

I verbale - 2014

Riunione del Gruppo di Biopsicosintesi

27 marzo

Ordine del giorno:

- Meditazione iniziale.
- Suggestioni e spunti di riflessione sulla danzamovimento terapia (ciclo di "La danza che cura").
- Lavoro teorico-esperienziale sul Codice di Guarigione, condotto dal dott. Alessandro Gambugiati
- Lavoro sulla diagnostica biopsicosintetica: presentazione di una mappa energetica.
- Varie ed eventuali.

PRESENTI: Elisabetta Sarti, Catia Camarri, Ilaria La Torre, Alessandro Gambugiati, Luisa Nepi, Elisabetta Francini, Massimo Rosselli, Cangi Valentina, Meini Roberta, Bellandi Monica, Spataro Francesca, Giulio Farci e Francesco Lamioni.

Dopo la consueta meditazione di apertura, ha preso la parola Ilaria La Torre per proporre al gruppo una sintesi ragionata del percorso teorico-esperienziale che è stato possibile realizzare, tra il 2012 e il 2013, in occasione dell ciclo di conferenze dal titolo "La danza che cura".

Lo scopo di questa sintesi è stata quella di fornire al gruppo suggestioni ed elementi di riflessione in modo da favorire l'approfondimento assieme dell'esperienza fatta; nel prossimo incontro di giugno, infatti, ci confronteremo offrendo a tutti la possibilità di condividere il proprio punto di vista sul tema, tenuto conto delle differenti professionalità e dei diversi contesti formativi di provenienza.

Vado quindi di seguito a presentare l'intervento di Ilaria attraverso un suo generoso report:

La danza che cura è stato un ciclo di tre seminari svolto tra novembre 2012 e gennaio 2013.

Nel primo seminario Pino Gala, lo studioso ed esperto di danze tradizionali, si è soffermato da una parte a sottolineare quelle che sono le caratteristiche delle danze tradizionali, dall'altra parte ha presentato il fenomeno del tarantismo che ha interessato in maniera un po' diversa la Puglia, la Sardegna e anche la Spagna. In Puglia le donne, le così dette

“tarantate” poiché erano state morsicate, “pizzicate” in prevalenza da un ragno durante il raccolto, iniziavano un processo di guarigione attraverso il ballo. Durante questo rito intervenivano i familiari, i vicini di casa e l’orchestra che proponeva una serie di brani fino a che la donna sceglieva la musica a cui era più sensibile (venivano suonate per lo più tarantelle ma non solo): la donna danzava identificandosi inizialmente nel ragno (nel sintomo) e successivamente nell’eroe, nella parte terapeutica che sconfigge il ragno facendolo stancare o calpestandolo col piede fino a farlo “schiattare”.

Il fenomeno del tarantismo agendo all’interno della cornice mitica, simbolica legata al morso del ragno, diventava un mezzo per esprimere e canalizzare le pulsioni inconsce e il malessere spesso presente sotto forma di componente depressiva. Tutto ciò serviva a trovare una forma di accettazione della propria angoscia ma condivisa all’interno della comunità che partecipava e diventava parte del processo di guarigione. Pertanto, come ha evidenziato Gala, la terapia avveniva grazie alla collettività coinvolta, al rituale simbolico del ragno, alla musica e alla danza. Come è emerso durante il seminario, notiamo una differenza rispetto alle tecniche corporee che partono dal respiro, qui invece ci buttiamo immediatamente nella dimensione corporea attraverso il ritmo vissuto dal contatto con la terra che stimola una immediata vitalità.

L’elemento rituale delle attività prese in esame è una costante di tutti e tre i seminari. Anche nel secondo seminario l’etnopsichiatra Piero Coppo descrive e illustra con interessanti filmati da lui girati alcuni rituali, esperienze di possessione, di trance vissute all’interno di alcune comunità in Mali. Anche qui come nel tarantismo pugliese, la comunità partecipa al processo di guarigione poiché condivide tutta l’esperienza. Tutto il villaggio è presente, alcuni musicisti suonano le percussioni, il tipo di musica e ritmo inducono uno stato alterato di coscienza che facilita il contatto con la dimensione transpersonale. In tutta questa esperienza il corpo è centrale e rappresenta una via di accesso alla dimensione spirituale. Il rituale inizia con una festa, gli spiriti scelgono la persona da possedere. Successivamente la persona individuata inizia a percepire come un senso di interezza con lo spirito di un animale, quindi comincia ad esprimerlo fisicamente: la bocca si deforma, tutto il corpo si plasma, si trasforma nell’animale, la persona inizia ad eseguire movimenti ripetuti. Alla fine la persona viene interpellata per conoscere e aiutare a risolvere le problematiche del villaggio. Per comprendere questo processo occorre risalire all’esistenza, secondo queste comunità, di un mondo invisibile, “un pieno” fatto di tante entità: lo spirito del tuono, dell’acqua, della terra, degli animali. Tutta la natura viene considerata sacra e l’uomo può comunicare anche con essa. In psicologia si parla di inconscio transpersonale che emerge e la persona diventa l’incorporazione del Sé, l’anima si rivela attraverso le qualità proprie dell’entità spirito che possiede l’uomo.

