

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA

Dipartimento di Filosofia, Sociologia, Pedagogia e Psicologia applicata

**Corso di laurea in
SCIENZE SOCIOLOGICHE**

Agopuntura rituale di guarigione

Relatore:

Prof. Salvatore La Mendola

Laureanda:

Federica Zanotto

Matr. Nr. 2026644

A.A. 2022/2023

In memoria del dott. Loris Rossetto

Introduzione	8
Capitolo primo	10
<i>1.1. Medicina Tradizionale Cinese</i>	<i>10</i>
<i>1.2. Breve storia dell'Agopuntura</i>	<i>13</i>
<i>1.3. Adattamenti ed evoluzioni dell'agopuntura</i>	<i>14</i>
<i>1.4. Riconoscimenti legali dell'agopuntura</i>	<i>15</i>
<i>1.5. Effetti collaterali dell'agopuntura</i>	<i>15</i>
Capitolo secondo	17
<i>2.1. I meridiani</i>	<i>17</i>
<i>2.2. L'agopuntura funziona (o è solo suggestione)?</i>	<i>17</i>
<i>2.3. Evidenze scientifiche dell'esistenza dei meridiani energetici</i>	<i>18</i>
<i>2.4. Sistema dei meridiani</i>	<i>19</i>
<i>2.5. Lettura esoterica</i>	<i>19</i>
Capitolo terzo	20
<i>3.1. I riti di guarigione</i>	<i>20</i>
<i>3.2. La seduta di agopuntura come micro-rituale</i>	<i>20</i>
<i>3.3. Il rituale e il suo Celebrante</i>	<i>22</i>
<i>3.4. I riti di passaggio: malattia, cura e guarigione</i>	<i>23</i>
<i>3.5. La malattia e la presa in carico</i>	<i>25</i>
Capitolo quarto	29
<i>4.1. L'approccio drammaturgico</i>	<i>29</i>
<i>4.2. Ribalta e retroscena</i>	<i>30</i>
<i>4.3. Deferenza e contegno</i>	<i>31</i>
<i>4.5. Io, me, l'altro generalizzato</i>	<i>34</i>
<i>4.6. Fenomenologia</i>	<i>36</i>
<i>4.7. Epoché</i>	<i>37</i>
<i>4.8. Durée</i>	<i>38</i>
<i>4.9. Nella seduta terapeutica c'è prima l'arco o le pietre?</i>	<i>39</i>
<i>4.10. La prospettiva olistica</i>	<i>39</i>

Capitolo quinto	43
5.1. Cornice generale dell'indagine	43
5.2. L'approccio all'agopuntura.....	44
5.2.1. La familiarità con la terapia.....	44
5.2.2. La fiducia e la speranza.....	45
5.2.3. La scelta.....	45
5.2.4. Scelta razionale rispetto allo scopo.....	46
5.2.5. Carisma.....	47
5.2.6. Social.....	48
5.3. Durante la seduta.....	48
5.3.1. La Durée.....	49
5.3.2. Ascoltarsi, accorgersi di sé.....	49
5.4. È solo guarigione somatica?.....	52
Capitolo sesto	57
6.1. Stesura della bozza della traccia d'intervista	57
6.2. Le domande: impatto e reazioni.....	57
6.3. I silenzi.....	58
6.4. Domande sorte in corso d'opera.....	59
Conclusioni.....	61
Ringraziamenti	63
Appendice.....	64
Bozza traccia intervista.....	64
Interviste.....	69
Intervista n. 1 (Ada).....	69
Intervista n. 2 (Bea).....	78
Intervista n. 3 (Carla).....	86
Intervista n. 4 (Diana).....	93
Intervista n. 5 (Eva).....	99
Intervista n. 6 (Frank).....	103
Intervista n. 7 (Gilda).....	104
Intervista n. 8 (Lia).....	114
Intervista n. 9 (Mery).....	116

Intervista n. 10 (Olga)..... 126
Intervista n. 11 (Piera)..... 137
Intervista n. 12 (Rosa)..... 146
Intervista n. 13 (Sara)..... 154
Intervista n. 14 (Teo)..... 160
Intervista n. 15 (Ugo)..... 167
Intervista n. 16 (Ivo) 171

Bibliografia 181
Sitografia 183
Filmografia..... 184

Introduzione

L'idea di svolgere un'indagine qualitativa attraverso le interviste dialogali con persone che scelgono di curarsi con l'agopuntura mi è venuta durante una seduta. Distesa sul lettino, con una decina di aghetti disposti negli agopunti che presiedono lo sblocco, o al ripristino delle energie, sia in sovraccarico sia in deficit, ho visualizzato una questione da indagare sociologicamente (divertendomi): perché alcune persone, come me, scelgono di curarsi con questa terapia, piuttosto che con altre?

Avevo messo a fuoco la domanda di ricerca, nelle sue molteplici sfaccettature: perché le persone si rivolgono alla terapia dell'agopuntura? Come ci arrivano? Cosa ne sanno prima di iniziarla? Hanno aspettative di natura spirituale, oltre che di guarigione del sintomo patologico? Oppure di natura psicologica? Quanto credono nell'efficacia scientifica della pratica dell'agopuntura? E quanto si affidano al rituale, ad una sorta di magia di cui nulla ne sanno, ma solo si aspettano che guarisca i loro sintomi?

Il primo capitolo contestualizza l'agopuntura nell'ambito della Medicina Tradizionale Cinese (MTC), illustrandone brevemente le origini e la successiva evoluzione. Si trattano sommariamente le varie applicazioni e sviluppi dell'agopuntura. Dai fondamenti dell'agopuntura si sono sviluppati altri sistemi di cura, ritenuti altrettanto validi. Nota comune di essi è il principio di stimolazione di determinati punti, disposti lungo il percorso dei meridiani, che rimane costante, mentre cambiano solamente i modi in cui avviene.

Nel secondo capitolo verrà affrontato il tema delle diverse interpretazioni del potere di guarigione dell'agopuntura: dall'autosuggestione alle neuroscienze, passando per la griglia del corpo astrale. Sarà una breve escursione per dare uno sguardo veloce e vedere come se ne occupano le altre discipline.

Il terzo capitolo è dedicato alla lettura della seduta come rituale, applicando alla terapia dell'agopuntura la nota teoria di Van Gennep sui "riti di passaggio". In particolare, si fa riferimento all'accettazione della malattia come ingresso nella fase liminale, e all'inizio della terapia come ingresso nella fase post-liminale.

Il quarto capitolo inquadra il rituale della guarigione alla luce degli approcci delle principali teorie sociologiche, segnatamente dell'approccio drammaturgico, di quello interazionista, di quello

fenomenologico, nonché della teoria dei sistemi.

Il quinto capitolo riporta stralci di intervista e osservazioni, analizzando le narrazioni secondo le prospettive sociologiche.

Il sesto e ultimo capitolo descrive brevemente la metodologia, riportando i punti di forza, ma anche i limiti relativi principalmente alla formulazione della traccia dell'intervista, che sono emersi sia durante la fase di svolgimento delle interviste, sia in quella di elaborazione dei contenuti. In queste fasi successive del lavoro, infatti, sono emerse nuove questioni, che avrebbero potuto formare fuochi di altrettante domande di ricerca, e che potranno essere affrontate in successive indagini.

Capitolo primo

1.1. Medicina Tradizionale Cinese

La medicina tradizionale cinese (MTC) considera l'essere umano nel suo complesso: è visto come un tutto, un'entità animata da un'energia vitale collegata a tutto l'universo, alle piante, agli animali, al mondo minerale, al tutto costituito di atomi, e di particelle subatomiche (Hempen C.H., *L'agopuntura*, 2021).

Secondo questa prospettiva il Qi è la forza vitale che anima l'universo nella sua totalità. È l'energia che ci costituisce e ci permette di rimanere in vita. Il Qi è impalpabile ed evanescente. A tutt'oggi con i più sofisticati strumenti di misurazione non si riesce a vederlo. Ma gli effetti di questa energia quando si blocca o quando si accumula in qualche punto del corpo si manifestano sotto forma di disturbi di varia entità. Lo squilibrio energetico viene riconosciuto quale causa dei disturbi fisici e psichici. Per questo motivo il medico che segue la medicina tradizionale cinese non prende mai in considerazione il funzionamento dell'organo che accusa dolore, ma lo mette in relazione con il resto del corpo. Sono queste relazioni tra organi che saranno curate e non la patologia in sé stessa. Questo perché la malattia è vista come il riflesso di una rottura dell'equilibrio interiore. La guarigione è un effetto secondario del ritrovato equilibrio.

L'energia vitale globale Zheng Qi, che circola nel nostro corpo attraverso una rete di canali chiamati meridiani, nasce da più fonti:

Yan Qi – è l'energia che ci viene trasmessa dai nostri genitori al momento della nostra nascita. Secondo il vocabolario occidentale possiamo definirla ereditaria. Questa energia circola nei canali più profondi.

Zong Qi - è l'energia acquisita attraverso il cibo che mangiamo e l'aria che respiriamo. Perciò la qualità della nostra energia vitale dipende anche dalla qualità di ciò che mangiamo e di ciò che respiriamo.

Wei Qi – è l'energia immunitaria contro le aggressioni dei micro-batteri esterni e del nostro apparato fisiologico. È l'energia più fluida, più rapida, che nutre tutti nostri tessuti, organi, muscoli, pelle.

Jing – è l'energia sessuale che ci permette di riprodurci e trasmetterla. Risiede nella regione lombare, partecipa al buon funzionamento del cervello, del midollo osseo e delle ghiandole endocrine. L'invecchiamento è dovuto al naturale indebolimento dell'energia Jing nel corso della vita.

Con il termine Shen si identifica l'energia più sottile. Questa nozione non ha corrispondente nella medicina occidentale. Viene anche chiamata spirito dell'energia. Anche lo Shen, come il Qi, si manifesta in cinque modi:

Hun – energia del Fegato, agisce a livello delle emozioni e della memoria

Po – energia del Polmone si occupa della gestione del corpo e dell'istinto di conservazione

Yi – energia della Milza presiede ad affrontare i problemi e trovarne le soluzioni. In caso di carenza di Yi si fatica ad articolare pensieri.

Zhi – energia del Rene è legato alla realizzazione, all'azione, alla determinazione, forza di carattere, desiderio di portare nella realtà ciò in cui si crede, creatività. Non è carisma che appartiene al cuore, ma una specie di potenza comunicativa.

Shen - energia del cuore: nutre le qualità mentali, la concentrazione, presiede la veglia e il sonno.

Ad ogni organo principale:

- è associato un sapore: cuore amaro, fegato acido, rene salato, polmone piccante, milza dolce.
- è associato un elemento naturale ed una stagione: fegato legno primavera; cuore fuoco estate; stomaco terra periodo intermedio tra estate e autunno; polmone metallo autunno; rene acqua inverno.
- è collegato un sentimento che, quando esasperato, può portare allo svuotamento energetico dell'organo stesso, e alla sua malattia fisiologica; tale deficit energetico si può manifestare anche attraverso disturbi della sfera emotiva. Corrispondenze organo e sentimento: fegato ira; cuore gioia; stomaco rimuginazione; polmone tristezza; rene paura.

La MTC è concentrata sul concetto di salute. Vari aneddoti sulla salute in Cina riportano che la

missione del medico era quella della prevenzione. Se avessero dovuto curare un malato non si sarebbero fatti pagare, perché quella era la testimonianza del fallimento del loro lavoro.

L'agopuntura è metodo curativo millenario e si colloca all'interno del pensiero taoista: all'origine di ogni forma di vita animata o inanimata vi è una relazione di due forme di vita complementari Yin e Yang attraverso cui l'uno, l'Assoluto Manifesto agisce, svolge la sua azione creatrice.

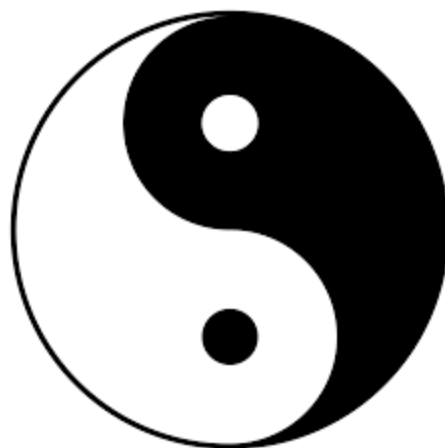
Yang è positivo, attivo, maschile, creativo, luce, giorno, caldo, duro, asciutto, estate, centripeto, contrazione, leggerezza, attività, organi cavi (visceri), energia.

Yin è negativo, passivo, femminile, ricettivo, scuro, notte, freddo, soffice, umido, inverno, ombra, centrifugo, espansione/dispersione, pesantezza, riposo, organi pieni, materia.

I concetti di Yin e Yang considerati i due opposti sono in continua interazione. Questa dinamica di relazione e di scambio ininterrotto è implicita dell'idea di Yin e Yang

Come tutte le forme di vita della natura, il corpo umano è percorso da un continuo flusso di energia (il Qi) di Yin e Yang. Un organismo è sano quando le due polarità sono in equilibrio, mentre se il rapporto è squilibrato compare la patologia.

Lo scopo dell'agopuntura è ripristinare il potenziale del corpo inteso sia come materia sia come energia sottile; perciò, in caso di squilibrio, si lavora con la stimolazione fatta con aghi in precisi punti del meridiano attraverso cui scorre l'energia, favorendone il flusso.



Gli organi Fegato, Cuore, Milza, Polmone, Rene sono Yin, mentre i visceri Vescica Biliare, (la cistifellea), Intestino tenue, Stomaco, Intestino crasso, Vescica sono yang.

I disturbi che si manifestano col calore, cioè la febbre, le eruzioni cutanee, gli arrossamenti sono di natura Yang. Quelli che si manifestano col freddo – il pallore, i brividi e la lentezza – sono Yin. L'energia vitale il Qi possiede una parte Yin ed una parte Yang che in genere sono in equilibrio tra di loro. Se una parte prende il sopravvento sull'altra può insorgere il disturbo fisico. Ci può essere carenza di Yin o di Yang, così come ci può essere eccesso di uno dei due. Le terapie cercano di riportare l'equilibrio attraverso l'alimentazione, le piante o l'agopuntura.

1.2. Breve storia dell'Agopuntura

L'agopuntura è un metodo curativo millenario.

Recenti reperti archeologici hanno confermato che schegge di pietra e, successivamente, frammenti di bambù venivano utilizzati, quali strumenti terapeutici, già nel 6000 a.C.

Nella tomba di un medico cinese del V secolo a.C., assieme ad una serie di rudimentali aghi, è stata ritrovata una mappa dei canali energetici, disegnata su un rotolo di seta.

Agopuntura e Moxibustione appaiono per la prima volta in un testo risalente al II secolo a.C. *Memorie storiche* di Si Maqian, in cui si parla di trattamenti con schegge di pietra.

Attorno al I sec. d.C. autori anonimi compilarono il *Classico delle Difficoltà* (Nanjing), in cui viene spiegata dettagliatamente la terapia basata sull'agopuntura.

Nell'opera di medicina il *Classico di medicina interna dell'Imperatore Giallo* (Huangdi Nei Jing) che fu redatta tra il II a.C. e il II sec. d.C. si trova riconosciuta questa terapia nell'ambito della medicina tradizionale cinese.

Classico dell'agopuntura e del moxibustione (Zhenjiu Jiayi Jing) di Huan Fumi (215-282) è il primo ad essere datato con esattezza. È anche il primo testo a contenere la terminologia chiara e la precisa descrizione topologica degli agopunti e note sul loro effetto.

La stampa a caratteri mobili diffusa in Cina a partire dal X sec. contribuì a divulgare il sapere medico.

Nel 1027, sulla base dell'opera di Wang Wei-Hi, vennero fuse due figure umane in bronzo a grandezza naturale sulle quali erano indicati tutti i meridiani e i punti di agopuntura sotto forma di fori. Le statue venivano rivestite di cera e riempite internamente d'acqua. Solo quando gli studenti centravano i punti dell'agopuntura usciva l'acqua dalle aperture e questo comprovava l'esattezza

del loro operato.

Nel 1341 venne pubblicato il *Trattato sui 14 canali* di Hua Boren, nel 1550 lo *Studio degli otto Canali Extra* di Li Shizhen, a tutt'oggi considerati indiscutibile.

Nel 1601 viene pubblicata un'opera enciclopedica il *Compendio di Agopuntura e moxibustione* di Yang Jizhou, dove la teoria olistica della medicina tradizionale cinese, la teoria e rappresentazione dei punti e dei meridiani vennero riportate con concisione ed esattezza che fino ad oggi sono rimaste insuperate.

Attualmente il tentativo di fondere fisiologia occidentale e MTC sembra che non produca progresso, ma porta ad una confusa mescolanza. Alcune teorie, supportate dagli strumenti di risonanza magnetica, sembrano confermare che l'efficacia dell'agopuntura avviene perché con gli aghi, tramite il sistema nervoso, vengono stimulate zone del cervello nella produzione naturale di endorfine, che creano dei cambiamenti strutturali che modificano così le aree implicate nella percezione del dolore.

1.3. Adattamenti ed evoluzioni dell'agopuntura

Nel panorama contemporaneo ci sono varie scuole di agopuntura. In Cina, dovuto alla vastità del territorio, le evoluzioni della scuola di pensiero originaria sono state parecchie, fin dai tempi lontani. Pur rimanendo nel concetto fondamentale di lavorare sui punti dei meridiani allo scopo di equilibrare gli eccessi e le carenze di energie, le modalità con cui si interviene possono variare.

In occidente l'agopuntura cinese viene praticata in modi molto vari. La mescolanza con la medicina occidentale permette una larga serie di pratiche, alcune più efficienti di altre.

Sulla base dei principi della medicina cinese si sono sviluppate le seguenti scuole di cura

- ~ agopuntura
- ~ moxibustione
- ~ auricoloterapia
- ~ riflessologia facciale, dei piedi, delle mani
- ~ shatsu

Variano gli strumenti usati per esercitare pressione sul punto del meridiano: semplici pressioni delle dita, oppure delicati sfioramenti, bastoncini di legno con punta arrotondata, coni di artemisia,

coppette in vetro, aghi di vari metalli (argento, oro, ottone) rulli.

La riflessologia facciale, dei piedi e delle mani, pur lavorando su un'area limitata del corpo, richiama le terminazioni nervose studiate dall'agopuntura, sulle quali poter agire per ottenere effetti in zone lontane dal punto stimolato.

1.4. Riconoscimenti legali dell'agopuntura

L'OMS definisce l'agopuntura tra le medicine tradizionali non convenzionali, anche chiamate medicine complementari. Questo perché mancano standard internazionali in materia, data la scarsità di finanziamenti per la ricerca scientifica sull'argomento. In molti paesi sono i medici ufficiali gli unici che la possono praticare. Il Parlamento Europeo ed il Consiglio d'Europa ritengono l'agopuntura una pratica medica non convenzionale rilevante, considerato il frequente ricorso che i cittadini ne fanno. Nel 2020 circa 4 milioni italiani si sono curati con l'agopuntura. Negli Stati Uniti annualmente si somministrano 10 milioni di trattamenti, nel Regno Unito oltre 4 milioni (forniti dal sistema sanitario nazionale).

Chi pratica l'agopuntura in Italia senza la laurea in Medicina o in Veterinaria commette un atto illegale punibile penalmente. L'accordo del 7 febbraio 2013, regola la qualità della formazione e della pratica dell'agopuntura, il riconoscimento legale del profilo professionale di medico agopuntore. È stato istituito l'elenco dei professionisti esercenti l'agopuntura.

L'agopuntura viene praticata in molte strutture ospedaliere e studi medici pubblici e privati italiani.

1.5. Effetti collaterali dell'agopuntura

Il postulato di base dichiara che l'agopuntura è sicura solo se viene praticata da operatori qualificati che usano aghi sterili siano essi monouso, o sterilizzati ad ogni utilizzo. Con queste premesse esiste un rischio molto basso di gravi effetti collaterali.

Dato che nell'agopuntura gli aghi penetrano nella pelle, le sedute sono considerate procedure invasive e quindi non prive di rischio. Tuttavia, le lesioni sono rare tra i pazienti trattati dai professionisti addestrati. In alcuni paesi, per legge gli aghi devono essere sterili e monouso; mentre in altri gli aghi possono essere riutilizzati previa sterilizzazioni. Sono stati contemplati casi in cui gli aghi contaminati hanno determinato l'insorgere di infezioni batteriche o di altri tipi di infezione ematiche.

L'OMS ha pubblicato un documento relativo ai rischi clinici e alla corretta pratica dell'agopuntura,

ponendo attenzione sui rischi infettivi (tra cui HIV ed epatite), causati da aghi multiuso non debitamente sterilizzati. Un altro rischio è l'insorgere di ematomi a seguito di una puntura accidentale a tessuti circolatori; ciò può avvenire quando non vengono seguite con attenzione le precise indicazioni sulla profondità e l'angolazione dell'infissione.

La maggioranza degli eventi negativi causati da agopuntura possono essere definiti eventi minori: i più comuni riguardano il sito di inserzione dell'ago: sanguinamento minore, ematoma, dolore da puntura, in alcuni casi, circa l'1% dei trattamenti riferisce di vertigini.

Capitolo secondo

2.1. I meridiani

Questi canali di energia, diversamente da arterie e vene, nervi, legamenti, ossa, muscoli e organi pieni o cavi, non sono percepibili ad occhio nudo. Nella mappa ritrovata nella tomba del medico del V secolo a.C.: si riconoscono i canali principali e quelli secondari che, derivando dai principali, si assottigliano per raggiungere ogni cellula del corpo. I canali principali sono quelli comunemente chiamati meridiani. Sono ritenuti costitutivi del sistema che trasporta il Qi.

I meridiani principali sono 12 e vengono chiamati con il nome dell'organo a cui sono collegati: Fegato, Cuore, Milza, Polmone, Rene, (organi Yin); Cistifellea, Stomaco, Intestino tenue, Intestino crasso, Vescica (organi Yang) a cui si aggiungono il meridiano del Triplice Riscaldatore e del Ministro del cuore. Poi ci sono i meridiani abbinati a quelli principali destinati a nutrire muscoli e tendini. Alcuni meridiani scorrono in superficie, altri in profondità. In tutto esistono 135 meridiani. Attualmente i punti su cui lavorare per riequilibrare l'energia sono circa 2000.

I meridiani principali percorrono il corpo in senso longitudinale: si possono immaginare grandi linee ideali che vanno dalle dita delle mani a quelle dei piedi, e viceversa, passano attraverso la testa e il tronco. Le tecniche di intervento hanno lo scopo di riportare l'equilibrio nella circolazione delle due forme di energia Yin e Yang.

2.2. L'agopuntura funziona (o è solo suggestione)?

La comunità scientifica internazionale afferma che l'agopuntura si basa su presupposti inattendibili, ai quali non si può riconoscere alcun valore scientifico. Nel 1990 il National Council Against Health Fraud (NCAHF) ha pubblicato uno studio secondo cui *«La ricerca durante gli ultimi venti anni ha fallito nel dimostrare che l'agopuntura sia efficace contro qualunque malattia» e che «gli effetti percepiti dell'agopuntura sono probabilmente causati da una combinazione di aspettative, suggestione, revulsione, condizionamento e altri meccanismi psicologici».*

Il NCAHF dichiara che molti degli effetti benefici percepiti sono principalmente causati da cambiamenti nello stato d'animo. A fronte di questa dichiarazione alcuni scienziati hanno sostenuto che questo meccanismo dovrebbe essere studiato più approfonditamente, per capirne tutte le implicazioni e spiegarle a livello neuroendocrino.

In un articolo pubblicato sulla rivista Nature Neuroscience (2010) la neurobiologa Maiken Nedergaard, dopo aver condotto con i suoi collaboratori una ricerca sugli effetti dell'agopuntura presso l'University of Rochester Medical Center, ha dichiarato che l'azione neurochimica agisce favorendo il rilascio di adenosina nei tessuti interessati, che entra in relazione con i segnali di dolore al cervello. Semplificando significherebbe che l'agopuntura produrrebbe un effetto analgesico.

2.3. Evidenze scientifiche dell'esistenza dei meridiani energetici

Le recenti tecniche come la termografia a raggi infrarossi, la luce fredda ultra-debole e la trasmissione di impulsi sonori lungo i meridiani hanno reso possibile la dimostrazione scientifica della loro esistenza. Le sensazioni tipo formicolio o risonanza fra punti lontani nel corpo, o la non meglio specificata sensazione di energia che si avverte in certi punti stimolandone altri in tutt'altra zona, sono episodi vissuti da chiunque ed è confermato scientificamente che seguono il percorso dei meridiani.

Molti studi, tra cui quello dell'Ibfm Istituto di bioimmagini e fisiologia molecolare del Cnr di Milano in collaborazione con l'Istituto San Raffaele, con la coordinazione del Dott. Ferruccio, hanno scientificamente dimostrato l'efficacia dell'agopuntura. Con l'utilizzo del PET Tomografia a emissione di positroni che serve per rilevare gli stati funzionali del cervello umano, sono stati dimostrati gli effetti cerebrali dell'agopuntura usata a scopo analgesico. L'azione analgesica è il risultato di complesse azioni che avvengono sui circuiti nervosi che sono 'raggirati' dal rilascio di enzimi, che forse sono simili alla morfina.

Un altro studio è quello elaborato Maurice Mussat (Energetica fisiologica dell'agopuntura, 1996 Cisu Roma) secondo cui l'agopuntura non agisce stimolando i nervi come si pensa comunemente, ma utilizza l'energia elettrica prodotta dalle cellule del corpo umano. Ogni cellula produce reazioni chimiche che generano anche energia elettrica, che si propaga attraverso l'acqua presente nel corpo. Questa energia si concentra principalmente sulla superficie cutanea, dove vengono individuati i punti di agopuntura. Questi punti sono organizzati in gruppi chiamati meridiani, e rappresentano le aree in cui si verifica un aumento della conduzione elettrica. L'agopuntura utilizza aghi come elettrodi transcutanei per stimolare questi punti e ripristinare l'equilibrio energetico del corpo. L'uso di metalli nobili come l'oro o l'argento per gli aghi è una pratica che risale al passato per motivi di distinzione di gerarchia sociale e non avrebbe una reale importanza nel meccanismo dell'agopuntura. In sostanza, l'agopuntura utilizza gli aghi per influenzare l'energia elettrica del corpo a livello cutaneo sbloccando ristagni da eccesso o problemi da difetto di energie lungo il meridiano per trattare eventuali disturbi o patologie viscerali.

Lo strumento operativo è un elettrodo transcutaneo chiamato comunemente “ago”. Il punto è l'uscita per le attività elettriche profonde; lo stesso potrà servire, anche come entrata, cioè per introdurre delle "istruzioni elettriche" in controcorrente: dalla pelle verso il viscere perturbato. In altre parole: un segnale elettrico atto a modificare i flussi elettrici emessi dalle strutture malate per ripristinare l'equilibrio tra gli insiemi e ricostituire lo stato "normale".

Gli agopunti e i canali dei meridiani si presentano diversi sia per la resistenza elettrica, sia per la consistenza dell'epidermide, sia per il tasso metabolico, questo è evidenziato dall'espiazione di anidride carbonica che è superiore alla cute circostante.

2.4. Sistema dei meridiani

I meridiani rappresentano un sistema biofisico totalmente indipendente dalla circolazione sanguigna arteriosa o venosa, così come da quella linfatica e dal sistema nervoso. Un tracciante radioattivo ha permesso di rilevare che il contrasto si diffonde uniformemente ed esattamente nei canali energetici.

2.5. Lettura esoterica

«CORPO ETERICO O 'DOPPIO ETERICO' È una griglia composta di linee energetiche (paralleli e meridiani) che avvolgono come una guaina il corpo fisico e intorno alle quali quest'ultimo si è progressivamente formato già all'interno dell'utero materno. La conoscenza di tale corpo è importante nell'agopuntura e nella pranoterapia, perché qui si vedono i punti malati, cioè i blocchi che impediscono al prana di fluire liberamente. In chi si trova in buona salute esso assume un aspetto luminoso, mentre in chi è malato si vedono delle parti grigie e avvicinando le mani si sentono delle zone più fredde. Dopo la morte del corpo fisico bisognerebbe attendere tre giorni prima della cremazione, in quanto il 'cordone argenteo' che lega il corpo eterico al fisico deve avere il tempo di recidersi. I chakra (centri energetici) esistono su tutti e tre i veicoli sottili dell'uomo (eterico, astrale e mentale) e costituiscono i punti di congiunzione attraverso cui l'energia si riversa da un veicolo all'altro» (Brizzi, p. 214).

Capitolo terzo

*Ti proteggerò dalle paure delle ipocondrie
Dai turbamenti che da oggi incontrerai per la tua via
Dalle ingiustizie e dagli inganni del tuo tempo
Dai fallimenti che per tua natura normalmente attirerai...*

(F. Battiato, *La cura*, 1997)

3.1. I riti di guarigione

La guarigione ottenuta con la terapia dell'agopuntura racchiude in sé la magia del rito. Come in tutte le complete guarigioni, le forze in atto non sono semplicemente determinate da reazioni biochimiche indotte da fonti esterne. L'aspetto olistico che comprende anche le componenti alimentari, igienico-sanitarie, relazionali, psicologiche, spirituali, intellettuali, sociali, dell'ambiente naturale, urbano e architettonico che attraverso la loro reciproca influenza favoriscono le possibilità di guarigione.

3.2. La seduta di agopuntura come micro-rituale

Il rituale medico della seduta di agopuntura avvolge in un'atmosfera solenne, sospesa nel tempo e nello spazio, il processo di atti che produrranno la guarigione. Sono azioni semplici che si svolgono nell'apparente normalità, ma in realtà abbracciano le aspettative di ripresa della completa salute; portano con sé la preparazione e la coreografia di ciò che conduce alla soluzione del sintomo doloroso. È un rituale ben scandito, è un algoritmo di azioni ripetitive che suddividiamo in cinque fasi.

Il primo passo, antecedente al rito, è il riconoscimento del sintomo doloroso che si presenta e ripresenta. Talvolta si presenta acuto, apparentemente improvviso. L'accettazione del fatto che il proprio corpo non può più continuare il suo lavoro come prima, la tacita presa di coscienza che c'è qualcosa di diverso, di cui per il momento non si sa nulla, ma che si deve, giocoforza, riconoscerne il potere debilitante. Il disturbo è percepito a livello fisico, ma spesso è psico-fisico.

La prima fase del rituale è quella preparatoria all'incontro col medico: la ricerca del terapeuta. di cui si possono rintracciare informazioni in internet, o presso suoi pazienti sia attuali sia passati, o da conoscenze e parentele; generalmente questa fase di ricerca è caotica, perché le conversazioni con le persone, così come le informazioni trovate in internet possono non essere complete, talvolta

contraddittorie e difficili da filtrare. Dalle interviste è emerso come la reputazione di un agopuntore possa essere talmente buona al punto tale da non poter prenotare una prima visita, perché i tempi d'attesa sono troppo lunghi. La ricerca del terapeuta 'giusto' è spesso un lavoro che contemporaneamente si incrocia con il dolore che si vorrebbe far sparire al più presto. Inoltre, a volte, il terapeuta 'bravo' che sta vivendo il momento di apice del suo prestigio non è sensibile alle urgenze dei pazienti, perché ragiona col metodo del business: 'se aspettano me è perché sanno che io valgo, e perciò sono pronti a sborsare cifre esose perché sono certi che io li guarirò'. (Intervista con Rosa che con una parcella di 90 euro a seduta di un'ora, si è vista raddoppiare la cifra perché per tre volte hanno collaborato due medici). Mossi dall'interesse del lucro non vanno incontro alle esigenze del malato.

Sempre nella prima fase c'è la prenotazione dell'appuntamento: questo è un momento del rito che, pur apparendo superficiale e di passaggio, è l'incipit dell'accoglienza. Se chi riceve la prima telefonata del malato è competente, tranquillo, disponibile a rispondere ad interrogativi di dettaglio, il paziente si sentirà arrivato in un porto sicuro. La sua ricerca è finita e ... quasi il dolore comincia a diminuire. Il rituale di guarigione sta già dando i primi segni di miglioramento.

La seconda fase è l'arrivo nello studio del medico. L'arrivo al luogo di cura è un importante passaggio. Lo stile dell'arredamento, i profumi, i suoni o il silenzio comunicano ciò che il paziente ha bisogno di sapere, di sentire, affinché possa avvenire la guarigione. I tempi dell'attesa che possono variare a seconda dei momenti e delle circostanze, permettono una piccola pausa di raccoglimento prima di entrare nel vivo della cura. Le sale d'attesa degli studi di agopuntura sono allestite in modo congruo al tipo di trattamento che verrà praticato e spesso sono indicativi della personalità del terapeuta. Sono adeguatamente termoregolate, illuminate e profumate, con il giusto indice di umidità, sufficientemente rilassanti e contemporaneamente preparatorie all'incontro col medico, di solito mettono a disposizione riviste di lettura appropriate. Questi salottini spesso sono vuoti o al massimo c'è un'altra persona; usualmente con sottofondi musicali che hanno lo scopo di alleggerire l'attesa. In alcuni ambulatori ci sono vasi di piante e fontanelle per purificare l'aria e sempre più frequentemente ci sono oggetti che appartengono a rituali magici anche di altre culture: cristalli, amuleti, sassi e rocce, conchiglie.

La terza fase del rituale è quella dell'incontro con il medico. Generalmente la prima seduta è dedicata all'accoglienza con la raccolta dei dati necessari per formulare la diagnosi. Il medico rivolge l'intervista al paziente per conoscere i sintomi e contemporaneamente capire la persona secondo i principi della Medicina Tradizionale Cinese. Le osservazioni vengono valutate considerando le energie Yin Yang e la loro relazione, l'equilibrio tra i cinque elementi, il quadro energetico totale. La diagnosi è "il" momento cruciale nello svolgimento dell'efficacia della terapia, perché in base alle informazioni

riportate dal paziente, il medico può risalire alle esatte cause del sintomo; talvolta la conoscenza delle procedure della MTC permette al dottore di rilevare problemi di cui il soggetto in cura non è consapevole.

La quarta fase è quella più operativa, si tratta delle sedute reali con l'utilizzo degli aghi. I riti preparatori avvengono con la pragmaticità della vita reale. Molto spesso avviene nel silenzio. Si inizia (quando serve) dalla spogliazione del paziente, segue l'avvicinamento al lettino o alla sedia preposta, mentre contemporaneamente il medico si prepara, lavandosi le mani, e indossando camice, guanti, mascherina. Il successivo necessario passaggio è trovare la posizione giusta, congrua sia ai punti in cui saranno inseriti gli aghi, sia alla comodità del paziente che non deve accusare alcun punto di dolore da postura. Con lo strumento adatto il medico trova gli agopunti e inserisce gli aghi. Alcuni medici hanno delle formule per non far sentire quando pungono, altri invitano ad un respiro profondo o ad un colpo di tosse. Quando tutti gli aghi sono stati inseriti, dopo che il medico si è accertato che non ci siano dolori di postura o di errate inclinazioni degli aghi inseriti, abbassa le luci, rivolge le domande di rito sulla temperatura, se c'è necessità di coprire per non far raffreddare il paziente, e se ne va. Trascorrono venti minuti in cui il paziente rimane immobile, senza chiacchierare, con la musica di sottofondo, c'è chi preferisce restare ad occhi aperti, c'è chi abbassa le palpebre, qualcuno si addormenta. La presenza degli aghi fin dai primi minuti stimola il rilassamento.

La quinta fase è quella di chiusura e congedo: si inizia accendendo la luce, si sveglia il paziente (se dorme), si tolgono gli aghi, il paziente si alza in presenza del medico che controlla se tutto va bene, e dopo i congedi che possono sensibilmente variare per intensità di rapporto e durata, il paziente esce.

La sesta fase è il momento di ritorno a casa, alle proprie routine. Per alcuni avviene un cambio di status quasi in automatico, per altri ci sono momenti di sospensione dalla realtà, per altri una specie di trauma. Nell'analisi delle interviste scopriremo come il rientro sia un momento di particolare intensità.

3.3. Il rituale e il suo Celebrante

La seduta di agopuntura è ascrivibile ad un rituale a tutti gli effetti: a presiederlo c'è una persona autorevole, la cui preparazione è avvenuta durante un lungo periodo della sua vita ed è ufficialmente riconosciuta. Come i sacerdoti, i guaritori, gli sciamani, anche il medico è un officiante del rituale.

Ecco perché i primi momenti di incontro tra medico e paziente sono particolarmente sacri: l'inizio del rituale ha un enorme valore, pur sembrando un normale, banale incontro tra paziente ed esperto. Il celebrante che lo dirigerà necessita di una particolare predisposizione spirituale, allo scopo di poter

officiare in modo fruttuoso. Il silenzio ed il raccoglimento su sé stesso che il terapeuta necessita prima di rivolgersi al paziente, sono i segnali della sua consapevolezza di restare centrato e aperto per poter accogliere ciò che arriverà dalla persona che l'ha nominato sua guida per farsi accompagnare alla guarigione. Con questi segnali il celebrante dichiara la propria totale disponibilità ad una collaborazione con il paziente per centrare l'obiettivo che è quello di far ritornare l'equilibrio delle forze Yin e Yang. La centratura della diagnosi, così come l'alleanza spirituale sono entrambi parte integrante del rito di guarigione. La comunicazione esplicita ed implicita medico-paziente e la cura prodigata sono facce della stessa medaglia. L'adesione alla terapia è la conferma di quanto il paziente si senta accolto e compreso dal medico.

La condivisione di tutti questi momenti inanellati uno sull'altro avvolgono il paziente dentro ad una corrente nella quale si lascia andare, senza più pensarci, perché fiducioso e predisposto a sentirsi unito al terapeuta. Le persone malate in cerca di sollievo dal dolore necessitano del rituale, perché grazie a questa coreografia riescono a sentirsi curate, perché comprese, accudite. Spesso dietro, o dentro la malattia ci sono altre domande più profonde, c'è la richiesta di sentirsi ascoltati, accolti, riconosciuti, rispettati e capiti.

Il terapeuta che presenzia al cerimoniale di guarigione ricopre simbolicamente il ruolo di colui che adempie a queste funzioni. Spesso la mancanza di questo aspetto, che solo l'umanità del rapporto può offrire, non permette la guarigione.

Inoltre, fatto non secondario, la medicina e anche l'agopuntura hanno i loro limiti e solo nella loro accettazione si inizia a guardare per vedere oltre: accettare il corpo come apparato fisio-biologico che col tempo si degrada. Considerare la vita nel suo scorrere, riconoscere le sue necessità, e prodigare al corpo e all'anima attenzioni e prevenzioni, ma restare consapevoli che la vita è un flusso continuo e che la parte fisica, ne siamo certi, è destinata a consumarsi per poi esaurirsi. Il guardare oltre al singolo individuo con il preciso sintomo doloroso per tenere conto del mistero della transitorietà della vita.

3.4. I riti di passaggio: malattia, cura e guarigione

Un'altra lettura della malattia, cura e guarigione è assimilabile ai Riti di passaggio di Van Gennep e Turner.

Le varie fasi spiegate sopra sono quelle che accompagnano il mutamento dello status sociale di un individuo durante il suo vivere una fase critica della sua vita: la malattia ed il percorso per la cura e la guarigione. Secondo questa interpretazione, la presa di consapevolezza della propria malattia, ed

il consecutivo graduale allontanamento rappresentano l'isolamento e allontanamento dell'attore dalla normale vita sociale, è riconoscibile il primo rito di passaggio: la separazione. È questo un rito preliminare, in cui ritroviamo l'allontanamento dalla routine. Questa alterazione del suo ruolo sociale, la separazione dalle sue normali attività, presenta la rottura, la mancata adesione alle norme della comunità di appartenenza. Van Gennep (1909) studiò i rituali d'iniziazione indagando i momenti di passaggio da uno status sociale ad un altro. Un esempio è il giovane che entra nel clan della vita adulta: diventerà uomo solo in seguito a lunghi periodi di isolamento e di allontanamento dalla normale vita sociale, rimanendo confinato in una zona liminare (per esempio nei boschi) lontano dalle normali interazioni sociali.

La seconda fase del rito di passaggio è la più lunga e la più caotica. La convivenza col dolore fisico, che a volte può essere invalidante, la ricerca della giusta cura, dei giusti riferimenti, delle giuste conoscenze, degli appropriati supporti psicologici e spirituali è paragonabile alla fase liminale, o di margine, di Van Gennep. È il percorrere questo periodo, che a volte è di lunga durata, questa separazione dalla routine della vita quotidiana, con la conseguente rottura delle norme legittimate dalla comunità, che il malato vive il periodo più intenso. Questa fase intermedia, che l'autore definisce "limen" è il momento in cui Van Gennep riconosce una zona di ambiguità. Questo tempo liminale è una specie di limbo in cui tutto è giusto, tutto è sbagliato, tutto è possibile. Nulla è più legittimato socialmente. Turner (con riferimento agli studi di Van Gennep) negli anni 50 del ventesimo secolo, studiando i rituali ed i riti passaggio, definì la liminalità, questo secondo momento, come il tempo di totale caos, in cui può succedere di tutto. Tutte le norme sociali che prima dell'avvento della malattia regolavano la vita dell'attore e dei suoi rapporti con la comunità vengono eluse o addirittura sovvertite. La seconda fase della malattia nel suo percorso di ricerca di guarigione può produrre una sequenza di episodi straordinari. L'individuo nella sua ricerca di soluzioni di guarigione può, ed è legittimato socialmente, ad introdurre cambiamenti di ogni tipo pur di ottenere l'obiettivo desiderato. Dall'esimersi dalle proprie responsabilità professionali, familiari, sociali, alla ricerca di soluzione degne dell'immaginazione sociologica. Molti elementi presenti nella sua vita quotidiana possono essere ricollocati a suo piacimento. Così negli studi di Turner venivano contemplati eventi ludici, talvolta destabilizzanti. Nei travestimenti riportati da Turner i tratti di un animale potevano essere combinati con quelli umani o quelli vegetali. Nei riti di iniziazione, nella fase di transizione in cui viveva l'iniziando, venivano messi in gioco una serie di simboli rituali, il tentativo era di mescolare quanti più elementi possibili per creare uno sconvolgimento degli attributi sociali con cui l'individuo era precedentemente riconosciuto e nel quale lui si identificava. Nella fase liminale studiata da Turner presso le tribù aborigene, gli iniziandi sono reputati invisibili, privati del

nome, degli abiti, sporcati di fango, senza riconoscimento di genere, e sottoposti a prove altrimenti ingiustificabili. Tutto questo disordine ha lo scopo di renderli tutti uguali e anonimi. Solo dopo questo passaggio dall'anonimato potranno passare ad un nuovo status. Nel momento liminale ogni individuo è irriconoscibile da ciò che era, e anche da ciò che diventerà. Così nel momento liminale dell'esperienza della malattia tutto può succedere. Vedremo nelle interviste le testimonianze della ricerca del terapeuta caratterizzate da confusione e disorientamento. Nel periodo che precede l'inizio della cura vera e propria, in questo tempo di liminalità le persone giocano, scambiano ciò che è familiare, talvolta riuscendo a trasformarlo in estraneo, e viceversa. Non si riconoscono in ciò che erano prima dell'arrivo del dolore, nonostante contemporaneamente gli altri li reclamino per ciò che ordinariamente li conoscono, cioè, calati nel loro precedente ruolo. È un passaggio difficile, perché ogni certezza viene infranta ed è necessario lo scorrere del tempo affinché l'attore malato si trovi e si riconosca nella sua alterata percezione di sé e nei suoi nascenti bisogni di essere qualcun altro, qualcos'altro, diverso da ciò che è stato fino all'insorgere della malattia.

Nel momento in cui si sceglie la terapia, inizia la fase del terzo passaggio: l'aggregazione, il ritorno alla normalità (il rito post liminare di Van Gennepe) La decisione del tipo di terapia significa l'aver preso in carica la responsabilità e la decisione di volersi curare; è la palese dichiarazione che si è iniziato il percorso allo scopo di ristabilirsi per un graduale ritorno della normalità. La trasformazione necessiterà di tempi più o meno lunghi, ma quasi certamente culminerà con il raggiungimento della guarigione e conseguente reinserimento in società. Incredibilmente, come descritto da Van Gennepe e poi da Turner il reintegro nella società è spesso caratterizzato da un raggiungimento di normalità, ma a livelli più alti. Nel nostro caso si innalza la propria consapevolezza e centratura, la salute e l'efficienza.

3.5. La malattia e la presa in carico

La malattia, il dolore nelle sue fasi acute, la sofferenza nelle sue manifestazioni protratte per lunghi periodi, a volte cronica è sempre stata presente nella storia dell'umanità e, conseguentemente, l'attenzione e la cura verso il sofferente. In tutte le epoche storiche e a tutte le latitudini c'è sempre stato il desiderio e la volontà di ridurre il dolore. Mentre la religione, come sostenne Malinovsky, (1922) non spiega l'origine dei fenomeni, bensì cerca di fornire certezze relative ai grandi misteri della vita, la medicina spesso in collaborazione con la magia ha l'obiettivo di fornire soluzioni pratiche relative al dolore sia fisico, sia psichico.

La storia della medicina comparata ci dà un quadro sufficiente per affermare che l'ambito della cura

è un argomento sociologico.

La salute che si alterna a periodi di malattia e la cura che ne consegue sono fenomeni sociali. Alcuni autori si sono interessati studiandone i cambiamenti di ruolo, i rituali, le cerimonie, le norme, i valori, le credenze, i comportamenti nei vari momenti del decorso della malattia, a partire dal presentarsi dei primi sintomi, alla successiva fase acuta con accertamenti medici, alle decisioni sul come attuare terapie, chi incaricare della presa in carico della cura, per proseguire alla soluzione con guarigioni o, nei casi più sfortunati, con il cronicizzarsi della patologia o con il trapasso. Presso molti popoli, e recentemente si è iniziato anche da noi, la malattia è vista come il risultato di tensioni, di stress, di cattivi rapporti interpersonali. La malattia può essere considerata quale indice del cattivo funzionamento della società.

Nell'ambito della sociologia della salute la malattia viene identificata con tre concetti differenti: illness, disease, sickness. (Kleinmann 1988). Ad ognuno di questi concetti corrisponde un rituale di guarigione connesso allo spazio e al tempo dedicati alla cura.

Non sono concetti che si sviluppano su una linea temporale, anche se indubbiamente l'illness, la malattia esperita nel corpo del soggetto che accusa il disturbo è il primo che appare.

Illness sta a identificare il sintomo di malessere che l'individuo percepisce, il dolore per come viene sentito e raccontato. Illness racchiude il sentire soggettivo rispetto alla normalità, il percepire il senso di inadeguatezza del proprio fisico. È il senso di sofferenza individuale che si manifesta attraverso una pluralità di sintomi che possono solamente essere 'narrati' dal paziente; soltanto lui/lei può verbalizzare il suo sentire soggettivo rispetto all'inadeguatezza, al dolore, o talvolta al cambiamento percepito (o solo presunto) delle proprie funzioni corporee. Questa identificazione soggettiva del proprio stato di salute, in determinati soggetti, automatizza una serie di atteggiamenti e comportamenti che sembrano volti ad autodiagnosticare, e apparentemente a percepire il malessere per autosuggestione. Questa costruzione dell'idea del sintomo, aiutata da letture in internet, e da conversazioni con familiari e conoscenti, conduce ad una descrizione del proprio dolore al medico in una maniera poco spontanea e che, talvolta, arrivando carichi di nozioni e di immaginazioni che conducono ad autosuggestioni, può sembrare una quasi auto diagnosi. L'illness può essere solo vissuta, intendendo con questo termine *«ogni percezione di dolore, sofferenza o ansia da parte del soggetto indipendentemente dalla presenza o meno di alterazioni organiche rilevabili attraverso strumentazioni bio-mediche»* (Maturò, 2007: 122). Inoltre, c'è l'interpretazione più ampia che l'attore dà alla propria condizione, cioè il senso che l'individuo tenta di costruire per orientarsi

nell'esperienza di malattia. Viene disegnata una mappa di senso molto soggettiva, poiché ogni individuo proietta sulla propria situazione una pluralità di fattori. Talvolta la malattia viene decodificata con una valenza costruttiva, nel tentativo di contestualizzare l'episodio nel disegno più ampio della propria vita terrena. Questa elaborazione della semantica dell'illness è un fenomeno molto più frequente di quanto si possa supporre. ciò che varia sensibilmente è l'elaborazione teorica del concetto. L'attribuzione di significato che l'attore fa della propria malattia è strettamente collegata alla cultura di appartenenza. La descrizione dei sintomi, con precisi termini espliciti e impliciti riporta al contesto socioeconomico-culturale del narr-attore. Nell'illness l'atto della cura consiste nell'accudire, ascoltando le descrizioni e le lamentele che l'individuo malato ha bisogno di esternare. Anche in questa accezione di malattia individuale è presente la componente sociale senza la quale l'attore non potrebbe comunicare.

