



IL FUTURO *dell'umanità*

“Per cambiare il mondo dobbiamo cambiare il modo in cui si nasce”, affermava Frédéric Leboyer, ginecologo e ostetrico francese. Oggi molte discipline concordano sull'importanza che il periodo perinatale riveste nella formazione dell'individuo di domani.

Frédéric Leboyer, classe 1918, fu il primo a rendersi conto di quanto la nascita, un cosiddetto 'lieto evento', non fosse affatto tale per il neonato, che veniva bruscamente strappato alla madre, messo a testa in giù, sculacciato, maneggiato con gesti sì efficaci, ma poco rispettosi e amorevoli.

L'ingresso in questa vita del bambino avveniva – talvolta tuttora avviene – in un ambiente inospitale, con luci abbaglianti che ferivano i suoi occhi abituati all'oscurità, una temperatura più fredda di quella in cui era stato cullato durante la gravidanza, con rumori forti e spaventosi per le sue orecchie sensibili, fra persone efficienti ma sbrigative. Grazie a Léboyer, è entrata nella pratica comune l'abitudine di lasciare il neonato sul ventre materno, in modo che si senta rassicurato dal calore, il respiro e il battito cardiaco, e 'faccia conoscenza' con la madre, di tagliare il cordone ombelicale solo quando non pulsa più, per permettere al bambino di abituarsi alla respirazione polmonare con i propri ritmi, di porgergli il seno da succhiare già in sala parto. Ma molto rimane ancora da fare. Forse la parte sulla quale bisogna lavorare di più è proprio la consapevolezza delle donne di avere un potenziale immenso dentro di sé, che raggiunge la sua massima espressione proprio al momento del parto. Spesso invece le donne provano un senso d'inadeguatezza, e in loro prevale la paura, del dolore, di non essere abbastanza brave, o che 'qualcosa vada storto' e quindi non prendono neppure in considerazione l'ipotesi di partorire senza medici, infermieri e una struttura medicalizzata alle spalle. Tale senso di inadeguatezza è fortemente radicato e deriva da condizionamenti di ordine sociale, culturale, religioso; la stessa parola ostetrica, dal latino ob-stare, stare di fronte, suggerisce che una donna non sia in grado di

partorire senza una persona che l'aiuti.

Delta Geiler Caroli, presidentessa dell'Associazione Nascere Bene (www.nascerebene.ch), espone i motivi per cui il momento della nascita è fondamentale per tutta la vita futura del neonato: «Negli ultimi decenni la scienza ha scoperto alcuni meccanismi del corpo umano che dimostrano l'importanza del vissuto perinatale nella formazione dell'identità psico-fisica della persona. È oggi convinzione diffusa che durante la gravidanza, ma soprattutto al momento della nascita, si formi una specie di terreno psicologico su cui si innescano poi i condizionamenti culturali e le esperienze dei primi anni di vita, che influenzano sui nostri comportamenti e sulla nostra salute. Se il terreno è fragile, le successive difficoltà incontrate nella vita potrebbero risultare più dolorose».

Michel Odent, chirurgo, ostetrico e ricercatore, oltre ad aver visto nascere migliaia di bambini si è interessato alla nascita in una prospettiva storica e antropologica. Egli esprime i suoi timori riguardo alla tendenza, sempre più diffusa nei paesi industrializzati, di interferire sul naturale svolgimento del parto: «La nascita può avere conseguenze a lungo termine, anche sulle generazioni future. È un tema serio e non dovrebbe essere un argomento che interessi solo le donne incinte, i medici i ginecologi o le levatrici, ma tutti coloro che si sentono chiamati in causa quando si tratta del futuro dell'umanità». La nascita, l'affacciarsi alla vita, è un momento che spesso viene definito miracoloso, ma in realtà è un processo naturale involontario del corpo della donna e del bambino (il quale ha un ruolo chiave perché è lui che, quando i suoi polmoni sono pronti, secerne una sostanza che dà avvio al parto) in cui entrano in gioco molteplici fattori, tra cui complesse risposte ormonali. I meccanismi della natura per ga-



