

Silja Wendelstadt

La spiritualità del contatto

Il massaggio bioenergetico neonatale di Eva Reich come promozione della salute come prevenzione delle "biopatie" (1)

Quando Wilhelm Reich fondava il OIRC (Orgon-Infant-Research-Center), nel 1949, Eva Reich era medico e assistente di suo padre. Lo scopo della fondazione del Centro era di scoprire che cosa fosse un bambino sano. Wilhelm Reich voleva comprendere in che modo i bambini iniziano a sviluppare blocchi muscolari ed emotivi, per prevenire la formazione precoce di una "armatura caratteriale" muscolare ed emozionale(2) che li avrebbe predisposti a una futura vita infelice. Infatti, non c'era dubbio per W. Reich che la depressione cronica, la scissione schizofrenica, i tratti di carattere schizoide, il comportamento violento e antisociale abbiano la loro origine in esperienze traumatiche precoci, avvenute all'inizio della vita quando il bambino, per proteggersi dal dolore, contrae tutto il suo "plasma vitale". È in quella fase dell'esistenza, perciò, che si deve attuare il lavoro di prevenzione delle biopatie.

Eva Reich è una delle poche persone che ha visto lavorare suo padre, alla fine della sua vita, in un modo estremamente dolce con i neonati. Dopo la sua morte, lei ha continuato l'opera di prevenzione e ha elaborato le tecniche della "Gentle Bioenergetics"(3), insegnandole poi in America, Europa e Australia.

Il concetto del "contatto"

Osservando al microscopio i movimenti di organismi unicellulari vivi come i bioni(4) o le amebe, Wilhelm Reich ha scoperto delle leggi che, secondo lui, regolano i processi vitali pulsatori all'interno di questi organismi unicellulari e nelle relazioni tra di loro. W. Reich ha chiamato questi unicellulari "bio-sistemi". Un "bio-sistema" consiste in un nucleo energetico pulsante al centro, il plasma, e in una membrana che lo contiene. L'energia pulsa all'interno della membrana e un campo energetico si estende intorno a essa. Se l'ambiente è stimolante, l'ameba si espande con un movimento fluido, cioè l'energia fluisce verso la periferia e il campo di energia si allarga. Se invece la stimolazione da parte dell'ambiente è ostile, l'ameba si contrae, cioè la sua energia fluisce dalla periferia verso il centro, e così anche il campo di energia si ritrae. Se la stimolazione da parte dell'ambiente continua ad essere negativa, la pulsazione cessa e l'ameba muore.

Per W. Reich, metaforicamente, è come se, nel caso di un ambiente stimolante, l'ameba dicesse "sì" con il movimento di espansione verso l'esterno; mentre invece con quello di contrazione dicesse "no".

L'ameba cerca l'incontro piacevole con altre amebe mediante un movimento ondulatorio e fa "contatto" con loro attraverso un "ponte di energia". Il processo di "contatto" avviene quando due campi di energia di due bio-sistemi pulsanti si attraggono, si toccano, si sovrappongono e si compenetrano, emanando luce e vibrando insieme.

W. Reich ne deduce che il movimento della "bioenergia" nel plasma dell'ameba sia funzionalmente identico al movimento del plasma in tutti gli esseri viventi (biosistemi più complessi) e che l'emozione (espansione = "sì"; contrazione = "no") sia un reale movimento energetico-espressivo del plasma. Egli chiama questo movimento "linguaggio espressivo del vivente".

W. Reich sostiene che questo processo è funzionalmente identico nel "contatto" tra neonato e madre.

La funzione della madre (o di chi ne fa le veci) è di procurare piacere al neonato in modo che possa entrare in "contatto" con lei, per poter sviluppare il suo innato potenziale di crescita. Per W. Reich il piacere diventa il processo specificamente produttivo del sistema biologico.

Il neonato "passivo" nella "fase autistica" è, secondo questo modello, un bambino non adeguatamente stimolato dalla madre, che si è ritirato dal mondo.

Secondo W. Reich il bambino non è passivo ma nasce con un alto potenziale di bio-energia pulsante con la quale si esprime: onde di eccitazione partono dal suo corpo, si espandono per entrare in contatto con l'ambiente - il corpo della madre. I due bio-sistemi si esprimono ciascuno con le proprie vibrazioni auto-espressive e, nel "contatto", formano un unico biosistema più grande, all'interno del quale i campi di energia compenetrati comunicano commuovendosi ed espandendosi verso l'ambiente circostante.

W. Reich chiama questo processo "biosociale": "bio" perché è una comunicazione emotiva a un livello di pulsazione plasmatico-energetico, "sociale" perché si svolge tra due esseri umani. Secondo lui la comunicazione bio-sociale è la base di ogni comunicazione(5).

Le ricerche di W. Reich degli anni Cinquanta vengono oggi confermate dalle recenti indagini fatte sui neonati e le loro madri(6). In video-registrazioni analizzate al rallentatore vengono rese visibili delle micro-interazioni che non si possono osservare a occhio nudo, e viene rivelato un neonato mai visto prima: tutt'altro che passivo, stimola di sua propria iniziativa la madre a rispondergli, le segnala i suoi bisogni, ne riceve e ne comprende i messaggi. Se il suo anelito al dialogo viene ricambiato, il piccolo è motivato a esplorare, a giocare e a cercare piacere. Se la madre non può ascoltare i suoi messaggi, il neonato lotta per essere notato: piange. Soltanto se non è corrisposto ripetutamente, rinuncia e si ritira in sé: non crede più nelle proprie capacità di stabilire un "contatto".