Disease è il termine con cui si definisce la malattia, non idoneo funzionamento di uno o più organi, come l'oggetto su cui interviene la categoria sanitaria. Disease significa identificazione del disturbo fisico secondo i concetti della patologia, codificati nei manuali di medicina. Disease sta a significare come il dottore, come il sistema sociosanitario interviene, quali tipi di cura decide di applicare, in quali strutture, con quali strumenti, con quali tempistiche. In questa lettura sparisce la componente umana. Il malato è un 'oggetto' nella catena di produzione di servizi sanitari. Più precisamente è un numero con appropriato codice identificativo, è un numero dal quale gli addetti ai lavori riconoscono la patologia, il reparto, il medico titolare del trattamento, lo staff che lo supporta, il protocollo da seguire per accompagnarlo alla presupposta guarigione. Il termine Disease contestualizza la malattia solo in relazione alla cura che verrà somministrata: in qualche modo significa che l'individuo non ha più giurisdizione sulla propria malattia (e perciò sul proprio corpo, sulla propria vita) in quanto ha delegato alla classe medica, che riconosce come autorevole, tutto il potere di decidere. Si possono fare approfondimenti sul come e sul perché le strutture sanitarie riescono ad agire senza limitazioni sulla vita della popolazione malata, sull'abuso che ne fanno della loro autorevolezza, dato che la classe medica è investita di grande potere. Si potrebbe indagare e discutere sul perché è stato delegato un così ampio potere alle organizzazioni sanitarie si potrebbe dibattere sul prestigio, e sulla difficoltà di accesso tipica della professione, ma non è questa la sede, dato che questa tesi si occupa di agopuntura. L'agopuntura, in quest'area di mondo occidentale improntata ai paradigmi di una scienza positivista, rimane ancora ai limiti. Non è escluso che in un futuro prossimo, corroborata dalle neuroscienze, diventi una medicina di alto prestigio.

Sickness è il terzo sostantivo che identifica sociologicamente la malattia. Con questo termine viene

definita la malattia socialmente riconosciuta. L'esempio tipico nelle società occidentali è il certificato di malattia che il dipendente inoltra all'azienda presso cui lavora, per giustificare la sua assenza. In questo caso è la parola Sickness con cui si definisce la presenza del malessere e il conseguente riconoscimento sociale. Sickness è la malattia che coinvolge l'attore che presenta il sintomo e contestualmente tutti i presenti nella sua quotidianità, le strutture in cui trascorre il suo tempo ordinario. In altre culture il termine Sickness si riferisce alla medicina che viene praticata da sacerdoti, stregoni, sciamani, maghi; possiamo definirli medici olistici, secondo la mappa concettuale occidentale, perché si occupano di favorire il ristabilirsi della salute agendo sulle forme visibili e invisibili che causano il malessere. La malattia e la relativa cura hanno le loro radici che non sono spiegabili secondo il nostro pensiero positivista che si basa solo sulla logica razionale, ma vengono costruite e risolte dalle credenze, dalle tradizioni e dalle abitudini. La Sickness è il concetto di malattia che grazie alla sua carattere sociale e culturale può essere totalmente guarita dai riti che coinvolgono più forze e più relazioni in atto.

Capitolo quarto

Il precedente capitolo offriva una ricostruzione teorica dell'agopuntura come "rituale" di guarigione, con riferimento alla letteratura in materia. In questo capitolo presento alcune correnti di pensiero sociologico: l'approccio drammaturgico di Goffman, l'interazionismo simbolico, la fenomenologia, la visione olistica.

4.1. L'approccio drammaturgico

Nel contesto della seduta, prendono atto delle dinamiche di interazione di tipo asimmetrico, simmetrico. I protagonisti sono il paziente ed il medico: dalla parte di quest'ultimo, ci sono al massimo due terapeuti, cioè il maestro e il giovane specializzando. Sulla scena della micro-interazione, non ci sono mai altri attori, nemmeno genitori o tutori in caso di minori. Nel corso delle interviste è stato riportato – o comunque emerge dalle situazioni riportate – che l'incontro non è mai estemporaneo, ma precedentemente soppesato, vagliato da più punti di vista e programmato. Infatti, si tratta dell'incontro tra persone di status diverso, di un'interazione temporanea: attraverso le narrazioni, si possono osservare le relazioni esistenti fra gli atti delle persone.

Goffman (1959) propone una chiave di interpretazione del modello di micro-interazione attraverso l'approccio drammaturgico, in cui ogni attore è un controllore affaticato di impressioni, perché è preoccupato di salvare la propria faccia, che l'autore definisce come il salvare la propria dimensione sacra: "*Avere paura la prima volta che ci vai ci sta*" (Sara). La sacralità dell'individuo viene definita quale garanzia di mantenimento dell'ordine sociale. Goffman interpreta un concetto già elaborato da Durkheim (1912) nello studio sulle forme elementari della vita religiosa, cioè il fatto che – nelle società moderne e secolarizzate – il vero oggetto di venerazione non è più lo stare insieme, ma è il sé presentato da ciascun attore. Nel suo studio sulla vita quotidiana come rappresentazione, Goffman scrive che gli individui, quando interagiscono, cercano indizi sul proprio interlocutore. Questo perché "*le notizie riguardanti l'individuo aiutano a definire una situazione, permettendo agli altri di sapere in anticipo che cosa egli si aspetti da loro e che cosa essi, a loro volta, possono aspettarsi da lui: tali informazioni indicheranno come meglio agire per ottenere una determinata reazione*" (E. Goffman, 1969, p. 11). Goffman qui esamina la vita sociale come tessuto di relazioni elementari, che avvengono come automatismi, un teatro del quotidiano in cui ognuno si muove da attore per la messa in scena di sé. Tutto avviene come sul

palcoscenico: ogni cosa è opera di gruppi che agiscono come équipe teatrali che si muovono in uno spazio scenico diviso tra ribalta e retroscena. La posta in gioco di tutto ciò è il successo nella presentazione di sé stessi (*ibidem*).

Che cosa fa dunque l'individuo nella situazione di paziente che sceglie questo tipo di cura? Solo inizialmente, durante le prime sedute, il paziente riveste il ruolo di attore attivo, mentre prendendo confidenza, modifica il suo comportamento lasciandosi andare.

4.2. Ribalta e retroscena

Prima dell'incontro, l'attore si trovava nel «retroscena»: un luogo sicuro, deputato a mettere a punto la rappresentazione da presentare al pubblico. È qui che l'attore custodisce gli arredi scenici e i componenti della facciata personale, il proprio repertorio di azioni e personaggi; è questo lo spazio per rilassarsi, in cui smettere di recitare la parte, in cui si può e si deve uscire dal ruolo. Se nella «ribalta» si spettacolarizza la formalità che si mostra in genere in pubblico, nel retroscena si instaura invece un clima di spontanea familiarità.

Goffman ritiene che – oltre alla ribalta e al retroscena – possa darsi anche un esterno, cioè il pubblico o anche diversi pubblici. Ad ogni pubblico verrà offerta una rappresentazione adeguata. Al riguardo si parla di segregazione del pubblico, al fine di ridurre il rischio di mescolare rappresentazioni diverse e potenzialmente contrastanti. Infatti, la stessa rappresentazione potrebbe non essere adatta a più pubblici differenti.

Il paziente si dimostra per ciò che vuole apparire: nella sua forma migliore, pulito, profumato, nonostante sia il sintomo doloroso il motivo dell'incontro, cerca di proporre la versione migliore di sé, per sentirsi “a posto” Nel suo retroscena, il dottore ha lunghi anni di studio, di specializzazione, di esperimenti fatti su parenti ed amici, nonché tutta la sua precedente pratica fatta su pazienti con patologie simili. In quei loro momenti, tuttavia, in quella situazione di ribalta entrambi gli attori sono impegnati in un'interazione che appare completamente sotto controllo solo se entrambi si impegnano a decodificare quante più possibili informazioni dal comportamento dell'altro. L'Altro che ci sta di fronte cerca di avere informazioni sul nostro conto, o si serve di quanto già conosce di noi per farsi un'idea. Si rilevano indizi che possono dare indicazioni di diverso tipo – come il genere, l'età, lo status socioeconomico, la concezione che la persona ha di sé – mentre altre indicazioni potranno essere colti indirettamente, come ad esempio convinzioni ed atteggiamenti, attraverso sue dichiarazioni o comportamenti espressivi involontari, che si proporranno solo successivamente. Tutti questi indizi sono informazioni utili a definire una

situazione, a sapere in anticipo che cosa ci si aspetta gli uni dagli altri, e scegliere l'azione migliore da intraprendere per ottenere la reazione che sembra più efficace. Dunque, ciascuna parte cerca di controllare la condotta della controparte e il trattamento che le viene riservato; lo scopo è di ottenere risposte e persuadere l'altro che siamo persone rispettabili, e ciò fin dalle prime impressioni, che rivestono un ruolo fondamentale. La capacità dell'individuo di fare impressione su altri sembra basarsi – secondo Goffman – su due tipi di attività semantica, cioè l'espressione assunta intenzionalmente (comunicare nel senso tradizionale le informazioni volute) e quella lasciata trasparire (tipica della comunicazione non intenzionale e “non verbale”). Nella ribalta in cui avviene la rappresentazione, l'incontro formale prevede che gli attori seguano regole di comportamento adeguate al contesto e che propongano sé stessi come persone educate. La facciata personale si distingue in diverse componenti: se la «maniera» è importante dal punto di vista della cortesia, l'«apparenza» invece rileva dal punto di vista del decoro. Anche quando si trattengono deliberatamente dal dare informazioni, inconsciamente gli attori ne rilasceranno molte attraverso la comunicazione non intenzionale e non verbale, sulla quale l'interlocutore formulerà le sue impressioni.

In questo caso, il medico che presiede la seduta racconterà una versione diversa a seconda che conversi con i propri colleghi di agopuntura o con colleghi di medicina generale convenzionale, o ancora riporti l'aneddoto al coniuge. Il paziente differenzierà la narrazione quando ne parlerà con conoscenti, o con amicizie intime, o con, per esempio, un allenatore. Parlerà in generale della situazione ai suoi conoscenti, delle paure o della serenità alle proprie amicizie intime, della ritrovata salute a quell'ipotetico allenatore.

4.3. Deferenza e contegno

Analizzando la dimensione cerimoniale delle interazioni sociali, Goffman distingue le interazioni focalizzate da quelle non focalizzate. In particolare, l'autore fa riferimento ai concetti di riti positivi (prescrizioni) e negativi (proscrizioni) elaborati da Durkheim (1913), chiedendosi che cosa sia necessario fare per mantenere la dimensione di sacralità nell'interazione focalizzata. Per preservare la bolla di sacralità che li contiene, i due soggetti interagenti necessariamente si devono mettere reciprocamente a fuoco, mantenendo viva l'attenzione per tutta la durata dell'interazione. Infatti, la caduta di attenzione provocherebbe la rottura di questo involucro: altre interazioni sono possibili, purché non distruggano e non distraggano la prima.

Dunque, l'elemento della focalizzazione induce l'autore a introdurre i due concetti di deferenza e

contegno. La deferenza è il restare intenzionalmente focalizzati su qualcuno: il modo in cui si tratta o si apprezza specificamente quella persona. Il contegno è una comunicazione generalizzata, vale per tutti. Il rapporto tra i due aspetti è cronologico: in qualche modo viene prima il contegno, poi la deferenza.

Goffman cerca di rispondere alla domanda come sia possibile mantenere l'ordine sociale.

Per Goffman la connessione è fragile fra due o più attori sociali. L'ordine dell'interazione si trova nei self rappresentati. Il sacro è la connessione fra i due, e fra i due simboli di ciò che gli attori mettono in gioco; perciò, deferenza e contegno è quanto è richiesto dalla situazione. Queste sono le prescrizioni affinché, ad esempio, durante il giro pazienti non venga alterato l'ordine dell'interazione. Il self di ogni attore è plasmato da quanto richiesto dalla situazione: non è un agire libero, bensì modulato secondo i simboli d'interazione. L'ordine sociale è possibile solo quando ognuno si presta per rappresentare quel self richiesto dalla situazione.

In ambito ospedaliero esistono gerarchie che vedono le infermiere in posizione sottostante a quella dei medici. Medico titolare del reparto, medici laureati all'ultimo anno di specializzazione e giù a scendere fino al neolaureato appena arrivato in corsia. Al seguito poi gli infermieri, i vari operatori sanitari specializzati in una determinata unica attività, e all'ultimo posto gli operatori che lavano, nutrono, spostano e accudiscono il paziente in tutti i suoi bisogni fisiologici.

Come si vede nel film 'La forza della mente' (M. Nichols, 2001) il comportamento delle varie figure professioniste della salute in ambito sanitario è guidato da fili sottili, invisibili, ma determinanti per tenere in piedi l'ordine sociale di quel cerimoniale. Durante il giro dei pazienti che lo staff medico compie, all'interno del gruppo l'atteggiamento verso i superiori è sempre caratterizzato da deferenza asimmetrica, che può sfiorare il timore di essere espulsi dalla posizione ambita. Nella scala gerarchica l'attore occupante la posizione inferiore non può parlare se non quando viene espressamente interrogato, perché solo in quel momento oltre ad essere ferrato sull'argomento – quindi con la preparazione e il contegno richiesto ad un bravo medico – deve contestualmente dimostrare la propria deferenza asimmetrica verso il primario. La deferenza asimmetrica prende perciò la forma di obbedienza a dimostrazione di essere all'altezza delle aspettative dettate dalla micro-interazione. In corsia, durante la visita al paziente è in atto un passo cerimoniale di deferenza asimmetrica del medico più giovane verso quello più esperto che gli comunica quanto lo apprezzi.

La risposta data dal dottore specializzando interpellato dimostrerà a tutti il suo contegno, che si paleserà con un insieme di caratteristiche che esprimono richiesta di apprezzamento per ciò che

lui è.

Qual è l'ordine cerimoniale con il quale gestiamo la nostra vita quotidiana? Secondo Goffman, con il contegno che assumiamo ci dimostriamo per quegli aspetti per i quali vogliamo essere considerati, essere stimati, palesando quelle caratteristiche che vogliamo ci vengano conferite. Per certi aspetti il contegno è una dichiarazione di prezzo. Che tipo di rappresentazione devo dar vita rispetto a quella persona? A Goffman interessa solo costruire le mappe per classificare il contegno. In base al contegno si dà vita ad un cerimoniale, quel certo tipo di cerimoniale e non un altro. Voglio essere trattata come si trattano quel tipo di persone e non un altro tipo (ovviamente un certo tipo di mondo giudica in un certo momento, a seconda della mappa contingente).

Goffman suddivide ulteriormente la deferenza in due tipi: simmetrica e asimmetrica. Attraverso la deferenza, si dimostra la propria attenzione all'altro, sacralizzandone il self: apprezzare è una forma di sacralizzazione. Ciò avviene secondo due modalità. Si può essere sullo stesso piano, allora si verifica la deferenza simmetrica; oppure su piani diversi: si parla in tal caso di deferenza asimmetrica. Il più evidente aspetto da cui emerge la dinamica in cui ci si trova è l'uso degli allocutivi: io, tu, lei, voi: si avrà deferenza simmetrica quando lo stesso allocutivo è utilizzato da entrambi i poli dell'interazione, asimmetrica quando uno dei poli usi il "lei", l'altro il "tu". In quest'ultimo caso, le parti venerano quel sé a cui si dà del "lei", quel ruolo che interpretando, al quale chi dà del "lei" mostra una posizione di deferenza.

Il contegno è un tratto che emerge nitidamente dalle interviste raccolte. Quasi tutti gli intervistati si sono raccontati molto consapevoli della loro situazione e del loro bisogno di aiuto. Mi sembra di poter dire che ognuno abbia dimostrato un contegno dignitoso nel descrivere la propria malattia e i propri incontri con il medico. Nessuno degli attori ha riportato momenti di disperazione manifestata, o di esternazioni irate nei confronti del terapeuta, o della loro specifica situazione debilitante.

Nelle sedute terapeutiche d'agopuntura, la deferenza asimmetrica si presenta in particolar modo all'inizio del trattamento. Il paziente che si rivolge all'esperto si trova nel ruolo di colui che non sa, anche se è ben consapevole che il suo non sapere è circoscritto alla micro-interazione sanitaria. Dalle interviste raccolte sembra a volte prevalere la deferenza simmetrica, altre volte quella asimmetrica.

4.4. Interazionismo simbolico

Il modello dell'interazione simbolica è stato ideato da Herbert Blumer all'inizio del XX secolo, poi elaborato e presentato nella sua forma compiuta da George Herbert Mead.

L'interazionismo simbolico, basandosi sulla teoria del self di Mead, sostiene che la società sia il risultato dell'interazione tra individui che utilizzano i simboli per comunicare tra loro.

Il nome "interazionismo simbolico" è stato coniato perché questo approccio si occupa delle dinamiche simboliche interazionali. Si tratta infatti di una corrente di pensiero che studia con attenzione il modo in cui le pratiche dei simboli sono organizzate, nonché la loro interpretazione.

La teoria sociologica dell'interazionismo simbolico si concentra sul modo in cui le persone attribuiscono il senso e agiscono in base a questo: il significato non è innato o oggettivo, ma è creato attraverso l'interazione sociale. Il significato viene perciò sviluppato attraverso la comunicazione simbolica: un gesto, una frase, un comportamento viene riconosciuto dall'attore sociale secondo la sua rappresentazione. Il significato viene attribuito dalle persone a seconda del loro retroterra culturale, ma anche a seconda delle loro precedenti esperienze di vita. Il conseguente agire è influenzato da quella determinata interpretazione.

Nei fumetti, l'auto interazione e il pensiero sono rappresentati con i ballon delimitati dai pallini. Quando non c'è l'altro intorno a noi, si tratta di auto interazione; quando siamo in società, siamo in dinamiche interazionali, e spesso condividiamo uno stesso sistema simbolico, anche quando non ne siamo consapevoli.

4.5. Io, me, l'altro generalizzato

L'interazionismo simbolico spiega come la *socializzazione* porti a far emergere il self nel processo sociale: lo strumento con cui questo processo può compiersi è, secondo Mead, il pensiero simbolico, il *linguaggio*.

Il linguaggio è un fenomeno intrinsecamente sociale, è significativo solo se l'attore riesce a adottare verso sé stesso l'atteggiamento assunto dal proprio interlocutore. Nel corso di questa interazione, le persone negoziando i significati si costruiscono un'identità, ed assumono dei ruoli. Il significato appartiene e viene definito nella sua dimensione d'uso; perciò, è sempre associato al processo sociale entro cui nasce e si sviluppa.

Lo sviluppo della *coscienza* e del *self individuale* avviene in modo graduale durante l'infanzia: il bambino passerà dalla capacità di assumere il ruolo dell'altro (attraverso giochi di ruolo) alla semplice assunzione attraverso l'immaginazione. Intorno ai due anni il bambino attraverso il gioco imita i ruoli delle persone che conosce ("*play*", "gioco spontaneo"); più tardi, verso i sei, sette anni impara a giocare anche in gruppo secondo regole convenzionali, assumendo ruoli implicati nell'attività comune ("*game*", "gioco organizzato").

All'interno del *self* l'autore distingue tra "Io" e "Me". L'"Io" definisce la risposta dell'organismo agli atteggiamenti degli altri, mentre il "Me" è l'insieme organizzato degli atteggiamenti degli altri che un individuo assume. Il "Me" riflette le leggi, i costumi, i codici organizzati, cioè tutte le aspettative della società.

Lo stadio finale dell'evoluzione è il momento in cui l'individuo assume il ruolo dell'*Altro generalizzato*, cioè l'atteggiamento del gruppo sociale organizzato a cui appartiene. L'Altro generalizzato diventa così il maggiore strumento di *controllo sociale*, si può dire che è il meccanismo attraverso cui la comunità ottiene il controllo sulla condotta dei singoli individui. L'Altro generalizzato è un'entità omogenea che comprende tutte le fonti di autorità che abbiamo interiorizzato e che regolano il rapporto con la realtà.

Il *Self* si sviluppa attraverso un processo di riflessività, in cui gli individui si vedono con gli occhi degli altri e si attribuiscono un significato basato su queste interazioni. Il *self*, perciò, non può essere un'entità fissa o immutabile, ma può cambiare continuamente perché viene influenzato dalle interazioni con gli altri e dall'interpretazione dei simboli sociali. Tale interpretazione è fondamentale per la comprensione delle dinamiche sociali e dell'identità individuale. Ogni attore sociale impara a interpretare i segnali sociali, come il linguaggio, le espressioni facciali e i gesti, per comprendere come gli altri li percepiscono. Valuta, interpreta e progetta le proprie azioni sulla base di significati condivisi, e grazie alla consapevolezza di ciò che mette in atto, spesso sa anticipare le conseguenze delle proprie azioni.

Al centro dell'interazione simbolica c'è l'interpretazione che gli attori sociali attribuiscono ai simboli.

In questo quadro, le cose (gli oggetti) non sono altro che persone che agiscono insieme. Gli oggetti diventano simbolici perché viene applicata l'interpretazione. Ad esempio, gli oggetti sacri impiegati in determinati momenti dei rituali religiosi sono il segno della presenza del divino, così come lo sono anche i gesti compiuti durante gli stessi rituali. Gli oggetti sono accordi sociali cristallizzati nella storia delle persone che agiscono insieme. Le cose si trasformano in oggetti simbolici grazie alle interpretazioni. Pertanto, lo stesso gesto è diversamente interpretabile a seconda delle culture.

L'interazionismo simbolico pone particolare attenzione alle parole e al linguaggio. Questo è comune anche alla fenomenologia: le parole sono strumenti per dare forma alla nostra realtà. La nominazione è un processo dell'interpretazione che dà forma, che diventa uno strumento potente perché ha il potere di modificare l'elemento emozionale. In molti ambiti della vita quotidiana accediamo all'oggetto dell'esperienza attraverso le coloriture delle parole con cui lo definiamo.

In questo modo costruiamo la percezione che abbiamo di noi stessi, dei nostri comportamenti, dell'immagine degli altri.

Inoltre, l'interazionismo simbolico enfatizza l'importanza della comunicazione e dell'interazione sociale nel processo di guarigione. Le interazioni con gli altri, come ad esempio il supporto sociale e le relazioni di cura, possono influenzare le percezioni e le aspettative delle persone riguardo alla malattia e alla possibilità di guarigione.

In conclusione, l'interazionismo simbolico offre uno spunto importante per comprendere come la malattia e la guarigione sono processi socialmente costruiti, influenzati dai simboli e dai significati attribuiti alla malattia e alle cure. Questa prospettiva sottolinea anche l'importanza dell'interazione sociale e della comunicazione nelle dinamiche di guarigione.

4.6. Fenomenologia

La fenomenologia si rivolge principalmente allo studio del quotidiano. Studia la vita fatta da routine, gesti, azioni, parole abitualizzati sui cui non si riesce continuamente riflettere, perché diventerebbe un'esistenza complicata, dedita al continuo interrogarsi su ogni aspetto in tutti i suoi dettagli e interromperebbe o quantomeno rallenterebbe pesantemente il normale flusso dell'agire. Secondo Schütz in ogni sfera della vita sociale ci sono i sotto-universi che sono composti da costruzioni di tipologie. Viviamo immersi nel senso comune, che è il pensiero dell'ovvio, trascorriamo la vita senza porci troppe domande. Secondo Schütz l'attore non è semplicemente nel mondo, ma costituisce il mondo in quanto la comprensione di ciò che è la realtà avviene attraverso il pensiero del soggetto. Per poter più velocemente comprendere il mondo usiamo le categorie perché ci facilitano e ci fanno risparmiare energie cognitive.

La fenomenologia considera l'azione individuale come un progetto di cui si vorrebbe comprendere il rapporto tra senso del produrre e senso del prodotto. L'agire razionale secondo lo scopo di Weber (1913) è solo il punto d'arrivo del processo che lo precede: c'è un primo momento in cui l'attore dopo aver elaborato dentro di sé un suo pensiero, palesa la volontà di perseguire uno scopo; un secondo

momento in cui l'azione si realizza; ed un terzo in cui si manifesta come atto compiuto. Per l'attore il senso dell'azione compiuta è il medesimo dell'azione in gestazione? il senso dell'azione è identico per il soggetto agente a quello che dicono gli altri? durante? o dopo? è uguale per il soggetto agente? per l'interagente? per un osservatore esterno al tempo? esterno all'interazione? il resoconto che viene riportato nelle narrazioni successive al momento dell'azione quale relazione ha con quanto è stato vissuto?

Viene perciò ridisegnata la realtà. Riproducendo ricordando, viene ricreata e trasformata la realtà fattuale avvenuta, e questo consente di reinterpretare ciò che è stato esperito. In linea di massima è difficile avere la stessa narrazione precisa nei dettagli. La riproduzione è potenzialmente diversa a seconda dell'intervistatore. La fenomenologia è antipositivistica perché non si basa su presupposti scientifici.

Secondo Schütz, ogni attore sociale nel suo relazionarsi con l'altro dovrebbe essere consapevole che dentro ad ogni alter esistono progetti individuali non dichiarati; l'azione esplicita, così come l'atto compiuto sono solo la punta dell'iceberg di un elaborato stato di coscienza, che il più delle volte rimane inaccessibile all'interlocutore. Esistono però le tipizzazioni che si configurano come il mezzo, la scorciatoia per analizzare l'agire di alter e che ci permettono di dare per scontata la vita quotidiana.

Tipizzazioni e routine sono considerate lo scheletro portante della vita quotidiana.

Nello studio dello straniero viene esaminato come l'arrivo in un nuovo ambiente, l'attore si ritrovi a non capire ciò che lo circonda e per questo è costretto a porsi mille domande che se fosse rimasto nella sua terra natia mai avrebbe pensato di dover mettere in dubbio. In una situazione sconosciuta cade il senso comune che prima lo cullava nell'indifferenza. Trovandosi a vivere in una cultura 'altra' e non ancora plasmato dalle spiegazioni che gli indigeni della nuova terra che lo accoglie sono abituati a fornire, nel primo periodo del suo nuovo insediamento diventano possibili molteplici sensi comuni. Dalle interviste vedremo come durante i cicli di terapia questo cambiamento di senso comune, che è solo una costruzione sociale, diventi una 'realtà', talvolta solo una potenziale possibilità lontanamente intravista.

4.7. Epoché

Il concetto di epoché, o sospensione del giudizio, è un atto volontario del soggetto, non per negare il mondo, bensì per accettare tutto ciò che c'è, costantemente qui ed ora; è un modo di vivere la realtà, solo da viverla, senza doversi porre domande, senza alcuna analisi né preventiva, né consuntiva. È un approccio diretto, si può dire ingenuo, privo di protezioni, di proiezioni, di contestazioni o dissertazioni

in qualsiasi direzione. Può condurre ad un'oltre mistico (?) grazie a droghe, preghiere, orge, ma anche ad una grande 'solo' amplificata consapevolezza della propria natura che, pur restando nei limiti umani, può portare oltre la superficialità della routine.

4.8. Durée

La durée è lo stare dentro il flusso della durata, immerso nel fenomeno del momento, senza distinzioni di reale, di limiti di spazio e di tempo, è la percezione coscienziale del tempo, la consapevolezza interiore di ciò che viviamo. Non è l'esperienza vissuta in un preciso momento ma è il risultato di ciò che nella nostra coscienza è vissuto e che porta a dare una definizione precisa di tempo; è il tempo interiore che è diverso dal tempo esterno, quello delle lancette dell'orologio, che lo parcellizza in segmenti uguali. (Bergson 1907).

L'analisi delle interviste riporterà stralci in cui epoché e durée vengono esperiti dagli attori: l'aspetto luminoso è che questi aspetti fenomenologici permettono loro di rielaborare la propria malattia, spesso risolvendola.

Dalla fenomenologia nascono diverse correnti di studio, tra cui l'etnometodologia di Garfinkel, (incrocio tra Parsons funzional strutturalista e Schütz fenomenologia) e l'esistenzialismo, anche Carlos Castaneda è figlio di Garfinkel ha un imprinting fenomenologico.

La fenomenologia considera la malattia come un'esperienza soggettiva in rapporto al sociale; pone particolare focus attento sulla percezione individuale del dolore, e sui ritorni che arrivano dagli altri. Quest'approccio mette in evidenza come l'esperienza della malattia e della guarigione venga influenzata dalle relazioni sociali, dai contesti culturali.

Pertanto, non è solo un evento biologico, né attua distinzione tra soma e psiche: il sintomo della patologia è visto come un fenomeno complesso che coinvolge la sfera emozionale, quella simbolica e quella sociale. Si pone forte attenzione alle esperienze soggettive sia di sintomi, sia di sofferenza; sia alle prospettive da cui gli attori attribuiscono significato a queste loro esperienze. Perciò la guarigione non viene intesa solo come il ripristino della salute fisica, ma come un processo in cui l'individuo si sente reintegrato nel suo benessere e funzionalità familiare, sociale, professionale.

La guarigione che è così diventata sociale viene riconosciuta come interpersonale, prendendo atto di quanto il sostegno e l'interazione con gli altri possano influenzarne il percorso.

4.9. Nella seduta terapeutica c'è prima l'arco o le pietre?

*“Cercando di far convergere le numerose definizioni [...] un sistema è un'unità, un insieme, una totalità di parti altresì di natura differente - siano esse materiali o ideali, relazioni, informazioni, emozioni, legami fisici, flussi, fattori sociali, culturali o mentali che, con una qualche sorta di organizzazione, sono in interazione tra loro, ossia in relazione di interdipendenza reciproca. [...] ogni evento o situazione può essere concepito come sistema [...] il concetto di sistema diventa così una categoria, uno strumento interpretativo utile per comprendere gli aspetti relazionali e di interdipendenza dei processi sociali, in particolare della dinamica comunicativa [...] l'oggetto di studio come un sistema, ovvero, una totalità - dinamica e organizzata - i cui elementi sono in relazione gli uni con gli altri influenzandosi reciprocamente.” (V. Rettore, *La Linea dell'arco e le pietre*, in S. La Mendola (a cura di), *Comunicare interagendo*, 2009, p. 143).*

Possiamo ipotizzare lo studio dei fenomeni sociali suddiviso in due grandi gruppi che propongono letture antitetiche: uno composto da chi vede i fenomeni sociali verificarsi secondo modalità proprie, indipendenti dall'agire del singolo, mentre l'altro considera i fenomeni sociali come effetti in cui il singolo essere umano è l'attore.

Il primo è una scuola di pensiero improntata al concetto che le società hanno una propria natura sui generis, in cui gli individui sono semplici esecutori: prima c'è il tutto e poi le parti. La società – cioè IL TUTTO – è studiata come un insieme di individui, mentre LE PARTI – gli individui – non hanno rilevanza se prese singolarmente.

4.10. La prospettiva olistica

La visione sociologica olistica (Bateson, Morin, Crozier) considera la malattia, come un fenomeno sociale influenzato da fattori culturali, sociali ed economici.

La prospettiva olistica riconosce l'importanza delle relazioni sociali quale sostegno per la salute e il benessere delle persone mettendo a fuoco come le reti di supporto sociale giochino un importante ruolo nel fornire sostegno emotivo e non solo pratico durante il decorso la malattia e nel facilitare il recupero.

In sintesi, la visione olistica della malattia considera la malattia come un fenomeno complesso che è influenzato da una serie di fattori sociali, culturali ed economici.

Dagli stralci di interviste riportate risalta come l'individuo sia inestricabilmente connesso alla sua vita sociale fatta di relazioni personali, familiari, professionali, politiche, comunitarie per libera scelta,

doveri sociali associazionistici, di vicinato. La sua realtà individuale a volte gli sta stretta, non corrisponde più alle sue attuali preferenze, ma ritiene di avere difficoltà a sganciarsene.

La prospettiva olistica viene proposta da Gregory Bateson che affronta la complessità delle relazioni, studiandone il modo di agire degli attori, i modi dell'organizzazione dell'insieme delle relazioni, le cui parti sono collegate tra loro dalla comunicazione.

Bateson ha sostenuto che la malattia non dovrebbe essere considerata solo come un problema biologico, ma come un fenomeno complesso che coinvolge la mente, il corpo e l'ambiente sociale. Ha sottolineato l'importanza di considerare i fattori psicologici, sociali e culturali nel processo di malattia e guarigione.

Secondo Bateson, la malattia può essere vista come un segnale di disfunzione o squilibrio all'interno di un sistema più ampio. Ha sostenuto che la malattia può essere il risultato di interazioni disfunzionali tra i diversi livelli di un sistema, come la famiglia, la comunità o la società nel suo complesso.

Inoltre, Bateson ha evidenziato l'importanza di considerare il contesto in cui si manifesta la malattia. Ad esempio, ha sottolineato come la malattia di un individuo possa influenzare ed essere influenzata dalle dinamiche familiari o dalle strutture sociali più ampie.

La prospettiva di Bateson sulla malattia ha contribuito a spostare l'attenzione dalle sole cause biologiche alla comprensione dei fattori psicologici, sociali e culturali che possono influenzare la salute e la guarigione. Ha promosso l'idea che la malattia non debba essere affrontata solo attraverso interventi medici, ma richieda un approccio olistico che consideri l'intero sistema in cui si manifesta (G. Bateson, *Verso un'ecologia della mente*, Milano, 1976).

Edgar Morin, il sociologo della complessità, ha affrontato il tema della malattia da una prospettiva sistemica, sostenendo che la malattia non può essere semplicemente ridotta a una questione biologica, ma deve essere compresa nel contesto più ampio e complesso della vita individuale e sociale.

La malattia non può essere separata dalla vita e dalla condizione umana. Egli afferma che la malattia sia un evento che coinvolge l'intero essere umano, influenzando sia il corpo che la mente. Anche Morin ha evidenziato l'importanza di considerare l'interazione tra l'individuo e il suo ambiente, compresi i fattori sociali, culturali ed economici, nella comprensione della malattia.

Ha evidenziato come le emozioni, il significato attribuito alla malattia e le reazioni psicologiche possono influenzare il processo di malattia e di guarigione.

Morin ha anche affrontato il tema della medicalizzazione della società, sottolineando come la medicina moderna abbia tendenza a trattare la malattia come un problema da risolvere esclusivamente con interventi medici. Egli ha sostenuto che la medicina dovrebbe adottare un approccio più olistico, considerando i fattori psicologici, sociali e culturali che influenzano la malattia.

In conclusione, Morin ha affrontato il tema della malattia da una prospettiva sistemica e complessa, evidenziando l'importanza di considerare l'interazione tra l'individuo e il suo ambiente, l'aspetto psicologico della malattia e il contesto sociale e culturale nel quale si manifesta. Ha promosso un approccio olistico alla malattia che va oltre la sola dimensione biologica. Nel suo libro intitolato "La testa ben fatta" (1999) affronta l'importanza di un approccio olistico all'educazione che potrebbe essere considerato contrario alla tendenza di ridurre le persone a semplici oggetti medici. Nelle sue opere solleva riflessioni che aiutano a guardare e cercare di comprendere la medicalizzazione nell'attuale società.

La visione olistica può essere rappresentata dal film di Anand Ghandi "The Ship of Theseus", (2012) che esplora molte tematiche complesse, tra cui l'identità, la mortalità e il significato della vita. L'approccio sistemico può essere applicato a diversi aspetti del film. L'interconnessione tra le parti, l'identità personale del singolo e il significato più ampio della vita e della morte.

Il film è centrato su tre storie, di cui ne approfondisco solo una, le altre due le accenno sommariamente.

La prima è la storia di una talentuosa fotografa di origini povere che cerca di finanziarsi un trapianto di cornea. Riuscirà solo dopo avere ricevuto una donazione. Si confronta con il dilemma etico se accettare o meno. Nel periodo in cui è totalmente cieca produce dei capolavori fotografici perché è la totalità del suo corpo che percepisce cosa, come, quando scattare: i rumori, la luce, gli odori, il tatto di ciò che è prossimo, la percezione delle distanze, delle presenze circostanti, delle emozioni che avverte con tutto il corpo le permettono di 'vedere', di captare la vita anche se l'organo principalmente preposto non è funzionante. E a trapianto avvenuto si chiede "ora che posso vedere, ascolto ancora il mio corpo, percepisco la vita attorno a me nella sua interezza come facevo prima? Queste persone che io guardo e da cui mi faccio guardare, riesco a sentirle per quello che sono interamente? Io individuo ora integro, accomunata a loro da un pezzetto di me che apparteneva ad un'altra persona, riesco ancora a percepire la nostra percezione di noi stessi. Tutto ciò che sentivo da cieca ho voglia di sentirlo ancora? Come posso mettere in comune la mia sensibilità di cieca con queste persone? Riuscirò a condividere la mia esperienza? È questo che devo fare?" La fotografa solleva domande sulla natura dell'identità e su come il nostro corpo influenzi il percepire di noi stessi.

La storia dell'uomo che si oppone all'uso di animali per la sperimentazione scientifica esplora l'etica e la moralità delle nostre azioni nei confronti degli altri esseri viventi. Ci invita a riflettere sul valore della vita e sulla responsabilità che abbiamo nel prendere decisioni che coinvolgono gli animali.

La storia del banchiere che si trova di fronte a una scelta etica difficile per aver comprato un rene che ha rovinato la vita ad un ragazzo, il quale ha ricevuto un decimo del denaro che lui ha pagato, mette in luce i conflitti morali che possiamo affrontare nella nostra vita quotidiana. Ci fa riflettere sulle conseguenze delle nostre azioni e sulla necessità di prendere decisioni che siano in linea con i nostri valori.

Insieme, queste tre storie si completano a vicenda, offrendo una visione più ampia e profonda dei temi trattati nel film. L'aspetto olistico delle storie ci invita a considerare l'interconnessione tra le nostre azioni, le nostre scelte e il nostro impatto sul mondo che ci circonda.

La visione olistica concerne la considerazione di un fenomeno come un insieme, un intero un tutt'uno: esistono continue connessioni e interazioni tra le parti costituenti. L'oggetto principale del film è il dilemma di ogni protagonista: se tutte le parti del suo corpo vengono gradualmente sostituite, la persona rimane la stessa? O invece ogni essere è ciò che è quale risultato tra mente, corpo, ambiente, storia (e fato?), incontri, scelte ed errori? Quindi ognuno è un tutto unico che è oltre la somma delle sue parti fisiche?

Da ciò deriva una serie di interrogativi sull'identità dell'attore e sulla sua continuità. Sono io lo stesso quando ho gli occhi, il rene o il fegato di un altro? O forse io sono diventato un po' colui (con tutta la sua storia che ha vissuto in questa e nelle sue precedenti vite) che mi ha donato una parte di sé? Alla fine del film tutti i destinatari che hanno ricevuto un organo trapiantato proveniente dal corpo fisico di un unico essere umano che si è donato, smembrato e venduto per permettere alla sua famiglia di vivere, si trovano nella sala per assistere ad un video che rappresenta il mito della caverna di Platone: che cosa pensano del donatore? Di sé? Della compresenza degli altri che contengono un pezzetto di lui?

Contestualmente viene posto il focus sulla rappresentazione della mortalità: diversamente dalla visione comune che vede il trapasso come la fine di una persona, la visione olistica lo considera come parte di un ciclo più ampio, in quanto la morte di un individuo apre la strada alla vita di altri esseri umani con la donazione dei suoi organi che non gli servono più. In una visione olistica si può porre una domanda forse di un futuro fenomeno rilevante da un punto di vista sociologico: perché la morte di un corpo non può diventare per default una fonte di organi – sani – da trapianto per i viventi bisognosi? Quando una persona muore sarebbe auspicabile che gli espunti di tutti i suoi organi sani avvenissero per procedura standardizzata senza previa autorizzazione del defunto o dei congiunti.

Capitolo quinto

5.1. Cornice generale dell'indagine

Dopo aver tracciato un quadro sommario dell'agopuntura e della guarigione vista come un rituale nel suo aspetto "olistico", cercherò di rispondere a tali interrogativi avvalendomi delle interviste fatte in Veneto nel mese di luglio 2023, riportando testimonianze dirette.

Nel corso delle sedici interviste individuali dialogali, donne e uomini tra i 16 e i 78 anni si sono raccontati sul tema delle loro sedute di agopuntura. Hanno descritto il sintomo che hanno curato o stanno curando, dato che alcuni sono attualmente in terapia. Per descrivere la loro patologia, hanno liberamente parlato di sé. Hanno raccontato le loro rappresentazioni, cioè quanto di solito dicono a sé stessi. Per alcune persone, tuttavia, l'intervista è stata motivo di riflessioni nuove: alcune sono state introdotte dalle domande, altre sono sorte autonomamente nel flusso della narrazione.

Per supportare molte delle riflessioni che caratterizzeranno il capitolo, spesso cederò la parola agli intervistati. In questo modo, saranno le frasi dei narr-attori a sostenere lo studio.

Riporterò stralci di racconti, di rappresentazioni, di memorie, di eventi, di emozioni, alcune emerse anche inaspettatamente durante i nostri incontri.

Per preservare il diritto alla riservatezza dei protagonisti, ho cambiato i nomi. Nell'uso del linguaggio si potrà magari riconoscere la coorte di nascita e il titolo scolastico conseguito, ma il loro anonimato è comunque salvaguardato.

Attraverso la voce delle persone intervistate, è possibile conoscerne le motivazioni e le aspettative, talvolta disattese, che le hanno portate alla scelta della terapia dell'agopuntura.

In questo elaborato, in particolar modo durante le interviste, ho cercato di tenere il focus su come l'attore si muove in relazione, agisce "con" gli altri, anche se a tratti l'attore sembra danzare da solo e parlare solo di sé. Un altro aspetto che si ripresenta costantemente è la difficoltà, se non l'impossibilità, di misurare le sue scelte e/o le sue alternative. L'attore sembra spesso dare un senso al proprio agire diverso da quello che Max Weber (1913) ha definito "razionale rispetto allo scopo": talvolta si lascia orientare dalla sua bussola interna fatta di sensazioni, emozioni – sia positive, sia negative – a volte dai sogni, ma anche dai suoi dubbi e dai pregressi fallimenti, battute d'arresto e re-inizi.

Guardando ai risultati della terapia, i cicli di agopuntura di molti dei partecipanti si sono conclusi con successo: in alcuni casi vi è stata una guarigione e non recidive, in altri casi è

stato necessario mantenere la cura, sia pure ad intervalli di tempo sempre più lunghi.

Appoggiandomi alle correnti di pensiero presentate nel precedente capitolo tenterò di sviluppare un'analisi sociologica organizzata per temi, mostrando laddove è più funzionale un concetto di una data teoria, piuttosto che quella di un'altra, partendo dalle domande poste all'inizio di questo capitolo.

5.2. L'approccio all'agopuntura

Le interviste iniziavano con una mia richiesta in cui dicevo: *'In questo tempo che trascorreremo assieme le chiedo di raccontarmi della sua esperienza con la terapia dell'agopuntura iniziando da dove vuole'.*

Molti dei narratori hanno iniziato la risposta a questa prima domanda nominando il sintomo. Tutti hanno raccontato la propria vita quotidiana nella fase antecedente la malattia, come l'hanno vissuta nel suo iniziale aspetto sintomatico, nel profilarsi l'impossibilità di continuare la routine, nell'accettare la propria alterazione in difetto, nell'incapacità, che gradualmente diventava impotenza, di soddisfare i requisiti di efficienza a cui sia sé stesso sia tutte le altre persone circostanti erano abituati ad avere come aspettative, per giungere a narrare come ha deciso di approcciare l'agopuntura.

5.2.1. La familiarità con la terapia

"... e inizio a raccontarti perché faccio agopuntura. Sono emicranica da sempre, ma negli ultimi anni il problema è aumentato. Mia mamma che ha lo stesso problema, l'aveva provato ed ha visto la sua situazione migliorare. Mi avevano detto guarda c'era la possibilità di provare un'altra terapia e così ho provato. Il punto è che io sono sempre aperta a qualsiasi cosa che possa essere diversa dal farmaco, anche perché mi ha dato continui problemi." (Ada pag.1)

".... che non mi passava con niente, così sono arrivata dalla dottoressa. Mia sorella aveva fatto agopuntura, sta facendo anche adesso per il mal di testa, mia mamma aveva fatto agopuntura per il mal di testa, tantissimi, forse un miliardo di anni fa." (Gilda pag.1)

In entrambi questi resoconti (come la metà degli intervistati) notiamo che l'arrivo alla terapia dell'agopuntura è giustificato dalla precedente esperienza di un familiare che si era curata in questo modo con successo; può significare che l'attore è influenzato dalle abitudini e dai

modelli di cura dei suoi familiari. Il significato della malattia, le strategie per prendere cura di sé stessi è il medesimo. Potrebbe anche riflettere un forte legame familiare e l'importanza del supporto reciproco nella cura di sé e degli altri membri della famiglia.

5.2.2. La fiducia e la speranza

Lui mi ha consigliato l'agopuntura associata ad una fito-terapia. Però, ha detto, non garantisco niente, sono cose molto lunghe, tu devi scegliere e decidere. Sì, ho pensato, senza ombra di dubbio, perché io quegli ormoni non li voglio più prendere dopo che sono stata così male (ride). Di natura io non sono una che prende tante medicine, cerco sempre di tener botta. E così mi aveva consigliato un agopuntore di Caselle/Sarmeola. Così sono tornata dal mio medico di base, perché per me era una novità assoluta, gli ho chiesto e mi ha detto sì, indirizzandomi da un medico di Abano, anzi no, di Padova zona Stanga. È una brava persona ha detto anche molto, molto profonda, anche spiritualmente, umanamente una persona molto in gamba, è stato un mio compagno di università.... c'è questo di Sarmeola. A quel punto ho guardato Internet, e confrontando tra i due mi sembrava che quello di Padova fosse il migliore, più completo, mentre quello di Sarmeola era solo agopuntore, l'altro presentava una formazione più ampia, era anche un osteopata e nutrizionista; tutto bene, proviamo ad andare lì, magari mi può essere utile anche per altri aspetti della salute. (Bea pag. 2)

Questo attore si rivolge all'agopuntura per la prima volta su consiglio di un medico di base, il quale consapevole della situazione della paziente, propone un metodo che non abbia alcun tipo di effetti collaterali. È una scelta che richiede riflessione, attenta ponderazione. Chi si avvicina per la prima volta e non ha nessun conoscente con cui confrontarsi deve necessariamente fidarsi. Allora le ricerche in Internet per quanto poco forniscono le prime indicazioni. È una sensazione più che una spinta razionale: Bea si fida di ciò che le viene proposto. Non sa assolutamente nulla della cura, di cosa le succederà. Si fida perché si è vista bloccata per lungo tempo dai suoi plurimi sintomi debilitanti nonostante i suoi giovani anni. È una speranza che si è fatta strada, un bagliore che la conduce più per fede che per rigore logico.

La sua apertura mentale al nuovo le permette di accedere ad un mondo che fino a quel momento le era precluso dalla non conoscenza. Nonostante tutte le incertezze, lentamente, dolorosamente sente sia fisicamente sia spiritualmente che questa volta è sul sentiero giusto.

5.2.3. La scelta

Sono Eva, ho 50 anni. Praticamente da sempre io adoro curarmi con il naturale. Ho sempre

*amato la cura e il benessere del corpo, ho sempre evitato la cura tradizionale. Se posso evito di prendere qualsiasi tipo di farmaco e cerco di curarmi con il naturale a partire dall'alimentazione e un po' da tutto quello che ne deriva. Il mio primo approccio con l'agopuntura risale a trent'anni fa. Dopo un incidente in macchina ho avuto una forte distorsione cervicale e dopo essermi rivolta alle cure tradizionali, alla fisioterapia, e ai farmaci che mi erano stati prescritti e non avendo trovato sollievo ho iniziato da lì ad informarmi per altri metodi. Ho conosciuto un professore di Bologna, perché all'epoca l'agopuntura era difficile da trovare nelle nostre zone. Lui veniva a Padova in via **** una volta al mese. Questo è stato il mio primo approccio. È stato di grandissimo aiuto per curare la mia cervicale, da cui ne ho tratto un assoluto beneficio. (Eva pag.1)*

Il racconto di Eva ci presenta la sua presa di posizione ideologica risalente agli anni della sua gioventù: in seguito a precoci delusioni con le cure tradizionali sceglie l'agopuntura. Accetta di potersi curare anche se a intervalli lunghi, pur di non assumere più farmaci. Consapevole che trent'anni fa in Italia l'agopuntura ufficiale era agli albori, Eva ci aveva sentito che era giusto per lei crederci e proseguire; tuttora si affida a questa terapia per la soluzione ai suoi sintomi.

