

Beatrice Casavecchia

PROFILASSI VEGETOTERAPEUTICA IN GRAVIDANZA, PARTO, ESOGESTAZIONE PER LA PREVENZIONE DELL'ARMATURA TEMPERO-CARATTERIALE E LA PROMOZIONE DELLA SALUTE NELLA DIADE GESTAZIONALE, IN GRAVIDANZA, PARTO, ESOGESTAZIONE.

_ IL PERCHÉ DI UN PARADIGMA ENERGETICO

Quando nell'utero di una donna si annida una nuova vita, è profonda la rivoluzione che il suo corpo deve affrontare.

I suoi stati d'animo, la sua percezione di essere femminile, l'accettazione delle nuove trasformazioni che il suo corpo sta avendo in relazione alla nuova vita che diviene sono intensissime, profondamente cellulari e animiche. In termini medici si definisce questo come vissuti psico-neuro-endocrino-immunologici, e ciò dà la portata della complessità che la gestazione comporta. Accettazione, dubbi, malesseri e chissà quant'altro.....tutto questo influenza il piccolo nel suo ventre....ed il piccolo embrione influenza lei.

Da un punto di vista energetico questa prima relazione ci piace chiamarla come contatto di due campi energetici, uno più grande che contiene, la madre, ed uno più piccolo che è contenuto; questo primo modello di esistenza sarà poi la costante che il bambino cercherà per tanta parte della sua crescita anche fuori dall'utero in particolare per i primi nove mesi di vita, nel suo periodo di gestazione fuori dall'utero.

Tante sono le variabili che la vita mette in campo, dovute per esempio dallo stile di vita della donna, dal suo rapporto con il padre del bambino, dall'età, dal lavoro che fa.... ed in ogni caso è dalla tonalità energetica del "come" di questa interazione che si plasmerà la memoria energetica, organoplasmatica, di base del nascituro e del vivere l'esser madre della donna.

Il suo utero, la parte più biologicamente femminile di lei, riverbera al bambino, nel tono o nella tendenza ad esser lasso o troppo contratto, quello che la donna vive in rapporto al suo sentirsi persona e alla sua maternità. Sin dall'inizio del concepimento il piccolo ovulo fecondato ne è influenzato cellularmente: pensiamo al quantum d'energia espresso in un rapporto (d'amore o no) che si focalizza nella creazione di un nuovo essere, e come questo embrione riesce a succhiare i liquidi intrauterini, espressione dell'humus materno, o ancora più avanti nel tempo ma solo di pochi giorni, quale parte dell'utero, più o meno vascolarizzata, troverà il trofoblasto con le sue digitazioni per annidarsi, pescare, succhiare direttamente energie nel campo della madre, energie indispensabili per continuare la sua morfogenesi. Appare sempre più chiaro che a nutrire questo processo di crescita sarà quella specifica energia di quell'utero, di quel bacino, di quella donna, di quella coppia genitoriale.

Quando ci riferiamo ad un modello di lettura della realtà che si avvale della parola energia diventa necessario, per non incorrere nelle interpretazioni mistiche o meccanicistiche, definire quale è stato il percorso di ricerca che ha condotto a questo modo di pensare funzionale.

Wilhelm Reich conseguentemente ai suoi studi sulla **funzione biologica del piacere sui sistemi viventi**, iniziò una ricerca che lo condusse nel 1939 all'osservazione in coltura organica di una particolare radiazione, che chiamò radiazione organica o orgone, per la sua intima affinità con i processi vitali organici.

Spesso questa è stata confusa *toutcourt* con il concetto di energia, invece nelle sue manifestazioni funzionali biofisiche si avvicina di più al concetto di forza per la sua capacità espressa in termini di organizzazione, creazione, espressione di qualità neghentropiche; osservò che emette nelle colture di laboratorio una radiazione, una sorta di "luminazione", che impressiona la pellicola e che può essere descritta nell'osservazione visiva diretta come una colorazione azzurra che ha proprietà vibratorie e pulsatorie; vide che a differenza dell'energia elettromagnetica, la radiazione organica viene trasmessa esclusivamente da sostanze organiche isolanti.