Il neonato, per la stimolazione delle proprie funzioni vitali, ha bisogno di radicarsi nel campo di energia della madre: la sua vita dipende da questo. Quando è radicato nel "contatto" con la madre, il neonato si trova nello stato di salute: questo è osservabile come dolce calore emanato dal corpo, è visibile sulla pelle come colore roseo, si evidenzia negli occhi luminosi, mentre i movimenti espressivi commoventi del bambino attirano le cure della madre. Quando questo avviene durante il massaggio neonatale, Eva Reich parla di "glow and flow" (ardore e flusso): "glow and flow" è l'espressione visibile dello stato di salute e di benessere del neonato "in contatto" con la madre; è l'espressione visibile della libera pulsazione plasmatica-energetica auto-espressiva, attraverso la quale madre e neonato dialogano, uniti in un unico bio-sistema, che "sa" come svilupparsi, se la madre può cooperare.

Dal piacere di funzionare in questa interrelazione durante il "contatto bio-energetico" dipende il futuro sviluppo del bambino.

Eva Reich spiega come il "bonding" sia una funzione del "contatto" sul quale si può lavorare bio-energeticamente e insegna come farlo con i metodi della "Gentle Bioenergetics"; insegna soprattutto come prevenire, all'inizio della vita, i disturbi nel rapporto madre-bambino, e di conseguenza i loro gravi effetti per il futuro sviluppo del piccolo.

Un dialogo speciale, carico d'amore

Il "contatto" è un processo ritmico, energetico, di tensione-carica e di scarica-distensione, come Wilhelm Reich lo ha descritto in La funzione dell'Orgasmo(7). Tutte le emozioni hanno questo ritmo: l'allattamento, il gioco, il pianto e così via.

Durante il massaggio bio-energetico che insegna Eva Reich, la pelle del bambino ha fame del contatto con il corpo della madre e lo desidera ardentemente (tensione). Nel contatto piacevole con le mani della madre la pelle di entrambi si carica energeticamente, diventa rosea, calda, vibrante, e un senso di benessere li pervade tutti e due; il bambino arde dal piacere di essere amato (carica).

Poi il piccolo si sazia, la carica rifluisce al centro (scarica) e, felicemente rilassato, si abbandona nelle braccia della madre (distensione). "Tu senti me, io sento te: noi due ci apparteniamo". Questa è la struttura della vita e dell'amore: un flusso ritmico-energetico tra due esseri viventi. Il significato originario della parola religione è "appartenersi".

In un continuum di esperienze filogenetiche il bambino sa stimolare la madre a rispondere ai suoi messaggi e si aspetta che siano ascoltati. Con un senso infinitamente sottile e raffinato, comune a tutte le donne, la madre sente dentro di sé la risposta "giusta", risponde e gioisce a sua volta del feedback del bambino(8).



Questo "contatto" ritmico-energetico è "Grounding and Grace"(9). Grace, o grazia, viene dal greco charis, amore che cura. Grazia in ebraico significa anche utero, Il grounding è la connessione energetica con la madre, il filo con il quale il bambino può tessere il suo Sé nel mondo. Grazia è l'incarnazione di amore e di cura con la quale la madre si dedica, dal suo essere più profondo, ai bisogni del bambino e ne è appagata.

Questo fenomeno del "contatto", che secondo W. Reich è "il linguaggio espressivo del vivente", viene da lui descritto in termini scientifici bio-energetici come sovrapposizione dei campi di energia di due bio-sistemi vibranti. Oggi le recenti ricerche sui neonati, fatte con la videocamera, mostrano al mondo commosso il fenomeno del "contatto" madre-neonato, questo dialogo-danza del linguaggio primario del vivente. "Ciascuna delle madri crea i passi di questa personale, unica danza da eseguire e da portare avanti con il proprio bambino. Questi particolari movimenti compiuti e le improvvisate sequenze del reciproco adattamento sono parte di un processo universale, comune a tutte le donne"(10).

Il concetto di "identificazione vegetativa" è stato introdotto da W. Reich e indica la capacità di sentire nel proprio organismo un processo specifico energetico, emozionale, di eccitamento, di un'altra persona e di riconoscerlo come tale. Egli scoprì che se esiste un "contatto" sufficientemente profondo tra i due organismi, avviene una risonanza energetica e con ciò plasmatica. Questa risonanza rende possibile vivere nel proprio corpo l'espressione della persona con la quale si è in "contatto".

Il bambino si manifesta con movimenti auto-espressivi, che sono reali processi biofisici energetico-plasmatici, con i quali stimola sua madre a entrare in contatto con lui. Nello stato di "contatto bio-energetico" il flusso di espressioni pulsatorie, biofisiche, del bambino può essere percepito nel bio-sistema (corpo) della madre commossa come impressioni e può essere compreso e soddisfatto come se le appartenesse.

La capacità della madre di essere "in contatto" con il bambino attraverso le proprie pulsazioni plasmatiche, percepita come emozione nel proprio corpo, dipende dalla sua capacità di sopportare, senza paura, le forti onde di eccitazione con le quali il bambino si esprime durante la nascita e dopo. Chi ha tenuto in braccio un neonato non potrà mai dimenticare questa impressione.

Il problema di coloro che assistono la nascita

Per W. Reich era essenziale che i suoi collaboratori avessero questa capacità di identificazione vegetativa come principale strumento per riconoscere i bisogni di madre e bambino: il senso organotico (= identificazione vegetativa) di contatto, una funzione del campo di energia di entrambi, madre e bambino, è sconosciuto agli specialisti. Il "contatto organico" (bio-energetico) è l'elemento esperienziale ed emozionale più essenziale nell'interrelazione tra madre e bambino, soprattutto nel periodo prenatale e nei primi giorni e settimane di vita. La sorte futura del bambino dipende da esso. Sembra essere il "core" dello sviluppo emozionale del neonato. Sappiamo molto poco su questo"(11).