5.2.4. Scelta razionale rispetto allo scopo

“ ... dico faccio agopuntura con convinzione, ecco, non la faccio con scetticismo come dire vabbè, dai, proviamo anche questa, no, io lo faccio convinta, perché so che ha una storia millenaria, l'ho un po' studiata, insomma ho letto qualcosa, viene da una lunga esperienza quello sulla conoscenza delle caratteristiche del nostro corpo, per cui so per certo che va a toccare punti importanti, perché sono sempre convinta che i disturbi che abbiamo sono legati proprio al nostro proprio nostro modo di curarci anche nei confronti delle situazioni ci in cui ci troviamo tutti i giorni e che questo ci disturba, che ci allontanano, ci scombinano, ecc. e quindi tante cose sono convinta che vanno a lavorare per rimettere quindi equilibrio, che si trovi anche un beneficio ... “(Carla pag.4)

Ho 67 anni ho lavorato per molti anni nell'industria farmaceutica. Io non sono contro i farmaci conosco il metodo scientifico, conosco i difetti del metodo, che prova e riprova. Quindi non sono in linea di principio contro i farmaci, non ne sono neanche innamorato. Non ho mai creduto che prima della chimica ci fosse il nulla. Quindi diciamo allora che la mia disposizione mentale è un po' ampia. Scusi, cosa vuol dire? Intendo che prima della scienza ci fosse il nulla, cioè, che prima del metodo scientifico per i nostri nonni, per i nostri avi c'erano delle conoscenze che hanno permesso a noi poi di sviluppare il cosiddetto metodo

*scientifico; dove faccio la prova, dove conosco le statine. Io mi sono curato col ***** che è un perfetto integratore. In più un estratto de ***** (si alza e mi fa vedere da lontano un flaconcino) che ha ottimi benefici ed è un efficace integratore alimentare. Ha un effetto chiaro/logico ... e quindi si scontrano gli interessi dell'industria chimica con quelli dell'industria alimentare. Io l'ho preso comunque e mi ha sicuramente portato benefici, ma nel frattempo ho avuto altri problemi e per curarli mi hanno ordinato *****. Ora sto intervallando ***** con questo ***** qui. Voglio dire non solo per quanto riguarda l'agopuntura, ma cosa mi ha spinto un po' anche a considerare queste pratiche, diciamo, di altre culture? (Teo pag.1)*

Entrambi Carla e Teo sono persone che hanno scelto di curarsi con l'agopuntura, ma non hanno mai disdegnato altri metodi. Non hanno pregiudizi, anche se entrambi hanno vissuto episodi di malasanità. Entrambi all'occorrenza assumono anche farmaci e si rivolgono al SSN. Si prendono cura di sé stessi considerando qualsiasi forma di aiuto per preservare la propria salute. Non conoscono le ragioni del funzionamento dell'agopuntura, e non ne sono interessati. Ciò in cui credono fermamente è che porta loro del sollievo al loro dolore. Entrambi hanno conosciuto altri agopunturisti e hanno sperimentato la diversità dei trattamenti che lungo gli anni si sono evoluti.

5.2.5. Carisma

*... quando ero adolescente, (ora è trentenne) ho avuto il piacere di conoscere la terapia dell'agopuntura. In quell'epoca è stata una rivelazione scoprire che oltre all'esercizio fisico il mio allenatore era conoscitore di metodi alternativi per la guarigione del corpo. Ora mi rendo conto che praticare attività fisica mi ha consentito di avvicinarmi all'agopuntura. Le prime volte avevo dei dubbi sul fatto che degli aghi potessero abili a curare il mio corpo. Avevo spesso mal di testa causato dalle cervicali. Questo l'avevo appreso da questo Maestro (il mio allenatore e *****, che ora non c'è più). Grazie al suo carisma ho imparato che potevo farmi curare in altri modi, diversi dalle medicine. Passo dopo passo ho proprio potuto vedere che gli aghi non erano solo ciò che io associavo a quello che mia mamma, tutte le mamme e tutte le nonne facevano, diciamo, in quegli anni, e quindi quando prendevano una macchina da cucire ci raccomandavano continuamente di stare molto attento agli aghi, di stare distante dagli aghi perché potevano procurare una rete di dolori lancinanti. Quando invece lui andava a utilizzarli sapientemente negli arti non vi era dolore. Anzi, dopo un po', spiego altrimenti, c'era una sensazione di piacere e ristoro rispetto al dolore che fino a poco tempo prima, mi trafiggeva. (Ivo pag. 1)*

Ivo racconta la sua esperienza con molta passione. L'infatuazione per la terapia è avvenuta perché veicolata da un suo maestro di allora: questo terapeuta, che non era laureato, stava in qualche modo precorrendo i tempi. Ivo, allora sportivo e adolescente, vedeva nel suo maestro un amico, ha precisato che non lo assimilava alla figura del padre presente quotidianamente. Racconta che quest'uomo si spendeva per i ragazzi insegnando loro non solo le tecniche per lo sport, ma l'amore per l'impegno sociale. Il suo esempio di generosità ha lasciato un'impronta indelebile, che nel presente di allora è diventata la strada per accedere all'agopuntura 'miracolosa'.

5.2.6. Social

“... Mi chiamo Olga, soffro di cervicali causato da due profusioni, mi sono tenuta il dolore per un po' di tempo. Ma poi ho iniziato a pensare di fare qualcosa per risolverlo. Finalmente tramite messaggi Facebook ho conosciuto la dottoressa. Ho aspettato tanto perché ero scettica nei confronti dell'agopuntura, perché non sapevo come sarebbe stato. Ma le terapie quelle standard, farmaci che oramai erano all'ordine del giorno. Volevo, dovevo decidere per forza di trovare di cercare una soluzione alternativa. Mi ricordo sempre che la prima volta per telefono ho fatto quattro parole con la dottoressa. Però la maggior parte del tempo delle chiacchiere al telefono le dicevo che era tutto un continuo dal collo che tirava la spalla. La settimana successiva ho fatto la prima seduta mi son sentita proprio diversa. Volevo continuare a fare terapie di agopuntura ravvicinate, ma dopo qualche tempo, siamo passate una volta al mese per il classico mantenimento. Sto bene, rispetto a prima, sto bene, sto molto meglio ovviamente come aveva detto lei...”. (Olga pag.1)

Olga ha dichiarato di essere approdata all'agopuntura perché grazie a qualche discorso captato tra le chiacchiere da bar, si è successivamente informata tramite social. E così tra un click e qualche telefonata ha intrapreso questo percorso di cui si sente soddisfatta, di cui ne dichiara sorridendo i successi finora raggiunti.

5.3. Durante la seduta

Nelle narrazioni della propria esperienza terapeutica, accompagnati da domande puntuali, i narratori hanno descritto alcuni particolari. Il periodo di tempo in cui l'attore rimane con gli aghi puntati diventa 'IL' momento. È un presente che si radica nella memoria del corpo e dello spirito. Riflessioni, rilassamenti, emozioni, che segnano il passaggio verso la guarigione.

5.3.1. La Durée

“...diciamo cioè, sto tranquilla, ... gli aghi, però alla fine dopo che effettivamente ho capito che non fanno male né nel metterli né nel toglierli ho capito che potevo stare tranquilla anche il giorno prima” ... diciamo che lei mi ha fatto come da supporto, come da seconda psicologa, oltre che appunto ... curarmi con agopuntura. dopo insomma viene raccontato i fatti dell’ansia e del non essere cosciente, appunto di quello che faccio, nel momento in cui lo faccio ... lei ha iniziato appunto a farmi una seduta a dirmi i vari punti in cui metteva per stimolare determinati nervi per, diciamo, curare. Poi ho fatto la seduta, e subito dopo la prima mi son sentita sollevata da determinati pesi che portavo. Anche senza parlarne, proprio fisicamente mi sentivo molto più leggera. Poi continuando appunto sono riuscita ad avere questa sensazione anche per tempi prolungati, sempre più prolungati.”
“probabilmente avrei voluto restare tutto il giorno lì con lei. Avevo capito che potevo essere capace di stare bene, in un’altra direzione, allora diciamo che, quando faccio sedute di agopuntura spengo il cervello. Allora, diciamo che penso sempre a quella situazione, in quel momento in cui mi rilasso posso stare tranquilla, senza pensare subito ai problemi. Prendo quei minuti per me, non pensare ai miei problemi o qualsiasi altra cosa, spengo il cervello. ... Posso dire che con l’agopuntura ho iniziato a spegnere il cuore, cioè, ho scoperto di avere questa capacità. (Sara pag. 4)

Sara si avvicina titubante all’agopuntura, ha paura degli aghi, ha molta rigidità nel corpo, ma gradualmente sente di potersi fidare. I suoi momenti nella microinterazione con la dottoressa diventano quel ‘di più’ a cui tornare col pensiero. Sara esperisce la durée (Bergson “L’Evoluzione Creatrice” del 1907). Lei sta dentro al flusso della durata, si lascia andare e si immerge nel fenomeno del momento, senza distinzioni di reale, di limiti di spazio e di tempo, vive la percezione coscienziale del tempo, la consapevolezza interiore di ciò sta vivendo. Questi momenti lasciano una traccia che diventa per lei l’insegnamento a cui tornare con la mente quando sente che si può ripresentare il malessere.

5.3.2. Ascoltarsi, accorgersi di sé

Il momento dell’esecuzione dell’atto, i venti minuti in cui posizionati sul lettino o seduti sulla sedia, gli attori diventano pazienti, cioè coloro che ricevono e sui quali viene eseguita la pratica. Come vedremo in questa fase c’è la totale centralità dell’attore, giocata su sensazioni fisiche. Il mondo sensoriale viene portato in primo piano. Occhi, orecchie, naso, propriocezione, consapevolezza straordinarie del funzionamento degli organi interni ai quali di solito non si pensa. Questa è la fase in cui l’attore rimane centrato e aperto sul proprio

mondo interiore, a volte solo sul proprio mondo fisiologico, talvolta viene sospesa la componente di dialogo interiore, subentra una pace che ai più fino a quel momento era sconosciuta.

“... quello che io sento spesso, le due sensazioni più forti che mi ricordo è l’ago su un certo punto che richiama il punto della spalla o della schiena, a volte brucia molto, sembra un fuoco. Lo descriverei come fuoco perché mi ha spiegato che è la parte infiammata. La parte però, se fa troppo male, non va bene quindi l’ago mi viene tolto, o mi viene rimesso e piano piano il fuoco si spegne. L’altra sensazione è molto piacevole e soprattutto con l’ago, qui, in testa, che non mi ricordo come si chiama il punto, e di una sensazione nel corpo di flusso, è tipo un ruscello di montagna che scorre, una sensazione molto piacevole. Non mi sono mai addormentata, mi sono sempre molto, molto rilassata ... Però, sì, di solito cerco di sentire il mio corpo come reagisce agli aghi, e le sensazioni che mi dà. La sensazione maggiore è quella proprio flusso che scorre, un flusso d’acqua. Una volta l’ho sentito bello, forte, sembra proprio il flusso di energia. Questo sì è la vita, e la vita è molto forte. Cosa di cui siamo perlopiù inconsapevoli, non perché non lo sappiamo, ma perché davvero, non è che finché noi viviamo dobbiamo anche pensare adesso il fegato sta facendo questa allora, no non avremo più energie dopo neanche metà giornata, ma poi, cioè proprio umanamente non siamo fatti per stare attenti a quello che è il corpo già da solo fa. No, sì, perché lui il nostro corpo ha un’intelligenza che è più che la nostra, cioè quella di cui siamo consapevoli. Tra l’altro non so se può essere utile il fatto di parlare di agopuntura che io mixo un po’ col mio sentire ... (Piera pag 1)

I venti minuti in cui la persona ha gli aghi puntati possono essere vissuti per prendere consapevolezza di sé in un modo straordinario, come nel caso di Piera. Sentire il flusso della vita che scorre sembra essere un avvenimento fuori del comune. L’energia che alimenta il nostro apparato psico-biologico è una componente fondamentale, lapalissiana su cui non ci si consapevolizza. Serve un sintomo doloroso per poter fermarci e sentirci. Piera ha imparato, gradualmente nel corso del tempo, ad ascoltarsi sia nella sua parte psichica e spirituale e solo successivamente, dopo training e tentativi, riuscire a scendere nel corpo. L’interpretazione di questi passaggi pone in risalto quanto l’attore pensa e capisce di sé. Qui non c’è la preoccupazione di come gli altri la percepiscono, c’è solo la riflessione centrata sul proprio corpo fisico: la sensazione di dolore che lentamente sfuma per essere sostituita da una presente consapevolezza dell’energia vitale che ci abita.

“...ho conosciuto una suora laica medico, laureata, cilena. Il funzionario della banca me ne aveva parlato dicendo che era il suo medico una volta. Quello che proprio mi ha colpito e sorpreso è stato quello che è successo una volta durante la seduta di terapia: io spesso ho la mano destra gonfia e ... questa suora mi ha curato in un modo vuoi ... un po', un po' particolare, perché mi ha piantato gli aghi appena sotto, dove finiscono le unghie, e nella congiunzione delle dita nel punto in cui si attaccano dal palmo. Li ho tenuti per mezz'ora, forse l'impressione, forse suggestione ... più che altro l'effetto che sentivo sulla mano che si stesse sgonfiando ... è diventata normale proprio nel giro di mezz'oretta, come se la mano si fosse risvegliata ... con questi otto aghi cristiani conficcati ... passato tutto il gonfiore ... non era più la mano di prima” (Ugo pag 1).

Questa esperienza ci descrive come l'effetto dell'agopuntura sia palese. Il paziente si rivolge al medico di fama, mantenendosi aperto alla novità e supportato dalle aspettative nutrite in seguito ai passaparola di conoscenti. Dopo essersi rivolto a svariati tipi di terapia più o meno di successo, arriva dalla dottoressa e avviene la guarigione sotto i suoi occhi. Ugo, che non è esattamente un giovincello privo di esperienze di vita, si trova di fronte ad un nuovo modo di guarire, forse il suo diventa un nuovo modo di essere.

“... perché c'era un buco perché potessi mettere in viso e questa per me era una novità molto comoda, malgrado il dolore che avessi. C'era un'atmosfera molto particolare, c'era una musica di sottofondo molto piacevole, un profumo gradevole. La dottoressa aveva una mano delicata e posizionava gli aghi senza che io sentissi dolore. Non mi ha fatto domande, ha lasciato che io parlassi se ne avevo voglia. Quindi ho detto due, tre cose all'inizio, ma poi mi è piaciuto lasciarmi andare proprio a questa atmosfera così dolce, accogliendo questa strana pace per la prima volta in vita mia, e pur sapendo che c'era una persona che stava agendo sul mio corpo mi sono addirittura addormentata. Non dormivo da giorni per il dolore. Quindi, però non è da me lasciarmi andare quando sento su qualcuno sta manipolandomi. E ... invece poi una campanellina mi ha svegliato e piacevolmente mi son resa conto di aver dormito per qualche minuto. È stata veramente una bella esperienza, tant'è che finita questa esperienza la dottoressa gentilissima mi ha chiesto come mi fossi sentita. A quel punto mi sono risvegliata del tutto e sono scelta dal lettino senza grandi difficoltà, senza dolori ...” (Lia pag.1)

Nella cultura occidentale abituati ad essere sempre iper-efficienti, iper-controllati, iper-inviolabili ci può risultare incredibile, impossibile che si possa essere anche rilassati. Per Lia il racconto della sua esperienza sorprende sé stessa. La centralità del corpo a cui non è abituata, le permette di rilassarsi, fino ad addormentarsi; per lei che si considera una donna che non molla mai il controllo, quelle sedute di agopuntura sono state motivo di risveglio anche se non è giunta alla guarigione.

“... Comunque, con la dott.ssa Alma con l’agopuntura, la cosa che più mi rimane (la cosa che cerco ed ho trovato immediatamente) è il fatto di potermi rilassare completamente, addirittura io riesco ad addormentarmi. È il mio momento. Quindi, adoro proprio quel momento in cui mi allevia le tensioni. È successo dalla dott.ssa Alma che avevo la pressione alta, arrivavo lì di corsa, tesa, perché il lunedì per me è il momento in cui devo cercare di combinare tutto ciò che è l’extra lavoro, eccetera e quindi arrivavo stanchissima; avevo questo forte mal di testa dovuto alla pressione alta, me la rimisurava sia prima, sia dopo il trattamento e la pressione si era normalizzata ed il mal di testa era scomparso. Quindi per me è veramente tanta roba” (Eva pag.1).

Per Eva andare alle sedute di agopuntura è un appuntamento settimanale al quale non rinunciarebbe mai. Le sue emicranie da ipertensione trovano sollievo da quel trattamento di venti minuti, purtroppo solo da qualche tempo ha trovato finalmente rimedio al suo dolore. È una persona con giornate molto impegnative; per l’impostazione che ha dato alla sua vita è solo grazie all’agopuntura che riesce a restare centrata su sé stessa nonostante debba essere costantemente aperta al mondo che la circonda. Durante la sessione nell’ambulatorio della dott. Alma lei si sente talmente bene che solo l’idea di potersi concedere quella breve pausa in cui potersi prendere cura solo di sé stessa la fa stare bene, perché sa che quello è uno spazio-tempo di Epochè, di totale sospensione dai dubbi, dalle domande: è un piccolo ma costante lusso che la vita le offre ogni settimana.

5.4. È solo guarigione somatica?

In questo paragrafo verranno riportate le narrazioni in cui si avverte che la guarigione è una soluzione che si presenta multi-sfaccettata. L’attore che dapprima si sente solo, abbandonato in una situazione che non riesce a risolvere, perché coinvolgendo corpo, ma anche mente, anima, ruoli sociali che si disgregano, gradualmente si sentirà rientrare in una normalità che è sicuramente differente da quella che precedeva la malattia.

*Si può contare sulla mano i giorni in un mese in cui non avevo mal di testa. Era una situazione veramente difficile perché avevo tante importanti situazioni da portare avanti; tante cose. Solo se avessi preso delle pastiglie in realtà sarebbe passato per un paio d'ore, ma poi tornava. Sono andata dalla dottoressa che si occupava, che faceva l'agopuntura, ma che era anche naturopata. Lei era comunque un medico, lei aveva tutta una serie di domande. Mi aveva fatto anche dei test kinesiologici su determinati cibi e allora hanno scoperto che avevo un problema di *****, e per poter ovviare questa situazione qua abbiamo tolto tutta la serie di cibi e in più ha fatto una serie di sedute di agopuntura e quello è stato il momento topico in cui ho capito la rilevanza del cibo. Sì, perché poi è stato in quel momento che ho avuto il La per andare ad approfondire tutto il tema della energia, della valenza dell'energia, dello studio della medicina tradizionale cinese, tutto quello che era dentro questa cosa qua. Allora ho cominciato a fare, insomma ho cominciato ad esplorare altri ambiti. Altro è ovviamente il discorso dell'agricoltura biologica. Era semplicemente un mezzo che permetteva a me di trovare barriera ... Eh ... diciamo alla criticità di energia, che non fluiva, di quando metteva gli aghi sentivi un dolore molto forte... (Mary pag.1)*

Mary inizia il ciclo della terapia d'agopuntura, con la fiducia che si ripone nella situazione allo statu nascenti. In questa sua narrazione si avverte che la dottoressa le comunicava la certezza che il problema sarebbe stato risolto. Contemporaneamente agli aghi viene introdotto l'intero sapere della naturopata laureata in medicina. Mary sentiva che l'interesse incanalato verso di lei e non solo verso il suo sintomo era reale, e che il medico voleva tanto quanto lei il ristabilirsi della salute. Contestualmente la paziente capisce che ciò che deve mettere in atto è un cambiamento di atteggiamento verso il suo problema, che solo lei stessa lo può fare. Inizia una sua ricerca personale diretta verso saperi non medici e capisce che la sua energia può essere gestita diversamente, Mary è guarita definitivamente.

*“Ecco, ad esempio, la dottoressa Alma è proprio laureata in medicina e poi specializzata in agopuntura. Anche l'altro di ***** è laureato in medicina, ma dice anche altre cose non propriamente da medico, no non è che ti legga il futuro, ma ecco, lei, adesso niente incrociare gambe, niente incrociare le mani, né incrociare le dita, niente usare il telefono nel periodo della seduta.” “... Ecco, quello forse l'agopuntura sono scuole diverse voi e lavorano in modi diversi, però li ho provati tutti e tre, però c'è qualcosa con qualcosa di particolare in ognuno dei tre. È come se uno va in ristorante mangia le stesse cose però cucinate in modi diversi” (Ugo pag 2).*

Ugo ha provato tre tipi di agopuntori, massaggi di ogni tipo dai più energici ai più delicati, ha la possibilità di confrontare. Secondo lui non esistono migliori o peggiori. Non riporta conclusioni né giudizi, È una persona ancora in ricerca, il suo unico obiettivo è quello di stare bene a livello fisico.

*“Mi è stato asportato dal **** un tumore benigno e sono rimasto quasi un mese e mezzo paralizzato la parte sinistra del corpo; sono rimasto paralizzato la parte bassa sinistra, gambe e bacino, Dopo ho fatto riabilitazione e sono tornato quasi normale, anche se la parte sinistra la sento ancora un po’ morta. Poi ho fatto le sedute con l’agopuntura nel periodo Covid, che è stato un periodo un po’ particolare soprattutto psicologicamente, con questa guerra, la chiamo guerra alla fine; durante questo periodo andavo là e ho fatto varie sedute. Grazie a questi trattamenti stavo veramente bene, mi rilassavo, mi addormentavo. Mi metteva sempre un ago in fronte, e mi sembrava che venisse giù sangue, e allora chiedevo alla dottoressa se stesse veramente uscendo sangue. Mi sentivo come se uscissero queste gocce di sangue, ma in realtà non usciva nulla. Era una mia sensazione che mi uscisse qualcosa. Stai tranquillo che non c’è niente, mi diceva la dottoressa (Frank Pag.1)*

La narrazione di Frank parla di speranza. In seguito all’asporto chirurgico di un tumore benigno al **** si ritrova semi paralizzato. La presa in carico da parte della dott.ssa Alma gli infonde una nuova energia che senza l’esperienza di queste sedute forse non avrebbe trovato. Frank sa che il recupero sarà graduale, ma la sensazione di uscita di sangue dalla fronte gli conferma che c’è qualcosa su cui si può lavorare per raggiungere il completo ristabilimento della salute. Lui conosce la dott.ssa Alma e da tempo sa che è una figura di grande statura sia umana sia professionale. Il suo canalizzare la propria speranza e fede in lei, richiama contemporaneamente le energie della terapeuta che, oltre a conoscere la scienza, capisce che deve ascoltare sé stessa per meglio ascoltare l’altro.

Alla fine della mia prima seduta sono andata a casa ed ero già contenta, mi sentivo più tranquilla, perché lei mi aveva fatto stare bene. Ho seguito i suoi consigli e la sua esperienza. Alma mi ha detto fin da subito che come minimo dovevo provare per alcune sedute, le persone emicraniche non possono smettere totalmente perché non è un problema che si possa guarire completamente. Si può variare lo stile di vita, limitare lo stress, secondo me per qualsiasi malattia è causata dallo stress. Ora è un anno e mezzo che vado da lei; prima ci andavo una volta alla settimana, successivamente ogni 15 giorni, poi ogni tre settimane; da circa due mesi, ci vado mensilmente e sinceramente ne sento il beneficio: a volte mi chiedo se sia non solo l’agopuntura che mi fa stare bene, di certo che il dolore si

ripresenta meno forte. Gli episodi emicranici sono più brevi e nell'arco della giornata mi sento meno persa. A volte penso che sia perché mi sto ascoltando in tante cose adesso. Sono anche nella fase di cambiamento femminile, mi sto trasformando e sto diventato una meravigliosa farfalla e quindi magari tutto influisce compreso il livello ormonale. (Ada pag 1)

La pista interpretativa del coinvolgimento verso l'altro; la precisa attenzione, commista ad un flusso energetico che il terapeuta mette in atto verso il proprio paziente; l'indole e la preparazione del medico, collegata alla predisposizione, all'apertura (che significa fiducia) del paziente, permette a chi cura di 'sentire', di 'sapere' ciò che dev'essere fatto. La cura sarà efficace, se la relazione che si instaura in quel momento produce una risposta sincera. Ada ha scelto fin dall'inizio di fidarsi, la sua fiducia è stata ripagata. Ha imparato ad ascoltarsi, ad accettarsi, a non volersi diversa, sta trovando il suo equilibrio e il mal di testa sta retrocedendo.

"... però c'è qualcosa di diverso che mi infastidisce no e quindi io lo faccio ma non è un fare rilassato, cioè magari potrebbe non avere anche... potrebbe non essere utile tanto quanto dovrebbe insomma ... o comunque diventano non dico una sofferenza, però una cosa che non diventa più un aiuto magari no, cioè uno deve andare a fare agopuntura però ho l'ansia. Sono una persona talmente ansiosa che non è necessario darmi ulteriore ansia. Quindi, in realtà poi Alma ha iniziato un po' a capire e invece degli aghi iniziato a usare i cerottini con i semini, oppure inserzioni con gli aghi, ha visto che tutto sommato io li prendo bene, nel senso che con me funzionano e per avere una cosa; quindi, un effetto anche più duraturo allora ho preferito quell'approccio là, con me." (Gilda pag 1)

La dottoressa con le sue premure quasi materne e con le sue conoscenze scientifiche propone gli aghi, li posiziona e successivamente osserva la paziente. Il coinvolgimento della terapeuta è fondamentale, perché anche se Gilda inizialmente non dice nulla, la dottoressa rimane vigile sull'aspetto, la postura, i sospiri, le energie che cambiano durante lo svolgersi della seduta.

Perciò ad un certo punto invece che usare gli aghetti la dottoressa propone uno strumento che può sembrare meno invasivo: i semini (sono piccoli semini attaccati ad un cerottino). Grazie alla comprensione della dottoressa ed il cambio di strumenti adottati, la cura prende una direzione diversa: Gilda accetta i semini ed il suo atteggiamento permette alla terapia di svolgersi con successo.

Abbiamo considerato alcuni punti dell'indagine riscontrando come i vissuti narrati siano assumibili ad alcune prospettive sociologiche.

Capitolo sesto

Quanto alla metodologia, la presente ricerca si è basata su sedici interviste: dodici donne e quattro uomini di età compresa tra sedici e settantotto anni.

La maggior parte degli incontri si sono svolti a casa degli intervistati per una durata media di circa due ore e mezza. Avevo anticipato nella telefonata di presentazione la prescrizione di non essere disturbati per tutta l'intervista. Non ci sono state interferenze durante il colloquio. Qualche familiare, figlio o consorte, si è presentato per salutare, all'inizio o alla fine, ma non ci sono mai state interruzioni né disturbi.

Sono venuta a contatto con circa due terzi degli intervistati grazie ad una dottoressa, specialista in agopuntura, mia conoscenza di lunga data, che mi ha introdotto ad alcuni dei suoi pazienti. Ho intuito che mi aveva presentata nel migliore dei modi, da come venivo accolta per le interviste.

Per il rimanente terzo, ho intervistato amici di amici o di parenti. Non ho riscontrato differenze con le altre persone intervistate: anche in questo caso non ci sono state reticenze di alcun tipo.

Quattro persone che si erano 'promesse' si sono ritirate per imprevisti e, forse, per timori. Avevano acconsentito con la dottoressa ad essere intervistati, forse per compiacerla – con uno avevo fissato un appuntamento – ma poi hanno cambiato idea adducendo pretesti.

Tutte le interviste sono state registrate. Un primo tentativo di trascrizione con AI non ha dato il risultato sperato, sicché la trascrizione è stata fatta a mano per intero.

6.1. Stesura della bozza della traccia d'intervista

La metodologia adottata nel presente lavoro fa riferimento a quanto esposto nel libro "Centrato e aperto" (La Mendola 2009), nel quale si trovano utili indicazioni sulla struttura dell'intervista. Il mio relatore mi ha approvato la traccia d'intervista dopo varie correzioni. Durante la stesura di questa, molte domande sembravano zoppe, e avvertivo la necessità di renderle più agili, calzanti. Cercavo di immaginare cosa avrei voluto che mi chiedessero, se fossi stata intervistata. La risposta era che avrei desiderato delle domande che mi permettessero di parlare della visione olistica della medicina cinese. Infatti, ritengo che l'agopuntura sia la punta dell'iceberg di tale tradizione medica. Tuttavia, ero consapevole del fatto che il campione dei miei attori poteva non essere granché sensibile e preparato sull'argomento.

6.2. Le domande: impatto e reazioni

La batteria di domande riportate in allegato è servita solo parzialmente per la conduzione delle interviste. Infatti, molte sono rimaste sulla carta. In particolare, le domande iniziali sono state sempre rivolte a tutti: fin dalla prima “si aprivano le danze”, che suscitavano una certa partecipazione e calore. Immagino che la maggior parte delle persone intervistate si fosse preparata (forse solo mentalmente) dei discorsi. Ho avuto spesso l’impressione che si aprissero delle dighe, come per lasciar precipitare una poderosa narrazione delle loro vite. In questi momenti mi riecheggiavano le parole di La Mendola, che ci proponeva di considerare l’intervista nel suo aspetto più gratificante, in quanto regalavamo alle persone una possibilità di sentirsi straordinariamente ascoltate.

Non ho avuto subito il coraggio di porre alcune delle domande, ma ho presto realizzato che certe domande che possono apparire un po’ impertinenti non si possono rivolgere a tutti (ad. es. “cosa scriverebbe nel suo necrologio?”, “cosa farebbe se avesse una bacchetta magica?”). In realtà, ogni volta che sono riuscita a porre tali domande, esse sembravano dare accesso ad un mondo sommerso, in cui il narratore alzava il sipario su altri aspetti di sé, riuscendo così a far emergere più chiaramente la sua persona.

Al termine dell’intervista, la maggior parte dei partecipanti appariva molto serena, mi hanno detto di aver fatto una bella chiacchierata con una persona amica. Dalle loro parole, dai loro sguardi, dal loro comportamento mi è parso di poter ricavare che quella fosse stata per loro un’occasione d’incontro straordinario, lontano anni luce dal loro consueto modo di parlare e di raccontare di sé. Per alcuni (circa un terzo) è stato anche un momento di grande apertura, contrassegnato anche da lacrime e silenzi.

Nel complesso, comunque, si è trattato di chiacchierate tranquille, sia pure con un loro focus ben delineato.

Con le varie persone ascoltate ho trascorso momenti sereni.

6.3. I silenzi

*Verrà il giorno in cui ascolteremo
solo il silenzio fra una parola e l'altra,
e da quel silenzio ci intenderemo*
(Brizzi, 2008, p. 55)

Ci sono stati numerosi momenti in cui la narrazione si fermava. Grazie all’addestramento teorico ricevuto in aula, tali episodi non mi hanno trovata impreparata. Credo che spesso i narratori rimanessero tranquilli, forse perché sorpresi più da sé stessi che non dall’interazione con me.

A tratti ho avuto l'impressione che il silenzio fosse accettato, compreso e vissuto con tranquillità da entrambe le parti. In ciò ho riscontrato una differenza rispetto a quanto accade in altre occasioni di vita, in cui si cerca di riempire i vuoti con chiacchiere leggere, o consolando chi si ammutolisce: al contrario, ho serbato un contegno "professionale", e ho raccolto le loro testimonianze con un certo distacco.

Comunque, tale atteggiamento non ha pregiudicato l'intervista, anzi ha consentito alle persone di raccontarsi come meglio sentivano. In particolare, in quei momenti il loro sguardo sembrava cambiare, probabilmente perché aumentavano anche la loro voglia e predisposizione ad entrare più approfonditamente nell'argomento.

6.4. Domande sorte in corso d'opera

Alcune domande sorte durante l'elaborazione delle interviste sono le seguenti: in che misura la malattia è socialmente e culturalmente determinata? In che misura la malattia è nominata, nel senso che è "creata" dall'attribuzione di un nome proprio, di un'eziologia limitata a cause biomediche? Quanto la malattia può essere isolata dal resto dell'esistenza dell'individuo? In quale misura il sintomo (ad es. l'emicrania) si configura come "il" sintomo da curare, ignorandone le concause?

Nessun narratore mi ha raccontato di medici che gli abbia chiesto le sue opinioni in riferimento alla prima volta in cui ha accusato il sintomo. Occorre tenere presente che il paziente è sempre l'attore principale in questa girandola di cure.

Sorgono ulteriori questioni. Perché nessun dottore cerca di accompagnare il paziente a ritroso nel tempo, per tentare di individuare il fattore scatenante, o per capire se vi siano state precedenti situazioni analoghe, onde poi considerarne la successiva evoluzione?

Nessun narratore mi ha raccontato di un terapeuta che si sia interessato ai suoi rapporti familiari, professionali o al suo tempo libero. Sembra che, nella prospettiva della biomedicina, il sintomo patologico sia considerato avulso da qualsiasi altro legame con la parte restante sia del corpo fisico, sia del corpo emotivo/mentale, sia del corpo sociale, sia del corpo economico-culturale e politico.

Un'altra questione sorta dalle interviste è: perché l'emicrania sembra tanto più presente quanto più lo stress permea e modella le routine quotidiane di tante persone?

Dietro al concetto di 'sintomo', e ad esso intrecciata, c'è un'altra domanda forse meno sociologica: perché le persone non si curano subito, ma lasciano trascorrere un periodo più o meno lungo prima di

decidere di rivolgersi ad un medico? Forse perché sopravvalutano la propria salute e/o la propria immunità dalla malattia? Forse per via della scarsa fiducia nella medicina ufficiale e/o nel sistema sanitario nazionale? Forse in ragione della mancanza di stima verso il loro medico di base? Oppure verso la figura del medico, chiunque esso sia (e qualunque sia la parcella)?

Ad interviste concluse, ho avuto la netta sensazione che, se le mie domande fossero state di questo registro, i risultati della mia ricerca sarebbero stati notevolmente diversi. Ciò suggerisce alcuni spunti per eventuali approfondimenti e/o per ulteriori indagini in quello che appare un settore assai fertile per l'indagine sociologica della medicina.

Conclusioni

Il primo capitolo presenta brevemente l'agopuntura contestualizzata all'interno della Medicina Tradizionale Cinese. La MTC pone l'attenzione all'intero apparato psico-biologico, il quale è indissolubilmente collegato alla propria famiglia, ambiente, stagionalità. Il singolo organo su cui si palesa il sintomo patologico è sempre collegato a tutto il corpo. Inoltre, la MTC vede la vita del corpo fisico come originata da energie diverse, provenienti dal cosmo, dagli antenati, dai genitori che passano la linfa genetica; distingue energia fisica e psichica.

La seconda parte è dedicata a spiegare cos'è l'agopuntura, sia come tecnica praticata sul corpo fisico delle persone, sia nella prospettiva della teoria degli agopunti, zone del corpo in cui transitano le energie. Tali punti possono essere rilevati a livello epidermico, perché il corpo tende a spostare le energie dalle viscere verso l'esterno. Attraverso gli agopunti, dunque, vengono trattate le energie.

Il terzo capitolo propone una lettura dell'ingresso nella malattia come una fase liminale, nella quale si entra attraverso il riconoscimento e l'accettazione della propria malattia. In quel momento, il malato esce definitivamente dalla routine quotidiana, di cui sono sovvertiti gli ordini. Dopo aver compreso di essere malati, quando si accetta di curarsi, si accede alla fase post-liminale.

Il quarto capitolo ripercorre sommariamente le teorie sociologiche, di Goffman, dell'interazionismo simbolico, della fenomenologia, della prospettiva olistica, delle quali è possibile ricostruire il rituale della guarigione. Si conclude che ciascuno di tali approcci spiega in modo significativo taluni aspetti della guarigione, in particolare con riferimento all'agopuntura. L'indagine, perciò, prosegue facendo riferimento ad ognuno di detti approcci, secondo la loro rilevanza.

Il quinto contiene un'esposizione ragionata dei risultati delle interviste, letti alla luce delle teorie sociologiche sopra dette. Si è visto che molte persone iniziano a curarsi con l'agopuntura per emulazione di familiari o amici che già ne fanno uso. Un elemento fondamentale per il successo del rituale di cura è costituito dalla predisposizione del terapeuta, attraverso il coinvolgimento delle sue energie psico-affettive verso l'Altro, che consente al paziente di affidarsi con fiducia. In particolare, il fatto che il paziente si senta ascoltato nel suo dolore e nella sua sofferenza; la preoccupazione del curante, sul piano umano oltre che biomedico-scientifico, consente al paziente di accogliere tutto ciò che gli viene rivolto in termini di "cura", intesa in senso lato con riferimento alle sue dimensioni psicologica, emotiva, spirituale. Per raggiungere questo risultato, il terapeuta dev'essere "centrato" e "aperto" nel "dare".

Il sesto e ultimo capitolo espone gli aspetti metodologici della ricerca, con alcune osservazioni critiche

circa l'impiego dello strumento dell'intervista dialogale. Talune aspettative – segnatamente: che i narratori parlassero attraverso una dimensione olistica di sé stessi – non hanno trovato riscontro nei risultati delle interviste. Erano attese delle considerazioni di una certa profondità, che spesso all'effettivo esito dell'intervista sono mancate. L'elaborazione della traccia di intervista ha determinato il taglio dell'indagine: è parso, durante lo svolgimento dell'interviste, che i risultati sarebbero stati diversi, se anche le domande fossero state impostate in altro modo.

Ringraziamenti

Devo ringraziare molte persone, partendo dal Prof. La Mendola che con la sua umanità unita alla sua immensa preparazione mi ha accolto con tutte le mie incertezze e dubbi, supportandomi ogni volta che ho richiesto il suo aiuto.

Come sempre la mia famiglia, in particolare il figlio Giulio che con la sua vicinanza non mi ha mai fatto mancare incoraggiamenti, talvolta con commenti specie quando in disaccordo. Ringrazio anche la figlia Claudia attualmente in Erasmus che mi ha sostenuto moralmente nei momenti di tentennamento.

Un sentito grazie alla Dottoressa che mi ha sostenuto senza indugio. Alla sua preziosa collaborazione in qualità di intermediaria nel favorire i contatti con molte delle persone che si sono fatte intervistare.

Grazie anche a tutti gli amici e parenti che mi hanno introdotto presso le loro conoscenze che si sono curate con l'agopuntura.

Grazie a loro il mio lavoro è stato facilitato.

Un grazie particolare alle persone che mi hanno rilasciato la loro testimonianza: un sentito grazie a tutti perché sono stati molto accoglienti e disponibili. Insieme a loro ho avuto sia l'onore sia il piacere di fare le mie prime interviste sociologiche (speriamo le prime di una lunga serie) e contestualmente di divertirmi; augurandomi che lo sia stato anche per loro.

Un grazie a coloro che lungo questo percorso mi hanno aiutato nei piccoli dettagli, come nelle grandi impostazioni, ma anche aiutato a ridere delle mie grandi preoccupazioni.

Appendice

Bozza traccia intervista

- prima di cominciare accordo comunicativo:
 1. narrativo aneddotico: In questo tempo che trascorreremo assieme le chiedo di raccontarmi della sua esperienza con la terapia dell'agopuntura iniziando da dove vuole
 2. emozionale: in un secondo momento Le porrò alcune domande che la possono aiutare a ricordare in modo diverso le sue esperienze
- solo nel caso in cui le servano degli spunti, Le potrò accennare a qualche aspetto che Lei potrà sviluppare come preferirà
- se vuole può iniziare raccontando una scena, una situazione, un'esperienza, una relazione attinente all'agopuntura (tipo un ciak delle riprese di un film), *in questo modo inizieremo con la descrizione di un momento all'interno di una cornice ben definita*
- potrebbe essere una situazione, oppure, se le va, un aneddoto positivo in cui filava tutto liscio ed uno negativo in cui qualcosa si è inceppato.
- la più recente, la prima, l'ultima, la più memorabile _

come si sente e lei rispetto a questo che sta all'interno della narrazione aneddotica

*come si sente quando è a casa e si sta preparando per andare alla seduta di agopuntura? si lava, si cambia, si profuma, si mette abiti puliti, si preoccupa di apparire/ o non le importa.... e...lei in quel preciso momento?

quando arriva in ambulatorio chiacchiera o si sente tes e...?

*la dott.ssa fa domande? lei risponde o preferisce tacere? o dipende dalla giornata ...e....?

quando si mette sedut/distes* come sta? le fa male la posizione ...e...? ha caldo, freddo, si ascolta e....?

* preoccupazione per gli aghi...e...?

*mentre sta spettando che dott.ssa inizi...cosa pensa? fa/non fa e....

*forse fino a quel momento ci aveva/non aveva pensato..e.....?

*quali pensieri ha avuto in quel preciso momento...e..?

*c'erano delle distrazioni...e?

*l'atmosfera in quel preciso momento?

*il suo corpo?

*il suo respiro?

*le mani della dottoressa?

*il suo odore?

*i suoi occhi?

*ha notato particolari? I capelli? le rughe? il make-up? gli anelli? i gioielli?

*aiuti per non sentire la puntura...e?

*sente la musica? la ascolta? se la gode? la subisce? le è indifferente?

*la posizione in cui doveva restare per mezz'ora era comoda? scomoda? il dolore cambia? si muove a seconda del procedere della seduta...e? arrivano nuovi dolori, improvvisi o graduali? si sente pervadere da benessere quasi anestetizzante?

ha potuto/è riuscit a dire la sua opinione? il suo benessere/malessere...e?

* durante il tempo di seduta ha chiacchierato? rimast* zitt*...e? le si è chiuso il canale comunicativo verbale? dormito? pensato? pregato? sognato? pianto? riso? pensieri nuovi? vecchi? sempre gli stessi....e? la mente si è calmata o si sono attivate nuove sinapsi?

* se vuole può raccontare il contenuto dei suoi pensieri

*le capita di pensare a sé stessa in termini di 'resiliente al dolore' o 'ipersensibile al dolore' a qualsiasi stimolo....e?

* durante la seduta sente qualcosa cambiare dentro il corpo? energie che si muovono diversamente? respiro? battito cardiaco? movimenti dei fluidi linfatici, sanguigni, gastrici? rilassamenti dei muscoli? rumori interni diversi....e?

* con la terapia le sono cambiate le preferenze? alimentari, e/o di profumi, e/o di colori di abbigliamento? di arredamento/architettoniche/urbanistiche, e/o di pratiche (per ambientazioni rurali piuttosto che urbane, letture, sessuali, sportive, intrattenimenti film, concerti, spettacoli teatrali o modi/desideri di partecipare a manifestazioni sportive, o politiche o culturali o religiose/spirituali)....e

*sente cambiamenti nella sua predisposizione alle responsabilità familiari? professionali? sociali?...e

*percepiva una buona atmosfera....e?

*percepiva tensione nell'aria.....e?

come avverte la presenza della dott.ssa dopo che le ha messo gli aghi? diversamente da prima? si sente accudit abbastanza? vorrebbe di più? vorrebbe di meno.....e?

LA SEDUTA SI È CONCLUSA.....e:

*cosa ha sentito quando le ha tolto gli aghi?

* quando si è rivestit*? per fortuna torno alla mia vita/non ho voglia di tornare là fuori da sol* con tutto il mio fardello di responsabilità.....e

*quando sono iniziati i saluti di congedo.....e?

*come sono stati? Caldi? neutri? veloci? intellettuali? affiorati istanti di ricordi?....e?

* quando ha chiuso la porta e lasciato l'ambulatorio come stava....e?

* a cosa ha pensato...e?

* com'è stato il viaggio di ritorno....e?

*com'è stato l'arrivo a casa.....e?

*i suoi conviventi le hanno chiesto qualcosa.....e?

*voleva restarsene in pace? Le ha fatto bene/male che si interessassero di lei? finalmente mi vedono? neanche se sto morendo o sono paralizzata dal dolore mi vedonoe

*è stato possibile parlarne? o la interrompono sempre....e?

* come ha dormito la notte dopo la terapia.....e?

*ha fatto sogni.....e?

* il giorno seguente come si sentiva....e?

*effetti collaterali immediat.....ei?

*nel lungo periodo.....e?

*tra una seduta e l'altra come si sente.....e?

*aspetta con sollievo il successivo appuntamento di terapia o le pare un altro gravoso impegno....e?

♣ *rispetto a questa esperienza terapeutica cosa si aspetta.....e?

♣ *E prima? Mi racconti da che tipo di esperienza veniva e lei in quella situazione.....e?

♣ *Mi racconti perché e come stava cercando una terapia? solo un caso?e?

♣ *Mi racconti come è stato l'iter di arrivo in agopuntura e lei in quella situazione.....e?

♣ *Come s'immaginava questa esperienza e lei in quella situazione.....e?

- ♣ *Cosa c'è di simile/differente rispetto ad altre forme terapeutiche? e lei in quella situazione.....e?
- ♣ *di simile/differente rispetto alle sue aspettative? e lei in quella situazione.....e?

alcuni autori sostengono..... secondo alcuni filoni di pensiero viene ipotizzato alcune teorie hanno elaborato dei pensieri diversi rispetto alla salute...lei rispetto a questo?

... dentro il nostro corpo abbiamo molte potenzialità di guarire dalle malattie che ci autoproduciamo?

.... siamo dei miracoli viventi e solo con un po' di attenzione la nostra salute dipende tutta da noi, dal nostro agire, dal nostro pensare? I nostri pensieri producono la nostra energia, il nostro equilibrio? Davvero viene solo da noi? O da tutto ciò che ci coinvolge/travolge? Riesce ad autoprotettersi? A tenere delimitato il perimetro? O lei è solo membrane porose?

#... il nostro corpo riesce a sentire e ricordare e autoprotettersi da *ogni*? (esperienza, sensazione, pensiero, sentimento)

.... il nostro modo di vivere (nel 2023/nordest italiano) sia lontano dal vivere sano?

...il nostro corpo è sempre in collegamento con le forze della natura? (cambi di pressione atmosferica, elettricità nell'aria, elettromagnetismo, fasi lunari, cambi di stagione, disposizione degli oggetti naturali e artificiali, presenza di animali, di piante, fiori, pietre particolari?)

#... il sentirsi bene/male è generato dalla presenza/assenza di qualche oggetto/persona?

#...il nostro benessere/malessere è immediata conseguenza di una precisa collocazione geografica?

#... questo corrisponde al recupero dell'equilibrio possibile con l'agopuntura?

#... immagini di avere una bacchetta magica.....e...cosa cambieresti nella sua situazione?

#... cosa scriveresti nel suo necrologio?

cambio di passo: proposta di un self valutativo, vicino alla sua vita quotidiana. cerchiamo di ottenere una valutazione esplicita

*qual è la sua opinione sulla cura con agopuntura?

*cosa crede che pensino i suoi parenti rispetto alla sua scelta di curarsi con l'agopuntura?

Prima di concludere vuole aggiungere qualcosa relativamente a qualche aspetto a cui non abbiamo fatto cenno?

ultimissimo: Mi piacerebbe sapere cosa ne pensa di questa intervista. le ha portato serenità? confusione? trasform-azione?

Le è servito a qualcosa parlare di questo argomento in questo modo? L'avrebbe voluta diverso? in quale modo?

Interviste

Intervista n. 1 (Ada)

Sabato 3 giugno ore 10.00

Ciao Federica, mi chiamo Ada e inizio a raccontarti perché faccio agopuntura. Sono emicranica da sempre, ma negli ultimi anni il problema è aumentato. Mia mamma che ha lo stesso problema, l'aveva provato ed ha visto la sua situazione migliorare. Mi avevano detto guarda c'era la possibilità di provare un'altra terapia e così ho provato. Il punto è che io sono sempre aperta a qualsiasi cosa che possa essere diversa dal farmaco, anche perché mi ha dato continui problemi. (Cap 5 pag. 2). Sento che Alma è veramente una bellissima persona. Alla fine della mia prima seduta sono andata a casa ed ero già contenta, mi sentivo più tranquilla, perché lei mi aveva fatto stare bene. Ho seguito i suoi consigli e la sua esperienza. Alma mi ha detto fin da subito che come minimo dovevo provare per alcune sedute, le persone emicraniche non possono smettere totalmente perché non è un problema che si possa guarire completamente. Si può variare lo stile di vita, limitare lo stress, secondo me per qualsiasi malattia è causata dallo stress. Ora è un anno e mezzo che vado da lei; prima ci andavo una volta alla settimana, successivamente ogni 15 giorni, poi ogni tre settimane; da circa due mesi, ci vado mensilmente e sinceramente ne sento il beneficio: a volte mi chiedo se sia non solo l'agopuntura che mi fa stare bene, di certo che il dolore si ripresenta meno forte. Gli episodi emicranici sono più brevi e nell'arco della giornata mi sento meno persa. A volte penso che sia perché mi sto ascoltando in tante cose adesso. Sono anche nella fase di cambiamento femminile, mi sto trasformando e sto diventato una meravigliosa farfalla e quindi magari tutto influisce compreso il livello ormonale. (Cap. 5 pag 15). Mi sono avvicinata a questa cosa che chiamiamo l'alternativa, tutti si dichiarano alternativi, (cap.4 pag 9) però io vorrei dire una cosa diversa. Negli anni passati, e dico anni che furono prima della medicina moderna, curavano con la medicina anche adesso viene chiamata alternativa; bene o male non si non si arrivava a vivere a novant'anni, ma le cure che c'erano derivavano dalla natura, si andava da chi al suo tempo era medico il quale osservava le persone che andavano a farsi aiutare.

