

MIRABELLA GIUSEPPE



Il Tocco e l'ascolto

Il mese scorso consigliata da uno psicoanalista la signora R. venne nel mio studio. Disse di essere molto sensibile e che difficilmente sopportava di essere toccata, ma sentiva il bisogno di ricevere qualche trattamento sul corpo, sentiva di perdere il contatto con se stessa. Potevo fare qualcosa ? Iniziai chiedendole di raccontarmi la sua storia. Lei con profondo imbarazzo rispose "Venni molestata da piccola e la cosa continuò per molti anni". Da allora, non riesco a sopportare nessun tipo di contatto fisico. Le chiesi se c'era qualche altro episodio di rilievo. Si ritrasse leggermente stringendo le spalle e ripiegandosi sull'addome. Notando questo suo atteggiamento di chiusura le dissi: "Se non vuole parlarne ora, va bene lo stesso". Dopo anni di esperienza, nella mia pratica, sono assolutamente certo che la sicurezza e il supporto sono strumenti essenziali per qualsiasi cambiamento costruttivo. Con mia sorpresa, improvvisamente notai che il suo respiro da affannoso la quale era in precedenza, ritornò pieno e rilassato e il suo corpo si abbandonò al ritmo calmo del suo respiro. Aspettai pazientemente che facesse il secondo passo. Infine disse: "Le molestie erano rituali e sessuali, un baratro senza via d'uscita". Un brivido attraversò il mio corpo; dovetti respirare profondamente più volte per liberarmi dal peso. Continuò raccontandomi molti altri dettagli della sua storia e poi lentamente iniziò a liberarsi. "Circa sei anni fa ho avuto un cancro al seno e ho subito una mastectomia". Quali sofferenze e quanta vergogna deve aver sopportato. Entrambi restammo seduti in silenzio per qualche istante. Infine, quando mi sembrò il caso le chiesi : "Ora che tutta la storia è stata rievocata, cosa ne pensa di lavorare con il suo corpo?" "Ho paura" rispose. "Mi sembra logico" replicai c'è qualcosa che posso fare per metterla più a suo agio?" Mi sorprese quanto quelle mie poche rassicurazioni bastarono per farla rilassare. Lei disse: "Non sono abituata ai dottori che si informano su quello che sento prima di fare qualcosa su di me". Dissi semplicemente: "È una seduta dedicata a lei e al ripristino energetico del suo corpo e penso che io debba sapere da lei, almeno, cosa le da eccessivo disagio . Questo sembrò rassicurarla definitivamente . "Bene", disse alla fine. "Mi sento già meglio. Quando cominciamo?" "Abbiamo già cominciato", risposi. Proviamo alcuni tocchi ?" "La cosa mi rende curiosa, anche se ho un po' paura". Si distese sul futon. Chiesi: "Qual è secondo la zona migliore per iniziare?" Di nuovo uno sguardo meravigliato e una pausa. "I piedi". " Mi dica come si sente quando prendo contatto con i piedi". Quando mi avvicinai per toccare i piedi sentii che si ritraeva così rimasi a circa cinque millimetri di distanza e chiesi: "Che ne dice se mi tocca lei con i piedi?" Per alcuni secondi si bloccò, poi lentamente iniziai ad allungare i piedi e prese contatto con le mie mani. Un leggero sospiro le uscì dalla gola. "Va tutto bene?" Cominciò a piangere sommessamente e poco a poco dopo disse: "È piacevole". La sessione andò avanti in quel modo, lei aveva creato il contatto e a volte cercava di capire con quale parte del corpo preferiva stabilire il contatto. Il mio atteggiamento era di curiosità e profondo ascolto, feci creare a lei il suo primo trattamento energetico . È interessante il fatto che abbia provato un grande senso di liberazione e di gioia con tutti e sei i tipi di tocco. In certi momenti spingeva molto forte o mi chiedeva di premere più forte in altri momenti ci sfioravamo appena.

Dott. Giuseppe Mirabella Psicologo e Counselor Olistico Trainer

“Professionista SIAF disciplinato ai sensi della legge 4/2013”

email: mirabellagiuseppe@hotmail.com – cell. 339 4442385 –
www.tiascoltoqueora.blogspot.it