



La scienza conferma¹ di Silja Wendelstadt

“L’idea che la vita è energia che pulsa e fluisce nell’universo viene ancora messa in discussione dalla scienza. Noi non tenteremo di convincere nessuno dell’esistenza di una energia vitale. La pratica lo prova. Speriamo che verrà un giorno in cui l’esistenza di una energia vitale nel mondo sarà accettata...” (Eva Reich)

Le pagine che seguono sono una rassegna veloce e non esaustiva di quanto, nel corso degli ultimi decenni, la scienza “ufficiale” stia confermando delle teorie di W. Reich e di sua figlia Eva. L’esposizione, non organizzata metodologicamente, vuole soprattutto essere uno stimolo per saperne di più e una spinta, per gli addetti ai lavori, a muoversi ulteriormente su questa linea di ricerche. Perché quello di cui qui si parla non sono teorie astratte, bensì l’occasione, a nostro avviso magnifica e irrinunciabile, per applicare concretamente e con rinnovato vigore forme di sapere che possono essere decisive per l’umanità.

Comunicare con la luce

Cominciamo dall’inizio... ossia dall’idea base di tutta la teoria reichiana di una *bio-energia* che pervade e si irradia da tutto ciò che vive. Oggi la fisica quantistica ci dice che non solo tutto ciò che vive ma tutto ciò che “esiste”, cioè la “materia”, fluttua e che questa fluttuazione, se coinvolge molti componenti in fase tra loro, cioè se diventa *coerente*, contiene informazione. Dunque la fisica quantistica non concepisce la materia come inerte ma come intrinsecamente fluttuante. Il campo delle fluttuazioni della materia vivente agisce nel corpo, lo attraversa e lo circonda, è allo stesso tempo un centro di informazione e un sistema di percezione, che riceve i messaggi emessi dall’ambiente e li trasmette. Comunque attraverso questo sistema costantemente con noi stessi e con tutto ciò che ci circonda.²

Tra i pionieri della fisica quantistica biofotonica ricordiamo Fritz Albert Popp, direttore dell’Istituto di Biofisica di Neuss, in Germania. Negli anni Ottanta il professor Popp ha provato in laboratorio la comunicazione cellulare e intercellulare tramite l’energia fotonica, cioè la luce.³ Nei suoi esperimenti Popp ha dimostrato, con un criterio di analisi indiscutibile, che la radiazione biofotonica delle uova di galline cresciute all’aperto (in contatto con il campo di energia della natura), era decisamente più forte e il loro valore nutritivo più alto di quello delle uova di galline cresciute in batteria.

Non possiamo non notare come questi risultati siano straordinariamente vicini alle osservazioni di Eva Reich, che ha potuto verificare, attraverso un microscopio speciale costruito da suo padre Wilhelm, come il latte materno *scintillasse*, dimostrandosi energeticamente più carico di quello artificiale che restava invece inerte. Questo scintillare è quello che nella teoria reichiana viene in genere indicato come “luminazione”.

A questo proposito, ricordiamo come, osservando al microscopio i movimenti delle amebe, semplici organismi unicellulari, W. Reich scoprì le leggi che secondo lui regolano i processi vitali pulsatori all’interno dei “biosistemi”. Un biosistema comprende un nucleo energetico pulsante al centro, il pla-

¹ Pubblicato in: Eva Reich, Eszter Zornànszky, *Bioenergetica dolce. Guida al massaggio del bambino per risvegliare l’energia vitale*, Tecniche Nuove, Milano 2006.

² Emilio del Giudice, “Energia e dinamiche biologiche coerenti”, in D. Beltrutti, S.F. Brena, M.Tiengo, *Dolore ed energia*, Mattioli, Fidenza 2004.

³ Fritz Albert Popp, *Die Botschaft der Nahrung*, Verlag Zweitausendeins, Frankfurt am Main 1999.

sma, e 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. Se la stimolazione dell'ambiente continua a essere negativa, la pulsazione cessa e l'ameba muore. Reich scoprì anche come l'ameba cercasse un incontro "piacevole" con le altre amebe mediante un movimento ondulatorio e stabilisse un contatto attraverso un ponte di energia.

Il processo di contatto avviene quando i campi energetici di due biosistemi pulsanti si attraggono, si toccano, si sovrappongono e si fondono, "emanando" luce e vibrando insieme. W. Reich ne dedusse che il movimento della bioenergia nel plasma dell'ameba era funzionalmente identico al movimento del plasma in tutti gli esseri viventi, considerati biosistemi più complessi, e che l'emozione era un concreto movimento energetico-espressivo del plasma.