Per Wilhelm Reich ogni organismo vivente è un sistema "aperto" con un nucleo di energia organica focalizzato, organizzato secondo principi funzionali comuni a tutto ciò che vive, il movimento pulsatorio vibrazionale: nel nostro corpo è il plasma germinale ed i suoi derivati, tessuto connettivo e plasma, che ne sono in-formati più intrinsecamente, e che esprimono la loro funzionalità con il linguaggio proprio del sistema vegetativo: contrazione ed espansione biofisica.

_ EMOZIONI, ENERGIA, IMPRINTING

È ormai condiviso apertamente da chi lavora in questo campo, quello dell'approccio energetico corporeo, che le emozioni che proviamo, coscientemente o no, hanno un correlato fisico nel corpo: le emozioni sono flussi di energia vitale (orgonoenergia) nel nostro corpo ed il processo di formazione e consolidamento dell'armatura è corrispondente a come l'espressione dei propri sentimenti non sia stata compresa, sia stata inibita e poi divenuta sotto controllo. La corazza fisica, muscolare, è profondamente connessa al sopprimere la sensazione.

Tra la donna ed il suo piccolo in gestazione la dinamica bio-emozionale influisce in maniera significativa sul bambino; quello che la donna vive e sente in questo periodo passa all'embrione prima e al feto poi come contrazione e/o espansione neurovegetativa, tonicità o rigidità del tono uterino, ad esempio..., maggiore o minore ossigenazione e nutrimento....

Pur se fin dall'inizio del concepimento, la fase evolutiva interessata maggiormente dall'imprinting sul temperamento del cucciolo d'uomo è **dal 4° mese di endogestazione, ossia dalla comparsa del riflesso di suzione** (inizio della dominanza del sistema limbico), con una **particolare permeabilità nei primi 10 giorni dopo il parto, a tutta l'esogestazione, i primi 9 mesi di vita extrauterina.**

Il perché sta nel fatto che in questa fase nel piccolo domina la motilità, egli sperimenta e si adatta ai vissuti bioemozionali con una predominanza neurovegetativa, si espande nel piacere e nel benessere, si contrae vegetativamente nel dolore e nel dispiacere esprimendo queste sensazioni solo con il linguaggio del corpo senza avere a disposizione un cosciente apparato di difesa muscolare. Il suo linguaggio espressivo è espressione del suo stato vegetativo, del suo nucleo biologico: contrazione o espansione vegetativa.

La natura parla un linguaggio semplice: in un sistema diadico in contatto la madre sa "per istinto" cosa serve veramente al suo bambino, dialoga con lui in una lingua organica dotata di senso interiore per entrambi, ella è in una condizione di sensibilità intuitiva che noi chiamiamo **identificazione bioemozionale vegetativa** con il suo bambino; è una condizione della madre che spessissimo riesce a risolvere situazioni di malessere senza "fissare" il movimento espressivo del proprio bambino in una esperienza negativa.

Ma a volte ci sono delle difficoltà in questo dialogo, momenti acuti o periodi in cui la madre ed il bambino non riescono più a comprendersi nella comunicazione....l'energia bio-emozionale si blocca, i sistemi tendono a chiudersi e si creano circoli viziosi sempre più serrati dove la malattia e il sintomo è il linguaggio d'organo di un malessere più profondo dovuto spessissimo alla paura di aver perso definitivamente il contatto.....

Siamo comunque dei sistemi "aperti", in-formabili, e tanto più lo è la donna nella maternità e il neonato, vicinissimi come sono al nucleo vitale del processo della creazione; sentire questo dentro di noi e nella relazione con l'altro ci può dare la portata della ricaduta reale del nostro fare pratico; l'identificazione vegetativa con l'altro ci può consentire di entrare in contatto con quello che Eva Reich chiama *principio delle "cassette del ricordo"*, quella funzione particolare che esprime la memoria organoplasmatica di poter ritornare indietro nel vissuto bioemozionale per sciogliere le emozioni congelate nel corpo e consentire una nuova riorganizzazione del flusso energetico: il torrente può scorrere di nuovo.

_ CIRCULARITÀ DEL PROCESSO ENERGETICO

Possiamo proporre una visione a più dimensioni di questo processo energetico: dall'involucro superficiale, la pelle, gli occhi, il cervello esterno, l'accesso al secondo involucro: il muscolare e connettivale, e per cui il contatto con il tono, o con l'iper/ipotono; da qui, al sistema funzionale simpatico/parasimpatico, con le sue risposte neuroendocrine adrenalinerghiche e noradrenalinerghiche (effetto simpaticotonico o vagotonico del neurovegetativo nel soma): pulsatilità o blocco della struttura biofisica.

