



Inserto a Mondolibero  
Anno I n° 1 AGOSTO 2009

La sapienza è figliola dell'esperienza  
« Leonardo Da Vinci »

## L'inserto di Medicina Naturale per il Benessere Fisico, Mentale, Sociale e Spirituale

Cari lettori e care lettrici, con questo secondo numero del nuovo inserto collezionabile di Medicina Naturale, siamo lieti di accompagnarvi nei Mondi della Salute, dandovi spunti curiosi, suggerimenti semplici e utili per potersi occupare in maniera creativa della propria vita. Ricordiamo che attenderemo con piacere le vostre opinioni al seguente indirizzo e-mail: redazione@mondolibero.com. Sarà un'occasione per approfondire e cogliere ciò che ci invierete.

Mondo  
Essenziale

### LAVANDA MIRACOLOSA

Diversi anni fa ero a casa di un mio "giovane" amico, nato nel 1923, di quelli che stavano più comodi in piedi che seduti, magro, dritto, atletico, che si depurava rotolandosi nudo nell'ortica, che si era curato la sua asma allergica, scatenata dalle punture delle api, facendosi pungere da esse, prima attraverso una protezione in modo quasi omeopatico, poi in dosi crescenti, fino a non risentirne più; che camminava per ore sulle montagne cibandosi di una miscela di aglio e miele ... Stavamo appunto muovendoci, con cautela, in mezzo alle sue arnie di api quando ne abbiamo, per errore, calpestata qualcuna ... Immediatamente l'intero sciami ci ha rincorso! Era estate ed io indossavo solo una canottiera ... Abbiamo corso, ma ci hanno raggiunto, così mi sono sentito pungere da decine di api sul collo e sulle spalle ... Ho appena fatto in tempo a sentire un gran bruciore, quando il mio amico ha estratto dal suo borsello un liquido miracoloso, con cui mi ha bagnato le parti interessate e ... miracolo! ... All'improvviso non ho sentito più nulla! Pieno benessere! ... Stupito gli ho chiesto cosa mi avesse messo ... E così ho scoperto L'Olio Essenziale di Lavanda Puro e non deterpenato (non privato cioè dei cosiddetti terpeni), che da allora è diventato un prezioso tassello del mio bagaglio terapeutico e che non ho più abbandonato. L'essenza di Lavanda, varietà *Angustifolia*, che io adopero, non ha praticamente effetti collaterali per uso esterno: non ha potere allergizzante e può essere usata da tutti, con risultati incredibili. I principali utilizzi sono sulle punture di vespe, calabroni, api, meduse, e così via. E di vipera? Sì, secondo il mio "giovane" amico,

per sua esperienza personale. Ipotizzo una sua azione forse di tipo elettromagnetico sul veleno, che essendo una proteina, penso sia modificata spazialmente e quindi resa inattiva. Ad ogni modo l'azione è immediata, visto che impedisce reazioni allergiche, con grande soddisfazione di miei pazienti che la adoperano da anni. Ottima su scottature, di cui cancella il dolore, evitando, tra l'altro la formazione di vesciche. Attiva su batteri, virus e funghi. Tuttavia gli utilizzi sono davvero molteplici ... Ne parleremo al nostro prossimo appuntamento.

Nicola Lo Conte

#### NICOLA LO CONTE

Medico chirurgo specializzato in Oculista con approccio olistico. Una paziente una volta mi disse: "Ma Lei non cura solo gli occhi ... Lei è ... "l'Oculista dell'Anima".



❁ "Il colore è lo sforzo della materia per diventare luce" Gabriele D'Annunzio ❁

Mondo  
Onirico

### LA MEMORIA DEL SOGNO

Non mi piace parlare senza avere esperienza di ciò di cui parlo. Una cosa che ho capito sulla mia pelle, è che posso parlare in maniera appropriata solo di ciò di cui ho fatto esperienza, nel momento in cui sono partecipe, vivo l'evento o l'emozione: diventa parte di me e da qui posso trasmetterlo agli altri. La mia passione per il mondo dei sogni parte dalla mia infanzia: ogni mattina appena sveglia, prima di andare a scuola, con mia madre ci raccontavamo i sogni. Anche lei aveva, a sua volta, fatto lo stesso gioco con sua madre e le sue zie. Ancora oggi ci raccontiamo spesso i nostri sogni e la stessa cosa sto facendo io con mia figlia. Ormai è un'abitudine così divertente, che non ne posso più fare a meno. Consiglio, a chi vuole coltivare il piacere di sognare, di tenersi di fianco al letto un bel quaderno, dove la sera prima di addormentarsi, annotare la data del giorno. Importante sarebbe addormentarsi con la volontà di ricordare per la mattina seguente almeno un sogno. Porsi quest'obiettivo e magari con il tempo cercare di

ricordare sempre più sogni per notte, è un ottimo allenamento, come per il corridore che più si allena più migliora la sua prestazione. Al risveglio è importante rimanere fermi nel letto, non muoversi e rielaborare le immagini in modo che riaffiorino come scene di un film. Quando ci sembra di avere ricordato tutto, allora possiamo scriverlo sul quaderno, annotando anche l'emozione che ci ha lasciato il sogno. Rileggiamo ciò che abbiamo scritto e diamo il titolo al nostro... film. Ricordiamoci che non esistono sogni belli o sogni brutti! Pian piano cercheremo di allenarci a ricordare sempre più dettagli dei nostri sogni. Chi sostiene di non sognare, provi la sera prima di addormentarsi, a ripercorrere la sua giornata appena trascorsa, andando a ritroso di ora in ora, fino ad arrivare all'ora del risveglio: questo esercizio, fatto costantemente, aiuta ad addormentarsi con coscienza. Buon lavoro!

Airù

Fine seconda puntata



AIRÙ è uno pseudonimo.

Chi scrive segue da diversi anni un percorso legato alle religioni. Cattolica di nascita, ora si sente cristiana. Approfondisce da tempo differenti temi legati alla spiritualità tra i quali in particolare lo studio del mondo onirico.

## Mondo delle vibrazioni

### BUONE VIBRAZIONI. L'IMPORTANZA DI UN PENSIERO ECOLOGICO

*"Io amo i vestiti colorati che indossa e amo il modo in cui la luce del sole gioca sui suoi capelli, io sento il suono di una parola delicata nel vento, che trasporta il suo profumo nell'aria: io sto ricevendo buone vibrazioni..."*  
(tratto dal testo della canzone "Good vibration" dei Beach Boys)

Erano forse i primi anni sessanta ed io, ragazzino vivace e sensibile, mi fermavo sovente davanti al jukebox nel bar-trattoria che gestiva mia madre. Sì, fu proprio in quel periodo che udii per la prima volta "Good vibration", la mitica canzone dei Beach Boys. Ricordo che la melodia di quella canzone mi stimolava a muovermi, battevo il tempo e tentavo anche di ballare. Non solo: riusciva a trasmettermi una strana sensazione, un misto tra euforia e gioia.

Ripensandoci ora, e ciò potrebbe sembrarvi strano, e del resto lo è stato anche per me in passato, ciò che mi colpì di più e che spesso si ripresentava nella mia mente come un chiodo fisso, furono proprio le due parole: Good Vibration. Sopraggiungevano all'improvviso nella mia mente e come un'eco imperfetto risuonavano nella mia testa, ripulite da una qualsiasi sonorità musicale: solo le parole, e mi piaceva pronunciarle anche se non capivo il loro significato.

Un giorno riuscii finalmente a farcele tradurre, e il fenomeno, invece che affievolirsi (la curiosità del ragazzino era soddisfatta), s'impresse nella mia mente con maggior intensità, con la sola differenza, che prima il fenomeno era semplicemente osservato, poi esercitò su di me un fascino inspiegabile.

La parola "vibrazione" era accattivante, misteriosa, innescava in me le più affascinanti fantasie: fu come un'attrazione fatale. Mosso come da un istinto, una forza inspiegabile, da lì in poi, i miei interessi cominciarono a focalizzarsi nella direzione del mondo dei misteri, delle avventure impossibili. Non leggevo Topolino, piuttosto che Tex Willer. Ero completamente affascinato da Nembo Kid (l'attuale Superman), Mandrake, Flash, e molti altri personaggi fantastici, tutti diversi, ma che si avvalevano di poteri con un unico denominatore comune: l'E-



nergia. E' trascorso molto tempo da quel periodo ormai lontano, e potrei affermare che nulla è andato perso, quell'attrazione fatale mi ha accompagnato per il resto della mia vita. Come un seme ha germogliato, ha affondato le proprie radici ed è cresciuto lentamente fino a diventare un albero. Un albero solido con molti rami, ognuno proteso in direzioni diverse, ma che fanno parte della stessa chioma: la Conoscenza dell'Uomo. Sopra quell'albero ho costruito la mia dimora: proprio così, con lo stesso spirito di un bambino che si crea il proprio rifugio, ho costruito una casa su quell'albero, che non ho mai più abbandonato. Una casa immersa proprio in quel mondo che adoravo e che mi ha consentito di esplorare in dettaglio molti di quei rami. Mi sono arrampicato su molti di essi, alcuni più robusti, altri meno e non hanno retto il peso, facendomi cadere più in basso, ma senza scoraggiarmi ho proseguito la mia ricerca nelle discipline PsicoBioFisiche.... ed io sto ricevendo buone vibrazioni. Comprendere il mondo delle vibrazioni è stato il life motive della mia vita, lo è tutt'ora.... Ma cosa sono? Da cosa dipendono? E soprattutto: come possiamo attrarre Buone Vibrazioni?