Dialoghi tra biosistemi

La capacità dei biosistemi di dialogare, interagire e rinforzarsi reciprocamente viene ulteriormente confermata dalle ricerche sui miociti, le cellule cardiache. Secondo quanto osservato, tra gli altri, da Ray C.J. Chiu, professore di cardiocirurgia alla McGill University di Montreal, dalla professoressa Catherine Verfaillie, direttrice dell'Istituto di Ricerca sulle Cellule Staminali della Università del Minnesota e dal gruppo di ricerca del professor Mark Mercola del Burnham Institute (California), ogni singolo miocito ha un proprio battito, ma se più cellule vengono poste sufficientemente vicine, questo battito individuale tende ad accordarsi su di un unico ritmo.

Queste ricerche non hanno nulla a che vedere con le teorie di Reich, nascono infatti per approfondire il funzionamento e il possibile utilizzo delle cellule staminali. Sta poi ad altri studiosi notare le possibili sinergie ed effettuare collegamenti. Tra questi, segnaliamo Joseph Chilton Pearce. Scrive Pearce: "se isoliamo una cellula del cuore e la esaminiamo al microscopio, vedremo che perderà il proprio ritmo costante, comincerà a fibrillare e infine morirà. Se mettiamo un'altra singola cellula cardiaca su un vetrino del microscopio, anche questa avrà lo stesso comportamento. Ma se avviciniamo le due cellule, queste sincronizzeranno i loro battiti e batteranno all'unisono. Forse è per questo che molte madri pongono istintivamente i loro bambini sul lato sinistro del petto, mettendo i cuori vicini".⁴

Secondo W. Reich, la capacità dei biosistemi di comunicare e influenzarsi reciprocamente si manifesta in ogni aspetto del vivente. Ciò che accade nel biosistema ameba è funzionalmente identico a quello che accade nel contatto tra neonato e madre, un contatto ritenuto essenziale per lo sviluppo dell'"innato potenziale di crescita" del bambino e dunque per il suo "sviluppo psicobiologico". Negli ultimi vent'anni nuove tecniche di ricerca, come il *brain imaging*, confermano e amplificano questa idea...

Da prima della nascita...

Il *brain imaging* (una forma di risonanza magnetica), ha permesso di approfondire la ricerca sul cervello e di integrarla con le attuali conoscenze in psichiatria, psicologia e neurofisiologia. Contemporaneamente, la neuroscienza dello sviluppo ha iniziato a esplorare le origini della personalità sin dall'inizio della vita.

Grazie al *brain imaging* è stato identificato un periodo di accelerazione della crescita del cervello. In questa fase, chiamata *brainspurt*, il peso della massa cerebrale passa da 400 grammi a un chilo. Il *brainspurt* inizia nell'ultimo quarto della gravidanza e si protrae fino a 18-24 mesi, abbracciando tutto il periodo pre-peri e post-natale. Questo è anche un periodo critico per la maturazione dell'emisfero destro, sede dell'elaborazione delle esperienze e destinato alla regolazione delle informazioni che provengono da fuori e da dentro il corpo.

⁴ Joseph Chilton Pearce. *Evolution's End: Claiming the Potential of Our Intelligence*, Harper-Collins, San Francisco 1993.

Come sottolinea Allan N. Schore, del Dipartimento di Psichiatria e Scienze del Biocomportamento dell'Università di California (Los Angeles School of Medicine), durante questo periodo, le strutture neurali innate non bastano per sviluppare un funzionamento ottimale del sistema nervoso; l'ambiente influisce potentemente sulla formazione delle strutture. In particolare, nuovi studi hanno dimostrato che "le transazioni psicobiologiche interattive, positive" sono essenziali per lo sviluppo ottimale delle funzioni autoregolatorie e per l'organizzazione di una personalità capace di affrontare lo stress della vita. È dunque chiaro che il potenziale genetico del cervello si sviluppa nella relazione. Senza la stimolazione da parte dell'ambiente (e quindi della madre) il sistema strutturale del cervello, filogeneticamente programmato, non si sviluppa in modo sufficiente.⁵

Queste scoperte rappresentano una rivoluzione. In passato si pensava che l'ambiente incidesse solo sui residui psicologici dello sviluppo, come la memoria o le abitudini, e si pensava che l'anatomia del cervello maturasse secondo un calendario fisso ontogenetico. Oggi sappiamo che le esperienze ambientali sono fondamentali anche per le differenziazioni del tessuto stesso del cervello. Così come sempre affermato da W. Reich e da sua figlia Eva, esiste una influenza reciproca tra la maturazione geneticamente programmata del sistema nervoso del bambino e il repertorio delle risposte materne.