Il contatto e l'identificazione vegetativa ci apre la via al quarto involucro: l'emozionale profondo, che appare al vissuto come risultante dell'imprintig emozionale rispetto al dialettico vissuto di Paura/Piacere che l'esserci fin dai nostri albori di vita comporta; la propria memoria organoplasmatica di contrazione/espansione, come funzionalità bioenergetica del vissuto di interazione di campo energetico nella prima relazione (circuitto Sé/Altro da sé), e come potenzialità espressiva del proprio ritmo biofisico: tensione - carica - scarica - distensione nella sua pulsatilità di movimento.

La vegetoterapia dolce ci mette a disposizione degli strumenti per promuovere un contatto funzionale nel processo di gestazione tra la donna e chi l'assiste, e tra la donna e il suo bambino: il massaggio profondo connettivale, il baby-massaggio Farfalla, gli actings. Essendo **il contatto sia lo strumento che il fine** diventa un fattore indispensabile, sentirsi connessi energeticamente in sé stessi e avvertire una buona risonanza empatica verso l'altro.

Il contatto: la parola contatto è una parola molto importante, deriva dal latino "cum tactum" che significa "con tatto", è qualche cosa che mette in gioco la sensibilità, l'intuizione; il tatto è distribuito attraverso le mucose e la nostra pelle, che è il nostro cervello esteriore e ci interfaccia direttamente con tutto il nostro reticolo connettivale, che ci permea e ci tiene insieme.

La pelle assolve alla funzione di interfaccia dentro/fuori, me/altro, contenuto/contenitore, ed ha una enorme potenzialità per ricreare imprintings ristrutturanti, proprio per l'effetto di risonanza profonda cui siamo soggetti; contatto perciò come empatia, come potersi far attraversare dal movimento energetico emozionale dell'altro, come commozione (muovere con) profonda che mette in comunicazione e definisce nello stesso tempo....

_ APPORTI DELLA RICERCA PSICOANALITICA

Noi lavoriamo con approccio corporeo, ma anche la ricerca psicoanalitica di Esther Bick, discepola di Melanie Klein e di W. Bion, ci parla del suo concetto di *prima pelle* e *seconda pelle muscolare*, la „corazza“ cara a Reich, spiegandoci dal suo punto di vista che nel lattante la pelle ha

la funzione di contenere le parti e le funzioni non ancora differenziate del proprio corpo/campo di coscienza e che queste vengono tenute insieme, integrate progressivamente, grazie alla pelle che funziona come limite periferico. La funzione interna di essere contenitore delle proprie parti di Sé, risulta dall'introiezione di un "oggetto esterno", la relazione di cura e chi la esercita perciò, capace di "contenere" le parti dell'intero corpo e, diciamo noi, dei correlati vissuti bioemozionali. La madre, "l'oggetto contenitore", viene all'inizio vissuto concretamente dal bambino come una pelle e se la funzione contenente viene introiettata funzionalmente, il bambino può acquisire la piacevole sensazione di essere un interno di sé, e arrivare progressivamente alla distinzione appercettiva, dinamica, emozionale, del proprio Sé e dell'altro significativo, ognuno contenuto dalla propria pelle, confine.

Se la funzione contenente (effetto-utero inteso sia come realtà funzionale fisica che psichica) non viene svolta in modo adeguato dalla madre, il bambino non riuscirà bene a definire la propria identità e quella dell'altro da sé, tenderà a rimanere confuso e si adatterà cercando freneticamente un oggetto surrogante esterno tale da consentirgli almeno temporaneamente di vivere l'esperienza di tenere insieme le parti del Sé; il cattivo funzionamento della "prima pelle" (il contatto nella prima relazione, effetto contenitore-utero) può portare il piccolo alla formazione di una "seconda pelle muscolare", come ricerca costante di un surrogato e come "impegno" energetico somatico-caratteriale verso l'esterno da Sé.

