

Il Massaggio una Questione di Tatto

di ELISA TAGLIAFERRI
con la consulenza del Dott. GIOVANNI LEANTI LA ROSA

il massaggio

*Il bisogno di contatto è un'esigenza universale.
Il massaggio dà una risposta universale.
Il tatto è un senso fondamentale
per lo sviluppo dell'essere umano.
Da esso dipende la coscienza di noi stessi
e la percezione del mondo intorno a noi.
Il tatto ci dà il senso della profondità,
dello spessore e della forma delle cose
che stanno al di fuori
della nostra mente e del nostro corpo.
Emozione, odio, amore, tenerezza, calore, affetto
vengono filtrati attraverso il nostro corpo,
penetrando dentro di noi,
attraverso i corpuscoli tattili della nostra pelle.*

LA NASCITA DEL SENSO DEL TATTO

Il senso del tatto è il primo a svilupparsi nell'embrione umano. A otto settimane di gestazione, l'embrione nell'utero è lungo appena tre centimetri e non ha ancora né occhi né orecchie, ma è già sensibile al contatto.

Basta un superficiale sfioramento delle sue labbra per provocare l'allontanamento della testa, una prima reazione a uno stimolo tattile.

Secondo i principi dell'embriologia, ogni funzione vitale è tanto più importante per l'organismo quanto prima si sviluppa.

Possiamo allora domandarci come mai il senso del tatto nasca così presto nel feto, prima dell'udito e della vista.

Possiamo ragionevolmente presumere che il bisogno di contatto e di stimolazione tattile sia uno dei bisogni primari dell'uomo.

NELL'UTERO IL PRIMO MASSAGGIO

Nei primi mesi di vita l'embrione è immerso nel liquido amniotico, senza mai venire a contatto con le pareti dell'utero. Già in questo primo stadio, il futuro essere umano riceve una forma di stimolazione tattile molto delicata attraverso i lenti movimenti del liquido amniotico.

In questa fase della vita intrauterina, l'embrione sperimenta un continuo e dolce idromassaggio.

Anche di notte, la respirazione lenta e ritmica della madre durante il sonno lo culla dolcemente.

La rapida crescita del feto fa sì che presto venga a contatto con le pareti dell'utero, fino a quando durante l'ottavo mese di gestazione saranno le pareti muscolari dell'utero a massaggiare il feto. Il lieve idromassaggio si è trasformato in un vero e proprio massaggio ritmico, profondo e avvolgente.

Non siamo in grado di ricordarci consapevolmente delle sensazioni che abbiamo provato prima della nostra nascita, ma la nostra pelle le ha comunque registrate e se ne ricorda per tutta la vita.

Il futuro dell'adulto, i suoi comportamenti, le sue scelte, la sua salute, il suo benessere saranno legati anche a queste forti esperienze prenatali.

LA STIMOLAZIONE TATTILE, UN BISOGNO VITALE DEL NEONATO

Al momento della nostra nascita, tutti noi abbiamo dovuto affrontare l'angoscia della perdita definitiva della vita intrauterina dove, cullati e massaggiati giorno e notte, abbiamo vissuto al riparo, senza mai soffrire fame, sete, caldo o freddo.

Il neonato, al primo respiro, rivive la biblica cacciata dal giardino dell'Eden, e con essa la prima fondamentale angoscia da separazione, abbandono, perdita di sicurezza e senso di completezza derivante dall'unione intima e perfetta con la madre. Per tutta la vita, il futuro adulto nutrirà nostalgia per il calore, le carezze e la perdita di unione fisica con la madre.

L'IMPORTANZA DEL CONTATTO PER UNA SANA CRESCITA

Ren Spitz, noto neuropsichiatra infantile degli Anni Trenta, cercò e studiò a lungo le cause del marasma infantile, malattia caratterizzata da un progressivo deperimento organico, che portava alla morte i piccoli ospiti degli orfanotrofi americani. Alla fine delle sue ricerche, giunse alla conclusione che nell'ambiente asettico, bianco e silenzioso delle nursery, quello che mancava era un contatto caldo, affettuoso, variato, che costituisse lo stimolo della vita e della crescita.

I bambini in stato di carenza affettiva attraversavano vari stadi di depressione sempre più profonda, fino a lasciarsi morire.

La stimolazione tattile, per la sua ormai dimostrata funzione vitale, è essenziale per la salute fisica e psichica delle persone di ogni età.

Il bisogno di contatto fisico e di stimolazioni rimane costante per tutta la vita. Da piccoli ci permette, tramite il contatto con la madre, di sapere che esistiamo, e di distinguerci l'uno dall'altro.

Questo bisogno di stimolo e di riconoscimento, a mano a mano che diventiamo adulti, trova naturalmente altre risposte oltre il contatto diretto.

Diventiamo sempre più sofisticati nella ricerca di nuovi canali di comunicazione come lo sguardo, il sorriso, la parola, i riconoscimenti sociali, i ruoli professionali. La necessità di contatto resta tuttavia un bisogno costante anche quando si diventa adulti. Resta il momento emotivamente più carico di ricordi ancestrali e di gratificazioni.

E' sempre punto di partenza per la nostra individuazione.

“ Il neonato,
al primo respiro,
rivive la biblica cacciata
dal giardino dell'Eden ”



Doc. Scabys Paris

L'ARMONIA DELLA VITA INTRAUTERINA RITORNA NEL MASSAGGIO INFANTILE...