Mi fa star bene anche solo stare lì quei 20 minuti ad ascoltare la musica che mette in sottofondo. Ecco ah cos'altro posso dirti? Ti ricordi un episodio particolare? No, non c'è una seduta particolare che io mi ricordi. Ci ho pensato anche questi giorni. Da qualche mese è venuto a mancare un mio amico e sono andata da lei. Alma non si limita a fare l'agopuntura quindi abbiamo parlato di questo. Mi ha aiutato anche per questa cosa.

La mia mamma aveva fatto anche lei il suo tempo la cura diversamente da me però ha fatto alcune sedute come le era stato consigliato da quel medico che le aveva fatto anche il massaggio classico. Mia mamma mi aveva detto guarda che più di tanto non funziona però non mi ha scoraggiato nel tentare su di me, magari funziona meglio, oppure trovo un medico diverso da quello che aveva trovato mia mamma. Presumo poi che nel corso degli anni nella medicina cambino tante cose. Sono mappe, come se si passasse ad un'altra frontiera. Anche nella medicina c'è il cardiologo che lavora in un momento e successivamente ci lavora il biologo. Il problema è lo stesso, ma lavori con un altro sentimento, e con altre letture.

Quando arrivo a casa dopo la seduta di agopuntura sto bene e posso continuare la mia vita tranquilla; a volte è successo che il giorno dopo sono stata poco bene perché mi è venuta l'emicrania, ma ora non si presentano più grandi problematiche. Ora mi sembra tutto molto lucido, non ricordo un episodio particolare. La mia amica che mi aveva parlato di lei, mia aveva dato speranze, aspettative. Sicuramente se parti da un consiglio di una persona amica che ha già provato, ti fidi di quello che ti viene detto. Logicamente lo devo provare sulla mia pelle perché ciò che va bene per te può non andare bene anche per me. Poi sai, quando entri in un ambiente e già sai che starai bene in quell'ambiente, sei un po' a metà dell'opera come quando entri in una casa di qualcuno che non conosci e ti senti a tuo agio a parlare o incontri una persona e ti sembra già sia tua amica; cose così, comunque preferisco incontrare le persone reali piuttosto che nel web. Per esempio, vabbè non c'entra niente divago un attimo ma tu sei Federica che hai lo stesso nome della mia amica Federica che mi ha detto di andare da Alma. Sandra, direbbe che questo succede non per caso. Ci pensiamo spesso scorrendo, con una collega: ci sono determinate cose che contano e che ricompaiono sempre quasi schematiche nella vita, sono come non lo so, sono sicuramente un messaggio ah sì cerchiamo di comprendere questo messaggio, verso cosa può portarci questa cosa?

Ora ti faccio delle domandine, come ti senti quando sei a casa e ti stai preparando per andare alla seduta, ti lavi ti cambi o arrivi direttamente dal lavoro? Spesso arrivo direttamente dal lavoro, perciò, non mi lavo e non mi profumo. Gli aghi li mette sui piedi e sulle caviglie, a volte qua, sulle orecchie. Qualche volta è successo che mi sentivo proprio molto stanca e non vedevo l'ora di tornare a casa. A volte anche se sono stanchissima vado perché so che poi sto meglio. Per esempio, anche l'ultima volta sono stata da lei, le ho parlato del mio problema. E lei mi ha consigliato di lasciarlo alle spalle. Io le ho chiesto se poteva fare qualcosina anche per questo, e poi sono rimasta un po' di più a lungo, e nella mia testa girava non vorrei andare a casa perché ho da fare questo, questo e questo eh però qua come sto bene, resto ad ascoltare la musica, e così ho fatto e sono stata bene, esattamente bene, ho lasciato fuori per alcuni minuti i miei problemi. Col tempo i problemi vanno via da soli. Ecco sono sempre contenta di andare lì, perché è un bell'ambiente. Quando arrivo in ambulatorio la dottoressa ti fa domande, chiacchieriamo e mi chiede come stai? Si chiacchiera del più e del meno, a volte di qualcosa di un po' più serio, a volte mi dice che adora i miei capelli, queste cose qua. L'ambiente è sempre molto molto positivo, probabilmente è creato da lei, per il tipo di persona che lei è, che rende il tutto molto leggero e senza problemi. Poi ha detto che il papà faceva lo stesso lavoro, vuol dire che quindi lei ha ereditato anche il modo di fare di suo papà, l'anima non lo so; ogni tanto quando succede che un aghetto dopo un po' si stacca, lei dice è mio papa che mi dice che lì non andava (ridiamo). Capito quindi è tutto molto tranquillo. quando mi mette gli aghi o magari mi fanno male io sento che magari lei è nervosa, tesa, che non importa e mi distraigo con altri pensieri, io di solito cerco di agevolare sempre il medico o chiunque mi stia facendo un trattamento, perché so che è lui proprio l'esperto, solitamente non mi lamento mai. Anche lei all'inizio mi continua a chiedere dimmi dove senti male, se hai problemi di qualsiasi tipo, perché comunque non va bene sentire l'aghetto che faccia male. Allora le prime volte mi ascoltavo e restavo zitta che non volevo disturbare le persone, poi un po' alla volta quando avevo preso un po' di confidenza dicevo dove sentivo il fastidio e lei o mi toglieva l'ago in base

a ciò che dicevo oppure lo spostava leggermente e subito andava tutto a posto. Io mi mettevo tranquilla, non sentivo più il fastidio stavo tranquilla rilassata. *È successo una volta che non ne potevo più di stare sul lettino e sinceramente non ho capito perché: forse perché era una posizione che è inconfortevole per me e per la mia schiena alla fine, gliel'ho detto.* (Cap. 4 pag. 3) A volte per distrarmi da qualcosa fisso il quadro con l'albero della vita con tutte le foglie e allora mi metto a contare le foglie ... (ride) per far passare il tempo. Penso sia una cosa solo mia che magari quel giorno io ero particolarmente sensibile, stressata o con i miei pensieri. Ma la maggior parte delle volte mi sento molto a mio agio quando sono a fare l'agopuntura. Ti capita di fare attenzione a lei? alla dottoressa? i suoi capelli, il suo profumo? è truccata/non lo è lo smalto ha le mani fredde, ruvide, morbide? A volte la osservo perché lei è sempre di corsa in velocità, ha sempre un sacco di impegni. A volte osservo la sua figura e allora c'era una volta che era parecchio stanca e le ho chiesto sei stanca? e lei rispose sì. aveva proprio le borse sotto gli occhi. Sono stanca, è un periodo un po' impegnativo. Un'altra volta era appena da andata dalla parrucchiera, odio andare dalla parrucchiera perché mi pettina io invece voglio essere libera. Lei poi si prende sempre in giro, dice dovrei essere un po' più professionale, un abbigliamento un po' più decente, però lei è così, lei è bella così.

silenzio

Ti capita che durante la seduta hai voglia di chiacchierare oppure altre volte hai voglia proprio di stare zitta, oppure altre volte proprio di non pensare a niente. ti capita invece qualsiasi cosa succeda tu non hai niente che vorresti diverso finché sei lì? Se resto sola, perché poi lei mi lascia da sola va da altri pazienti, a volte mi soffermo ad ascoltare la musica. Se fossi al lavoro, chiacchiererei perché la mia collega chiacchiera, e lei chiacchiera per distrarsi la mente, io invece solitamente penso e non sono una chiacchierona, canto, se c'è qualcosa da cantare canto...però no, se sto ascoltando la musica penso oppure conto le foglie, se ho i pensieri conto le foglie, così mi distraigo passa il tempo. Però l'ho fatto solo un paio di volte. In seguito, non è successo più. Forse quelle due volte che contavo le foglie non vedevo l'ora di andare a casa, perché allora così passavano i minuti più velocemente. Nel senso che può succedere che finché stai lì ti sorgono pensieri o anche sensazioni di malessere dalle quali vuoi scappare, ma proprio perché l'agopuntura va a smuovere queste energie che abbiamo dentro; quindi, doverle riassetare magari si spostano anche dei pensieri, ti capita di sentire che vuoi piangere e non sai neanche perché o ridere? ci hai mai fatto caso? No, non ci ho mai fatto caso a questa cosa. Avrò occasione ora che me l'hai detto. Sì, perché poi quando uno mi fa notare qualcosa io cerco di ascoltarmi, in particolare se riguarda la mia emicrania. Come va? chiede la dottoressa. Bene, io quando arrivo qua dico sempre bene, ma lei dice ma bene come? gli attacchi come sono? Ce li ho ma sono meno intensi. Ma a me interessa sapere se tu poi riesci comunque a viverti la giornata, dice lei. Perché io ero arrivata là dicendo che, quando ho le emicranie mi sembra di perdere un giorno di vita, perché non faccio nulla, perché sto male per tutte queste cose, e quindi dopo che lei mi ha fatto notare questa cosa mi sono ascoltata il mese successivo giustamente e adesso che tu mi hai detto questa cosa mi tocca fare caso a questa cosa. Non è che ti tocca, scegli. Ecco scelgo di ascoltarmi ulteriormente. ho una lunga storia di agopuntura prima con suo padre ora con lei, ma può succedere. è una domanda, che a volte che si chiude il canale comunicativo verbale e quindi si chiude il

buttar fuori tramite le parole e a me capitato di addormentarmi a volte, capì quindi che con la pace che mi passava suo padre ho dormito. oppure pensi in maniera diversa questo è il mio tempo non penso a niente. già questo non pensare niente significa pensare diversamente e mi è capitato di aver nuovi pensieri, nuovi sogni, nuove ispirazioni, di ridere per niente. e mi è capitato di dire questi sono pensieri diversi, no? allora adesso io ti faccio la domanda ti è mai capitato quando eri là di dire mio Dio che pensieri cosa sta succedendo? in realtà si muove qualcosa. sono energie sottili, ma sono energie sia presenti dentro il nostro fisico, che non hanno grande a che fare con l'universo. sei tu l'universo in quel momento quindi ti è mai capitato di pensare voglio piangere, voglio ridere, non so....

mi stai mettendo in difficoltà allora: è un periodo che sono in fase di cambiamento. ...anche verbale nel senso che quello che prima ho sempre trattenuto per vari motivi come ho detto prima, dinamiche familiari nella comunicazione etc per non ferire l'altro, per paura che ti venga risposto qualcosa, per tutte le paure che uno si fa, ho sempre messo tutti gli altri a proprio agio, ma ultimamente sto cambiando un po'. Può anche essere che anche questo derivi da... dall'essere da prendere questo tempo per me. e che effettivamente sì. ora che me lo fai notare....

in sociologia viene chiamato una decodifica per mappe concettuali se tu sei abituata a pensare in un modo per forza di cose pensi sempre a quel modo, poi succede qualcosa nella vita, per esempio che ammazzi il gatto per strada e da quel momento la tua lettura dei gatti, della strada, dei freni dell'auto è diversa, tu cambi mappe concettuali. può essere che anche grazie alla terapia che ti sta facendo guarire dall'emigrania ti stanno cambiando mappe. Sì, sì, sì, perché sono sempre stata molto condizionata dal mio problema di emigrania anche se decidere se uscire o no, se andare in montagna o no, se andare al mare o no, perché, se tipo fino a qualche anno fa, un paio di anni fa se uno mi diceva il giorno tot andiamo fare una gita lì, io fino al giorno stesso dicevo speriamo di non alzarmi con il mal di testa, quello era il mio primo problema nel decidere di fare qualcosa che adesso non ho per esempio... fortunatamente perché ne ho molto meno.

Ti dico la verità non c'entra niente il mio amico che è mancato ehm.....*scoppia a piangere...io le prendo la mano..... e sto zitta.....*da poco ha deciso di farlo da solo...non è stata una malattia...52 anni.. solo che ha lasciato nel casino più totale la mia amica, scusami.... ha due figli.... che età 23 anni e 21. lei è mia amica d'infanzia. Si è assurdo che sia finito così. E questo probabilmente mi sta facendo cambiare... c'è tutto un insieme di cose che...quando l'ha fatto? a settembre dell'anno scorso il 24 settembre 2022. *silenzio (io ho fatto un colpo)* e quindi.....ecco...ho parlato anche con Alma quando sono andata e lei mi ha aiutato con ...nella seduta.... e...ecco mi ha detto guarda...ascoltati e ascoltatevi anche voi amici c'è una... c'è può essere che venga fuori qualcosa anche a distanza di tempo... si tenetevi d'occhio...così...e quindi sì c'è un sacco di cose che girano... vado a prendere un fazzoletto....

c'è una forza nella vita che..... sì, sì no. c'è da imparare sempre anche quando si presentano battaglie grosse a volte a volte le battaglie tirano fuori il meglio di noi e succederà anche alla tua amica, ai suoi figli perché è così. Sì sì sì perché vedi il pensiero diverso, perché a volte osservo anche mio marito lo vedo anche lui diverso in

alcuni atteggiamenti, e quindi dico una cosa scatenata tutta un'altra di avvenimenti di riflesso come l'onda nell'acqua le gocce che fanno il riverbero quelle cose lì e...ed è proprio così...va bene dai, adesso mi ricompongo.

Andiamo a fare discorsi più leggeri: hai fatto caso se durante la terapia sono cambiate le preferenze alimentari, oppure percezione degli odori diversamente o altri aspetti che so, non ti vesti più in quel modo, altri colori, non ti piace più la tua cucina....

Allora da quando ho iniziato comunque sono nella fase di menopausa, no quindi sono cambiate un sacco di cose...più che la percezione degli odori o l'abbigliamento, io sto lavorando forse dentro di me e cambiando i miei aspetti, cerco di non fermarmi alla prima cosa che mi viene detta. e se qualcuno mi dice qualcosa che al primo impatto potrebbe darmi fastidio, mi fermo e cerco di non percepirla come facevo prima, ma di vederla in un altro, la cerco di cambiare e di guardare da un'altra prospettiva perché non sempre qualcuno verbalmente o nel tono della voce te la dice perché ti vuole ferire, ma perché è la persona fatta così, e le esce così, a volte siamo permalosi, diciamo qualcosa a qualcuno, ma il mio tono di voce non era per aggredire, era perché mi esce così, quindi sto cambiando quella parte lì...e abbigliamento lo cambio beh forse mi sento più femminile, mi piaccio anche di più, sempre un po' di più anche se sono più grande di una volta però mi piaccio. Ecco rido, scherzo sulla mia immagine, l'ho quasi sempre fatto, ma ora lo faccio ancora di più, forse sto acquistando una sicurezza sulla mia persona che non avevo qualche anno fa.

azzardo una teoria: può essere che questa tua emicrania sia nient'altro che il tenere castigato una personalità che invece vuole uscire? può esser sicuramente.... perché ...per esempio ho fatto anche alcune sedute da una psicoterapeuta qualche anno fa dopo che mia mamma aveva avuto un intervento abbastanza importante ed io mi ero sentita molto impotente di non poter fare ancora di più per lei, ma ...c'è non posso.... a volte è giusto ciò che io vedo che potrebbe andare bene per te, ma sei tu che devi decidere della tua vita, giustamente ognuno decide per sé, quello che è successo è successo, ognuno fa le sue scelte e io devo accettarle. Anche a lei ho sempre raccontato dell'emicrania perché è il filo conduttore della mia vita. E la psicoterapeuta mi diceva 'non è che ti viene l'emicrania perché te la auto produci? può essere perché la blocchi' perché a volte le cose che mi trattengo che mi danno noia non le esterno e questo mi scatena l'emicrania che alla fin fine le cose emotive fanno venire qualcosa, ci fanno ammalare... il pensiero come ci può curare, ci può far guarire... comunque ci vuole il professionista. Se c'è qualche problema già sapere prendere la vita con una leggerezza diversa ti fa già stare meglio. Giustamente. Il pensiero, chiamiamo il pensiero positivo.... non da vivere sempre per niente, ma affrontare la situazione al momento quando viene perché cosa facciamo noi? o ci è stato insegnato che ci preoccupiamo prima del tempo di quello che succederà e già così ci facciamo mille pensieri su quello che potrebbe succedere, poi magari non succede così. Però è una cosa autentica, siamo fatti così.

Quindi adesso che mi fai riflettere sì che la malattia così come viene scatenata dai nostri pensieri altrettanto la possiamo curare con i nostri pensieri sì...la dobbiamo accettare quando si presenta, perché... beh sempre io dico arriva sempre un momento in cui è l'ora di fare questo...ma arriva quando lo senti tu, non perché te lo dice

la mamma, tuo marito, tua moglie l'amica, lo devi sentire tu quand'è il tuo momento...perché da qualche parte bisogna andare. *Io avevo provato tutto: dai farmaci alle risonanze e non c'era niente, mi hanno trovato un piccolo aneurisma, probabilmente l'ho sempre avuto, ma neanche lo sento e non m'interessa che ci sia. Il neurologo ti dà i farmaci, e in quel caso devi seguire un determinato iter, lo devi provare e ... come al solito per un tot di tempo funziona, poi non funziona più; allora bisognerebbe provare un'altra terapia ma dentro di me non voglio più prendere medicine. Ho così deciso di smettere di prenderne, e così sono arrivata all'agopuntura. Se riesco a non prendere più farmaci, meglio per me, per tutto. Un altro punto è dato dal fatto che sono stata sfortunata con i medici che ho conosciuto, perché, non lo so, (cap.4 pag 11)* ma non mi hanno guardata come paziente, mi hanno guardata come un numero e non hanno visto la persona, forse perché per loro è solo lavoro ed hanno dei tempi stretti, ma non quando vado da uno specialista. Tu sei specialista, devi guardarmi in tutti i miei angoli per capire cosa ci può essere, e a me costa un sacco di soldi. Ho perso tempo con quegli specialisti, ed ecco come sono arrivata all'agopuntura, perché avendo provato altre strade che non sono andate bene per me. mentre magari per qualcun altro vanno bene; oppure, che ne so, magari fra qualche anno andranno ancora bene per me, ma in questo momento vado con l'agopuntura.

Quando la seduta si conclude e tu devi tornare alla tua vita qual è la sensazione che ti accompagna? Di energia, riparto ricaricata, con il pensiero sono molto carica.

Quando arrivi a casa ne parli con tuo marito? O con chi? No, no no no. Non racconto, perché siamo molto metodici. Potresti farlo ora, mettere le carte in tavola fa sempre bene. lo so. e sono sempre le donne a farlo. si lo so, si. Ti racconto una stupidaggine: dovevamo uscire l'altra sera però gli ho detto ho le mie cose, ho ginnastica va be' prima devo venire a casa lavarmi e poi usciamo quindi sono arrivata e lui fa ' sappiamo dove andare? tutti questi gruppi che non servono a nulla dove si fa una confusione della madonna. dove andiamo si sa? lui i dice no però per me possiamo anche stare a casa. io gli rispondo intanto vado a farmi la doccia e poi si vedrà, vado a lavarmi. no, va be, ma io a casa a guardare la tv non ci penso proprio dice lui. Sono andata in doccia mi sono lavata e quando sono uscita gli ho detto ' scusami prima mi dici che per te restare a casa non c'è nessun problema, poi mi dici che di guardare la tv non se ne parla proprio; invece, tu devi assolutamente allora mettiti d'accordo siamo in due qui tu ed io. non va bene ma. mi dici Ada sei stanca andiamo via un'oretta andiamo a fare un giretto ah si va be va be. Dobbiamo cambiarli, siamo sempre noi a partire a fare quella cosina in più a volte non è semplice, però bisogna, un po' alla volta. Lo fai per te. sì, per me principalmente. non lo fai per lui o per la coppia. devo tirare fuori io questa cosa sempre dello stare zitta, sono sempre stata zitta. nel senso che non sono una che fa innescare discussioni, guerre inutili, però vedo che.... Invece sarebbe meglio. stare sempre zitti non va bene.

a volte invece che chiarire cambio strada, ma invece in una coppia soprattutto in una coppia stabile eh sii, si si, si

nei giorni successivi alla terapia cosa succede? A volte meglio, a volte peggio, vado sempre molto meglio tranne quelle volte che il giorno dopo ho questo leggero fastidio di mal di testa, ma solitamente sono bella pimpante.

cioè, ti muove energia e te la riallinea e la mette dove stare, è un altro discorso, ma l'equilibrio psicofisico e c'è, magari anche cosmico. L'agopuntura ha più di duemila anni. la nostra medicina ha 200 -300 l'incremento è degli ultimi 30. Non esiste da duemila perché raccontano solo barzellette.

effettivamente ma quando parli con determinate persone di yoga, agopuntura, o erboristeria, naturopatia pensano veramente che parli di fate, è un po' triste per loro, non puoi limitarti a vedere solo quello, quello che voglio dire, cioè, c'è un sacco di altre cose se poi non ci credi provale, dico io sì il punto è che, secondo me, si riallaccia al discorso che hai fatto prima tu, non sempre siamo pronti solo perché ce lo dicono gli altri: ognuno ha propri tempi, il proprio percorso, quindi le persone che sono convinte che il loro modo di vivere sia il massimo e manco si rapportano al fatto che gli altri col doppio degli anni hanno più energia, col doppio degli anni hanno cambiato vita, loro sono sempre autoreferenziali e si ritorna... e tu parlare e non parlare non serve, ah no rimane così, infatti quel muro là ne capisce di più. Anche quelli che sono sicuri che la loro natura sia magia, io non discuto proprio, neanche di altre tematiche.

Le potenzialità di guarire dalle malattie che ci autoproduciamo. Sì, ne abbiamo già parlato. siamo dei miracoli viventi che con un po' di attenzione sì, perché lo sto vedendo su di me. È fattibile. La frase volere è potere ci sta anche abbastanza, allenandosi, perché non è facile allenare la mente che è sempre stata programmata in una determinata maniera, perché a volte ci portiamo dietro anche senza volere il sentire dei genitori, dei familiari, che a volte ricompare e io dico non ho figli, non li ho neanche cercati, ma se, secondo me, se dovevano arrivare, arrivavano comunque se era il destino. No? Probabilmente io dovevo concludere un cerchio. Quindi perché, quando ci dicono sei come tua mamma, sei come tuo papà, io dico sempre no. Io sono io, sono diversa, anzi cerco anche di essere diversa perché anche se i miei genitori sono il mio cuore non c'è niente da dire, ma alcune cose dei miei genitori non mi piacciono e quindi io cambio, non voglio essere così. Poi altre cose le accettiamo così.

Non mi sento un po' i miei genitori, perché mi sento completamente diversa, negli atteggiamenti. Per esempio, sono brava come mia mamma, brava con le mani. Sono sempre stata brava con le mani a cucire, a ricamare, ma mia mamma è brava a cucinare mentre io non so cucinare bene come lei e neanche non mi piace. Per esempio, mia mamma è sempre molto ordinata ed io potrei stare anche senza tende. Mio papà è quello che ...come dire fermo nelle sue posizioni è...antico non si modernizza, mia mamma usa il telefono smartphone mentre mio papà non ci pensa proprio, però ha imparato a rispondere al telefono. Non aveva imparato ad usare il videoregistratore, mentre mia mamma sì. Ecco sono come mio papà, per il resto non mi identifico.

Andiamo verso la fine: ti vorrei chiedere: la tua opinione con la cura con l'agopuntura si è palesata più volte. sì, esatto funziona

Oltre a tua mamma, gli altri tuoi parenti cosa credi che pensino rispetto al fatto che tu ti curi con l'agopuntura e che stai guarendo? Neanche lo sanno. Cosa penso che pensino i miei parenti? Secondo me, non gli interessa più di tanto. Forse anche perché conoscevo i miei parenti, ti parlo di cugini. Ho mio fratello, cognata, nipoti. ma hanno un'altra corrente di pensiero, secondo me, loro non si avvicinerebbero neanche: nemmeno lo sanno che

mi curo così, non mi ricordo neanche se gliel'ho detto. Invece questi parenti di tuo marito? la zia di mio marito ha fatto agopuntura e si è trovata molto bene, non so da chi, dove, quindi non mi dicono che sono pazza etc. anche perché forse loro sono più vicini. Lui, lo zio fa i massaggi, quindi non sono, come dire, bigotti riguardo a queste cose qua. neanche mia suocera.

Vuoi aggiungere qualcosa relativamente a qualche aspetto che non abbiamo affrontato? altre cose...eh...no,

Ti è capitato di consigliare di andarsi a curare con l'agopuntura o più precisamente da Alma? Sì, no, veramente ho trovato lì una sera la segretaria del centro medico dove vado, ho scambiato due parole un attimo poi lei mi ha chiamato per chiederti? vai tranquilla, perché vedrai che ti troverai molto bene. Ecco. Poi sinceramente non ho altre persone che mi hanno chiesto. Conosco questa mia amica Federica, che è stata lei a mandarmi. No, quasi tutti si curano in maniera tradizionale. Se c'è qualcuno che mi chiede qualcosa in più posso dire. Ma sennò solitamente conosco abbastanza le mie amicizie per capire se sono interessati. Forse sono ancora pochi, la cosa più veloce è prendere la pastiglia, è più facile che impegnarsi in qualcosa che necessita del suo tempo per arrivare, perché siamo in una società in cui tutto dev'essere veloce e fare presto e fare tutto e bene e invece dobbiamo proprio veramente a fermarci e togliere, invece di aggiungere. Sì, dobbiamo proprio togliere, perché sembra che non abbiamo tempo di fare niente e invece il tempo c'è, dobbiamo solo noi gestirlo meglio.

Da qualche parte ho letto che il tempo durante una giornata è più che sufficiente per fare tutte le cose che dobbiamo fare, anzi ce n'è anche troppo. Punto. Ed è vero. E allora uno dice ma è una frase un po' controcorrente ho sempre tante robe da fare. Ma perché hai sempre tante robe da fare? perché ti stracarichi di tante faccende? Esatto, ci voglio pensare. Quando invece potresti dire anche no, volendo poi non le tieni vuote, ma poi ti fai la domanda contraria, ma perché non le tengo vuote? Che poi non sarebbero vuote se le guardiamo da un altro punto di vista sarebbero libere come quando tolgo un soprammobile da lì e dico c'è lo spazio vuoto. Invece no, è spazio libero, è diverso. Quando mi sono trasferita dall'appartamento a questa casa c'era tutto vuoto, ero angosciata da tutto questo vuoto. Per fortuna che per una serie di motivi ho comprato poco, che comunque sono sempre tanti oggetti. Ho già cominciato a regalare in giro...ma perché bisogna tenere tutto pieno? Ogni volta che sono a casa in vacanza o che ho tempo, tolgo cose. Ora ne voglio togliere delle altre. Quando entro nelle case delle mie amiche vedo pieno di roba e dico come fanno con tutte queste cose, ...anche solo per togliere la polvere..... e poi sai cosa faccio? Lascio sempre la tovaglia sul tavolo, tutto il tempo della settimana e poi non ho mai la tavola libera. è una cosa pazzesca per alcune mie amiche. ma che me frega sto diventando una zingara, ma non perché uno deve sentirsi libero....

ultima domanda. c'è qualcosa relativamente a qualche aspetto di cui non abbiamo parlato di cui vorresti aggiungere qualche sfumatura, dettaglio o anche argomento più vasto? No, ho detto tutto.

(ultimissima) ti è servito di parlare di questo argomento? Sì. L'intervista è stata molto piacevole è stata come una chiacchierata alla fine con una persona che mi ascoltava, una persona molto brava, con un'amica ok. Sì, sicuramente mi ha dato degli input per ascoltarmi in maniera diversa, in un altro modo e in altre situazioni ancora, anche solo dopo la seduta come mi hai spiegato mi ascolterò nei giorni successivi. No, non c'è una

maniera migliore per fare un'intervista che fare quattro chiacchiere in tranquillità, questa è la maniera migliore piuttosto che domanda risposta, domanda risposta; quindi, nel senso che io parlo e vado a fondo verso ciò che voglio io.

ti ringrazio dei complimenti.

Intervista n. 2 (Bea)

12 luglio 2023 ore 9. a casa sua a Bresseo. Casetta in zona tranquilla. mi riceve in una stanzetta stile 'trasloco in corso'. È sorridente, ma ha l'aria stanca. Si sente da come mi accoglie che è una mamma, molto attenta agli altri.

Bongiorno Bea, grazie di accogliermi nonostante il caldo. A quest'ora, stiamo bene qui sotto, non guardare tutto il disordine, sono tutte le cose arrivate da casa di mia suocera. (mi offre dell'acqua di rubinetto. accetto). Mi racconti della tua esperienza con la terapia dell'agopuntura?

Da dove parto? allora parto dal periodo della pandemia. È stato un periodo molto difficile per noi insegnanti, tanto; e anche per la nostra famiglia: è stato un periodo in cui io sono andata in tilt totale, distrutta, proprio stanchissima, molto, molto stressata. Passavo le ore sia di mattina, sia di pomeriggio, sia alla sera davanti al computer: le video lezioni, i compiti da correggere, le riunioni di emergenza, eccetera. Il bambino, poveretto, quello un pochino più grande stava un po' più occupato con le lezioni; mentre il più piccolo che allora aveva tre anni ... ho proprio un rammarico di questa cosa: lui passava da una persona all'altra per avere un po' di attenzioni. Mio marito al computer mediamente lavorava otto ore al giorno, perciò anche lui super impegnato. Lui lavora per i multimedia dell'università, in quel periodo erano in emergenza totale per riorganizzare le lezioni online. Quindi il piccolino passava dall'uno all'altro in cerca di compagnia che nessuno gli dava e lui, poverino, più o meno si arrangiava. Al mattino, all'inizio della pandemia, io cercavo di organizzare delle attività per lui con la pasta di sale, i disegni, i colori, ma alla fine non ce l'ho più fatta, proprio non ci riuscivo né spiritualmente, né materialmente era una cosa disumana proprio. Per fortuna abbiamo il giardino, i bimbi potevano uscire, giocavano e avevano una valvola di sfogo. Ed è stato allora che il mio fisico ne ha risentito, i problemi esistenti si sono accentuati, e ne sono ritornati altri: l'orticaria che già avevo avuto in passato ed allora guarita, si è ripresentata ed è diventata cronica; i problemi gastro-intestinali si sono aggravati, in più sono peggiorati anche quelli legati alle mestruazioni: prima bloccate, poi emorragia fortissima; i miei capelli, che sono sempre stati più o meno mossi, quasi lisci diciamo, sono diventati ricci, al punto che quando sono tornata dalla parrucchiera mi ha chiesto cosa fosse successo? *Pensa un po', i capelli sono diventati ricci, ora non ho li ho più, ma dopo il lockdown io ero riccia. Boccoli? Sì, i miei colleghi mi hanno chiesto se mi fossi fatta la permanente. Poi, pian piano sono tornati com'erano. Ma è incredibile, tutto questo scombussolamento fisico e ormonale. (Cap.4 pag, 12)* Dal punto di vista ginecologico, e mi ha prescritto una terapia di ormoni, una cura di 10 giorni, l'emorragia si è bloccata, ovviamente, e dopodiché per un bel pezzo io non ho più avuto mestruazioni ed in seguito quando sono riprese, ho avuto altri due episodi di emorragie nei mesi successivi: uno pesante a Natale 2020. Ho dovuto prendere per altre due volte gli ormoni, ma stavolta per 20 giorni, non più solo per 10 giorni e ne ho risentito tantissimo: avevo tachicardie, non stavo assolutamente bene, sentivo il cuore scoppiare. Quando in seguito si è ripresentata la questione, cioè non avevo mestruazioni e poi, quando tornavano, erano un disastro, insomma tutto questo sbalottamento quando poi si è ripresentata, sono ritornata dal ginecologo, lui mi ha fatto fare tutte le analisi del caso e poi mi ha proposto tre soluzioni: o stiamo a vedere come evolve la cosa, perché era la fase in cui si era sbloccato tutto, vediamo cosa succede; o partiamo con la pillola, però io la

prenderei come un'ultima spiaggia, visti i precedenti casi di tumore in famiglia di mia mamma, di mia nonna, eccetera; il dottore era molto previdente su questa cosa; o facciamo di nuovo una cura di come quell'altra, oppure c'è una via più soft, più lenta, con qualcuno funziona. Lui mi ha consigliato l'agopuntura associata ad una fitoterapia. Però, ha detto, non garantisco niente, sono cose molto lunghe, tu devi scegliere e decidere. Sì, ho pensato, senza ombra di dubbio, perché io quegli ormoni non li voglio più prendere dopo che sono stata così male (ride). Di natura io non sono una che prende tante medicine, cerco sempre di tener botta. E così mi aveva consigliato un agopuntore di Caselle/Sarmeola. Così sono tornata dal mio medico di base, perché per me era una novità assoluta, gli ho chiesto e mi ha detto sì, indirizzandomi da un medico di Abano, anzi no, di Padova zona Stanga. È una brava persona ha detto anche molto, molto profonda, anche spiritualmente, umanamente una persona molto in gamba, è stato un mio compagno di università; altrimenti (Cap.5 pag. 2) c'è questo di Sarmeola. A quel punto ho guardato Internet, e confrontando tra i due mi sembrava che quello di Padova fosse il migliore, più completo, mentre quello di Sarmeola era solo agopuntore, l'altro presentava una formazione più ampia, era anche un osteopata e nutrizionista; tutto bene, proviamo ad andare lì, magari mi può essere utile anche per altri aspetti della salute. Credo fosse ormai settembre 2021 quando ho iniziato, o forse ottobre 21. Ma il viaggio era pesante, era una faccenda lunga per arrivare fino alla Stanga. Partire da qui (Bresseo di Teolo) fino a lì era praticamente un pomeriggio perso. Inoltre, poi al momento del ritorno c'era sempre tanto traffico ... Ho iniziato, ho fatto una decina di sedute. Mi sono trovata bene anche dal punto di vista umano, ma, devo dire la verità, era un periodo difficile, sappiamo benissimo cos'era il 2021. Era ricominciata la scuola, con tutte le misure di precauzione, eccetera, tutti i distanziamenti, le mascherine, si cominciava a parlare di vaccini obbligatori, insomma tutto in cambiamento... cioè, non era la scuola che conoscevamo; ecco, era tutto molto pesante e questa cosa dentro di me lavorava tanto, sia perché non stavo bene fisicamente, sia perché c'era tutto il clima fuori che mi stava proprio pesando tanto. Come a tutti io mi ricordo che dentro non stavo bene, ed ecco che dopo la prima seduta mentre stavo tornando a casa, e ricordo che stavo piangendo in macchina, avevo la radio accesa e parlavano di un dramma dietro l'altro una cosa proprio... da disperazione, non c'era pace, c'era un'atmosfera cupa e mi ricordo che piangevo. Finché ero rimasta sdraiata durante la seduta di agopuntura mi sentivo rilassata, non lo so, ma è stato strano perché mi son venute fuori tante emozioni e.... poi dopo è successa una cosa strana: all'altezza di San Domenico mi chiama mio marito e mi chiede se potevo passare per la SMA. Non so se conosci la SMA, Società Missioni Africane. A settembre eravamo stati alla festa e lui si era dimenticato una giacca, e mi ha chiesto di andare a vedere se riuscivo a recuperarla. Mi ricordo queste lacrime che mi scendevano sulle guance, e mi fermo. Questo è proprio il ricordo associato alla prima seduta di agopuntura ... stavano dicendo la preghiera di mezzogiorno, quella volta ero andata di mattina. Stavo aspettando che uscissero i padri per chiedere della giacca. Ero lì che aspettavo e all'improvviso ho avuto come un'apparizione: il padre che ha ci aveva sposato (che era una vita che non lo vedevamo). Insomma, è stata una cosa proprio sorprendente, e quando l'ho visto giù lacrime, ho avuto un'emozione fortissima nel rivederlo dopo tanto, perché lui per noi è una persona molto significativa. Ecco, è stato questo il ricordo associato alla prima seduta. In seguito, le sedute si sono diradate, cioè, andavo una volta alla settimana, invece che tre; poi mi sono un po' stancata e andavo una volta ogni 15 giorni. Questo dottore era una persona con cui si riusciva comunque

a parlare, era una persona di culto protestante. Lui parlava e parlava e ti faceva capire che in realtà era in una persona impegnata nella sua ricerca spirituale per cui... ehm ricordo... bene, insomma, tutti i discorsi spirituali che abbiamo fatto ... ecco di ricerca, di fede. Anche lui era molto sofferente del clima che c'era fuori e.... e.....ricordo, per esempio, che diceva che lui tiene corsi di agopuntura e diceva sempre agli studenti di guardare il paziente, la persona, non solo gli effetti della malattia e... mi raccontava che in quel periodo aveva avuto una soddisfazione, perché finalmente era stata data (da quello che ho capito) l'autorizzazione dall'ospedale di entrare in terapia intensiva a provare l'agopuntura. Normalmente faceva l'ozonoterapia ai malati covid. Praticamente, ed era una cosa per cui lui era molto su, era stato abbattuto un muro, secondo lui, era stato raggiunto un traguardo molto difficile. Sentivo che finché lui raccontava questa cosa era molto contento, aveva visto miglioramenti su di lui e sulla sua famiglia quando aveva provato l'ozonoterapia durante il covid e allora aveva visto che portava beneficio Lui diceva ai suoi studenti, sì, c'è la parte medica, però non dimentichiamoci mai della parte umana e spirituale dei nostri pazienti. Prima di tutto c'è da curare questo aspetto. Questo mi aveva colpito davvero tanto. Verso gennaio sono ricomparse ... no dicembre, gennaio, sono ricomparse le mestruazioni, così da sole, e con non dico con totale regolarità, ma insomma con una certa regolarità. Lui aveva detto intanto facciamo le prime dieci sedute, e poi facciamo uno stop, vediamo un attimo... L'unico neo di questa esperienza che costava veramente tanto, perché questo medico veramente chiedeva parecchio e quindi mi aveva fatto un bel salasso. Nei mesi successivi ho fatto pausa, anzi non andavo una volta alla settimana. A giugno quando a scuola c'è stato un attimo di pace, finite le lezioni, quando c'era maggiore disponibilità alla chiacchiera, ho raccontato alla mia collega dell'esperienza con l'agopuntura. Lei mi ha detto se conoscevo Alma Rossetto. Io dico no. Dice che lo studio è a Montemerlo e che sarebbe comodissimo. Lei mi ha fatto da tramite, mi ha dato il numero. Nel frattempo, le mie mestruazioni si erano ancora bloccate nuovamente, non erano assolutamente regolari, nell'estate mi sono rivolta alla a lei insomma sì, insomma, adesso i tempi non me ricordo bene. Così ho provato a sentire lei che è stata super gentile sin dall'inizio e mi ha detto chiaro e tondo che è un caso come il mio non l'aveva mai trattato, mi ha raccontato che aveva avuto due donne con problemi ginecologici, ma un po' diversi, e mi ha detto che avremmo potuto provare. Ho detto ok, perché la comodità della vicinanza era impagabile, cioè cinque minuti neanche ... ero in studio. Ho trovato una persona molto accogliente, abbiamo iniziato questa esperienza: anche con lei una seduta a settimana, poi gradualmente sempre più distanziate. Fin da subito ho notato che aveva un altro stile di agopuntura: usava aghi diversi dal precedente dottore, e li metteva in posizioni diverse. Le ho anche chiesto la differenza, e lei mi ha spiegato, ma ora io non sono sarei in grado di rispiegare.... allora me ne mettevo uno sulla pancia centrale quattro dita sotto l'ombelico, poi me ne metteva sui piedi, sulla gamba, diciamo qui, due da una parte, non me l'ha mai messo, forse una volta sola, qui sulla fronte, non mi ha mai messo niente è sulle orecchie e in testa l'ha invece messo una sin da subito ...e invece sulla pancia no, mai, Alma mai. ... poi Alma mi ha messo anche quelli che stanno fissi, che invece lui aveva accennato all'inizio, e poi aveva detto stiamo a vedere e non me li aveva mai messi questi qua. Invece Alma fin da subito. Per un fatto di soldi ah sì sicuro sì, Alma non mi ha mai dato l'impressione di farlo soprattutto per i soldi, proprio per niente, zero di zero. Senza parlare che la cifra si è abbassata, sì, e non poco, 1/3, no metà, poco meno di metà, lui mi chiedeva 80 a seduta, però è stato dico, vabbè ho speso tanto, però è stato la via per

cui sono entrata in questo mondo che non avrei mai conosciuto.... e comunque mi ha aiutato in sé, perché poi, eh, mi hai aiutato non solo a livello fisico, anche come ascolto, devo dire che ci sono state occasioni in cui l'ho sentito anche per altre cose, per farmaci, per dei pareri quando ho avuto il covid, l'ho sentito per avere un altro punto di vista rispetto a quello del mio medico, insomma, è stato utile, ho un bel ricordo. Con Alma mi sono trovata ancora meglio, perché c'è stata anche subito empatia, forse dovuto all'età dei figli, con qualche problema simile. O forse perché lei è inserita in parrocchia come noi. Insomma, una serie di coincidenze, per cui ogni volta che vado là sono contenta di vederla. Idem mi dice lei. Poi quando abbiamo avuto il problema della nonna l'ho sentita per un parere, per una di una casa di riposo. Praticamente quasi da subito, non dico proprio subitissimo, ma le mie mestruazioni sono tornate, e con una certa regolarità e non ci sono stati più episodi di emorragie, quello è il suo obiettivo, e siamo contenti di questo, è vero che adesso pian piano mi avvicinerò alla menopausa, questo è un accompagnamento, senza dovere prendere medicine. L'estate scorsa, il giorno prima di partire per le vacanze, lei mi ha messo quelli fissi all'orecchio, li ho tenuti una decina di giorni; anche fissi nella tibia di qua e di là. Mi ricordo che avevo preso degli appunti perché dovevo andarli a stimolare. Mio figlio piccolo che è abituato a toccare le orecchie della mamma alla sera per addormentarsi, mi aveva chiesto 'mamma cos'è sta roba?' Pensa un po'..... E adesso ci vediamo al bisogno, ci siamo viste a febbraio, e mi aveva detto di chiamarla se ci fosse stato qualche dubbio. Ora facciamo magari una volta ogni tre mesi, intervallato da una seduta da non mi ricordo auricolari. Vedendo che comunque tutto andava bene, l'ultima volta ci siamo viste a febbraio e siamo arrivate adesso a luglio, prima delle vacanze. Ieri sono andata per una seduta. Ho anche smesso di prendere la medicina fitoterapica che prendevo all'epoca. Perciò sono contenta, sono proprio contenta. Mi manca quasi l'appuntamento con Alma, dovevo andare il mese scorso, ma fatalità proprio quel giorno lì sono arrivate le mestruazioni: va benissimo, va bene lo stesso, perché avevo l'impressione di essere un po' in ritardo. Alma aveva detto che forse bisognava smuovere un po' le cose, invece adesso è tutto molto normale. Lei si prende nota di tutto, è molto puntuale, è anche molto disponibile, perché mi ricordo l'anno scorso dovevamo partire e siamo stati via una quindicina di giorni in Francia, quindi era un po' in distante, e ho fatto una seduta in cui mi aveva messo gli auricolari il giorno prima, quel giorno avevo mal di testa, per cui l'ho chiamata perché temevo che fossero gli aghi che avevano provocato l'emicrania. Durante il viaggio lei è stata proprio disponibile, voleva che la tenessi aggiornata. Insomma, lei non è spinta dall'avidità e anche questo fatto aiuta, tranquillizza. Perché lei sperimenta, ed io, da un certo punto di vista, sono contenta anche per lei, perché, se io sono veramente il suo primo caso, tra virgolette, Alma ha potuto fare esperienza attraverso di me. Mi ricordo che le prime volte che io ero lì, lei andava proprio a consultare un manuale per vedere dove mettere gli aghi. L'agopuntura è stata una scoperta, mi chiedo se anche altri tipi di problemi, sto pensando per esempio a mio marito che ha male alla spalla, potrebbero essere risolti. Ecco, anche in questo ultimo periodo che è stato veramente molto stressante per la scuola, ci sono ancora problemi quelli chissà.... può essere che Alma possa aiutarmi in quella maniera. Non so, devo chiederglielo. Parlando anche della parte gastroenterologica, io sono la classica maestra molto stressata, che ha orari della classica settimana scolastica.... Si collegano emozioni, aspettative verso di lei, perché effettivamente lei con l'agopuntura ha fatto un miracolo. Però, ci sono anche tutte le paure, il male, le preoccupazioni. Ma quando sai che stai andando verso meglio, no, perché devo

avere paura con lei? per qualche parola? Pensa, una cosa che mi ha colpito è la sua totale attenzione, lei ti chiede 20 volte se senti qualche dolore, se appena dici di sì, lei subito interviene. Questa è una cosa che mi colpisce tanto. Poi ti chiede se ti piace la musica. Che mi rilassa tanto. E quando era più fresco ti metteva la copertina; me la metteva anche l'altro. Lei ti chiede se l'aria condizionata ti va bene, se non ti va bene: sì certo sono tutti i dettagli che sono tipici delle femmine, no, poi delle femmine mamme veramente; i maschi sono diversi più bruschi stanno centrati, attenti su sé stessi. Poi, non mi sono sentita giudicata, non ho mai sentito un giudizio, assolutamente mai, da parte di Alma. Per esempio, con la mascherina: anche l'altro mi diceva di abbassarla pure, anche se lui la portava perché era sempre in mezzo a tanti, diversi tipi di persone. Anche Alma mi lasciava libera su questa cosa. Considerato tutto il contesto in cui vivevo a scuola, sapevo che queste maschere non servivano. Ricordo una volta in cui lei mi ha raccontato di alcune sue esperienze come mamma. Ci siamo scambiate dei vissuti. Lei mi ha detto che una volta io ero arrivata tanto agitata perché arrivavo dal lavoro, in cui c'erano state delle discussioni. Allora lei mi aveva messo l'ago in certo punto e mi aveva detto così ti rilassi. Un'altra volta sono tornata a casa che mi veniva da dormire, dopo il pasto. Anche ieri, per esempio, sono tornata dalla scuola che ero tanto stanca, dovevo accompagnare i figli al centro estivo e poi volevo farmi una passeggiata, ma non avevo le forze neanche di cominciare a fare faccende di casa, di mettere a posto gli armadi; non riuscivo a fare niente. Poi sono andata là e non so che è successo, ma mi sono rilassata, non so se l'agopuntura, non so se sia stato il rilassamento di un'ora, so solo che sono tornata a casa molto più energica; e anche oggi mi sento molto meglio. A volte ci siamo scambiate informazioni sul matrimonio, sull'esperienza del parto, una volta ci siamo trovati in giro, entrambe eravamo in passeggiata con tutta la family, io da una parte della strada e lei dall'altra. Per me lei è super, penso di aver conosciuto davvero poche persone brave come lei. Sono proprio contenta che mi abbia risolto questo problema. Sì, adesso ho fissato l'appuntamento dal ginecologo e voglio andargli a raccontare questa cosa. volevo andare a raccontarglielo ancora l'anno scorso a settembre, però poi l'ho trascinato avanti, perché quando entri nel circolo della scuola dei bambini non trovi più il tempo per fare le tue cose. Il medico di base mi aveva mandato da quello che era il ginecologo e credo che si conoscessero, perché hanno tutti la stessa età e si conoscevano dall'università. È stato bravo anche lui, ecco e quindi insomma devo andarglielo a dire. C'è anche da dire che l'agopuntura negli ultimi 5,10 anni sta prendendo molto piede. prima era una cosa quasi da setta, sai questi tipi che facevano le robe di nascosto. Il papà di Alma, vabbè adesso è morto, lui era medico di base e contemporaneamente ha studiato, si è specializzato come agopuntore. I soldi per vivere gli arrivavano dal lavoro ufficiale. Lui è sempre stato uno che risolveva i problemi, che altri medici avrebbero risolto con chirurgia, interventi, o quintali di medicinali. Lui ti metteva l'aghetto e diceva di avere pazienza. Ora se vai dal medico di base e gli dici che fai l'agopuntura è tutto ok. Sì, perché perdere tutto quel sangue parte l'anemia. Avevo avuto questi problemi da giovane in seconda superiore sono andata anche in ospedale per due episodi. ma la tua mamma così, tua nonna così come te? No, non ho mai sentito niente da mia mamma. All'inizio ero un po' sul chi va là con questa storia, poi invece no. Tutto questo si è inserito nel momento in cui c'era il discorso dei vaccini obbligatori per gli insegnanti. Non so cosa ne pensi di questa cosa. C'era dentro di me una voce che diceva 'Bea no, sta attenta'. Poi ci hanno messo l'obbligo, io li sono andata in tilt, cioè, è stata durissima la cosa. Da una parte sentivo una voce interiore che mi diceva no, e dall'altra parte

c'era il lavoro. Ho cercato di leggere, capire qualcosa sul vaccino e mi ero mi ero fatta una certa idea. Ovviamente non sapevo se era quella giusta o quella sbagliata. Alla fine, è scattato l'obbligo di fare il vaccino il 15 dicembre ed io non sono più tornata a scuola. Il vaccino non l'ho fatto e tutta questa cosa, cioè l'esperienza dell'agopuntura a Padova, si è inserito in questo contesto qui. La mia scelta personale è stata molto forte, ma davvero tanto forte. Quindi non si può neanche dire che tutto questo sia stato scatenato dal vaccino? No, io non l'ho proprio fatto. Avevi qualcuno che ti aiutava con i figli? Non avevamo nessuno che ci aiutasse con i bambini. Mio marito, che lavora nel pubblico, ha dei giorni in cui torna a casa verso le quattro, per fortuna. Si tiene i bambini. Quando sono arrivata da Alma per i vaccini che non fatto non mi son sentita assolutamente giudicata, anzi..... anzi... capita, anche perché in realtà questa scelta mi ha portato ad altre conseguenze.... da una parte allora non ero l'unica a scuola ad aver preso questa decisione. È stata però una scelta mia, tanto che mi sono anche un po' allontanata da certi altri miei colleghi che avevano fatto la stessa scelta, ma erano più estremisti, tra virgolette, ma loro mi mettevano ansia, continuavano a vedersi per parlare di cose anche estreme.... io proprio ... è stata una cosa solo mia, sono stata supportata anche dalla preghiera, dall'accompagnamento spirituale che mi ha fatto bene. Devo dire che sono stati dei mesi felici. All'inizio è stata molto dura, ma poi sono stati dei tempi belli, quelli passati a casa, la scoperta di me stessa, che potevo avere il tempo di ... posso dire di una passeggiata, avevo tempo per tutto, finalmente. Poter avere il tempo di pregare. Adesso va bene così, perché questa stanza si è riempita di nuovo delle cose di mia suocera, stavolta; ma questa era una stanza che fino al gennaio scorso era strapiena di scatoloni nostri. Era sempre stato ficcato dentro di tutto, sei anni di roba accatastata, mai presa in mano, solo continuavamo ad aggiungere. Perciò l'anno scorso pian piano ho cominciato a tirar fuori tutto quello che c'era: ho venduto, regalato, sistemato... e sembrava che mettendo in ordine andasse via anche il mio dolore. Così ho liberato tutto e pitturato. Sono stata io a fare tutto. Ero stra-morta, mio marito lavorava, ho fatto tutto io, ma mi faceva proprio bene spennellare e vedere che le cose andavano a posto. Vabbè, adesso si è riempita con la roba di mia suocera. Appena finito di pulire ho cominciato ad invitare i bambini, i compagni di scuola, i bambini di zona, li invitavo per i compiti, per giocare. Poi dopo mi son messa a studiare (ride), è una cosa che era da tanto che desideravo: una certificazione di didattica dell'italiano agli stranieri. Ho fatto questo esame a maggio dell'anno scorso, a Ca' Foscari, è stata una soddisfazione personale e poi ho dato una mano ad un'associazione di Abano dove c'è la scuola del pizzaiolo. Conoscevo il titolare e la sua compagna, ho dato una mano con la segreteria, così ho visto anche un altro mondo. Devo dire appunto che né da questi, né da Alma non mi sono mai sentita giudicata, ma tanto ascoltata e capita. Mi ricordo che Alma alla prima seduta mi aveva detto che mi ammirava, perché dietro c'era stata una scelta che aveva portato ad una crescita personale, ma non estremista. Quest'anno a scuola quando sono ritornata è stata dura all'inizio. Ho rimesso piede a scuola a maggio dell'anno scorso subito dopo l'esame a Ca' Foscari, in quanto hanno dato la possibilità di ritornare a quelli non vaccinati, seguendo alcune procedure obbligatorie, tra cui nessun contatto con i ragazzi. Eravamo isolati in una stanza, abbiamo fatto cose più burocratiche. All'inizio con i colleghi è stato come se non fosse successo proprio niente. Poi è stato da uno di questi dialoghi che è scaturito la scoperta di Alma. Questa mia collega mi aveva raccontato che aveva fatto una sola dose di vaccino, e poi per fortuna si era ammalata, ma non sa se avrebbe fatto la seconda dose. Insomma, poi scopri che in realtà questo vaccino è stato subito da tanti,

perché non c'era né la forza, né il coraggio di esprimere il proprio dissenso. Ricordo perfettamente il primo giorno che sono tornata a scuola, la carineria non c'era per nessuno. Sono entrata in segreteria, allo sportello: la freddezza con cui sono stata accolta è stata una roba.... La vicepresidente non mi ha per niente salutato. Con questa avevo un certo legame, pensa che alle 05:30 di quel mattino le avevo scritto una lettera lunghissima con la quale mi ero aperta e le avevo raccontato cosa mi era successo. Questa non mi ha proprio neanche salutato e mi ha detto 'fa queste registrazioni del verbale, perché non hai firmato il verbale di novembre' mi sono sentita crollare. Umanità zero. Lei poi ha cambiato anche scuola. La preside nostra era stata sospesa perché non si era mai vaccinata, in seguito si è ammalaata per cui ha potuto ritornare. Io non mi ero mai malata e non ho mai potuto ritornare. Si capisce che i presidi non si parlavano più. A causa dei vaccini.... è stato questo crearsi dei due fronti, quelli non vaccinati contro quelli che si sono vaccinati, cioè ci sono proprio due schieramenti, ancora adesso che sembra passata. Io dico se come umanità ci rendiamo conto della gravità della situazione e, per come è stata risolta, può non essere stata il modo migliore, ma a questo punto probabilmente nel mondo ci sarebbe un miliardo di persone, non sette miliardi come siamo adesso. Nessuna delle due ideologie mi rappresenta. Baruffe assurde, rotture di amicizie, per una roba estranea.....

