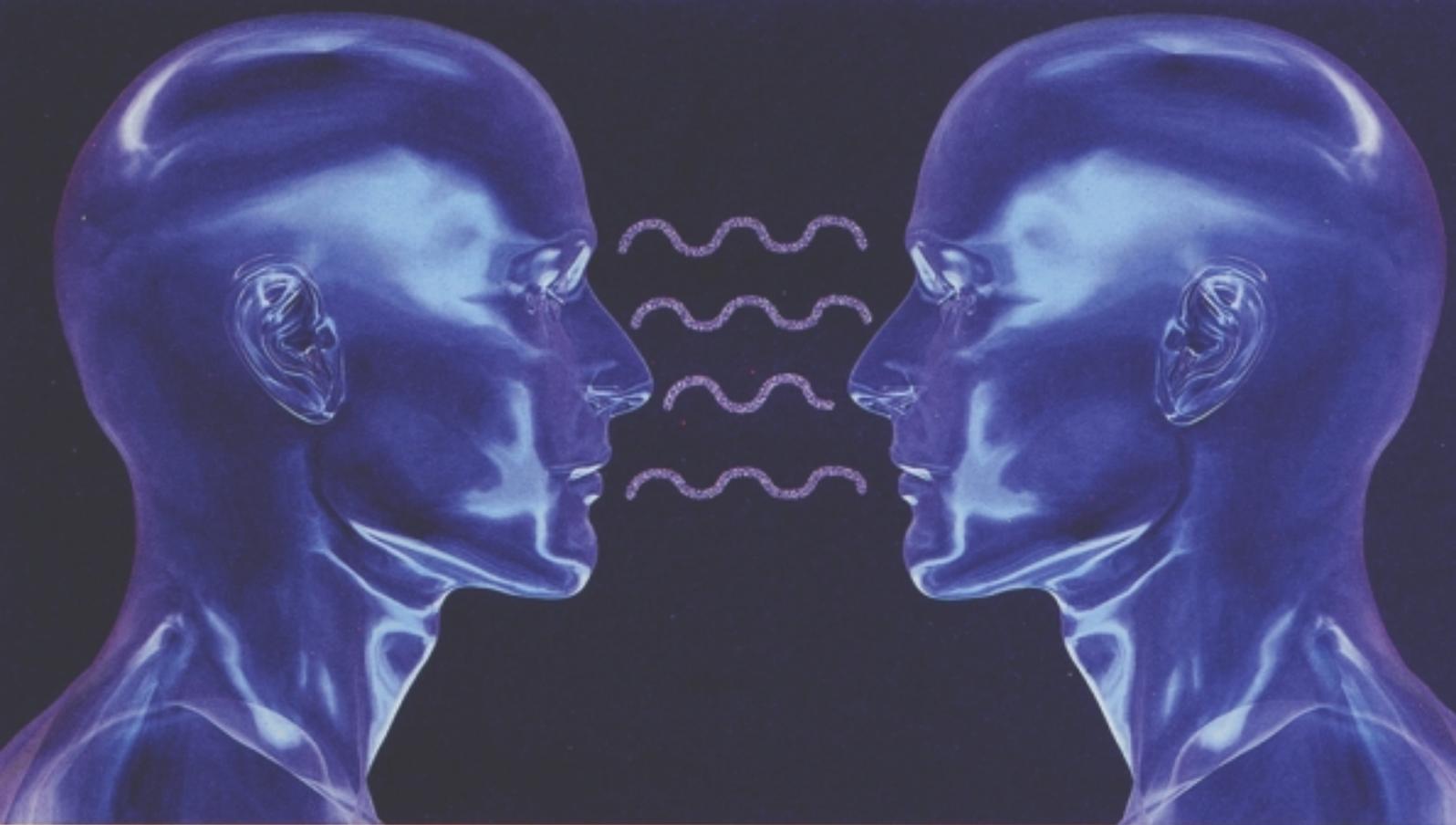


Contagio professionale: l'effetto risonanza



di Samantha Fumagalli e Flavio Gandini
Associazione Culturale VEGA

Naturopati e operatori delle discipline naturali sono soggetti a "contagio" professionale. Che cosa vuol dire? Che essere Naturopata è una malattia e, per di più, contagiosa? Certamente no! Stiamo parlando di fenomeni di risonanza tra cliente e operatore...