I risultati delle recenti osservazioni dirette della coppia madre-figlio consentono di prevedere che sarà presto possibile analizzare nelle videoriprese anche ciò che succede nella interrelazione neonato-operatore (ostetriche, ginecologi, neonatologi, pediatri e così via). Si potranno allora dei criteri oggettivi per scegliere quegli operatori che possano assistere il "bio-sistema" madre-neonato prima, durante e dopo il parto, facilitandone lo sviluppo e la loro capacità di auto-regolazione della salute. In futuro, queste persone dovrebbero avere l'abilità di "identificazione vegetativa" per poter seguire i messaggi non verbali della coppia madre-neonato. Questa capacità è stata molto sottovalutata fino a oggi e non è stata oggetto di ricerca e di insegnamento né nelle scuole di specializzazione né nelle università. Oggi si sa che persone fortemente corazzate, che hanno dovuto reprimere le proprie emozioni, anche se hanno una ottima preparazione universitaria, non riescono a comunicare a livello di "identificazione vegetativa" con la coppia madre-neonato e possono infliggere, senza volerlo, danni al plasma vitale del bambino(12).

"Non abbiamo ancora nessuna idea precisa su quelli che sono i normali schemi interattivi tra madre e bambino. Non si può ridurre il sapere intuitivo di una madre a qualcosa da imparare. L'adattamento interattivo si realizza attraverso questo risponderci intuitivo e istintivo. Il sostegno emotivo non viene dai consigli degli esperti, ma da gruppi informali di donne che vivono la stessa esperienza"(13). Le madri dispongono di una naturale capacità di identificarsi con i loro bambini, e di comunicare con loro nell'unico modo giusto per entrambi; e i bambini sanno rapportarsi naturalmente alle loro madri. "Gli specialisti devono imparare ancora ciò che le madri sanno da sempre intuitivamente. Il consiglio per gli esperti della nascita è di immischiarsi il meno possibile nelle faccende delle madri"(14).

Questa è diventata la principale caratteristica dei miei gruppi di Baby-massaggio.

Il Baby-massaggio

Il Baby-massaggio(15) bio-energetico offre ai genitori la possibilità di comprendere e sostenere questo tenero (e potente) processo della libera pulsazione bio-energetica. Il quale, secondo Eva Reich, è il prerequisito della salute autoregolata, presente e futura.

Il massaggio è parte di una antica tradizione orientale, che conosce il profondo valore del legame tra madre e figlio. Eva Reich, elaborando il pensiero di suo padre, ha riscoperto in Occidente, su basi scientifiche, il valore del Baby-massaggio e lo applica anche ai neonati a rischio e ai prematuri. Dalle ricerche scientifiche è risultato che un gruppo di neonati, massaggiati regolarmente dalle loro madri, ha avuto uno sviluppo neurologico significativamente migliore del gruppo di controllo non massaggiato(16).

Gli effetti del Baby-massaggio

La stimolazione dolce del massaggio di Eva Reich, che deriva dalla vegetoterapia (la vegetoterapia è una psicoterapia corporea chiamata così da W. Reich perché incide sul sistema nervoso vegetativo), fa fluire l'energia attraverso i blocchi muscolari e verso la periferia (verso il mondo). La pulsazione energetica-plasmatica attraverso la quale madre e bambino comunicano, viene armonizzata in modo tale che, a molte donne, con profondi problemi emotivi, può essere risparmiata la depressione post-partum se ricevono una quantità sufficiente di massaggi prima, durante e dopo la nascita del bambino.

Il piacere funzionale che si ripristina con il massaggio armonizza l'azione del sistema neurovegetativo simpatico-parasimpatico e ha un effetto positivo su tutte le funzioni dell'organismo, promuovendone la salute. Basta pensare che gli animali "massaggiano" i loro

neonati leccandoli, e che i piccoli che non vengono leccati muoiono. I neonati umani non accarezzati non muoiono, ma la qualità della loro sopravvivenza è gravemente compromessa. Il massaggio è particolarmente importante:

- per bambini adottati e per i loro nuovi genitori, per favorire il legame;
- per bambini nati con taglio cesareo: loro non hanno ricevuto la forte stimolazione cutanea della nascita vaginale;
- per bambini che non possono essere allattati e che con il massaggio ricevono nutrimento energetico;
- per bambini con madri che lavorano: l'incontro regolare e l'intenso flusso di benessere che si trasmette durante il massaggio, danno alla madre e al bambino distensione, nutrimento energetico e vicinanza;
- per bambini prematuri: l'effetto del massaggio neo-natale è sorprendente sul loro sviluppo(17).

Le ultime ricerche psicoanalitiche confermano l'importanza del buon contatto con la pelle per lo sviluppo del Sé e le gravi conseguenze della sua mancanza(18).

La pelle è l'organo di senso più esteso del corpo e il più importante per lo sviluppo del Sé. Sin dall'inizio il bambino percepisce e conosce il mondo attraverso la pelle: il modo in cui viene toccato e tenuto in braccio è all'inizio un'esperienza totale.

Tutto il mondo delle sensazioni originato dalla pelle viene rielaborato dalla mente: le sensazioni diventano percezioni, emozioni e sentimenti. La pelle protegge, contiene, limita e contemporaneamente permette il contatto con gli altri, accoglie un'infinità di stimoli e risponde. Sin dalla nascita la pelle è l'organo che filtra il mondo esterno. Per tale ragione questo delicato organo di senso ha un'importanza fondamentale fin dalla nascita. La psicologia infantile colloca lo sviluppo della mente e del pensiero già nel primo anno di vita e la pelle è l'organo principale attraverso il quale ciò avviene(19).