A questo proposito è forse utile specificare un ulteriore dato caratterizzante il periodo di accelerazione della crescita del cervello. Ricordiamo che stiamo parlando di un periodo che inizia fin dal sesto mese di gravidanza. Nel periodo prenatale, le influenze ambientali si riferiscono a un ambiente interno, biologicamente cocreato dalla madre e dal feto. Ulteriori ricerche indicano che in questo periodo gli ormoni materni in circolo sono in grado di influenzare lo sviluppo del cervello del feto. Dunque le emozioni materne sono in grado di trasformarsi in materiale biologico e influenzare, già prima della nascita, la vita futura del proprio figlio. Tutto questo può essere visto come una pesante responsabilità, in grado di schiacciare la futura madre; noi preferiamo vederla come una straordinaria opportunità e una spinta in più per occuparci della diade madre-bambino fin dagli inizi della gravidanza.⁶

Dunque l'interazione con l'ambiente è parte integrante del processo di sviluppo del cervello sin dai primi giorni di vita nell'utero; la nozione che i geni determinano quasi tutto, fa parte degli errori scientifici. Il bambino registra ogni esperienza nei suoi circuiti cerebrali: dal viaggio lungo la vagina al pomeriggio nel parco. Più tardi, nel periodo peri, e post-natale, quando una madre carezza il bambino o il padre gioca con lui, questi atti fisici saranno immediatamente convertiti in processi neuro-ormonali che trasformano il corpo e il cervello del bambino. Allo stesso modo, ogni volta che un bambino è abusato o traumatizzato, l'integrità dei circuiti è minacciata. Se il trauma è troppo potente e non si interviene in tempo, per esempio con le tecniche della bioenergetica dolce, l'architettura del cervello può essere danneggiata.⁷ Diverse ricerche mostrano come eventi traumatici alzino il livello del cortisolo, un ormone steroideo che favorisce processi di riduzione del numero di sinapsi in determinate zone del cervello. Nuovi studi confermano che i bambini con alto livello di cortisolo hanno un ritardo nello sviluppo cognitivo, motorio e sociale rispetto agli altri bambini.⁸

Oggi la scienza conferma che fa differenza se siamo concepiti con amore, in fretta, con odio e se una madre desidera essere incinta; i genitori fanno meglio se vivono in un ambiente calmo e stabile, con il sostegno di famiglia e amici.

Attaccamento e sistema limbico

⁵ Allan Ph.D. Schore, "The Neurobiology of Attachment and Early Personality Organization", in *JOPPPAH*, 16, 3, 2002, pp. 249-263.

⁶ Per i possibili interventi, rimandiamo alle "ricette" di bioenergetica dolce contenute in questo libro.

⁷ Ricordiamo come sia sempre fondamentale intervenire sia sulla madre sia sul bambino, per ristabilire l'equilibrio bioenergetico.

⁸ T. Verny, *Bambini si nasce: le sfide della genitorialità dal concepimento all'infanzia*, Bonomi, Pavia 2003 e "Exploring the brain-mind connection", in *Joppah*, autunno 2002.

Riassumendo: nel periodo pre-peri, e postnatale il cervello del bambino è *intonato* (“tuned”) con il cervello di chi si prende cura di lui, questo rapporto è fondamentale per la produzione di *molecole informative*⁹ (neurotrasmettitori e ormoni). Questo intonarsi determina in grande misura l’architettura del cervello e la capacità di empatia e amore. Come oggi sappiamo non possiamo più separare la mente dal corpo o la psicologia dalla biologia.

Queste nuove ricerche ben si accordano con la *teoria dell’attaccamento* di Bowlby, che ipotizzava, già quasi quarant’anni fa, che le esperienze del bambino fossero conservate nel *sistema limbico*. L’ipotesi viene oggi confermata da ulteriori ricerche.

Il sistema limbico è quella parte del sistema nervoso centrale specializzato non solo per individuare e manifestare le emozioni, ma anche per l’organizzazione del *new learning* e per la capacità di adattamento ad ambienti in rapida trasformazione. Il sistema limbico si estende nell’emisfero destro non verbale; nei primi 18 mesi di vita, questo emisfero cresce più rapidamente dell’emisfero sinistro verbale, che si sviluppa più tardi ed è intimamente legato al sistema nervoso autonomo, responsabile per le componenti somatiche delle emozioni (asse ipotalamo-pituitario). Questo emisfero è dominante per l’attivazione di funzioni vitali che permettono all’organismo di reagire attivamente o passivamente allo stress. Schore, negli articoli citati, va oltre l’ipotesi di Bowlby e parla di “conversazione tra sistemi limbici madre-bambino”, mentre Wilhelm ed Eva Reich, già 50 anni fa, parlavano di “*identificazione vegetativa*” per indicare come madre e bambino *sentano* l’uno le emozioni dell’altra.