In Italia, coloro che operano nel settore del benessere e della salute, specialmente quelli che hanno fatto proprio un pensiero olistico, naturale, altrimenti etichettato come "alternativo", stanno vivendo un periodo caratterizzato da continui cambiamenti. Se da una parte, infatti, cercano legittimamente un riconoscimento ufficiale e definitivo, dall'altra sono sottoposti a una miriade di proposte di aggiornamento, che difficilmente potrebbero essere incluse, dal punto di vista burocratico, in quello che si appresterebbe a diventare una sorta di "identikit" professionale. Infatti, il problema di questa atipica categoria di lavoratori

non è soltanto il riconoscimento della propria figura professionale, ma anche il riconoscimento delle metodiche, delle tecniche e dei prodotti usati.

La tendenza attuale non sembra essere quella di "dare a Cesare quel che è di Cesare", ossia di dare dignità a una classe di operatori, quanto quella di accettare la validità di singole tecniche o prodotti per poi affidarli in utilizzo esclusivo alla già abbondantemente accreditata classe medica. Insomma, l'argomento è decisamente spinoso e non saremo noi a cercare di fornire proposte o dare risposte. D'altra parte la ESSEN si occupa da anni di far fronte alle suddette proble-

matiche con una competenza di sicuro superiore alla nostra. Nostro intento, in questa occasione, è quello di gettare un rapido sguardo, insieme al lettore, sul vasto panorama delle "nuove proposte" allo scopo primario di verificare se non ci sia qualcosa che effettivamente scarseggi.

Tecniche nuove ed altre soltanto *ribattezzate* o *rinfrescate* solleticano la curiosità di questi *stravaganti* personaggi che hanno fatto della loro passione una professione e uno scopo di vita. E' ovvio che, animati dal sacro fuoco del desiderio di conoscenza, partecipino a seminari, incontri e convegni dove i relatori, supportati dalla loro esperienza, divulgano informazioni di ogni genere.

Ed è proprio in occasione di simili incontri che, assai di frequente, ci è stata posta la medesima domanda: "Come posso evitare di subire *influenze negative* durante i trattamenti?"

Ecco, nonostante la miriade di metodi per mantenere o ritrovare il benessere, che spaziano dall'alimentazione alla fitoterapia, dall'omeopatia alla manipolazione fisica, dalla cromoterapia ai vari tipi di riequilibrio energetico, dai Fiori di Bach all'oligoterapia e la lista, come ben sapete, potrebbe continuare... nonostante, dicevamo, una miriade di metodi, spesso il *curioso* e *insaziabile* Operatore percepisce ancora la mancanza di qualcosa che potrebbe aiutarlo a lavorare meglio e in maggior sicurezza personale: un sistema di auto-protezione.

Ed è proprio questo tema fondamentale che vorremmo trattare oggi, a beneficio, ci auguriamo, di tutti.

Tra le malattie che affliggono il genere umano soltanto una percentuale è considerata contagiosa, tale percentuale si riduce se prendiamo in considerazione anche i disturbi psichici e si restringe ulteriormente se valutiamo i vari malesseri secondo un criterio psico-somatico. E', infatti, indubbio che una semplice influenza stagionale, seppur ritenuta ufficialmente contagiosa, non interessi tutti quelli che entrano in contatto con il virus in questione, e ciò dimostra che spesso sussiste una sorta di debolezza psico-somatica atta a favorire il processo influenzale.

Alla luce di quanto detto, l'effettivo contagio sembrerebbe rimanere prerogativa di un esiguo numero di malattie fisiche. Fin qui, però, non abbiamo preso in esame la *contaminazione* di tipo emozionale, la quale, teoricamente, non dovrebbe esistere.

Una paura, una fobia, un atteggiamento autodistruttivo, la mancanza di autostima (e l'elenco potrebbe protrarsi oltre la decenza di questo articolo) sono elementi che danno origine a conseguenze in grado di turbare profondamente la qualità della vita di tutti i

giorni. Trattandosi di disturbi emozionali saremmo tentati di ritenerli, come si diceva, non trasmissibili in quanto patrimonio della sfera individuale. Ma un'attenta osservazione potrebbe mostrarci questa categoria di affezioni come una tra le più subdole per modalità e capacità di diffusione. Il fatto che non sia isolabile un virus o un qualsivoglia tipo di agente infettivo responsabile di un'emozione *nociva* non significa necessariamente che una specie di propagazione sia impossibile.