I gruppi di Baby-massaggio

L'esperienza che descrivo qui si riferisce ai gruppi di Baby-massaggio che ho formato in un consultorio privato. Le donne hanno già fatto la preparazione al parto con me con il metodo della bio-energetica dolce e si conoscono sin dai primi mesi di gravidanza. Dopo il parto, quando il bambino ha da uno a tre mesi, le donne tornano, a volte con i loro mariti, per tre o quattro incontri della durata di una mattina intera. Il massaggio in sé prende soltanto da dieci a venti minuti, a seconda delle esigenze: è la risposta del bambino e il suo piacere che guida i movimenti e la durata.

All'inizio dell'incontro le donne hanno bisogno di molto tempo per scambiarsi le loro esperienze. Di solito il gruppo è composto mediamente di sei madri con i propri bambini e quasi sempre c'è un padre o due. Quando vogliono iniziare il massaggio, le madri possono spogliare i loro bambini, ma se piangono i piccoli possono restare vestiti. Il massaggio tocca soprattutto l'aura del bambino e fa effetto anche attraverso gli abiti. Le madri, sedute su dei materassini, si dispongono in semicerchio intorno a me. Mentre io faccio vedere i movimenti su una bambola, loro massaggiano i figli imitandomi. Il tocco è leggero come un soffio o, come dice Eva Reich, come il tocco delle "ali di una farfalla". Le mani si muovono dalla testa verso i piedi (per scaricare le tensioni verso la parte bassa del corpo, dove possono essere "digerite" o scaricate) e dal centro del corpo verso la periferia (mani).

In caso di stress, l'energia è contratta al centro del corpo e grazie alla stimolazione piacevole fluisce verso la periferia, cioè verso la pelle, verso le mani della madre. Un campo di energia vibrante si crea tra mani e pelle e si estende. È un'esperienza energizzante per entrambi, durante la quale si rende possibile una profonda comunicazione. Quando l'energia comincia a fluire e la pelle del bambino si fa rosea e pulsante di un dolce calore, si possono sciogliere le più profonde contrazioni nel bambino e anche nella madre.

Imparata la facile tecnica di Eva Reich(14) e approfondito il suo significato, si può dimenticarla: tutto si trasforma allora in una danza delle mani con il corpo del bambino e

lentamente l'intero corpo delle madri partecipa di un movimento ritmico, a volte accompagnato da un canto spontaneo.

Osservo spesso come all'inizio le mani delle madri siano poco abili e piene di timori e non piacciono molto ai bambini, ma presto si avvia il vero "contatto" e, con un po' di incoraggiamento, le mani e tutto il corpo delle madri si sciolgono. Nell'ultima seduta a volte sembra che le mani suonino il corpo del bambino come uno strumento: il piccolo sembra essere strumento e maestro al tempo stesso e il piacere che ne deriva è visibile sia nelle mani delle madri che nei corpi dei bambini.

Dopo il Baby-massaggio, le donne restano ancora per molto tempo in compagnia delle altre madri e dei loro figli. Dal fervore con il quale parlano tra di loro si percepisce che si comunicano delle cose importanti, come in una "identificazione vegetativa" generale. Spesso si verifica ciò che chiamo un "contatto bio-energetico di gruppo": è come se i campi di energia delle mamme e dei neonati si espandessero e diventassero più luminosi, quasi pulsanti. La stanza sembra trasformarsi in un morbido utero di energia che avvolge tutti. Si sente che è un momento di scambio particolarmente intenso. I bambini non piangono ma ascoltano attenti, come meravigliati, e respirano più profondamente; il loro aspetto è roseo, gli occhi brillano e si vede lo stesso calore nei visi delle madri e nei loro movimenti. L'insieme dei suoni delle voci diffonde una vibrazione di benessere e di amore. Quando in questi momenti qualcuno entra, si sente "come in un altro mondo" e, se aspetta con calma, ne viene coinvolto e diventa raggianti a sua volta.

Periodo sensibile

Dobbiamo ad altri ricercatori l'osservazione e l'approfondimento del cosiddetto "periodo sensibile" subito dopo la nascita: un momento unico in cui si sviluppa un forte legame reciproco, "privilegiato", tra il neonato e i genitori(20). Questa fase ha un'influenza profonda sulla famiglia. L'antica tradizione indiana lo sa bene: le donne da millenni ricevono massaggio quotidiano e aiuto per molte settimane dopo la nascita.

Già nei miei gruppi di preparazione al parto propongo ai mariti di massaggiare regolarmente il corpo delle loro mogli durante la gravidanza, il travaglio e il postpartum. Questa pratica dovrebbe diventare una regola generale in ostetricia, perché le madri che sono state toccate con cura e dolcezza durante il parto subito dopo toccano i loro neonati con mani più abili, e un neonato toccato con dolcezza farà altrettanto a sua volta con i suoi figli(18).

Eva Reich non soltanto insiste nel sottolineare nei suoi workshop che la madre dopo la nascita non deve essere separata in nessun caso dal neonato, ma sostiene che la separazione sia un "crimine" contro la vita del bambino, e mette in guardia dalle gravi conseguenze di un trattamento insensibile di madre e bambino prima, durante e subito dopo la nascita, perché una legge bio-energetica unisce i due in modo particolare in quei momenti. Tale legame sviluppa nella madre il suo sapere, istintivo e nel bambino l'energia per la sua crescita. Questo contatto si rinforza con il massaggio: "Il bambino accarezzato, come una pianta ben curata, ha più possibilità di svilupparsi, di crescere" e di fidarsi di se stesso nelle avversità inevitabili della vita.

In questo periodo poco considerato, profondi e raffinati processi emotivi, tra l'innato e l'appreso, si innescano tra madre e bambino. Un bambino dolcemente abbracciato già appena nato, impara per sempre che è desiderato e, da adulto, sarà a sua volta tenero nell'abbracciare. Per questo è importante che le ostetriche insegnino il Baby-massaggio nei primi giorni di vita e che i gruppi di Baby-massaggio inizino il più presto possibile dopo la nascita.



