

“PSICOSOMATICA OLISTICA”

di **Nitamo Montecucco** - Mediterranee, 2005

Recensione a cura di ANGELICA LIUZZI

Medicina psicosomatica olistica

La medicina olistica si occupa del benessere globale delle persone, cioè cura l'uomo come unità di corpo mente e spirito. Lo scopo della medicina olistica è comprendere l'uomo nella sua multidimensionalità utilizzando e *“sintetizzando medicina, scienza, psicologia e spiritualità in un'organica arte medica capace di alleviare le pene umane e permettere un più alto ed evoluto livello di salute”*.

L'uomo è strettamente interconnesso alla società e al pianeta, è una sorta di ologramma della terra: il malessere del pianeta corrisponde al nostro malessere interiore. Il primo passo per la guarigione è prendere coscienza del dolore. Infatti una persona malata, che ha un forte disagio, non sente il dolore, è come anestetizzata. Farla rientrare nel corpo, attraverso la respirazione, e in questo modo ricontattare il dolore è il primo passo verso la guarigione.

La medicina olistica si basa su un concetto fondamentale: l'informazione/energia che viene bloccata è negativa, ma appena viene lasciata fluire riacquista un valore positivo e riporta benessere. Salute, già dalle antiche medicine solistiche, significa ritrovare il centro.

Oggi la popolazione occidentale del pianeta è focalizzata sulla testa con la quale dirige e controlla le altre dimensioni (corporea, spirituale). Un essere umano è sano solo quando torna nel suo centro cioè nel cuore. Il termine olismo deriva da *olos* che significa “il Tutto”, “l'intero”. L'olismo considera il mondo in modo unitario e globale, un sistema nel quale vi è una stretta interconnessione tra le parti: il cambiamento di una di esse influenza le altre.

“Il termine olismo viene coniato da Jan Christiaan Smuts nel 1926, in Sud Africa, con la pubblicazione del libro “Olismo ed Evoluzione”. L'Olismo, partendo dalla concezione sistemica di Von Bertalanffy dell'essere umano e dell'esistenza, aggiunge la dimensione interiore profonda della coscienza come elemento unificante del tutto. Questa unità di coscienza, l'Olismo, rinato ubiquitariamente e spontaneamente in ogni parte del mondo negli ultimi decenni, è una visione globale che ha registrato uno strano sviluppo e ha influenzato profondamente la nuova cultura planetaria emergente”.

Questa visione si contrappone alla visione dicotomica e frammentaria della scienza predominante in occidente. A livello medico, per esempio, significa passare da una visione frammentaria dell'uomo e da una medicina che cura un organo malato, ad una medicina che

considera l'uomo nella sua multidimensionalità e considera l'organo malato come sentore di un malessere dell'intero organismo. In campo economico e ambientale, significa passare da una visione egoistica, dove ogni paese considera il suo rendiconto personale, ad una visione di insieme che considera il pianeta come un bene comune da salvaguardare e gli stati interconnessi e interagenti. Ogni mia azione politica economica influenza quelle degli altri e ogni fatto in una parte del mondo ha delle ricadute sul sistema globale.

“Secondo il paradigma olistico l'infinita intelligenza del Tutto si realizza concretizzandosi fisicamente nel grande gioco dell'evoluzione della vita e della coscienza. Così ogni creatura, ogni unità vivente rispecchia in sé il Tutto, con differenti livelli di consapevolezza e quindi con diversi gradi di libertà di arbitrio e di azione”.

A causa di questa interconnessione profonda tra le parti, il paradigma olistico si basa sull'idea che conoscere se stessi è la via per la conoscenza della realtà, di cui siamo parte inscindibile.

L'autorealizzazione intesa come percorso personale di crescita, permette di essere cocreatori e responsabili della propria vita e delle proprie scelte.