La difficoltà nel riuscire a capire questo tipo di propagazione si fonda su un parziale limite percettivo. Possiamo tentare di superare tale limite ricorrendo a un paragone: la percezione di un pugno inferto sul volto, immediatamente doloroso e quindi riconoscibile, e il classico colpo d'aria, decisamente meno avvertibile, ma non per questo dalle conseguenze meno dolorose.

La densità della materia che ci colpisce non è dunque direttamente proporzionale al trauma!

Un altro esempio chiarificatore è costituito dall'influsso che un ambiente sociale può avere sul nostro umore. Se siamo tristi e ci accompagniamo a un gruppo di amici che ride e festeggia, ci accorgeremo che il nostro stato d'animo inizierà a virare verso toni meno cupi e, poco alla volta, verremo coinvolti dall'allegria, senza che ci sia una vera ragione per farlo. Seppure le nostre condizioni oggettive siano rimaste invariate rispetto a prima, quello che è mutato è la percezione delle stesse sotto l'influenza dell'atmosfera generale. Questo non significa che l'essere umano sia un *burattino* i cui fili sono comandati dall'ambiente esterno, bensì che la percezione è mutevole e che *nell'aria* aleggiano stati d'animo che possono essere recepiti da chiunque e interiorizzati. Lo stesso vale se andiamo a far visita a persone afflitte, arrabbiate o malate: inevitabilmente una certa dose di malessere si rifletterà su di noi.

Veniamo, ora, al nocciolo della questione.

Sulla base di quanto valutato, è evidente che un Operatore delle arti del benessere, che si trovi a fronteggiare il disagio emozionale (che non di rado si traduce anche in un disturbo

fisico) di una persona che si sia rivolta a lui chiedendo aiuto, senta la necessità di una specie di *protezione* per se stesso. E questo per due motivi ben precisi. Il primo è che se si la-



sciasse trascinare dall'emozione *negativa* le sue capacità di discernimento finirebbero per essere annebbiate a discapito di una chiara visione del problema e di come farvi fronte. Il secondo motivo consiste nel fatto che potrebbe venir *contagiato* e di conseguenza rimanere invischiato nella ragnatela del malessere anche dopo l'incontro.

Immaginiamo che gli esseri umani siano come apparecchiature ricetrasmittenti. L'esempio, tra l'altro, è abbastanza calzante in quanto la comunicazione radiofonica avviene tramite etere, esattamente come quella emozionale non si avvale di materia pesante. Dunque, per ottenere la massima efficacia della comunicazione occorre che i due apparecchi siano perfettamente sintonizzati, ovvero lavorino alla medesima frequenza, sullo stesso canale.

Esaminiamo ora quali sono gli elementi che possono favorire la sintonia tra due individui, facilitando la trasmissione di un'emozione dall'uno all'altro.

Capostipite dei fattori è il **legame genetico**. Inequivocabilmente, infatti, essere accomunati da caratteristiche saldamente impiantate nella struttura fisica amplifica la potenzialità di sintonizzazione. Due apparecchi uguali si regolano nello stesso modo, con identica rapidità e seguendo procedure comuni. Tale fattore, inoltre, potrebbe in parte spiegare la maggiore difficoltà che si incontra nell'aiutare un familiare rispetto a un estraneo.

Il legame genetico, nella sua estensione estrema, diviene **legame etnico**, dunque due soggetti della stessa razza saranno più *assonanti* tra loro rispetto a due appartenenti a etnie differenti.

Nell'elenco troviamo anche l'**appartenenza sociale**: persone che hanno vissuto e vivono nello stesso ambiente sono spesso accomunate da esperienze simili, talvolta vissute anche nello stesso periodo dell'esistenza.

Quest'ultima affermazione si presta a un interessante approfondimento, che conviene suddividere in due aspetti: uno emozionale, l'altro cronologico. In entrambi i casi si può innescare un **effetto risonanza**.

Quando un certo vissuto contiene esperienze dello stesso tipo possiamo parlare di **risonanza emotiva**. Tale effetto viene amplificato se l'educazione, la formazione, la struttura personale e sociale dell'individuo si fondano su una comune appartenenza sociale che, influenzando la percezione dell'evento, favorisce la sintonizzazione degli stati d'animo.