Il massaggio alle madri: "mothering the mother"

I sentimenti forti e contrastanti, di tenerezza e di paura, che inondano il corpo della madre durante e dopo la nascita, possono essere così potenti da sopraffarla quasi e per questo la madre resiste e si oppone a essi. La comprensione, se espressa anche con un tocco empatico da parte di chi le sta vicino, può aiutarla a superare il trauma e ad accettare il bambino e le sensazioni sconvolgenti che porta con sé. Il potenziale biologico con il quale il neonato e la madre autoregolano il loro rapporto in questo modo può svilupparsi in tutta la sua plasticità e produttività.

Per la madre, però, fare il Baby-massaggio quando è ancora stanca per il parto può essere pesante, soprattutto se i primi tentativi sono frustranti e la rendono insicura. In questo caso le madri stesse ricevono il Baby-massaggio, per far fluire di nuovo la loro energia, insieme con un senso di benessere. Le madri vengono rassicurate sul fatto che non è possibile avere sempre un buon contatto con il loro bambino ma che è importante che loro possano riconoscere quando hanno perso "contatto" per poter ricorrere a un aiuto. Nelle città in cui Eva Reich ha insegnato sono stati istituiti dei centri per un "pronto soccorso emozionale" dove le madri (o meglio i genitori) con i loro piccoli, quando il "contatto bio-energetico" tra di loro si è interrotto, ricevono il necessario aiuto con i metodi della "Bio-energetica dolce", soprattutto con il massaggio bio-energetico neonatale. In questo modo si vuole prevenire o interrompere subito l'instaurarsi di un "circolo vizioso", con effetti negativi talora gravi per lo sviluppo del bambino. È relativamente facile all'inizio di un circolo vizioso restaurare un naturale equilibrio bio-emotivo. Quando la madre è sovraccarica e il bambino piange lei diventa nervosa, il piccolo piange di più e lei diventa ancora più tesa(21).

Durante lo stato di apertura della madre nel periodo sensibile, sembra che avvenga qualcosa di particolare quando lei riceve l'intenso contatto ritmico e rilassante del massaggio bio-energetico. Il piacere e il calore del contatto stimolano, in tutte le cellule della madre, la libera pulsazione bio-energetica, autoespressiva. Sembra che gli schemi affettivo-motori, bloccati nel passato (forse nella prima infanzia? forse al momento della nascita?) possano ora, nel rapporto con il proprio neonato, essere stimolati a sciogliersi e a svilupparsi. Come se la

natura stessa volesse, in questo momento particolare, mettere a disposizione della coppia madre-neonato tutto il suo potenziale di auto-guarigione: è per questo che tale periodo si situa tra la guarigione e il sacro.

"La spiritualità del contatto"

Durante il massaggio bio-energetico neonatale, quando l'energia tra madre e bambino fluisce e pulsa, e tutti e due, nella profondità del loro essere, possono vivere questo "glow and flow" e l'amore vibrante irradia sugli altri, secondo me siamo di fronte a momenti sacri, in cui il sociale e il biologico si incontrano.

Due personalità così differenti come Wilhelm Reich e Fridirick Leboyer, in epoche differenti, osservavano sui visi dei neonati soddisfatti tratti divini in cui compare il sorriso di Buddha, una grazia infinita che silenziosamente irradia e verso la quale aspiriamo poi per tutta la vita.

"Se una fraternità internazionale tra gli esseri umani potrà mai essere fondata su una base stabile, tale base naturale per un funzionamento internazionale cooperativo delle società potrà essere soltanto il principio del vivente, l'eredità bio-energetica che ogni neonato porta con sé: un sistema energetico enormemente produttivo e adattabile che dalle proprie fonti contatta l'ambiente e lo modella secondo i propri bisogni. Il compito di base dell'educazione dovrebbe essere di rimuovere ogni ostacolo che si oppone a questa produttività e plasticità della energia biologica naturalmente data"(22).

Più entriamo in contatto con i neonati, più sentiamo come da loro emani qualcosa che pur rendere il mondo più abitabile: loro sono capaci in misura sorprendente di diffondere amore e gioia in chi li sa ascoltare.

Forse possiamo finalmente iniziare a imparare a percepire e a comprendere dentro di noi il loro grande potenziale di energia creativa e a proteggere dalla nostra corazza i "Bambini del Futuro".