Le basi scientifiche della medicina olistica

L'energia, base fisica di ogni materia esistente, è accompagnata dall'informazione, componente immateriale di ogni processo cognitivo e psichico. Quindi ogni energia, che essa sia quantistica, biologica, neurofisiologica o psichica, è intelligente, informata e ha la capacità di generare ordine e coerenza. Dato che tutta la materia è pervasa dall'energia essa è intessuta di coscienza: *“tutto il mondo vivente è pervaso dalla coscienza”* diceva Joseph Campbell, *“ho la sensazione che coscienza ed energia siano in fondo la stessa cosa”.*

Ogni corpo solido è costituito da molecole, cioè da un insieme di atomi strutturati tramite precise relazioni che si susseguono. I legami, la relazione dunque tra tali molecole, è l'informazione strutturale.

Una scoperta fondamentale per la psicosomatica olistica, è la presenza di endorfine e neuropeptidi (cioè molecole che trasmettono informazioni emozionali e mentali) in tutto il corpo e non solo nel cervello e nel sistema nervoso.

“Per la cibernetica olistica, l'esistenza è un'organica e indivisibile totalità, un'unica energia intelligente che si manifesta a noi in due aspetti polari: la dimensione esteriore, oggettiva o “esplicita” costituita da materia/energia, e la dimensione interiore, soggettiva o “implicita” costituita da informazione/coscienza”.

La materia è fatta principalmente di vuoto e onde di energia: basti pensare alla struttura dell'atomo composto da un nucleo centrale e da una nube di elettroni che si muovono in uno

spazio vuoto. Gli atomi sono costituiti principalmente da vuoto e come essi l'intera materia da essi costituita. Tale vuoto secondo Laszlo è una vera e propria dimensione. Il vuoto è lo spazio in cui i quanti emergono e ritornano, è la dimensione in cui si muovono e interagiscono gli esseri viventi dell'universo. E' un bacino che raccoglie e memorizza informazioni. Esse si conservano, rimangono impresse nel vuoto all'interno del quale risuonano e vengono trasmesse.

Il vuoto conserva le proprietà del campo Psi cioè *“ trascendere le normali categorie del tempo-spazio, di essere una sorta di superfluido, di essere informato e di conservare la memoria di ogni informazione dell'universo”*.

E da questo se ne deduce che *“il nostro cervello, come ogni quanto, sarebbe quindi in profonda continua interazione con il Campo Psi cosmico, che riceve e trasmette informazioni da ogni altro punto dell'esistenza”*.

Quindi attraverso di esso abbiamo accesso ad una enormità di informazioni, tutte quelle presenti nel bacino cosmico: il cervello è la via di accesso all'universo.

Anche il cervello è composto, oltre che da pensieri e idee, da un vuoto cosciente in cui essi si articolano e si formano. Il modello cyber si basa sull'idea che il vuoto cosciente è in contatto con il Vuoto Cosciente da cui tutto è nato e che ancora tutto contiene. L'universo è un'unità inscindibile, un unico campo, nonostante la nostra percezione ci permetta di coglierne solo alcuni aspetti e non altri. L'universo è uno ed è coerente con le sue manifestazioni. Tutto ciò che sgorga da esso realizza coerentemente la sua realtà. Ogni essere vivente è un campo di energia-informazione, che si estende all'infinito ed è per questo strettamente collegato con “il tutto” e con ogni sua singola parte. Il campo elettromagnetico-informatico è spiraliforme e ricorsivo.

“Così l'uomo diventa un insieme, un'unità olografica che contiene in sé la matrice dell'informazione totale del sistema in cui è incluso (la sfera terrestre, la sfera schiacciata dal sistema solare, della galassia e così via), e con il quale c'è un continuo scambio di informazioni e di energie; la stessa continua relazione, simultaneamente, esiste anche con le sfere più piccole di cui è composto, le cellule, gli atomi e le particelle subatomiche. Le cellule del nostro corpo diventano così perfette unità olografiche in quanto ognuna di esse contiene, nel DNA, l'informazione globale dell'intera unità umana, grazie alla quale la cellula può comunicare e relazionarsi continuamente con il sistema”.