Tale "seconda pelle muscolare" risponde a caratteristiche ben definite:

- risulta enormemente sovrasviluppata quando deve sopperire e compensare una grave insufficienza del campo contenitore-madre, e deve riempire le sue faglie, le fessure, i buchi della "prima pelle" contenitore-energetico (il "come" del bonding e dell'holding);
- l'investimento energetico-pulsionale specifico dell'apparato muscolare e quindi della seconda pelle è fornito dall'aggressività, intesa come un ad-gredior, un andare verso la vita che ha assunto una dinamica di difesa, un prevenire, preservarsi tenendosi a distanza da ciò che si vive come pericolo; il blocco emotivo-muscolare che alimenta e nello stesso tempo impedisce il contatto doloroso;
- si crea inevitabilmente una confusione tra gli involucri "pelle-esterno-superficie di iscrizione" e "seconda pelle muscolare" come involucro di *para-eccitazione*, ma sempre la seconda pelle muscolare, consentirà di rafforzare la protezione esterna (neonati arrabbiati, iperattivi), o di favorire eccessivamente l'attivazione interna (neonati ripiegati troppo dentro di sé, eccessivamente "buoni", assenti), quando le stimolazioni esogene sono state troppo deboli e la ricerca di stimolazioni endogene diventa un fatto preliminare. Questo è il punto di vista della ricerca psicoanalitica.

Eccesso di corazza contenitrice, difetto di contenimento: le due variabili estreme che si possono verificare. Usciamo da questo modello teorico, la realtà delle nostre relazioni è più semplice e più complessa nello stesso tempo.....sentiamo nell'esperienza del vivere che quando riusciamo ad esprimerci rimanendo in contatto con noi stessi, riusciamo anche a comunicare con l'altro....possiamo, vivi, sentirci e sentire l'altro....

— LA VEGETOTERAPIA DOLCE

Con-tatto come "toccare dolcemente con mano" i blocchi muscolari e affettivi principali, come possibilità di ricondurci verso un'appercezione cosciente della nostra pulsazione plasmatica e di ricreare quelle condizioni che tendono a ristabilire un "effetto campo energetico" che ristrutturata funzionalmente consentendo al flusso energetico bioemozionale di scorrere.

La metodologia della vegetoterapia dolce agisce sia nel nostro cervello esterno, la pelle e gli occhi, con il massaggio e con i tocchi di determinati punti energetico/funzionali, sia nella "seconda pelle", il tessuto connettivo-muscolare.

La vegetoterapia, in ogni caso, non deve mai lavorare per determinare l'eliminazione o la rottura della corazza, della *seconda pelle muscolare*, ma per favorire la presa di coscienza, l'appercezione e

l'autogestione di questa, che, storicamente parlando, serve, ma va ammorbidita, resa più funzionale ad qui ed ora dell'esperienza.

La vegetoterapia rivolge un'attenzione particolare al primo livello energetico reichiano, gli occhi, orecchie, naso, poiché è in questi sensi che si trova bloccata l'emozione di base di tutte le nevrosi, la paura; ed è dagli occhi che inizia la preparazione e l'educazione alla nascita della gestante, al fine di mettere la donna di fronte alla realtà che sta vivendo ed arrivare a comprendere pienamente che il frutto del suo grembo non fa parte del "suo io" ma è il suo "non io": il lavoro sugli occhi dà la possibilità al soggetto di identificarsi e dis-identificarsi in un movimento energetico sano e funzionale nel qui ed ora e aiuterà in seguito con una separazione meno dolorosa per entrambi sia nell'approdo alla vita extrauterina che nello svezzamento.

Nel massaggio dolce connettivale, nel babymassaggio, nel lavoro corporeo vegetoterapeutico, nel rebalancing (bilanciamento energetico funzionale praticato dopo un trauma da cesareo, forcipe, ventosa) lavoriamo sempre dall'alto verso il basso e dall'interno verso l'esterno, favorendo la capacità autorganizzatrice energetica della persona, l'Instroke, il fluire spontaneo della forza vitale verso l'interno.

L'In-stroke, l'andare in dentro, è diverso che lavorare sulla contrazione: questa può essere intesa come l'arresto di un movimento che inevitabilmente arresta l'esperienza. L'instroke è invece un movimento interno continuo, che permette di raccogliersi e di concentrarsi e che è avvertibile come pulsazione profonda: è un flusso verso qualcosa a differenza della contrazione che è un moto di allontanamento da qualcosa.