Note

- 1) Con il termine "biopatia" si intendono tutti i processi patologici causati da una disfunzione dell'apparato vivente autonomo. Vedi Biopatia del cancro, SugarCo, Milano 1968.
- 2) "Armatura muscolare ed emozionale", detta anche corazza: il corpo, secondo W. Reich, si difende da stress eccessivi contraendo i muscoli. Secondo lui le emozioni troppo forti (paura, rabbia, odio) sono ancorate nel corpo nella corazza muscolare. Questa difende la persona da un'eccessiva percezione del dolore, ma al contempo fa sì che essa sia collegata con le proprie sensazioni vitali in un modo distorto.
- 3) "Gentle Bioenergetics" sono i metodi vegetoterapeutici di Eva Reich, raccolti da Eszter Zornansky nel recente libro Lebensenergie durch sanfte Bio-energetik, Kösel, München 1997. 1 metodo che riguardano la prevenzione sono: il massaggio bio-energetico per le madri e per i neonati; il bilanciamento dell'energia (o polarity passiva) dopo una nascita traumatica o in seguito a un taglio cesareo; il massaggio metamorfico, con il quale si riesce frequentemente, tra l'altro, a girare il bambino se si trova in posizione podalica.
- 4) Wilhelm Reich, Esperimenti bionici sull'origine della vita, SugarCo, Milano, 1981.
- 5) Thomas Harms, tesi di diploma: Diesseits des Lustprinzips (tradotto: al di qua del principio del piacere), un paragone critico tra il modello dell'economia della libido di Freud e l'economia sessuale di W. Reich e la sua rilevanza per la odierna ricerca sui neonati. Freie Universität Berlin, Istituto di Psicologia della Facoltà di Filosofia e Sociologia.
- 6) Martin Dornes, Der kompetente Säugling (Il lattante competente), Fischer 1992.
- 7) W. Reich, La funzione dell'Orgasmo, SugarCo, Milano, 1969.
- 8) Jean Liedloff, Il concetto del continuum, La meridiana, 1994.
- 9) "Grounding and Grace" è il titolo del Congresso dell'IIBA (Istituto Internazionale di Analisi Bioenergetica) che si è tenuto nel 1990 in Portogallo. Articolo di Robert Hilton "Grounding and Grace" in The Clinical Journal of the International Institute for Bioenergetic Analysis, Vol. 4 Nr. 2, 1990.
- 10) Daniel Stern, Il mondo interpersonale del bambino, Bollati Boringhieri, Torino 1987.
- 11) Wilhelm Reich, Bambini del Futuro, SugarCo, Como, 1994.
- 12) Sugli interventi insensibili da parte di operatori durante il periodo perinatale e le loro tragiche conseguenze si riferisce al Congresso "Birth and Violence" in Atti del Congresso dell "Association for

Pre-and Perinatal Psychology and Health", San Francisco 1995.

13) Daniel Stern, Le prime relazioni sociali, il bambino e la madre, Sovera Multimedia, 1989.

14) Donald Winnicott, Babies and their Mothers, Addison-Wesley Publishing Company, 1987.

15) Amelia Auckett, Massaggio per i vostri bambini, Red, Como 1981.

16) Ruth Rice, "Neurophysiological Development in Premature Infants Following Stimulation", in: Developmental Psychology, 1977, vol. 13, nr. 1, p. 69-76.

17) ibidem.

18) Questo punto di vista di W. Reich oggi h, secondo Stephen Johnson in La trasformazione del carattere, Astrolabio 1986, perfettamente conciliabile, anzi complementare, col modello carenziale, approfondito dalle più recenti correnti psicoanalitiche delle relazioni oggettuali, della psicologia dell'Io e della psicologia del Sé, come riporta l'articolo di Luciano Marchino sulla "Formazione e dissoluzione dell'armatura caratteriale" in Cyber n. 36, 1992, p. 16.

19) Ashley Montagu, Il linguaggio della pelle, Vallardi, 1989.

20) Marshall H. Klaus e J.H. Kennell in Maternal Infant Bonding C. V. Mosby Company, Saint Louis, 1976.

21) Sul circolo vizioso che porta a un inizio di armatura in un neonato vedi l'articolo di W. Reich, "Inizio della corazzatura all'età di cinque settimane", in Bambini del Futuro, SugarCo, Como, 1987. Un "pronto soccorso emozionale" per madre-padre e neonato è stato istituito al Centro Studi Eva Reich a Roma, con lo scopo di prevenire la formazione di una precoce armatura nel neonato.

22) W. Reich, Bambini del Futuro, cit.

Estratto in parte dall'articolo di Silja Wendelstadt, "Die Spiritualität der Beruehrung" in Eva Reich / Eszter Zornansky, Lebensenergie durch sanfte Bioenergetik (Energia vitale attraverso la bio-energetica dolce), Kösel Verlag, München 1997.

Copyright by Anima e Corpo 1997

Il pronto soccorso emozionale neonatale

Il massaggio dato al neonato e alla madre nei primi giorni, settimane e mesi dopo la nascita promuove la salute nel rapporto madre-neonato e previene la patologia.

Se la nascita è stata traumatica il massaggio può ristabilire l'interrotto flusso di energia bio-emozionale nel neonato, nella madre e tra loro.

Il caso di Pietro e Valeria, curato con il massaggio bioenergetico di Eva Reich, ne è una testimonianza

Incontro Valeria e Pietro in un gruppo di yoga per il post-partum dove davo una dimostrazione del baby-massaggio bioenergetico.

Pietro (2 mesi), nelle braccia della madre, stava in una posizione, tesa, innaturale, con la schiena inarcata all'indietro. Sembrava che si spingesse lontano dalla madre, non volesse vederla, e la madre, in quella posizione, non poteva guardarlo negli occhi; era difficile reggerlo tra le braccia e non farlo cadere.

Il primo incontro di terapia bioenergetica: la madre, Valeria, viene al "Pronto soccorso emozionale neonatale" del Centro Studi Eva Reich, per una prima seduta di massaggio neonatale bioenergetico.

PIETRO, INARCANDOSI fortemente, SI SPINGE costantemente lontano dalla madre.

La madre è disperata. Dice di sé che è una "ex-anoressica", come per dire che è colpa sua.

La storia del parto: il bambino doveva nascere con un parto podalico e la madre voleva che nascesse per via vaginale e non, come si usa adesso, in caso di posizione podalica, con taglio cesareo. Durante il parto, nella fase di espulsione, dolorosissima, una mano messa di traverso impediva l'uscita del bambino e fu deciso il taglio cesareo all'ultimo momento. Il bambino è nato asfittico, blu e contratto e lo hanno portato subito via.

La storia post-partum: la madre lo ha visto solo dopo 3 giorni. Quando lo ha visto per la prima volta dopo la nascita, il bambino stava sotto una "campana", pieno di elettrodi. Valeria si sentiva piena di rabbia e di odio e lo ha rifiutato. Soltanto dopo un po', quando lei ha toccato Pietro con un dito sul sopracciglio, e lui ha accennato un sorriso, lei si è sentita riconosciuta da Pietro e si è stabilito un primo legame.