Max Planck (1858-1947), il famoso fisico tedesco, nel 1944 sostenne: "Tutta la materia trae origine e vita solo in virtù di una forza... dobbiamo presupporre che dietro a questa forza esista una Mente cosciente e intelligente. Quella Mente è la matrice di tutta la materia". Con queste parole M. Planck, padre della Teoria Quantistica, ha descritto un campo unitario di energia che unisce tutto il creato: la cosiddetta Matrix Divina. La scienza moderna è ai ferri corti con la soluzione di uno dei maggiori misteri di tutti i tempi e non vi capiterà di sentirne parlare durante i telegiornali e forse non lo leggerete nemmeno sulla prima pagina del Corriere della sera. Tuttavia, quasi settant'anni di ricerche scientifiche nell'area della cosiddetta "nuova fisica", ci stanno conducendo ad un inevitabile epilogo: tutto ciò che è presente nel nostro mondo, è collegato. E' proprio così! E' questa la notizia che cambia tutto e che sta profondamente scuotendo le fondamenta della scienza come la intendiamo oggi. "Va bene", direte voi, "questo lo sapevamo. Ma cosa rende questo epilogo così diverso? Qual'è il reale significato dell'essere tutti collegati in questo modo?" Oggi, oltre a provare che siamo collegati a tutto, la ricerca dimostra che il collegamento esiste proprio grazie a noi. La connessione ci permette di capovolgere il gioco a nostro favore, rispetto ai risultati che otteniamo nella vita. In ogni area del vivere, dalla ricerca di rapporti amorosi alla guarigione dei nostri cari, fino alla realizzazione delle nostre più alte aspirazioni, noi facciamo parte integrante di tutto ciò che sperimentiamo ogni giorno. La parola è un interruttore che accende o spegne una vibrazione che esiste nell'Universo e si possono concepire le parole alla stregua di un telecomando, che può raggiungere tutto. Gli esseri umani sono gli unici animali capaci di utilizzare le parole e ciò ci permette di allineare la nostra lunghezza d'onda su



tutto ciò che esiste nell'Universo ed è istantaneo. Le parole emettono delle vibrazioni con una risposta istantanea. Le parole e i pensieri possono andare dappertutto e verso tutti, all'istante. Avete bisogno delle parole, fate attenzione alle parole, pensate positivamente e vedrete che la gratitudine è un sentimento di base, bisogna ringraziare il vostro cervello inconscio (CI) che fa molte cose per voi, poi le persone che vi circondano, perché bisogna sapere riconoscere le piccole cose della vita e bisogna dirlo, che io riconosco quello che fai e dirlo con intenzione ed emozione,.... ed è grazie a questo che siamo felici.

Stiamo vivendo un'epoca interessante in cui tutto si riflette, perché tutto è contenuto in tutto, ogni cellula del corpo contiene tutte le informazioni del corpo intero e il corpo umano contiene

tutte le informazioni del Pianeta, dell'Universo. Sì, voi emettete delle vibrazioni in cui le risposte sono il riflesso delle vostre vibrazioni, per cui quelli che credono che la malattia venga da fuori di loro, si sbagliano. Consciamente si pensa, si ragiona, voi siete logici, ma quando pensate a qualcosa, a cose molto semplici, voi emettete particelle elementari sotto forma di pacchetti d'onda, voi emettete dei pacchetti d'onda a spirale con una certa velocità su un bersaglio. Abbiamo delle radio, 101, 102,5, non ci sono fili nell'Universo, sono lunghezze d'onda, frequenze e voi siete un emettitore e un ricevitore, cioè emettete e ricevete delle emissioni. Se voi siete collegati su una frequenza, non potete ascoltare una canzone su un'altra frequenza, voi ricevete l'emissione della frequenza su cui voi siete collegati. Se siete collegati sulla Paura della Malattia, non riceverete certo emissioni di serenità. Il bersaglio è quello a cui si pensa e là si fabbricheranno degli atomi. Ci sono degli atomi che volano via nella giornata, ma ci sono altri che restano. Hanno studiato per anni per scoprire come alcuni atomi volano e altri restano. Hanno trovato che, come diceva già Einstein, tutto viene dall'osservatore, cioè dipende da ciò che osservate. Cosa osservate nella vostra vita? Quando pensate a qualcosa, voi fate qualcosa, fabbricate degli atomi, e se pensate a qualcosa spesso, ripetutamente, voi lo vivrete. Osservate ciò che voi volete, invece di osservare tutto ciò che non vi piace, perché siete collegati su una frequenza e siete collegati con migliaia di persone che la pensano come voi e attirano verso di voi una risposta, quindi fate attenzione a ciò che osservate.

Voi pensate a qualcosa, siete collegati su una lunghezza d'onda, fabbricate degli atomi, ciò vi ritorna e il vostro cervello inconscio riceve le vostre informazioni sui cinque sensi. Immaginate di trovarvi in una vallata in cui riverbera l'eco e pronunciate ad alta voce: "Sono stancooo...". Puntualmente udirete come effetto: "Sono stanco..., sono stanco...." Non illudetevi che le vostre orecchie possano sentire qualcosa di diverso da ciò che avete appena pensato e pronunciato; non udirete certo: "Sono pieno d'energia". Ma il vostro cervello non fa differenza tra ciò che percepite fuori, visione esterna (VE) e ciò che create all'interno della vostra mente con una visione interna (VI): per lui tutto è vero, quindi il CI, poiché il suo ruolo è di trovare soluzioni, non pensa, non giudica. Lui opera, è tutto, cerca delle soluzioni e non fa differenza tra VE e VI. Per il CI vale la regola "Come se = è". Pascal recitava: "Mettiti in ginocchio e prega, e avrai fede". Il cervello vede e vi porta la soluzione a un'immagine che avete registrato con un dialogo interno e un'emozione. Il vostro cervello capta tutto a vostra insaputa, quello che vivete è o qualcosa che avete voluto o qualcosa che vi faceva paura. Siccome il CI cerca delle soluzioni, e non riconosce la negazione se dite "Non voglio più essere malato", la soluzione che il vostro cervello troverà sarà: malattia, essere malato più! Il cervello cerca delle soluzioni incollate punto per punto alle vostre immagini, alle parole, perché quando io dico "Non voglio più essere malato", l'immagine di me è malato. Bisogna cambiare l'immagine interna: "Io voglio essere in buona salute": il CI parla per parola fa attenzione, ecco perché la parola è molto importante, la scelta è nostra. E' necessaria un'ecologia dei nostri pensieri e per ottenerla dobbiamo vivere le situazioni della nostra vita osservandole da un quadro di riferimento interno, ma collegati all'esterno. Bisogna assumersi la responsabilità del nostro stato d'animo. L'assunzione della responsabilità è la prima caratteristica per ritrovare equilibrio e salute. Assumendo la responsabilità avrete la disponibilità di un meccanismo di correzione. Osservate il contrario: se non credete di essere responsabili e pensate semplicemente che le cose vi capitano, non potete farci nulla, siete impotenti.... Good Vibration!

**Emiliano Mezzadri**

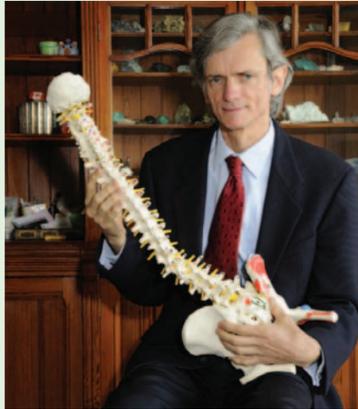
#### EMILIANO MEZZADRI

Classe 1954, opera nel campo delle discipline Bio-Psico-Energetiche dal 1979 e ha sempre cercato quanto di meglio offrissi il settore. Questo gli ha consentito di operare una cernita tra tutte le tecniche proposte da chi, non sempre, opera con dovuta attenzione e cautela, affidate talora alla buona volontà di pochi, ma sovente abbandonate all'improvvisazione di molti. In questo cammino di ricerca, non ancora esaurito, è cresciuto, apportando innovazioni e creatività, uniti ad un'alta professionalità e competenza. Solo dopo vent'anni trascorsi ricercando, studiando, applicando e quindi trasferendo agli altri tecniche, consapevolezza e strategie, atte a migliorare la qualità della nostra vita, nasce finalmente LIFE Vitality System, un sistema di guarigione olistico in cui Emiliano Mezzadri sviluppa modelli di intervento, in particolare nello sviluppo dei comportamenti e nello studio dei processi di cambiamento per "ristrutturare" il vissuto negativo in un vissuto rafforzante e positivo. Attualmente svolge la libera professione a Bologna e in provincia di Brescia, nelle vicinanze di Sirmione del Garda.

Mondo  
dalla testa  
alla coda

## LA COLONNA VERTEBRALE È LA CENTRALINA NEUROLOGICA DEL NOSTRO CORPO

**B**en ritrovati in ... questo Mondo. In questo articolo desidero proseguire il mio discorso iniziato nella 1° parte, uscita lo scorso numero di inaugurazione di Mondì della Salute, ricordate? La chiropratica da oltre cent'anni studia e corregge i problemi o i blocchi alla schiena o ad altre zone del corpo, dal cranio ai piedi e alle mani, ed è consigliabile per tutti, dai bambini agli anziani. Con aggiustamenti molto precisi il chiropratico ripristina l'armonia e la flessibilità del corpo. Talvolta il blocco è



più concentrato nel cranio, ma talvolta anche nelle mani. Un blocco al nostro torrente (citato la volta precedente, per meglio farmi comprendere) può essere trovato a monte o... a valle! Ne consegue che il chiropratico deve fare un'analisi dei fattori bio-meccanici e neurologici, e deve valutare la persona che ha davanti in tutti i suoi aspetti umani, per capire la vera natura del disturbo: è a livello mentale? Emotivo? Fisico? O ancora: bio-chimico? Inoltre deve valutare se il problema possa essere di nutrizione e/o di tossicità. Oltre alle sagge parole di Ippocrate (il cosiddetto padre della medicina), tutte le altre civiltà sulla terra praticavano varie forme di manipolazioni, dai cinesi, indiani, ai greci e ai romani, e nell'Europa medioevale ci sono sempre stati cervelli lungimiranti che avevano ben compreso l'importanza della colonna vertebrale. Ma come spesso accadeva in questi casi, non essendo capiti dalle masse o dalle autorità di turno, essi venivano definiti ciarlatani.... Mi auguro davvero che quei tempi siano definitivamente passati. Penso che proprio gli antichi che hanno dato il nome alle varie parti del corpo, sapessero davvero tanto: ad esempio l'osso cosiddetto sacro si chiama così perché è un osso fatto a triangolo invertito, che si trova alla base della colonna, cioè esso rappresenta il sacro del corpo, ovvero la terra sulla quale Tutto si costruisce: tutto il nostro mondo fisico, emotivo, mentale, e non ultimo quello spirituale. Il corpo è