Venivo appunto da questa cosa delle mestruazioni che sballavano eccetera, io, dentro di me, sentivo che non dovevo fare il vaccino, non mi sentivo sicura. Avevo letto, avevo sentito che qualche ragazza era rimasta con le mestruazioni sballate. Già era tutto incasinato dentro di me, ho visto foto di ragazze che avevano avuto l'orticaria, ho detto no, non posso andare avanti ancora, non vado in cerca.... magari sto facendo una cavolata...non me la sentivo.... avevo fatto le analisi.... e anche dopo le analisi non mi sono sentita sicura... ma dalle analisi eri a posto? si era tutto ok, però non me la sono sentita di vaccinarmi. Mio marito invece si è vaccinato, perché al lavoro glielo avevano imposto. Quindi questa esperienza si è inserita in questo mio vissuto. Non lo posso disgiungere perché sono entrambe molto legate.

Sei d'accordo che nel corpo e la mente sono collegate? Il mio corpo ha detto perdo energia, e ho visto che andando a sistemarmi energeticamente e psicologicamente anche il corpo si è sistemato. Cioè, mi sono calmata, mi sono data tempo, perché sono rimasta a casa dal lavoro. Sono rimasta con la mia famiglia e ho sistemato tutti gli scatoloni che erano in giro da quando avevamo traslocato. E con l'aiuto dell'agopuntura e della mia pace che ritrovavo sono guarita.

Cosa ne pensano i tuoi parenti dell'agopuntura? Mia mamma ci crede molto.....anzi quando la mia collega mi ha dato il nome della dottoressa Alma, ho chiesto informazioni a mia mamma che abita qui a Bresseo. Lei mi ha detto che conosceva il vecchio medico Rossetto, ha telefonato ad una sua amica ha fatto le lodi di questo dottor Rossetto, ha detto era bravo. Ci sono andata anche perché supportata da queste considerazioni. Ne parli con i tuoi amici dell'agopuntura? No, di solito no. Tranne quella volta a scuola con la mia collega. Però, forse hai ragione che bisognerebbe anche parlarne di queste cose che di solito tieni per te, perché non vanno a toccare sfere intime, ma è solo un modo di cura. ma a volte parlare con amici può essere molto dolente no, quindi parlare di questo significa parlare anche di quello subito. Nel senso che, se tu non mi avessi chiesto perché, io avrei potuto non dirtelo a parte che dopo tanti anni non c'è più niente di vergognoso. Però, ora quando ho

realizzato ho capito che un po' me ne vergognavo. Puoi non raccontare di te, a meno che qualcuno non te lo chieda, e poi anche se nel rispondere, il parlare di questo è una sorta di rivoluzione diciamo di essere sani, di non fare il vaccino, di non fare questo, non fare quell'altro, e dopo ci bombardano di aspirine, di moment... Ti danno un nome, qualsiasi nome di un farmaco, ma è sempre cortisone. In febbraio, in realtà avevo prenotato tanti mesi prima, ero andata da un medico che è uno zio di una mia carissima amica, che ha uno studio di medicina naturale a Sarmedda. Era inverno, e ancora mi chiedevo se fare/non fare il vaccino. Lui ha insomma mi ha guardato negli occhi, era un iridologo. Anche quello per me è stata la mia prima esperienza. Egli mi aveva diagnosticato i due problemi: sia il discorso mestruazioni, sia a livello dello stomaco, sia dei pruriti che a volte ho qua nelle orecchie. Aveva detto che la cosa migliore sarebbe l'ozonoterapia e la idrocolonterapia, tra l'altro, una mia carissima amica si è curata una malattia ha molto importante con questa idrocolonterapia che è molto costosa. Per cui devo dire che però questa cosa mi ha sempre rimasta un punto di domanda. L'agopuntura è una cura di serie B? Nel senso, ma cos'è? una roba per semplici? cioè, per quelli più poveri? che costa un pochino meno rispetto all'altra, sono un po' rimasta con questa domanda per aria una volta ne avevo anche parlato con Alma, senza fare riferimento a questo medico, e lei mi ha detto che sull'ozonoterapia non sapeva proprio niente, che è un campo sul quale non può proprio dare un giudizio perché non ne sa niente. Però sicuramente mi ha aperto la mente verso altre visioni: perché ti puoi muovere nell'ambito più strettamente fisico, oppure in quello spirituale/emotivo. Perciò non vedere le malattie solo da un punto di vista solo fisiologico. Tutto questo mi aveva un po' allontanata dalle mie colleghe che si erano vaccinate, perché non valutavano le cose in questo senso anche se ... a dir la verità quasi tutte le mie colleghe hanno un tipo di cura diverso l'una dall'altra: chi si cura con le onde, chi col reiki, chi con l'ayurveda.....ma io non ne so niente e mi sento un po' confusa....

Vuoi dire qualcos'altro? Mi pare che abbiamo detto parecchio *Cosa ne pensi di questa intervista?* avendo il marito laureato in sociologia con il Prof La Mendola, anche lui a sua volta all'epoca aveva dovuto fare qualcosa del genere Inoltre, mia cognata è psichiatra e per la sua laurea doveva fare un migliaio di consulenze... allora mi sono detta ok do anch'io il mio contributo mia cognata ai tempi allora mi aveva chiesto se conoscevo delle persone e ricordo una dottoressa che stava tra bambini appena nati, questa ostetrica con cui avevo parlato, mi aveva detto sì sì, perché solo in questo modo che la ricerca fa passi avanti. Ed è per questo che ho dato la mia disponibilità ... ti racconto un aneddoto che ricordo perfettamente: una domenica stavamo passeggiando nei colli con due amici africani e c'era una mamma che aveva dei problemi con il seggiolino e loro volevano aiutarla, a tenere il bambino piccolo, finché lei apriva la porta della macchina. Le avevano detto se potevano aiutarla e lei ha risposto di no. E loro poi mi hanno detto che era peggio per lei perché ha perso un'occasione di fare amicizia. Ti faccio questa osservazione: mi è stato proposto questa intervista, e mi è stata offerta l'occasione di fare amicizia. Quindi io sono contenta, ti ringrazio anche mi hai fatto venire anche delle curiosità e dicevo dentro di me mentre ti ascoltavo, potrei mandare anche mio marito da Alma e sentire se potrebbe aiutarlo in qualche modo anche in questa stanchezza cronica che ha continuamente

ti ringrazio parlare così a lungo mi ha fatto pensare

Intervista n. 3 (Carla)

Ciao, sono Carla e da molto tempo faccio agopuntura per la mia emicrania, saranno più di vent'anni. Forse anche più di vent'anni. Sì, all'inizio l'avevo fatta col mio medico di base che però dopo non ha più esercitato, perché insomma era diventata una cosa troppo impegnativa. Però sinceramente all'epoca non è che avessi visto grandi risultati, il mio medico era il dottor S. Dal 2019 che soffro ancora di più di mal di testa di quando avevo vent'anni. Il mio mal di testa è arrivato prevalentemente con la presenza del ciclo, anzi quasi esclusivamente sia prima che arrivasse il ciclo, sia durante. Praticamente quasi molto, molto di rado credo di non avere avuto mal di testa la settimana durante il ciclo. (cap.4 pag 10) Quando ho cominciato ad avere emicrania perché avevo le mestruazioni, prendevo la pillola, ed è stato allora che ho cominciato ad avere mal di testa e non mi è mai più andato via. Aver trovato la coincidenza. Eh sì, a vent'anni avere mal di testa si ferma tutto. Da quando ho iniziato a prendere la pillola che il mal di testa forte è diventato sempre presente, ma non lo era tutti i giorni. Nel tempo invece però è diventato sempre più insistente; crisi sempre molto più forti; all'inizio mi bastava un semplice Moment, ma poi nel tempo invece Sudbury. Purtroppo, avvicinandomi alla menopausa invece che diminuire, l'emicrania peggiorava, e non era più in concomitanza del ciclo. Era anche al mattino fin dai primi momenti che aprivo gli occhi. Praticamente sono arrivata ad avere mal di testa, ne sono certa, una volta ogni 8, 10 giorni. Erano mal di testa che mi duravano anche più giorni di seguito. Se poi se mi ammalavo di influenza, questo persiste. Una volta poi che me la sono beccata due volte, ho avuto mal di testa interminabile, una roba che mi va avanti anche per 10 giorni, sempre tutti giorni; se prendo il farmaco e passa, il giorno dopo ricomincia daccapo. Comunque, siccome soffrivo anche di tensioni muscolari, male alle spalle, alla schiena, spesso ricorrevo a cicli di terapia presso un fisiatra; mi sono fatta anche la puntura a livello lombare, ma poi dopo neanche quella è servita; infatti, neanche lui non me l'ha più fatta; mi faceva altre terapie, e allora ho chiesto a lui se conosceva qualcuno che praticasse l'agopuntura. No, no. Adesso sto facendo confusione: non è stato il fisiatra, ho chiesto alla mia collega che vedeva quanto stavo soffrendo per l'emicrania; le raccontavo di quanto mi pesava questa roba, insomma che ormai era diventata veramente invivibile; le avevo chiesto se conosceva qualcuno che facesse l'agopuntura e mi andato nominativo di un medico e che però praticava a Chioggia certo dottor Cimei. Nel 2019 sono andata a farmi l'agopuntura a Chioggia con convenzione, cioè, pagavo il ticket. Questo medico prima praticava a Padova e poi si è spostato a Chioggia. Mi ricordo che nel 2019 ho fatto un ciclo 10 sedute lì a Chioggia. In quei giorni non lavoravo. Comunque io quella volta ho capito che potevo avere dei benefici e allora ho fatto un circolo di dieci sedute, una volta alla settimana. Era stato molto pesante, perché era lunga arrivare fin lì. Questo medico ci metteva tutto il cuore, e poi ce n'era un l'altro che era un medico indiano ma parlava benissimo l'italiano, ma non mi ricordo più come si chiamava. Loro stessi mi avevano detto che non è che con un ciclo solo si guarisce, la terapia va ripetuta nel tempo. Poi, dopo la fine del 2019, nel 2020 come ho detto pensavo di rifarla, ma poi è arrivato il Covid e dopo ho lasciato perdere. Però poi ho preso contatto sono riuscita contattare il dottor Cimei e senza però andare a Chioggia, ho detto basta a Chioggia perché diventava una roba troppo complicata. Ah, ecco e allora li ho fatto un altro ciclo con il dottor Cimei. Anche li credo di averne fatte 8. Mi ricordo che ho fatto appena in tempo a finire il ciclo di sedute e mi sono presa il Covid nel novembre 2020: è stata una tragedia. Ce lo siamo presi tutti quanti qui a casa, ho iniziato io e poi mio

marito, mio fratello, mio papà e mia mamma. Tutti e cinque: nel giro di una settimana eravamo tutti malati. Per carità, ci è andata bene, perché insomma siamo rimasti a casa con qualche giorno di febbre. Ecco io, per esempio, ho avuto una roba con in testa, tipo il rumore di una Ferrari; con il mal di testa ah credo di essere andata avanti 15 fin all'inizio; poi spasmi muscolari, avevo le gambe pesanti, quanto male! avevo perso la voce, pensavo di aver preso il raffreddore, ma non mi è uscito niente, zero praticamente. febbre? tre giorni di febbre a 38, ma tanti dolori e tanto vomito. Mio papà che ha 87 anni ha avuto il Covid completamente senza sintomi. Adesso apro una parentesi e la chiudo anche in velocità: *io avevo un periodo di lavoro che non con finiva mai, perché lavoravo da casa. Ma almeno non andavo più per strada, ed è cambiato molto, in tutto per tutto, perché mi sono ritrovata a lavorare da casa, ecco quello è stato il più brutto momento per me* (Cap. 4 pag 20). Ma per il resto non si può dire male dell'istituto INPS, perché sull'istituto possiamo dire di tutto, possiamo fare tante critiche, si può sempre migliorare, però ricordiamoci che per prima cosa l'istituto ha dato da mangiare e da vivere a metà degli italiani durante il Covid, ci sono state operazioni per tutti, i bonus che sono stati dati hanno spaziato a tutti i livelli; anche se poi è stato tanto criticato. Credo che nella storia dell'Inps non sia mai stato raggiunto un numero di miliardi di ore di cassa integrazione che sono stati pagati. Le voglio raccontare che erano gli ultimi giorni di gennaio quando si cominciava a sentire, a capire, a dire che c'era la possibilità che l'istituto sarebbe rimasto chiuso e si sarebbe lavorato da casa. Mi ricordo ancora che dovevo andare in segreteria a dire che dovevano collegarmi al dispositivo che c'è per fare tante cose da casa. Io mi ero scordata di dire alle segreterie del direttore di collegarmi e una mia collega mi dice di ricordarmelo di portarlo a casa perché non so che cosa succederà; ho fatto richiesta di Smart working perché era uscita quella alla fine dell'anno (2019) e siccome si parlava di lavorare da casa era tutto molto vago. Pochi giorni prima di chiudessimo l'istituto aveva dato la possibilità di lavorare da casa, ma le adesioni mostrate erano molto poche, ma veramente poche, si diceva che era una cosa del tutto sperimentale. Guarda caso, mi ricordo che appunto all'inizio non mi interessava anche perché appunto per il discorso della mia poca dimestichezza con queste apparecchiature ho detto se sono al lavoro, se mi succede qualcosa ho modo di chiedere a qualcuno, ma se sono a casa da sola con il mio pc (perché L'INPS non me lo dava) da chi vado? a chi chiedo? faccio la domanda e la collega mi ha detto guarda fai così e poi mi ricordo solo era di venerdì, sono venuta a casa, il direttore mi aveva già dato l'okay l'approvazione per poter lavorare a casa da marzo. Il giorno dopo il direttore mi aveva già dato il parere, che strano ... si odorava che comunque qualcosa dovesse succedere, io appunto ho avuto l'approvazione venerdì. Il lunedì successivo (anche chi non aveva fatto richiesta di Smart working) tutti a casa. Ci siamo ritrovati a lavorare alle 04:00 di mattino, perché di giorno non funzionava nulla, perché dovevamo lavorare con nostri computer, perché non avevamo quelli forniti dall'Istituto, c'è stato un pochissimo tempo. Io sono andata a comprarlo perché non ce l'avevo. Insomma, quindi per me è stata dura, perché con le procedure che non funzionavano, tutte quelle pratiche da fare. Va bene, insomma, è stato un brutto periodo. E quindi perché ho fatto questo inciso? perché, secondo me, tutto questo contribuì purtroppo a peggiorare la mia situazione dal punto di vista delle frequenze e dell'intensità del mio mal di testa. Secondo me, quello ha contribuito sicuramente. Lavorare da casa all'inizio no, ma è stato dopo quando sono rientrata. Perché finché sono rimasta a lavorare da casa sono stata anche bene (a parte i primi 15-20 giorni che sono stati difficili anche a livello centrale, perché hanno dovuto far partire i

programmi, e hanno lavorato giorno e notte per far dare la possibilità di lavorare). Però passato il periodo iniziale quando dopo ... diciamo che si è assestata, ehm, è stato dopo ... quando sono dovuta rientrare perché erano cambiate talmente tante cose che mi son trovata proprio male, è stato un periodo non bello. Poi si sono aggiunte anche altri problemi qui a casa, insomma, davvero un insieme di cose, per cui il mal di testa peggiorava e un peggioramento per il quale ho detto che veramente non sapevo più cosa fare. Mi sono chiesta cosa faccio? *Avevo pensato di ritornare con l'agopuntura, però mi sono detta anche un NI perché avevo già sentito che in passato, vabbè ma non è che avessi risolto granché, e ah sì, in questo caso è stato il fisiatra che mi ha consigliato il neurologo. In pratica il neurologo mi ha dato una cura, una profilassi, ma non ho visto dei grandi risultati subito, poi tre mesi dopo, qualcosina meglio, ma non un granché, però non erano proprio soddisfatta. Fatalità, ho sentito che c'era la dottoressa Rossetto. Mi sono detta: senti, prova, anche perché non volevo fare una cosa che mi impegnasse ancora troppo con le distanze, ma volevo fare questo tentativo. Allora l'ho chiamata, perché mi era stato detto da persone che erano andate, ma non per il mal di testa, (forse mal di schiena) provo, così insomma, poco tempo dopo sono andata e le ho raccontato tutta la mia la mia storia, per cui lei ha detto proviamo, vediamo. Mi ha spiegato che lei fa l'agopuntura sulle orecchie mentre all'ospedale di Chioggia non era sulle orecchie, era sui vari punti sulle spalle, sul collo, e sul gomito del tennista. Proviamo e quindi ho cominciato con l'agopuntura, ma non ho visto grandi miglioramenti e anche la dottoressa Rossetto era un po' perplessa e ha detto che però a volte ci vuole un po' di più perché arrivi il sollievo dal dolore. Così all'inizio le prime sedute le facevo una volta alla settimana, e adesso non mi ricordo dopo, ho cominciato a vedere che le crisi si erano diradate nel tempo; c'erano sempre, ma un po' più distanti, forse dopo un paio di mesi ho cominciato a vedere miglioramenti. Sì, perché mi tengo sempre calendario per capire. Mi è stato consigliato dal neurologo, perché chi soffre di male testa deve tenere un calendario per capire, per vedere la frequenza, se diminuisce quando prendi il farmaco, quante volte lo prendi. (Cap. 4 pag 11) Comunque, anche la dottoressa Rossetto ha detto che per il mal di testa i risultati sono meno evidenti perché dipende da soggetto a soggetto, però ci vuole più tempo... ecco ci vuole più tempo per vedere i risultati e infatti Io credo dopo un paio di mesi ho cominciato a vedere che le crisi si distanziavano l'una dall'altra. cap 4 pag 11) Comunque, per esempio, l'anno scorso a dicembre ho preso di nuovo il Covid, e quindi anche un'altra botta di mal di testa. Anche lì un periodo pessimo, perché il piccolo (il nipotino di tre anni) ha cominciato ad andare all'asilo nido, ma è stata una catastrofe. Pazienza per lui, ma si sono ammalati i genitori, ci sono ammalati gli altri nonni, non una volta sola, ma più volte, influenze, raffreddori, mal di gola, giorni di febbre, e con due giorni di febbre posso star certa che partono i mal di testa che sono una roba quindi a gennaio, dopo l'epifania mi sono presa l'influenza e anche qui un mal di testa, e poi un'altra diversa forma influenzale l'ho presa a Febbraio, e allora la dottoressa Rossetto mi ha spiegato che si instaura una situazione, come dire, in cui io sono particolarmente predisposta, c'è questa sorta di 'infiammata memoria' che scatena con facilità queste crisi di mal di testa, sì probabilmente ... sì comunque, insomma, però dopo passato queste due qua, diciamo che si è ritornati a una situazione abbastanza, ecco vivibile. Cioè, mi è stato permesso di stare 20 giorni senza aver mal di testa, e le assicuro che per me è una conquista. Anche il mio medico di base mi diceva guarda che qua c'è anche un'altra medicina, ne prendi due, tre al mese, ma quando cominci a prenderne sempre di più, poi diventano troppi. Quindi adesso anche le sedute*

di agopuntura e si sono distanziate: *da una alla settimana siamo passate a 15 giorni, poi siamo passati a 20 giorni, poi una volta al mese, adesso per esempio io in questo mese non ho preso niente. Presumo che questo mese prenderò pastiglie una volta sola. Per questo non vuol dire che non mi sia venuto mal di testa in tutto questo tempo, ma magari è stato leggerò per cui è passato anche da solo; tante volte magari prendendo un caffè e mi basta. Il caffè aiuta? non lo sa? A volte per farmi passare il dolore, ormai da tanti anni, lo uso perché è un vaso-costrittore. Quindi mi ritengo, per il momento, contenta; Cap.4 pag 11.* ecco sono contenta perché, per carità, sto continuando a fare la profilassi quella che mi ha prescritto il dottore: sono delle gocce, ok che è un antidepressivo, che però è molto basso rispetto a chi ne fa grande uso, per chi soffre di depressione, ma visto che funziona per tenere sotto controllo le crisi di emicrania. ‘Scilla’ si chiama sì però perché, per esempio, sto vivendo questa realtà qua, mi rendo conto che ci sono tante persone che soffrono di mal di testa. Una, per esempio, una delle mie colleghe che soffre una forma piuttosto grave di depressione, e di una che ha da poco iniziato anche lei con questa cura, dice che sta vedendo dei risultati. Per esempio, in questa maniera una collega mi ha detto che smettere l’assunzione di questa medicina le ha fatto perdere 10 kg. Anche un'altra mia collega lo stesso, ha detto non ho più potuto prenderlo perché mi gonfiava vista d’occhio amen. Il mio neurologo aveva detto ‘signora, mamma mia ah uno leggero aumento di peso, ma vedo che lei è tanto magra e magari insomma su di lei non si nota, però ho cominciato a prenderlo, ma poi io non ho aumentato di peso per niente ed ho iniziato a dormire. Da quando ho iniziato a prenderlo dormo meglio, e anche tanti dolori che avevo tipo le contratture alle spalle, così ho visto che fa un effetto rilassante, però devo dire che da quando ho iniziato a fare anche l’agopuntura tutto si è calmato. Forse le due cose, secondo me, sono collegate e ... sì, perché da quando ho iniziato ad affiancare anche l’agopuntura, l’ho fatto presente al mio neurologo che ha detto di continuare pure, che non c’è nessun problema. La dottoressa Rossetto ha detto che tanti neurologi non sono favorevoli; invece, ha detto continui pure se vede che la aiutano. Ecco, quando vado alla seduta di agopuntura, io ci arrivo tranquilla, perché è solo una mezz’oretta che sto lì, ma mi rilasso sempre; c’è la musica: sto bene, ecco è una sensazione di relax, sa, io non voglio crederci; dico lo faccio con convinzione, ecco, non la faccio con scetticismo come dire vabbè, dai, proviamo anche questa, no, io lo faccio convinta, perché so che ha una storia millenaria, l’ho un po’ studiata, insomma ho letto qualcosa, viene da una lunga esperienza quello sulla conoscenza delle caratteristiche del nostro corpo, per cui so per certo che va a toccare punti importanti, perché sono sempre convinta che i disturbi che abbiamo sono legati proprio al nostro proprio nostro modo di curarci anche nei confronti delle situazioni in cui ci troviamo tutti i giorni e che questo ci disturba, che ci allontani, ci scombinò, ecc. e quindi tante cose sono convinta che vanno a lavorare per rimettere quindi equilibrio, che si trovi anche un beneficio. (Cap.5 pag. 2). Sono convinta di questa roba qua, perché di certo non viviamo sano, diciamo perché abbiamo messo tanto impegno a minarne tanta parte, e questo ci crea problemi, sono problemi, diciamo, che puoi vedere, puoi analizzare, puoi misurare, perché misuri l’inquinamento dell’aria, dell’acqua, della terra, sono cose che puoi toccare con mano; però sono convinta che ci sono tante altre cose, altri cancelli che creiamo anche noi con il nostro modo di porci di fronte a quello che ci troviamo a vivere tutti i giorni, quello penso sia una buona percentuale. Io sono una di quelle che sulle cose ci rimugina tanto, e dire che è stato anche qua, dopo il covid, con tutta questa roba sono andata un po’ nel pallone, perché per un anno circa e mi sono

vista proprio 'arrivata', non dormivo più, non stavo bene, per un anno sono andata da una psicologa, ho detto qua devo venirne fuori, ho capito che da sola non ce l'avrei fatta, è stato tutto un insieme di cose e sul lavoro spero di essere arrivata alla conclusione. Forse se non è con la fine dell'anno, nei primi mesi dell'anno prossimo spero di concludere; già questo mi fa vedere le cose da un altro aspetto, ecco e quindi tutto l'insieme di cose, e anche il periodo di analisi mi hai aiutato anche sulla gestione del mal di testa. Sicuramente son cose che sono andate tutte un po' a convergere, e a farmi cambiare leggermente opinione. Ecco perché ho capito che ero io che avevo un atteggiamento non corretto, che mi faceva star male; quindi, ripensarci troppo sulle cose che ho in testa, questo forse ecco, no niente, non serve a niente, perché tanto è sempre su quello che ci ritorni, rimugini sopra, perché è il pensare che fa male, e sto male a pensare che ho scelto lo stesso modo di iniziare nell'arte magica, per cui se non altro, chiunque sia, vince qualcosa, la password la faccio mia, e vediamo che cosa succede. Sono andata al pronto soccorso per il mal di testa, perché qua a casa a casa con i farmaci che avevo non mi passava e avevo vomitato, persino il burro mi dava malessere, ma quanto male, tanto male. Ormai non riuscivo più a gestire per la complicazione neanche questo aspetto qua del vomito. Per un periodo purtroppo non mi trovavo bene a lavorare vicino ad una ragazza, per fortuna che adesso non ci lavoro più, perché non ho più seguito, non ho più fatto quel corso. Dopo è arrivato anche il covid, quindi ho lasciato perdere, insomma questa roba qua, però si penso che mi aiuterebbe ulteriormente. L'agopuntura mi ricordo che, quando andavo a Chioggia più volte eh l'ago era molto doloroso. Era dura, il dolore dopo pian pianino svaniva, però all'inizio era proprio molto, molto era doloroso. So che il dottore indiano mi aveva detto che era una reazione positiva, ma non so, perché per esempio con la dottoressa Rossetto, lei cerca il punto che mi fa più male, però quando mi mette l'ago, dopo io non sento più niente, l'ago me lo dimentico proprio; invece mi ricordo che mi è successo più di una volta che il tempo della seduta era finito, era passato veloce, eh ... non so, forse per scuole diverse, l'agopuntura a Chioggia non lo so, ma proprio mi faceva più male, e poi non era una posizione comoda perché ero seduta, e gli operatori avevano detto ovviamente che l'unica posizione che potevo tenere era quella di stare seduta, mentre a volte adesso preferisco stare stesa una mezz'ora. Mi sentivo di essere incazzata, sì sì sì altre cose particolari, perché a Chioggia si preoccupavano solo dei loro interessi: all'ultimo momento ti dicono che non ci sarà la seduta: si scatenano i pensieri, cioè, trasforma l'idea, si muove già qualcosa. Allora si vengono a creare situazioni anche esplosive. Non mi è mai capitato anche quando andavo a Chioggia, io sono sì, mi sentivo motivata, ecco motivata ad andare, ero speranzosa in quello che stavo facendo, ero convinta. Ecco l'ho sempre fatto convinta, anche se appunto ero stanca del viaggio perché ci andavo in pullman. Finivo di lavorare, perché lì non è che potessi concordare più di tanto gli orari, prendevi quello che ti davano loro. Proprio uscivo, prendevo il pullman che fortunatamente passava sotto l'ufficio. Padova-Chioggia era un'oretta di viaggio, dopo per carità, scendevo e attraversavo la strada, perché scendevo davanti all'ospedale, per dire era molto comodo, ho un buon rapporto, perché è da quando avevo 15 anni che viaggio con i mezzi pubblici, io ho letto tanti libri, perché così si sfrutta il tempo, così ho passato una vita a leggere in bus, ecco sempre con il mal di testa. Guardi, adesso timidamente glielo dicevo anche alla dottoressa Rossetto e al neurologo che negli ultimi anni il mal di testa si scatenava quasi sempre durante la notte, anche se non ho mai capito perché. Sì, si ha detto che adesso devo stare attenta, e questa è una cosa che notato già da qualche anno, adesso devo stare attenta col caldo e il sole, perché

anche lo stare dove fa tanto caldo mi può scatenare una crisi di mal di testa, si perché penso che spesso abbia un'origine motoria dei vasi sanguigni che si dilatano probabilmente col caldo, tipo mi è stato detto che devo evitare di fare una camminata per i colli durante l'estate, diciamo fino a settembre, a meno che non vado 04:00 di notte, o anche fare lo sforzo in salita può essere scatenante. Ciò che è sicuro è che non devo patire tanto caldo. Mi è capitato in montagna, quando faccio camminate un po' impegnative sotto il sole, è capitato più di una volta, che mi si scatena mal di testa feroce; purtroppo arriva e così io sono di disturbo che condiziona parecchio tutti gli altri; devi pensare e cosa fare, se conviene farlo, devo prendere delle precauzioni, le dovute precauzioni. Io mi ritengo molto, sono molto soddisfatta perché ripeto, in questo mese credo di aver preso una sola volta il mal di testa e lo tengo scritto perché ho il calendario. Insomma, è passato quasi un mese. Sì, si infatti con la dottoressa abbiamo deciso questo, perché mi ha detto cosa pensa di fare, non smetterla del tutto, io voglio continuare ancora, insomma comunque penso, ripeto, siccome bisogna sempre considerare il tutto, io credo che anche il fatto di sapere che la carriera lavorativa terminerà a breve, e penso che anche quello abbia influito. Sì, sì, perché mi sento più serena, perché adesso io parlo che sono quarant'anni che lavoro lì, e in quarant'anni si è troppo trasformato tutto, in particolare negli ultimi anni poi è stata una vera e propria rivoluzione. Io lo dico con la mente, per certe cose c'è stata una rivoluzione che però era necessaria. Ma l'INPS è lo specchio della società che siamo, che si muove perché è necessario che si salvi. Però io lo dico, cioè, il mio tempo è passato, è passato e ora largo ai giovani, adesso. Anche dal punto di vista dell'informatica, durante la pandemia covid mi sono trovata costretta a imparare delle cose che mai avrei pensato che avrei saputo fare, però io mi sento a volte che sono po' affaticata nell'utilizzo di certe procedure, di certe modalità, per cui va bene così, l'istituto mi ha dato non tanto, di più, mi ha permesso di avere una visione più aperta che, non so se lavorando in altri posti avrei avuto modo di capire, di vedere; cioè vedi le situazioni di tutti i livelli sociali: da quelli più poveri, più disagiati, a quelli più benestanti, diciamo. *Ecco perché l'istituto si occupa di tutti, si occupa di quasi tutti, diciamo ecco per cui è stata una prassi, le mie difficoltà, soprattutto nei cambiamenti sono stati tanto veloci, forse, ciò che mi ha fatto sentire in difficoltà è la questione dei cambiamenti, perché in quarant'anni cambiamenti sono stati tantissimi, però negli ultimi anni sono stati ad una velocità crescente. Immagino la persona che ha un posto fisso in futuro, ovviamente non devo stare a sognare, incominciare ad avere già il lavoro, però andando avanti in altri venticinque, trent'anni. Qui è arrivato tutto molto intensamente. Cioè, è troppo, è troppo, bisogna dire appunto, cioè un conto sono i cambiamenti e la velocità con cui avvengono a quarant'anni, a trentacinque anni, un conto è affrontarli a sessant'anni dopo aver cresciuto due figli, perché fa una grossa differenza per chi ha figli, chi lavora non fa un solo turno.* (Cap. 4 pag 21) Come mamma, come donna, non sei mai nel posto di lavoro del tutto, e non lo fai per evitare casa, e per farlo fai tanta più fatica. Speravo che con la menopausa il mal di testa calasse, perché anche la ginecologa me l'aveva detto, così come il neurologo quando l'avevo consultato ancora due anni fa. Signora sarà questione di qualche anno, quando andrà in menopausa (che ci sono andata anche molto, tanto presto). Con gli anni vabbè, io avevo già visto che c'era stato un peggioramento nero, e poi insomma, la situazione è diventata proprio insostenibile, proprio mi condizionava la vita. Questo è confermato anche dal neurologo, quando il dolore compare di notte è anche peggio perché, quando ti svegli e te ne rendi conto che la crisi è già iniziata da un po' quindi anche intervenire col farmaco fai più fatica che non

quando se sei sveglio. Te ne rendi conto, e magari prendi subito il farmaco e affronto subito la crisi; invece, tante volte quando è così ti immagini che il farmaco funzioni. *cosa potrebbe fare?* ma che cosa farei in generale? mi prenderei tanto tempo libero per me, proprio per dedicarmi e a quello che mi piace fare; invece, ora prima devo pensare a quello, poi devo pensare a quell'altro; voglio solo del tempo per me, se maschio farei questo. *I suoi familiari come hanno preso la sua decisione di curarsi con l'agopuntura?* Già, anche i miei figli l'hanno accettato tutti tranquillamente anche quando andavo a Chioggia. Insomma, sempre d'accordo, niente, riguardo l'agopuntura perché io sono sempre stata, anche ho sempre cercato di trovare anche qualcosa di alternativo, ho tentato anche con l'omeopatia per il mal di testa però non ho avuto purtroppo dei risultati, e nei confronti dell'omeopatia, e anche mio marito, mia figlia, anche mio figlio si sono sempre mostrati più scettici. Più aperti nei confronti dell'agopuntura, mio marito in particolare perché anche lui stesso ha visto che ci sono stati dei risultati. *Vuole aggiungere di qualche aspetto di cui non abbiamo parlato?* beh Eh sì sì se avessi e adesso i figli piccoli non lo so se li sottoporrei all'agopuntura, perché mia figlia a volte gliel'ho detto, perché anche lei ha qualche problemino di salute e soffre di endometriosi e io le avevo detto di rivolgersi ad Alma Rossetto per vedere se si poteva fare qualcosa. Lei ha questa malattia che le provoca dei dolori molto molto forti, però lei non è tanto convinta e poi mia figlia è proprio dell'idea della 'vaffanculo', e l'altro mio figlio no, forse lui adesso che ha il bambino piccolo, penso che sì, adesso la prenderebbe in considerazione come cura. Ma i miei figli non sanno più di tanto. *Lei cosa pensa di questa intervista?* interessante, va bene perché insomma grosso modo ho detto quello che è stata la mia esperienza e che cosa ne penso, insomma riguardo a questa intervista, questo approccio diciamo è umano verso le mie convinzioni. Insomma, che è valida per me. Mi dico che va bene così, va bene quello che faccio, cosa devo fare eh no, secondo me, dovrebbe essere il mio pensiero, insomma però vorrei essere più decisa, ci dovrebbe essere una maggiore convergenza. Però con le prospettive di spesa pubblica si sta cercando veramente in tutti i modi di arginare perché adesso noi, dunque, stiamo diventando difficili da gestire da paura. Io ho appena finito di leggere un libro guarda glielo faccio vedere, qui c'è una serie di indicazioni su come vivere meglio, va bene lui comincia dalla limitazione togliere. Insiste molto sulla meditazione, ma questo dice bisogna arrivare ad essere vecchi, ma abbastanza in salute, prima per noi, e poi perché finiremo di pesare sui familiari. È vero. Contro tutti in primis per la persona e poi in conseguenza per tutti quanti perché eh ragazzi c'è un altro futuro, per carità non si può prevenire tutto però insomma, basta dire va bene, dai un po' meno carne, se proprio non vogliamo eliminarla del tutto mangiamone poca, meno capricci, insomma e meno vizi.

Intervista n. 4 (Diana)

18 luglio 14,30

Mi riceve nell'appartamento che lei fin dalla presentazione dichiara che è del suo attuale fidanzato, che durante la settimana lavora in Lessinia e torna a casa per il week end. Fuori fa molto caldo lei mi riceve scalza, in maglietta e shorts

Mi chiamo Diana. Allora parto effettivamente da un aneddoto perché io ho conosciuto l'agopuntura con mia madre. Lei ha sofferto per anni di depressione, e ha preso per anni psicofarmaci, anche pesanti, poi dopo tanti anni di trattamenti con psicofarmaci ha scoperto un famoso dottore di Galzignano, nei primi anni 2000. Questo dottore che chiamavamo mago, che adesso non c'è più, il quale è riuscito, tramite trattamenti di agopuntura a farla smettere di prendere psicofarmaci. Oltre ai trattamenti di agopuntura gli aveva prescritto delle cure omeopatiche. Ma quando ha terminato il trattamento con lui per un periodo è stata bene, ma poi ha ricominciato a prendere all'inizio ansiolitici e poi psicofarmaci, non come prima però la influenza del dottore era importante, perciò non averlo a fianco, perché lui faceva anche discorsi che la aiutavano non so perché era una questione psicologica, anche di fiducia...la faceva sentire curata, accudita. Sì, quindi cosa è successo? io nel duemiladue dopo aver vissuto in una casa-famiglia a Rimini dove ho fatto volontariato, ho fatto un'esperienza finché ero molto giovane in questo campo, ho iniziato ad avere attacchi di panico e quindi anch'io sono andata da questo fantomatico dottore. Però sono andata sono una o due volte, non mi ricordo neanche bene. All'inizio è stata molto dura, faticosa, il fatto di avere degli attacchi di panico, è stato invalidante diciamo anche per la vita sociale, normale, difficile, perciò quella esperienza lì è durata pochissimo. Perché gli effetti duravano qualche ora e poi basta. l'effetto calmante. Poi ho iniziato a fare psicoterapia. o meglio, a fare psicanalisi. All'inizio ero stata mandata ad un pronto soccorso psichiatrico in cui mi avevano prescritto degli antidepressivi. molto pesanti, io ero giovane. erano troppo pesanti e li ho smessi subito. Ho iniziato a fare psicanalisi. Perché mia sorella che aveva già iniziato mi ha introdotto. Questa pratica per me è stata fondamentale perché è una pratica intellettuale in cui tu fai una ricerca intellettuale e per me era stimolante e mi ha effettivamente aiutata e poi l'ho fatta per tanti anni. Poi pochi anni fa ho conosciuto un agopuntore della Provincia di Padova, per invece questioni fisiche. Per cui sono cose che mi trascino da un po' di anni che sono: male allo stomaco e mal di schiena, male al collo in particolare, e quindi ho iniziato ad andare da lui che avevo conosciuto tramite la cooperativa dove avevo lavorato. Ho fatto un percorso un po' più lungo con lui di trattamenti.... questa pratica con lui. Allora ho iniziato con gli aghi, quindi ha cominciato il trattamento della schiena e del collo all'inizio; e poi l'abbiamo incominciato però anche a fare esercizi di respirazione, perché ha visto che il mio punto debole era il diaframma, perché ha visto che avevo sempre il diaframma infiammato e dolorante e allora mi ha insegnato a fare esercizi di respirazione che servono a massaggiare gli organi interni, proprio partivamo nel fare questi esercizi nel suo studio sul lettino. Le prime sedute sono andate così, dopodiché, siccome il problema era che per me era molto stressante, molto stressante fare la seduta dell'agopuntura quando mi metteva gli aghi mi è successo di agitarmi, il fatto di restare ferma seduta con gli aghi addosso, e quindi dopo un po' abbiamo preferito passare ad un trattamento di digitopressione negli stessi punti dell'agopuntura però con la digitopressione.