Dagli occhi alla mente

Ulteriori studi cominciano a mostrarci in tutta la loro evidenza scientifica l’importanza del contatto *faccia a faccia* e del *contatto oculare* madre-bambino, già segnalate da W. Reich e messe in pratica da sua figlia Eva. Di nuovo Schore ricorda come alla fine del secondo mese di vita il *brain imaging* renda visibile un imponente cambiamento metabolico nella corteccia visuale del bambino. In questo periodo le esperienze visive creano connessioni sinaptiche nella corteccia occipitale. È il periodo del mutuo guardarsi e innamorarsi: “lo sguardo del bambino invoca lo sguardo della mamma e agisce come potente canale interpersonale per la trasmissione di mutuo influenzamento. Le pupille larghe del bambino stimolano il comportamento materno. Madre e bambino si sincronizzano durante gli avvenimenti eccitanti, pieni di affettività, informazione sociale e cognitiva”.¹⁰

Di nuovo, un’attività interpersonale emozionale si trasforma in materiale biologico, le sinapsi nella corteccia occipitale vengono modificate dalle esperienze visuali e nel reciproco guardarsi, emozionarsi e commuoversi si fissano quelle capacità umane essenziali per la sopravvivenza del bambino e dell’umanità.¹¹

Come già segnalato da Bowlby, l’interazione del bambino con una madre familiare e rispondente, crea un senso di sicurezza che genera la motivazione a esplorare nuovi ambienti socioemazionali. Si crea quindi un circolo vizioso positivo autorinforzante. Le capacità di interazione ed esplorazione e le emozioni collegate diventano sempre più auto-regolate, a causa dello sviluppo neurofisiologico che si svolge grazie all’interazione madre-bambino. All’interno di questa diade si sviluppano inoltre le capacità di riconoscere le emozioni altrui dalle espressioni facciali e la capacità di controllare il proprio umore e gli impulsi, tutte esperienze che costituiscono le basi per l’empatia, quella emozione morale così importante per le sorti di tutta l’umanità.

All’opposto, esistono moltissime ricerche che mostrano come un mancato o difettoso attaccamento

⁹ Cfr. sotto “Molecole ed emozioni”.

¹⁰ A. Schore, *op. cit.*

¹¹ Segnaliamo a questo proposito la recente scoperta dei cosiddetti “neuroni a specchio”, circuiti cerebrali che si attivano compiendo determinate azioni o osservando altri che le compiono. Per saperne di più: Gallese V., Goldman A. Mirror neurons and the simulation theory of mind-reading, in “Trends in Cognitive Sciences”, 2, 1998, 12, pp. 493-501.

madre-bambino possa avere effetti negativi a lungo termine. A questo proposito ci piace segnalare le parole di Alice Miller, filosofa e psicoterapeuta, che considera il “disordine psichico come l’unica via a disposizione dell’individuo per adattarsi e sopravvivere al panico di un attaccamento insicuro o disorganizzato, al rifiuto, all’abbandono e all’abuso”.¹²

Riassumendo: se il bambino è tenuto e accarezzato, se la qualità del rapporto fisico-emozionale è adeguata, le reti del cervello sono attivate e rinforzate, come se una “scintilla” si allargasse sulle reti associate. Per chi poi volesse ulteriormente approfondire gli eventi legati al periodo di crescita rapida del cervello e gli effetti del legame madre-bambino sulle strutture cerebrali e sui neurotrasmettitori, segnaliamo anche un altro articolo di Allan Schore: “The Effects of a Secure Attachment Relationship on Right Brain Development, Affect Regulation, and Infant Mental Health”, inizialmente pubblicato in *Infant Mental Health Journal*, 2001, 22, pp. 7-66 e disponibile in rete sul sito www.trauma-pages.com. Particolarmente interessante è la bibliografia in coda all’articolo, che presenta un vastissimo repertorio di studi e ricerche sull’argomento.

Un leggero tocco di vita...

Come sappiamo, esiste ormai un repertorio infinito di ricerche che dimostrano come la manipolazione del neonato e del bambino sia fondamentale per il suo sviluppo e per la crescita (si pensi a tutte le ricerche effettuate su bambini in orfanotrofio e le relative tabelle di crescita, aumento di peso ecc. in mancanza o in presenza di accudimento e contatto fisico). L’importanza della manipolazione, in special modo del “tocco gentile” teorizzato e messo in pratica da Eva Reich con il baby-massaggio (o massaggio farfalla), viene oggi ulteriormente amplificata da ricerche che guardano in profondità nello sviluppo e nel funzionamento del nostro corpo.