SOPRA, DELTA GEILER CAROLI, PRESIDENTESSA DELL'ASSOCIAZIONE NASCERE BENE

rantire la continuazione della specie sono di una perfezione assoluta. «L'esperienza mi suggerisce che dovremmo essere molto cauti e disturbare il meno possibile quello che la natura ha previsto, in cui nulla è superfluo, tutto funzionale», commenta Clara Scropetta, esperta in fisiologia della maternità, laureata in Chimica e Tecnologia Farmaceutica, madre di tre figli, autrice di libri e animatrice di incontri sulla nascita. Al parto sovrintende la parte più primitiva del cervello umano, mentre l'uomo moderno è contraddistinto dalla potenza della neocorteccia, cioè la parte del cervello molto più recente, che ci permette di comunicare con il linguaggio. Nel corso di un processo involontario come quello del parto l'attività neocorticale è il fattore principale di inibizione. Possiamo spiegare i bisogni fondamentali della donna che sta per partorire dicendo che la donna deve essere protetta da tutto ciò che potrebbe stimolare la neocorteccia, per prima cosa, appunto, il linguaggio. Poi dalla luce, che inibisce la secrezione della melatonina. Bisogna inoltre che si senta al sicuro da qualsiasi sensazione di pericolo. Una volta rispettate queste condizioni, «la prospettiva fisiologica ci permette di capire che la donna può partorire con le sue forze e non ha bisogno di assistenza medica, ma solo di una levatrice di fiducia» afferma Odent.

Ma allora, anche la presenza del padre può essere d'ostacolo? «Il punto non è essere pro o contro il padre, ma riflettere sul fatto che la sua presenza è diventata un costume sociale solo negli ultimi 50 anni, che nessun altro mammifero fa altrettanto e che le statistiche non segnalano effetti positivi né durante il parto né sulla solidità della coppia», nota Clara Scropetta, che aggiunge: «raccomando vivamente di non lasciarsi imprigionare negli stereotipi e quando arriva il momento di seguire il proprio impulso. Non ci sono ricette valide per tutti, a volte va benissimo. Devo ammettere tuttavia di conoscere molte donne che a priori volevano il compagno ma poi, entrate in travaglio, non hanno voluto più e molti uomini che non desideravano esserci ma non hanno detto niente per paura di essere giudicati».

Quali sono i momenti che fanno della nascita un'esperienza fondamentale nella vita? «Ad esempio l'imprinting, comune a tutti i mammiferi, che avviene nella prima ora dopo il parto (purché fisiologico), a condizione che mamma e bambino rimangano in contatto vi-

sivo e pelle a pelle, indisturbati» espone Delta Geiler Caroli. «Grazie alla potentissima e irripetibile scarica ormonale di entrambi, avviene un innamoramento reciproco e duraturo (è la base biologica per costruire un buon bonding). Prolunga nel bambino il senso di protezione, fiducia e appartenenza vissuto in utero, evitandogli una separazione traumatica che potrebbe condizionare tutta la vita sotto forma di paure e/o di risentimenti inconsci. Nella madre di solito inizia l'attivazione dell'istinto materno e la percezione della sacralità dell'evento. Potrà così offrire più facilmente al suo cucciolo un accudimento amorevole e una comunicazione empatica, che favorirà per tutta la sua vita la capacità di amare e di rispettare se stesso, il prossimo e la natura. Ecco perché mi sembra che cominciare la vita nascendo bene sia molto importante per ogni persona, e anche per migliorare la società!»

