

Glow & Flow e Teoria Polivagale di S. Porges. Bioenergetica Dolce di Eva Reich e regolazione affettiva perinatale.

Beatrice Casavecchia

Psychologist, Gentle Bioenergetics Therapist

CENTRO STUDI EVA REICH



Si può riconoscere a Wilhelm Reich per primo e poi a sua figlia Eva Reich di essere stati antesignani, con più di 50 anni di anticipo, del contributo che oggi propone la ricerca di Stephen Porges con la sua Teoria Polivagale, lettura che ha introdotto a pieno titolo il Corpo nella psicoterapia convalidandone l'importanza fondamentale nelle dinamiche cognitive, comportamentali e sociali.

La sua ricerca comprova il fondamento reichiano che durante il periodo sensibile della perinatalità è agente, a seconda dell'organizzazione evolutiva della predominanza neuronale encefalica, la modulazione e regolazione affettiva del funzionalismo neurovegetativo del sistema vagale, e che questo sistema di funzioni autonome è alla

base del processo di difesa della costruzione della corazza emotivo muscolare e dell'instaurarsi delle condizioni che esitano in biopatie.

La teoria Polivagale ha così avvalorato indiscutibilmente la metodologia e i contenuti teorici dell'approccio reichiano della Vegetoterapia e ancor di più della Bioenergetica Dolce di Eva Reich.

La ricerca di Porges ha infatti messo in luce, all'interno della relazione intercorporea di madre-bambino, la comunicazione bidirezionale tra le afferenze del sistema periferico del sistema nervoso autonomo, vie vagali già mielinizzate alla nascita, e il sistema nervoso centrale. Il contatto oculare, il tatto, l'olfatto e l'ascolto sono precocemente connessi tramite le afferenze vagali al sistema nervoso centrale e tramite queste informazioni in entrata l'organismo discrimina e organizza le risposte comportamentali e co-costruisce la memoria implicita e neurovegetativa della relazione di sé con il mondo, segni incisi depositati nella memoria procedurale che successivamente nella vita orienteranno i propri dinamismi di adattamento.

Relativamente all'approccio psicoterapeutico corporeo reichiano e più incisivamente a quello declinato dalla Bioenergetica Dolce di Eva Reich coerente con il Principio del Minimo Stimolo, la Teoria Polivagale di Porges oltre a spiegare la differenziata modulazione della risposta a seconda della dominanza neurovagale in atto al momento dell'evento (dorso-vagale con fibre amielinate in vissuti intrauterini con dominanza rettiliana o ventro-vagale con afferenze mielinate in esperienze intorno alla nascita e per i primi due anni di vita) rende possibile la comprensione clinica in una chiave puntualmente orientata alla neurofisiologia come specifici interventi terapeutici possano entrare in gioco profondamente nella dinamica neurovegetativa e orientare i processi in atto verso l'autoregolazione bioenergetica, l'integrazione cognitiva e la guarigione del trauma.

Il Flow and Glow, l'ardere e il fluire percepito nel corpo e nelle emozioni nello scioglimento di un blocco energetico-psichico-somatico, così come Eva Reich definisce con parole semplici processi complessi, profondamente ancorati alla capacità di autoregolazione bioenergetica del corpo, è l'esito somatico e psichico dell'attivazione regolatrice delle vie vegetative ventro-vagali, embricate nella regolazione affettiva.

Queste vie evolutivamente presenti solo nei mammiferi, le cui fibre hanno origine in parecchi nuclei del midollo, innervano direttamente il viso, la laringe e il cuore, modulano profondamente gli stati affettivi e il comportamento sociale, diminuiscono l'attività del sistema simpatico e dei sistemi di azione legati a difesa, attacco e fuga, congelamento con immobilizzazione. Infatti più dell'80% delle fibre del vago sono afferenti e assicurano un'importante informazione sullo stato viscerale ed hanno una precisa funzione comportamentale in ambito di comunicazione sociale, capacità di autoconfortarsi, calmarsi e inibire le influenze simpatico-adrenali. Sono vie attive sin nelle nostre prime esperienze di vita e se il contesto interattivo dell'ambiente ne promuovono l'attivazione assicurano un sano sviluppo di processi fisiologici orientati nel versante della salute e di un attaccamento sicuro. Se l'ambiente è percepito ostile, non includente o minaccioso, l'intelligenza della vita per soddisfare il bisogno di