Furono dimessi dopo otto giorni. Pietro inarcava costantemente la schiena e la testa non riusciva a reclinarsi in avanti. Ai TIN (terapia intensiva neonatale), alla domanda della madre se si trattava di un danno neurologico o muscolare, le rispondevano che era neurologico e la madre pensava che fosse irreversibile e si sentiva in colpa. Dopo un mese e dieci giorni Pietro fu di nuovo ricoverato con una bronchiolite, e messo sotto tenda di ossigeno per una settimana. Pietro continuava a stare con la schiena inarcata.

Alla madre venivano dati degli esercizi di gioco da fare con Pietro, ma non riusciva a farglieli fare nel modo giusto e si sentiva ancora più frustrata.

"POSSO FARE QUALCOSA PER LUI! MI ASCOLTA!"

Eravamo disposti per terra sui materassi. Valeria, era tesa ed esausta e per questa ragione riceveva lei per prima, il dolce massaggio bioenergetico. Le dicevo che dopo aver conosciuto su di sé l'effetto unificante ("mi sento integra!") e rilassante del massaggio, lei lo avrebbe potuto dare al bambino con il mio aiuto. La invitavo ad esprimere con un suono "aaah" prolungato le sensazioni di piacere che avrebbe provato. Questo sospiro lungo, sonoro, della madre non solo rilassava lei stessa, ma faceva anche un effetto visibilmente rilassante sul bambino.

Per mostrarle l'effetto del contatto delle dita sulla pelle del bambino, ho toccato leggermente le spalle del bambino. Il bambino restava come meravigliato, trasognato, come in ascolto di una profonda sensazione, mentre io sentivo, sotto le mie dita, sciogliersi i muscoli delle sue spalle.

Quando la madre si è sentita pronta ha detto: "ora faccio io il massaggio a Pietro". Seduta eretta, con me alle spalle, con calma e guidata da me, ha iniziato i movimenti del massaggio e ha sentito

le spalle del bambino rilassarsi. Questa sensazione le ha procurato sicurezza e ha detto: "posso fare qualcosa per Pietro!"

Dopo il massaggio il bambino piangeva. Ho chiesto alla madre di tenerlo dolcemente stretto tra le braccia, di camminare dondolandolo e di parlargli del parto guardandolo negli occhi. Questo era possibile ora, perché il bambino era meno inarcato indietro. La madre, profondamente commossa, ha cominciato a parlare a Pietro del parto e di quanto aveva sofferto e quanto lo aveva fatto soffrire e che questo le dispiaceva e le dava un senso di colpa. Gli diceva quanto era stata una brutta esperienza. E poi ha detto: "ma ora sei vivo ed io sono felice con te e tu con me". In quel momento il bambino ha interrotto il pianto. La madre ed io abbiamo avuto la precisa sensazione che lui stesse capendo le parole. Ciò che il bambino capiva, mi sembrava, era che ora lei era felice che lui c'era e che stavano insieme dopo la lunga separazione dell'incubatrice. Fino allora non aveva mai parlato a nessuno con tanta commozione del parto doloroso. Dopo un po' il bambino si è addormentato profondamente. Ai genitori abbiamo consigliato di massaggiare il bambino tutti i giorni a casa, all'ora del bagnetto, e di non scoraggiarsi se non si sentivano molto abili.

2. seduta: "MI GUARDA!"

Una settimana dopo sono andata a casa di Pietro e di sua madre, Valeria, e c'era anche il padre e il fratello più grande di 4 anni.

Ci siamo messi sul tappeto nella stanza da letto dei bambini. Pietro inarcava di meno la schiena ma era ancora difficile captare il suo sguardo. Faccio il dolce massaggio bioenergetico alla madre. Mentre le mie mani sono in contatto con il suo corpo, lascio fluire le mie parole, in contatto con le mie mani e con il suo corpo e le parlo del suo corpo, di ciò che le mie mani sentono, delle sue paure, delle sue speranze. Parlo alla sua energia.

Il marito è presente e ascolta e a volte mi aiuta: mentre faccio i movimenti a un braccio, lui li fa all'altro, in sintonia con me. E' musicista. Toccare è come suonare uno strumento. Anche qui la scioltezza delle mani e l'equilibrato movimento fanno il tono. Si può diventare virtuosi.

Il bambino giace vicino, guarda quasi immobile, come per ascoltare dentro, "sintonizzato" e piange quando parliamo del taglio cesareo. Di nuovo tutti e tre abbiamo la sensazione che il bambino ci comprende. Ci scambiamo le parole, portate sulle onde dell'energia. Il nostro chiacchierare allegro è terapeutico: non intervengo con consigli, ma in contatto con la madre lascio fluire le parole e le sensazioni.

Il massaggio della madre è finito e la madre desidera darlo al bambino. Sta seduta per terra, appoggiata al corpo del marito, che le fa da sostegno. Tra le gambe divaricate, giace il suo bambino, per terra, su una coperta morbida.

Il bambino accetta il massaggio, si presta, gode, ascolta il flusso delle mani della madre sulla pelle e risponde con movimenti sempre più deliziati. Anche la voce tranquilla della madre, che nomina le varie parti del corpo, lo tocca, lo avvolge. Visibilmente la madre inizia a sentire il piacere dei propri gesti, che diventano più morbidi, più esperti. I gesti della madre, fatti con piacere sono quelli che piacciono di più al bambino. La madre li fa con delle lunghe espirazioni sonore, che possono diventare un ritmo e un canto. Tutto il sistema corporeo del bambino sa armonizzarsi con questo flusso di sensazioni dolci di movimento, di tatto e di suoni.

