



Introduzione al libro *Nascere Umani*¹ di Beatrice Casavecchia, Luisa Della Morte e Margherita Tosi

Viviamo in un periodo storico in cui le contraddizioni sono particolarmente significative.

Negli ultimi decenni sempre più siamo testimoni di una continua scissione: le scoperte scientifiche mirano a migliorare la salute, ad aggiungere conoscenze sul funzionamento biologico dell'uomo, la messa a punto di strumenti di indagine sempre più sofisticati dovrebbe portarci ad indagare i funzionamenti ed i particolari in modo sempre più approfondito (vedi risonanza magnetica per immagini, microscopi elettronici, ecc.) ma assistiamo ad un progressivo e pericoloso allontanamento dalla naturalità della vita e dalle sue forme di convivenza.

Ci si immagina di poter sconfiggere le malattie, forse anche la morte, di poter prevedere le malattie future, di estendere all'inverosimile il controllo sulla vita e sulla salute, si nutre l'illusione di costruire l'uomo bionico.

Contemporaneamente il mondo appare sempre più sopraffatto dalle crisi, si parla di fine del mondo, gli ecologisti ci ricordano che ci stiamo avvicinando al punto di non ritorno per la distruzione del nostro pianeta.

Il risultato di questa spaccatura è una perdita della visione globale, il conoscere dell'infinitamente piccolo ci impedisce di vedere i collegamenti, "troppi alberi impediscono di vedere il bosco"²; i momenti significativi della nascita e della morte sono sempre più spersonalizzati e la vita dell'uomo sembra sempre più etero guidata da media, moda ed interessi commerciali. Visione sicuramente desolante per chi apprezza la forza e la bellezza delle relazioni d'amore.

Nel testo vengono descritti gli insegnamenti di Silja per perseguire una via d'uscita da queste contraddizioni, senza ingenui trionfalismi o miracolistiche soluzioni. Silja, partendo dall'insegnamento di Wilhelm Reich, sposta l'angolo di visuale, mettendo al centro del suo impegno l'elaborazione di un nuovo umanesimo.

Dagli anni '50 in occidente si è partorito quasi esclusivamente in ospedale, in nome di una maggior sicurezza ed igiene. Questo ha portato ad una medicalizzazione sempre maggiore e un momento fisiologico della vita è diventato una patologia. Le donne sono sempre più sole ad affrontare un avvenimento che per il decrescere della natalità è spesso unico e straordinario nella loro vita. È facile quindi delegare al medico, all'istituzione, ogni responsabilità. Il clima culturale rende quasi inevitabile che le donne si affidino a quelli che sanno, fiducia che i curanti alimentano grazie al loro apparato scientifico: non è più la donna il soggetto del parto ma il medico stesso. "Oggi ho fatto tre parti"³.

Non c'è collaborazione tra curante e curato, la donna sente che ogni richiesta, desiderio che non si adegui a ciò che è in uso solito della struttura, viene vissuto con ostilità: "È meglio che non chieda di firmare il protocollo previsto dall'OMS, i ginecologi potrebbero arrabbiarsi" è la risposta data ad una donna prima del parto in un noto ospedale milanese alla sua richiesta di sottoscrivere l'atto del consenso informato.

Espropriate dalla loro esperienza, non potendo più far conto sulle proprie risorse personali, vittime di questo meccanismo di delega, le donne vivono il parto con paura ed ansia che ancora cercano di controllare attraverso sistemi incoscienti non propri, indotte a dimenticare che il parto è un evento fisiologico. La cultura medico-sanitaria e le case farmaceutiche hanno diffuso la convinzione che esiste un farmaco che elimina rapidamente ogni dolore, è inutile soffrire e non è così importante quale sia la causa

¹ Mimesis, 2015.

² Ronald Laing (1927- 1989), psichiatra inglese, da una conversazione privata.

³ Frederick Leboyer, (1918), ginecologo, precursore del parto senza violenza. Descrive la tecnica di massaggio tradizionale indiano per il bambini in *Shantala. L'arte del massaggio indiano per far crescere i bambini felici*, Bompiani editore, Milano 1976.

del dolore. Per questo, pensando al parto, le donne temono soprattutto la sofferenza ed accolgono con sollievo ogni possibile metodo per non sentire dolore, colludendo in questo con i medici che preferiscono una donna tranquilla che si affida alle loro mani piuttosto che una persona vigile che vuole prendere le sue decisioni e vivere l'esperienza del parto in piena consapevolezza.

Da qui il proliferare di parti cesarei, parti con l'epidurale, induzioni ed ogni tipo di medicalizzazione propagandata come la soluzione per partorire in modo facile e sicuro, senza tenere presente le infinite ripercussioni sulla madre, sul bambino e sul loro rapporto.