Quando, invece, un evento traumatico vissuto da un individuo si sovrappone cronologicamente a un altro episodio doloroso vissuto da un secondo individuo, allora il segnale che viene scambiato tra i due si amplifica per un effetto di **risonanza cronologica**.

Un ultimo elemento che dobbiamo tenere presente come amplificatore di un segnale emozionale è la **dislocazione spaziale**. Due soggetti che si trovano vicini comunicano più facilmente e l'effetto si potenzia se si trovano l'uno di fronte all'altro. Questo avviene perché la parte dell'essere umano deputata alla trasmissione è la destra, mentre la sinistra è



predisposta alla ricezione. La disposizione *vis-à-vis* innesca spontaneamente uno scambio tra due persone.

Analizzati i più comuni fattori di risonanza, vediamo finalmente quali contromisure si possono adottare.

La prima soluzione, senza dubbio poco etica e che inevitabilmente andrebbe a cozzare contro la scelta stessa di chi desidera aiutare il suo prossimo, potrebbe essere la *selezione* delle persone con cui venire a contatto. Impossibile! Non fosse altro che per il tempo e la fatica che richiederebbe svolgere tutte le indagini necessarie a stabilire che tra i due non sussista alcuna similitudine! Inoltre non è raro che, nel mettere al servizio del prossimo la propria competenza, un Operatore incontri tematiche che riflettono problemi personali e spesso, nell'aiutare l'altro, egli riesce a favorire anche per se stesso un processo di crescita. *Selezionare* la propria clientela, quindi, oltre che *disdicevole* nei confronti di chi ha bisogno, potrebbe rivelarsi *sconveniente* anche per sé.

Un'altra possibilità è data dal creare una **schermatura energetica**, dall'interporre una specie di **filtro** che in una certa misura eviti all'Operatore di essere raggiunto dalle sollecitazioni negative. Questa è un'eventualità certamente valida: bisogna sapere come procedere e ricordare che non sempre le schermature garantiscono un'assoluta efficacia a tutti. Talvolta, inoltre, una protezione eterica o astrale ha bisogno di essere *polarizzata* in una ben precisa direzione, in base al tipo di influsso che si prevede di dover fronteggiare. Purtroppo, però, nella maggioranza dei casi non è così semplice saperlo in anticipo...

Una terza soluzione è quella di provvedere alla **pulizia personale e dell'ambiente di lavoro** il prima possibile per rimuovere i residui emozionali. A tale scopo si possono bruciare incensi, lavarsi le mani con il sale, oppure utilizzare erbe aromatiche e oli essenziali. Sono note, infatti, le proprietà purificatrici dell'eucalipto, della menta, della lavanda, dello zafferano, della gardenia, eccetera. Questo genere di pulizia si può operare in molti modi, con differenti procedure o rituali, che

necessitano, comunque, un minimo di conoscenza. Diversamente ci si dovrebbe affidare all'intervento di una persona competente.

Ma quello che vogliamo raggiungere, in realtà, è l'indipendenza nello svolgere un lavoro con passione e in sicurezza. Quindi, ben venga l'uso di procedure conosciute e dalla dimostrata efficacia, qualsiasi esse siano, ma ricordiamoci che un buon tono energetico, la forza e l'integrità personale costituiscono la miglior protezione per un Operatore. Infatti, è molto più facile per un'emozione negativa trovare una via d'accesso nell'individuo se nella sua struttura energetica ci sono delle falle.

Il processo è molto simile a quando ci si ammala. L'organismo in perfette condizioni dispone di un sofisticato metodo di autodifesa: il sistema immunitario. Quando l'organismo è stanco o stressato si crea una falla in questo sistema e la malattia trova una porta aperta per introdursi. Da qui il nostro corpo inizierà una lotta per sbarazzarsi dell'intruso, che potrà durare pochi giorni o molti mesi, ciò dipenderà dall'entità della *spaccatura* e dalla pericolosità del *nemico*.

Un discorso analogo vale per le *aggressioni* a livello energetico, emotivo e psichico.

Come si può, allora, potenziare il tono energetico, la forza e l'integrità personali?