Quindi sempre esercizi di respirazione, sempre trattamenti però alla schiena con la digitopressione e gli aghi invece quelli me li metteva sull'orecchio, gli aghetti che tieni una settimana voi se ne vanno, si staccano. Era molto doloroso, quando me li metteva. Evidentemente erano punti topici. Però l'abbiamo fatto per diverse volte, in seguito ha fatto anche dei trattamenti con la moxibustione con coni di artemisia riscaldati; non è come gli aghi; che quando tu li hai addosso li senti, quando stai stimolarli però per me era più che altro stressante per il fatto dell'ansia; quindi lui ha anche provato delle volte a mettermi nei aghi appunto nella mano che servivano per farmi passare l'ansia però uscivo da lì che proprio ero stressatissima mi sembrava di aver fatto chissà che cosa è così quindi poi vabbè anche magari arrivavo stanca dalla giornata, che per me lo stress psicofisico mi distrugge proprio anche molto fisicamente. Comunque, fatto sta che è durato insomma qualche mese poi ho smesso di andare da lui. Andavo una volta alla settimana sì mhm e basta perché poi ho iniziato a vedere il mio fisioterapista che di giorno lavora in ospedale, ma che poi ha eh imparato varie tecniche eccetera shatsu, digitopressione per il mal di schiena, per cui lui c'era di sera poi aveva un'associazione dove si di appoggiava, dove faceva questi trattamenti. Insomma, anni fa avevo incominciato andare da lui con dove mi son trovata molto bene e ... così poi ... e con il lockdown tutto quanto, diciamo che ho smesso di fare qualsiasi cosa, perché per me è stato un periodo difficile, in cui non ho lavorato, ho fatto i due anni di magistrale dell'università in quegli anni là, in scienze dello spettacolo e produzione multimediale ma dov'è questa? a Padova. Nel frattempo e ho continuato a fare sempre ripetizioni, ma noi avevamo un'associazione qua a Mestrino che abbiamo chiuso dopo con il covid e quindi poi ... insomma tutte ... cioè tutto ...io lavoravo anche in una cooperativa che poi ha chiuso anche quella, e quindi sono eh no, non lo so, sarà così, però, insomma, diciamo che ha avuto dei problemi, insomma... poi ma quindi abbiamo smesso di lavorare in cooperativa, ho smesso di lavorare in associazione, ho iniziato a fare le ripetizioni privatamente e adesso sto iniziando a insegnare a scuola. Adesso mi cambia tutto ... quindi c'è stato cambiamento essendo che non avevo più soldi da investire diciamo nei trattamenti per la salute ... ho smesso anche di fare quello e poi ovviamente durante il lockdown ... cioè è stato tutto fermo, perché non si poteva assolutamente fare nulla però poi ... insomma non ho poi ripreso ... e comunque oggi diciamo che ... appunto per me l'agopuntura è stata un'esperienza positiva però anche nel mio caso stressante, per cui la consiglio sempre, ovviamente perché è un trattamento che per me funziona, però insomma ... e anche soprattutto come trattamento alternativo alla medicina tradizionale, perché oggi come oggi è sempre di più spinta verso delle cure sempre più rapide, farmacologiche che non tengono conto insomma della persona e quindi penso che sia il caso anche di trovare delle alternative che non vadano anzi a peggiorare la tua condizione fisica. Va bene allora per quanto riguarda l'agopuntura proprio c'è una e una volta proprio una situazione in cui ti sei sentita particolarmente male, bene qualsiasi roba anche una situazione che ti è partito un panico anche quella può essere o una situazione in cui sei uscita e stavi proprio da Dio? eh prima c'è stato una volta esatto che ho avuto proprio il panico e quindi durante i trattamenti, per cui ... ma questo aspetto, questo panico dovuto agli aghi, dovuta alla posizione, a pensieri sbagliati che ti son partiti, robe che magari dovevi fare prima, dovevi fare dopo, cioè ci sono tanti motivi per cui uno può andare in panico no con dei sì allora diciamo che uno può andare in panico per tante cose chi soffre di attacchi di panico è diverso nel senso che non ci sono motivazioni razionali, cioè ci sono motivazione anche banali che in quel momento ti scatenano un

momento di ansia e ... che può essere appunto il dover star fermi, il sentirsi magari che ne so, che e in quel momento sei in una situazione di stress, oppure ah ecco è solo quello è stato, però questo ti può scatenare chiaramente ... cioè, una situazione di panico incontrollato quindi non tanto gestibile. Ora io sono vent'anni ... che, cioè, tutto è iniziato vent'anni fa ho iniziato ad avere gli attacchi di panico per cui ora come ora li tengo sotto controllo, cioè comunque i percorsi che ho fatto, la vita, e a capire come fare, però non è una situazione debilitante, comunque, cioè invalidante io dico invalidante perché comunque è un equilibrio molto precario in cui tu magari ottieni delle riesci a ad avere dei periodi oppure ad ottenere dei risultati, e quindi questo vuol dire riuscire a far delle cose, ok? e che comunque i primi tempi non riuscivo nemmeno a prendere l'autobus, andare in aula studio, questi nelle aule università andare negli spazi chiusi, prende l'ascensore, andare autostrada, guidare in tangenziale, cioè tante cose guidare, tante cose mi creavano disagio su disagio, non riuscivo a farle, e poi piano piano trovi, riesci ad avere dei risultati ha dei periodi diciamo in cui stai meglio, poi situazioni come il lockdown per me sono stati deleteri perché l'ho anche insomma denunciato varie volte questo, perché ma è una cosa che è diffusa, cioè si è essere né parlato insomma del peggioramento delle situazioni delle dei disagi mentali, insomma malattie conclamate durante il lockdown. Nel mio caso il fatto di stare dentro in casa era una situazione di comfort, perché per una persona che ci ha messo tanto, o che è cioè che le situazioni più critiche sono quelle appunto sociali insomma, situazioni in cui devi ... e che ti mettono in ansia, ovviamente il fatto di stare a casa in realtà era una situazione di comfort che poi una volta finito questo periodo devi ricominciare tutto da capo, in un certo senso, quindi devi riprendere fiducia ad uscire riprendere fiducia a guidare, andare al lavoro ed è stressante, lungo, faticoso socialmente difficile, perché comunque tante volte rinunci a vedere le persone, a fare alcune cose eccetera, ed è uno sforzo notevole, per cui come posso dire? c'è anche nei trattamenti cioè ecco per esempio il fatto dei trattamenti anche le cose anche le situazioni che magari prima erano situazioni confortevoli, di piacere, poi diventano situazioni invece di ansia, e di stress ... e i trattamenti, anche se, cioè portano a un beneficio, comunque per me sono sempre uno stress, perché tutto l'ambito diciamo che io mentalmente riconduco alla medicina, qualcosa che aumenti di salute eccetera comunque sono per me sono pesanti, anche all'attività fisioterapista che comunque è un massaggio che poi so che questo bene mi piace anche fare comunque una situazione di stress perché è la connessione alla condizione mentale che è per me debilitante, e quindi adesso dico anche l'agopuntura ... il mio è un caso, diciamo particolare, perché la situazione mentale poi va anche a determinare la situazione in cui io mi sono sottoposta al trattamento. Sì, allora l'altro aspetto che vorrei vedere se si può se ti ricordi se si può affrontare quando tu eri lì qualsiasi si sia stata la il motivo per cui sei andata a curarsi con l'agopuntura la presenza del medico, la dottoressa che fosse quanto ti dava pace o ansia o relax, o stress, era una figura che sentivi dedita te e quindi stai solo nella situazione come quasi in amicizia o invece era una figura che ti poneva in qualche maniera un po' di angoscia, perché ho avuto oppure se ti che odore, che capelli, che vestito, cioè ci son tante cose, perché sei lì che vedi tutto e quell'altro invece sta facendo il suo lavoro no, era una situazione di agio: era un medico che ti mette a tua agio che è estremamente tranquillo in cui comunque ti trasmette tranquillità. Assolutamente dedito al suo lavoro, si vede che lui era un medico chirurgo, poi convertito all'agopuntura e si vede che è appassionato il mago di Galzignano questo? no, quello dove sono stata io poi ... e assolutamente quindi anche ... no, la sua presenza mi faceva sentire al sicuro,

confortata, tranquilla per quello. e nonostante questo ti potevano partire gli attacchi di panico? sì perché non dipendeva ... cioè non è dipeso da lui, dipendeva dalla situazione non sai quindi appunto così quel giorno, quel determinato momento, era stato il fatto di dover stare ferma stesa sul lettino e infatti però poi lui è stato in grado di trovare altre soluzioni, non ha insistito di fare in quel momento, è stato vicino a me, cioè non ho avuto problemi diciamo di non fiducia nei suoi confronti, anzi poi lui appunto ha trovato la soluzione, abbiamo smesso di usare gli aghi e abbiamo usato abbiamo comunque continuato il trattamento è già seduto avevi provato? sì però in quel caso mi metteva gli aghi sullo stomaco nel punto dello stomaco, e quindi dove c'è il diaframma, perciò era difficile, dovevo essere distesa sì perché poi ci sono degli aghi che vanno nei piedi adesso non mi ricordo, nessuno nei piedi nelle mani e poi altri nei punti specifici tu in seguito all'agopuntura pensi di avere avuto nuovi pensieri? Ehi ma io penso che uno sia nella predisposizione mentale di accogliere allora quando iniziato con questo medico ...comunque io lavoravo in una cooperativa sociale che ... come dire aveva, dove tra l'altro ha collaborato anche questo medico, la mission di questa cooperativa? esatto aveva una mission questa cooperativa che cos'è che è? la ah sostenibilità, la resilienza e la socialità ... quindi tutto questo era basato su vari aspetti, perché era un progetto molto in grande troppo probabilmente, tra cui anche la una visione olistica della persona, per cui partendo dall'attività artistica, perché poi era il centro che ci ha Uniti anche tra CDA, consiglio di amministrazione eravamo io la presidente quindi avevi anche grosse responsabilità? sì poi negli anni sì, che però non ho mai avuto problemi con la responsabilità, non è affatto un problema, cioè non mi ha mai creato nessuna difficoltà in questo senso ... anzi quando io ho iniziato a lavorare con loro ho sempre preferito avere responsabilità, perché preferisco gestire piuttosto che seguire, e quindi avevamo un progetto molto ampio che partendo appunto dalla, nostra esperienza comune nel teatro, nell'arte andava a lavorare poi ... c'era il progetto di fattoria sociale, il progetto appunto di centro olistico, e il progetto di istruzione, quindi un certo tipo di relazione e anche un modello di cultura insomma e di apprendimento culturale e quindi questo comprendeva anche una visione appunto olistica della persona che per stare bene, insomma anche ampliare concetto che non è solo la medicina che ti aiuta, ma è anche tutto un contesto sociale, culturale, artistico, eccetera per cui sicuramente questa veduta, questa visione della vita che noi abbiamo condiviso ti aiuta a fare entrare specialità che vedono questo che quindi hanno una visione olistica della persona tra cui sicuramente c'è l'agopuntura e quindi penso che una persona deve essere sicuramente predisposta e in quel momento io ero predisposta a fare, e anche sicuramente disponibile sempre ad accogliere altre visioni, insomma anche della cura della persona in questo caso. Insomma, hai detto tante cose va bene e per caso ti son cambiati i sogni di notte? oddio, questo non me lo ricordo ah ah ah perché in genere l'agopuntura smuove energia. Io li faccio e ci credo, ma in realtà poi gli aghi messi al punto giusto o la digitopressione tutto giusto cambia, cioè, davvero smuove qualche cosa e quindi poi di conseguenza anche pensieri prendono un'altra direzione, sicuramente, certo che bisogna domandarsi certo. E' passato un po' di tempo, sì sì però può anche succedere no che uno ha avuto dei come dire delle rivelazioni notturne cioè altrimenti non avrebbe avuto e questo perché l'agopuntura ha modificato determine predisposizioni fisiologiche, e anche di conseguenza psicologiche, un'altra cosa e dopo l'agopuntura dormivo di più, ma in genere è io non lo so, io penso no, tutto normale, non me lo ricordo sinceramente, sto facendo mente locale se in quel periodo della mia vita era così, perché non so, non mi ricordo,

sì sì non bisogna.... e quindi tu sei dell'idea che come sostengono alcuni autori che noi, dentro il nostro corpo abbiamo davvero la potenzialità di guarire, certo assolutamente ci credi fermamente? eh sì va bene *una domanda un po' speciale...pensi che il nostro modo di vivere nel NE italiano sia lontano dal vivere sani?* assolutamente sì, lontano anni luce. Allora primo il fattore ambientale, l'inquinamento atmosferico, dell'acqua possiamo aprire un vaso di pandora; inquinamento atmosferico perché è una delle parti del mondo più inquinato, dell'Europa sicuramente. Delle acque, perché le abbiamo inquinate, abbiamo inquinato le falde acquifere per questioni economiche, allora tutta la zona del veronese è stata inquinata, ho testimonianze di persone che lavorano nel vino, nel prosecco, e anche il mio compagno che lavora in Lessinia, ha capito, ha scoperto che le falde acquifere sono state inquinate. Qui, lo stesso perché c'è stata la media impresa che è quella che è andata in voga negli anni 80, 90 che non si faceva scrupolo di niente ... io so di imprese qui a Mestrino che hanno inquinato insomma ... anche qui le falde acquifere, l'atmosfera con inquinanti chimici, Primo fattore è quello ambientale che sicuramente è inquinato, poi il secondo è quello sociale, perché veniamo da generazioni che puntavano tutto sui soldi, la cultura del lavoro, più che altro e che mette da parte tante volte gli aspetti della vita reale; quindi, questo, secondo me è uno dei primi fattori che sono insani in questo modo di pensare nostro del Nord Est. Abbiamo sempre messo il lavoro prima di tutto e poi perché appunto non crediamo più nel modello sociale della solidarietà, che è il modello sociale che c'era prima, che esisteva e che abbiamo perso completamente quindi, il fatto di vivere in piccole comunità non ha più riscontro nella realtà, non c'è più il valore di essere solidali, anche i ns genitori l'hanno vissuta in prima persona. Già, non è passato tanto tempo perché prima loro vivevano in quartieri dove ancora ognuno si prendeva cura dell'altro, tanti addirittura anche prendersi cura dei figli degli altri, e quindi questo spirito di comunità aiutava a crescere in modo più consapevole, anche ... ma poi ci sono anche altri aspetti. Partendo da qui si possono fare discorsi sull'aver cura della persona, è avere cura dell'altro, di pensare che la prima cosa non è sé stessi, ma c'è qualcosa d'altro che è più importante di noi. Ma tu ti senti sola? sì ... ma io ssssi, la solitudine l'ho sempre vissuta, ma non sempre come un peso, no comunque la solitudine è una risorsa e ti aiuta anche a sopravvivere tante volte, e a fare in modo di non dipendere dagli altri. Quindi non è la cosa negativa di per sé, puoi mettere in gioco te stesso. Può essere anche un momento negativo perché sei solo con i tuoi pensieri e se questi sono negativi ovviamente questo non è positivo Però la solitudine significa anche che nessuno ti smarrona ... è anche una fortuna...qualcuno di più vecchio di me mi diceva 'Beata te che sei sola così qualsiasi cosa tu voglia fare, la puoi fare

cosa conosci della MTC al di là dell'agopuntura? Fondamentalmente ne conosco il principio, nel senso il fatto che a differenza della medicina occidentale loro non hanno squartato dei cadaveri per guardarci dentro, ma hanno guardato gli effetti di stimolazioni esterni sul corpo; gli ha permesso di capire che ci sono dei punti che, se stimolati vanno anche a curare parti interne del corpo e ... che è tutto un gioco di equilibri Di più non mi addentrerei. se tu avessi la bacchetta magica? cosa cambieresti della tua vita? della tua salute? della tua situazione? Nella mia vita sicuramente la prima cosa che vorrei è di togliermi le paure, le ansie che mi attanagliano da tanto tempo... però, c'è un però...è vero anche che io ho pubblicato quattro libri di poesia, il cui primo comunque è nato proprio in quella situazione di disagio... per cui non potrei mai, una cosa che non

faccio mai è di rinnegare ciò che ho fatto nella mia vita, il mio malessere. Non cambierei nulla di quello che è successo, perché tutto ciò che hai fatto ti ha portato a delle cose, positive o negative che comunque hanno influenzato ciò che sono diventata. Oggi devo dire che ho cambiato molto il mio modo di pensare alla vita perché penso che bisogna pensare anche che sia un destino e che noi non siamo sempre padroni del nostro destino, nel senso si ovvio posso prendere delle scelte, fare delle cose, ma quello che poi succede dobbiamo anche saper leggere, cioè non sempre giudicarlo, cioè no non va bene, però in realtà devo cambiare, perché io vorrei questo, secondo me è sbagliato... ti porta a ...intanto non serve a niente perché ciò che è fatto è fatto, tanto vale che tu dia un lettura di ciò che è successo, e capire anche perché è successo e questo ti fa capire anche perché tu sei così e quindi fare una lettura su te stessa. Una volta la pensavo molto diversamente, ero sempre molto insoddisfatta della vita, volevo fare di più, avere di più, eccetera, mentre ora sono in pace, anche di immobilità ... che veramente nel senso che non ho più scritto, un'immobilità anche creativa però che mi sta servendo per accettare quello che ti succede nella vita, e anche capire perché... ecco perché sei stata tanti anni con una persona, perché hai smesso di scrivere, perché... tante cose... e accettarle e non giudicarle soprattutto... quando dici non giudicarle, non dare il peso del più e del meno che è quella la cosa deleteria... io tendo molto spesso a giudicare a dare un peso alle cose.... che sia positivo, che sia negativo... dare un peso che sbilancia perché è un giudizio e invece se accetti si dà una semplice lettura delle cose, dicendo ok è successa questa cosa evidentemente per questo motivo qui o lì, o comunque ci sarà un perché che non dipende da me. Se è successa doveva succedere per cui ... Quindi cosa cambieresti con la bacchetta magica? direi quello, direi le ansie e le paure, però in realtà sono anche parte di me, ormai. È come quando vado dall'oculista ogni visita oculistica che faccio, la prima cosa che mi chiedono è perché non hai fatto il laser? perché o una miopia molto importante. Anche a quella ci sono affezionata. sono miope da quando ero molto piccola, fa parte di me. E come se avessi due viste, perciò c'è, e non riuscirei neanche quella a cambiarla, è come aggiustare qualcosa che abbiamo strutturato in noi.

Prima di concludere vuoi aggiungere qualcosa relativamente a qualche aspetto che non è stato affrontato? anche commenti sul fatto che arrivi una a farti un'intervista di questo tipo. No, mi fa piacere, perché si può parlare liberamente su ciò che può essere la vita, perché è servito a parlare in ambiti diversi da ciò che fai normalmente, parlare della vita nei suoi aspetti più svariati. Quindi il parlarne ti ha portato serenità? È stato una condivisione di esperienze che penso siano importanti quindi sì.

nel parlarne tu ti sei vista anche da fuori o cosa? sì, si mi sono vista anche da fuori e mi ha fatto piacere quello che ci siamo dette. avresti voluto? immaginavi qualcosa di diverso? no, penso che le cose importanti siano state dette, spero. Mi è servita a riprendere in mano anche cose di cui non parlavo da un po' ... effettivamente perché poi ci vogliono anche le persone giuste, occasioni con cui farlo... adesso per fortuna è passata, ma fino a poco tempo fa l'argomento principale era covid, vaccino, storie varie sembrava una schizofrenia. Verso gli ultimi mesi io ero più allucinata più da tutti i discorsi che non dalla malattia in sé, anche se è stata gravissima.

Intervista n. 5 (Eva)

sabato 22 luglio ore 17,30. Negozio di parrucchiera di sua proprietà e gestione attività. mi riceve dopo una settimana di lavoro, dopo la chiusura. Fin dalla telefonata di presentazioni mi aveva detto che era disponibile, ma solo per una mezz'oretta.

Sono Eva, ho 50 anni. Praticamente da sempre io adoro curarmi con il naturale. Ho sempre amato la cura e il benessere del corpo, ho sempre evitato la cura tradizionale. Se posso evito di prendere qualsiasi tipo di farmaco e cerco di curarmi con il naturale a partire dall'alimentazione e un po' da tutto quello che ne deriva. Il mio primo approccio con l'agopuntura risale a trent'anni fa. Dopo un incidente in macchina ho avuto una forte distorsione cervicale e dopo essermi rivolta alle cure tradizionali, alla fisioterapia, e ai farmaci che mi erano stati prescritti e non avendo trovato sollievo ho iniziato da lì ad informarmi per altri metodi. Ho conosciuto un professore di Bologna, perché all'epoca l'agopuntura era difficile da trovare nelle nostre zone. Lui veniva a Padova in via san Massimo una volta al mese. Questo è stato il mio primo approccio. È stato di grandissimo aiuto per curare la mia cervicale, da cui ne ho tratto un assoluto beneficio. (Cap.5 pag. 3) In seguito, ho tralasciato perché avendo i due figli, il lavoro e una cosa e l'altra ho un pochino trascurato l'aspetto dell'agopuntura, finché poi sono arrivata ad Alma. Con Alma ho intrapreso un percorso di cura per continuare ad aiutarmi, perché purtroppo il mio lavoro non mi aiuta per tutto ciò che riguarda la cervicale, la tensione, le spalle ed il mal di testa. Il mio mal di testa è dovuto anche ad un discorso di tensione. Come penso sia per tutti i mal di testa. *Comunque, con Alma con l'agopuntura negli ultimi trattamenti la cosa che più mi rimane (la cosa che cerco ed ho trovato immediatamente) è il fatto di potermi rilassare completamente, addirittura io riesco ad addormentarmi. È il mio momento. Quindi, adoro proprio quel momento in cui mi allevia le tensioni. È successo da Alma che avevo la pressione alta, arrivavo lì di corsa, tesa, perché il lunedì per me è il momento in cui devo cercare di combinare tutto ciò che è l'extra lavoro, eccetera e quindi arrivavo stanchissima; avevo questo forte mal di testa dovuto alla pressione alta, me la rimisurava sia prima, sia dopo il trattamento e la pressione si era normalizzata ed il mal di testa era scomparso. Quindi per me è veramente tanta roba. Cap 4 pag.6* È ovvio, credo, che un pochino dobbiamo anche noi crederci, avere questa predisposizione, perché ci sono tante persone che, quando parlo di agopuntura, perché ne parlo anche al lavoro e consiglio, sento che c'è un muro. Allora o dovrebbero provarlo o bisognerebbe cercare qualcosa per far loro capire i benefici dell'agopuntura, ma io non ci riesco assolutamente. Poiché è anche vero che solo provando si capisce che funziona, però è anche vero che mio marito, per esempio, che l'ha provato dopo un intervento pesante al cervello ne ha avuto un potente risultato. Dopo lo può intervistare se vuole. OK grazie. Lei quando arriva da Alma come si sente? Io arrivo e mi rilasso e mi addormento subito.

Lei e suo marito andate assieme a fare l'agopuntura? Per un fatto di orari di lavoro non riusciamo a conciliare. Mentre per quanto riguarda nostra figlia Alma, siamo andate assieme dalla dott.ssa Rossetto. Sempre nel periodo di Covid, perché anche per lei è stato un periodo difficilissimo. Abbiamo fatto cicli importanti, abbiamo fatto lunghe e continue sedute. Le è capitato di cambiare sogni, pensieri modi di vedere, ad esempio o di notare dei particolari diversi, in maniera più dettagliata, nei figli ad esempio. No, l'unica cosa che mi succede sempre

dopo aver fatto la seduta è la serenità, e quindi non so la dottoressa lavora per curare l'ansia, ma io mi sento diversa, più serena. Quasi certamente va ad allentare la tensione muscolare, i nervi, il cervello si calma. Dopo le sedute io riposo anche meglio. Non ho sogni particolari, ho un sonno diverso, la qualità del sonno migliora sicuramente. Quali sono le sue aspettative verso l'agopuntura? Per me è molto di più rispetto a ciò che pensano gli altri. L'agopuntura, secondo me, dovrebbe essere introdotta come sistema di cura per tutti. Mi viene in mente, ad esempio, in Giappone, l'agopuntura viene utilizzato per migliorare la produttività. Cioè, viene posta maggiore attenzione sul dipendente. Stanno attenti e praticano cure preventive affinché la persona possa godere di totale salute e quindi produrre molto, fanno massaggi con i trattamenti, perché di conseguenza stanno bene in salute e quindi migliora tutto. Quindi, secondo me, dovremmo tutti pensare a stare bene, dovrebbe rientrare in ognuno l'idea, il bisogno di stare bene perché, se io sto bene anche gli altri stanno bene e tutti ne ricaviamo maggiore benessere. Se noi ci curiamo di più a livello qualitativo di vita, tutto cambia in meglio. Dovrebbe rientrare in ognuno di noi. Quindi l'agopuntura porta grande benessere, così come altre forme terapeutiche, compreso anche lo stile dell'alimentazione, che influenza il nostro modo di vivere. Lei sta proponendo un nuovo sistema pedagogico? assieme all'insegnamento di lettura e scrittura, dovrebbero insegnarci ad aver cura di noi stessi? Sì, come ci insegnano a dire le preghiere alla sera così dovrebbe passare l'insegnamento di aver cura di noi stessi a partire dal corpo fisico. Sembra che il mondo stia andando verso quella direzione? Noi boomer sembriamo un po' precursori...? No, guardi in realtà loro vedono le persone che si mettono in discussione, loro (suona il telefono) chiedo scusa (vede chi chiama e decide di non rispondere) noi siamo un esempio, io vedo i nostri figli, se noi mangiamo bene, educiamo i nostri figli a mangiare bene, se noi ci facciamo l'agopuntura anche loro decidono di curarsi con l'agopuntura, se noi non buttiamo le carte per terra nemmeno loro le buttano. Loro sanno e imparano ciò che vedono fare da noi. Di conseguenza imparano. Rispetto alla dott.ssa Alma quando lei arriva a fare la seduta, lei si sente a suo agio? Io la chiamo Annina, io le voglio proprio bene, è una cara persona. È molto speciale, ha dei numeri. Quando lei si distende sul lettino, percepisce l'energia di Alma? Io sì assolutamente. Sì, guardi, per me entrare in quella stanza mi fa automaticamente andare in trance, non so come dire per me può squillare il telefono, io chiudo gli occhi e mi abbandono. Una volta è successo che provando a mettere gli aghi per la cervicale mi ha preso un punto in cui mi ha dato problemi, ha cominciato a girare tutto in maniera fortissima, ho avuto un momento un po' così, mi ha fatto male. Gliel'ho subito detto, lei ha tolto l'ago, e abbiamo capito che quel punto per me non va bene che non dev'essere toccato. Ma a parte quella volta lì, si sente questa energia particolare. Alma è brava, Alma ha predisposizione. Si sente che Alma la sente questa cosa. È sua. È Alma la dottoressa, che predispone alla pace. Non è fare solo un trattamento di agopuntura, è molto di più. La sente la musica? All'inizio sì, ma dopo io mi perdo. Quando Alma arriva e accende la luce mi dà quasi fastidio che sia finita la seduta. E quindi mi pare che sia un paradiso. Riesce a chiacchierare? No assolutamente. Alma lo sa e mi lascia in pace. Io non ho idea cosa faccia perché proprio dormo. Questo è un caso particolare, non rimane una presenza consapevole, il mio dolore se ne sta andando. In realtà può essere un dormiveglia, perché non è un sonno profondo, ma è un momento molto rilassante. In alcuni episodi in cui arrivavo con la pressione molto alta, sentivo proprio il mio corpo che si stava rilassando. Ho la sensazione di arrivare pesante e andarmene leggera. A volte la pressione minima arrivava anche a 90 e poi

scendeva a 80 e poi Alma mi diceva di controllarla. E a casa scendeva sempre di più. Il periodo intercorso tra il medico di Bologna e Alma come si è curata? No, non ho fatto nulla come agopuntura. In realtà ho intrapreso altri percorsi, ma erano più metodi di rilassamento tipo lo yoga o alcune serate in cui si suona l'arpa, partecipo a serate così, ma non a livello di cura. Quindi prendeva pastiglie? Sì, ho avuto anni in cui prendevo solo pastiglie, tante, per il mal di testa, antidolorifici di cui non ricordo più il nome, ma davvero ne ho presi tanti. Riesce ad immaginarsi la sua vita senza l'agopuntura? Beh, ora no. una volta scoperta non ho più potuto fare a meno. Infatti, ho detto ad Alma appena ha riaperto dopo le sue ferie di fissare subito le date per me. *Secondo lei noi viviamo in maniera sana in questa zona del mondo?* Noi siamo i primi a doverci impegnare di più per vivere in maniera sana. Ora le spiego un attimo come sono io. Ho aperto il salone di parrucchiera da pochi anni, sono solo sette anni che lavoro in proprio, prima ero dipendente. Fin dal primo giorno ho voluto curare la mia clientela con prodotti naturali, facendo attenzione al prodotto ed è stato così che ho scelto una linea che arriva da una produzione biologica e biodinamica. Quindi usiamo prodotti con imballo vetro farmaceutico e alluminio per un discorso di impatto ambientale forte. Il nostro impegno dovrebbe partire innanzitutto da come mangiamo, da come ci comportiamo, da come educiamo i nostri figli, quindi aprire e chiudere i rubinetti, spegnere la luce... Lei ha visto che ho spento tutte le luci, perché ho pensato che tanto ci vediamo lo stesso, siamo noi i primi a dover stare attenti a comportarci in maniera sana, non è che dobbiamo aspettarci qualcosa dagli altri

Se lei avesse una bacchetta magica? io vorrei tornare indietro per potermi godere un po' di più i miei figli che ora hanno rispettivamente diciassette e dodici anni. Ma a causa del lavoro non ho potuto vivermeli come avrei voluto. Prima lavoravo in un altro posto e lavoravo il doppio di quanto faccio ora, e i figli li vedevo solo alla sera quando ero stanca morta. Adesso me li godo di più perché me li vedo qui, possono stare qui con me. Il mio desiderio più grande è sempre stato quello di diventare mamma, però non mi sono goduta i figli e questo è un cruccio.

Vuole aggiungere qualcosa relativamente all'agopuntura? No, in questo momento in cui sono molto stanca non mi viene in mente niente. Ah, ecco in questo momento desidererei tanto una seduta di agopuntura, (ride) mi servirebbe tantissimo, decisamente. Dovrebbe rientrare come cura personale, come cura del benessere, per prevenzione, non come cura per una malattia.... io ho mandato tante persone da Alma, però non abbiamo le parole giuste o la tecnica per convincere le persone che questa è una terapia senza effetti collaterali. Spesso quando ne parlo trovo un muro. *Sì, anch'io.* Sì le persone preferiscono riempirsi di farmaci ed intossicarsi piuttosto che provare qualcosa di nuovo nonostante ci siano forti testimonianze che è efficace. Probabilmente è la paura del cambiamento. O forse è proprio la paura anche del dolore provocato dagli aghi, perché chi non ci crede perché, se non c'è la conoscenza è come anche il biologico, una volta non era accettato, no, cioè prima era tutto per forza biologico, ma in seguito è diventato tutto forzato ed ora si assiste ad un ritorno al biologico, alle cose naturali, perché si è sempre più convinti che i cibi sani conducano a maggiore salute. La gente si converte piano piano, non so. Ci vuole tanto tempo. per cambiare. Qui a Bastia c'era un medico che adesso, povero, non c'è più che prima è stato medico di base per tanti lunghi anni e poi dopo che è andato in pensione si è dedicato all'agopuntura, perché ci credeva.

Che cosa ne pensa di questa intervista? È stato piacevole, lei è simpatica. All'inizio mi ero detta: mamma mia adesso qui cosa mi chiederà? cose che probabilmente io non so. Mentre invece è stata una bella chiacchierata. Il fatto che lei mi abbia fatto parlare di questi argomenti di cui di solito se ne parla con altri approcci, almeno per me, mi fa pensare all'agopuntura a quanto ha fatto per me. tutto qua. Di solito sono argomenti su cui si passa oltre. Sì, in effetti chiacchieri sempre nello stesso modo anche se lo fai con tante persone diverse sì, qui con lei è stato come prenderne consapevolezza. Cosa l'agopuntura ha portato nella mia vita. Quanto ci credo. Ora ne sono molto più consapevole, grazie.

Intervista n. 6 (Frank)

22 luglio ore 18,30

Frank (il marito di Eva, che è arrivato ad intervista finita).

Ho avuto un intervento un po' delicato alla testa, per un meningioma benigno. Non ho fatto chemioterapia. *Mi è stato asportato dal cervello e sono rimasto quasi un mese e mezzo paralizzato la parte sinistra del corpo; sono rimasto paralizzato la parte bassa sinistra, gambe e bacino, Dopo ho fatto riabilitazione e sono tornato quasi normale, anche se la parte sinistra la sento ancora un po' morta. Poi ho fatto le sedute con l'agopuntura nel periodo Covid, che è stato un periodo un po' particolare soprattutto psicologicamente, con questa guerra, la chiamo guerra alla fine; durante questo periodo andavo là e ho fatto varie sedute. Grazie a questi trattamenti stavo veramente bene, mi rilassavo, mi addormentavo. Mi metteva sempre un ago in fronte, e mi sembrava che venisse giù sangue, e allora chiedevo alla dottoressa se stesse veramente uscendo sangue. Mi sentivo come se uscissero queste gocce di sangue, ma in realtà non usciva nulla. Era una mia sensazione che mi uscisse qualcosa. Stai tranquillo che non c'è niente, mi diceva la dottoressa (Cap. 5 pag 14).* Poi mi metteva degli aghi sull'orecchio. Quindi è stato positivo? Sì per me sì. Poi è passato anche il periodo covid, e adesso è una vita normale. È da un anno e mezzo che non vado a fare l'agopuntura. Non è stato risolto completamente, ma ho guadagnato a livello di sensibilità e a livello motorio, con il piede soprattutto. Perciò l'agopuntura è tanta roba. Lei si ricorda se per caso cambiavano i pensieri? No, non mi ricordo nulla. Lei come sente l'energia della Dottoressa? La sento molto tranquilla, ma di solito mi addormento. In realtà non è proprio un dormire profondo, è quello stato di dormiveglia in cui capisco, ma non del tutto, è una specie di torpore in cui mi sento bene. Lei se la immagina la sua vita senza agopuntura? In realtà in questo momento più che agopuntura ho bisogno del massaggiatore. Se lei avesse una bacchetta magica? Io tornerei indietro, negli anni Sessanta. Anzi no, negli anni Sessanta non c'ero ancora. Ma negli anni Settanta. Perché, secondo me, un poco si stava meglio e si apprezzava tutto. Per esempio, il pomodoro si faceva in casa, si coltivava nell'orto e andavi lo staccavi dalla pianta e te lo mangiavi. Non c'era tutta questa roba industriale, non si correva dietro ai consumi. Su questo si stava meglio. io vengo da un paese che era molto diverso dalla città, però erano sempre tutti contenti ... però bisogna cambiare la società ... dipende dal tipo di persone che frequenti ... sì, ma i ragazzi con questo cellulare. Ho vissuto gli anni boom dell'economia, abbiamo combattuto la fame, il sacrificio .. Le è piaciuto parlare di questo argomento? Non ho fatto fatica e mi è sembrato semplice parlarne.

Intervista n. 7 (Gilda)

sabato 22 luglio ore 19,30

Ehi mi è stata proposta questa intervista dalla dottoressa che mi fa l'agopuntura, mi aveva detto che aveva lei come sua paziente che aveva questa necessità ed ho pensato che, se fossi stata al suo posto avrei avuto piacere che qualcuno mi aiutasse e siccome è una cosa che non mi costa niente, allora ho pensato di rilasciare questa mia testimonianza ed inoltre mi faceva piacere farla, insomma. Io ho conosciuto Alma tramite una mia collega di lavoro oramai sono passati un bel po' di anni, almeno tre. Alma si stava laureando in agopuntura e la tesi era collegato a stomaco. Questa mia collega che la conosceva bene le aveva detto che aveva una collega che ha sempre tanto di mal di stomaco e così io sono andata. Io ne avevo sentito parlare, perché da tanti anni avevo questo mal di stomaco che non mi passava con niente, così sono arrivata dalla dottoressa. Mia sorella aveva fatto agopuntura, sta facendo anche adesso per il mal di testa, mia mamma aveva fatto agopuntura per il mal di testa, tantissimi, forse un miliardo di anni fa. È un problema familiare? Sì, io no. Non soffro di mal di testa, io soffro di mal di stomaco. Non ero mai andata a curarmi con l'agopuntura. All'inizio ho provato, e non dovevo neanche di pagare perché Alma si era proposta di aiutarmi per capire anche come funzionava. Lei aveva bisogno di una 'cavia', lei stava studiando ed io mi sono detta ok, proviamo male non può fare. Niente, diciamo che io e l'agopuntura andiamo d'accordo fino ad un certo punto, nel senso che non mi danno fastidio gli aghi, li tengo anche per il tempo necessario, però diventi insofferente. Alma mi vede che io dopo un po' che ho gli aghi su divento proprio strana non è che perda la pazienza, *però mi c'è qualcosa di diverso che mi infastidisce no e quindi io lo faccio ma non è un fare rilassato, cioè magari potrebbe non avere anche... potrebbe non essere utile tanto quanto dovrebbe insomma ... o comunque diventano non dico una sofferenza, però una cosa che non diventa più un aiuto magari no, cioè uno deve andare a fare agopuntura però ho l'ansia. Sono una persona talmente ansiosa che non è necessario darmi ulteriore ansia. Quindi, in realtà poi Alma ha iniziato un po' a capire e invece degli aghi iniziato a usare i cerottini con i semini, oppure inserzioni con gli aghi, ha visto che tutto sommato io li prendo bene, nel senso che con me funzionano e per avere una cosa; quindi, un effetto anche più duraturo allora ho preferito quell'approccio là, con me.* (Cap.5 pag 15) Io soffro di mal di stomaco da una vita, da tanti anni, ho una gastrite da reflusso biliare che la mia gastroenterologa detto che è una delle peggiori, perché effettivamente dà dei grossi problemi: gonfiore, dolore alla bocca dello stomaco, difficoltà di digerire, ... è un limite, per me è sempre stato un limite. L'agopuntura mi ha sicuramente aiutato, però ... in realtà non sempre. Quest'inverno ho preso il COVID e dopo il covid se è proprio scatenato di nuovo, quindi va a periodi, ci sono quei periodi in cui ... non so il cambio di stagione, la primavera per me, cioè, è la morte, mi uccide la primavera. L'autunno per esempio va meglio. Però se io controllo, perché io mi scrivo e ormai lo so, se io controllo i mali compaiono sempre negli stessi periodi. Però dopo il covid appunto c'è stato questo inizio di nuovo di mal di stomaco e le pastiglie non mi aiutavano. Le solite pastiglie, i gastroprotettori ... poi ho chiesto il parere ad Alma di darmi una mano, perché non ne potevo più, e ... per esempio, non ho avuto grossi risultati. Quando hai preso il covid? A novembre. quindi non era primavera? No. Dopo un po' Alma ha visto che non funzionava, niente basta ... andiamo avanti invece per esempio due mesi fa ho detto ad Alma se per favore,

visto che avevo ho finito la cura con le pastiglie, mi poteva aiutare; vediamo se magari con l'agopuntura può funzionare: ed ha funzionato. Ci sono delle volte in cui sono molto reattiva, nel senso che dopo anche due sole sedute io ho sento già che sono migliorata. E invece ci sono volte che mi ci vuole di più. Così a dicembre, dopo a gennaio, adesso non mi ricordo quando l'ho fatto dopo il covid, per esempio mi ha messo proprio gli aghi perché ha detto così adesso abbiamo un effetto un po' più d'urto. Però ... cioè ... le due volte che l'ho fatto per me è stata un'agonia. Anzi una delle due volte ho chiesto di togliermeli dopo 10 minuti, perché mi mancava l'aria, non uscivo più a respirare, e io sono una persona che in realtà tante volte resto focalizzata sul tuo corpo, che mi concentro, sì ... Ti senti bene a farlo? a volte sì, a volte no, perché mi concentro troppo sul corpo, ... mentre magari poi perdo altre cose vado, in terapia anche da tanti anni, e la mia dottoressa mi dice che sono troppo sul corpo ... e corro il rischio di andare un po' fuori ... mi sballina un pochino. Più che altro perché io passo tutto il giorno a pensare che ho mal di stomaco. Ah, in quel senso. Eh, sì sì va bene una ha mal di stomaco però se ti concentri tutto il giorno che hai mal di stomaco poi ... è un problema è perché insomma la testa poi va in palla. Io sono una persona, intanto, che uso un sacco la testa: sono un Sagittario dicono che i Sagittari pensano, pensano tanto, tanto da farsi venire il mal di stomaco, tante volte; sono una persona ansiosa, troppo sensibile e questo per me è stato un problema. Tanti mi dicono che è una caratteristica, è io dovrei accettarla. Ok dovrei accettarla, a volte ci riesco a volte meno, e ho iniziato a fare yoga, ma era da un pezzo che mi veniva detto di provare. Alma mi avevo detto di provare. Da quando ho iniziato Yoga io non ho più smesso. Mi aiuta ... nel senso che non credo di avere avuto quel cambio, o che io sia cambiata. Ci sono quelli che hanno queste apparizioni mistiche: no, io no. Ho fatto yoga, non ho mai pianto, forse una volta, però il più delle volte mi dà quel sollievo quel tanto che basta per farmi respirare. No, magari comincia avere respiro corto, faccio fatica a prendere il giro dell'aria, e ... io lo faccio la mattina, mi sveglio un po' prima, a volte anche 10 minuti, faccio quello che riesco, però cerco di farlo tutte le mattine. Porto fuori i cani e poi faccio yoga. Metto la sveglia un po' prima io inizio a lavorare alle 9, e alle sei mi alzo e con calma ... e quindi ... diciamo che sono un insieme di un sacco di cose, anche a livello di rapporti è sempre difficile, perché appunto tante volte ho rinunciato ad uscire perché avevo mal di stomaco, allora dici cosa esco a fare, cosa mangio, cosa faccio, e poi l'umore non era dei migliori, e ... anche in questo, sicuramente magari anche conoscere tante persone anche tramite, non so l'agopuntura ho conosciuto Alma... quando l'ho conosciuta per me è stata una grande giorno. Alma è persona bellissima, sono stata molto fortunata e da là, infatti, siamo diventati amiche. Io so che, se ho bisogno lei c'è. Lei magari si lascia un pochino meno andare, però sai che c'è ... insomma se vuole se vuole sfogarsi io volentieri insomma in ascolto, ma non mi dispiace io ascolto se qualcuno ha bisogno ... e quindi agopuntura in realtà mi sono affezionata più che altro per questo. Una delle frasi che mi ha detto Alma una volta e all'inizio mi è rimasto impressa è adesso l'agopuntura aiuta, però aiutati che il ciel ti aiuta. Non puoi pensare che l'ago puntura faccia miracoli se parti un po' così, nel senso che devi comunque avere anche un po' di fiducia, nelle cose che puoi ottenere ... e avere pazienza soprattutto, e io che sono una persona poco paziente ho imparato anche la pazienza. Diciamo che ne ho provate tante il mal di stomaco. Un sacco di cose. Quanti anni avevi quando hai avuto mal di stomaco per la prima volta? Secondo me dai 25, diciamo che mi sono sposata giovane la prima volta. Sono rimasta sposata quattro anni. L'ultimo anno credo di aver perso non so quanti capelli, infatti ho dovuto tagliarli

cortissimi, inoltre mi venivano fuori un sacco di carie, perché avevo talmente tanto mal di stomaco che la saliva diventava acida, io avevo una carie al mese ... e da là me lo sono sempre portato dietro. Poi ... sono andata via di casa, perché mio marito beveva e aveva una situazione pessima e a un certo punto ho deciso di andare via, avevo iniziato per la psicoterapia: Sono andata a vivere da sola. Sono rimasta da sola due anni, tre; non ero mai stata sola nella mia vita, mai. Sono stati anni tristissimi. Il primo anno da sola è stato bruttissimo. Io dico sempre che la mia psicoterapeuta mi ha salvato la vita. Era la verità. Ci sono state delle persone che mi sono state molto vicine, però in realtà mi sentivo molto sola, io non era abituata perché in realtà la testa fa tanto. Mi sono sentita come se avessi sicuramente fallito, mi sono sentita ... cioè ... ho sempre avuto l'autostima molto bassa; quindi, quella non ha aiutato vedevo gli altri che si facevano una vita e invece io mi sono ritrovata da sola a non saper cosa fare. A fine mese arrivavo che ero talmente asciutta e non potevo fare un cavolo di niente, non potevo uscire, non potevo far niente, però continuavo ad andare in terapia. Per me è stata la mia salvezza. Ho trovato una terapeuta che, secondo me, mi è stata veramente d'aiuto. di più ... mi ha aiutato. anche di sabato sera io le scrivevo, lei mi teneva compagnia finché non mi calmavo. Un Angelo e continua ad essere un Angelo e ... quindi il mio mal di stomaco è partito e non mi ha più mollato. Quando sono stanca ho mal di stomaco, quando sono triste ho mal di stomaco, quando sono nervosa mi viene mal di stomaco, e diciamo che so che devo tenermelo. Quella è una cosa che fa parte di me, ci sono delle cose delle volte che riesco a gestirlo di più e delle volte che riesco a gestirlo di meno. Mi innervosisce, il mio moroso lo vede subito, lo capisce subito, perché poi è una cosa che mi limita un sacco, cioè per me è un limite grandissimo e ... in generale, di tutte le cose. Quindi dopo aver provato qualsiasi tipo di cosa l'agopuntura, vabbè, era una cosa anche diversa, ma a me poi piacciono le cose nuove, mi piace provare e sono molto curiosa, l'agopuntura auricolare o mio Dio cos'è? come funziona? poi io, comunque, faccio un sacco di domande, poi la gente magari può pensare che ho rotto, mia sorella è peggio ... eh ... La curiosità è un buon segno. Però, sì, me l'hanno sempre detto, però a me piace sapere, mi piace conoscere, mi piacciono le cose, quelle cose poi che vanno a fondo, quelle cose anche un po' particolari che non sono solo l'agopuntura e basta, non è solo sull'agopuntura: è l'ago ma è molto di più, secondo me. E quindi sono passata anche un po' tipo vabbè, vediamo come funziona e .. sono curiosa di vedere come va e poi da lì in realtà ho vissuto era una cosa che poteva essere molto d'aiuto, molto mi capita di sentire qualcuno che dice ho dei problemi ... l'agopuntura funziona, prova. È sempre un'amica, bravissima con l'agopuntura tra l'altro. Secondo me Alma non è il solito medico che fa una puntura e prende il paziente come numero: lei è sempre molto attenta, molto accorta, fa un sacco di domande per capire se funziona, se non funziona, se sta facendo bene, se sta facendo male, inoltre non se ne approfitta se vede che le cose non funzionano, se, secondo lei, basta, chiude il ciclo; mi ha sempre spiegato che va bene farlo, ma non troppo perché potrebbe avere un effetto inverso. Almeno io l'ho capita così, se non ho capito male mi ha sempre spiegato che fino a un tot si può, poi bisogna fermarsi, bisogna fare una pausa e poi eventualmente riprendere, perché potresti avere, ha detto, l'effetto inverso: cioè, potresti tornare indietro potresti avere un aumento del problema se non ho capito male. Ma mi era rimasta impressa questa cosa! Niente, l'ho conosciuta così, quindi tramite un'amica comune, una conoscente. Tra l'altro Alma era la figlia del medico di base di mio moroso. In realtà poi ha approcciato all'agopuntura per un altro motivo: il problema è che non potevamo avere figli. Io per un anno ho perso un

sacco di tempo. Tramite la mia ginecologa siamo arrivati alla fecondazione artificiale: siamo andati a Cittadella, ma siamo stati molto sfortunati perché abbiamo trovato delle persone, soprattutto una dottoressa che sarebbe stato meglio che fosse andata a fare un altro lavoro nella vita, non certo la ginecologa e non certo la ginecologa che si occupa di questo. Siamo stati trattati come un numero, siamo stati trattati, secondo me, con sufficienza, della serie: vi diamo una possibilità perché la possibilità si dà a tutti. Abbiamo iniziato questo percorso che per noi è stato difficile. Siamo andati in un ospedale privato, abbiamo pagato 5000 euro, non siamo dei poveretti ok, però insomma non stiamo neanche delle persone da dire che ci possiamo permettere di buttarli, perché alla fine sono stati soldi buttati. Oltre a buttare i soldi, anche tempo, energie, la mia salute e abbiamo rischiato per un secondo, veramente di andare ognuno per la propria strada. Il rischio di questi percorsi è anche quello. Ci sono tante coppie che si sono lasciate dopo queste cose. Comunque, io personalmente mi sono sentita un grosso peso addosso, perché fondamentalmente il problema è mio. Quindi io sono sempre stata molto presa, penso che avesse provato a capire che mi sono sempre sentita diminuita, una che ha sempre fatto meno di quanto fanno gli altri. Questa sembrava fosse una conferma mi sembrava che mi dicesse 'no, vedi tu non vali niente'. Almeno il mio compagno non mi ha mai fatto pesare niente, ... eh anzi mi ha sempre detto se vengono bene, altrimenti io sto con te perché sei tu, non perché hai tutto, e allora dobbiamo avere dei figli. Guarda, ti dico una cosa che ho letto poco tempo fa (come sociologa). C'è una storia: dice che in una tribù dell'Africa i bambini nascono perché la ghianda è caduta proprio in quel punto e allora il medico europeo disse 'ma non pensi che sia il coito che fa nascere i bambini?' risposta il coito si fa sempre, ma i figli non arrivano sempre. La magia non esiste più, certo, perché ne fai un pensiero fisso. Credo che sia un pensiero che non mi lascerà mai. Cioè, nel senso credo che sia un dolore che mi porterò sempre con me. Non è una cosa che poi passa. Compio 39 anni quest'anno. Il mio compagno è stato chiaro fin da subito: mi ha detto che lui non se la sente di adottare, perché poi un domani se dovesse succedere qualcosa, la prima idea che viene da dire 'non è figlio mio!' È la verità. Anche quando si parla ho fatto l'inseminazione artificiale, ho avuto reazione!!! Poi, quando l'ovulo fecondato viene piantato ok, dicono che è come se fosse figlio tuo perché c'è quel passaggio di sangue eccetera, eccetera. Ma la mia terapeuta mi ha sempre detto no ci sarà sempre quel pensiero di fondo che non è tuo, e verrà fuori perché è inevitabile, ci credo. Quindi nel momento in cui mi ha detto fin da subito, è stato chiaro, mi ha detto guarda, non dirmi di adottare, non me la sento. Inoltre, costeranno, bisogna essere sposati, o essere insieme da un tot di tempo, inoltre ci vuole un sacco di tempo. Anche lì, un bell'impegno economico. Non è detto che ti diano un bambino che hai scelto tu in adozione, e non credo che sia meno pesante, neanche quello, anzi. Quindi abbiamo detto vabbè, questa è l'unica alternativa proviamo. Io all'inizio l'ho vista così, come una possibilità, ok se voglio un figlio, quello è l'unico percorso. Lo faccio. Poi ho capito che non sarebbe stato così semplice e che mi ha creato un sacco di problemi per cui io ho iniziato la terapia. In quel periodo lì Alma mi aveva detto che poteva provare a darmi una mano con l'agopuntura. Provo, ha detto, io devo ancora provare questa cosa. E fatalità nello stesso periodo aveva un'altra paziente che aveva lo stesso mio problema. Di Alma non avevo nessun dubbio. Ok ho detto, io mi affido a te, proviamo. Quindi oltre alla terapia ormonale andavo a fare agopuntura e quindi teoricamente doveva servire per stimolare, ma non ci credevo neanche tantissimo, posso dire, perché l'ho fatto tre volte: la prima volta perché loro vanno a tentativi in ospedale, comunque hanno dei modi completamente

