



una Voce a 5 sensi

Quando si pensa a una comunicazione ottimale, l'orientamento va sulla scelta di certi termini piuttosto che altri, sull'utilizzo o meno di sintassi e forme atte a stabilire con maggior successo un rapporto. Meno si è consci della postura che accompagna il tono o il suono, e della sonorità vocale. Eppure quest'ultima è lo specchio sincero della nostra condizione psicofisica e del nostro stato di presenza, definitivamente quella che influenza la qualità del nostro esporci in una relazione, e di creare. Sì, letteralmente, creare realtà di vita che sono sinfonie o un insieme di rumori senza accordo alcuno



Comunicare, scambiare informazioni, è un'attività basilare di cui nessuna forma di vita può essere privata. La comunicazione è sinonimo di arricchimento, di trasformazione, di crescita. Non si può non comunicare, isolarsi e fare astrazione dell'interazione costante tra esseri viventi e ambiente, che rappresenta probabilmente la finalità della vita stessa.

Durante la vita intrauterina la comunicazione tra feto e madre è precocissima e costituisce uno tra i bisogni biochimici essenziali dello sviluppo fetale. Alla nascita, il movimento e la voce offrono ai neonati stimoli evolutivi essenziali, indispensabili all'apprendimento della comunicazione, gestuale e verbale. Durante tutta la vita, la comunicazione regola lo sviluppo dell'organismo e della psiche ed è uno dei presupposti della salute psichica e quindi fisica. Naturalmente la comunicazione non è unicamente gestuale o verbale, ma assume forme diverse, in funzione del tipo d'informazione e del recettore stimolato: può essere gustativa, uditiva, olfattiva,

visiva o tattile. Fra queste diverse modalità comunicative, quella sonora costituisce un pilastro fondamentale della dinamica umana, un'informazione che forgia sofisticate strutture cerebrali e interviene attivamente nell'equilibrio delle correnti vitali dell'organismo.

Da qualche anno, in veste di operatori della salute, ci siamo interessati alle sonorità e alla modulazione della voce constatando gli effetti nefasti dello stress e delle vicissitudini della vita sulle sue qualità espressive. Infatti, in molti casi basta un'emozione intensa, un avvenimento stressante o semplicemente un viaggio intercontinentale (con relativi disagi del fuso orario), per mettere in difficoltà la nostra dinamica sonora.

Dopo svariate ricerche, condotte attraverso modelli diversi (neuroscienze, psicologia, biochimica, medicina orientale...) sulla vitalità cellulare, le dinamiche comportamentali e l'equilibrio psicofisico, possiamo affermare che la qualità della



5 se



comunicazione,
quella che già la
Grecia Antica definiva
come "arte della

comunicazione", è lo specchio del
paesaggio interno di ognuno, di quella

dinamica comportamentale frutto del matrimonio tra il proprio vissuto, registrato nella memoria cellulare, e la capacità di gestire il presente per proiettarsi nel futuro. Nelle relazioni umane, la voce, così come la postura del corpo, lo sguardo o la mimica del viso, costituiscono degli strumenti comunicativi a sé stanti, ricchi di codici, che emettono costantemente informazioni, spesso contrastanti con il messaggio verbale formulato. Esistono dunque dei parametri fondamentali, considerati a torto secondari, che definiscono la qualità delle relazioni umane, e sono riconosciuti dal corpo-strumento come veri e propri codici, come informazioni che raccontano molto più delle parole, traducendo il nostro paesaggio interno, esprimendo i nostri sentimenti, le nostre intenzioni e quant'altro.

La "morfologia sonora" individuale esprime dei codici ben precisi, che ognuno (a cominciare dai lattanti) interpreta empaticamente e che

condizionano la qualità della relazione, come spiegano i ricercatori italiani che hanno recentemente scoperto i meccanismi dei neuroni specchio. Così, come l'aspetto di un individuo è il risultato dell'interazione delle sue forme, la sua morfologia sonora, può essere piacevole o meno, in funzione del tipo di "risonanza"

che genera nella persona che ascolta.

In funzione del nostro umore dunque, una voce può incantare o irritare e il suo "temperamento sonoro", come una nuvola invisibile, ci avvolge condizionando in qualche modo la nostra risposta, determinando la qualità della relazione che stabiliamo con l'altro. In effetti, il corpo è capace di analizzare, automaticamente e in tempo reale, moltissime informazioni, tra le quali il tipo di "dinamica sonora" dell'interlocutore, che per noi rappresenta un'informazione fondamentale, un parametro centrale sul quale il corpo-strumento si sintonizza e dal quale scaturiscono molte risonanze, molte reazioni interne inconsce, che si ripercuotono (e sono misurabili) a livello delle correnti vitali, sulla circolazione dei meridiani d'agopuntura. La dinamica sonora individuale costituisce dunque un codice centrale che determina la qualità delle

relazioni umane e del benessere psicofisico. Questa dinamica è un "fono comportamento" che traduce sia il livello di maturazione sonora acquisito alla pubertà, che lo stato interiore, emozionale del momento. Tutti questi parametri determinano sia il tipo di relazione che viviamo con noi stessi, in quanto uomo o donna, che quella che instauriamo con l'altro, in quanto individuo di sesso maschile o femminile.