Probabilmente questo metodo di protezione è il meno rapido, ma è quello che offre migliori garanzie e maggior durata nel tempo (soprattutto se combinato con qualche semplice procedura di pulizia energetica). Si tratta della creazione di *antikorpi emozionali* basati sulla crescita individuale dell'Operatore.

Similmente al percorso che, obbligatoriamente, deve seguire uno psicoanalista prima di poter cominciare a lavorare, anche un Operatore della salute dovrebbe occuparsi della *pulizia* del proprio vissuto e della ricerca di una propria *identità superiore* prima di affrontare il pubblico. D'altra parte, non avendo precedenti specifici in merito, pensiamo che sia già un bel salto di qualità cominciare il proprio percorso anche in un tempo successivo, dopo aver intrapreso la professione.

Nella pratica, la strada che abbiamo tracciato è stata quasi interamente illustrata nel libro *La Quinta Via*, che consiste in un percorso di crescita personale, e trova la sua applicazione pratica nell'omonimo seminario, della durata di un giorno, che prevede di effettuare un ciclo di stimolazioni cutanee di aree ben precise che aprono le porte alla comprensione^(*) progressiva delle potenzialità non sfruttate e celate nei nostri livelli fisico, vitale, emozionale e spirituale. Gli ostacoli alla piena efficienza del nostro intero sistema sono costituiti spesso da abitudini, consuetudini, paure, traumi, pigrizia, eccetera; per tali motivi ci riduciamo a non poter girare a pieno regime.

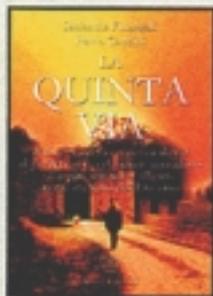
Il viaggio all'interno di sé inizia con una giornata esperienziale, ma il percorso che si palesa davanti ai nostri occhi può durare da poche settimane fino a un paio di mesi prima di poter apprezzare risultati davvero consistenti. L'aspetto ancor più felice, e se vogliamo sorprendente, è che di solito il cammino continua con una progressione lenta, ma inarrestabile. D'altra parte, aperta una finestra sulle meravigliose potenzialità custodite in noi, ben pochi rinunciano a portare avanti la ricerca...

Per concludere la nostra scorribanda analitica e informativa, esortiamo il lettore a considerare e a ricordare che un soggetto forte dal punto di vista energetico è più difficile che venga posto seriamente in pericolo da uno più debole. Pertanto, individuare il proprio Sé (per usare, estremamente a proposito, un termine junghiano) è l'unico modo per superare le debolezze intrinseche nel nostro essere *umani*.

In ultimo vorremmo ribadire un concetto più volte espresso nei nostri scritti: è fondamentale che un percorso di miglioramento non richieda l'abbandono della vita quotidiana. Diventando *asceti* saremmo forse perfetti, ma non potremmo aiutare gli altri come le nostre stesse scelte di vita ci spronano a fare!

^(*) Il termine *comprensione* non va confuso con apprendimento. Se il secondo si basa su un meccanismo mnemonico, il primo prevede la metabolizzazione profonda degli insegnamenti. Ovvero, le lezioni entrano a far parte di noi e diventa, da quel momento, *inevitabile* metterle in pratica.

LETTURE PER APPROFONDIRE



Samantha Fumagalli e Flavio Gandini, scrittori, studiosi di psicologia, metapsichica, spiritualità e ricercatori di metodi naturali per il benessere psico-fisico, sono i fondatori dell'Associazione Vega. Ideando il Metodo Calligaris hanno trasformato le scoperte del geniale scienziato in una materia accessibile al vasto pubblico. Dermoriflessologia® è la materia che insegnano e che divulgano anche attraverso i loro libri. Hanno scritto: *Riflessologia della Memoria*, Edizioni Il Punto d'Incontro; *Felicità - il Tesoro nascosto*, *La Quinta via* e *L'anima svelata*, Anima Edizioni.

Visitando il sito <http://www.vega2000.it> si possono reperire maggiori informazioni, consultare il calendario degli appuntamenti, iscriversi alla News Letter. E-mail: vega@vega2000.it.

Per approfondire gli argomenti trattati nel presente articolo consigliamo la lettura del libro:

LA QUINTA VIA di Samantha Fumagalli e Flavio Gandini - Anima Edizioni - Euro 13,90 - ISBN 978-88-89137-75-8