diversi, nel senso che essendo anche ... ah che uno paga il ticket, non hanno così tante risorse economiche, quindi, vanno un po' sul tentativo, vedremo come funziona, però ... anche lì siamo tutte diverse, con problemi diversi, quindi la prima terapia che mi hanno fatto fare al primo controllo funziona che ti fanno fare le punture, e poi dopo un tot di giorni comincia ad andare a fare i controlli in ospedale, quindi ti fanno delle ecografie per vedere come vanno, come va la crescita degli ovuli, fanno due ecografie in base a quanti ovuli hai, in base alla grandezza si decidono se fare il pick up, quindi vai in ospedale, in day hospital, in una giornata di prelevano gli ovuli, secondo i dati che hai poi ti vengono piantati la prima volta dopo la prima settimana di stimolazione, al primo controllo mi hanno fermato subito perché praticamente il mio problema è che ho una riserva molto bassa quindi ho la quantità di ovuli di una persona che è menopausa, quasi al limite, per scegliere quei pochi che avevo non si sono affidati alla terapia, ma si sono concentrati solo su uno che ormai era diventato troppo grosso, e quindi come poi cominciano ad esserci dei pareri diversi, mi hanno bloccato, quindi mi hanno dato il progesterone. La dottoressa poi non voleva più farmi fare niente. Poi hanno chiuso per il discorso del COVID, e questo era a ottobre. A maggio, secondo me per sbaglio, siamo stati chiamati perché risultavamo nelle liste di attesa e quando poi ci hanno chiamato, si è suonato strano ed io ho detto al mio compagno cosa facciamo, cosa non facciamo, vabbè sentiamo di nuovo la dottoressa. Lei non era molto propensa: ci sconsigliava perché c'erano bassissime possibilità. Io ho detto che non vorrei guardarmi indietro e dire che non ho fatto tutto quello che potevo. Almeno così sono a posto con la mia coscienza. Ok ci ho tentato non ci sono riuscita. Riproviamo, stavolta mi hanno dato una terapia diversa, ma perché appunto quella non andava bene per me e questa è andata meglio. Prima mi sono insaccata controlli su controlli con l'ansia che ti sale, perché arrivi poi vedi tutte queste ragazze che parlano ... oh mi hanno prelevato un sacco di ovuli ... devo stare attenta perché dopo ... però cosa succede ... magari ti caricano troppo, nei troppi obblighi devono ... c'è un mondo ... e il primo controllo, cioè, io ero proprio un'anima in ansia ... di più ... Stranamente era andato tutto bene. Il secondo anche ha detto ... no ... eh ... possiamo prelevarne ce ne sono tre. La miseria! mi hanno fatto il prelievo, hanno fatto la fecondazione in vitro, me l'hanno piantato e uno aspetta poi due settimane e dopo due settimane va a fare le beta. Bisognava solo aspettare. La risposta è stata non positiva perché avevo un valore talmente basso, che dopo tre giorni ho iniziato ad avere perdite. E quindi non è andata bene. Mi hanno fatto ritentare subito a ottobre, ma siccome avevo un ovulo solo mi hanno proposto l'inseminazione per evitare di prelevare il secondo visto che è meno invasivo, meno problematica la cosa. E io ho detto sto bene, proviamo! come anche la prima la volta, prima mi hanno detto eh vabbè... ma poco positivi, ne so io quando uno mi dice già poco positivi io lo manderei a fare un brodo, perché non è che se io arrivo e sono una persona ansiosa, nervosa, oddio penso al peggio, poi in realtà succede ... sì penso, sì non è che io ho voluto che le cose escono male ... la differenza tra una persona positiva e una persona che magari pensa al negativo è come si vive le cose. Il risultato finale cambia, e io sono convinta di questo, è vero che bisognerebbe essere più positivi che la positività attira positività, tutta queste palle varie ... però ad un certo punto quando ad una persona succede una cosa del genere, io parlo per questa esperienza mia, no dai ... uno mi dice una cosa così, io ti dico ... allora cos'è me la sono voluta io ... cioè, ho voluto io che le cose andassero male. No, non è così no non è quello. Ok è come tu ti vivi le cose, ... che cambia. Quindi la seconda volta, io anzi, cioè nel momento in cui mi stavano piantando, ... eh

cioè mi stavano appunto mettendo dentro l'ovulo ... no mi stavano facendo inseminazione ... io ero diversa, ero molto positiva: ho detto ok, penso già ai nomi, no, quindi ok mi vedo già, io lo proiettavo vediamo se stavolta va bene ... è andata peggio della volta prima. Cioè, allo scadere esattamente delle due settimane mi è arrivato il ciclo, cioè come niente fosse. Andare in un centro privato al di là che, secondo me, era troppo tardi ed era molto dispendioso e una cosa che avremmo dovuto fare, secondo me, subito, però non eravamo d'accordo su questa cosa qua. È stata una cosa che ha creato un sacco di disagi tra di noi, un sacco di discussioni e non eravamo d'accordo. Anzi, a questo punto qua a gennaio dopo l'ennesima visita privata, ho pensato che la storia andava a finire; ad un certo punto ho detto: ascolta, lasciamo stare. Magari tu sei meno convinto di me, ed io mi sentirei un peso in più, perché oltre a sentirmi responsabile sulle cose che vanno bene o male, se vanno male mi sento anche responsabile che abbiamo buttato dei soldi. E non vorrei che poi domani fosse motivo di litigare. Quindi, me ne faccio una ragione di questa cosa. Non che il mio ragazzo sia così, però, secondo me, in certe situazioni si vede che magari uno diventa il cestino dell'altro. Non ce n'è, anche se uno non se ne rende conto, però ti butto addosso un po' di merda. E tra tutte quelle cose che ti devo dire ti dico anche questa, e ho detto: piuttosto di rischiare qualcosa che c'è, per qualcosa che non c'è, preferisco scegliere noi, e lasciare stare così. E lì è stata chiusa la porta, perché così non posso andare avanti; anche perché ogni volta che vedevo qualcuna incinta, ho una quantità di amici, conoscenti, e vedo bambini in continuazione, e io lì mi sono subito fatta problemi per l'ennesima volta, perché neanche in quel caso io ho potuto fare quello che fanno gli altri. Poi diventa un po' un chiodo fisso, me ne rendo conto. No a ok io lo so perché quando avevo i bambini piccoli vedevo tutte le famiglie con i bambini piccoli con quelli un po' più grandi e con quelli che finalmente era grande adesso vuoi che ti dica per i bambini piccoli mi volto dall'altra parte nel senso che non li voglio più vedere i bambini piccoli quindi credo che se tu vedi solo vedi sono le pance sono i bambini ma il mondo non è fatto solo di donne incinte no e poi credimi che vabbè non potete secondo ma non sei solo tu che in questo momento ne stai facendo un obiettivo no ed è giusto quello che dici lasciare andare cioè smetterla di pensare che senza niente non serve avvisata perché non guarda credimi secondo me è anche una questione di il comodo a volte nel senso io mi focalizzo su quella cosa e lascio stare tutto il resto che in realtà potrebbe essere qualcosa che mi darebbe di più rispetto a focalizzarmi su una cosa che non funziona e che non va cioè il fatto di magari andare all'università nella mia vita sono costretta a rivedere la mia vita perché io avevo degli obiettivi avevo delle idee quelle non funzionano non vanno non possono andare devo ritrovare altro eh ma anche quello è una fatica no senza contare che la grandezza di una persona non è quella di raggiungere i propri obiettivi, ma a volte quando quella montagna non si può scalare e decidere di cambiare montagna davvero guarda io sono una che nella vita ha avuto più fallimenti che successi di sicuro pochi successi, però prendere la laurea per me è una vittoria. Poi io sono diventata musicista. Ma già era stata una vittoria quella, perché dal non saper leggere neanche un do e arrivare a suonare in orchestra ... cosa suona? clarinetto anche quello è un ottimo guarda è un toccasana per tutti i mali. Ho ricominciato ad andare in coro da quest'anno ed è stata una delle decisioni migliori che potessi fare. Cosa che, se fossi rimasta incinta, non avrei potuto. Sì, perché l'importante è davvero tante volte cambiare strada che non è facile, però è utile. Sì, è vero, perché la vita davvero ti dà tante cose che con i figli non potresti fare. Sì, è vero, se uno quando uno si focalizza su questo, su quello, il resto diventa niente, ma la tua grandezza

sarà solo quando tu avrai formato una famiglia con bambini piccoli? non potrai fare più niente ...eh perché massimo te vai al mare. Mentre così vai in montagna, se non ho figli posso fare più cose: vado per le città, all'estero, sull'Everest. Senza figli posso fare tante, mentre con i figli siamo limitati per certi versi. No, no dopo che, cioè, in un'ottica di uscire con i miei amici, ma non è da tutti così. Perché, dopo stai fuori da mattina a sera per guadagnare il pane, e anche sei mamma se poi tu arrivi a casa, hai il cuore spezzato perché non hai potuto stare con tuo figlio. Se cade la ghianda in quel punto bene, ma se non cade non farmi no, no ma adesso da qua a dire che ok ... non me ne frega più niente, no, è una parola grossa, però ripeto quello credo che sia una cosa che mi porterò in vita, però diciamo che adesso va un po' meglio, se ne penso, guardo i bambini e le panze con meno invidia, qualcosa dentro, no vabbè è brutto da dire, non è bello essere invidiosi ma è la verità, cioè voglio dire sarei una bugiarda a dire che non ho provato invidia. Non mi piace neanche essere bugiarda nella vita, non credo di averlo fatto e mi ha anche fatto star male; quindi, voglio dire non stiamo male non vedo perché nascondersi dietro un dito, cioè e quindi in tutto questo percorso io mi sono avvicinata all'agopuntura anche per questo. Non credo che abbia fatto dei miracoli l'agopuntura in questo caso ha funzionato sicuramente di più che col mal di stomaco. Per quanto, secondo me, da tutti i racconti che stai facendo potresti dire all'Alma di curarti l'ansia non si deve curare ma si anche l'ansia ancora nell'ansia le angosce tutte quelle robe là non ti devi curare le ovaie. Eh no, allora l'ultima volta che ero andata, l'ultimo mese scorso e quando aveva iniziato a cercare i punti, gli ho detto guarda che mi fa male, là mi fa sei messa male e te l'avevo detto, mi ha detto Alma. E la volta dopo, mentre lavorava anche qualcosina per l'ansia, ma guarda fa che i punti che ti ho preso sono quelli giusti adesso, perché una volta mi aveva messo un paio di cerotti poi volte sui polsi e in mezzo al petto e sui piedi dove ci sono appunto i punti dell'ansia, cioè il problema è che sono anche dei punti un po' particolari per cui i cerottini si tolgono facilmente rispetto magari alle orecchie, ma sono punti in cui magari insomma ci si tocca anche di più quindi non son durati tantissimo. Però quelle volte che lo fa, mi rendo conto che la volta successiva sono meno ansiosa rispetto quella precedente. Prima era molto più ansiosa, molto più angosciata, quando mi arrabiavo, restavo arrabiata molto più a lungo. Cioè, mi attaccavo, io mi attacco alle cose, qualsiasi cosa sia io mi attacco, ed è un problema grandissimo e adesso, secondo me, capita meno. Cioè, rimango arrabiata, ma mollo prima. No, diciamo che in questo tante volte ho le parole di quando faccio le lezioni di yoga, lo faccio online, non presenza. Lo yoga comunque insegna a lasciare andare, e ti dice sempre di lasciare andare la rabbia e quindi tante volte mi dico che più a lungo resto attaccata a queste cose e peggio sto. Bisogna stare nelle emozioni e però un po' alla volta lasciarle andare e invece la tendenza che ho io e quando non mi piace è un'emozione mia, ma che non mi piace, mi fa paura, mi ha sempre fatto paura. Sì, ma guarda che la rabbia un potente motore Sì però bisogna saperlo usare. Io una volta mi incazzavo come una iena, adesso tutto bene proprio no, magari mi dà fastidio. No, quando una persona dice cazzate, ma davvero, dico adesso proprio io non voglio arrabiarmi più. Io non è che non mi arrabbio perché sono intelligente, secondo me, non mi arrabbio, secondo me, perché ci sono dei passaggi nella vita, io credo. A parte che anch'io faccio yoga e poi faccio tanta bicicletta, faccio tante robe che mi scaricano e quindi probabilmente è per quello che tutto diventa più lieve. No, c'è chi ci mette del suo per farmi arrabiare. Io non vado in bici. Ora si è vero che passerà. Ma a volte me la prendo anche con la formica che passa, e perché tanto va bene tutto, ma quando ti passa davanti no e invece

appunto essendo anche la rabbia un qualcosa che non mi piace, tenderei a volerla mandar via e invece non funziona così. Ho chiesto alla mia terapeuta: una volta gli ho detto com'è che faccio a spegnere la rabbia? Lei mi ha detto che non è che ho la strada con scritto exit. Quella è la via. Bisogna fare che la usi nel modo giusto, devi trovare la chiave per usarla nel modo giusto. Mi è capitato fatalità due settimane fa. Io mi arrabbio a volte per niente, insomma me ne rendo conto da sola. La rabbia me la sono portata dalla notte fino alla mattina: ero da sola, te l'avevo detto era per una stupidaggine. Mio moroso era ad un addio al celibato e mi ero arrabbiata, perché da dove era fino a dove doveva andare non mi ha scritto. Lui a volte mi scrive tanto, vabbè mica sempre. Eh, però insomma magari uno dice 'se fossi sul divano ti scriverei, ma no eh e quindi mi sono arrabbiata, alle 10 di sera e c'era ancora quando mi sono alzata alle 06:30. *Mi sono rigirata nel letto e non avevo dormito niente. Ero talmente carica che mi sono detta 'cazzo sono carica adesso alle 06:30, come farò andare avanti?'* Mi sono detta ok, trova il modo. Quindi ho preso sono andata a fare il giro con i cani, son tornata a casa, ho fatto yoga, e ho cercato di fare qualcosa, perché più stavo ferma, peggio era. Non mi ha aiutato a farmela passare, però sicuramente non ha fatto che aumentasse. In questi giorni sto dicendo un autore che si chiama Eckhart Tolle, parla di tante cose, davvero. Secondo me, se tu leggi qualche parola cambia modo di sentire, lui lo chiama il corpo del dolore; perché con la tua rabbia lo attivi. Perché il corpo del dolore è cresciuto assieme al tuo ego. Se tu invece ti accetti, invece di stare arrabbiata con il tuo ragazzo te stessa, pensi a sto che ciò che stai pensando, il tuo ego si spegne un attimo e il corpo del dolore si indebolisce. Se invece ci pensi continuamente il tuo ego si rinforza e di fatto il corpo del dolore prende lo spazio su tutta te. Ma tu non sei solo quel pensiero della mente che sarebbe passato solo per un attimo. Tu non sei il dolore, ma tu non sai ancora gestire il corpo del dolore davvero. La mente è solo una delle tante funzioni del nostro corpo, come la digestione che è un'altra funzione, il battito cardiaco un'altra funzione, il funzionamento del fegato un'altra funzione, e ci dice di accettare ciò che la mente pensa, ma noi non siamo la nostra mente, cosa mi dice non mi riguarda. È un bel libro, è stato tradotto in 30 lingue. L'autore pubblicandolo ha guadagnato qualcosa come 15 milioni di dollari; quindi, suppongo che abbia detto cose che più di qualcuno ha ritenuto giuste da leggere. Che allo stesso principio di quando mi parte il mal di stomaco? Proverò. Ma non solo su mal di stomaco. Quindi quando hai un fastidio, un dolore, tu sei quel dolore lì. Cioè, tu lasci, che quel dolore diventi tutta te. È la tua mente che glielo permette. In quel momento prego tanto. Io credo molto in Dio, prego, ti assicuro poi io sono anche per le preghiere supermercato: io prego e lui mi dà. Quindi dico io ho trovato la preghiera ci sono altre persone che hanno trovato altri modi; certo però nel momento in cui prego il mio ego sparisce poi entra un po'. C'è un cammino: quando uno cambia modo di pensare a sé stesso non pare ma cambia. Sì, sì, era sempre quella di quell'interruttore: esatto eh ha ultimamente mi dico spesso di aver pazienza con me e di non pretendere sempre un sacco di cose; io pretendo sempre tanto da me, tanto quanto dagli altri. Io leggendo cerco di cambiare pensieri ... perché anch'io a volte divento ossessionata da certe cose ... eh ... e io mi dico ma stai diventando matta? ma cazzo con tutto quello che ha passato e devi bloccarti su questa sta troiata? eh ... comunque sì non è facile perché secondo me veniamo educati ad essere iper produttivi, diventare mamme ... io a volte le guardo anche le mie colleghe e mi chiedo ma quando sei andata a partorire ti hanno messo un chip particolare perché a volte sono le cose che io da fuori ritengo non dico assurde, però, dico, vabbè, è una storia lunga, però, insomma, magari, non so, fate qualcosina adesso i

bambini sono grandi ... no, sembra che tutto sia distruttivamente intorno ai figli ... però, ripeto questa è una cosa logicamente che vedo io da fuori, non essendo ... mamma ... e non so perché, io poi mi ripeto, mi innervosisco per delle robe che poi neanche dovrebbero toccarmi, e mi indispetta vedere una persona che si concentra solo esclusivamente sui figli, e se ha male la schiena niente, non funziona più niente, non esiste: tu hai mal di schiena fai qualcosa per te! niente, io dico, ma porco cane vabbè, cioè ti è piaciuto farti mettere un cip dentro, cioè, quindi, tipo ok, sono mamma, basta tutto il resto non conta, con traduzione, quindi, io non esisto più insomma, punto, credo che funzioni così, poi non credo sia giusto che sia così, ah, siamo noi donne, sì ok, i maschi no. Forse, sai ... però io non voglio dire che è una benedizione forse per come sono io, forse il lavoro eh no, però forse avrei tanto, tanto mal di stomaco, soffrirei in maniera smisurata. Se io dico è una roba forte, che non so neanche se c'è da dire, però forse il cielo lo sa e la vede più lunga di me. Ti faccio delle domande un po' diverse: tu pensi che il nostro corpo riesca a ricordarsi e ad autoprottegersi? Sì, sì credo di sì, sì, con un po' di, secondo me, consapevolezza e se si fa caso a certe cose, ma se si è in balia di quello che succede e basta, non lo riconosco. Da determinate cose riconosco determinati segnali, ormai quindi io so che, se succede quella determinata cosa c'è una forte probabilità che io abbia mal di stomaco. Per esempio, però, secondo me quelli che vivono un po' così va là, come viene, no, secondo me non se ne rendono conto, cioè non riconoscono determinate cose. Quelli che vivono troppo nell'ego, sì, io magari forse sono troppo su di me, ma chi, secondo me, è concentrato più sul fuori o solo sul fuori, secondo me non riconosce certe cose. Rispetto al fatto che a volte ci si sente male, pensi possa essere collegato anche alla presenza di persone più o meno negative o oggetti? Più o meno devo ancora capirlo, però questa è una cosa che non riesco a distinguere. Mi è stato detto che a volte quando ci sono delle persone negative il fisico risponde in un determinato modo magari io lo associo alla stanchezza, cioè della sonnolenza. Cioè, non so, questa è una cosa che riesco a riconoscere, so che c'è e ci credo, però su questo non ho la cognizione, non so spiegare, non riesco a riconoscere per ora, però, forse dovrei farci più caso. Va bene andiamo verso la fine: i tuoi parenti cosa pensano dell'agopuntura? Ma, mi pare che siano sempre stati ben predisposti, non mi hanno mai detto niente di negativo, al di là del fatto che l'hanno provato, ma ... eh ... sì, ma, credo che nel momento in cui vedono che magari io non sto bene e cerco qualcosa che mi possa aiutare, qualsiasi cosa ... va bene. Se ritengono che sia una cosa buona e sana, cioè non hanno mai avuto problemi, anzi forse sono per assurdo mio papà, secondo me, avrebbe più preconcetti sulla terapia, ... ma preferisco che non lo sappiano che sono in terapia. Mio papà ha ancora l'idea che uno va dallo psicologo perché è un fuori di testa. Sì, diciamo che ha 80 anni e che la pensa diversamente. Mia mamma mi ha avuta che aveva 39 anni negli anni 80. Allora eri vecchia a 39 anni per avere un figlio. Aveva perso due bambini prima di me, io sono arrivata per sbaglio. Mio fratello ha 16 anni più di me, mia sorella ne ha 14 più di me. Loro due non vanno d'accordo. Mia sorella mi è molto attaccata, mentre mio fratello ha un Dio per conto suo. Però siamo in tre ed io sono una che ha tanti problemi. Una parte dei miei problemi sono dovuti alla mia famiglia, ... beh, come sempre, ... sì certo, però io sono andata in terapia perché effettivamente tra le cose che non andavano c'erano gli attacchi di panico, tutta una serie di cose diciamo che potremmo stare qua tutta la notte, però principalmente ecco una delle uno dei motivi principali era la famiglia, insomma è la prima causa, io dico sempre che ovviamente almeno ho un lavoro semplice, anche fare la mamma non è un lavoro semplice, ah ...

ok, però anche quella ti viene insegnata, secondo me, se tu vedi tua mamma che nelle discussioni sviene tu pensi che discutere sia brutto è che sia una cosa da non fare, invece discutere può essere costruttivo, non sempre di discutere vuol dire tragedia, però quello lo impari nel momento in cui tu hai un'età e qualcuno o qualcosa che ti fa ragionare in modo diverso. Se hai avuto un esempio davanti finché eri piccola, è logico che poi passi la vita a pensare che o bisogna fare tutti i bravi, tutti belli, tutti buoni, altrimenti non va bene, perché tua mamma sveniva quando discutevo con mio padre e con mia nonna, allora eravamo in casa con i miei nonni. Mia mamma ha perso il papà quando aveva 11 anni ed è vissuta con la sua mamma e due fratelli. Mia nonna era una persona molto autoritaria e mio papà si trovava in mezzo tante volte, a volte dava ragione a mia nonna, ma non discuteva con mia nonna, mia mamma si arrabbiava e sveniva. Vuoi dire qualcosa rispetto a quello che non è stato detto di questa intervista? No, credo di aver detto tanto e anche essere andata qualche volta fuori tema. Ma con te mi è venuto così. Non so se potrà esserti utile quello che ho detto, spero di sì. Sì, di sicuro. Questa intervista ti ha portato serenità, ti ha portato confusione? No, mi ha dato qualche idea di cambiamento. Qualcosa mi ha dato. Secondo me, degli ottimi spunti. È stato molto piacevole e sì mi è stata è stata proprio una bella intervista, come una chiacchierata. È più semplice aprirsi con chi non si conosce piuttosto che con chi si conosce e quindi si hanno anche, forse, meno paure e meno paura di essere giudicati dalle aspettative degli altri. È stato un bel tempo speso bene, sono contenta. Avresti voluto parlare diversamente? No, assolutamente. Forse sarei stata più precisa. No, direi che nel momento in cui, cioè, mi ha lasciato parlare è andata bene così. Dopo, ripeto, spero che sia utile quello che ho detto magari ecco ... però no, è meno strana, cioè non è uno schema e siamo tutti diversi, se ci fossero state delle domande prefissate forse non sarebbe venuto fuori neanche la vera identità della persona. L'ultimissima domanda: in tutta questa faccenda di agopuntura nei tuoi problemi la vedi una componente spirituale? Forse una volta, secondo me, avevo un maggior senso del dovere, più che il sentire me stessa, avevo sicuramente, forse sì, magari spirituale, visto diversamente rispetto a quella che poteva essere la mia visione più cattolica. Sì, ma io sì, però magari lo penso, anche in questo caso non è una cosa che faccio in maniera conscia. Ok, secondo me, anche il fatto di trovarsi sul tappetino yoga, per me mettere il tappetino vuol dire che inizia qualcosa di mio. Io difficilmente riesco a stare sempre con la testa là, però riconosco che quella è una cosa, secondo me, spirituale, è una cosa che so, che mi entra dentro in un modo o nell'altro, se vogliamo collegarla alla spiritualità, o se quello può essere spirituale, ecco, forse riconosco quello. Altro non saprei dire. Beh, ho detto tanto ok. allora io ti ringrazio. Niente, grazie a te, speriamo che si sia registrato, sì, dai, buona fortuna!

Intervista n. 8 (Lia)

22 luglio ore 21,30 sagra di Campodoro finché aspettavamo di ordinare.

Adesso sono incazzata se vuoi sapere la mia emozione ora che ricomincio. Mi son trovata, per caso, durante un periodo infiammazione del nervo sciatico che non sapevo cosa fare. Ero immobilizzata totalmente. Dopo ho cominciato a stare tanto, tanto male. Ho incontrato una dottoressa che sentendomi parlare del mio dolore mi ha lasciata libera di scegliere come curarmi. Mi aveva detto che molte persone avevano risolto il problema, quindi, non essendo scettica nei confronti di questa pratica e avendo tanto bisogno di trovare una soluzione ho deciso di provare. Nel momento in cui l'ho deciso io non avevo grandi aspettative. Devo essere sincera però l'ho fatto con molta umiltà, e certamente con qualche speranza che potesse veramente servire. Ho fatto solo due sedute. In seguito, come mi ha consigliato il fisioterapista, ho lasciato perdere l'agopuntura, perché c'era la questione di una di un'ernia anche quindi non dovevo farmi toccare. Però, tornando a casa dopo la prima seduta, ho avuto un pensiero sul fatto che ero andata serenamente, anche se ero partita con la sola paura che magari potesse aumentare il dolore. Quella paura però l'ho affrontata. Comunque, e devo dire che sono stata stupita di essermi completamente rilassata, perché io sono una persona che non si lascia andare, non mi faccio fare mai massaggi, perché avere un altro essere da cui mi sento manipolata non mi permette di stare in pace. Sono sempre tesa quando faccio queste cose. Invece ero in un lettino stranissimo, perché c'era un buco perché potessi mettere in viso e questa per me era una novità molto comoda, malgrado il dolore che avessi. C'era un'atmosfera molto particolare, c'era una musica di sottofondo molto piacevole, un profumo gradevole. La dottoressa aveva una mano delicata e posizionava gli aghi senza che io sentissi dolore. Non mi ha fatto domande, ha lasciato che io parlassi se ne avevo voglia. Quindi ho detto due, tre cose all'inizio, ma poi mi è piaciuto lasciarmi andare proprio a questa atmosfera così dolce, accogliendo questa strana pace per la prima volta in vita mia, e pur sapendo che c'era una persona che stava agendo sul mio corpo mi sono addirittura addormentata. Non dormivo da giorni per il dolore. Quindi, ... però non è da me lasciarmi andare quando sento su qualcuno sta manipolandomi. E ... invece poi una campanellina mi ha svegliato e piacevolmente mi son resa conto di aver dormito per qualche minuto. È stata veramente una bella esperienza, tant'è che finita questa esperienza la dottoressa gentilissima mi ha chiesto come mi fossi sentita. A quel punto mi sono risvegliata del tutto e sono scelta dal lettino senza grandi difficoltà. Devo dire che c'era uno schiacciamento dell'ernia e quindi non poteva forse essere che con un'unica seduta si fosse risolto tutto, così velocemente. Però di tutta l'atmosfera quello che mi sono portata a casa è stato il senso di pace. ... eccetera. Ho chiesto di fare poi una seconda seduta mi è stato proibito di farla. Forse avrei continuato se avessi potuto scegliere io. Forse, non avrei conseguito nessun risultato a livello del dolore, ma era piacevolissima quella sensazione tornando a casa. Mio marito (anestesista strutturato all'ospedale di Padova) non era scettico, perché l'aveva già praticata però lui contro il dolore in genere. A Vibo Valentia aveva fatto terapia antalgica generale. Quindi lui non era scettico e mi ricordo di come mi ascoltava. Nella mia famiglia tutte le persone erano abbastanza favorevoli, pro-agopuntura, solo mia figlia erano un po' contraria. Sì, sì, lei è più per farmaci, per la fisioterapia, eccetera. Quindi, ecco questo è un po' quello che mi viene in mente. Non mi sono poi comunque documentata. Sì, curiosità, a volte penso che non stavo poi tanto male. Ma comunque allora

ero molto indolenzita. Con qualche mia amica abbiamo pensato qualche volta di riprovare. Ma poi per pigrizia non si è fatto nulla. È stata un'esperienza molto, molto piacevole. Quando la dottoressa si avvicinava sentivi la sua energia intorno a te? Sì, sentivo il suo odore, sentivo il calore delle sue mani, perché lei poi ha fatto anche una specie di massaggio, non era proprio un massaggio, ma l'ha fatto prima dell'agopuntura. Aveva messo un po' di olio, mi ha fatto dei tocchi leggeri, sentivo il calore delle sue mani. e in quei momenti eri preoccupata? No, perché c'era comunque nell'aria della calma. Lei era molto delicata, sentivo più che il tocco, sentivo del calore. Non avvertivo minacce. Inoltre, veramente mi ha lasciata parlare, questo sì. Tant'è che, quando è terminata ero ancora dentro la piacevole sensazione di essermi lasciata andare che per me era una grande novità. Quindi non ho sentito né il dolore, né e mi è dispiaciuto. Ero più concentrata sulla piacevolezza dell'esperienza. L'unico mio dispiacere che ho avuto nel senso che avrei voluto che durasse un po' di più. Sarei rimasta ancora un po' sdraiata a farmi cullare quel profumo, dalla musicchetta, era solo un po' di piacere.

Intervista n. 9 (Mery)

24 luglio ore 15,30 casa sua a Bonisiolo (tv)

La mia esperienza con l'agopuntura risale a trent'anni fa Ehi si sono anche forse 40 quarant'anni fa. Fumavano, sia io, sia mio marito di allora, e avevamo questo obiettivo di smettere di fumare. Mi ricordo di essere andata insieme a lui, che si fatto l'agopuntura. Io in quella situazione non l'ho fatta, perché io pensavo che avrei potuto tranquillamente smettere senza bisogno di essere aiutata. Io ero certa di avere un qualcosa che mi costringeva, cioè di avere una mia motivazione, cioè io percepivo in quella situazione lì, l'agopuntura come un elemento che mi aiutava a raggiungere l'obiettivo. Invece io pensavo di poter raggiungere l'obiettivo senza aiuti. Infatti, è stato così: io ho smesso di fumare, anche lui ha smesso, ma in realtà abbiamo smesso entrambi, forse è andata bene ad entrambi perché entrambi abbiamo smesso perché, se uno solo avesse smesso di fumare e l'altro no, non sarebbe stato efficace; non credo che se io avessi continuato a fumare lui avrebbe smesso. Disse che era stata l'ago puntura. Cioè, io in quel in quel frangente l'ho percepita come un aiuto, ma non necessariamente fondamentale, perché io avrei potuto raggiungere il mio scopo lo stesso. Invece, la seconda volta è stata un po' più recente, era un periodo molto stressante. *Si può contare sulla mano i giorni in un mese in cui non avevo mal di testa. Era una situazione veramente difficile perché avevo tante importanti situazioni da portare avanti; tante cose. Solo se avessi preso delle pastiglie in realtà sarebbe passato per un paio d'ore, ma poi tornava. Sono andata dalla dottoressa che si occupava, che faceva l'agopuntura, ma che era anche naturopata. Lei era comunque un medico, lei aveva tutta una serie di domande. Mi aveva fatto anche dei test kinesiologici su determinati cibi e allora hanno scoperto che avevo un problema di Stamina, e per poter ovviare questa situazione qua abbiamo tolto tutta la serie di cibi e in più ha fatto una serie di sedute di agopuntura e quello è stato il momento topico in cui ho capito la rilevanza sia del cibo. Sì, perché poi è stato in quel momento che ho avuto il là per andare ad approfondire tutto il tema della energia, della valenza dell'energia, dello studio della medicina tradizionale cinese, tutto quello che era dentro questa cosa qua. Allora ho cominciato a fare, insomma ho cominciato ad esplorare altri ambiti. Altro è ovviamente il discorso dell'agricoltura biologica. Era semplicemente un mezzo che permetteva a me trovare barriera ... Eh ... diciamo alla criticità di energia, che non fluiva, di quando metteva gli aghi sentivi un dolore molto forte (Cap.4 pag 13) che poi passava, era come superare un attimo, ti mettevano gli aghi dove ti pungeva sentivi più dolore, più male. Sì e questo passava, cioè, resistevi un po' e poi passava. La terza volta è stata è più recente tipo una decina, forse dodici anni fa forse, più o meno. Sempre per una serie di dolori che avevo. Lì in particolare ho sentito la differenza tra il punto di accesso. Sentivo dolore nel momento in cui ti metteva l'ago e poi sollievo che veniva subito dopo, dove prima c'era bruciore, dove c'era dolore ... era esattamente dove io percepivo il dolore, ed era quello che poi mi consentiva di superare ... L'agopuntura io l'ho non l'ho più portata avanti per due motivi: il primo è che difficile trovare un medico che faccia l'agopuntura e che sia bravo dopo che ha esplorato la situazione. Il secondo non mi era piaciuto l'atteggiamento il mio maestro di shiatsu, lui ovviamente non praticava legalmente, perché non è medico. Lui è stato molti anni Vietnam dove ha imparato da loro a praticare l'agopuntura in tutti quegli aspetti peculiari a quella cultura, ma che con lui io non ho mai fatto. Ma io ho utilizzato il principio dei punti di*

agopuntura ... eh ... con la digitopressione, perché facendo shiatsu ho scoperto che è analoga la situazione, cioè non è altro che la stessa cosa solo che invece che gestire con l'ago, la gestisci con la digitopressione, per cui quella strana scienza non ha permesso poi di poter autogestirti i problemi quando ci sono. Per esempio, capita, che so, che hai carichi sulle spalle eccetera, sia l'agopuntura, sia la digitopressione riesce a gestire la situazione. Queste sono le mie esperienze con l'agopuntura ... eh ... cioè è, secondo me, il problema principale nostro è quello che sia una prerogativa di pochi, perché per essere riconosciuto devi essere medico in medicina ufficiale riconosciuta, per poter praticare l'agopuntura e questo fa sì che non c'è ne siano così tanti, perché ... eh ... diciamo è una visione del corpo che è completamente diversa rispetto a quella della medicina tradizionale cinese, la medicina tradizionale normale nel senso che tu sei stato formato a comprendere il corpo in maniera completamente diversa rispetto a come è formato un medico di medicina tradizionale cinese. Ciò vuol dire che una persona deve rimettere in discussione tutto quello che ha imparato fino a quel punto, e integrare nelle proprie conoscenze altre che hanno valenze completamente diverse. Ma quando tu ti sei curata con l'agopuntura, quali effetti non solo somatici, non solo l'aspetto fisiologico, no tu sei anche guarita spiritualmente, la parolona, per quanto poco, quali effetti collaterali ti ritrovi più calma, pensieri più calmi, meno ansie? Ma no, per me no, perché, secondo me, se tu vai a fare agopuntura consapevole dell'utilità, cioè nel senso che vai a curare il tuo male, questa era la sua funzione, mi aspetto ... cioè non è che puoi essere stupito dal fatto che poi ti senti più tranquillo, perché vorrei un requisito cioè, se io ho determinati problemi, ok ... Eh ... chiedo l'aiuto, vuol dire che ci sono già, cioè, capisco quali possono essere i risultati che si possono ottenere. Per cui fa prima il fatto stesso che il dolore sparisce che fa sì che, dunque, comunque, respiri diversamente, ti calmi, cioè, ci sono tanti elementi che concorrono a far essere efficiente l'agopuntura. È la stessa cosa di un massaggio, se tu vai a farti un massaggio quando vai sei tutto teso, quando esci sei tutto rilassato, hai muscoli più flessibili, cioè io tendo non a vederla in maniera così diversa dall'agopuntura. Così come il massaggio, come tutto quello che va a lavorare sul corpo, che produce un benessere, per cui la cosa non mi stupisce, cioè non mi chiedo neanche se sono più calma, dove cioè, non sono per forza guarita, cioè mi stupirei che io uscissi da una seduta di agopuntura che sono agitata, non funziona così certo. Perché arrivando preparata. ... Sai cosa c'è? forse io sono una che non faccio testo, nel senso che le risposte che mi dà l'agopuntura sono quelle che non mi aspetto, che non succeda quello; se io ho deciso di andare a fare quello e quando sono andata abbiamo scoperto che i miei problemi avevano la caratteristica di quel genere, cioè non potevo non stare bene, perché avevo scoperto il bandolo della matassa e semplicemente l'agopuntura mi serviva per poter togliere tutta quella pesantezza che avevo accumulato nel tempo, comunque lo stile di vita che non era consono al mio benessere, perché quel cibo invece che essere per me qualcosa di salutare, era un veleno per cui avevo accumulato nel tempo una quantità di tra virgolette di veleni alimentari che avevano provocato degli stagni di energia negativa nel mio corpo; che a volte si stavano dissolvendo e quindi eravamo alla fine del problema. Certo, semplicemente come dice la mia nutrizionista dice si sono dei cibi che hanno un carico di istamina già elevato come produzione, un po' per una caratteristica fisiologica e anche per una serie di scelte, nel senso che ho scelto di assumermi delle responsabilità, degli oneri, eccetera che c'erano. Per esempio, secondo una naturopata che conosco la quale dice che, è vero, che nel momento in cui il tuo intestino non è in equilibrio invece che recepire determinati cibi ne assume le parti

negative, per cui l'intestino, che è un secondo cervello nostro, ed è un posto in cui invece che essere in equilibrio, svolge male la sua funzione e comincia ad aumentare la presenza di un tipo di enzimi piuttosto che altri ... Ci sono quelli che fagocitano quelli positivi (nutrienti), mentre a volte l'intestino invece che introitare la parte nutriente, ed espellere quella negativa, lavora al contrario e fa venire problemi di mal di testa da istamina. Insomma, io ho risolto il mio mal di testa con il cibo. C'è tutta una serie di cibi proprio contrari, altri sono facilitatori della produzione di istamina, perché noi tutti abbiamo una produzione di istamina, e anche se tu invece che produrre 100 che è il caso ottimale ne produci 150, quell'eccedenza lì è quella che ti va a creare i problemi. Devi fare attenzione a determinati cibi, oppure devi fare in modo che il tuo equilibrio intestinale rimanga stabile perché, se i parassiti sono aumentati si perde l'equilibrio. Con questa naturopata sono riuscita a sistemare il mio problema, adesso fatti conto che io non ho più mal di testa, a meno che non esageri con determinati cibi, perché sono quelli che sono scatenanti; basta che io li eviti e che invece che due giorni di fila, li mangio un giorno sì e due no, proprio perché è superare il carico ciò che ti produce problemi. Puoi continuare a mangiare tutto. E qui capisci che per me il l'agopuntura ha una valenza molto limitata. E soprattutto, secondo me, non puoi prescindere da qual è il motivo del dolore. Cioè, se tu tratti il dolore come risultato finale, così come utilizzeresti un farmaco hai sprecato l'occasione di capire il perché. Avrebbe molto più senso che tu scoprissi perché e quali sono le cause, magari fare il test di tipo intestinale e, non so, di carico energetico, sul carico sulle spalle, per cui hai valenze di qual è il problema che causa il mal di testa. Allora se io scopro qual è il problema che causa mal di testa e come trattare alla radice il problema, probabilmente i risultati saranno molto più efficaci; e lungimirante come intervento, perché se io posso anche in quel momento togliere se io ho un carico di energia in un punto di agopuntura che è quello che mi provoca il dolore, perché il punto è che l'energia non fluisce nel meridiano, si blocca e genera dolore, che può essere lì, ma che può essere il causare il dolore nel braccio, nella spalla, in tutto quello che e noi abbiamo nella testa. Ma se io con gli aghi mi libero, mi faccio passare il mal di testa, ho utilizzato la medicina cinese come se fosse una pastiglia, ok. Se invece riesco a scoprire che quel blocco lì è causato da ... magari lo stile di vita poco corretto ... magari fatto di determinati cibi che continuo a mangiare, quei cibi che mi fanno male, magari, chissà, quante altre cose allora ci sono perché, se riesco a non comprare, a non mangiare, a modificare quello che fa scaturire le urla di testa e ... quindi tu avevi episodi di emicrania abbastanza brevi e acuti. Sì. Assolutamente sì. Ma non ho risolto semplicemente perché ho scoperto che cosa, che senso avevano ... certo poi a parte tutto vorrei farti dei commenti rispetto al terapeuta, tutti commenti di momenti in cui mi trovavo lì, con gli allora i tre personaggi diversi: nel primo caso era proprio una cosa inutile, cioè, mettere gli aghi per appunto smettere di fumare io quella cosa lì non l'ho mai proprio creduta. Io credo che ci siano delle cose che dipendono da te, dalla tua volontà. Solo tu puoi decidere di smettere di fumare. Io ho smesso anche un'altra volta, ma quell'altra volta in una situazione di sfida con me stessa. Cioè, non credo che altri possano decidere quello che vuoi essere o vuoi fare. Possono aiutarti, ma alla fine sei tu la tua vita, e la dottoressa mi era piaciuta molto perché l'ha utilizzato così come ti sto dicendo io, come un mezzo per poter andare a decostruire tutta una serie di situazioni che si erano create con l'obiettivo di auto guarirsi. ok. nella terza situazione invece era un medico un po' più anziano che, secondo me, utilizzava invece l'agopuntura come se fosse una medicina. Se dovessi scegliere tra i tre, sicuramente preferirei la seconda, perché ha fatto un

lavoro più efficace nel tempo. Cioè, io non riesco a concepire l'utilizzo dell'agopuntura come una cosa palliativa, cioè che mi che mi va solo a lavorare sull'effetto. Per me è sprecata, cioè l'agopuntura gestita in questo modo qua è sprecata nel senso che, cioè, vuol dire che ogni volta che ho mal di testa vado dall'agopuntura. Non la faccio passare, con le mie domande riesco a evitare di andare dall'agopuntore, cioè, riesco a continuamente ad avere mal di testa. Sì è innamorato di me. Perché è diventato solo un giro di soldi. No. Perché siccome io sono sfiduciata rispetto a un sistema sanitario, che è quello delle scuole del sistema sanitario, appena appena si affaccia ciò che può essere visto come motivo di lucro per farti curare a partire dai 10 € fino ai 110 € ... quindi ... eh ... però, perché sì, sono sempre lì, se allora tutto dipende da noi, mi spiego meglio, se tu lì, deleghi il tuo benessere ad un medico di qualsiasi genere, insieme alla medicina tradizionale cinese, allora che sia medicina ortodossa, che sia MTC, che sia naturopatia, eccetera ma deleghi l'altro per il tuo benessere pensando di non fare nulla, perché, per come la vedo io, tu puoi avere un problema, devi, cioè, hai bisogno di conoscere qualcuno che sappia, e che ti possa aiutare ok. a stare meglio, ma tante cose dipendono da te. Durante questo ciclo di interviste ho sentito molte persone che non hanno questo livello di consapevolezza del proprio corpo, della propria collocazione storica, psichica, eccetera e quindi uno che lavora da mattina a sera senza mai potersi fermare, quando poi sta male uno non se li fa, non se li riesce a fare questi discorsi. No? Cioè, ce li possiamo fare quando siamo un po' fuori da tutto questo trambusto. Io non la penso così. Mi dispiace, ma non sono d'accordo. No, non sono assolutamente d'accordo perché, se la nostra cultura ci porta a trovare la responsabilità sempre fuori da noi.... sì, ma prova a parlare con giovani coppie, cioè, nel senso che io sto dicendo, io sono interamente d'accordo eh per carità ... ma quando io mi facevo l'agopuntura che mio marito mi dava contro, mi però io sono andata avanti per la mia strada, ma quante giovani coppie che adesso sento, sì, magari c'è una lei un po' più sveglia ... ma cosa ti serve scusami eh cosa serve, a cosa ti serve dire, cioè, vado, non trovo soluzione vado da un agopuntore, tu credi veramente di trovare la soluzione da un altro agopuntore oggi. Allora puoi cercare qualsiasi cosa, cioè quello che io chiedo è trovare veramente qualcuno che invece c'è, aiuta e ci facilita un processo di autoguarigione, di consapevolezza, ma alla fine quello che manca nelle persone è la consapevolezza. Invece giustamente dici tu eh ... cosa specialistica diventa solo un modo per guadagnare, un abuso anche perché, è vero, c'è la regola e poi magari uno si ritiene un po' più bravo e allora si fa pagare molto di più. E poi come dicono tanti, alla fine per poter essere veramente efficace, fatti pagare tanto, perché se ti fai pagare poco le persone non ti apprezzano. Allora questo mi fa capire che alla fine siamo sempre noi che decidiamo, allora io non dico che non ci siano le malattie, non dico che la medicina ma non sia efficace, in certi casi io prima quando io ho avuto la prima diagnosi di tiroide che avevo SH 100 endocrina, mi hanno chiesto 'sicura di essere in vita?' e io gli ho risposto che in effetti ero un po' affaticata, ma io ero convinta che per portare il peso che stavo portando era il minimo che potesse accadermi. Non ho chiesto aiuto mai, e questo mi ha messo nella condizione di pagare con la mia salute una serie di cose che avrei potuto evitare se solo avessi chiesto a qualcuno. Per esempio, allora so benissimo quello che hai detto dei bambini, io ero distrutta, ma è passata, l'ho pagata per prima. Quando poi ho capito che le cose funzionano diversamente, ho cominciato a chiedere aiuto alle persone, però mi metteva nella condizione di chiedere favori, cioè chiedere agli altri di fare le cose al posto mio, ed è questo il punto: cioè è chiaro che siamo fagocitati da tanti mondi, che se non siamo

come dovremmo essere, che dobbiamo lavorare 70 ore, avere tutta una serie di cose, forse dobbiamo invece cominciare a capire che non è proprio così che stiamo bene, che magari le priorità dovrebbero essere altre, che noi serviamo la macchina, il cellulare, o la casa, non perché siano importanti, forse ci basterebbe anche un po' meno, che tante altre cose che contano nel tempo quando abbiamo già pagato, però allora perché non aiutiamo le persone un po' prima? Invece che poi approfittare della situazione? tanto sai che c'è da mangiare tutti i giorni. Io mi invento una cosa nuova, le persone vengono da me perché sono, tutto sommato, brava. Siamo sicuri che sia il modo più efficace affinché alla persona passi il mal di testa? Non sarebbe meglio se fosse questa persona a comprendere che forse si deve fermare un po'? che deve capire anche quello che vuole nella vita? questo è l'aspetto spirituale. Sai, cioè, guarda che io parlo per me della mia esperienza, della mia vita. Io veramente ho pagato con la mia salute, mia mamma prima di me, mi hanno insegnato così, e perciò io ho avuto sensi di colpa fino all'inverosimile, che bisogna dare agli altri, mai tenere per noi stessi, mia madre a 73 anni è morta di leucemia in sei mesi, capisci, perché ha dedicato tutta la sua vita. Quando io gli ho detto mamma basta, io non intendo seguire questo modello di vita terrena, ho dovuto fare quello che hai fatto tu, ma non sono stata capace. Questo però mi permette di avere un margine (di maggior scelta) rispetto a un sacco di persone; perché ovviamente la vita deve essere conforme a tutte le regole del mondo, e se decidi che invece non la vuoi così, ti assumi tante responsabilità, più di quante a volte siamo capaci di fare; se vuoi l'evolversi spirituale non ha a che fare con la religione, non ha a che fare con niente, ma è l'assunzione della responsabilità della tua evoluzione proprio adamitica. chi sono io nell'universo? che senso ha la mia vita? devi fare dei passaggi diversi. Per esempio, vicina al fatto che ogni sintomo di qualche dolore fisico è un messaggio che il corpo ti sta dando, ma che ha una valenza psicologica. Io parlo di qualcosa, ma vado a capire che cos'ho e di solito risolvo sempre senza bisogno di medici. In alcuni casi è giusto così, ma io so già cosa capita, cosa mi sta capitando, quali sono le cose, le risposte che non vi sto dando, o neanche le domande che sto facendo giuste. Allora in questa parte dell'anno rispetto a tutte le altre persone che si curano così, ci sono amiche alle quali, con le quali racconti, ti senti compresa, ma non mi metto, neanche mi metto, non mi chiedo neanche se gli altri capiscano, è una mia decisione, riguarda me, cioè, io racconto ad amici, eccetera, scelgo di raccontare la mia esperienza, significa che gli altri debbano ascoltare, comprendere. Se qualcuno di ritiene di avere fatto grandi esperienze e che possa essere efficace raccontarle, non può prendere e contare nella propria rete per chiedere se funziona; non è, non è mai, cioè non mi balena neanche l'idea che una persona possa essere onesta, d'accordo non le interessa le scelte che faccio io, riguardano me ... guarda eh sto pensando a me, io anche se io resto lucida rispetto a una domanda del genere, questa avrebbe come risposta, no. Nella realtà dei fatti, so di non avere nessuno che la pensa come me, perché ho fatto tante scelte nella mia vita, che sono state in dissonanza con i tempi, perché magari adesso c'è tanta roba pronta, ormai tutti ragionano così, ma quando eravamo più giovani, io ho fatto scelte molto grosse. Mi sono sempre sentita lontana. Oppure adesso, a distanza di anni, e mi dicono, che forse dovremmo frequentare persone giuste. No, ma quello che dico io è avere la possibilità o la fortuna di stare con gente che ti capisce, che ti toglie tanti dubbi nonostante i tanti sassolini nella scarpa, perché io tante robe che faccio, le faccio quasi di nascosto, perché io non ho più voglia di sentirmi di mettere in discussione. Cosa aspetto? Cosa penso? Basta. Perché sentire il bisogno di avere conferme dagli altri? No, la conferma degli altri mi dà fastidio. Anche se io

