

DEDICATION

*Among all peoples on earth there is a need
for birth to be a celebration of new life
A witness to profound healing
through transition in relationships,
a true collaboration of science and spirit,
a template for removing the causes of wars,
and a realization of love through collaborative work.*

DEDICA

*Tutti i popoli della terra sentono il bisogno
che la nascita sia la celebrazione di una nuova vita
Una testimonianza di guarigione profonda
mediante l'attraversamento dei rapporti,
una reale collaborazione di scienza e spirito,
un sostegno per eliminare le cause delle guerre,
una realizzazione di amore mediante la cooperazione.*

Bird and rebirth

Nascita e rinascita

Anne Hubbell Maiden (*)

A socially and spiritually responsible psychosynthesis of birth needs to address such issues as healing relationships, integration of science and spirituality, and the origins of love, family, community, work, and celebration. Long-range views from indigenous cultures suggest practices that are both pragmatic and principled. Such integral ways of birthing can endow, encourage, and augment current western medical models of birthcare.

PART I. BEGINNINGS

"Birth comes from beginningless time and boundless space", my Tibetan friend began our first talk about birth in Tibetan culture (1). From an Aboriginal tribal elder, "We have been here since the time before time began. We have come directly out of the Dreamtime of the Creative Ancestors. We have lived and kept the earth as it was on the First Day" (2).

Una psicosintesi della nascita socialmente e spiritualmente responsabile deve affrontare questioni come la guarigione dei rapporti, l'integrazione di scienza e spiritualità, l'origine dell'amore, dalla famiglia, della comunità, del lavoro e della celebrazione. Concezioni di ampia portata che ci provengono dalle culture indigene suggeriscono delle pratiche pragmatiche ma tuttavia fondate sui principi. Tali modelli integrali della nascita possono contribuire a incoraggiare e potenziare i modelli di assistenza al parto dell'attuale medicina occidentale.

PARTE I. GLI INIZI

"La nascita giunge da un tempo infinito e da uno spazio sconfinato": così la mia amica tibetana iniziò la nostra prima conversazione sulla nascita nella cultura del suo popolo (1). E una vecchia aborigena tribale: "Noi eravamo qui prima dell'inizio del tempo. Proveniamo direttamente dal Tempo dei Sogni degli Antenati della Creazione. Abbiamo vissuto e mantenuto la terra com'e-

So it is with peoples for whom birth has meaning in a cosmology which includes all their relations—all life and all life forms, land, sun, moon and far-distant stars. Cultures with such spacious worldviews naturally integrate in their approach to birth what we divide into separate disciplines—medicine, midwifery, nursing, psychology, spirituality, ecology, education, biology, sociology, politics, economics and art. These cultures emphasize the unity and wholeness of a birthing mother, family, their interdependent tribal, village or extended family, and earth. For them, whether represented in Aboriginal or Cherokee earth paintings, birth has long been celebrated as a return to earth following death and a cycle of learning in other realms. Medicine, in these cultures, refers to creating harmony among sacred realms, earth and earth life.

PART II. BIRTH STORIES FROM PSYCHOSPIRITUAL CULTURES

Aborigines of Australia. The grandmother, who accompanies the mother to the sacred birth site, holds the newborn face down for a moment in the spinifex smoke. She rubs the small body with ash and sand and cuts a piece of the umbilical cord with a stone tool, twisting it into a necklace that she places around the baby's throat. This symbolizes a spiritual connection that will enable the child to learn the language of the sacred knowledge that stretches back to the great Ancestors and before time began. Before she returns the child to his mother, she holds the infant close to her face and breathes into his nostrils his sacred totem names to establish the basis of his knowledge of, gratitude to, and respect for the plants, the animals and the earth. There are no strangers, and the child learns to identify each person with a bond that is familial in quality. In language, the terms imply that others are an integral part of one's own being. Grandparents tell children simplified versions of the myths of relatedness in song, dance and sign language. This early training is preparation for a series of sacred initiations to follow.

Tibetans in the Himalaya. Tibetans in the Himalaya also begin preparation for a later series of spiritual initiations with birth and early childhood rituals. "Immediately after birth", an old midwife told me, "the child begins to breathe. It is then that the mouth is opened and the symbol Dhih is printed in saffron powder or yak butter on the newborn's tongue. This signifies the seed-syllable of Manjusri, the deity of wisdom. We do this so the baby will speak with wisdom as it grows older".