Le conseguenze di questa venuta al mondo medicalizzata ed espropriata si vedono spesso nel lavoro terapeutico nelle evoluzioni di strutture nevrotiche e psicotiche in adulti e bambini.

In questo senso l'individuo non appartiene più alla propria nascita e alla propria morte, delegata, manipolata, resa altro da un massiccio interventismo. L'esperienza di Silja si staglia a difesa dell'uomo, della sua dignità nel nascere e nel morire, sorretta dalla sua inesauribile convinzione che la pace inizia dall'utero come già sostenuto e dimostrato dalla clinica di Wilhelm Reich, Eva Reich ed altri.

Di fronte al potente dispiegamento di mezzi utilizzati da medici, sanitari, industrie farmaceutiche, Silja ed altri ancora con lei si muovono con la forza travolgente dei loro mezzi: il tocco, l'esserci, la presenza, la centratura, il respiro...

La prevenzione è così importante, diceva Wilhelm Reich a Myron Sharaf⁴, nei primi anni '50, da permettere di evitare lo sviluppo di patologie prenatali e perinatali, infatti quando le mamme ricevono supporto empatico questo fa sì che diminuisca la paura.

Da quanto detto ne consegue l'importanza di impostare una reale prevenzione primaria. La banalizzazione delle comunicazioni passaparola, la pubblicità invadente delle case farmaceutiche, l'informazione falsata e parziale di stampa e televisione, comprese le interviste ad attrici e ministri, disegnano un quadro della gravidanza, parto e maternità assolutamente fuorviante.

I messaggi sociali condizionano pesantemente l'opinione pubblica diffondendo capillarmente il luogo comune che "non bisogna soffrire per partorire, non siamo barbari!", "in ospedale è più sicuro...", "mi fido solo del mio ginecologo...", "mi hanno detto che non si poteva fare altro... ma avrei voluto...ho fatto di tutto".

Andare così controcorrente sembra un'impresa impossibile perché il cambiamento investe la cultura, il potere dei medici e delle case farmaceutiche e il radicato senso comune: per questo la prevenzione deve essere primaria.

Non ci possiamo dimenticare negli anni '70 l'esperienza sconvolgente delle immagini del primo libro di Frederick Leboyer⁵ sulla violenza del parto. Anche Reich prima di lui aveva colto quanto poteva essere distruttiva una nascita in un ambiente sordo e prevenuto rispetto ai bisogni reali di madre e bambino. Loro e pochi altri restano comunque delle voci isolate.

Si tratta di un cambio di mentalità che non può non passare attraverso un cambiamento del sentire. Si tratta di dare voce ai desideri più profondi delle madri sostenendole nel liberarsi da questi e altri luoghi comuni, riportandole all'unicità della loro esperienza, fidandosi del loro sentire e della loro capacità di autoregolarsi, in una parola del loro potere personale. Le storie che Silja ci racconta danno un'idea di cosa intendiamo e ci rassicurano che è "necessario, possibile, facile e bello".

Realisticamente la maggior parte delle volte, purtroppo, le donne escono da questa esperienza con un senso di impotenza e di frustrazione, le cose non sono andate come avrebbero voluto.

C'è una sottile e mascherata delusione dovuta alla discrepanza tra il

⁴ Myron Sharaf (1927-1997), psicoterapista americano, studente, paziente e collega di Wilhelm Reich dal 1948 al 1954. Suo biografo, scrive *Fury on earth*, St. Martin's Press/Harek, New York 1983.

⁵ F. Leboyer, *Per una nascita senza violenza*, Bompiani editore, Milano 1975.

bambino sognato e sentito durante la gravidanza e la creatura viva, bisognosa di cure. La realtà si presenta in tutta la sua concretezza senza avere potuto sperimentare appieno quella relazione di perduto innamoramento che solo può rendere lieve la fatica. La medicalizzazione del parto rende difficile mantenere il legame che si è costruito durante la gravidanza tra la madre ed il bambino, ma è importante che le donne sappiano che è possibile ricostruirlo, non semplificando né rendendo tragica la situazione.

Silja nella sua vita ha instancabilmente ricercato i modi per rendere possibile come ritrovare la strada che rende umana la nascita e la relazione.

Sentiva profondamente che questi aspetti sono realmente diventati un problema ecologico dei nostri tempi così come sentiva impellente l'urgenza che la prevenzione primaria⁶ e la salutogenesi⁷ fossero alla radice di ogni approccio ed intervento.