più concentrato nel cranio, ma talvolta anche nelle mani. Un blocco al nostro torrente (citato la volta precedente, per meglio farmi comprendere) può essere trovato a monte o... a valle! Ne consegue che il chiropratico deve fare un'analisi dei fattori bio-meccanici e neurologici, e deve valutare la persona che ha davanti in tutti i suoi aspetti umani, per capire la vera natura del disturbo: è a livello mentale? Emotivo? Fisico? O ancora: bio-chimico? Inoltre deve valutare se il problema possa essere di nutrizione e/o di tossicità. Oltre alle sagge parole di Ippocrate (il cosiddetto padre della medicina), tutte le altre civiltà sulla terra praticavano varie forme di manipolazioni, dai cinesi, indiani, ai greci e ai romani, e nell'Europa medioevale ci sono sempre stati cervelli lungimiranti che avevano ben compreso l'importanza della colonna vertebrale. Ma come spesso accadeva in questi casi, non essendo capiti dalle masse o dalle autorità di turno, essi venivano definiti ciarlatani.... Mi auguro davvero che quei tempi siano definitivamente passati. Penso che proprio gli antichi che hanno dato il nome alle varie parti del corpo, sapessero davvero tanto: ad esempio l'osso cosiddetto sacro si chiama così perché è un osso fatto a triangolo invertito, che si trova alla base della colonna, cioè esso rappresenta il sacro del corpo, ovvero la terra sulla quale Tutto si costruisce: tutto il nostro mondo fisico, emotivo, mentale, e non ultimo quello spirituale. Il corpo è

il Tempio della nostra Anima.... Ma ritengo che sia giunta l'epoca in cui dobbiamo capirne davvero, e non solo parlarne, del vero significato per evolvere bene! Anche l'occipite che si trova al di sopra del collo, cioè nella nuca del cranio, regge il cosiddetto capo (dal latino caput), il mondo, o la testa, e nella chiropratica è considerata una zona stra-importante perché è qui che si trova la prima fuori uscita del midollo spinale dalla ... foramen magnum. Ogni zona della colonna ha un suono, per così dire, come una corda di violino o d'arpa. E' la Fisica che ci insegna questo, e la colonna vertebrale e la bio-energetica corporea sono molto legati fra loro. Del resto sappiamo che la materia e l'energia sono collegati, no? Anche la clavicola (o chiave, dal latino) si trova alla base del triangolo cervico-craniale. Infatti è una piccola chiave per risolvere problemi di equilibrio di questo triangolo. Il corpo ha una sua geometria che va rispettata, come tutte le altre forme di vita, o addirittura di tutta la natura, dal regno animale, al vegetale, o minerale. La Salute non è solo l'ingestione di farmaci. A volte necessitiamo anche di quelli, ma dobbiamo andare oltre.... Non possiamo solo prendere in considerazione il sintomo e cercare di camuffarlo. Bisognerebbe prestare attenzione e studiare la nostra armonia, flessibilità, geometria del corpo per stare bene (ben-essere). Perché spesso il problema di star male deriva dal nostro reagire male davanti ad un'esperienza: ciò accade proprio perché non siamo armoniosi, flessibili, o in buon equilibrio. Per riassumere, pensate un po' alla colonna vertebrale e al sistema nervoso come alla centralina del corpo. In questo mondo super tecnologico tutti sanno che se c'è interruzione di corrente, la prima cosa che si fa è quella di andare a controllare la centralina elettrica più vicina. E così suoneremmo tutti una Musica più Armoniosa, e chissà.... forse il mondo sarebbe altrettanto più armonioso, in cui non raggiungerebbe più il Potere una persona squilibrata che reagisce male alle varie esperienze di vita....

Peter Asselbergs- Fine seconda parte

### PETER ASSELBERGS

Canadese, classe 1955, ha conseguito a Toronto negli anni '80 la laurea in Scienze di Biochimica e quella in Dottorato di Chiropratica. Ha fondato la prima scuola italiana di chiropratica sulle colline bolognesi presso l'Eremo di Ronzano (European School of Chiropractic, 1999-2006) di cui è stato presidente. Attualmente svolge la sua attività di libero professionista presso il suo studio di chiropratica nella provincia di Bologna.

❁ "La vita è continua risposta, se non la interroghi essa tace" Giampiero Bona ❁

Mondo  
di Lia

## L'OMEOPATIA E LA MORA-TERAPIA, SECONDO LA MIA ESPERIENZA

**I**miei approcci con la medicina naturale risalgono ai primi anni '70. A quei tempi si parlava molto poco di medicina alternativa, eccezione fatta per l'erboristeria, che tuttavia era relegata ad un ruolo marginale e considerata alla stregua di medicina empirica con effetti prevalentemente palliativi. Chi si rivolgeva all'erborista credeva nel potere purificativo delle tisane e ne faceva uso per curare sintomi poco importanti; solo intorno alla metà degli anni '70 si cominciò a rivolgere l'attenzione a discipline quali la macrobiotica, l'alimentazione biologica integrale e l'agopuntura, legata ai principi della medicina tradizionale cinese. Ricordo che quando mi capitava di parlare di medicina naturale venivo accolta con molto scetticismo, accompagnato da una buona dose di non conoscenza. E' opportuno ricordare che in quegli anni si privilegiava la buona tavola, ricca di grassi animali e chiunque



parlasse un linguaggio diverso, veniva guardato con sospetto e diffidenza. Il dott. Cattaneo coltivava il suo interesse per l'omeopatia, che ben presto divenne la sua principale attività; non fu un esordio facile: si trovava di fronte un muro di diffidenza ed era tacciato di stregoneria, ma il suo entusiasmo e la sua preparazione, nonché la sua professionalità, superarono ogni ostacolo. L'omeopatia è una medicina erroneamente considerata alternativa, che sarebbe opportuno definire parallela, o meglio un metodo scoperto e sperimentato da C.F.S. Hahnemann (Meissen 1755-Parigi 1843). Essa si fonda sul principio della Legge dei Simili, secondo la quale ogni malattia può essere curata somministrando a dosi infinitesimali quella sostanza che in un individuo sano è in grado di provocare una sintomatologia simile alla patologia che si intende curare. Le sostanze utilizzate provengono dai tre regni della natura (minerale, vegetale ed animale) vengono diluite, poi dinamizzate tramite scuotimento, al fine di eliminarne la parte ponderale e liberarne la componente energetica, che agirà per risonanza dell'organismo. L'omeopatia è una ve-

ra medicina olistica in quanto finalizzata al rispetto dell'essere umano nella sua totalità di psiche e corpo. Il dott. Cattaneo soleva dire che oggi veniamo sottoposti ad ogni genere di stress, a differenza dei tempi di Hahnemann, e che, se all'epoca era sufficiente trovare la sostanza più simile alla sintomatologia del paziente e somministrarla con un unico farmaco, oggi, purtroppo, ciò non è più possibile. Si rendeva conto che il paziente che si rivolgeva a lui stressato, intossicato da farmaci chimici, amalgame dentarie, reduce da interventi chirurgici, ecc., necessitava di un supporto terapeutico completo, che intervenisse sulla complessità dei problemi. Un unico farmaco spesso non era sufficiente, in quanto i tempi di reazione potevano essere lunghi, e, specialmente in presenza di problemi acuti, era opportuno agire sull'aspetto sintomatico acuto. Consapevole che i rimedi possono essere sinergici, sentiva profondamente la necessità di testare i singoli farmaci sul paziente, al fine di personalizzare la terapia e riscontrarne l'interazione sui vari organi o apparati. Le sue ricerche e i suoi studi lo portarono alla conoscenza dell'apparecchio Mora (vedi articolo uscito sul n.°10, maggio 2009, di Mondolibero, pag.34) e finalmente potemmo insieme constatare come i farmaci agivano, e come l'equilibrio deficitario veniva ristabilito anche in tempi relativamente brevi. La parola Mora è un acronimo dei suoi due ideatori negli anni '70, il fisico tedesco Morell e l'ingegnere elettronico Rasche. Da allora l'apparecchio è stato migliorato nella tecnologia elettronica ed informatica. E' un metodo completo di diagnosi e terapia basato sull'utilizzo delle frequenze elettromagnetiche del paziente stesso: una bio-risonanza che non prevede l'utilizzo di tensioni, correnti elettriche o frequenze esterne. Il Metodo di Cattaneo, di cui attualmente mi occupo personalmente e che mi onoro di trasmettere ad altri medici con cui collaboro, consiste in un test dell'energia dei vari organi, secondo i principi della medicina tradizionale cinese. Vengono testati alcuni punti agli apici delle dita delle mani e a quelle dei piedi (che sono nudi), in maniera assolutamente non invasiva ed indolore, con un puntale sferico. Già dal primo test si può avere la visione delle problematiche del paziente. Si procede ad un trattamento riequilibrante sulle frequenze del paziente; vengono poi inserite le frequenze dei farmaci e si valuta l'azione di questi ultimi, creando così una terapia personalizzata, che a mano a mano che i sintomi regrediscono, può essere modificata durante i controlli successivi. Cattaneo sosteneva che non esiste la malattia in quanto tale, bensì il malato che presenta sintomi, la cui origine va ricercata ed individuata. Egli possedeva una dote inimitabile, la capacità di far sentire ogni paziente come se per lui fosse unico: ascoltava con grande disponibilità, dava spazio alle esigenze di ognuno e aveva sempre una parola di conforto e comprensione: un medico del corpo e dell'anima....