Throughout the birth process the father recites periodically from the collection of sacred mantras. Before

ra il Primo Giorno" (2).

È così in quei popoli per i quali la nascita assume significato in una cosmologia che comprende tutti i rapporti, tutta la vita e tutte le forme di vita: la terra, il sole, la luna e le stelle più remote. Culture con tale ampiezza di visione del mondo integrano in maniera naturale nel loro approccio alla nascita ciò che noi distinguiamo come discipline separate: la medicina, l'ostetricia, l'infermieristica, la psicologia, la spiritualità, l'ecologia, l'educazione, la biologia, la sociologia, la politica, l'economia e l'arte. Queste culture danno importanza alla madre in attesa nella sua unità e totalità, alla famiglia, all'interdipendenza delle famiglie tribali, di villaggio o estese, alla terra. Per questi popoli, siano essi rappresentati nelle pitture con le terre delle tribù cherokee o delle popolazioni aborigene, la nascita è stata a lungo celebrata come il ritorno sulla terra dopo la morte e dopo un ciclo di apprendimento in altri mondi. In queste culture la medicina consiste nella creazione dell'armonia tra i regni dello spirito, la terra e la vita sulla terra.

PARTE II. STORIE DI NASCITA NELLE CULTURE PSICO SPIRITUALI

Gli aborigeni australiani. La nonna, che accompagna la madre al luogo sacro destinato alla nascita, tiene per un momento il neonato a faccia in giù sul fumo della spinifex (pianta spinosa diffusa in Australia, n.d.t.), poi strofina il corpicino con cenere e sabbia, taglia un pezzo di cordone ombelicale con un attrezzo di pietra, lo arrotola e lo mette a mò di collana attorno alla gola del bambino. Ciò simboleggia il legame spirituale che permetterà al bambino di apprendere il linguaggio della conoscenza sacra che risale all'epoca dei grandi Antenati, precedente alla nascita del tempo. Prima di restituire il bimbo alla madre, la vecchia lo avvicina al viso e gli alita dentro le narici i suoi sacri nomi totemici, per dare fondamento alla conoscenza, alla gratitudine e al rispetto del nuovo essere nei confronti delle piante, degli animali e del suolo. Gli estranei non esistono e il bambino impara a identificare ogni persona con un vincolo di parentela. Nel linguaggio, i termini mostrano come gli altri siano una parte integrante del proprio essere. Gli anziani raccontano ai bambini le versioni semplificate dei miti della parentela con canzoni, danze e col linguaggio dei segni. Questo primo addestramento è una preparazione alla futura serie di iniziazioni sacre.

I tibetani dell'Himalaya. Anche i tibetani che vivono sull'Himalaya iniziano a prepararsi fin dalla nascita e con i primi riti dell'infanzia alla successiva serie di iniziazioni sacre. "Il bambino comincia a respirare immediatamente dopo la nascita", mi disse una vecchia levatrice. "E' allora che gli si apre la bocca e con la polvere di zafferano o con il burro di yak gli si disegna sulla lingua il simbolo Dhih, che sta a significare la sillaba-seme di Manjusri, la

the cord is cut he pronounces traditional greetings like those said at his own birth. "My child, you have been born from our hearts and souls. May you live 100 years and see a hundred autumns, may you have a long and glorious life, overcoming all ills and enjoying complete happiness, prosperity and fortune" (3). Receiving her name from a lama or even the Dalai Lama is another way the baby is blessed, protected and connected with her culture.

The welcoming ceremony after days of family quiet time is the occasion for friends and family to gather, greet, and celebrate. In one of the many rituals enacted, each guest takes a handful of cooked rice mixed with raisins and butter, some to eat and some to throw into the sky for the child's auspicious life. The rice symbolizes both protection for the young baby and the harvest of nine months of pregnancy.

Like the Basque and Balinese ceremonies, the Tibetan welcoming ceremony marks the beginning of the baby's relationship with most of the people to whom she will be closest as the years go on, thus establishing her right to receive their love and care throughout her life, as well as bonding her responsibility to care for and love them as she grows older.

