

Il corpo ricorda...
"Ogni cosa è illuminata dalla luce del passato"

In questa frase, tratta dal romanzo di Jonathan Safran Foer e dall'omonimo film di Liev Schreiber, è presente un concetto fondamentale che troviamo costantemente nel pensiero umano, espresso sotto molte forme: non c'è evoluzione se non si comprende e non si metabolizza il passato.

Anche noi, con la nostra salute, il nostro modo di pensare e di sentire, siamo frutto del passato, ossia di quello che ci è successo, di quello che è avvenuto ai nostri genitori, nonni, antenati, i cui effetti non sono altro che "memorie", delle quali la massima espressione materializzata è il Dna.

Nel campo della salute e della malattia il principio causa (nel passato) – effetto (nel presente e futuro) è basilare: la cura è molto più efficace se si individuano le cause e la logica della natura che sta dietro ogni cosa.

Ricercare però le cause in una visione solo strettamente biochimica e microbiologica crea un clima bellico tra la “medicina buona” e la “malattia cattiva”; in questa lotta imposta, il “paziente” si trova a “combattere” contro agenti esterni ed interni, che lo “aggre-discono”, tanto nella medicina accademica classica, quanto in quella non convenzionale.

Nella mia personale ricerca nel campo della salute e della malattia, e in particolare del nesso causa - effetto, ha avuto un ruolo fondamentale l'incontro con la Nuova Medicina Germanica del dott G.Hamer: il modello da lui proposto, pur lasciando ancora alcuni interrogativi, dona comunque un notevole contributo alla biologia e alla medicina, in particolare lancia una nuova visione nel campo salute-malattia.

Egli ha dimostrato in modo scientifico, che quelle che noi consideriamo malattie sono “programmi Speciali, Biologici e Sensati”, predisposti dalla natura per ogni organismo vivente, per reagire ad uno shock improvviso, drammatico, inaspettato, vissuto con un senso di isolamento. Sono gestiti contemporaneamente su tre livelli: psiche, cervello, organo. E quindi il senso biologico di quello che ci succede quando siamo malati è che le “malattie” hanno un fine: consentire primariamente la sopravvivenza dell'individuo, della famiglia/discendenza, del clan/branco e della specie, a qualsiasi costo.

Lo shock è l'inizio di un conflitto biologico, che colpisce improvvisamente l'essere umano nei suoi bisogni primari, senza la mediazione della mente razionale (che può intervenire solo in un secondo tempo), come lo shock di una pecora alla quale viene sottratto un agnellino.

Spesso l'uomo patisce questi conflitti primari in senso “traslato”, se ad esempio per l'animale si tratta di un boccone di cibo sottratto, per l'uomo potrebbe essere l'auto nuova o un orologio prezioso rubati.

Hamer con le sue scoperte ha superato il dualismo dogmatico tra malattia e salute, tra maligno e benigno, tra vincitori e vinti.

Molto spesso il paziente, attraverso la conoscenza e la comprensione delle leggi biologiche, può prendere coscienza che quello di cui è affetto è un programma “biologico” del suo corpo, che sa esattamente quello che fa per far sopravvivere lui e la sua specie, rispetto ad un evento da lui vissuto drammaticamente.

La persona sofferente ha così la possibilità di trovarsi più consapevole alla guida dei processi di guarigione del proprio organismo, cercando di trovare la via migliore per

gestirli, specialmente se sarà riuscito, magari con l'aiuto del medico o del terapeuta, a riconoscere la causa, ad evitare un'eventuale ricaduta, a convivere se il problema non è risolvibile, o ad elevarsi al di sopra di esso vedendolo da un altro punto di vista. Agisce così una ristrutturazione del concetto di malattia e delle cause della stessa.

Inoltre è fondamentale la possibilità di alleviare i sintomi, che per la loro intensità, e per come sono stati interpretati, possono diventare a loro volta fonte di shock e perpetuare il problema; perciò anche il concetto di sintomo andrà chiarito col cliente: dal "ho male, quindi sono scassato", al "ho male perchè sto riparando".