Questa sua aspirazione si è canalizzata sin dall'inizio della sua formazione e professione nella partecipazione e creazione di luoghi di prevenzione, dalla preparazione al parto all'educazione dei bambini in contesti non autoritari, nei gruppi di autoaiuto tra donne. Dall'incontro con Eva Reich viene in contatto con la modalità di prendersi cura del processo evolutivo in un modo totalmente nuovo ma già maturato internamente; un vero sostegno per radicarsi più profondamente nelle proprie intuizioni, nell'esperienza e nel proprio sentire. La collaborazione con Eva la fa sentire meno sola e stimolata a diffondere l'urgenza di realizzare in più ambiti la prevenzione primaria.

Nel 1995 Silja fonda a Roma il Centro Studi Eva Reich. Il Centro nasce come associazione di fatto composta da lei e da Carol Berenyi, sua carissima amica; la sede è presso la sua abitazione in via Giovan Battista De Rossi 39.

Sostenuta in questa iniziativa da Eva stessa, dando corpo e struttura alle esperienze apprese e praticate sino ad allora in ambiti diversi, costruisce un luogo e un contesto identitario per una metodologia sino ad allora sconosciuta in Italia: la Bioenergetica Dolce di Eva Reich.

Silja, formata come terapeuta bioenergetica loweniana, diffonde nello stesso ambiente della bioenergetica questo inedito approccio terapeutico, ma più che ai colleghi, il suo interesse va alle associazioni di ostetriche e di donne in cui si sostiene la nascita dolce e a tutti coloro, di formazione diversa, veramente motivati alla prevenzione sin dall'inizio della vita.

Promuove e conduce progetti di formazione all'interno di alcune strutture sanitarie, come ad esempio presso la Clinica Sant'Anna di Brescia, in cui il Massaggio Bioenergetico Dolce entra a far parte delle pratiche di intervento del sostegno alla gravidanza, al parto e al puerperio, strutturando contesti di ricerca in ambito della Medicina Basata sulle Evidenze (EBM) con protocolli clinici su 2000 neonati massaggiati, e così in altre istituzioni nel territorio nazionale.

Diffonde la sua passione attraverso i corsi e struttura una formazione specifica per operatori che diviene col tempo una vera e propria scuola di pensiero e di metodo, in cui convergono anche i contributi di altri ricercatori in ambito reichiano che Silja accoglie come formatori all'interno del Centro Studi Eva Reich, come Will Davis⁸ con l'Analisi Funzionale e Tho-

⁶ Prevenzione primaria: è la forma classica e principale di prevenzione, focalizzata sulla adozione di interventi e comportamenti in grado di evitare o ridurre l'insorgenza e lo sviluppo di una malattia o di un evento sfavorevole.

⁷ Salutogenesi: la prospettiva salutogenica costituisce un aspetto centrale della promozione della salute. In questo ambito si radica il concetto che la salute non è una condizione data oppure assente, bensì un processo dinamico da conquistare, mantenere, perdere e ritrovare profondamente connesso con l'autoregolazione bioenergetica dell'organismo e con il suo stato di coerenza interno, nell'interazione con l'ambiente. La salutogenesi nasce dalle risorse endogene della donna, da una sua soggettiva e attiva partecipazione alla salutogenesi stessa, dalla percezione diretta dell'eventuale pericolo reale. L'istinto ne è risorsa primaria insieme al processo di radicamento nella sua base sicura data dal senso durevole e dinamico di fiducia nella percezione delle proprie intuizioni soggettive. La razionalizzazione può disturbare, interrompere il processo di salute.

⁸ Will Davis (1943), psicoterapista corporeo neoreichiano, ha elaborato l'analisi

mas Harms⁹ con il Pronto Soccorso Emozionale. Integra questi contenuti nel suo metodo elaborandone una sintesi personale.

Tramite Eva, Silja ci ha permesso di conoscere l'evoluzione del pensiero e dell'approccio terapeutico di W. Reich, che negli ultimi anni della sua vita è più interessato a prevenire che a curare, ad impedire che si formi la corazza piuttosto che a tentare di scioglierla nell'adulto.

Eva espande il concetto di prevenzione primaria di Wilhelm applicandolo non solo al bambino, come risultava dalle ultime ricerche del padre, ma anche all'adulto, perché la sua scoperta è che non con la forza dell'approccio si possa sciogliere il blocco ma solo con una modalità dolce, sostenibile per il processo energetico della persona. Silja ha trasmesso e sviluppato questa rivoluzione d'approccio.

Il suo fare era, si potrebbe dire, per togliere. Togliere come lasciar andare le sovrastrutture che impediscono il sentire e poter entrare con più semplicità nell'esperienza del contatto con l'altro in quanto persona di anima e corpo. Togliere il rumore di fondo con un contatto che risona da pelle a pelle e che si avverte quando la presenza non è inquinata da giudizi, da preconcetti intellettuali, da pregiudizi caratteriali e dalla compulsione del fare terapeutico che toglie spazio all'ascolto.