Citiamo a questo proposito lo studio del professor H. Olausson, del Dipartimento di Neurofisiologia Clinica al Sahlgrenska University Hospital, in Svezia. La ricerca mostra come vi siano due innervazioni tattili nell’epidermide umana: fibre di afferenti mielinati a conduzione veloce e fibre di afferenti non mielinati a conduzione lenta. Gli afferenti non mielinati reagiscono al tocco gentile e al lento accarezzamento, mentre non reagiscono a tocchi rapidi. L’analisi di immagini ottenute tramite risonanza magnetica funzionale, mostra come la stimolazione degli afferenti non mielinati attivi la regione insulare dell’encefalo ma non quella somatosensoriale. Questi risultati identificano queste fibre come un sistema per il tocco limbico, legato agli aspetti emotivi della stimolazione tattile.¹³ In altre parole, la stimolazione leggera, rispondente al principio dello “stimolo minimo” di Eva Reich, attiva i circuiti che vanno a stimolare quella zona del cervello (il sistema limbico), che è alla base delle risposte emotive, ormonali, affiliative e comportamentali del contatto fra individui.

Non ostacolare la natura

Cambiamo argomento e torniamo al neonato... Molto del lavoro di Eva Reich è centrato sulla necessità di un parto il più “naturale” possibile. A questo proposito ci piace segnalare una ricerca del 1990 sulla capacità del neonato di muoversi sulla pancia della madre, individuare il seno, attaccarvi senza aiuto e succhiare correttamente.¹⁴

I neonati del gruppo di ricerca “non medicalizzati”, messi subito sulla pancia della madre, entro 50 minuti si erano auto-attaccati al seno e succhiavano correttamente. I bambini di un altro gruppo, non medicalizzati ma lavati, misurati dopo la nascita e rimessi sulla pancia della madre erano anch’essi capaci

¹² Citato in Marcy Axness, “Personality disorders as adaptive responses to malattachment”, in *Joppah*, inverno 2004.

¹³ 12. H. Olausson, *Unmyelinated tactile afferents signal touch and project to insular cortex*, 2002, Nature publishing group.

¹⁴ 13. L. Righard, M. Alade, “Effect of delivery room routines on success of first breast feed”, in *Lancet*, 336, 1990, pp. 1105-1107. In rete è possibile procurarsi Delivery self attachment, un emozionante video girato durante la ricerca.

di attaccarsi da soli al seno, ma la metà di loro non succhiava correttamente. I bambini nati con parto medicalizzato erano troppo addormentati per succhiare. Questa scoperta è stata ulteriormente elaborata da Klaus & Klaus nel libro *Your Amazing Newborn* (1998).

È evidente come neonati e madri sostenuti subito dopo la nascita a completare la sequenza di attaccamento postparto, hanno un'esperienza di *bonding*, ossia di fusione energetica, più completa, iniziano un accudimento più vero e sono più collaborativi durante la crescita. È facile supporre che il completamento della sequenza di auto-attaccamento abbia un effetto positivo e duraturo sullo sviluppo neurologico, somatico e psicologico futuro del neonato. La possibilità di effetti negativi duraturi sui neonati, in caso di interruzione o impedimento nel completamento di questa sequenza naturale, non può essere esclusa.

Significato neuropsicofisiologico dell'autoattaccamento alla nascita

L'abilità del bambino di autoattaccarsi dona alla madre e al bambino stesso una esperienza di contatto e intimità. Poiché, come abbiamo visto nei paragrafi precedenti, il cervello appare come programmato per svilupparsi durante l'interazione sociale e il suo sistema limbico è in special modo programmato per mediare l'attaccamento (oltre che le emozioni e le motivazioni), si potrebbe presumere che si formi così il primo schema di essere con un altro in un determinato modo su basi biologiche¹⁵. Perché, lo ripetiamo, il bambino è "biologicamente" programmato per un forte attaccamento e quando la realtà corrisponde al modello della mente, il sistema limbico, con le sue strutture corticali e subcorticali, seleziona, organizza e integra pezzi di informazione nelle strutture intra-psichiche del cervello in sviluppo. È ovvio come una positiva sequenza di attaccamento sia l'antitesi dell'esperienza di un bambino traumatizzato durante il processo di nascita, separato dalla madre e soggetto a tutte quelle procedure che hanno reso il parto quello che oggi troppo spesso è. La ricerca dimostra che, a seconda della misura del trauma, i bambini reagiscono adattandosi, diventando ipereccitati (lotta-fuga), compartimentalizzando o dissociando dalla percezione conscia l'esperienza di un insopportabile dolore psichico e fisico. Le conseguenze a lungo termine, visto il coinvolgimento del sistema limbico e delle aree subcorticali del cervello, possono essere: ansia, depressione, incapacità di formare un attaccamento sano verso gli altri, incapacità di modulare l'impulsività, immaturo funzionamento emozionale e comportamentale e, in combinazione con altre esperienze, una predisposizione alla violenza.¹⁶ Al contrario, l'attiva partecipazione al parto e l'esperienza dell'autoattaccamento donano al neonato l'esperienza di iniziare un processo con le proprie capacità innate, di sentirsi capace e competente durante il processo di autoattaccamento, di rilassare eventuali tensioni e ansie subite durante il processo di nascita. Quindi il neonato si sente rilassato, sicuro e in pace con l'altro (la madre) "emotivamente significante" per lui, che è a sua volta felice del compimento del suo bambino.