Lia Boragini

### LIA BORAGINI

Classe 1950, ama definirsi mamma, nonna, e... infermiera per caso. Infatti diplomata infermiera, ha lavorato 26 anni presso un poliambulatorio a Bologna, e 10 anni come assistente del compianto dott. Alberico Cattaneo, omeopata ed iridologo, ideatore dell'omonimo metodo che si basa sull'impiego della Mora Therapy. Attualmente collabora con alcuni medici omeopati in possesso dell'apparecchiatura Mora a Bologna.

## OGM, OPM, E... KIWI

Dopo anni di inutili considerazioni, opinioni distorte, mancanza di chiarezza e strumentalizzazione mediatica, la gente comune non conosce ancora, in questo "bagno turco" che è l'informazione di massa, quale sia la reale pericolosità dei prodotti OGM. Così, dopo le campagne dei collusori e dei ricercatori assoldati dalle Multinazionali, abbiamo subito il ghigno mascherato, seppur con un attimo di indecisione, dell'ex ministro della salute Veronesi, durante l'intervista nella rubrica televisiva "Che tempo fa" condotta da Fazio, che lo provocava nel porgergli una risposta sulla pericolosità o salubrità degli ogm: è riuscito a strappargli un: "Sicuro che non siano dannosi?", e il personaggio suddetto con una malcelata e poco rassicurante espressione ha risposto: "Sì, sono sicuro!". Così ha legalizzato il consumo di massa degli ogm a milioni di telespettatori italiani, ignari della infondatezza di un giudizio così gravoso ed inutile, proprio ad un Paese quale è l'Italia, che cerca di mantenere i suoi prodotti tipici e di qualità. Allora noi parsimoniosi consumatori, di fronte all'urlo del più forte, che si impone solo con la spavalderia, e una scienza ben lontana dai richiami di Bioetica, non possiamo che cercare nella osservazione e nella storia delle risposte pertinenti, coerenti e sicuramente più critiche.



Gli esperimenti sono fatti in prima istanza, si sa, da coloro che finanziano o immettono sul mercato gli ogm. Direte voi: "Bella forza, si sa che i loro conti riescono sempre a quadrare". Volenti o nolenti esiste sempre questa tendenza a produrre dati a loro favore, per giustificare l'u-

so indiscriminato di prodotti nati unicamente per arricchire una piccolissima cerchia di imprenditori senza scrupoli; per cui, essendo dubbia la attendibilità di quei dati, non occorre menzionare la storia di molecole importanti come il talidomide, ad esempio, per verificare che le sperimentazioni o il vaglio della registrazione è sempre allargato, per far transitare qualche grosso affare, per cui non è attendibile "la dimostrata non pericolosità" di chi li produce. Le obiezioni dei comitati di bioetica, dei consumatori, delle associazioni degli agricoltori biodinamici e del biologico, hanno meno forza mediatica, si sa: non hanno, cioè, l'organizzazione del potere divulgativo, non hanno da dimostrare nulla, sanno già di essere nel giusto, e quindi investono meno nel parare i colpi di questa invasione silenziosa di chi non rispetta, bensì stravolge la natura altrui, impastando di materiale genetico destrutturato in giro per l'aria come nei pollini, come sperma vagante nei mari o nelle piscine dove sguazzano le vostre mogli o le vostre giovani figlie! Complimenti a chi non ha ancora capito niente o ha ancora dubbi! Complimenti a chi si sente nel giusto, unicamente osservando la giusta media degli estremi, come posizione di grande equilibrio e saggezza! Ma noi no, non ci rassegniamo a questa unzione e grande consumo di "vasellina", dove un liberalismo, chiedendo "il consenta", celi dietro la signorilità, un gesto vecchio come il mondo: no grazie! Ma a cosa attingere per rendere plausibile la nostra negazione naturale a novità non necessarie, che la scienza, come altre discipline umane imperfette, non vuole riconoscerne la dannosità, l'inutilità e la ineluttabile contaminazione? Così noi ricercatori laici, con maggiore intelligenza, guardiamo la storia, osserviamo, e troviamo risposte fondate ed inequivocabili, che i venditori di niente, troppo attenti alle fragorose e spassose trovate, mettono a repentaglio la salute pubblica e ci privano del buonsenso. La storia ci insegna molto, ma occorre cercare, attraverso la deduzione, i fenomeni che vi scorrono in analogia. Le grandi conquiste, le scoperte, le invasioni portarono sempre novità alle popolazioni in termini etici, culturali, scientifici, agroalimentari, perché in grado di cambiare le stesse sorti di civiltà. Ogni grossa civiltà è nata dalla coltivazione di una graminacea, ad esempio, il riso in Oriente, la durra in Africa, il miglio, l'orzo, il farro in Medio Oriente, il mais in Centro America, e così via.... Con l'arrivo nel Nuovo Continente, infatti, i coloni e i marinai importarono numerose qualità di sementi e si cominciò in Europa a coltivare patate, ad esempio, o il granturco, con sconvolgimenti dell'assetto agrario, tale da rendere più vulnerabile la stessa popolazione, poiché tutto ciò creò monoculture e diminuzione della biodiversità. Etichettiamo i tedeschi come "mangiapatate": in realtà essi coltivavano da poco più di due secoli questa solanacea. O la bassa padana il mais.... O se pensiamo al castagno comune (*Castanea sativa*): anche questo è arrivato dall'India circa dopo l'anno mille, quindi non esisteva all'epoca dei Romani, che vivevano con fave e farro e vincevano guerre su guerre con un regime alimentare assai consolidato. Gli effetti di queste mode agroalimentari non tardano a manifestare fenomeni di disadattamento di massa: infatti la Peronospora della patata, una malattia fungina, che colpì nel 1840 gran parte delle coltivazioni di patate dell'Irlanda, fu la causa di una carestia senza precedenti, che colpì quel Paese, e che indusse gran parte della popolazione a fuggire verso il Nuovo Mondo, in cerca di terre e ambienti nuovi. La coltivazione del mais, invece, non tardò anch'essa a manifestare in Europa (ma anche negli Stati Uniti) una plaga sociale, detta appunto "pellagra", cioè "pelle agra" per il tipo di lesione cutanea, che è provocata da una dieta restrittiva carente di vitamina PP, ovvero "Preventing Pellagrous", carenza cronica di niacina. Ma prima che si scoprisse che la pellagra fosse causata da una carenza, e non fosse una malattia infettiva come si pensava anche dello scorbuto, ci vollero non poche vittime e non pochi anni: quel ritardo storico che l'uomo, pare, debba sempre scontare per non essere mai umilmente figlio del tempo che vive, e quindi riconoscere gli stessi errori che sistematicamente compie, pensando che il proprio tempo darwiniano sia il migliore: proprio come sta facendo oggi. Quando si scoprì che la malattia era carenziale,.... era ormai tardi, o meglio: si scoprì prima la vitamina e poi studiando la vitamina e i suoi effetti, si poté dedurre le implicazioni, ma