Like the Aborigines, Balinese, Basque and Cherokee, Tibetans believe in the importance of ritual and ceremony for marking the first experiences in life. The first breath, we saw, was marked by the ceremony of *Dhih* on the tongue. The first sucking of milk, the first wave or reaching out to parents, the first smile, the first sitting upright, teething, crawling, standing, walking, speaking are all acknowledged with a small ceremony.

Physical signs of inner development and capacity for relationship have a deeper spiritual significance. The recollection of these experiences of infancy forms the basis of the rites of initiation for the prized Kalachakra Tantra. Its first seven initiations empower the practitioner to visualize him or herself as an ideal, altruistically active being, in a mandala, or an ideal environment (4). Tibetans believe it is the vitality of the first memories from infancy which allows the grown person to reconnect with the purity of life and the experience of other realms, which in infancy were not yet forgotten. Tibetans thus remind us that there may be nothing in life more energizing or unique than each new learning, like smiling or walking, that can never again be experienced for the first time (5).

Balinese in Indonesia. On the island of Bali in Indonesia, Balinese, like Tibetans, believe that their opportunities and relationships in future lives depend on their expression of wisdom and compassion now. This

divinità della saggezza. Facciamo questo perché da grande il bimbo possa parlare saggiamente".

Durante tutto il periodo del travaglio e della nascita il padre va recitando di tanto in tanto una serie di mantra sacri. Prima del taglio del cordone egli pronuncia delle formule tradizionali di ringraziamento, uguali a quelle recitate al momento della sua stessa nascita. "Figlio mio, sei nato dai nostri cuori e dalle nostre anime. Che tu possa vivere cento anni e vedere cento autumni, che tu possa avere una vita lunga e gloriosa, che tu possa superare ogni malattia e godere della felicità più completa, di fortuna e di prosperità!" (3). Ricevere il nome da un lama o persino dal Dalai Lama è un altro modo in cui nuovo nato viene benedetto, protetto e legato alla propria cultura.

Dopo che la famiglia ha trascorso alcuni giorni di quiete si celebra la cerimonia di benvenuto, che è l'occasione per gli amici e la famiglia di riunirsi, accogliere il nuovo nato e festeggiare l'evento. In uno dei molti riti ogni ospite prende una manciata di riso cotto con burro e uvetta, ne mangia un pò e il restante lo lancia al cielo per propiziare al bambino una vita fortunata. Il riso è simbolo tanto di protezione per il piccolo quanto del "raccolto" dei nove mesi di gravidanza.

Come nelle cerimonie basche e balinesi, in quella tibetana di benvenuto segna per il nuovo nato l'inizio del suo rapporto con la maggior parte delle persone a cui sarà più vicino negli anni a venire, ciò che stabilisce il suo diritto a ricevere il loro amore e la loro cura per tutta la vita e che al tempo stesso conferma la sua assunzione di responsabilità nell'amarle e occuparsi di loro quando sarà divenuto adulto.

I tibetani, come gli aborigeni, i balinesi, i baschi e le tribù cherokee, credono all'importanza dei riti e delle cerimonie per scandire le prime esperienze della vita. Il primo respiro, come abbiamo già detto, era celebrato con la cerimonia del *Dhih* sulla lingua. La prima volta che il bimbo succhia il latte, che saluta agitando la mano, che tende le braccia verso i genitori, che fa un sorriso, siede in posizione eretta, si muove carponi, sta ritto in piedi o cammina, e poi il primo dente, la prima parola sono tutte tappe attestata con una piccola cerimonia.

I segni fisici dello sviluppo interiore e della capacità di relazionarsi hanno un profondo significato spirituale. La ricapitolazione di queste esperienze dell'infanzia sta alla base dei riti di iniziazione del famoso Tantra Kalachakra, attraverso le prime sette iniziazioni del quale il praticante ha la possibilità di visualizzarsi come un essere ideale, altruisticamente attivo, in un mandala o in un ambiente ideale (4). I tibetani credono che sia la vivezza dei primi ricordi infantili a far sì che l'adulto possa riconnettersi alla vita nella sua purezza e all'esperienza di altri regni, di cui rimane ancora il ricordo nell'infanzia. Il popolo tibetano ci

sets a high standard for relationships, not only with family, village, temple, art guild and water cooperative but also with other life and the spirits of the land. Balinese also believe in the interrelatedness of all lives. Each person's health is held as an indication of the health of the whole community.