È importante tenere presente che uno stesso evento, a seconda delle persone, può essere vissuto in maniera completamente diversa, con diverse localizzazioni fisiche, con reazioni emozionali diverse, perché nei vari tipi di conflitti ci sono sfumature che risultano molto difficili da valutare, tanto più che tutta la reazione viene decisa in una frazione di secondo e senza l'intervento della mente analitica, ma solo della mente "reattiva".

Una probabile spiegazione, già evidente a coloro che conoscono le Costellatori Familiari, è che noi nasciamo sensibilizzati verso certi tipi di avvenimenti e comportamenti perché qualcuno dei nostri antenati aveva già patito un evento molto simile e questa memoria ci è stata trasmessa.

J.C.Badard, psicoterapeuta esperto in psicosociologia, psicosomatica, psicogenealogia e "inarrestabile ricercatore" spiega:

"Mettiamo in memoria ogni nostra esperienza sotto forma di programmi biologici ed ereditiamo, sin dal concepimento, memorie, emozioni, esperienze, conflitti non risolti, vissuti nella linea materna e paterna. Ogni volta che viviamo un problema a cui non riusciamo a dare risposta, il nostro cervello darà la sua, cercandola e trovandola nella memoria ereditata poiché lo stesso conflitto è appartenuto a qualche nostro antenato. Lui però, l'antenato, a suo tempo non era riuscito a risolverlo, lasciandolo in eredità a noi come "sequenza emotiva non conclusa". A noi la possibilità di chiudere la stessa sequenza emotiva. Farlo è possibile, ma solo insegnando al cervello a rivisitare gli eventi in modo diverso. Per guarire – avverte JCBadard – non basta la volontà e non serve la razionalità. La nostra struttura mentale lotta contro di noi e contro la guarigione, intreccia coscienza e memoria cellulare. Occorre riappropriarsi della propria storia familiare inconscia, delle emozioni incompiute e procedere sulla strada che ci determina nel carattere, nel proprio modo di comportarci, nei desideri, nelle paure che ci abitano. Occorre dare il senso personale ai fili della nostra trama".

Il ruolo della memoria corporea inconscia, pertanto, è fondamentale in qualità di archivio di esperienze per la sopravvivenza: se un evento per un certo individuo ha rappresentato un grave trauma, e quindi un pericolo per la sopravvivenza, molto probabilmente lascerà ai suoi discendenti una memoria fisica di quel avvenimento, come un "passaggio di testimone", quasi a metterli in guardia, creando così una sensibilizzazione verso particolari vissuti.

Che il corpo memorizzi molto più di quello che pensiamo di ricordare è da tempo risaputo: gli studi sull'ipnosi hanno rivelato come molte informazioni possano essere rievocate proprio grazie a stati modificati di coscienza, in questo caso indotti dall'esterno. Anche stati della coscienza "naturalmente" come la fase Rem del sonno possono far emergere ricordi rielaborati.

Inoltre, già nel campo delle terapie non convenzionali si utilizzano pratiche che possono far affiorare memorie importanti, anche traumatiche non elaborate, che hanno determinato delle modificazioni nel tempo sia a livello psichico che fisico.

Alla luce di ciò, ho indirizzato la mia ricerca verso strumenti terapeutici “corporei” che mi consentissero sia di arrivare il più vicino possibile alla comprensione delle cause archiviate nella memoria del corpo, sia alla gestione degli effetti; metodi che lavorassero sulla dimensione temporale attraverso la dimensione spaziale, cioè il corpo; tecniche che potessero arrivare alle memorie traumatiche e ridurre delicatamente la carica emozionale e le conseguenze sintomatiche.

Ho studiato e sperimentato in particolare le Catene Lineari del corpo e dello spirito scoperte da Calligaris, anche nella elaborazione di Flavio Gandini e Samantha Fumagalli, il metodo “AgeGate Therapy” del dott. Vincenzo Di Spazio, e la pratica di “E.F.T.” di Gary Craig insegnata da Andrea Fredi.

Dopo contatti con i suddetti ricercatori, studi, esperienze, sono giunto all’integrazione di queste tre fondamentali tecniche in un percorso terapeutico dal nome “Il corpo ricorda...”, poiché, come scrive giustamente Alberto Giovanni Biuso (2004): *“è l'intero corpo a pensare e quindi è l'intero corpo a conservare i ricordi”*.