non si volle studiare la epidemiologia della pellagra ed ipotizzare che essa fosse dovuta a cause non infettive, inutilmente aggredendo, in manzoniana memoria, i poveracci, che oltre alla malnutrizione subirono pure l'unzione. Almeno i romani chiamarono malaria o "paludismo" una patologia che si sviluppava più frequentemente vicino alle zone umide malsane, e invitavano alla costruzione delle abitazioni più lontana possibile dalle paludi stesse, proprio per non soffrire la "male aria", appunto. Se si fosse riflettuto di più sull'osservazione dei fenomeni, anche sulla pellagra si sarebbe potuto disquisire, ad esempio, di alimentazione: prima di scoprire la niacina si sarebbe empiricamente osservato che essa colpiva principalmente i grossi consumatori di mais e di farina di mais e il piatto tipico ottenuto da essa, cioè la polenta, quindi con una indagine epidemiologica si sarebbe potuto osservare che però altri consumatori di farina di mais, come i popoli del Centro America, nonostante ciò, non soffrissero affatto di pellagra, e quindi si sarebbe potuto dedurre che a parità di consumo doveva pur esservi qualche cosa che impediva loro di manifestare la carenza. E cosa poteva essere? Ed è a questo punto che il fattore tempo, ancora una volta, spiega ed erudisce come sia necessario che i fenomeni e i cambiamenti troppo repentini rispetto al ritardo storico dell'uomo, permettano una naturale elaborazione rispetto alle mode. Infatti il mais coltivato nel centro America da oltre 2.000 anni, ha avuto modo di manifestare quadri di patologia, che l'uomo nel tempo ha culturalmente elaborato, fino a trasformare, attraverso un processo antropologico, la sua potenziale pericolosità: trattando, infatti, la farina di mais col Carbonato di calcio come lievito chimico nella preparazione della tipica "tortillas", esso rende biodisponibile la niacina, che diversamente non lo era, impedendo quindi alla polenta di manifestare il suo quadro carenziale. Abbiamo visto come l'elaborazione del cibo, nel tempo, possa rendere meno pericolosa una sostanza ritenuta commestibile, ma della quale ancora non si conoscono gli effetti, .... come degli Ogm.... Ma c'è dell'altro. Pensiamo all'ultimo fenomeno legato alla globalizzazione prima dell'avvento degli OGM e degli effetti e le indicazioni che ne scaturirono: l'arrivo del KIWI. Il Kiwi, o Actinidia, è una pianta sarmentosa rampicante delle isole della Polinesia. Essa ha trovato condizioni ideali di crescita nelle vicine isole della Nuova Zelanda, dove, dopo opportune selezioni e acclimatamento, è stata esportata in tutto il mondo, con un boom di consumo negli anni Ottanta. Come tutte le novità sembrava essere una pianta dalle virtù miracolose per l'alto contenuto di vitamina C: furono investiti e scritti fiumi di parole a proposito delle grandi virtù terapeutiche di una bacca dioica tutto sommato mediocre come gusto, se non fosse stato per la novità in sé; sembrava la panacea a tutti i mali. Poi, dopo questi presunti effetti e il boom di consumi, il tutto si è ridimensionato a livelli endemici di consumo, diremmo, da confetture di kiwi a sciropi, dolciumi e quant'altro, oggi il kiwi è utilizzato dalle massaie per uno scopo: combattere la stipsi. Sì. Non era indicato in nessun manuale o libro che il kiwi fosse selettivamente indicato per questo uso: sono state le massaie, attraverso una elaborazione culturale, a delineare l'uso e lo scopo di un frutto tutto sommato gradevole, ma non agognato. Ora occorre interrogarci con lo stesso spirito indagatore, che contraddistingue la persona sana: perché il kiwi induce all'uso, contro la stitichezza? Esso non contiene particolari quantità di sostanze diarroiche, contiene zuccheri, pectina, vitamina C, non superiori rispetto ad altri frutti commestibili, ma più delle prugne secche che con l'alto contenuto di zuccheri induce disbiosi intestinale; eppure basta un kiwi (dice la massaia) ed è più facile assolvere una funzione fondamentale per la salute dell'alvo. Allora? Allora basta riflettere e trovare conferma dall'empirismo: l'intestino, sede di una intelligenza arcaica, come dimostrano le placche del Pejer, che sono di origine neuroectodermica, è in grado di riconoscere il "buono" dal "potenzialmente tossico", cioè da una qualità di sostanze "X" delle quali ancora non ha assuefazione immunologica e che quindi preferisce allontanare prontamente attraverso una funzione di detossificazione come l'alvo, piuttosto che rischiare di assumere una sostanza della quale ancora non si sente pronto. Certo è che non esiste animale selvatico che neppure per caso si nutra di kiwi: tutti lo evitano, nemmeno le gazze curiose e onnivore beccano un solo frutto, anche il più maturo (delineando come sia brevissimo il tempo tra il concetto di maturità e infradiciamento...), quelli che cadono dai rami infradiciano senza che nessun saprofita ne sia attratto, nè un cinghiale, ghiro, ratto, volpe, tasso, porco-spino, lumaca o cornacchia,.... insomma nessuno: tranne l'uomo razionale,.... ma non il suo intestino, che non lo accetta e lo rifiuta.... indigerito. Pare come se, cautelativamente, parte di noi, quella più antica e saggia, lo rifiuti, e quella razionale di fronte a tutto ciò, non impedisca nemmeno di cibarsi di proteine venute dagli abissi di un pesce mai mangiato da milioni di anni da una molecola di chissà quale pianta del deserto, per sfruttarne una caratteristica scorponando-la dalla sua totalità.... Sembra evidente a tutti ora, eppure... Eppure qualcuno ha osservato che nel Parco Nazionale di Yellowstone negli Stati Uniti i cervi evitavano avena transgenica rispetto a quella non, così come altre prove sui ratti confermavano lo stesso dato: e cioè che preferivano sementi non ogm rispetto a quelle transgeniche.... E stiamo ancora qui a discutere o a dare ascolto a Qualcuno che professa come la scienza debba essere libera? Sì certo, di servire l'uomo, non una parte di uomini. E se le malattie emergenti sono le allergie e le intolleranze alimentari.... allora mi spieghino gli "spacconi scienziati" come giustificare l'alta insorgenza di allergie alimentari e l'utilizzo indiscriminato di ogm, quando non si sa nemmeno quale tipo di combinazione genetica avvenga tra la parte aggiunta e quella ospite?! Allora mi viene da pensare che tutto ciò sia dovuto alla presenza di individui che si lasciano corrompere dalle finalità lucrative e possono cambiare opinioni rispetto la stessa loro origine con un travaso di scopi che ne ha modificato le caratteristiche. Sono gli OPM, ovvero Organismi Politicamente Modificati .....

David Satanassi

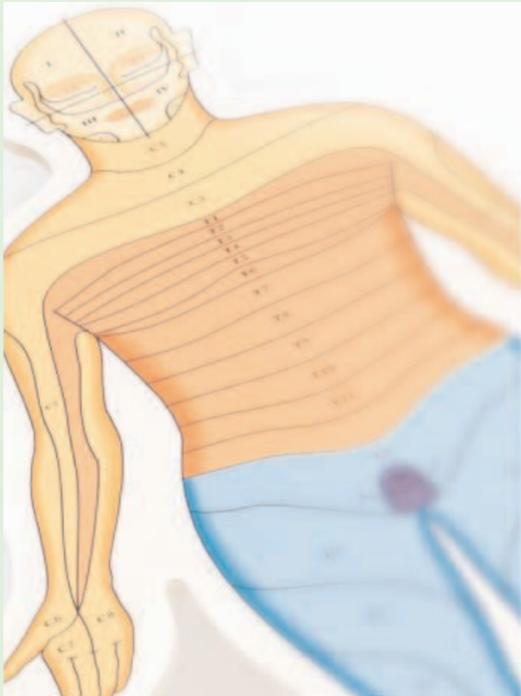
### DAVID SATANASSI

Medico veterinario, zooantropologo, omeopata ed esperto in bioetica, ricercatore in medicina biologica. Ama definirsi... ricercatore libero di tartufo, e non solo....

Mondo  
dell'energia  
vitale

## NEURALTERAPIA O TERAPIA DEL "SECONDO DOPO"

La neuralterapia venne scoperta casualmente dai medici tedeschi Ferdinand e Walter Huneke nel 1921. Non riuscendo a curare la sorella affetta da una cefalea persistente e molto dolorosa, su consiglio di un collega, Ferdinand le iniettò endovena un antireumatico. Immediatamente i sintomi fisici e psichici scomparvero e la sorella si sentì bene per alcuni giorni. Così quando le sopraggiungeva la cefalea, lei si recava dal fratello Ferdinand per l'endovena di antireumatico. Una volta capitò che



Ferdinand fosse assente e la terapia venne effettuata dal fratello Walter, ma i sintomi non passarono. Allora i due confrontarono le confezioni della sostanza iniettata e si accorsero che Ferdinand, erroneamente, iniettava endovena la preparazione da inoculare intramuscolo che conteneva procaina, mentre Walter quella per endovena che non la conteneva. Iniettando infatti procaina endovena (qualche goccia) e nelle zone dolenti, il dolore passava immediatamente, "dopo un secondo". La loro fama aumentò e un giorno si recò nel loro ambulatorio una signora affetta da periartrite scapolo omerale (dolore alla spalla), che la faceva soffrire da anni ed era resistente a tutte le terapie cui era stata sottoposta. Anche gli Huneke con la procaina non riuscirono a farle passare il dolore. Quando però la paziente tornò a casa, le si riaprì una vecchia ulcera su una gamba, nel punto dove anni prima aveva sofferto di osteomielite, che si era cicatrizzata. Ritornò dagli Huneke che ritennero opportuno infiltrare anche la cicatrice sulla gamba con procaina. Immediatamente alla paziente scomparve il dolore alla spalla. Capirono allora che nel corpo esistono "campi di disturbo" che creano delle patologie anche a distanza dalla zona dove sono posti e che se non vengono individuati e infiltrati non si ottiene la guarigione. Questi campi di disturbo sono: cicatrici, denti, tonsille, seni paranasali, plesso genitale, tiroide, linee di frattura, corpi estranei. Il funzionamento di questa metodica terapeutica è spiegato dal fatto che infiltrando il campo perturbante, questo diminuisce la sua azione negativa nei riguardi della zona perturbata attraverso il sistema nervoso vegetativo e il collegamento tra gli apparati dovuto alla matrice extracellulare. Ripetendo tale terapia per alcune volte il disturbo si annulla del tutto dando la guarigione definitiva. Per quanto riguarda i denti il paziente deve essere visitato da un dentista che conosca questa metodica. Infatti i denti possono generare vari problemi dovuti per esempio a malocclusione, a mancata fuoriuscita del cosiddetto dente del giudizio, a parodontosi, a danni dalle amalgame usate per le otturazioni. Nelle patologie croniche è importante che il paziente ricordi quando ha effettuato l'ultima cura odontoiatrica, dato che, oltre alle succitate cause, ogni dente ha degli effetti riflessogeni su uno o più organi ed apparati.



frire da anni ed era resistente a tutte le terapie cui era stata sottoposta. Anche gli Huneke con la procaina non riuscirono a farle passare il dolore. Quando però la paziente tornò a casa, le si riaprì una vecchia ulcera su una gamba, nel punto dove anni prima aveva sofferto di osteomielite, che si era cicatrizzata. Ritornò dagli Huneke che ritennero opportuno infiltrare anche la cicatrice sulla gamba con procaina. Immediatamente alla paziente scomparve il dolore alla spalla. Capirono allora che nel corpo esistono "campi di disturbo" che creano delle

patologie anche a distanza dalla zona dove sono posti e che se non vengono individuati e infiltrati non si ottiene la guarigione. Questi campi di disturbo sono: cicatrici, denti, tonsille, seni paranasali, plesso genitale, tiroide, linee di frattura, corpi estranei. Il funzionamento di questa metodica terapeutica è spiegato dal fatto che infiltrando il campo perturbante, questo diminuisce la sua azione negativa nei riguardi della zona perturbata attraverso il sistema nervoso vegetativo e il collegamento tra gli apparati dovuto alla matrice extracellulare. Ripetendo tale terapia per alcune volte il disturbo si annulla del tutto dando la guarigione definitiva. Per quanto riguarda i denti il paziente deve essere visitato da un dentista che conosca questa metodica. Infatti i denti possono generare vari problemi dovuti per esempio a malocclusione, a mancata fuoriuscita del cosiddetto dente del giudizio, a parodontosi, a danni dalle amalgame usate per le otturazioni. Nelle patologie croniche è importante che il paziente ricordi quando ha effettuato l'ultima cura odontoiatrica, dato che, oltre alle succitate cause, ogni dente ha degli effetti riflessogeni su uno o più organi ed apparati.

