dei progetti, delle paure, delle speranze, delle ansie e della vita di tutti i giorni, quella in cui si trova immersa quotidianamente, dolente o nolente, e che magari fa fatica a comprendere, ad accettare.

Le racconto brevemente cosa significa per me trarre beneficio dall'uso del Suono e quali sono i mezzi che sceglierò di utilizzare nel suo caso specifico e in che modo opererò su di lei. Spiego l'importanza dell'affidarsi e del riconoscere in me, che in questa situazione mi prendo cura completamente di tutto il suo Essere, che potrà abbandonare le sue riserve, i timori e le diffidenze per accogliere il nutrimento che la sua Essenza ha sempre desiderato ma non si è mai concessa, per poter chiedere e ottenere finalmente quell'armonia che ha sempre cercato.

La prima fase del mio trattamento consta di uno spazio, di fondamentale importanza, dedicato al counseling, dove la persona può apprendere indicazioni di lavoro interiore specifico per le proprie situazioni di vita, indicazioni fortemente consigliate, da mettere in pratica nella vita di tutti i giorni e parallelamente nel silenzio della propria anima, senza le quali i benefici della seduta avrebbero un'azione comunque non risolutiva e di breve durata.

Non mancano anche indicazioni sull'attenzione e la particolare cura che bisogna avere nella scelta del cibo con cui ci si alimenta, perchè se l'energia è cibo per i corpi energetici, allo stesso modo gli alimenti sono il cibo per il nostro corpo fisico e se vogliamo avere energia di Luce, dobbiamo nutrirci di cibi che hanno Luce, cioè autentica Vitalità.

A questo punto la persona da trattare dovrebbe essere completamente a proprio agio, si distende sul lettino assumendo una posizione assolutamente comoda.
Sarà distesa supina o prona in base al tipo di trattamento che sceglierò di operare su di lei, la temperatura della stanza sarà l'ideale, eventualmente con l'aggiunta di plaid, che restano a disposizione a seconda delle necessità.

L'abbigliamento deve essere molto comodo e non eccessivo, non costrittivo, come collant, cinture strette, fouseux, i capelli preferibilmente raccolti.

Il mio trattamento vero e proprio inizia con un momento in cui tutta la mia Essenza percepisce di essere in totale Unione con la persona che sto per trattare, fluisce Amore Incondizionato e una sensazione leggera di pura Gioia: da questo punto in avanti tutto ciò che viene eseguito è Azione d'Amore nella persona che sto trattando, è prima di tutto un intervento vero e proprio nel campo aurico, il livello in cui agisco e le modalità sono definiti dagli squilibri in atto, dai blocchi o dalle aperture dei centri energetici, dal livello di risveglio spirituale della persona.

Osservando i casi che ho trattato ho potuto riscontrare che spesso le persone sono molto restìe a confidarsi, a raccontarsi aprendosi, quindi risulta meno agevole inquadrare la loro vita, le situazioni che si trovano a dover affrontare e di conseguenza quelli che possono essere i loro blocchi.

Purtroppo spesso ha la vinta il pudore, la diffidenza, la chiusura (talvolta inconsapevole), l'imbarazzo o talvolta il senso di inadeguatezza, cosi accade che ahimè la persona non riuscirà a lasciarsi andare del tutto e non potrà ricevere il trattamento nella sua pienezza.

Ho constatato che i chakra più comunemente bersagliati dai blocchi energetici sono sovente il plesso solare, il chakra della radice e quello dell'addome.

In effetti il problema più comune ha sede proprio nella gestione delle emozioni, che sono spesso mal vissute e non rielaborate, nelle mille paure e insicurezze, nel sentirsi adeguati e riconosciuti dagli altri.

Tante persone non hanno un buon rapporto con il sesso, vissuto con pudore e con mancanza di libertà, per incapacità di concedersi il piacere, considerandolo un bisogno sbagliato, da reprimere; cosi facendo ci sono ripercussioni su tutto il campo energetico, in primis sul primo e secondo chakra e di conseguenza anche sugli altri, considerato il fatto che sono centri collegati uno nell'altro.

Adottando una disciplina come la Suonoterapia è possibile scegliere la tecnica adatta al caso specifico valutando tra diverse possibilità, tutte valide.

Il metodo che ho più usato è probabilmente quello più semplice, cioè “dare Suono” nel campo energetico, in connessione con la persona si può scegliere un Suono che l'intuito ci porta ad emettere, gli armonici del Suono andranno ad interferire con la vibrazione disarmonica dell'organo malato e cambieranno indirizzo a quella disarmonia portandola verso l'armonia.

In questo percorso di crescita, in cui ho avuto modo di fare delle sedute di Suonoterapia a diverse persone, tra gli altri sono rimasta particolarmente soddisfatta dei trattamenti eseguiti su mia madre.

Le tecniche di Suonoterapia che ho utilizzato sono state diverse, la scala degli intervalli, il metodo Sa.re.ga., i Biija Mantra.