David Felten, lo scopritore nel 1991 delle connessioni anatomiche tra sistema nervoso e sistema immunitario, scrive: "Noi abbiamo documentato come fattori stressanti possano essere associati a conseguenze negative sulla salute e sull'indebolimento della risposta immunitaria; sfortunatamente, però, poca attenzione è stata data all'esame scientifico della controparte, cioè a come emozioni positive¹⁷ possano contribuire a produrre effetti benefici, positivi sulla salute e al potenziamento della risposta

¹⁵ Cfr. anche D. Stern, *Prime relazioni sociali*, Sovera Multimedia, Roma 1989. In questo libro, l'autore, con ricerche indipendenti dalla teoria reichiana, parla di "danza-gioco" tra madre e neonato come di un bisogno interno preconstituito.

¹⁶ La letteratura al proposito è ben nutrita. Segnaliamo, tra gli altri: Daniel J. Siegel, *The developing mind: how relationship and the brain interact to shape who we are*; Louis Cozolino, *The neuroscience of psychotherapy: building and rebuilding the human brain*; Allan N. Schore *Affect dysregulation and disorders of the self/affect regulation and the repair of the self*; Robert Karen, *Becoming attached: the first relationship and how they shape our capacity to love*, nonché gli scritti di Peter Fonagy, Efram Bleiberg e Bruce D. Perry su attaccamento e sviluppo della personalità.

¹⁷ Come per esempio il baby-massaggio.

immunitaria”¹⁸.

In realtà, a proposito di quanto esposto nei paragrafi precedenti, andrebbero chiariti due aspetti fondamentali. Primo: gli effetti negativi di un mancato o difettoso attaccamento possono essere contrastati e perfino eliminati con le tecniche della bioenergetica dolce. Secondo: lo studio dell’interscambio tra emozioni positive, architettura del cervello e risposta immunitaria è in pieno sviluppo. Anche in questo campo la scienza apre nuovi scenari.

Molecole ed emozioni

Tra gli studi più recenti sulle interconnessioni tra emozioni e sistema immunitario non possiamo non citare le ricerche di Candace Pert¹⁹ sui neuropeptidi (neurotrasmettitori, ribattezzati “molecole informazionali”, per la loro capacità di attraversare tutto il corpo e inviare segnali che coinvolgono i nostri stati d’animo e da questi le nostre risposte immunitarie). La Pert ha dimostrato come i neuropeptidi uniscano il sistema nervoso (cervello, spina dorsale e sensi), il sistema endocrino (ormoni) e il sistema immunitario (milza, midollo, nodi linfatici e attività dei monociti).²⁰

Questi tre sistemi formano un’unica grande rete intelligente. I segnali del corpo raggiungono e attivano il cervello ma anche il cervello, con i suoi stati emotivi, interviene sul corpo. In questo interscambio di informazioni, le cellule del sistema immunitario non si limitano a muoversi attraverso il corpo, intervenendo in difesa dell’organismo, ma anche autoproducono neuropeptidi e altre sostanze chimiche che influiscono a loro volta sulle emozioni e dalle emozioni sono influenzate, creando quello che la Pert chiama “un network psicosomatico” fondamentale per la salute dell’intero organismo. Dalle sue ricerche emerge come le cellule immunitarie producano endorfine che vanno, come sappiamo, a incidere sui nostri stati d’animo; contemporaneamente, le endorfine prodotte dai nostri stati d’animo, finiscono con l’influenzare la nostra risposta immunitaria. Non esiste una strada a senso unico; il sistema è a due vie. Scrive la Pert, “non posso separare il cervello dal corpo”.