Giovanni Angilè

### GIOVANNI ANGILÈ

Nasce a Padova nel 1955. Già prima di laurearsi in Medicina inizia a frequentare un corso di Agopuntura; dopo la laurea studia Omeopatia, poi Neuralterapia, Kinesiologia applicata, Chiroterapia e Ipnosi. Pubblica articoli su "Biocalenda", la rivista dell'Associazione Culturale La Biolca di Padova di cui fa parte del Comitato Scientifico. Lavora come libero professionista nella provincia di Padova.

❁ "La distinzione tra passato, presente e futuro è solo un'illusione per quanto radicata" Albert Einstein ❁

Mondo  
che vola  
sulle note

## . NOTE DI (S)VOLTA

"..... NON ESISTE IL METODO PER  
L'INSEGNAMENTO DEL PIANOFORTE, MA  
UN METODO PER OGNUNO DI NOI..."

Dedicato ad M.

C'era una volta M. Mi portarono questa bambina a lezione nel 2001, dicendomi: "Canta sempre ... a noi profani sembra molto intonata... ha espresso il desiderio di imparare a suonare il pianoforte.. ecco... magari non sarà la sua strada, ma, se per favore potesse farle un esame attitudinale... e dirci, in tutta franchezza... se vale la pena... Consideri che ha talmente voluto venire da Lei, che lo ha chiesto come premio (è la prima della classe)..."

M. è veramente intonata, tanto intonata che credo non stonerà mai in tutta la sua vita. M. è "intonata" anche quando suona il pianoforte, perché ha un senso naturale del fraseggio che lascia sbalordita ancora me, dopo così tanti anni, tanti pezzi, tanti esami e premi ai concorsi pianistici. Soprattutto M. incanta chi la ascolta, come il Pifferaio di Hamelin, che porta chissà dove chi lo segue. Quando mi trovo in sala ai concerti di M., sembra che la platea si conceda istintivamente, affascinata da questa ninfa di 14 anni al pianoforte, bellissima.

Il fatto è che gli aggettivi più adatti a M. e alla sua mente sono: musicale, meravigliosa e matematica. Non è certamente una chiacchierona: usa più le orecchie (e, soprattutto, il cervello) per ascoltare, che la bocca per parlare e usa i suoi occhi blu per guardare, piuttosto che essere guardata.

Interessanti, penso, che siano alcuni dubbi che mi ha espresso in questi anni.

Dubbio n.1:

"Miriam, tu credi che ci possa essere un momento di saturazione nello studio della nostra musica?" "Mi spaventerei se non lo avessi, M." "...Ma così vuol dire, che dopo questo pezzo non mi andrà più di studiare, che ne so, un'altra Sonata di Beethoven o un altro studio di Scriabin?" "Secondo me, no. Piuttosto, forse, hai bisogno di musica un po' più viscerale, che bilanci tutto il sublime appreso finora. Potresti cimentarti con un altro strumento. Qualcosa tipo ... Boh...?" "La chitarra elettrica?" "Esatto!". (Ovvio che sia diventata una virtuosa anche sulla chitarra rock...).

Dubbio n.2

"Miriam, come facevi a studiare tanto e ad avere dei voti così alti sia al liceo che al conservatorio?" "Prima di tutto studiavo poco, e poi studiavo al contrario." "...Mi sfugge la seconda..." "Forse dovrei dire che, studiando al contrario mi serviva poco tempo. Allora, supponiamo che si debba studiare da pag 1 a pag 10 una materia che non piace e che quindi non ha avuto la nostra attenzione a scuola. Se cominciamo a leggere pag 10, non capiamo nulla, eccetto, nel migliore dei casi, un nome proprio scritto in grassetto. Andiamo a pag 9 e leggiamo: è



molto probabile che incominciamo a capire l'1% di pag 10 e 0 di pag 9, però a pag 8 capiamo un bel 10% di pag 10 e almeno il 5% di pag 9...ecc, ecc... Di solito, a pag 5 non solo capiamo al volo, ma è già un ripasso, per non parlare di pag 1, che è la solita introduzione che ci ripete le cose che sappiamo già. Se poi in classe sei stata attenta, lo studio diventa ancora più veloce. E, se hai tempo, puoi anche ripetere, magari nel verso giusto."

Dubbio n.3

"Miriam, come fai a ricordarti tutto il concerto a memoria, anche quando fai lunghi viaggi e non puoi studiare fino ad un momento prima?"

"Si suona senza il pianoforte, ma devi saperlo fare già a casa: attenzione, non sto parlando di analisi, che sicu-

ramente aiuta, ma di suonare nel tuo cervello tutte le parti delle mani unite, con la diteggiatura che hai scelto. Ti consiglio di non muovere neanche un muscolo, mentre lo fai, in modo da concentrarti meglio. Ti consiglio anche di non camminare, perché una volta ho sbattuto contro un cancello." "...".

Dubbio n.4

"Miriam, secondo te, dovrei scegliere una scuola superiore facile, per potermi dedicare al pianoforte?" "No." "No?" "M., ti divertirebbe frequentare un professionista?" "No, ma potrei sacrificarmi per amore del pianoforte..." "Così finiresti per odiarlo. Escludi un attimo il pianoforte: c'è qualcosa che ti appassiona?" "L'astrofisica." "Ti sei già risposta. Devi divertirti a studiare..."

PS: A. Einstein, fisico e violinista, V. De Sabbata, direttore d'orchestra e astrofisico; M. Pollini, pianista e ingegnere; ... ecc... ecc...

Miriam Garagnani

### MIRIAM GARAGNANI

Classe 1967, modenese, diplomata in pianoforte e in musica da camera. Ha studiato a New York e a Parigi. Ha suonato come solista in tutta Europa, Stati Uniti, Giappone, Malesia e Australia. Suona in duo con il violoncellista A. Mostacci, e in trio con la flautista A. Morini. Dal 1994 insegna per scelta esclusivamente al Libero Conservatorio Municipale "Jacqueline Du Prè" di Spilamberto (Mo).



## I FIORI DI BACH

Incontriamo Angelina Tudisco, erborista diplomata presso l'Università di Modena, e Floriterapeuta, iscritta all'albo della Società Italiana di Floriterapia. Lavora presso la sua erboristeria da quasi dodici anni e da lei si effettuano colloqui per i Fiori di Bach.

Angelina, nel 1917 all'inglese Dottor Edward Bach (1886-1936), che all'epoca aveva 31 anni, fu diagnosticato un tumore senza speranza. Ma a dispetto della terribile diagnosi (che non prevedeva più di tre mesi di vita per lui), e nonostante la disperazione che lo travolse, si rimise in piedi, vivendo per ben altri diciannove anni, grazie alle sue ricerche e studi che continuò a portare avanti con grande determinazione, nonostante la grave malattia. Su cosa si basano le sue concezioni rivoluzionarie? Secondo Bach che origini hanno le malattie? Che significato hanno?

Nei primi del Novecento Bach era medico immunologo. Le sue ricerche lo avevano portato a studiare i vaccini. Mise a punto i suoi vaccini "omeopatici" suddivisi in 7 gruppi principali (gruppi batterici). Inoltre elaborò 7 stati emotivi dei pazienti arrivando a trarre un collegamento tra i vari gruppi batterici e determinati generi di personalità. Avanza sempre più in lui la convinzione che la Malattia sia collegata allo stato emozionale del paziente, alla sua personalità. La sua diagnosi non si basa più quindi solo sui sintomi fisici, ma anche sui comportamenti dis-armonici o negativi sul piano spirituale della natura umana stessa, ed esorta i suoi pazienti a prendersi la responsabilità di fronte alla manifestazione della malattia, avendo l'Uomo un forte potenziale di grandi risorse in grado di aiutarlo ad affrontare meglio le sue stesse malattie; ad una presa di coscienza di se stessi, e di non essere quindi vittime dei propri mali....

**Bach negli anni '30 mise a punto una terapia dolcissima basata sull'utilizzo di Fiori da lui selezionati e che non provoca contro-indicazioni di nessun tipo sull'organismo. Considerando che egli poneva l'individuo e non la malattia al centro del suo interesse, e che aveva come obiettivo l'annullamento delle sofferenze fisiche e mentali per poter raggiungere la guarigione definitiva, qual è la grande novità della Floriterapia?**

Comincerei a rispondere a questa domanda premettendo come il dottor Bach ebbe l'intuizione di ricercare un sistema dolce e naturale, non invasivo, per aiutare a guarire le malattie dei suoi pazienti. Lui proveniva da una famiglia del Galles in Inghilterra, che gestiva una piccola officina per la fusione dell'ottone, a cui anche lui lavorò per un po' da giovanissimo (prima di intraprendere la carriera di medico) come apprendista. Essendo di natura sensibile e acuto nell'osservare l'animo umano, Bach ben presto intuì che c'era una stretta correlazione tra malattie fisiche e conflitti spirituali ad esse legati. Studia perciò Medicina e una volta abilitato ad essere medico, ricerca costantemente il suo Metodo Terapeutico per alleviare le sofferenze dei suoi malati, fino ad elaborare un sistema che prevede l'uso di certi Fiori. Questo sistema terapeutico, la Floriterapia, fu profondamente innovativo perché mette in relazione le componenti psichiche-emotive con il tipo di personalità dell'individuo e la modalità della reazione della natura umana: a seconda del tipo di personalità gli esseri umani reagiscono più o meno allo stesso modo alle manifestazioni delle malattie. Il paziente malato viene accolto non solo per gli aspetti organici, ma può esprimere anche le sue emozioni.