sopravvivenza cede il passo all'attivazione della risposta più arcaica, deputata alle vie dorso-vagali del simpatico-adrenale, che assicurano la risposta di mobilitazione con la fuga, o del vago non mielinato che con l'immobilizzazione simula la finta morte nei vissuti shock. Questa è la risposta autonoma della formazione della corazza tempero-caratteriale, che è sempre connessa con una disfunzione cronica del funzionamento della bilancia vegetativa.

La psicoterapia reichiana, supportata anche dalla teoria dei tre cervelli di Mac Lean che circa quaranta anni fa Federico Navarro introdusse come chiave di lettura importante dell'approccio clinico post-reichiano, e la Bioenergetica Dolce di Eva Reich con suo contributo costituito dall'azione del Minimo Stimolo nella promozione dei processi di regolazione affettiva, fisiologica e bioenergetica, sono approcci psicoterapeutici corporei che con coerenza e puntualità offrono strumenti terapeutici e impianti teorici in accordo con quanto la ricerca di Porges nell'ambito delle neuroscienze sta dimostrando.

La Bioenergetica Dolce, definita da Eva Reich una Vegetoterapia Dolce, ha infatti tra i propri riferimenti i collegamenti tra cervello e sistema neurovegetativo distribuito nel corpo, gli apparati somatici della percezione e della coscienza emotiva e comprova nella sua pratica clinica la dimensione corporea e inter-corporea dell'affettività, che emerge profondamente connessa con la dominanza funzionale del sistema vegetativo vagale, autoregolazione autonoma che bioenergeticamente è possibile sostenere e promuovere. Questo ci permette di comprendere il funzionalismo energetico che è alla fonte del comportamento umano, nel versante della capacità di costruzione di bonding, del senso di sé e dell'altro, dei processi di empatia e, nel versante del disagio e del deficit, le sindromi di autismo, scissione e depersonalizzazione.

Possiamo veramente sostenere che la teoria Polivagale di Porges fornisce un'ulteriore conferma della correttezza e appropriatezza dell'intervento che la Bioenergetica Dolce di Eva Reich offre nella riparazione del danno, nella promozione della salute e nella prevenzione delle patologie. Il processo di attaccamento e la salute sono infatti processi bioenergetici e bioenergeticamente è possibile promuoverli o curarli.

Bibliografia

Stephen W. Porges, 2003. *The Polyvagal Theory: phylogenetic contributions to social behavior*. Brain-Body Center, Department of Psychiatry, University of Illinois, Chicago.

E. Reich, E. Zornànszky, 1997. *Lebensenergie drch Sanfte Bioenergetik*. Kosel- Verlag Munchen.

Emilio del Giudice, Margherita Tosi. *The Principle of Minimal Stimulus in the Dynamics of the Living Organism*. 2013 - ISIS Report 2013 Institute of Science in Society.

W. Reich, *La Funzione dell'Orgasmo*, Sugarco Net. Ed. 2005

W. Reich, (1972). *Character analysis*. New York: Farrar, Straus & Giroux

W. Reich, *The Biopathy of Cancer*, Ed. SugarCo.

F. Navarro, 1985 *La Somatopsicodinamica* – IL DISCOBOLO Ed.

F. Navarro, 2001, *Somatopsicodinamica delle biopatie* – II Edizione – IFeN ed.

G. Ferri, 2012 *Psicopatologia e carattere. L'analisi reichiana. La psicoanalisi nel corpo ed il corpo in psicoanalisi*. Alpes Ed.

G. Ferri, 2017. *Il corpo sa. Storie di psicoterapie in supervisione*. Alpes Editore

Wendelstadt S., *Il principio del minimo stimolo e i processi di autoregolazione*, in R. Filoni (a cura di), *Grounding*, Franco Angeli Ed., Milano 2010

B. Casavecchia, S. Wendelstadt, 2015. *Forme originarie di comunicazione*. In *Nascere Umani*, Mimesis Editore.