Ora, quasi per combinazione, gli occhi del bambino toccano gli occhi della madre: "mi guarda!" esclama la madre, con un suono che non dimenticherò. Si erano incontrati. Gli occhi del bambino si erano attaccati agli occhi della madre e, come attraverso un cordone ombelicale di energia, si nutrivano reciprocamente attraverso gli occhi come due innamorati. Era come un riconoscersi, un attimo (gli occhi sono organi di senso emozionali).

La madre voleva ancora guardare negli occhi di Pietro. Le ho detto che bastava questo breve contatto spontaneo e che non era necessario forzarlo perché gli occhi di Pietro la avrebbero cercata ancora e bastava cogliere l'attimo. Gli doveva lasciar tempo per riosare, riscoprire, per rifarlo.

La terza seduta : "MI SORRIDE, MI FA I VERSI"

La seduta veniva ripetuta a casa di Valeria con il marito e Pietro. Questa volta il bambino non faceva più l'arco indietro con la schiena. Lei riferisce che lo fa ancora quando gli dà il biberon, perché lei era anoressica e quindi anche lui doveva, secondo lei, avere problemi di cibo. Invece io credo che Pietro si sintonizzi sulle sue preoccupazioni e il suo senso di colpa di essere "ex-anoressica".

Pietro la guardava negli occhi, durante il massaggio, sorrideva, faceva i versi, e la madre rispondeva divertita e rassicurata.

Valeria mi ha chiesto una quarta seduta nel mio studio, prima della visita di controllo della quale aveva paura. Ma alla quarta visita il bambino stava così bene che non lo aveva portato neanche con sé.

Ha dimenticato di telefonarmi dopo la visita medica di controllo al TIM, che era stata, come ha detto lei, "un trionfo".

Più tardi mi ha detto che "il trionfo" consisteva nel fatto che le psicologhe notavano che lei "teneva bene in braccio" Pietro e che Pietro superava brillantemente i test di deficit sensoriale. Alla fine di questa visita le psicologhe hanno battuto le mani per congratularsi con la madre.

Ho rivisto Pietro quando ha compiuto un anno. Camminava e mi veniva vicino, si fermava per guardarmi con due occhi profondi che mi toccavano il cuore, come se mi conoscesse. Pietro era dolce e vivace e, in questo precario equilibrio dei suoi primi passi, perfettamente equilibrato.

C'è un periodo dopo la nascita in cui la madre e il bambino sono molto sensibili. Facilmente il loro sistema bio-emozionale di comunicazione può essere disturbato ma è anche relativamente facile ristabilire il flusso di energia (il bonding) tra loro. In questo modo si interrompe il "circolo vizioso" tra madre e bambino, in cui il bambino è teso e preoccupa la madre, la preoccupazione della madre rende più teso il bambino, la madre ha più paura, il bambino si innervosisce ancora di più... e così via. Il nostro "Pronto soccorso emozionale" è stato istituito per poter interrompere subito questo circolo vizioso.

In questo stato di apertura, come è il periodo sensibile, sembra che qualcosa di particolare avvenga quando la madre riceve l'intenso contatto ritmico e rilassante del massaggio bioenergetico. Il piacere e il calore del contatto stimolano in tutte le cellule la libera pulsazione bioenergetica, autoespressiva nella madre. Sembra che antichi schemi affettivi-motori, bloccati nel passato (sin da quando lei era a sua volta bambina), possano ora essere stimolati a sciogliersi nel rapporto con il proprio neonato. Come se la natura stessa volesse, in questo momento particolare, mettere a disposizione della coppia madre-neonato tutto il suo potenziale di auto-guarigione. Sono dei momenti tra guarigione e sacralità.

La madre, "ex-anoressica", poteva scoprirsi, con il nostro aiuto, "madre sufficientemente buona" e nutriente e poteva, probabilmente, in quel momento, incontrando il suo amore per Pietro, superare antichi blocchi nel proprio equilibrio bio-emozionale.

L'aiuto non viene da parte di chi analizza e dà consigli, ma da parte di chi intuisce la natura delle dinamiche della coppia madre-neonato e sa stare CON loro con empatia.

Questa capacità di intuito empatico e di "essere semplicemente con" e questo bisogno di proteggere, sono qualità insite non solo nella natura umana: gli elefanti lo fanno e i delfini adulti proteggono le femmine con i loro neonati.

BIBLIOGRAFIA

- Amelie Auckett, *Massaggio per i vostri bambini*, con introduzione di Eva Reich, RED 1987.
- Condon, W./ Sander L., *Neonate movement is synchronized with adult speech*, Science 183, 1974
- Georges Downing, *Il Corpo e la Parola*, Astrolabio 1995
- Thomas Harms, su: "L'economia sessuale di Wilhelm Reich e la sua rilevanza per la ricerca moderna sui neonati" in: *Tesi di diploma in psicologia*, Freie Universitaet, Berlin 1993.
- A. Montagu, *Il linguaggio della pelle*, Vallardi, 1989.
- Marshall H. Klaus and John H. Kennel, *Maternal Infant Bonding*, Mosby 1965 (sul periodo sensibile")
- Mechthild Papousek, *Vom ersten Schrei zum ersten Wort*, Verlag Hans Huber, Muenchen 1994 (Dal primo grido alla prima parola).
- Eva Reich/Eszter Zornansky, *Lebensenergie durch sanfte Bioenergetik*, Koesel, Muenchen 1997 (Energia vitale con la bioenergetica dolce)
- Wilhelm Reich, *Bambini del Futuro*, Sugar 1987
- Daniel Stern, *Il mondo interpersonale del bambino*, Bollati Boringhieri, Torino 1987, (Sulla sintonizzazione degli affetti).
- Silja Wendelstadt, *Lo sviluppo del concetto di energia in Wilhelm Reich e le sue implicazioni psicosociali*, tesi di laurea, Napoli 1979-80.