**Che cos'era il Benessere per Bach che si considerava Medico del Corpo e dell' Anima, e si dedicava ai suoi pazienti davvero con passione e umanità?**

"Benessere" per il Dr. Bach è un cammino verso la libertà, un processo evolutivo individuale in cui l'Uomo arriva ad essere in armonia con se stesso solo congiungendo il benessere della propria salute con lo scopo, o meglio la missione, della propria vita. Quindi armonia e unione di Anima e Corpo. Un cammino che può sembrare arduo e difficile, invece è semplice e naturale, ci appartiene, ed è un nostro diritto. Questo stato di coscienza di ciò che siamo, abbatte o va oltre l'intelletto e raggiunge il nostro cuore, cioè segue le nostre intuizioni. Ecco che la salute diventa felicità. La felicità consiste nel fare le cose che veramente amiamo fare. La Floriterapia è un sistema che ha selezionato rimedi floreali in veste di "aiutanti" per questo cammino verso la libertà appunto, che ci svincola dalle nostre paure e convinzioni, accompagnandoci verso la guarigione, raggiungendo la pace, la fiducia, la certezza, la gioia.

**Sono 38 i fiori selezionati e studiati nel loro comportamento e nelle loro abitudini vegetative dal medico inglese, ognuno considerato lo specchio degli stati d'animo umani nelle sfumature più diverse, ognuno cioè rappresentativo del profilo psicologico della persona a cui è destinato. Ci può spiegare meglio?**

Molto è stato scritto sui Fiori di Bach.... Mi voglio però soffermare sui 38 Rimedi da lui classificati e selezionati ma intesi nel loro insieme come Sistema, il cosiddetto Sistema Regolatorio (da lui ideato): attraverso un calcolo, cioè, è possibile attuare fino a 1.000 Rimedi diversi l'uno dall'altro miscelando alcuni Fiori fra loro (quelli che hanno la stessa frequenza) essendo appunto compatibili e in armonia fra loro, e altrettanto curare sintomi diversi. I rimedi corrispondono a determinate qualità spirituali che sono presenti in ognuno di noi, e grazie ad una precisa frequenza vibratoria esprimono ed evocano qualità positive latenti come fiducia, certezza, coraggio, ottimismo, amore, e così via, capaci di armonizzare i nostri difetti comportamentali, emotivi e psichici.

**Molto noto e particolare è il Rescue Remedy o Emergency Remedy, costituito dalla mescolanza di 5 dei 38 Fiori da lui studiati (è infatti chiamato anche Five Flowers), il rimedio per tutte le situazioni di emergenza: come si usa?**

Il Rescue Remedy è una miscela trans-personale. Lo utilizzo tantissimo dietro al mio banco, soprattutto quando il cliente mi chiede nell'immediato di contenerlo a livello emozionale. Il suo utilizzo è molteplice: esso si usa in caso di shock, in caso di crisi di panico, svenimento, paura di viaggiare, in stati di ansia (come l'andare dal dentista, l'affrontare esami scolastici, ecc.). O per cataplasmi, punture di insetti, eruzioni cutanee. Secondo l'esperienza di Bach, esso ha la funzione di conferire all'individuo "centralità", presenza di spirito per affrontare ogni tipo di emergenza. Va utilizzato in questi sudetti frangenti e quindi non per tempi prolungati.

**La Floriterapia è adatta anche per i bambini? E per gli animali?**

La Floriterapia sui bambini la utilizzo molto, anche nei primi giorni di vita, per renderli più tranquilli se sono irrequieti: si applicano alcune gocce nei polsi o nella pianta dei piedini, sfregandole. Dopo i 3 anni di età li consiglio in caso di necessità ad esempio per dare loro sostegno: i Fiori sono dei buoni alleati, perché rafforzano l'Essere, ad esempio li rende più coraggiosi, più fiduciosi, più tolleranti, più autonomi. L'effetto su di loro è più immediato rispetto agli adulti, sicuramente essendo i bambini meno sovra-strutturati, cioè con meno conflitti mentali ed emotivi: aiutare i bambini con i Fiori di Bach, mi fa sentire come un canale attraverso il quale svolgo un'azione di "messaggero" per loro, per tenere loro presente che in qualsiasi circostanza la Natura non è lontano da loro, ma anzi è una potentissima amica per la loro salute. Ho potuto constatare che ultimamente molti medici pediatri prescrivono la Floriterapia, come in caso di allergie, enuresi notturna, insonnia, mal di pancia, o per contenere l'aggressività. Sì, anche gli animali ne possono usufruire per trarne vantaggi: anzi la loro terapia è più breve e l'armonizzazione per loro è sempre più duratura. Molti terapeuti e veterinari hanno visto una stretta connessione tra dis-armonia spirituale dell'animale e suoi disturbi organici. Per aiutare l'animale bisogna lavorare sul disturbo del comportamento deviato. Ottimi risultati si sono ottenuti per placare le loro paure, su stati di aggressività, o in caso di cambi di abitazione, o traumi subiti.

**Su cosa si basa il metodo di estrazione dei rimedi floreali?**

Si basa nel raccogliere i fiori o i giovani getti di ramoscelli in zone in cui crescono spontaneamente in zone non inquinate. Vengono fatti macerare al sole, o bolliti. Poi ven-



gono filtrati e diluiti con un conservante (il brandy, meglio se biologico). Nella diluizione rimane solo l'informazione del fiore con tutta la sua energia vitale, ma non sono prodotti omeopatici.

**La Floriterapia è considerata una "terapia vibrazionale": cosa significa?**

La terapia vibrazionale spiega i meccanismi che risalgono a concetti antichi come l'energia vitale dello Yin e dello Yang, la Legge universale dell'Armonia, la teoria degli elementi. Ma per essere più precisi bisogna pensare a quello che aveva dimostrato Albert Einstein, cioè che Materia ed Energia si compenetrano. L'uomo cioè vibra in ogni sua cellula del corpo,

perché è composto da atomi, e poiché gli atomi non sono fermi, bensì vibrano ed oscillano ad una certa frequenza, creano dei campi energetici. Il rimedio floreale che oscilla ad una precisa frequenza è in grado di apportare specifiche informazioni al sistema psico-dinamico dell'uomo. La Medicina Vibrazionale spiega come il pensiero è in grado di influenzare positivamente o negativamente il campo energetico dell'essere umano. Il fiore ha questa capacità di risuonare su di esso e funzionare come una diapason: cioè permettere a un campo energetico disturbato di accordarsi su una vibrazione armonica.

**Lei è titolare di una nota erboristeria a Bologna: in quanti si rivolgono a Lei chiedendo direttamente una consulenza di Floriterapia? Sono più uomini o più donne? Quanto è conosciuta questo tipo di Terapia secondo la sua esperienza? E' lei a proporla?**

La Floriterapia porta messaggi molto semplici attraverso i suoi Fiori. Purtroppo il dottor Bach bruciò per rabbia tanti dei suoi studi scientifici, che ai suoi tempi vennero rifiutati dalla medicina accademica.... e nel corso degli anni dopo la sua morte essa è stata mal interpretata. Molto c'è ancora da imparare. Ora ci sono diverse Università nel mondo come quella di Cuba, o quella californiana di Santa Clara (la più importante), che stanno portando avanti studi, ricercando la scientificità della filosofia di Bach. Personalmente nella mia erboristeria la integro alla Fitoterapia ottenendo davvero grandi soddisfazioni e guarigioni. Man mano che passano gli anni, avendo una clientela fidelizzata, sono riuscita a crearmi un piccolo corner appartato all'interno del negozio stesso, dove effettuo a richiesta consulenze specifiche sui Fiori di Bach. In questo modo ho potuto diffonderne la conoscenza. Sono più donne (spesso coi loro bambini) ad incuriosirsi e ad usufruire dei Fiori, forse perché più allenate a mettersi in discussione e parlare liberamente di emozioni.....

**Come avviene e quanto dura mediamente una seduta-colloquio di Floriterapia?**

La durata dei colloqui dura mediamente dai 20 ai 40 minuti. Accolgo il mio cliente in ambiente neutro-casalingo, dove si forma un "setting" che offre la possibilità per il cliente di aprirsi ed essere ascoltato. Richiedo sempre al cliente di fissare un appuntamento, per dare un senso anche di impegno e di responsabilità verso la Terapia...

**Decidere di porre attenzione alle sofferenze altrui richiede grande conoscenza e amore per se stessi: come vive questa esperienza di vero ascolto, sensibilità, responsabilità e altruismo verso gli altri, nella vita di tutti i giorni, essendo lei anche sposata e mamma di una bambina?**

E' una bellissima domanda. Vivo questa esperienza con grande gioia e quando mi viene richiesto da un cliente di essere ascoltato e di preparare i Fiori, sento dentro di me un'energia vitale che mi accresce. Il forte desiderio di essere di aiuto agli altri mi dà il senso della mia vita. Ne esco rivitalizzata e più ricca grazie all'esperienza che il cliente mi dona affidandosi a me. Mia figlia che ha poco più di 3 anni è la prima persona che ne giova: vede sua madre realizzata e felice, al punto che oggi dice a tutti che anche lei da grande farà.... "la dottoressa" e vuole curare le persone con i Fiori di Bach.....

**Come e quando è nata la sua passione verso la Floriterapia? Quali sono le esperienze che l'hanno condotta verso questa strada?**

Tutto è nato quattordici anni fa a causa, o meglio oggi posso dire "grazie", ad una forte esperienza: attraversavo un profondo stato depressivo causato da un evento... inaspettato. Sì, fui licenziata improvvisamente da un'erboristeria presso cui lavoravo, in modo assai brusco e senza preavviso! Il fatto era che con loro avevo sempre avuto anche un forte legame affettivo.... Quindi mi sentii particolarmente amareggiata e... decisamente abbandonata. Confidai poco dopo l'accaduto ad una collega, che molto premurosa e gentile mi disse porgendomi una boccettina: "Questo è il tuo Rimedio!". Si trattava di Star of Bethlehem. Lo assunsi con fiducia, senza sapere cosa fosse, di cosa si trattasse esattamente: 4 gocce sotto la lingua per la frequenza di 4 volte al giorno lontano dai pasti. E... incredibile! Più lo prendevo, e più mi sentivo meglio! Sì, mi sentivo di nuovo di buon umore e più grintosa; insomma mi diede la forza ben presto di mettermi alla ricerca di un lavoro. Cercai presso le erboristerie, con mio grande stupore, visto che, delusa e sfiduciata, non ne volevo più sapere di quel tipo di attività! E nell'arco di tre settimane ero già stata assunta in un altro negozio. Non dimenticherò mai i benefici che mi conferì Star of Bethlehem! Imparai poi che esso è un Fiore che lavora sull'emozione degli abbandoni, dei lutti, dei traumi del passato. Cambiò il mio modo di pensare e grazie a lui oggi... ne faccio un lavoro, che mi offre tante gratificazioni sia dal punto di vista professionale che da quello umano. L'esperienza con i Fiori in questi 14 anni mi ha reso più consapevole della enorme Responsabilità che abbiamo noi esseri umani nei confronti del nostro stesso stato di benessere!