Nel corso delle sue ricerche, la Pert ha anche scoperto che vi sono particolari punti del corpo con maggiore densità di “recettori”, cioè di cellule che attraggono, sono attivate e contemporaneamente attivano i neuropeptidi. Queste zone hanno una distribuzione anatomica a macchie. Ci sono a questo proposito segnali di come la stimolazione tattile su un bambino, quale il massaggio bioenergetico dolce con il suo *glow and flow* e il *loving touch*, o l’accarezzamento della colonna vertebrale, avrebbero l’effetto di stimolare i punti con un’alta concentrazione di neuropeptidi. I neuropeptidi attivati invierebbero messaggi all’ipotalamo e al sistema immunitario, che a loro volta avvierebbero i processi di guarigione, stimolerebbero l’aumento di peso, regolerebbero il sonno e le funzioni respiratorie.

Mettendo insieme i dati provenienti da tutte queste ricerche, dall’influenza del contatto sull’architettura del cervello all’influenza del tocco gentile sulle fibre non mielinate, arrivando fino ai sorprendenti percorsi delle molecole delle emozioni all’interno del nostro corpo, ancora e di nuovo abbiamo segnali non più ignorabili che conducono tutti alla stessa conclusione: esperienze sensoriali che piacciono al bambino, capaci di tranquillizzarlo, di stimolarlo o di nutrirlo emotivamente, quali il massaggio bioenergetico dolce, l’avvicinamento al petto nudo della madre, il *loving touch*, l’ascolto di suoni rilassanti e qualsiasi fattore possa sollecitare emozioni piacevoli nel neonato, mettono in moto il sistema limbico e avviano la connessione ciclica fra il sistema endocrino e quello immunitario, creando le condizioni per uno stato ottimale di autoregolazione della salute fisica ed emotiva.

E concludiamo questo paragrafo con un ultimo dato, particolarmente importante per chi si occupa della

¹⁸ F. Bottaccioli, Le nuove relazioni tra sistema nervoso centrale e sistema immunitario, in *Psiconeuroendocrinoimmunologia*, la grande connessione tra psiche, sistema nervoso, sistema endocrino e sistema immunitario, RED, Como 1995.

¹⁹ Candace Pert, ricercatrice alla Georgetown University Medical School; professoressa di fisiologia e biofisica.

²⁰ Candace Pert, *Molecole di emozioni, il perché delle emozioni che proviamo*, Corbaccio, Milano 2000. Si veda anche David Chamberlain, *The Mind of your Newborn Baby*, North Atlantic Books, Berkeley California 1998.

salute del neonato ancora prima della nascita. Gli studi della Pert hanno scoperto altissime concentrazioni di recettori di neuropeptidi nel tronco cerebrale, che per la Pert dovrebbe essere, a pieno titolo, compreso nel sistema limbico. Poiché il tronco cerebrale è una delle prime parti del cervello a crescere, e poiché il sistema limbico è fondamentale per mediare emozioni e ricordi, questa scoperta pone le basi per nuove ricerche sulla consapevolezza del non ancora nato e sulla memoria del primo trimestre di gravidanza.

Una nuova, antica scienza

Proseguiamo con Candace Pert per introdurre un nuovo, anzi un vecchissimo argomento, e un nuovo autore. L'autore è James L. Oschman, fisiologo e biologo cellulare. L'argomento nuovo, anzi vecchio di almeno cinquant'anni, è ancora e di nuovo l'esistenza di una bio-energia.