A Balinese woman told me of her visit to the dukun, or village healer, as soon as she knew she was pregnant. "He helped me to talk to the baby inside me, to find out who she was and what she needed for her purpose in this life" (6). Such conversations guided the relationship between parents and unborn throughout pregnancy.

Birth in Bali is a community affair. Babies born at home are most often caught by the father, with the help of the dukun and a female relative who may support the woman in a squatting position and massage her abdomen. Elder women of the village lend emotional support while most of the other villagers, including young children, hover near the door. From the day of its birth, a Balinese child is a child of the whole community, which will support and nurture it in an atmosphere of exceptional warmth and stability.

Basque in the Pyrenees. In the Basque country of the Pyrenees there is a mystical culture with ancient roots in oneness with nature. Conception is a sacred act, and Basque women and men wait to marry and have children until they have come to maturity in their thirties or forties. When conception has occurred, the mother and father-to-be tell each other stories about the baby and their new life, for the baby to hear-another variation on dialogues with the unborn. They also sing songs that will be repeated during and after the birth.

In the Basque mystical tradition, birth is celebrated by the whole extended family. Thus birthing provides continued and sustained family bonding, and the young learn of birth in a sacred family context (7). At conception the mother begins to commit to memory her dreams of the child, along with impressions, stories and events - all seen as part of a dialogue within the family. When a child reaches

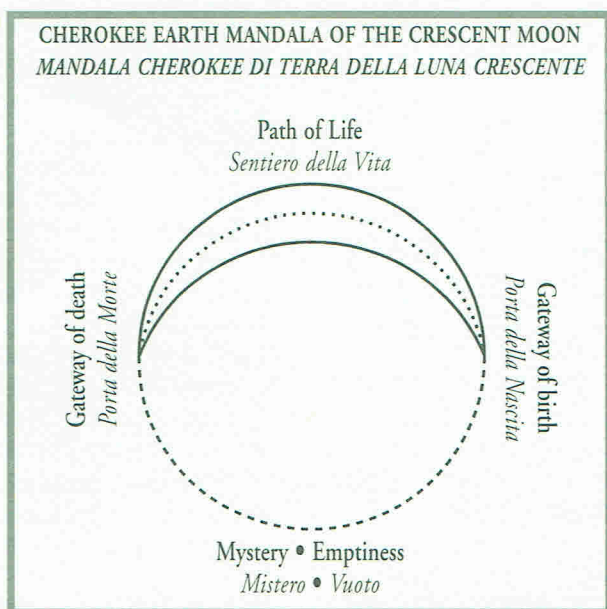
rammenta pertanto che nella vita non ci può essere nulla di più eccitante e unico di ogni nuova acquisizione, come quella di sorridere o camminare, che non può più essere vissuta per la prima volta (5).

I balinesi dell'Indonesia. Come quella tibetana, anche la popolazione dell'isola di Bali, in Indonesia, crede che le occasioni e i rapporti che avranno luogo nelle vite future dipendano dalla manifestazione della saggezza e della compassione nella vita presente. Il livello dei rapporti è pertanto elevato, non soltanto all'interno della famiglia, del villaggio, del tempio, della corporazione artigiana o la cooperativa di pescatori, ma anche nei confronti dell'aldilà e degli spiriti della terra. Anche i balinesi credono all'interdipendenza di ogni vita, e lo stato di salute di ciascuno è considerato un indicatore della salute di tutta la comunità.

Una donna balinese mi ha raccontato della sua visita al dukun, il guaritore del villaggio, appena ha scoperto di essere incinta. "Mi ha aiutato a parlare con la bambina dentro di me, a scoprire chi era e di che cosa aveva bisogno per raggiungere il suo scopo in questa vita" (6). Questo genere di conversazioni guidavano il rapporto tra i genitori e il nascituro durante tutta la gravidanza.

La nascita a Bali è un fatto che riguarda l'intera comunità. Molto spesso nei parti in casa il bimbo viene alla luce tra le mani dal padre, con l'aiuto del dukun e di una parente, che sorregge la donna che sta accovacciata e le massaggia l'addome. Le donne del villaggio più anziane sostengono emotivamente la partoriente, mentre la maggior parte degli altri abitanti, compresi i bambini più piccoli, gironzolano nei pressi dell'uscio della sua casa. Fin dallo stesso giorno della sua nascita il bambino balinese è figlio di tutta la comunità, che lo sosterrà e allevierà in un'atmosfera di calore e stabilità straordinari.