**Come orientarsi nell'acquisto dei Fiori di Bach, essendocene un'offerta vastissima sul mercato? Come scegliere quelli di qualità?**

Bisogna scegliere ditte molto serie come la Healing Herbs e quelli inglesi originali provenienti da Londra. Li ritengo i migliori perché ho potuto constatare che rispondono con maggiore efficacia sulle persone. Ho infatti utilizzato anche altri prodotti, ma senza ottenere gli stessi risultati. L'armonizzazione con questi primi rimedi floreali, invece, è più immediata.

Per ulteriori informazioni potete rivolgervi ad Angelina Tudisco c/o Erboristeria L'Agrifoglio, via S. Felice, 118/A - Bologna - Tel. 051 55 06 25 e-mail: tudisco.angelina@libero.it

Silvia Nicoletti

### SILVIA NICOLETTI

Bolognese, classe 1965, negli ultimi anni ha accresciuto il suo interesse e la sua curiosità per il vastissimo Mondo del Naturale. Ciò la spinge ad informarsi, e il forte desiderio di fare conoscere questo affascinante mondo, l'ha spinto a voler dare voce ai tanti appassionati, bravi e seri esperti, che operano nei vari settori del Naturale, che è in armonia ed equilibrio con noi, o meglio... della nostra stessa sostanza.



## IL SEGRETO... DELLA PATATINA CROCCANTE

In questo numero vi vorrei raccontare del perché le Patatine Salate Croccanti e i suoi eccelsi parenti sono così irresistibili: alzi la mano chi non ne ha mai fatto fuori un pacchetto intero in un battibaleno, magari di nascosto?

La questione è tanto semplice quanto curiosa. La patatina possiede due segreti: il Sale e lo Scrocchio. Iniziamo da quest'ultimo: immaginate la patatina molliccia, come se fosse stata all'aperto magari una notte d'estate, quindi un po' umida... ovviamente non scrocchia più, e ora nessuna la mangia più, nemmeno il bimbo-mangia-tutto. Quindi, lo scrocchio che non c'è più, deve essere un fattore fondamentale nella scelta di tale delizia moderna, o no? Forse non tutti sanno che nel nostro organismo è registrato l'intera evoluzione umana: dalle caverne ad oggi l'intera esperienza, in particolare quella di sopravvivenza, è registrata come in una memoria tipo hard-disc. Se prendiamo per esempio un gruppo a caso di bambini moderni viziosi, TV-lesi, mamma dipendenti (avete capito cosa intendo...) e li mettiamo senza alcun adulto in un contesto rurale e naturale, anche pericoloso con fiumi, scogli, discese scivolose e simili, non succede nessun disastro: in pochissimo tempo si creano, o meglio dire si ri-creano, strutture arcaiche da branco, con capi, vice-capi, protettori, protetti, e rinasce così in breve tempo lo spirito della Simbiosi, ogni tanto condito da qualche lotta alla Darwin (i soliti capi: conoscete il problema). E così ognuno partecipa alla sopravvivenza del clan. Per farla breve l'Istinto di Sopravvivenza riprende in mano la situazione: il nostro cervello antico ci fa da guida. Ma torniamo alla nostra patatina croccante: lo scrocchio dei denti segnala al cervello null'altro che abbiamo appena vinto, cioè abbiamo appena rotto le ossa del collo del nostro nemico, che faceva ahimé proprio "scroc" appena spezzato coi vostri denti da Uomo/Donna di Neandertal. Già... e per questo motivo si mastica anche l'ultimo pezzettino di caramella, oppure si pensino i bimbi piccoli che mordono i sassi, o i signori del "food-designer" che mettono il cetriolo, che scrocchia pure nell'hamburger... così soddisfa... il cervello delle caverne. Ora lo sapete. Circa il Sale, invece, si fa presto a dire: è una memoria ancora più arcaica... deriva dalla notte dei tempi, quando la vita nasceva negli oceani della terra. Il nostro corpo ha in se pure questa antichissima memoria: acqua e sale che ri-festeggiamo ogni giorno con sete e voglia di cibo salato, o saporito come diciamo noi. Ma chi mi conosce, sa che mi riferisco al sale naturale detto anche integrale, e non a quello raffinato. Solo esso contiene la miracolosa composizione di sali minori e oligoelementi, iodio incluso, che soddisfa la voglia di sale. Ricordate? Sono quasi 80 sostanze minerali, in traccia, sì, ma i piccoli valgono come i grandi... ma questa è un'altra storia. E se state attenti, esistono anche le patatine biologiche, saporite proprio col sale marino integrale... e via, godetevele (ogni tanto...).

Sabine Eck



**SABINE ECK** nasce in Germania nel 1956. Sul filo rosso della curiosità sono appese moltissime esperienze, dall'analitico al creativo. Come Medico Libera Professionista traduce tutto ciò in terapie ad personam.



## RIFLESSIONI... SULLA TAZZA

Eccoci qui, nel momento più intimo della giornata, a chiacchierare proprio del tempo che dobbiamo dedicare a noi stessi. Eh, sì ragazzi/e, non possiamo scappare dal tempo per noi stessi, sapete perché? Perché scappare da quel tempo e negarcelo, significa accumulare stress, rabbia, risentimento e, non ultimo, anche poca attenzione ai nostri bisogni.

Non cominciamo a dire che se fino ad ora non siamo riusciti a prenderci quei 15 minuti al giorno, allora non ce la faremo mai. Ricordate: il mai è un termine da non utilizzare più. Quindi, visto che a volte la fantasia ci abbandona e non sappiamo cosa fare, vi dò qualche suggerimento, certa che vi impegnerete a prendervi quei famosi 15 minuti ogni giorno. Per chi ama scrivere: acquistate un quaderno che vi piaccia tanto, un po' di penne colorate o meno, e appena svegli scrivete per quindici minuti, senza pensare alla forma e alla perfetta grammatica. Scrivete la noia, i sogni, il dolore, la lista della spesa, insomma qualsiasi cosa vi passi per la mente, senza pensarci troppo. Per chi ama curare il corpo: chiudete accuratamente la porta del bagno e aprite l'acqua, decidete se doccia o vasca, procuratevi un piccolo registratore (magari il giorno prima), mettete la musica che vi piace a basso volume e non pensate a niente, se non alle sensazioni che provate accarezzandovi la pelle. Godetevi l'effetto dell'acqua, lasciate tutti i pensieri, concentratevi su ogni gesto e seguitelo come se steste facendo il bagno alla persona che più amate al mondo: voi stessi. Per gli inguaribili sportivi: scarpette e abbigliamento adatto e via, di corsa o di buon passo! Annusate, ascoltate, osservate: il mattino presto è pieno di rumori tutti suoi, di colori che piano piano diventano sempre più luminosi, di vita animale che si sveglia o di quei movimenti mattutini dei giornalai, panettieri, e così via. Non perdetevi il mondo intorno, guardate tutti i particolari e lasciate tutto dietro di voi.

... Oppure potete ballare con un bel mp3 alle orecchie, o stare immobili sul vostro divano a coccolarvi in silenzio, o scattare delle foto anche a voi stessi, o farvi un massaggio ai piedi, o riflettere sul senso della vita. È certo che quei quindici minuti che riempirete come meglio crederete, saranno i vostri personalissimi ed unici quindici minuti. Con la speranza che diventino molti, ma molti di più.

Elena Rossi



### ELENA ROSSI

La curiosità è femmina: queste parole mi racchiudono e mi descrivono. Non smetto mai di ricercare risposte alle domande, anche le più disparate. La curiosità e i dubbi sono per me sinonimo di intelligenza. In questo modo io vivo, cercando di annoiarmi il meno possibile rincorrendo domande e risposte, dando un senso alle cose.



Inserto a Mondolibero  
Anno I n° I  
AGOSTO 2009

DIRETTORE COMITATO SCIENTIFICO **SABINE ECK**  
CAPOREDATTORE **SILVIA NICOLETTI**

DIREZIONE E REDAZIONE  
**Bologna**, via Montegrappa 22 - 40121  
Tel 051 4841569  
redazione@mondolibero.com  
**Padova**, via G.B.Viotti, 4 - 35132  
Tel. e Fax 049 2020918  
redazione@mondolibero.it

EDITORE COOPERATIVA EDITRICE LIBERTÀ  
SUPPLEMENTO A MONDOLIBERO AGOSTO 2009

Concessionaria esclusiva di pubblicità

**M&F** communication

Via Montegrappa, 22 - 40121 Bologna Tel 051 4841569  
www.mtfcommunication.it info@mtfcommunication.it

HANNO COLLABORATO A QUESTO NUMERO  
Airù, Giovanni Angilè, Peter Asselbergs,  
Lia Boragini, Sabine Eck, Miriam Garagnani,  
Erika Laganà, Nicola Lo Conte, Emiliano Mezzadri,  
Silvia Nicoletti, Elena Rossi, David Satanassi

www.mondolibero.it

Ai sensi della legge 23 novembre 1939, n.1815 e sue integrazioni, dichiariamo che le informazioni, le indicazioni e tutto quanto riportato nell'inserto non costituiscono a nessun titolo cura medica, e non sostituiscono in nessun modo la diagnosi e/o il trattamento di un medico qualificato o di un terapeuta legalmente riconosciuto, pertanto non ci assumiamo nessuna responsabilità per danni effettivi o presunti di qualsiasi tipo.