L'americana Sondra Ray, nota come ideatrice dell'L.R.T. (Loving Relationship Training), ossia un corso sulle relazioni affettive, è convinta che, indipendentemente dalla tipologia della nascita, il ricordo latente del parto e l'eventuale trattamento terapeutico subito esercitano su ciascuno di noi una serie di effetti a lunga scadenza. Nel libro *Nascita e personalità*, scritto nel 1987 a quattro mani con Bob Mandel, il padre del Rebirthing, – una tecnica dolce ma efficace di crescita personale – esamina molti casi in cui le modalità del parto influenzano la personalità e la futura vita sociale di chi viene alla luce illuminando molti lati oscuri del suo modo di essere e di comunicare. «Non dimenticate il vostro 'primo cambiamento' alquanto drammatico: dall'ambiente liquido dell'utero all'atmosfera», scrive l'esperta nell'introduzione al libro. «È come se si tirasse fuori un pesce dall'acqua, lo si scaraventasse a riva e ci si aspettasse che respiri... Un grande cambiamento accompagnato da molto dolore. A questo punto il neonato acquisisce la convinzione: 'Il cambiamento fa male – il cambiamento è molto doloroso'. Perciò ci areniamo su certi livelli che dovremmo avere ormai oltrepassato, in quanto siamo paralizzati dalla paura del dolore. Questo passaggio dall'ambiente uterino all'atmosfera è altresì connesso alla separazione: la separazione dal corpo materno. Pertanto il cambiamento non è solo associato al dolore, ma anche alla separazione. Non c'è da stupirsi se resistiamo al cambiamento».



SOPRA, MICHEL ODENT, CHIRURGO E OSTETRICO, SI È OCCUPATO DELLA NASCITA SOTTO DIVERSI PUNTI DI VISTA

NELLA PAGINA ACCANTO, SOPRA, CLARA SCROPETTA, ESPERTA IN FISIOLOGIA DELLA MATERNITÀ

SOTTO, TIBERIO FARACI, LIFE COUNSELOR, REBIRTHING E AUTORE DI LIBRI SULLA CRESCITA PERSONALE

Tiberio Faraci, autore di *Crescita Personale*, *Life-Counselor*, *Trainer* e *Rebirther*, nel suo libro *Un cammino per diventare Angeli* (Essere Felici per Macro Edizioni), parla dell'importanza di ciò che accade durante l'attesa e della relazione che vi è tra i nostri comportamenti, il passato prenatale e lo scenario del parto. Infatti per lui è illuminante il fatto che, già nei nove mesi che precedono la nascita, e addirittura già dal concepimento, il bambino riceva e trasmetta continuamente informazioni. Se la situazione è tranquilla, se c'è amore e se c'è preparazione all'accoglienza, il feto si sentirà protetto e si formerà nella pace e nella sicurezza. «In Paesi apparentemente meno evoluti del nostro, in cui non si ha sempre fretta di andare da qualche altra parte» dice Faraci, «al bambino viene lasciato tutto il tempo per decidere qual è il momento di iniziare a respirare con i suoi piccoli polmoni». A tutto vantaggio della sua serenità futura.

In Canton Ticino opera Willi Maurer, terapeuta che accompagna dal 1981 le persone in un percorso di autocoscienza. Ha scritto due libri, *La prima ferita* e *Il senso di appartenenza*, in cui tocca l'archetipo che si tramanda da millenni del controllo culturale e sociale della nascita. E affermando che l'esperienza perinatale è fondamentale nella vita umana è giunto, per esperienza personale, alle stesse conclusioni di studiosi dall'approccio prettamente scientifico. Secondo lui, – e le sue convinzioni sono supportate da anni di osservazioni di casi nel campo dell'accompagnamento terapeutico – la tendenza a dividere madre e neonato alla nascita ha conseguenze nel modo in cui una persona si rapporterà agli altri nel corso di tutta la sua vita. Nel primo anno avviene buona parte dello sviluppo del sistema nervoso, non solo a livello corticale, bensì delle strutture più profonde, che regolano la nostra vita affettiva e le nostre risposte emotive immediate. Tale sviluppo dipende dal modo in cui siamo accolti, tenuti, nutriti, non solo fisicamente, ma anche affettivamente.

Clara Scropetta conclude: «Nasliamo con un potenziale di forza vitale e di gioia di vivere enorme e tutte le esperienze che preservano questo potenziale ci permettono di attingere a questa energia che abbiamo dentro, quindi di esprimere noi stessi per quello che siamo, di avere quell'apertura verso il mondo che ci porta ad apprendere con gioia e quindi a crescere». □

Anna Martano Grigorov