I baschi dei Pirenei. Nei paesi baschi dei Pirenei vi è una cultura mistica che ha radici antiche nell'unità con la natura. Il concepimento è un atto sacro e si aspetta a sposarsi e ad avere figli fino al raggiungimento della maturità, intorno ai trenta o quarant'anni. Avvenuto il concepimento i futuri genitori si raccontano a vicenda delle storie riguardo al figlio e alla loro vita futura, affinché il bimbo



puberty, or a marriageable age, there comes a time when the story which their mother began at their conception is given them as a gift in the timeless oral tradition (8) (9).

Cherokee in the Great Smoky Mountains of the American Southeast. A Cherokee woman reports, "When I was young my father made this form (a dotted circle topped by a crescent moon) out of earth and talked to me about the gift of life. This is the teaching of the Earth Mandala, of the crescent moon (10).

"Showing me the simple earthen form, my father said, 'This is the path that all beings walk... we are all born of a woman, we all walk along the road of life, and we all exit through the gateway'. The gateway takes us again into the emptiness, into the Mystery from whence we have come. Each being enters the realm of form from the emptiness, through the gateway of birth, to which one is drawn by desire and intention to be. Birth is the tip of the crescent, placing one upon the path of life, and the path travels around the crescent, completing the circle. Thoughts of peace and beauty are cultivated by the pregnant woman. Thoughts of peace and beauty are cultivated by the dying man. Thus it begins and ends".

As for conduct at conception and through pregnancy, he had this teaching: "The eye of God looks through the eyes of children. Consider how your thought and action affect those yet to be born".

PART III. ELEMENTS OF INTEGRAL BIRTH

In the interwoven tapestry presented through these stories, elements of indigenous birthcare mark qualities and serve as reminders of Aboriginal, Tibetan, Balinese, Basque and Cherokee integral ways of birthing.

I list them here:

- Unity of birthing family
- Sacred family time
- Community
- Welcoming ceremony
- Reverence for all relations, all life
- Massage and touch
- Medicine as sacred relationship
- Vitality of each new learning
- Spacious view of life
- Dialogue with the unborn
- Respect and love for earth
- Carrying close to body
- Purposeful rituals
- Importance of dreams and action
- Value qualities of life
- Continuity of life
- Life purpose
- Natural passages

possa ascoltarle - una variante del dialogo col nascituro -, e cantano delle canzoni che verranno cantate anche durante e dopo la nascita.

Nella tradizione mistica basca la nascita viene celebrata da tutta la famiglia estesa; questo avvenimento serve a perpetuare e mantenere saldi i vincoli familiari, e i giovani apprendono come avviene la nascita in un contesto familiare improntato alla sacralità (7). Al momento del concepimento la madre si impegna a rammentare i sogni, le impressioni, le storie e gli avvenimenti che riguardano il bambino, e tutto ciò è considerato una parte del dialogo che si svolge all'interno della famiglia. Quando si giunge alla pubertà o all'età del matrimonio arriva il momento in cui il racconto iniziato dalla madre durante il concepimento viene consegnato al figlio come un dono, secondo la tradizione orale senza tempo (8) (9).

I Cherokee delle Great Smoky Mountains nel sud-est degli Stati Uniti. Una donna della tribù dei Cherokee riferisce: "Quando ero giovane mio padre ricavò dalla terra questa forma (un cerchio tratteggiato sormontato da una luna crescente) e mi parlò del dono della vita. Questo è l'insegnamento del Mandala di Terra della luna crescente (10).

"Mostrandomi la semplice forma di terra, mio padre disse: 'Questo è il sentiero che percorrono tutti gli esseri... noi tutti siamo nati da una donna, noi tutti percorriamo il cammino della vita e noi tutti usciamo dalla porta'. La porta ci riporta nel vuoto, nel Mistero dal quale siamo venuti. Ogni essere penetra nel mondo della forma dal vuoto, attraverso la porta della nascita, verso cui siamo attirati dal desiderio e dall'intenzione di esistere. La nascita è l'apice della luna crescente, che pone un essere sul sentiero della vita che si snoda lungo la curva della luna crescente e chiude il cerchio. La donna gravida coltiva pensieri di pace e di bellezza, l'uomo in fin di vita coltiva pensieri di pace e di bellezza. È così che si comincia e si finisce".