In India, paese di antica saggezza, il massaggio viene praticato da millenni tenendo presente anche il suo aspetto di "arte del contatto".

Il massaggio shantala, fatto conoscere in occidente dal medico e scrittore Frederickn Leboyer, viene eseguito ogni giorno dalla madre al proprio bambino per aiutarlo e predisporlo a una crescita serena, evitando impatti troppo bruschi con la realtà.

Nelle parole di Leboyer: *"Essere portati, cullati, carezzati, essere tenuti, massaggiati, sono tutti nutrimenti per i bambini piccoli, indispensabili, come le vitamine, i sali minerali e le proteine, se non di più.*

Se viene privato di tutto questo e dell'odore, del calore e della voce che conosce bene, il bambino, anche se gonfio di latte, si lascerà morire di fame".

...E NEL MASSAGGIO TERAPEUTICO

Un massaggio fatto a regola d'arte, a prescindere dalle motivazioni per cui viene richiesto, è sempre efficace. Per comprenderne la profondità e la reale forza terapeutica, non basta fermarsi alla valutazione degli effetti fisici e meccanici immediati.

Certo, il massaggio è un toccasana per la pelle e non solo: rimuove le cellule morte, stimola i riflessi nervosi, migliora la circolazione sanguigna e linfatica, tonifica e rilassa i muscoli.

Sono aspetti utili e importanti, ma non sono sufficienti per spiegare e giustificare la reale portata curativa di questo grande strumento terapeutico.

Il massaggio infatti può curare anche le patologie di origine psicosomatica, lenire il dolore, e far scomparire le paure, le ansie, le crisi di angoscia, gli attacchi di panico.

Allora dove risiede quel misterioso "quid" del massaggio che sembra così poco intuibile direttamente?

La risposta sta nel fatto che un buon massaggio deve rispondere prima di tutto al nostro vitale bisogno di contatto.

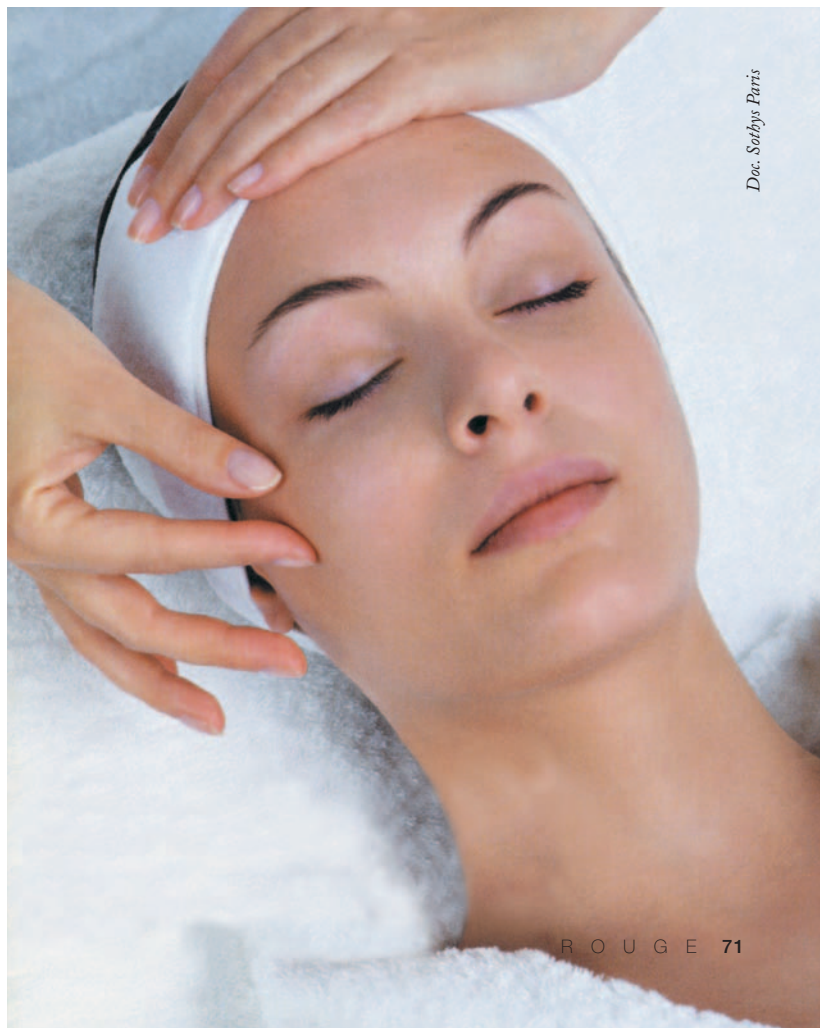
Attraverso il contatto penetrante e avvolgente, la mano parla alla nostra pelle, risvegliando l'antico ricordo del caldo e affettuoso abbraccio dell'utero durante la gestazione. La mano che massaggia ci guida al felice ritorno ai tempi in cui ci sentivamo tutt'uno con nostra madre, e durante il tempo in cui percepiamo il contatto, tutto rivive come allora.

Ogni organo ritrova il suo ritmo e la sua funzione. Il corpo intero ritrova l'armonia di quei tempi indimenticabili, e con essa riacquista il primitivo benessere psicofisico.

“ Attraverso il contatto
penetrante e avvolgente,
la mano parla
alla nostra pelle ”



Doc. Spectacle Nexus



Doc. Sorbys Paris