Infatti, se le memorie dolorose sono particolarmente importanti per allertare su situazioni che mettono a rischio la sopravvivenza, in realtà, tutte le emozioni piacevoli o spiacevoli vengono memorizzate dal corpo.

Ne hanno proprio dato prova i sorprendenti studi sperimentali del prof. Giuseppe Calligaris (1876-1944), nei quali ho trovato una ricca fonte a cui dissetare la mia sete di ricerca.

Docente di Neuropatologia alla Reale Università di Roma, partendo da ricerche sull’alterazione della sensibilità cutanea nelle malattie nervose, identificò sulla pelle un reticolo composto da 10 linee longitudinali, trasversali e oblique, che si ripetono serialmente e che definì come *“catene lineari del corpo e dello spirito”*, la cui stimolazione evoca dei riflessi su pelle, organi interni, parti del sistema nervoso, psiche. Queste linee sono facilmente rintracciabili nelle mani e nei piedi: ogni linea è sulla mediana di ogni dito e nel mezzo di ogni spazio interdigitale, più una linea laterale che le interseca tutte.

Interessante l’analogia con le scoperte di Hamer: psiche-cervello-organo, con Calligaris abbiamo anche le “porte di accesso” appunto sulla pelle.

Egli sperimentò che una leggera stimolazione prolungata faradica (elettrica) o tattile di queste linee evocava, in maniera riproducibile, sia una serie di riflessi sensoriali, motori e viscerali specifici, che l’attivazione di un segmento del sistema nervoso, ed anche il sorgere di un’emozione o di una condizione psichica ben stabilita.

In particolare si rese conto che è possibile, attraverso la stimolazione, accedere alle memorie specifiche di ogni emozione.

A questo proposito il dott. Di Spazio, geniale medico riflessologo che attualmente ha ripreso gli studi del professore friulano dice:

“Calligaris ha dimostrato che la matrice emozionale si può attivare artificialmente all’esterno del corpo, senza la cruenta necessità di infilare elettrodi nelle profondità encefaliche [...] allora la superficie cutanea è un immenso specchio della nostra Memoria. Secondo questa lettura ogni punto corporeo contiene la porta d’accesso alla Memoria [...] Nel caso di noi umani queste matrici emozionali sono automaticamente

correlate alle nostre esperienze autobiografiche.[...] Tutte le nostre memorie e le nostre esperienze esistenziali sono tatuate invisibilmente sulla nostra pelle e documentano la nostra identità.”

E sulla nostra pelle c'è anche ben altro, tatuato secondo una precisa regola geometrica. Scrive infatti il Calligaris: *“Mi pare oggi di poter supporre e anche ammettere che tutti i sistemi cutanei finora studiati [...] non sono altro che i luoghi di passaggio (d'ingresso e di egresso, di entrata e d'uscita, di d'introduzione e di emissione) delle irradiazioni umane, o per meglio dire, non sono che le rappresentazioni geometriche secondo le quali avviene la trasmissione di questi raggi vitali.... Sarebbero per es. paragonabili, secondo il mio giudizio, e sotto un determinato aspetto, alle linee di frattura dei cristalli, alle linee di forza,....sono le finestre naturali per le quali passano (entrano ed escono) le irradiazioni vitali* (da “Telepatia e radioonde cerebrali”, Hoepli ed., 1934 pag.288).

E ancora, tratto dalla dedica dello stesso libro *“.. il labirinto delle catene lineari del corpo e dello spirito, nel quale mi aggiro da tanti anni, rinchiuso prigioniero insieme con i miei critici, non è altro che un circuito oscillante delle irradiazioni dell'Universo”.*

Gli studi dell'eminente neurologo sono stati ripresi anche dai due ricercatori S. Fumagalli e F. Gandini, che hanno elaborato un sistema di riequilibrio energetico ed emozionale, andando a stimolare le linee e le corrispondenti emozioni e organi in deficit. Ciò consente un tipo di intervento da parte del terapeuta che può andare dalla semplice modulazione sintomatica al raggiungimento ed elaborazione del trauma primario (se il sistema psicofisico del cliente lo permette).