Il fono comportamento individuale è dunque legato al livello di maturazione sonora che si manifesta, nei due sessi, con la muta della voce. Questo lungo processo di maturazione, che inizia durante la vita intrauterina, continua dopo la nascita con il rodaggio sonoro dell'apparato vocale, l'apprendimento del linguaggio verbale e termina con la metamorfosi sonora dell'adolescente, coinvolge numerose strutture dell'organismo, la cui interazione è coordinata dalle correnti vitali. Osservando questa dinamica sonora e il suo impatto nella qualità delle relazioni umane, abbiamo pubblicato in Francia un testo che riassume una ricerca sperimentale sui parametri alla base della vitalità umana che manifesta la sua espressione più elaborata attraverso una voce definita "pluridimensionale". La sua risonanza, rivelando un potenziale sonoro proprio all'umano, è particolarmente benefica, sia per chi l'emette sia per chi l'ascolta.

In realtà abbiamo potuto osservare che il livello più completo della comunicazione umana si manifesta quando una persona:

- È se stessa, cioè esprime la sua sensibilità sensoriale, senza condizionamenti esterni.
- È coerente, cioè le correnti vitali del suo organismo circolano armoniosamente, favorendo una dinamica equilibrata tra polo pulsionale-metabolico e cerebrale-nervoso.
- Esprime la sua femminilità/virilità, cioè vive in accordo con il suo corpo-strumento sessuato, le cui sonorità sono determinate dall'appartenenza al genere, femminile o maschile.

Eventuali squilibri dei punti a. e b. mettono in condizione di grande stress l'apparato vocale e aumentano il rischio di patologie laringee, osservate soprattutto nei professionisti della voce (conferenzieri, insegnanti, doppiatori, cantanti, speaker radiofonici, attori...).

Le qualità pluridimensionali della voce umana

Lavorando da anni sulle informazioni che gestiscono la dinamica psicofisica individuale, abbiamo osservato i benefici della *regolazione dei meridiani d'agopuntura a base di complessi d'oligo-metalli*, sulla vitalità della voce e dell'individuo in generale. Si tratta di un nuovo approccio che non si rivolge solo ai professionisti della voce ma a tutti coloro che intendono affinare la conoscenza dei codici espressivi umani che desiderano stimolare il proprio potenziale sonoro, migliorare la qualità della

Cos'è Cosa

La nutripuntura, la comunicazione cellulare e la diagnosi della voce

Quest'approccio medico "informativo", (*Nutripuntura, vedi Scienza e Conoscenza n°24*), nato in Francia negli anni '90, permette di stimolare il potenziale vitale dell'organismo (senza aghi ma con 38 associazioni di oligo-metalli), spesso inibito dai numerosi stress relazionali che, fin dall'infanzia, limitano l'espressione dei nostri talenti. Infatti, sebbene siano programmati geneticamente, questi talenti possono attivarsi solo se ricevono stimolazioni ambientali adeguate. Un'esperienza appassionante che presenteremo al Convegno che accoglierà Trieste, il 5 e 6 dicembre prossimo e dove potrete incontrare gli autori dell'articolo e inoltre altri che pubblicano interventi sulla nostra rivista, quali Ervin Laszlo, Ignazio Licata...

Per approfondire: *Manuale di Nutripuntura* di Yvonne Parquer e Patrick Véret, Edizioni Tecniche Nuove. *La voix pluridimensionnelle* di Cristina Cuomo e Patrick Véret, Edizioni Desiris.

comunicazione, gestuale e verbale. Grazie a queste ricerche innovative i punti a., b. e c. possono essere dinamizzati, stimolando la circolazione delle correnti vitali rese fragili dallo stress. Diversi protocolli sono stati elaborati per favorire la dinamica sonora individuale e stimolarne il potenziale pluridimensionale: cioè gustare, ascoltare, respirare, proiettare nello spazio la propria identità sonora, attraverso un corpo-strumento ben accordato, in fase con i parametri vitali che governano l'espressione del potenziale umano.



Scritto da:

Fabio Burigana

medico gastroenterologo e Presidente dell'AMeC (associazione medicina e complessità),

Cristina Cuomo, giornalista e ricercatrice di nutripuntura,

Patrick Véret, medico e massimo esperto europeo di nutripuntura.