Il modello Cyber

Montecucco, partendo dalle antiche discipline olistiche come il tantra, gli insegnamenti di Reich, Lowen e Pierrakos, gli studi più recenti sul cervello, sintetizza un nuovo modello olistico, il modello Cyber. Questo modello considera ogni essere umano come un'unità al centro della

quale sta la coscienza di sé che dà coerenza alle singole dimensioni sincronizzandole e rendendole coerenti tra loro. Cyber è un campo di energie informate e coerenti di forma ovoidale, in continuo contatto e comunicazione con l'esterno. A livello esteriore energetico si manifesta come Cyber 7: come il fascio luminoso si scompone nei vari colori, così Cyber si manifesta in differenti dimensioni della realtà: fisica, energetica, emozionale, mentale, spirituale, planetaria e cosmica. Cyber è la luce – coscienza centrale che si esplicita in infinite energie (Cyber 7) che si concentrano in 7 centri principali che stanno sull'asse verticale che connette cielo e terra.

I sette centri principali coincidono con quelli descritti anche nelle discipline tantriche e yogiche. L'uomo sano è centrato nella sua unità di coscienza e la sua energia fluisce liberamente tra i 7 centri. Molto spesso però avviene il contrario: la mente, invece di identificarsi con la coscienza, si identifica con uno dei sette centri e si cristallizza su un modo univoco e stereotipato di azione e comprensione della realtà.

“Ogni identità è un'identificazione della mente con un solo livello o centro, che rappresenta una parte limitata e parziale delle proprie possibilità”

Per esempio, una persona identificata con il primo centro avrà un'identificazione con il suo corpo e con le sue caratteristiche. Gli atleti si sentono qualcuno grazie alle loro prestazioni atletiche, le modelle sono riconosciute socialmente per le loro qualità fisiche.

Squilibri e blocchi energetici psicosomatici

In un individuo sano l'energia vitale e informata fluisce liberamente nell'organismo. Al contrario, secondo la medicina olistica, la malattia nasce da un blocco energetico e psicosomatico. Quando c'è una lieve alterazione del flusso si parla di squilibrio, quando essa supera un certo livello si parla di blocco leggero fino ad arrivare via via a blocchi sempre più gravi che possono portare alla morte. Un blocco provoca l'interruzione del flusso di energie ed a un eccesso in una parte del corpo e una carenza di energia in un'altra. Il blocco psicosomatico si manifesta come difficoltà di comunicazione/trasmissione delle energie a livello funzionale, emotivo e psichico. In psicosomatica ad ogni blocco emotivo o psichico corrisponde un blocco somatico che si manifesta con tensione/rilassamento della muscolatura, un blocco di circolazione sanguigna e un blocco psichico.

Ogni pensiero, ogni emozione non espressi, ogni azione inibita crea dei blocchi e degli squilibri energetici che si manifestano anche fisicamente; alcune tecniche di respirazione e meditazione ricontattano il blocco fisico per rievocare il trauma emotivo collegato e scioglierlo.

I blocchi psicosomatici collettivi

Per blocchi psicosomatici collettivi si intendono quei blocchi causati da condizionamenti culturali che accomunano una larghissima parte di una società. Tali blocchi vengono considerati normali, dato che la maggioranza delle persone ne è affetta.

L'accademia Olistica di Bagni di Lucca, di cui il Dott. Montecucco è fondatore, studia i blocchi psicosomatici collettivi della società occidentale con la collaborazione di centinaia di persone che hanno il desiderio di prendere consapevolezza di sé e contribuire alla comprensione della situazione dell'uomo occidentale. Da tali studi emerge una ricorsività degli stessi blocchi in persone diverse. Queste persone lavorano sull'apertura dei blocchi attraverso diverse tecniche olistiche come la respirazione globale, la bioenergetica, il massaggio, la meditazione; tramite questo lavoro registrano le sensazioni, le emozioni bloccate, le paure, le ansie, i preconcetti.

I blocchi collettivi sono estremamente radicati nella società e in ogni singolo individuo, in quanto sono stati tramandati da millenni, di generazione in generazione. Sono difesi dalla società e per l'individuo è molto difficile distaccarsene, sia perché ha sempre convissuto con essi, sia perché le persone che ha intorno ne sono portatori e sicuramente il legame con loro entra in conflitto con il percorso di consapevolezza intrapreso.