Durante questa esperienza transpersonale infatti sembrano annullarsi tutte le separazioni occidentali vissute dall’uomo: tra la mente e il corpo, tra l’individuo e il gruppo e tra l’individuo e l’ambiente. L’osservatore interno è presente ma nascosto, pertanto rimanendo sempre un punto di osservazione, si può interrompere l’esperienza.

Infine anche nell’ultimo seminario condotto dalla danzavivimento terapeuta De Vera D’Aragona era presente la componente rituale ma vissuta in maniera esperienziale da tutti i partecipanti; poi dopo questo rituale di apertura collettivo è stata condivisa una lezione di danzaterapia.

Sulla base dei tre incontri che ho appena evidenziato emergono alcuni aspetti su cui può essere interessante riflettere nel prossimo incontro di biopsicosintesi e che possono essere confrontati nel proprio lavoro:

- **Presenza di un rituale di inizio e fine nel lavoro di ciascuno**

- **Il corpo come ponte per accedere ad una dimensione transpersonale**
- **Uso dei simboli per accedere al sé**

Dopo questa prima corposa parte del nostro incontro, ci siamo dedicati all'interessante lavoro che Alessandro Gambugiati ci aveva promesso di svolgere. La sua proposta era di procedere con un'iniziale presentazione del tema in questione, "**I codici di Guarigione**" di Alexander Loyd, per poi addentrarci in una fase successiva tutta esperienziale.

L'iniziativa rappresenta la concretizzazione della scelta presa a dicembre dello scorso anno, quando il gruppo ha deciso di dedicare una porzione consistente degli incontri alla sperimentazione di metodi, tecniche ed esercizi che di volta in volta verranno giudicati interessanti e utili per le competenze del gruppo e dei suoi membri.

Dal momento che, in questa occasione, il tempo a disposizione non è stato sufficiente per adempiere alla parte esperienziale, il gruppo ha deciso di organizzare la realizzazione di una giornata dedicata al lavoro su questo tema. In seguito verrà data comunicazione della proposta, in modo da raccogliere le adesioni tra i membri del gruppo.

Qui sotto, tuttavia, Alessandro ci presenta una sintesi di quanto ha esposto al gruppo durante l'incontro:

Dal 2002 Alexander Loyd (psicologo e naturopata) sta divulgando in tutto il mondo un metodo chiamato "Codici di Guarigione" attraverso il quale egli afferma di poter aiutare le persone a guarire se stesse dalle malattie del corpo e della psiche. Egli attribuisce la causa delle malattie alla presenza nei soggetti di credenze erronee e memorie nocive. La tecnica dei Codici di guarigione sfrutta il principio della ripetizione unita a suggestioni immaginative e si struttura come "preghiera di guarigione" che trova sostegno nelle più recenti scoperte della fisica quantistica; queste modalità operative vengono utilizzate anche in Psicosintesi.

Un altro punto di contatto con la Psicosintesi è dato dalla prospettiva psicoenergetica del corpo umano: per Loyd la malattia del corpo risiede in un difetto di programmazione a livello psichico che ha ricadute sul funzionamento cellulare. Egli utilizza anche le metafore tratte dalla intelligenza artificiale lasciando ad intendere la possibilità di una modifica dei sistemi inconsci collegati con la biologia. Egli ritiene che il nostro sistema immunitario sia anche un sistema di guarigione che può essere disattivato dallo stress cronico attuale e transgenerazionale. Di tale stress la maggior parte delle persone avrebbe perso la consapevolezza, perdendo quindi anche la capacità di contrastarlo. Il corpo indebolito dallo stress si ammala; l'innovazione di Loyd sta nel proporre una modalità di ripristino dei sistemi attraverso la guarigione dei problemi spirituali del cuore. Egli dà prova scientifica dell'efficacia del suo metodo attraverso l'utilizzo del test HRV ritenuto tra i più attendibili per la misurazione dello stress del sistema nervoso autonomo.