Possiamo iniziare con il lavoro alla testa ed agli occhi per favorire nell'altro il contatto interiore sulle proprie capacità abbandoniche e di affidamento; questo promuove l'alleanza terapeutica e il contatto "sé/altro da sé" sia per la gestante che per l'operatrice. Chi pratica la cura dovrebbe trovare la posizione più comoda per poter lavorare agevolmente. La posizione che la gestante assume durante il lavoro con gli actings è distesa, a volte con le gambe ripiegate di 45°, postura che tende a disimpegnare il carico su determinate aree della colonna vertebrale, favorendo con il contatto a terra (grounding orizzontale), il radicamento dentro di sé.

Nel massaggio connettivale, ad esempio, facendo pressioni su determinati punti del tessuto connettivo promuoviamo un movimento che va verso l'interno e lavoriamo direttamente con la capacità di raccoglimento della persona. Il massaggio connettivale profondo consente di imprimere un movimento vibrazionale al tessuto connettivo, a quel tessuto che la tiene insieme, che costituisce il suo plasma sanguigno, il suo mesenchima interstiziale, il suo liquido intercellulare. Il movimento vibrazionale agisce con connessione a rete su tutto il corpo, ha delle forti capacità di contenimento e di riorganizzazione, con il risultato che questo lavoro dolce, pulsatorio, permette al corpo intero di sciogliersi in profondità, preparando l'organismo a dei cambiamenti sostanziali.

Il massaggio connettivale profondo è singolare per vari motivi: per primo perché si utilizzano le forze autoguaritrici dell'organismo, dando al corpo la possibilità di svolgere il cambiamento desiderato con i suoi propri ritmi, e per secondo perché non si lavora contro un muscolo contratto, forzandolo ad aprirsi ed a „rilassarsi“, ma lavoriamo piuttosto con la contrazione di quel muscolo: partendo dal principio che la contrazione ha avuto motivo e ragione di esserci, noi sosteniamo, forse incoraggiamo la contrazione con il nostro posizionamento, permettendole in questo modo di rilassarsi da sola.

Talvolta durante il massaggio la persona entra in uno stato in cui si sente profondamente centrata, vissuto come uno stato alterato di coscienza, in modo che gli effetti si possano integrare. Dopo il lavoro sul connettivo è sempre importante verbalizzare l'esperienza appena fatta, chiedendo alla persona di focalizzare e nominare le sensazioni che ha provato e che prova. Spesso avvengono delle scariche neurovegetative, come riso o pianto, che sono ben assimilabili dalla persona tanto da non farla sentire minacciata.

— FAVORIRE IL BENESSERE DELLA MADRE PER POTER ARRIVARE AL BAMBINO

L'esperienza pratica di chi lavora con le donne in gravidanza, parto e puerperio ci deve far riflettere su ciò che può essere funzionale alla vita o su ciò che può porre ostacoli sul suo cammino....ci auguriamo che sempre di più si sappia riconoscere dove, perché e soprattutto come nasce un problema all'interno della diade gestazionale, e quali possono essere le condizioni che aiutano a ristabilire il flusso di comunicazione affettiva, nutritiva, vitale sia per quella madre che per quel bambino.

Gli studi del Prof. Federico Navarro sugli effetti dei disturbi energetici da stress nelle precoci fasi della vita intrauterina e extrauterina nell'eziogenesi delle patologie e delle biopatie, la ricerca che il Dottor Michel Odent conduce da anni sulle influenze a medio e lungo termine del „come“ della gestazione, del parto e dell'esogestazione nel *sistema di adattamento primale* del bambino, ci rendono più consapevoli dell'importanza della prevenzione delle situazioni di stress e della necessità di favorire il benessere della madre per poter arrivare al bambino: il contatto energetico-empatico, per ricreare un imprinting positivo e ristrutturante, promuovere il re-bonding ossia ricostruire un buon ambiente per la prima relazione e “Mothering the mother”, dare cure materne alla madre, sono nella pratica vie dolci e non invasive che rispettano questo delicatissimo ecosistema vitale.

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI:

Wilhelm Reich, BAMBINI DEL FUTURO

Wilhelm Reich, LA FUNZIONE DELL'ORGASMO

Eva Reich e Ezster Zornanszky, LEBENSENERGIE DURCH SANFTE BIOENERGETIK

Federico Navarro, SOMATOPSIKODINAMICA DELLE BIOPATIE

Federico Navarro, LA SOMATOPSIKODINAMICA

Genovino Ferri e Giuseppe Cimini, PSICOPATOLOGIA E CARATTERE

Didier Anzieu, L'IO PELLE