In effetti é il sistema stesso che, abilmente accompagnato, va automaticamente verso la guarigione, con l'attivazione e la metabolizzazione di memorie emozionali di vario tipo anche a livello onirico, arrivando a volte a veri e propri sogni liberatori.

Secondo questa visione non esistono emozioni negative, ma solo emozioni in eccesso: se ad esempio la catena lineare del piacere è in eccesso e quella del dolore in difetto, la persona è comunque sbilanciata, cercherà di evitare il dolore anche in modo esasperato, fino al punto di negarlo o di non riconoscerlo.

É affascinante seguire sulle catene i passaggi da una emozione all'altra, con una logica ben precisa.

Il riequilibrio delle Catene Lineari del Calligaris, oltre ad avere una sua autonomia come tecnica, consente anche una ottima integrazione della AgeGate Therapy, perchè permette sia di modulare le risposte terapeutiche in modo dolce, sia di preparare il sistema equilibrandolo preventivamente.

Infatti, il dott Di Spazio, che ha ampiamente esplorato il Calligaris, ha a sua volta identificato 24 punti cutanei sulla colonna vertebrale, collegati alle diverse età della vita, che registrano eventi stressanti secondo un modello temporale sessagesimale (ciclo di 60 anni), proprio coniugando abilmente le ricerche del grande studioso con le sue conoscenze di iridologia e dell'agopuntura.

La specifica stimolazione di queste aree serve a bilanciare gli squilibri determinati da eventi stressanti. Queste zone cutanee (o, per usare un termine del prof Calligaris, “placche”) lungo la colonna sono sostanzialmente dei “file di memoria” ordinati cronologicamente, la cui stimolazione può evocare una memoria fisica o emozionale di quell'anno specifico.

La metodica elaborata dal Di Spazio è stata concepita proprio per distinguere il segnale specifico della memoria traumatica dal “rumore di fondo”, per farlo emergere e per farlo elaborare, spesso attraverso i sogni, e può essere aiutata da altre tecniche associate. Il trauma, sia quello personale cioè postatale, sia quello ereditato cioè prenatale, porta un segnale riverberante che in particolari condizioni di re-stimolazione viene attivato, innescando così i sintomi della malattia.

Una cosa particolare, che in molti casi si verifica, è la coincidenza di eventi traumatici, dolorosi o luttuosi nello stesso anno di età per alcuni componenti di una famiglia su più generazioni.

Vediamo un esempio: in una famiglia, nonno, padre e uno dei figli hanno avuto un infarto esattamente a 60 anni; il figlio maschio più giovane ancora di 39 anni, all'esame dei punti rivelava già positiva la placca del sessantesimo anno al quale ovviamente lui non era ancora arrivato, ma questa informazione era già presente nel suo corpo, e la stimolazione evocava intensi riflessi cardiaci e sul suo braccio sinistro.

Gli studi di psicogenealogia di Anne Ancelin Schutzenberger sono molto illuminanti su questo, ancora di più i lavori di Hellinger sulle Costellazioni Sistemiche, in particolare sul tema degli irretimenti.

C'è proprio una interessante analogia tra l'irretimento (e le sue conseguenze) e quello che Di Spazio definisce “patomimesi”, cioè la tendenza appunto a “imitare” patologie, incidenti o modalità di decesso, con persone a cui si è legati da legami di sangue o affettivi, o con chi ha condiviso eventi estremamente drammatici.

Di Spazio arriva a “...ipotizzare che il genoma sia in grado di trasferire alle generazioni successive non soltanto caratteri complessi come altezza, peso, colore degli occhi o dei capelli, ma anche la reminiscenza psichica inconscia e quella corporea di dolorosi eventi passati, sotto forma di malattie ereditarie o di predisposizione familiare”.

Dalla mia casistica personale, ecco un caso molto interessante per il fenomeno della patomimesi:

La signora B. di 62 anni, soffre di vertigini e gastrite, alle quali non riesce a dare un esordio preciso; l'unico elemento singolare è che le vengono le coliche in settembre, preannunciate da sogni drammatici.