I principali blocchi psicosomatici collettivi della nostra società si sono creati per diverse cause, di cui una fondamentale: la mancanza di consapevolezza profonda. Oltre a questa causa ce ne sono altre tre, che dipendono da essa: la chiusura del cuore e l'incapacità di esprimere e sentire sentimenti di empatia e umanità, l'iperattività mentale e il controllo razionale sul corpo e sulle emozioni, l'inibizioni del corpo inteso come vitalità, spontaneità e gioia di vivere.

Ricerche sulla coerenza – sincronizzazione cerebrale

Il Dott. Montecucco e il suo gruppo di studiosi ha effettuato delle ricerche dagli anni novanta ad oggi su migliaia di persone, basandosi sui modelli Cyber e Cyber 7, che dimostrano e rafforzano l'ipotesi psicosomatica olistica e ne permettono una comprensione più approfondita. Le ricerche partono dall'idea che *“il cervello sia un ologramma neurocibernetico dell'intero essere umano e quindi riproduce esso stesso il modello Cyber e Cyber 7. Nel cervello ritroviamo quindi l'unità della coscienza e i suoi “sette” livelli psicoenergetici”*.

Le ipotesi di partenza di tali ricerche sono:

- 1) Secondo i modelli olistici, alti livelli di coerenza dovrebbero corrispondere ad alti livelli di sincronizzazione.
- 2) L'ipotesi psicosomatica olistica, cioè che ogni alterazione delle energie EEG del cervello del cervello influenzano le energie somatiche e viceversa.

Le ricerche vengono fatte utilizzando il Brain Olotester, che è un sistema computerizzato capace di quantificare la similitudine o coerenza tra le onde dell'emisfero destro e quello sinistro.

I dati raccolti, oltre a dimostrare le ipotesi di partenza, hanno permesso di ampliare ulteriormente le conoscenze in questo ambito fornendo altre interessanti scoperte.

Ecco in sintesi le principali:

- 1) I dati verificano l'esistenza di una correlazione tra coerenza delle onde elettroencefalografiche dei due emisferi e la salute psicosomatica. Un alto livello di coerenza corrisponde ad un alto stato di salute, bassi livelli invece ad una depressione psicofisica.
- 2) Negli stati di intensa creatività, di profondo benessere e negli stati di meditazione, l'individuo si trova in uno stato armonico ad altissima coerenza.
- 3) Sincronizzazione interpersonale: i cervelli di persone vicine, che in genere hanno grafici diversi, possono arrivare a livelli di sincronizzazione molto alta tra loro. Questo significa che esiste una comunicazione sottile tra le persone e che sono possibili fenomeni quali la telepatia.
- 4) Sincronizzazione collettiva: un gruppo di persone durante una sessione di meditazione possono arrivare ad alti livelli di coerenza e sincronizzazione.

L'accademia olistica e la crescita del potenziale umano

L'accademia Olistica quindi è un centro che si pone lo scopo di sviluppare il potenziale umano e lavorare sulla consapevolezza individuale allo scopo di arrivare ad una società più consapevole e rispettosa. Oltre alle ricerche che integrano le antiche conoscenze raccolte dalle antiche discipline olistiche, in Accademia si svolgono corsi di crescita rivolti a tutti; inoltre è possibile svolgere la scuola di specializzazione in counselor olistico, che permette di esercitare e espandere le conoscenze e i metodi di questo centro.

Il Dottor Montecucco in questo libro sintetizza in maniera olistica differenti contributi, integrandoli e lanciando nuove proposte.

Dopo secoli in cui il pensiero riduzionista è stato dominante è difficile, anche per chi si occupa di questo tema, riuscire ad essere olistici; esistono infatti molti testi sull'olismo che *olistici* non sono. Infatti molte discipline e scuole hanno una visione ristretta che non si apre al confronto e al dialogo con le altre. Il Dott. Montecucco ha avuto la capacità, dovuta probabilmente alla pratica e alla sua esperienza, di abbracciare "il Tutto" e di definire un filo rosso nella complessità che questa visione implica, senza cadere nella semplificazione o nell'essere settoriale.