Il suo fare era anche per non forzare. Non forzare il processo dell'altro, non forzare la resistenza ad esso, non forzare il proprio limite interno, sia fisico che psichico, "trova una posizione comoda" invitava sempre. Non forzare come non spingere allo stress, accogliendo il proprio limite come una risorsa, nel riconoscimento della propria autoregolazione. Non forzare per potersi radicare nella propria fiducia di base, non forzare per stare con quello che c'è.

Il suo fare era per non aggiungere. Non aggiungere interpretazioni, proiezioni, teorie. Non aggiungere nulla all'esperienza dell'altro nella sua significazione e unicità.

Come l'ambiente che circonda l'ameba permette a questa di espandersi o di contrarsi, Silja incarna il contesto terapeutico in cui può avvenire una trasformazione profonda dell'esperienza personale. Magicamente la spoliatura dell'ego che avviene quando si è nel togliere, nel non forzare, nel non aggiungere, crea un luogo in cui è possibile che la risonanza emerga e si possa accedere alla comprensione profonda e alla connessione dentro di sé e con l'altro. Proprio come la madre con il suo neonato quando colgono l'uno nell'altro il senso condiviso dell'esperienza vissuta e nella meraviglia si innamorano. Così, all'interno del sistema psichico di entrambi, nella relazione del contatto, avviene un arrendersi profondo nell'integrazione di movimenti energetici, emozioni, stati d'animo e soluzioni possibili, un arrendersi al qui ed ora che radica il vissuto della propria fiducia di base nella risonanza. "Ritrovare il filo rosso che permette di riconnettersi alle proprie risorse": questo l'invito di Silja.

La potenza di questo movimento dell'arrendersi nella profondità del proprio essere psichico, nel radicarsi nel qui ed ora, è l'esito del modo in cui si è con l'altro, un modo in cui non la definizione diagnostica, non l'ancoraggio alla patologia è lo strumento del procedere, ma l'incontro tra due esseri e il riconoscimento vicendevole della risorsa interna.

Parimenti questo porta con sé un non arrendersi all'inevitabilità del trauma, perché consente una trasformazione del vissuto, dell'esperienza di sé, e dell'essere con l'altro. La terapia non è curare la malattia ma consentire l'incontro, con l'altro e con sé.

Con ciò è come se si potesse accedere al possibile. La percezione dell'emergere di un'onda di risonanza dissolve dall'esperienza di sé i vissuti di

funzionale, metodologia psicoterapica che si basa sulla studio del funzionamento pulsante dell'energia sviluppando una tecnica di intervento sul corpo chiamata Points and positions.

⁹ Thomas Harms (1965), psicoterapeuta corporeo di Brema, allievo di Eva Reich. Lavora con genitori e neonati per prevenire e curare traumi pre e postnatali. Ha sviluppato il Metodo di Pronto Soccorso Emozionale.

impotenza e la rassegnazione psicobiologica ancorati dal trauma e permette l'emergenza di una struttura nuova che prende forma perché la potenzialità è vissuta. Nell'esperienza è come se si intravedesse e visse nella psiche del corpo l'ologramma delle potenzialità: l'uomo che sarà.

Qual è la portata di quanto accade a livello intrapsichico nella società? Già Reich, in *Bambini del Futuro*¹⁰, prevedeva l'Uomo che Sarà come l'esito di una società in cui i traumi del bambino sono traumi riparabili, in cui non ci sia rassegnazione cieca di fronte alla patologia fisica e sociale, in cui non ci si centri unicamente sulla riparazione del danno, ma nell'eliminare le condizioni che lo determinano.

Ciò è possibile se cambiano le condizioni della coscienza nella direzione di influenzare comportamenti individuali e di gruppi, scelte politiche ed economiche, nella consapevolezza delle ripercussioni che si producono da come si nasce, da come si costruiscono socialmente e culturalmente i tempi e le pratiche di accudimento, da quali finalità si dà all'educazione e alla scolarizzazione.

Come sia stata desiderata, immaginata, vissuta questa nuova vita nella gravidanza, come si nasce e come si permette l'incontro saranno i vincoli che faranno sì che venga riprodotta la catena transgenerazionale della co-razza oppure nascano persone libere di costruire una società nuova e una nuova convivenza. La Pace nasce nell'Utero¹¹.

¹⁰ W. Reich, *Children of the future*, tr. it. di A. Wolf, S. Belfiore, *Bambini del futuro*, SugarCo Edizioni, Milano 1987-94.

¹¹ Citazione frequente di Eva Reich.