Le chiedo se si ricorda di qualche evento tragico successo in settembre prima che cominciasse a manifestare le coliche; dopo una lunga esitazione le viene in mente che la nonna paterna, a 33 anni rimase incinta di qualcuno che forse non era il marito, e quando in settembre ne diede notizia fu un disastro per tutta la famiglia. Verificando il riflesso sul punto corrispondente all'età della nonna, la signora, oltre a provare nausea, aveva sensazione di gonfiore al seno e pesantezza alla testa. La cosa interessante è che il segnale “nausea e vertigini” è passato al padre della signora B. senza sintomatologie apparenti, per manifestarsi poi in lei molto precisamente, con un appuntamento quasi sempre annuale in settembre.

Ai fini di un lavoro coerente per l'elaborazione dei traumi e delle memorie riaffiorate, ho sperimentato un'altra tecnica estremamente valida, “importata” dall'America dall'eccellente Andrea Fredi, vero artista nella materia: l'EFT, ossia Emotional Freedom Technique.

Appartenente alla famiglia delle tecniche di psicologia energetica, è una ottima ed efficace sintesi di diverse metodiche; la genialità del suo creatore Gary Craig è stata di renderla facilmente disponibile a tutti anche per un efficace autotrattamento.

La tecnica, che lavora anch'essa con stimolazioni tattili, coniuga le conoscenze di medicina cinese, in particolare i meridiani di agopuntura, con aspetti emozionali, visualizzazioni, frasi ben precise (codici di accesso fondamentali, le vere "chiavi" della terapia) che consentono al soggetto di mantenere la mente concentrata sull'oggetto da elaborare.

In sintesi, la persona mentre è sintonizzata mentalmente sul problema e utilizza le frasi dovute, si picchietta delicatamente su punti specifici che corrispondono ai vari meridiani; in questo modo si invita il sistema a sbloccare il programma e a lavorare su vari temi: fisici, emozionali, traumi, fobie, ecc,

Può capitare che "una ciliegia tira l'altra", ossia che si parta da un problema e che "picchiettando" riemerge un altro aspetto o emozione, un altro problema o addirittura una scena primaria che ha generato tutto.

Ciò può avvenire sotto forma di immagini, ricordi, sensazioni fisiche; in alcuni casi ci può essere uno "spostamento", ad esempio di un dolore, o di un'emozione che lascia posto ad un'altra: in questi casi si segue la pista, lavorando su quello che "l'archivista" ci presenta di volta in volta.

Nei trattamenti più riusciti interviene un "insight" grazie al quale la persona prende coscienza anche fisicamente che qualcosa è cambiato, che la carica emozionale si è dissolta.

Come ho già detto, l'EFT ha moltissimi campi d'applicazione, quello che ci riguarda di più in questa occasione di integrazione con altre metodiche è il suo utilizzo nelle memorie traumatiche.

Anche questa tecnica accede a "file di memoria", permettendone la rielaborazione che avviene prevalentemente in stato di veglia, anche se la persona entra in uno stato di coscienza non ordinario.

Vi sono molte analogie tra EFT e la metodica di Shapiro Francine denominata EMDR, che sfrutta movimenti oculari indotti dal terapeuta mentre il paziente è sintonizzato sull'emozione.

Il ruolo del terapeuta è quello di insegnare correttamente la tecnica, fare da specchio al cliente, aiutarlo a trovare le frasi giuste e il nocciolo primario, sviscerando tutti gli aspetti del problema.

Il cliente poi a casa potrà continuare da solo se lo riterrà necessario, sia lavorando sui sintomi, sia su eventuali aspetti che potrebbero emergere in un secondo tempo.

Anche l'EFT è una tecnica di per sé completa, ma integrata con Calligaris e AgeGate diventa uno strumento eccellente per ottenere migliori risultati in minor tempo e per rendere più consapevole il cliente delle sue potenzialità e più attivo.

Il metodo globale "Il corpo ricorda...", moltiplica le potenzialità terapeutiche:

- con il metodo delle Catene Lineari è possibile fare un inquadramento preciso dello stato energetico emozionale, procedere al riequilibrio e seguire tutte le varie fasi;
- quando il sistema è pronto si integra con l'insegnamento e l'applicazione di EFT;
- infine si interviene con AgeGate che agisce direttamente sul "file di memoria specifica" e sul segnale riverberante;
- non appena, mediante la stimolazione della placca spinale, emerge il vissuto sotto forma di sensazioni e/o emozioni, si interviene facendo fare al cliente EFT per completare l'elaborazione, rapidamente e in modo duraturo.