Mia madre ha 76 anni, è una persona molto ansiosa, cardiopatica, i problemi di cui soffre sono un po' sempre gli stessi, ma non sono facili da debellare, come l'artrosi, dolore agli arti, la poca vista e l'età naturalmente fa la sua parte.

E' sempre stata una persona diffidente e soprattutto molto molto schietta e diretta, senza alcun problema nel dire ciò che pensa, quindi, con queste premesse, dai trattamenti effettuati su di lei non mi aspettavo grandi complimenti... invece mi sbagliavo.

Su mia madre ho eseguito cinque trattamenti, quattro dei quali sono stati risolutivi di alcuni problemi. Mi fondevo con la sua Essenza e percepivo dove dovevo intervenire e se potevo agire in modo più diretto, risolvendo completamente il problema oppure no.

Durante il primo trattamento, per la precisione ancora prima di iniziarlo, lamentava un crampo al piede, dovevo intervenire altrimenti non potevo iniziare la seduta e non c'era molto tempo, cosi le ho toccato il piede e l'ho messa in una condizione di rilassamento mentale, in questo modo il crampo era svanito immediatamente e avevo iniziato la seduta.

Poi avevo dato Suono spontaneamente per fare pratica ed era stato meraviglioso il sorgere di un canto assolutamente spontaneo che proveniva direttamente dal mio cuore ed entrava nel suo.
Adoro la Suonoterapia perchè mi permette di entrare nei Cuori delle persone, di scioglierli e di provare emozioni davvero uniche.

Nel secondo trattamento succedeva che durante lo stato di totale Unione con la sua aura, avevo “lavorato” la zona lombare, in prossimità dei reni, dove mi aveva detto che accusava dolore, sentivo esattamente che muovevo le sue energie stagnanti, al termine mi confermava che non aveva più dolore, si sentiva tanto rilassata e accaldata.

Avevo utilizzato la tecnica del Sa.Re.Ga. nella pratica del tirocinio, e avevo deciso di non avvalermene più, perchè non avendo dimestichezza con l'esecuzione perfetta delle scale musicali, avrei reso nullo l'effetto della seduta.

Nel terzo trattamento avevo usato ancora il metodo Sa.Re.Ga. con le stesse perplessità; era stato invece meraviglioso il risultato che avevo ottenuto rallentandole il battito cardiaco: era molto ansiosa, com'è sovente, putroppo, sentivo il suo battito molto veloce, allora le ho posto una mano sul torace, amorevolmente, ed una sul capo. Dopo pochissimi minuti, era profondamente rilassata e potevo iniziare la mia seduta con maggiore tranquillità. Lei mi riferiva che piano piano non pensava più a niente e si era tanto rilassata.

Durante il quarto trattamento avevo scelto di utilizzare la tecnica dei Bijia Mantra, una tecnica di Suonoterapia a cui mi sento profondamente portata, dal mio naturale amore per la recitazione dei mantra indiani. Avevo sentito il giusto effetto della tecnica intervenendo nei suoi corpi energetici, dai quali è colta come un massaggio sonoro che entra nelle vibrazioni più sottili dei chakra, portandole verso l'equilibrio.

Stessa tecnica dei Bijia Mantra avevo utilizzato nel quinto e ultimo trattamento che avevo eseguito su mia madre, in questa occasione lamentava cervicalgia acuta, dovuta all'artrosi, patologia di cui soffre da parecchio tempo, un po' in tutto il corpo.
In questa seduta utilizzavo per la prima volta su di lei, l'uso dei diapason posizionati su punti specifici, lei sentiva la vibrazione e ne beneficiava, aveva un ottimo effetto sui suoi corpi

energetici. Al termine mi chiedeva di intervenire in modo più diretto sul tratto cervicale, cosi sentivo di poter intervenire con la mia Energia, e dopo pochi minuti mi diceva che le era svanito completamente, con suo grande stupore e mia buona soddisfazione.

E' doveroso approfondire il tema delle guarigioni dirette per portare chiarezza su di un tema che ha per natura lati che sfuggono senz'altro alla comprensione razionale.

La guarigione di una patologia attraverso l'intervento diretto è un evento raro che, a mio avviso, non si può e non si deve prendere in considerazione come possibile, in quanto è un “regalo” che avviene in modo del tutto inaspettato.

Invece la sparizione di un “sintomo” con un intervento diretto è molto più frequente ed è semplicemente un sollievo, un dono concesso per dare modo, tempo e tranquillità alla persona che ne è affetta, per occuparsi meglio di sé, della propria coscienza e far affiorare la comprensione di quei nodi nella sua vita, che ancora non ha sciolto e che trascina da tempo insieme alle sue malattie, se questo lavoro non sarà fatto, il sintomo tornerà esattamente come prima.

In ogni caso, nell'esecuzione di un trattamento verifico quotidianamente che l'intervento diretto non è “mai” frutto di una mia decisione ad agire in tal senso, non è un atto della mia volontà, ma bensì un'azione che sono “portata” a compiere e di cui vengo a conoscenza prendendone atto in modo assolutamente contemporaneo all'esecuzione stessa.