Per quando riguarda il comportamento al momento del concepimento e durante la gravidanza, questo era il suo insegnamento: "L'occhio di Dio guarda attraverso gli occhi dei bambini. Considerate quanto il vostro pensiero e la vostra azione influenzano quelli che ancora devono nascere".

PARTE III. ELEMENTI DI NASCITA INTEGRALE

Nell'arazzo formato dall'intreccio di queste storie, gli aspetti dell'assistenza alla nascita tra le popolazioni indigene indicano delle qualità specifiche e servono a ricordare le modalità della nascita integrale presso i popoli aborigeni, tibetani, balinesi, baschi e cherokee. Possiamo elencarle come segue:

- Unità della famiglia d'origine
- Sacralità del tempo familiare
- Comunità

- Gratitude
- Realms of spirit and mystery

In these cultures, the interplay of spirit and matter is very close at hand. The child is born from thought into lively baby, from eternity into time, from the womb into the world. □

REFERENCES

1. Farwell, Edie and Maiden, Anne Hubbell. (1992). The wisdom of Tibetan childbirth. *In Context: A Quarterly of Humane Sustainable Culture*. No. 31, pp. 26-31. See also Maiden and Farwell, *Tibetan birth wisdom* (1997). Boston: Wisdom Publications (In press).
2. Lawlor, Robert. (1991). *Voices of the first day: awakening in the Aboriginal dreamtime*. Rochester, VT: Inner Traditions International, p. 14.
3. Sangay, Thubten. (1975). *Tibetan birth ceremonies*. Dharamsala, India: Library of Tibetan Works and Archives.
4. Dalai Lama. (1985). *The Kalachakra tantra*. Trans. and Ed. by Jeffrey Hopkins. London: Wisdom Publications.
5. Personal interview with Lobsang Rappagay, 1989.
6. Belo, Jane. (1977). *Trance in Bali*. Westport, CT: Greenwood Press, pp. 239-250.
7. Maiden, Anne Hubbell. (1992). Birth and the Basque. *In Context: A Quarterly of Humane Sustainable Culture*. No. 31, p. 28.
8. Personal interview with Angeles Arrien, 1991.
9. Maiden, Anne Hubbell. (1992). Dialogues with the unborn. In Winifred Lucas (Ed.) *Regression therapy: A handbook for professionals*. Vol. 2. Crest Park, CA: Deep Forest Press.
10. Ywahoo, Dhyani. (1987). *Voices of our ancestors: Cherokee teachings from the wisdom fire*. Boston: Shambhala, p. 220.

(*) Ph. D. Psychosynthesis. Cross-Cultural Birth Options. Tibetan Birth Wisdom. Chapel Hill, NC, USA. Tel 919-932-7041. Fax: 919-932-7031.

- Cerimonia di benvenuto
- Sentimento di riverenza per ogni forma di rapporto e di vita
- Massaggio e contatto
- Medicina come relazione sacra
- Vitalità di ogni nuovo insegnamento
- Ampia visione della vita
- Dialogo col nascituro
- Rispetto e amore per la terra
- Portare vicino al corpo
- Rituali significativi
- Importanza dei sogni e dell'azione
- Valore della qualità della vita
- Continuità della vita
- Scopo della vita
- Passaggi naturali
- Gratitude
- Regni dello spirito e del mistero

In queste culture il rapporto reciproco tra spirito e materia è un rapporto di stretta contiguità. Il bambino nasce dal pensiero e diventa un bambino vivente, passa dall'eternità al tempo, dal grembo al mondo. □

(traduzione di Gloria Beltrani)

Settimana di Psicossintesi in SICILIA

Una settimana di vita insieme per sperimentare il significato profondo del gruppo nel lavoro e nel divertimento.

Un'occasione per attivare le strutture profonde del nostro essere, aprirci all'influsso del Sé e renderci consapevolmente disponibili al suo proposito.

PSICOSINTESI IN MONTAGNA

Etna Nord - Piano Provenzana - 18/24 Agosto 1996

Informazioni e prenotazioni: Centro di Psicossintesi - via Morosoli, 10/A - 95124 CATANIA - Tel./Fax 095/7159220