Quando la persona è sensibilizzata verso un tipo di trauma e le sue reazioni, può patire continue restimolazioni che lo riportano nel conflitto (concetto di “binario”, cioè qualcosa che costringe la persona a ricadere su quel modello di reazione).

Le tecniche de “Il corpo ricorda...” possono far emergere il conflitto e farlo vedere in maniera diversa, ossia favorire la sua metabolizzazione attenuando o eliminando la carica emozionale, impedire le recidive riducendo o eliminando il binario. In un certo senso è come andare indietro nel tempo e rivivere l'evento diversamente, per cui c'è il riassetto di tutto il sistema; addirittura cambia la visione dell'avvenimento, viene percepito lontano, indifferente, parlarne non fa più effetto.

Certo è d'obbligo la prudenza, specie in situazioni “stagionate” e che possono riferirsi a eventi successi nell'infanzia (o addirittura ad antenati) e che hanno lasciato grosse “cicatrici emozionali”, o che possono essere state rimosse; in questi casi può essere meglio fermarsi, lavorare sui sintomi, tenere la situazione “sotto osservazione” pronti a intervenire, e vedere cosa succede nell'elaborazione onirica, molto importante perchè spesso fonte di utili indicazioni.

Bisogna permettere alla persona di prendersi tempo per digerire il trauma.

La metodica “Il corpo ricorda...”, nata da una mia idea sulla logica integrazione delle tre tecniche e battezzata con questo nome da mia moglie Silvana, è stata realizzata con la valida collaborazione e docenza di più professionisti - Gandini, Fumagalli, Di Spazio, Fredi, Olivieri - che ne hanno condiviso lo spirito con entusiasmo e disponibilità.

Confluita in un seminario teorico esperienziale, giunto alla terza edizione, è aperta allo studio di tutte le tecniche che approfondiscono le memorie corporee e alla loro possibile integrazione.

Autori

Giacinto Olivieri, dott. in Scienze Motorie, Naturopata, Massofisioterapista.

Esperto e ricercatore nel campo delle tecniche naturali per il riequilibrio energetico e la risoluzione degli stati dolorosi, svolge da diversi anni la libera professione. giaci.merlino@libero.it

Silvana Sandri, Psicopedagogista, Professional Gestalt Counselor, operatrice EFT.

Unisce al Counseling individuale attività di formazione alla genitorialità e la docenza presso scuole superiori di Counseling. ciwi.morgana@libero.it

Uniti nella vita e nella ricerca, vivono e lavorano in provincia di Bologna.

Bibliografia

Calligaris G. “Le catene lineari del corpo e dello spirito”. Aquarius, Palermo, 1991.

Calligaris G.” Le catene lineari secondarie del corpo e dello spirito”. Aquarius, Palermo, 1994.

Calligaris G.” Telepatia e radioonde cerebrali” Hoepli, Milano, 1934.

Di Spazio V. “AgeGate”. Frasnelli e Keitsch, Bolzano, 1997.

Di Spazio V. “La Floripuntura Vertebrale”. Nuova Ipsa, Palermo, 2001.

Di Spazio V. “Il Meridiano del Tempo”. Aquarius, Palermo, 2002.

Di Spazio V. “Le polmoniti di marzo. Il gene emozionale”, Aquanesting edition, 2006.

Fredi Andrea: “Il Codice del benessere”. Creative Commons 2004, scaricabile gratuitamente dal sito: www.eft-italia.it;

Gandini F., Fumagalli S. “L'anima svelata”, Anima Edizioni, Milano 2006.

Hamer Ryke Geerd: “Testamento per una Nuova Medicina” edizioni “Amici di Dirk”.

Pfister Marco: “Corso base 2003 di Nuova medicina: le 5 Leggi Biologiche”, dispense Ass. A.L.B.A. per corsisti.

Pfister Marco: “Corso avanzati 2004-2005: le 5 Leggi Biologiche Applicate”, dispense Ass. A.L.B.A. per corsisti.

Schutzenberger A.A.: “La sindrome degli antenati” Di Renzo Editore, Roma 2005.