Sull'Intelligenza consapevole che porta a compiere quell'atto, si può dire che ognuno di noi ha un Sé di Pura Consapevolezza che è in Unità con tutte le Creature e sa cosa è meglio per loro, agendo senza passare dalla volontà personale.

La vera risoluzione della malattia è quindi sempre frutto di un lavoro interiore fatto consapevolmente, reale e profondo, preferibilmente eseguito con l'accompagnamento spirituale di chi può guidarci nel capire i blocchi, le chiusure, le incomprensioni che, nostro malgrado, si sono formate all'interno di noi, nella nostra coscienza, e non possiamo o non vogliamo vedere da soli, perchè troppo dolorosi.

La Suonoterapia è un ottimo mezzo di cui ci si può servire per aiutare le persone a risolvere questi blocchi. Si interviene a livello vibrazionale con la Voce, con la Diapasonterapia, con le Campane Tibetane, o con altri strumenti che rilasciano frequenze vibratorie armoniche, capaci di lasciare una “traccia armonica” direttamente nel nostro “campo vibrazionale”; ricordando che solo con un lavoro di risveglio degli specchi interiori, quella “traccia” potrà diventare un “solco” armonico, e quando il solco sarà sufficientemente profondo tutta l'Essenza di quella persona seguirà quell'Armonia.

Naturalmente la Suonoterapia può essere affiancata da altre valide terapie, personalmente mi avvalgo anche della Cristalloterapia.

Utilizzare la Suonoterapia vuol dire quindi affidarsi al Suono, e usarlo come portatore di Perfetta Armonia.

Se vogliamo avvalerci della nostra Voce, il nostro primo impegno dovrà essere la nostra crescita interiore, l'apertura della coscienza e di conseguenza dei nostri centri d'energia, da cui potrà scaturire quel Fuoco spirituale che porta verso l'equilibrio, la ricerca costante del contatto con il nostro Sé primordiale, un contatto che può voler dire ritrovare quella Identità/non Identità che è Consapevolezza andata perduta con la nascita.

La nostra Voce infatti cambia vibrazione di pari passo con la nostra crescita spirituale e conseguente apertura dei centri energetici, le vibrazioni del nostro campo energetico saranno più alte e la Voce trasmetterà di conseguenza frequenze più alte..... per avere un esempio illuminante, pensate a ciò che comunemente si intende quando si dice “aveva una voce che proveniva dal cuore”, “una voce di cuore”, “una risata di cuore”.

Una voce così, trasmetterà vibrazioni armoniche ancora prima di iniziare un trattamento, in realtà la sola presenza di quella persona porterà già naturalmente frequenze di guarigione intorno a sé, in quanto la vibrazione della sua aura sarà d'Amore.

Per queste ragioni la prima responsabilità di un “operatore energetico”, che pratichi la Suonoterapia o qualunque altra disciplina similare, è proprio quella di anelare per quanto possibile alla Purezza e all'Armonia, conducendo una vita non solo sana, come dovrebbe fare chiunque, ma maggiormente d'Amore ed Unità spirituale con gli altri.

Nel corso di formazione in Suonoterapia, Diapasonterapia e Campane Tibetane, che ho frequentato, ho appreso delle tecniche, che mi hanno permesso di imparare dei mezzi molto validi per trasmettere la vibrazione del Suono Armonico.

Ho potuto svolgere un lungo periodo di tirocinio, durante il quale ho avuto modo di approcciarmi a delle persone con diversi problemi, ognuno con una storia unica.

Ho così messo in pratica le tecniche apprese. Mi sono confrontata con le mie incertezze sull'uso del canto, non avendo mai studiato musica, né tantomeno canto, e scoprendo con gioia che in realtà la Suonoterapia può prescindere dalla conoscenza della musica, in quanto la musica sgorga da dentro di noi e può essere emessa tutto intorno a noi non solo come canto ma prima di tutto energeticamente.

Sostenuta dall'insegnante, muovendomi in modo sempre più sicuro, ho potuto incontrare persone a cui praticare i trattamenti, ricevendo da loro feedback positivi e alcune volte perfino lusinghieri.

In ultima analisi, dopo aver potuto apprendere nuove tecniche da applicare e averle rielaborate con il mio personale percorso spirituale che mi è caro come la stessa vita, sono speranzosa di potermi dedicare alle persone che vorranno cogliere il mio richiamo, che si sentiranno di essere lungo la mia vibrazione armonica e vorranno beneficiarne nel loro personale cammino.

Sarà privilegio per me incontrare nuove persone con cui crescere, confrontarmi e scambiare esperienze sempre arricchenti.

Ciò che mi auguro è senz'altro che in futuro sempre più persone si innamorino della Suonoterapia e capiscano che ognuno di noi è fatto di Suono e ha una speciale, unica, meravigliosa vibrazione armonica che porta in sé dalla nascita, che deve essere alimentata dall'amore e dal senso di Unità che unisce tutte le Creature.

Anastasia Brizzi