

I riflessi della vita: il dialogo antico tra corpo e tempo

Ultimamente ho avuto la fortuna di trovare e studiare un libro di L. Van Steen intitolato “Il riflesso vertebrale”. Un piccolo testo del 1982 che affronta il mondo dei riflessi vertebrali con l’utilizzo delle tecniche manipolative, cioè le vibrazioni, percussioni e le mobilizzazioni delle articolazioni vertebrali a bassa ampiezza e bassa velocità. L’immagine di presentazione riporta parte del poster che era inserito nel libro con l’elenco dei riflessi e i relativi livelli vertebrali. È indubbio che appena ho iniziato ad addentrarmi nei capitoli dedicati alle manipolazioni e al loro scopo sono rimasto affascinato e nel contempo stupefatto di quanto illustrato. Qualcuno già in passato usava queste tecniche!!

Possiamo pensare alle tecniche massoterapiche che esistono da secoli; tutti i terapeuti le conoscono, moltissimi le usano, ma non si sa chi le ha ideate (sempre se esiste un creatore). Spesso mi è capitato di usare istintivamente manovre che non avevo appreso da nessun testo, le quali, in seguito studiando e approfondendo si sono rivelate di antica origine.

C’è qualcosa di profondamente affascinante nel riscoprire testi che, pur appartenendo a un’altra epoca, riescono ancora oggi a parlarci con una voce limpida, pura, intensa e nel contempo chiara e quasi familiare. Leggendoli, si ha la sensazione che la conoscenza non appartenga davvero al tempo. Attraverso le generazioni, trasformandosi e raffinando il suo linguaggio resta, nella sua essenza, sempre una **“classica matrice”** con un abito differente. Pensiamo ai riflessi che regolano la nostra vita: quei movimenti invisibili, automatici, che ci accompagnano fin dai primi passi dell’evoluzione umana. Sono risposte istintive, nate per proteggerci, per mantenerci in equilibrio, per farci sopravvivere in un mondo imprevedibile. Ancora oggi, nel silenzio del nostro corpo, questi riflessi lavorano incessantemente — senza la nostra coscienza, senza che ce ne accorgiamo — mantenendo viva l’armonia tra i nostri organi, i nostri sistemi, il nostro respiro e la nostra energia vitale. Ci sono riflessi che parlano di reazioni immediate, come un muscolo che si tende o una pupilla

che si restringe; altri più profondi, viscerali, metabolici, che operano nel mistero di ciò che non vediamo. Sono la testimonianza più pura dell'intelligenza biologica che ci abita. E ciò che mi colpisce è sapere che tutto questo è stato osservato, intuito e studiato da moltissimi medici, ricercatori e terapeuti nel corso della storia. Uomini e donne che, con strumenti semplici ma con uno sguardo profondo, avevano già compreso l'importanza delle connessioni tra il corpo e le sue risposte riflesse.

Oggi, quando crediamo di aver “scoperto” qualcosa di nuovo, forse dovremmo fermarci un istante e guardare indietro nel tempo.

Chiederci se quella stessa intuizione non fosse già nata, magari in un laboratorio lontano o nelle mani di un terapeuta che, osservando il corpo, cercava di comprenderne il linguaggio silenzioso. La verità è che noi non inventiamo davvero nulla: ***noi ricordiamo***. Raccogliamo ciò che la storia ci ha lasciato, lo rivestiamo di nuove parole, lo illuminiamo con la luce della scienza di oggi, ma al centro, da sempre, rimane lo stesso mistero: il corpo come sistema vivente, intelligente, capace di rispondere, adattarsi, guarire. Forse, il compito di chi lavora sul corpo e con il corpo non è tanto creare qualcosa di nuovo, ma mantenere vivo questo dialogo antico tra conoscenza e intuizione, tra fisiologia e vita, perché:

ogni gesto terapeutico, ogni tocco consapevole, ogni studio approfondito, non fa altro che onorare ciò che l'essere umano ha sempre saputo: che il corpo parla, e noi dobbiamo solo imparare ad ascoltarlo.