Scrivo Candace Pert, nella introduzione al libro di Oschman *Energymedicine – The Scientific Basis of Bioenergy Therapies*: “James L. Oschman ha pubblicato un testo rivelatore, con una teoria del corpo umano in termini di *energy-medicine*. È una teoria assolutamente compatibile con la fisiologia classica, i principi elettromagnetici, l'elettronica e la fisica moderna, una teoria quindi che non ha bisogno di richiamarsi a ‘energie sottili’ o ad altre forze misteriose... Nonostante la forte resistenza e la irrazionale negazione da parte della medicina tradizionale, e la mia stessa incapacità di trovare spiegazioni secondo paradigmi biologici convenzionali, per anni ho continuato a parlare e scrivere delle tecniche guaritrici che venivano considerate nel migliore dei casi non ortodosse, sperimentandone sul mio stesso corpo i potenti effetti. Sentire l'energia che si muove è una espressione comune nell'ambito di chi lavora con queste tecniche e io ho costantemente sperimentato questi movimenti già dalle mie prime esperienze con l'agopuntura più di 25 anni fa... Oschman ha dato una brillante, precisa e semplice spiegazione delle sensazioni che ho avuto con i molti terapeuti che lavorano con l'energia, i quali sostengono che l'energia nel corpo si ‘muove’. Oggi la maggior parte dei bodyworker e bodypsychotherapist considerano un dato di fatto le teorie neofreudiana e neoreichiana, che sostengono che un trauma, assorbito dal corpo e conservato, può essere risolto tramite il ripristino del flusso di energia. Ho da molto tempo compreso che il contatto terapeutico può essere molto di più che l'aumento della circolazione del sangue nei muscoli deboli; il concetto di network psicosomatico (Pert 1999) prende in considerazione i ricordi conservati nel corpo (la mente subconscia) sotto forma di alterazioni delle molecole-recettori che trasformano i cambiamenti chimici in flussi ionici e così propagano le onde elettromagnetiche attraverso il network, raggiungendo il sistema nervoso, le cellule immunitarie, l'intestino, le ghiandole, la pelle ecc. Oschman descrive con cura la storia delle idee tratte da vari campi di studio che sostengono la sua visione del corpo come cristallo liquido sotto tensione, capace di vibrare a un certo numero di frequenze, alcune nello spettro della luce visibile. Basandomi su queste idee rivoluzionarie ma assai fondate, sono stimolata dalle nuove possibilità che si aprono a una comprensione rigorosa della natura delle emozioni a un livello energetico... Non è difficile adesso immaginare differenti stati emozionali, ognuno con un ‘tono’ predominante indotto da legami peptidici, come pattern energetici che propagano attraverso il sistema corpo-mente un “flusso vibratorio” che può ripristinare la comunicazione tra parti del corpo bloccate, sofferenti o scollegate. Io stessa sono andata oltre il modello di legame ‘lock and key’ (serratura e chiave) dei recettori verso la nozione di recettori e legami vibranti che si attraggono a distanza quando si trovano alla stessa frequenza. La nuova visione-paradigma del corpo umano di Oschman mi consente di comprendere come differenti stati emozionali, attraverso il rilascio di vari ormoni inducano cambiamenti immediati, sia pure minimi, del grado di coscienza, accompagnati da mutamenti nel comportamento, nella memoria e nella postura del corpo... La pubblicazione di *Energymedicine – The Scientific Basis* rappresenta una pietra miliare nella storia della medicina, che aprirà cuori e menti a nuove ipotesi e approcci sperimentali verso la comprensione di importanti modalità di cura, avvertite finora come misteriose, ma che adesso è possibile affrontare scientificamente. Si potrà anche sviluppare una nuova visione del corpo umano, considerato un insieme dinamico di varie perso-

nalità integrate, capace di trasformazioni immediate e straordinarie, che possono entrare a far parte stabilmente delle nuove modalità di cura di corpo e mente.”

Una conclusione, anzi un nuovo inizio

E siamo arrivati alla fine, anzi a un nuovo inizio. Volendo riassumere e dovendo necessariamente semplificare, data la vastità degli argomenti, non possiamo non affermare, con forza, che siamo all'alba di una nuova scienza che rimescola e rimette in gioco i concetti di salute e malattia, azzerando le vecchie distinzioni tra corpo e mente, biologia ed emozioni, energia e materia.

Si aprono dunque nuove strade: ignorarle, bollandole pregiudizialmente come ciarlatanerie, non è più soltanto indice di poca flessibilità, bensì di ignoranza. Perché molti degli studi e delle ricerche originate dal pensiero innovativo di W. Reich e di sua figlia Eva, che la scienza ha negato, proprio dalla scienza oggi trovano conferma. Oggi, non possiamo più fare finta di non sapere. Noi oggi sappiamo (o forse dovremmo dire ri-sappiamo) che W. Reich e sua figlia Eva ci offrono forme di applicazione pratica di questo sapere. Applicazioni nel campo della prevenzione e della cura che potrebbero cambiare la qualità della vita emozionale e di conseguenza psicobiologica non solo dei neonati, ma di tutta la popolazione. Quello che ancora manca è la volontà di tradurre questo sapere e le sue applicazioni in progetti e programmi di ampio respiro.

Sia chiaro, quello di cui qui si parla non è “solo” assicurare il benessere psicofisico delle nuove generazioni, ma qualcosa che va oltre il concetto di salute individuale. Quello di cui qui si parla è trasformare questo sapere in azioni che possono rendere il nostro passaggio fisico su questo pianeta un'avventura meravigliosa. Ed è incredibile e commovente pensare che tutto questo può nascere dal reciproco, libero innamoramento di una madre per il proprio bambino.

Ringrazio Vincenzo Perrone per la preziosa collaborazione