so che parlava bene giusto, adesso parliamo dell'agopuntura, ma parliamo anche di lotta, o di amore nell'educare i miei figli. Se io sono amica tua facciamo un sacco di cose insieme: andiamo a camminare, facciamo un viaggio, poi tu sai come stanno vivendo, ma tu fai esattamente l'opposto, e dopo li trovi a sessant'anni pieni di dolori, pieni di questi mali come qualsiasi disgraziato, eccetera, eccetera. Invece io sono così: io tante volte mi sono chiesta cos'è che non andava bene? perché, quando ti parlavo non sentivi? perché pensavi che io volessi avere ragione e tu torto? o viceversa? Non era quello il punto. Il punto era che anche tu cambi modo di pensare. Prova a pensare lo scopo di quanto hai fatto. Per quanto tu abbia comunque un Angelo che ti protegge, eh ... è che è ed è stato molto più difficile quello che hai fatto tu rispetto a quello che faceva lei, c'è questa dimostrazione che era più comodo restare ... è un po', come sempre, l'istinto gregario. Prova ad immaginare, con Allievi avrei studiato ciò che ti porta a restare parte di una situazione in cui ti trovi in sintonia, perché sono tutti uguali, ok. Tu senti di non essere parte di quel mondo, di quelle regole, di quel gruppo di persone, perché quello che tu vuoi dalla vita è qualcosa di diverso, ok, no? capisci, il punto è che tutto quello che comporta fatiche tu ne avrai fatte tante, quando hai deciso di prendere delle strade diverse rispetto a quelli che prendevano gli altri. E tuttora continui a farlo, perché c'era qualcosa dentro di te che ti attirava, ti chiamava. Però davanti al mondo devi far finta di essere come tutti. Ma guarda questa qua, io non, non è che non prenda in considerazione quello che pensa il mondo, ma non mi riguarda, perché il mondo, quando ci sarà il momento di fare qualcosa, non ci sarà nella tua vita. Ti lascerà fare qualsiasi cosa nel bene e nel male. Per cui tu puoi ascoltare il punto di vista di qualcuno, attraverso il quale puoi allargare i tuoi orizzonti, ma le scelte che tu farai per te saranno tue e di questo per sempre te ne sei assunta la responsabilità e continuerai a farlo. Non devi dimostrare qualcosa a qualcuno. Semplicemente questo è il tuo nuovo modo di essere, e non hai un bisogno di conferme, non le cerchi. Le ricerchi, ma non arrivano pazienza, vuol dire che forse non ti sei circondata fino ad allora di persone che sono importanti per te veramente. Sì, però è uno stimolo, perché ti portano a confrontarti con delle realtà che non ti piacciono, ti portano a cercare qualcosa che ti piaccia di più. Nella ricerca di quello che va bene non mi sono mai fermata, perché quello che fai tu sulla tua strada va bene. Perché, cioè ... se noi cerchiamo conferme vuol dire che non siamo sicuri di quello che noi facciamo, oppure qualche essere di cui noi abbiamo bisogno di avere eccetera, però alla fine vai avanti per la tua strada, e io rispondo certo, perché io posso parlare con qualcuno, esplorare il mio punto di vista, sentire avere risposta da parte degli altri che possono probabilmente confermare che quello che io sento, guarda ... io voglio andare d'accordo con me, io posso spiegarti perché decido di fare una cosa, tu puoi essere o non essere d'accordo sul fatto che lo faccia no, e se io sto parlando con te sento dentro di me qualcosa che mi continua a spingere, allora è perché nella mia natura dev'essere così. Poi io mi posso confrontare con qualcuno che rispetto e stimo assolutamente, ma questo non vuol dire che poi mi adeguo a una scelta comune. Avviene la mia vita! Io lo voglio per me, ma senza l'ombra di dubbio, neanche fosse la persona più importante della mia vita, queste cose qua le voglio. Cosa scriveresti nel tuo necrologio? Cosa scriverei nel coccodrillo, come viene definito dalla stampa. Per le persone. di solito finché sono in vita, viene fatto quello che viene definito proprio il coccodrillo che non è altro che il necrologio. Quando succede che d'improvviso una persona muore, tutti i giornali hanno già un articolo che viene definito coccodrillo, proprio per raccontare la morte di una persona. Ehm ... si potrebbe dire: come vorresti essere ricordato, perché sai scrivere sulla tomba,

io non voglio, non voglio neanche la tomba. Io non voglio avere un posto dove io non ci sarò mai, per cui non trovo senso nell'avere un posto nel cimitero. Voglio essere cremata e sparsa ovunque, dove cioè io non sono che un'anima. Non voglio essere lì, non mi interessa essere in linea, non voglio essere sepolta, non voglio che qualcuno venga a trovarmi. Voglio qualcuno che mi pensi per come sono stata. Se sono stata qualcosa di importante, più o meno; oppure anche una rottura di coglioni, non importa. Come vuole, ma quello che mi piacerebbe fosse ricordato di me è l'amore con cui io ho vissuto. E la passione con cui io mi approccio alle cose, sicuramente a mio figlio l'amore più grande della mia vita. Sicuramente, ma proprio, l'amore con cui ascolto qualcuno. Io mi occupo di coach, per cui accompagno le persone in percorsi di crescita. Vorrei che loro mi ricordassero come qualcuno che ha fatto la differenza nella loro vita, che grazie al ragionamento, qualcosa è cambiato, un passaggio che abbia significato, qualcosa, non, cioè non è esempio, niente, sempre, proprio dire cazzo, avevo conosciuto la Franci. eh ... beh, insomma ha fatto la differenza. Ora, nella vita immagino tu abbia testimonianze, sì che tu abbia qualcuno su cui puoi contare; solo questo che riguarda me poi quello che accadrà non lo so, non mi interessa neanche saperlo, perché non è rilevante, perché cioè quello tutto quello che io sono e faccio, è qualcosa che riguarda me. E nel momento in cui io possa essere un esempio, un modello ad altri, io ho raggiunto il mio scopo poter essere stata utile, dal punto di vista umano e dal punto di vista anche attivo. Cioè, vorrei essere definita come quella che è riuscita a fare la differenza per qualcosa, per qualcuno. che ritengo sia interessante, cioè ... non passare inosservato. Ecco, cioè nel momento in cui qualcuno può dire bene di me. Ti faccio un esempio ogni volta che vedo i miei ex colleghi di lavoro loro dicono che mi rimpiangono, pensano al tempo in cui sono stati con me, che hanno avuto me come capo, per loro resta ancora la più bella esperienza lavorativa che abbiano vissuto. Loro sono rimasti, hanno continuato a lavorare. C'è stato un altro capo dopo di me, ma non son più riusciti a trovare l'armonia che c'era con me. Ecco, io trovo che queste siano le cose belle, cioè il fatto di sapere che la tua presenza ha significato qualcosa per qualcuno. È molto più che qualsiasi complimento. Esatto, perché io li ho sempre io sempre salvaguardati da tutte le porcate che esistevano, io ho sempre pensato che il mio concedere, portava le persone al poter fare al meglio il proprio lavoro, e a tutte le altre minchiate per le quali turbarsi ci ha pensato un altro uomo. Io mi muovevo proprio per consentire ai lavoratori di potersi esprimere al meglio. Insomma, sennò che leader sei? Il mio capo, davvero, lui per me aveva fatto questo: cioè, mi aveva messo in condizione di esprimere il mio potenziale. Ah, beh ... ce ne sono state ... dovrebbe ... quanto di suo ogni tanto, fa presto ad incazzarsi, ma vuol dire anche che ... eh, infatti, io lo avevo sempre ammirato, ma poi però la multinazionale davvero ha tirato fuori il peggio e poi praticamente ci hanno messo contro. Prima eravamo diventati amici, ... Eh ... poi sì. ci siamo fatti fagocitare. D'accordo erano cose che non riguardano te, non riguardano cosa? per ottenere un risultato? non so, non so, io non mi sentivo più bene nel momento in cui sono accaduto queste cose in azienda. Sono andata via perché c'è stata data la possibilità di andare via tre anni prima. Sono andata via. Erano, cioè, arrivate persone nuove che stavano rovinando tutto il lavoro che avevamo fatto, ed io non mi prestavo a queste porcate. Ho potuto farlo, per carità, e sono rinata. Ecco l'ultima domandina poi andiamo, cosa faresti se tu avessi una bacchetta magica? Se avessi la bacchetta magica? mamma mia, in questo momento se avessi la bacchetta magica trasformerei questa casa in una casa ad un piano e farei in modo che ci fossero degli spazi più ampi, ma anche degli spazi privati sia per

mio figlio che per mia sorella e i miei amici. Il che vuol dire che non ho una bacchetta magica. Non c'è nulla che io vorrei rispetto a quello che volevo, la relativa indipendenza di Martino, che stiamo ottenendo, che mi consente di avere uno spazio mio, che mi sto conquistando. Io sto portando avanti delle cose che a me piacciono, che mi fanno star bene, se dovesse non saprei, non c'è nulla che io cambierei in modo radicale nella mia vita nel senso che sono convinta che tutto quello che è stato sia quello che io ho scelto. Il percorso, per quanto faticoso, per quanto difficile sia e sia stato era ciò che esattamente ho voluto, perché serviva a me per compiere e per portare a termine quello che definisco appunto il mio piano di studi. Non credo di essere ancora arrivata a compimento, sicuramente c'è questo aspetto della relazione con il maschile. Più ancora faccio fatica perché sono stata educata al rispetto. Non ritengo adeguato che l'uomo, il maschio di oggi sia in grande difficoltà. E questo mette me nella condizione di non riuscire a entrare in relazione alla pari, comunque tranne poche occasioni perché c'è sempre qualcosa che in qualche modo va ostacolare le tappe, cioè mette in atto paure, oppure devozioni, oppure altre cose, ecco forse se avessi una bacchetta magica, veramente al di là delle cose materiali che passano in secondo piano, mi piacerebbe riuscire veramente a trovare un equilibrio nella relazione con il maschile, che ha anche una relazione con il mio maschile, perché in realtà noi siamo sia maschi che femmine; nel mio caso ho dovuto per tantissimi, troppi anni, essere il maschio di famiglia, nel gestire la famiglia e nel poter portare a compimento i bisogni, nel riuscire ad avere materialmente quello che mi serviva per garantire a mio figlio una risposta a quello di cui lui aveva bisogno. Ero io a dargli tutto ciò di cui lui necessitava. Diciamo che ho un po' più approfittato dell'aspetto maschile mio, mettendo un po' in secondo piano l'aspetto femminile e questo equilibrio difficilissimo da mantenere. I bisogni che dovevo soddisfare mi hanno messo nella condizione di essere più maschio che femmina, cosa che vorrei mettere a posto, se riuscissi probabilmente riuscirei ad avere anche una relazione con il maschile anche meno pretenziosa, perché alla fine non è che possiamo chiedergli di fare cose che non sanno fare. Però se sei un'azienda c'è la gerarchia da rispettare io mi ricordo quando è venuto l'ultimo capo che era una persona con tanti problemi. Ecco quando è sopra di te qualcuno che non rispetti perché non ha le capacità, questo è un dramma. Perché in Benetton noi avevamo il top del top. io avevo un capo che mi adorava, allora lui era il capo e io non esistevo, cioè, era una sua disposizione, perché c'era solo da imparare con lui. Però lui riconosceva il valore delle persone e allora il rapporto era totalmente alla pari. Ovviamente però si dovevano tenere le persone intelligenti, ma se poi le persone che non sono preparate adeguatamente vengono là dentro e fanno delle cose che tu sai che sono sbagliate, ma loro possono le possono fare, cioè non solo non sono capaci di fare quello che dovrebbero fare, e tu sei sotto di loro, allora comincia il dramma perché se tu ti permetti di dire, di osservare qualcosa, loro si sentono e capiscono che sono in difficoltà, ma siccome però hanno più potere di te, ti umiliano. Ecco perché deciso di mollare, perché non c'era possibilità di creare una relazione di rispetto. Tu che sei sopra non sei capace trattenerli dal mortificare il lavoro degli altri; da noi dopo, sì è vero, avvenivano queste cose qua, però io sapevo che tanto mi avrebbero fatto fuori; perciò, neanche sicuramente non lavoravo più come prima, perché, ma chi me lo faceva fare adesso? Certo, tutte le difficoltà che verranno dopo di me, infatti poi tantissime hanno cambiato lavoro. Un sacco di persone dopo di me se ne sono andate. Va bene, grazie. Adesso chiudiamo tutto e vuoi aggiungere qualcosa a questa intervista? No, perché cioè, se l'obiettivo fosse quello di sondare questo aspetto direi ci abbiamo provato.

e ti è piaciuto parlare così o no? Avresti voluto parlare più profondo? No, cioè, allora non so cosa intendi per profondo. Che potevano magari con te potevamo andare verso una lettura più spirituale Eh ... sarebbe, bisognerebbe condividere l'intero il concetto di spirituale, cosa per te spirituale. Il fatto che uno, al di là del credo, qualsiasi tipo di credo, nel fare l'agopuntura, perché di agopuntura stiamo parlando, senta dentro di sé che c'è davvero un'energia. Dell'energia, cioè, ma che è qualcosa che collegato a qualcosa di più grande. Puoi farlo questo ragionamento se condividi degli aspetti che in genere non sono condivisi dall'agopuntura. Quali dei medici che tu hai incontrato, agopuntori che hanno parlato di spiritualità? Il discorso mi ha portato il mio medico, davvero, mi ha messo di fronte al fatto è era inutile, che io me la prendessi, però sono state discorsi discontinui. Quindi ci sono dei medici infatti che ho trovato, anche raccontati dalle mie intervistate, che davvero durante la seduta non fanno dei discorsi, ma sono frasette che sembrano frasette buttate lì, ma in realtà sono scatenanti di altre comunicazioni più profonde, un certo grado di accesso alla tua spiritualità che può essere Dio scusami condividiamo il significato di spiritualità non ha niente a che vedere con la sorgente, con Dio, con Buddha, o con compagnia cantante, la spiritualità è qualcosa che porta te a considerare te stesso quale entità che vuoi, allora tu puoi sentirti come una parte di Dio, una parte di qualsiasi cosa, ma non è questo il punto, ma è il considerare te stesso come un tempio, il tuo corpo non è altro che un tempio, che va trattato con rispetto. Io, se tu quando tu riesci riascolterai, in realtà io ho sempre parlato dell'aspetto spirituale e una tra tutte le cose che ti ho raccontato fino adesso, per me spirituale è concepire il corpo come veicolo che mi permette di evolvere la mia anima, di compiere un percorso evolutivo della mia anima, cioè la vita non è altro che un percorso che io faccio attraverso tutta una serie di esperienze, perché per cambiare la mia natura da una certa cosa ad un'altra, quando gli doppia tu risponde, io sono scesa nella terra per compiere un percorso evolutivo della mia anima, a comprendere quali sono i meccanismi negativi, ora entri nei vari aspetti, come vuoi per cambiarli, trasformarli, per fare del bene, per diventare una persona migliore. Il corpo, come dicevo prima. è solo strumento Messaggero che attraverso il dolore, o qualsiasi altra manifestazione mi dice se cosa sto facendo di giusto o di sbagliato. Rispetto questo percorso spirituale, per me non c'entra niente con credere in Dio, il credere in una delle verità, tutto quello che vuoi. Potremmo esplorare qualsiasi tipo di religione che c'è adesso, quella è una un'altra questione di fede. La vera religione è un atto di fede, l'aspetto spirituale, per me, non ha a che fare puramente con un atto di fede, a che fare con la responsabilità che ho nei miei confronti dell'evoluzione che passa attraverso un'esperienza di vita. No, non è connesso, non ti chiedo di condividere, ti dico solo come io la vedo: cioè, per me il mio percorso spirituale è il mio percorso evolutivo. Dal punto di vista tecnico esiste altro per me, è la religione la bacchetta magica. Perché io vedo tenuto così tanto lontano. Cioè non è che pretendo di essere, di condividere con qualcuno, cioè questo è il mio percorso evolutivo, i miei studi attraverso i vari percorsi che non sono legati solo all'aspetto religioso, parliamo di antroposofia, per esempio, parliamo di moda, interpretare la vita, che ha ancora altri risvolti, cioè tutte le esplorazioni che ho fatto, che mi hanno portato a prendere, a formulare un'idea mia, che è mia, con la quale devo fare i conti io, perché alla fine io devo fare i conti con me stessa, con gli altri no, con Dio no, con cui ho comunque il mio Dio, quello che io ritengo sia generatore primo dell'esistenza umana, che possa chiamare Dio, ma posso chiamarlo come voglio. Non è importante, cioè io sono sicura dentro di me, che c'è un'entità non meglio definita che ha creato tutto quello che esiste. Dico sempre che

non posso immaginare che abbia fatto tutta questa prova straordinaria. Se si concludesse l'esistenza senza motivo sarebbe uno spreco. Sarebbe male. Capisci? Non riesco a concepire un progetto che si fermi qui, cioè se domani finirà tutto per me sarà impensabile, inammissibile. Però quello che non è antropomorfo non posso identificarlo in un Dio, non c'è nessuno nei Vangeli, nei Buddha, tutta questa roba qua, tutte insieme, nessuna sì comunque, non voglio neanche che siano d'accordo con me. Io mi trovo perfettamente d'accordo e per quanto io magari lo chiamo Dio, e dico, ma so che cosa succede dentro di me. Delle persone che ho conosciuto meglio, che non siano stati conoscenti che si intraprendono in aereo, al parco, quel giorno camminando conosco gente che soprattutto gente che si impegna solo a fare carriera. Ognuno ha il suo Dio, così interessante è quello di non convincere nessuno. No, io non devo convincere nessuno. Quello che io esprimo oggi è il frutto di tutta la mia vita. Sono un ricercatore, proprio come la natura, la vita ha voluto darmi mio figlio, ci siamo scelti, mi hanno dato solo la condizionale da quando è nato: di continuare a cercare possibilità di relazione intergenerazionali, comunicazione proprio il tema che probabilmente mi riguarda di più. Questo mi ha messo nella condizione di entrare in conflitto molto spesso con tante situazioni, perché al posto di tante cose cioè, io sono uscita dall'ansa Veneto perché mi sono rotto i coglioni, passami per il francesismo, di sentire i genitori dei ragazzi con autismo che si lamentavano perché lo stato non si occupava di loro, e che eravamo sfortunati e sfigati. Al che mi sono alzata, allora come stavo adesso, allora sapete che c'è? allora tutte le volte che sono venuta qua non ho mai sentito uno di voi ringraziare il cielo per avere incontrato il proprio figlio e aver riconosciuto l'onore di avere un figlio con autismo vuol dire che questo non è il posto per me. Sono andata via, non mi interessa, cioè non mi interessa, quello che io ho trovato è un equilibrio, una saccenza, non so chiamala come vuoi, ma soprattutto uno stare bene con me proprio per cose che per me erano impensabili. Perché tu non hai nessun potere nei confronti degli altri, nessuno certo. L'unica cosa che noi possiamo fare eh agire nelle cose in cui possiamo influenzarle. Ed è tutto perfetto così, perché noi non siamo gli altri, non sappiamo qual è il loro percorso non sappiamo che cosa è utile alla loro evoluzione, ed è errato pensare di essere diversi, significa essere arroganti ecco perché non possiamo metterci nei panni degli altri. Nulla non sappiamo nulla. Da dove partono, quali sono le esperienze che hanno vissuto, cosa, qual è l'obiettivo del loro percorso evolutivo, che cosa vogliono raggiungere, come lo stanno facendo, qualsiasi cosa che fa, che faccia, che abbiano fatto, che fanno, che faranno è perfetto non per noi, ma non nel così, non è rilevante, non deve esserlo. Tu hai responsabilità del tuo percorso evolutivo, hai responsabilità nei confronti dei tuoi figli, fino a un certo punto, perché poi loro si devono assumere le loro responsabilità, tu potrai essere presente se hanno bisogno di te, ma non potrai incidere nella loro esistenza, perché loro hanno il loro percorso, che è la cosa più difficile del mondo, mettersi lì quando magari pensiamo che domande fare. puoi solo confrontarti ed il loro modo di pensare probabilmente modificherà il tuo tanto quanto il tuo modifica il loro. Vuoi aggiungere qualcosa? no, abbiamo già detto molto.

Intervista n. 10 (Olga)

26 luglio 9,30 Boccon di vo

Allora chiamo Olga oh soffro di cervicali causato da due profusioni, mi sono tenuta il dolore per un po' di tempo. Ma poi ho iniziato a pensare di fare qualcosa per risolverlo. Finalmente tramite messaggi Facebook ho conosciuto la dottoressa. Ho aspettato tanto perché ero scettica nei confronti dell'agopuntura, perché non sapevo come sarebbe stato. Ma le terapie quelle standard, farmaci che oramai erano all'ordine del giorno. Volevo, dovevo decidere per forza di trovare di cercare una soluzione alternativa. Mi ricordo sempre che la prima volta per telefono ho fatto quattro parole con la dottoressa. Però la maggior parte del tempo delle chiacchiere al telefono le dicevo che era tutto un continuo dal collo che tirava la spalla. La settimana successiva ho fatto la prima seduta mi son sentita proprio diversa. Volevo continuare a fare terapie di agopuntura ravvicinate, ma dopo qualche tempo, siamo passate una volta al mese per il classico mantenimento. Sto bene, rispetto a prima, sto bene, sto molto meglio ovviamente come aveva detto (Cap.5 pag.9) Lei, ma mai al 100%. La mia, abbiamo constatato, purtroppo è una cosa ormonale, perché la settimana prima del ciclo questi cervicali ritornano. Forse è la mia parte più debole, durante la settimana del ciclo. Sono due, tre giorni al mese, ormai sono preparata, abbastanza. Qualche mese di più, qualche mese di meno. Però, insomma, immagini due giorni brutti ogni mese. Come un gran fastidio questo collo sempre mezzo tirato. Ci sono arrivata per disperazione, l'agopuntura, per altri motivi l'aveva fatta anche mia sorella. Qualunque chiacchiera dalla parrucchiera serve a produrre le notizie. La parrucchiera ha detto che si era trovata benissimo, perciò ho detto ok vado ci vado, ma avevo qualche sospetto. Questo dolore ce l'ho da tanti anni, probabilmente anche da quando magari ero bambina. No dai, però saranno un buon dieci, dodici anni, secondo me, di più saranno anche vent'anni. Ho cominciato non a questi livelli, ma è stato causato dal lavoro fabbrica, dallo spostamento di pacchi. Il movimento spesso prevede di stare in piedi, devo alzare questi alberi in queste bobine, spostarli. Quindi la movimentazione giusta so che sarebbe ruotare così, a volte ruoti velocemente. Anche se vado a tutti i corsi di pronto soccorso, nella pratica fai pratica purtroppo a fare come ti insegnano. La dottoressa però aveva detto che non arriverò mai al 100% della guarigione se non imparerò a muovermi correttamente. Ma se prima era un dolore che ho 9 su 10, arriverai a un dolore che sarà 5. Forse è anche un fatto di clima? infatti volevo chiedere alla dottoressa, cioè, è anche una faccenda temperatura, ci sono probabilità che sì, perché sento un po' la differenza in estate. Anche l'anno scorso ricordo che siamo andati via qualche giorno che d'estate, mentre ero a casa, insomma, stavamo bene anche prima magari di cominciare a lavorare. Il periodo estivo va un po' meglio, aiuta il dolore. Dovrei cambiare i movimenti al lavoro, lo so, mi rendo conto. Sono stata a casa una settimana con la lombalgia. Allora facevo gli esercizi tutti i giorni per la schiena e un poco per il collo. Ecco, non è una mancanza di volontà pigritia e proprio nel mood di fare due esercizi, non ti manca il tempo, no, è un fatto di testa. Probabilmente al lavoro basterebbe un pochino di attenzione, per muovermi dai due lati, cosa che non ho ancora fatto. A volte mi consolo perché la schiena è la mia, ho anche gli esercizi da fare, ma quando la sera quando torno a casa da lavoro ho meno voglia, sono stanca. Dai, le ferie sono qui alle porte. Si dalla settimana prossima siamo a casa tre settimane. Oddio 5 giorni andiamo via e per il resto faremo qualcosina, con comodo. nelle ultime due sedute

che mi ha fatto mi ha messo due cerottini. Stavo pensando di sentirla magari per farmi fare un po' di agopuntura, su entrambe le parti sul collo. Prima, quando mi curavo soprattutto con farmaci sì, si sbloccava per carità, mi sentivo anche sciolta, se mi dicevo di girare la testa ce la facevo. Per colpa del lavoro, colpa della postura, perché bisognerebbe cambiare la postura, perché devo tenere le spalle alte così, fatti conto che io sono sempre con le spalle contratte, allora ogni tanto mi sforzo tirarle giù. Questo me l'ha sempre detto per la signora che mi fa i massaggi. Sento che un pezzo di me ha sempre le spalle alte, e sento come si contrae la zona, quindi 1,2,3, movimenti in modo da sciogliere sì le spalle, sia tutto il resto, così le sblocchi già che ti rendi conto. Sì, sì, sì, invece al lavoro c'è un lavoretto che richiederebbe, per intendersi, sempre con le spalle sotto sforzo, così. Fortunatamente lo faccio poco, perché può farlo un tipo. Mi crea dei problemi, lo so io, e lo sanno tutti. Per me quel tipo di lavoro è tipico della fabbrica del settore: quello di trasferire le materie prime da macchina a macchina su richiesta degli operatori. Ma cosa producete? Etichette di tessuto, quelle che vanno applicate all'interno delle auto, con le scritte sopra, non sono adesive, la scritta viene trasferita. Siete dentro settore dei chimici? o sì. Quante persone lavorano in fabbrica? 100 persone, questo è un periodo un po' stanco, però sì è cominciato bene l'anno scorso. È una fabbrica grossa e siamo a Bastia, sì settore plastica. Noi facciamo le etichette quelle che vanno trasferite poi sulla plastica, sulle cinghie delle macchine, sui pezzi idraulici. Lavoriamo per tutto il mondo. Le etichette incollate sulle alette parasole della macchina. Lavoriamo tessuto, cioè ci sono anche in tessuto, oppure plastica, un polipropilene. Noi facciamo la stampa che va applicata poi sopra non è trasfer. Ecco ... sì ... eh ... come lavoro mi piace, lo facciamo insieme con il mio compagno. Io lo faccio da vent'anni. È un'organizzazione nazionale. Prima eravamo 200 era una roba mostruosa, e poi un po' meno. Adesso c'è stata, secondo me, è un po' di ripresa, ma bisogna vedere a settembre perché su questa ripresa non si può fare affidamento. Perché ci sono le ferie: la chiudiamo tre settimane quindi il cliente fa scorta, quindi bisogna vedere se poi la ripresa continua o si ferma. Perciò il problema non è il lavoro? No, no, il lavoro, sul lavoro niente da dire: è un'isola felice, sì, a parte le mie malattie, però insomma, si sta bene; non ho nessuno sul collo, quindi da quel punto di vista insomma sono serena, perché il lavoro non è poco, no? cioè, tre quarti della vita, sì, visto che ci passiamo otto, nove ore, ah ... ma sono anche le ore più, ahimè, produttive cioè, nel senso che tu poi alla sera sei stanco. Sì, come lavoratori prendiamo più che bene, mentre il turno di notte no, non lo faccio; l'ho fatto solo tre anni, quando ero facevo l'altro lavoro, quello più schifoso. Ma dopo tre anni mi ha passato alla confezione convenzionale. Ma quindi gli impianti sono sempre in funzione? Sì, anzi però ho 6 giorni su sette. Prima nel periodo straordinario in cui si lavorava di più, si lavorava fino al sabato mattina, perché c'è la notte poi c'è anche il venerdì notte; il turno della settimana successiva inizia la domenica notte. Quando c'è tanto lavoro ti offrono di fare la sesta notte che è uno straordinario pagato di più, pagato con un bonus. Quindi vai al sabato mattina, c'è straordinario, cioè sempre anche nei periodi più ricchi, diciamo. A mezzogiorno chiude e poi riapre la domenica sera. Quella giornata e mezza che l'azienda dovrebbe chiudere facevamo 24 ore su 24 7/7. È la multinazionale perché americana eh, insomma, siamo contenti finora, si teniamo duro anche perché dove andiamo? cioè, c'è un'altra cosa da dire il mio compagno lavora anche lui nel turno di notte, però tutti ti dicono eh lavorare tutti e due nella stessa azienda non va bene. Dove vado a sbattere la testa? adesso vado bene, dove vado, vado; e poi mi faserò la testa quando sarà il momento. Davvero! come si dice il domani penserà a sé

stesso. E sto tranquilla, può far sì che non chiuda mai perché, se questo è un business mondiale, figuriamoci! Ma fanno presto a metterne su un altro. Perché però non sempre va bene tutto! Già, da noi si punta molto sulla qualità e il fatto di chiudere e andare nell'est è molto improbabile, perché la qualità che il cliente trova da noi, secondo me, difficilmente la trovano da qualche altra parte magari. Per carità, ci sarà però quella moda che c'era di chiudere in Italia e andare in Romania, può funzionare? non credo. Assolutamente no. Va bene, allora adesso parliamo delle altre domande sì eh ce l'hai un ricordo di una seduta particolare in cui sei arrivata e magari è successo qualcosa? Perché, poi, *infatti volevo proprio dirlo, perché, poi non è solo una seduta di agopuntura, diventa un tempo di una seduta di psicoterapia cioè, ci si apre per forza di cose, perché se non lo dici tu a parole, il tuo corpo lo rivela, e mi ricordo c'è stata questa, vabbè ti mette ti punge, ricerca il punto dove ti duole l'orecchio, e mi dice che è strano, sei strana stasera, ... praticamente vabbè era un periodo in cui ero un po' giù di morale, ma ci sono arrivata dopo, quando mi ha detto che sono strana, ma allora non depressa, però ha detto che il punto che mi doleva nell'orecchio dava questa immagine di un po' di depressione, strano ah ... perché non mi sembra cioè, di solito no, cioè ... io sono così, insomma, allora, però poi abbiamo messo gli aghetti ... è andata di là da un altro paziente e pensa, ripensa, ripensa, perché poi ci pensi effettivamente era un periodo un po' duro qui a casa, nel senso che mio fratello si è separato ... e ci siamo andati in mezzo un po' tutti, perché* (Cap.5 pag 15) l'atteggiamento di lei diciamo non mi quadrava, è cambiato sia nei confronti di mio fratello che però soffre, e anche nei confronti nostri. C'era stata tutta una serie di cose, cioè, le avevo dato una mano per entrare nella fabbrica dove lavoro io, allora andava da così a così. Ma da allora è cambiata nei confronti di mio fratello, è cambiata nei confronti nostri. Io ci sto male, poi c'è anche da dire che mi tratta proprio come un'estranea. Secondo me, cioè, da quando è entrata in fabbrica dopo ha legato con alcune persone, te l'hanno messa contro? ha fatto tanto del suo e anche non è che sia tutta la colpa di queste persone. Ha fatto tanto, tanto di suo ha messo. avete gli stessi turni? No, non è facile che ci troviamo, sono tre turni. Loro hanno ragazzo (figlio) di 14 anni. Un po' io e un po' il mio compagno eravamo un po' troppo concentrati su questo pensiero e a momenti sembrava minasse il nostro rapporto di coppia. È durato pochissimo, fortunatamente, perché poi ci siamo ritrovati subito. Ci siamo resi conto che ci stavamo concentrando troppo su questo problema, e allora ero andata un po' giù di morale, mi sentivo triste e questa seduta, mi ricordo, che mi ha reso consapevole di questa cosa, del fatto che ci stavamo allontanando noi due. Quando sono tornata a casa l'ho detto al mio compagno. Ho pensato che tu hai ragione, ci stiamo allontanando, perché ci stiamo concentrando su un problema degli altri, per carità, perché a scuola, a livello proprio scolastico lo abbiamo sempre aiutato, fin dalla prima elementare per i compiti poi c'eravamo sempre noi, anche per andare a prenderlo a scuola di pomeriggio quando lei lavorava, o perché faceva altri lavori. L'abbiamo vissuto tanto e vederlo un po' allo sbando era un tormento, un pensiero continuo, era proprio un tormento e mi sono resa conto che ci stava allontanando. Noi due non avevamo più tempo per noi. Poco dopo ... eh ... poi ci siamo rimessi in carreggiata. Però quella seduta ha rivelato problemi di cui forse non me ne sarei accorta, perché lei lo aveva capito quando ha detto tutto questo stress perché lei mi vedeva che ero stressata, e tutta questa tensione si concentrava qua. Allora le ho raccontato subito del problema che c'era questa baraonda, e poi già parlandone si scioglie un pochino, no, perché io sono sempre stata dell'idea che dovete parlarvi delle cose, altrimenti te le tieni tutte per te, non le butti fuori, ma son sempre stata così. Mi

ricordo che sì in particolare, dopo nel giro di niente se hai bisogno, cioè, era stato proprio un periodo in cui ci siamo talmente tanto concentrati che lei ah ha usato proprio la parola depressione. No, io no, io non lo accetto, no, no una cosa assurda per me, anche perché non ne ho motivo, non ho nessun tipo di problema: il lavoro va bene, ho vicino un compagno che mi vuole bene, che stiamo assieme da vent'anni. Ho una casa in una bella zona, Sì, la salute, a parte gli acciacchi, va bene. Però sì, a volte penso ad una un'amica che ha 18 anni che non sta bene, che ha valori anomali all'ipofisi che le creano un tumore benigno, ma le crea un sacco di problemi. Io non ho neanche il coraggio di lamentarmi per un dolore alla cervicale quando penso a lei, problemi alle ghiandole surrenali, insomma è un disastro poverina e 18 anni. Da quando è nata vive così. Come posso permettermi di lamentarmi? vado in ferie; vado al lavoro tutti i giorni; vado, andiamo via qualche volta anche se siamo pigri, anche la sera stiamo bene a casa. Però per scelta nostra. Volevamo fare una passeggiata ma mi mancava la forza per fare una passeggiata, cioè, è un fatto di pressione? mi ha fatto una paura mostruosa. Mi ricordo bene quella seduta la dopodiché ci ha consigliato, perché le ho detto che siamo un po' fiacchi. Ecco, adesso fortunatamente sembra che anche di là le cose si siano sistemando, non si sono separati, prima hanno voluto la separazione a tutti i costi e volevano essere la coppia aperta, stile quei gatti che vanno avanti indietro. Mia mamma che ha 84 anni e, penso che sia stata una mazzata. Mia cognata vive ancora qui, si ha continuato a vivere qui, cioè, sono separati in casa, però adesso sembra che ci siano buoni propositi da tutte e due le parti, perché poi sembrava che facessero a gara a che stava meno a casa il venerdì e il sabato sera tra lei e mio fratello. E questo ragazzo sempre a casa da solo. a noi, ci moriva il cuore, ho detto, era un periodo balordo 14 anni, va a scuola in una scuola nuova, se trova cattive compagnie cosa succede? Mia mamma che era disperata anche lei, perché insomma, adesso sei brava, sono stati due anni intensi in movimento, si movimentati, ma adesso sembra, speriamo insomma. Anche perché poi hanno un'altra figlia sua di lei, però oh e dal primo matrimonio. È una brava ragazza, insomma studia e lavora, quindi sì, eh ... aspetta, ha 22 anni. Lavora dalle 21.00 tutte le sere, e torna a casa quattro segue tutte le mattine ... insomma, lavora in pizzeria, come cameriera. Però, insomma, anche una brava Rosita. Dai, ora li vedo entrambi un po' più tranquilli, chissà che si raggiunga un po' di poi tranquillità. Sì, ecco quindi quella seduta me la ricordo molto bene. Dai vedi che l'agopuntura lascia e segno? Io ci credo moltissimo. e adesso cominciamo a virare verso l'altra strada: tu mi hai raccontato queste cose no cosa come ti sei sentita cosa ti è sembrato nel raccontare le cose in questa maniera? *Allora mi sono fatta un po' di scrupoli inizialmente, perché, insomma, sono cose private, ma perché, qui, però mi sono detta ... appunto, cioè, poi, però penso adesso no, non fai un cazzo scandalo. Ma esatto: non faccio scandalo.* (cap.4 pag. 3) Purtroppo, è all'ordine del giorno, che la gente spari. Non ho detto nulla che non sia vero, poi penso, insomma, che per la buona causa. Al di là di questo io ti racconto la visione esterna, no, cioè ... loro raccontano a persone estranee. Poco fa tu dentro di te, ti è sembrato di rivivere le situazioni? eh un pochino sì. Sì, torna. Bene ma torna. Sì, quando ne parlo riemerge la buona rabbia, perché non ci siamo capiti. Di questa cosa non ne parlo, oppure quando mi torna in mente è già un bel po' di tempo, qualche mese fa, lei è venuta a dirmi che aveva fatto l'insalata russa. Io le ho fatto una carezza e ho detto mi manca mia cognata di qualche mese fa. Poi sono uscite parole, nessuna offesa, ma il brutto è che poi è andata a raccontare in giro. Però non ha detto nessuno mi ha fatto una carezza e questa cosa mi fa ancora male, ha detto che io l'ho aggredito

verbalmente, perché ho un carattere forte. Cioè, questa andava a raccontare in giro quello che ha capito. Anche mio fratello, cioè la verità è stata distorta, è stata raccontata solo a metà. La sua interpretazione. Quindi sì, questo riviverle mi fa ancora un po' di rabbia, ma poi cerco di pensare al fatto che forse adesso va meglio, allora questo è buono. Cioè, sì, sì però questo va fuori dall'intervista, ma non è che questa signora è veramente stanca, cioè nel senso che dentro di sé probabilmente ci sono dei pensieri, no, ma dovuti soprattutto al fatto che lei magari sta vivendo delle cose che la stanno facendo cambiare, evolvere e quindi poi quando tu ti evolvi e devi mantenere la stessa facciata è difficile. No? quindi è per questo che ti da questi colpi di coda spaventosi, perché lei si sente diversa da quella che era allora? Lei è stata vaccinata e poi operata. eh ... ecco guarda che robe grosse ... Sì, sì e sta dando la colpa a questo, che questo l'ha cambiata. Allora tanti dicono che può essere, e... eh ... e noi abbiamo fatto fatica a starti dietro, che il suo periodo nero non c'eravamo tanto. Ci siamo sempre stati, anche mio fratello, però lei ci ha voltato le spalle. Sì, Ok. Quello che ti posso dire io, è che, quando una persona si vive un'esperienza così forte perché insomma la vita, la morte e se non è la morte è comunque un cambio di coscienza tua, no? invece poi per il mondo esterno tu sei sempre tu ma tu in realtà non sei più tu, sei molto diversa. Lei in altre situazioni che non avesse avuto un marito o un figlio, un'altra figlia, una casa, una cognata, probabilmente lei sarebbe partita, e sarebbe andata a vivere in Alaska per stare da sola, ma non può perché come fa allora è per questo che adesso io neanche la conosco sai quindi magari già peggiore delle persone ma secondo me lei dentro di sé si sente come dire in una posizione che non è più la sua, sì ma non perché è colpa vostra; lei si sente così perché è proprio la sua il suo percorso interiore l'ha allontanata da quella che era il suo ruolo precedente quindi non è da condannare lei e neanche non è da dire che lei c'è l'ha su con te o suo fratello O dai, su, la sua vita di lei sta cambiando, sì, dopo magari spero di poter parlare al passato, perché sembra, è durata due anni sta cosa. Allora è arrivato durante il covid tutto questo casino, e sì proprio durante il COVID e quindi sono durati due anni di questo sbandamento. Non lo so, adesso la vedo anch'io più serena, va via sempre, ma più serenamente. Magari siamo rientrati nei ranghi, Può essere, io ci spero sì. Ma la parola giusta rientrare nei ranghi ha a che fare con un mondo che ha già il suo aspetto, la sua struttura, entro cui tu vuoi che lei rientri. No, no, io non voglio, no. Il mondo no. Anche il posto in cui vivi, in cui stai qua, ma lei dentro di sé per rientrare nei 'ranghi' questa parola sì, lei deve fare un grosso lavoro, su di sé, magari l'ha già fatto. Magari ha fatto questa esplosione extra e adesso magari si è tranquillizzata. Magari ha capito che è finita tutta questa esplosione. A mio fratello non ho detto niente, né lui non mi ha detto. Tanto che io ho solo chiesto cosa sta succedendo di là? Le cose sono cambiate, non è facile, facciamo del nostro meglio, ci stiamo riprovando. Ci sono buoni propositi da entrambe le parti, quindi magari ha visto che tutto questo mondo esterno non la rendeva soddisfatta neanche lo stesso ... magari uno rientra, vedremo, chi vivrà, vedrà ... se sono rose fioriranno. Lui quanti anni ha? allora mio fratello ne ha 57, lei 43 ora. Lei è moldava. Quindi sì ci sarà della differenza, ma non serve niente, perché appunto per ogni persona sono tante altre tante combinazioni. È difficile anche tra conterranei.... certo sì no non ascolta. Adesso cambiamo di nuovo: tra quando ti stai preparando per andare a viverti questa agopuntura come ti senti ti prepari ti lavi ti profumi, ti cambi? Se arrivo dal lavoro sì, per forza sì. Sì, ma cioè tu che lo fai lo fai perché vuoi andare lì ed essere perfetta, oppure per rispetto della dottoressa oppure per rispetto a te stessa? Beh ... insomma cerco di non puzzare. Quello sicuramente perché, se magari vado direttamente dal lavoro mi

do perlomeno una rinfrescata ... sì a parte che magari non serve, perché mi fa sulle orecchie, quindi magari sui Piedi. eh ... Sì, insomma sì, ma non l'ho mai considerato come un primo appuntamento. Insomma, cioè, è una cosa che faccio volentieri. Che so ... so che mi fa bene, e dopo è come se dovessi vedere amica, insomma come se dovessi andare trovarmi un'amica. Cerco di non arrivare con piedi e con i calzini sporchi, ovviamente se parto dal lavoro mi cambio quel che posso. Sì, ma come farei normalmente non penso che sia come andare dal dottore, quello no. Però una cosa è essere dignitosi. Perché Alma ha la mia età ed è una persona molto squisita. Sì, sì, l'adoro proprio veramente. Sì, sì è un piacere è proprio un piacere. Sì, poi lei è anche delicata nelle parole: insomma un museo delle frasi. Sì, sì e intanto ecco mi ha fatto terapia psicoterapeutica, perché racconto, cioè mia mamma poi mi chiedeva sempre di raccontare, a casa quindi si diventa proprio un lavoro di ricordi. Da quand'è che fai queste terapie di agopuntura? eh, ho cominciato a settembre non dello scorso anno, ma dall'altro anno. Nel 21. Quando lei sta vicino a te, che ti mette gli aghi, tu percepisci le sue vibrazioni il suo profumo la sua presenza il calore del suo corpo? Proprio no. Niente, mi concentro, ah no ... su ... allora, va bene allora mentre mi mette gli aghi nei piedi chiacchieriamo. Quindi no, magari dopo quando mi mette quelli nell'orecchio mi concentro, perché devo sentire il punto ... non è il sì, il no, è con beh so che lì sono ... però non sento tutte queste cose. Forse non ci faccio caso, perché stiamo già chiacchierando a manetta; quindi, sento che sono già preparata a quello che mi dovrà fare, ecco ... quello che dovrà succedere ... va bene eh parliamo dei fatti degli altri, di chi ti sta attorno. Rispetto a questo tipo di terapia cosa ne pensano i tuoi parenti? Mia sorella come ho detto prima, l'aveva già fatta e si è trovata bene. Da Alma? No, no da un altro medico. Mia sorella non la conosceva, cioè, l'ha conosciuta poi, seguito perché anch'io racconto gli altri che vado a fare agopuntura, loro mi chiedono e non ho mai trovato nessuno scettico ... eh ... finora. No, adesso sto pensando anzi l'ho consigliata anche a dei colleghi che sono andati. So di un collega che è già andato, che ci va da qualche tempo. Non riuscirei ad avere un'intervista da lui? non ho pochissimi maschietti. Sì certo glielo chiedo, tanto oggi lo vedo. ok e abita a Montegalda, è un marocchino. ??? che c'entra? e sempre però dico, cioè, un essere umano No, nel senso sì, no, non era quello. Nel senso che magari viene da un'altra religione. Va bene, meglio, se ... eh è ben disposto a queste cose ... mi fa strano che magari sono molto maschilisti, no, hanno la loro mentalità, il loro credo ... ecco vabbè lui è molto musulmano, però per quanto riguarda certe cose è ancora bello forte, giovane... alla sua età. OK, grazie, perché mi mancano maschi, non ho neanche un maschio. ah, non è andato tantissime volte, però insomma una volta va bene. Ha 54 anni. Lui non mi ha mai detto nulla dell'agopuntura. Anzi tutti quelli che mi chiedono: ma ti trovi bene? ah mi son trovata benissimo fin dalla prima volta. Possiamo anche provare con un altro collega, che soffre di mal di schiena mi ha chiesto se mi trovo bene a fare l'agopuntura e gli ho dato il numero di telefono. Ah, poi ho conosciuto una dottoressa, quando vado a donare il sangue, mi ha detto che lei l'aveva fatto, però non era proprio uguale, aveva un altro nome, un altro tipo di agopuntura, adesso io non lo so il termine esatto, cioè, sembrava agopuntura, però veniva fatto in un altro sistema, lei non si era trovata bene, non ricordo veramente. Le avevo raccontato che io faccio l'agopuntura e che trovo benissimo; aveva voluto il numero di telefono, però poi non so se è andata. Comunque, hai provato qualche effetto collaterale? tipo tranquillità, sogni diversi? Urca, sai che non ho notato, ma non credo. Cambio anche di sapori? percezione degli odori? No, cioè non ci ho fatto caso. No, una volta mi ha detto che mi ha messo un Ago, eh ... non mi ricordo

dove ... e poi le ho chiesto, ma hai già fatto? ho fatto diverso. Non mi ricordo se era qua sopra l'occhio. O dove. eh, lo faccio no ma forse l'ho giocato a casa con le patate lesse? Me ne sarei accorta perché, se avessi dormito tanto di più, ma non mi sembra di aver dormito più del solito; quindi, non mi ha causato effetti collaterali. Non mi ricordo, ma so che poi me l'ha chiesto, e te ne saresti accorta se ti avesse fatto qualche altro effetto. Ma mi sembra che sia stato curato quello che doveva curare certo. Certo è però che per il resto ma per tutto il giorno dopo la seduta mi sentivo benissimo. Non mi sento come il giorno prima, ma di solito mi sento bene, perché non vado in quei giorni in cui soffro. Ma una volta ecco, una volta ha provato a mettermi, ... come si chiamano quei semini? che non mi ricordo il nome nelle orecchie. Ecco quelli mi hanno fatto malissimo. Sì, sì la mattina dopo le ho scritto che sono stata molto male tutta stanotte, veramente mi pulsava proprio la testa, questo pulsare ha detto che potevo togliergli subito immediatamente. Questo magari non è magari un caso del sonno e fatto togliere, tirali via immediatamente, in più ci avevo dormito sopra e avevo proprio una roba, e poi nell'arco della giornata è scemato. Questo non lo volevo, non avevo preso niente ... però poi il dolore in testa, cui erano anche la cervicale, proprio la cervicale che è poi andata a smuoversi. Lei ha detto che evidentemente per questi semini sono troppo sensibile. Quel giorno, quella volta lì è stato un po' un esperimento anche per lei. Però va beh dai si prova. La volta dopo, poverina, che sono andata lei mi diceva 'ma cosa ti ho fatto?' ma figurati! non ti do la colpa, gli ho detto. Ci avevamo provato, ed evidentemente tu sei troppo sensibile per questi, e te li ho tolti. Poi un'altra volta mi ha messo anche quelli dietro le orecchie, e quelli mi hanno fatto bene, non ho sentito nessun dolore. Ecco, a parte quell'occasione dei semini, che ne sono quelli neri, spero per il resto vada bene. Quindi non è che la volta successiva sei andata e avevi delle paure, che ti dicessero di non andare perché ti aveva fatto male? ah no assolutamente no, no. Cioè, mi rendo conto che è stata una prova. Diciamo più un esperimento che una prova. Anche per lei non è andata bene, ma non ne ho fatto assolutamente una colpa sono convinta che lei lo facesse per il mio bene, mica per farmi del male, va bene. Assolutamente no, per carità! Nella tua visione, cosa ti aspettavi in generale dall'agopuntura? Speravo mi facesse bene. Ok. Prima, non so, ti ponevi le domande tipo ma oggi il dolore mi sta passando? o fa più male? o dubbi sul fatto che gli aghi facessero male? Sì, no, beh male no, perché tutti quelli con cui ho parlato mi hanno sempre detto parlato bene dell'agopuntura, che funziona; anche il fatto che li vedo tornare. Perché fa proprio bene, ovvio che sì, è una terapia, non è un miracolo, insomma. Quindi bisogna procedere la cura. Sì, insomma l'ernia non me le toglie nessuno, e già il dover continuare, però no, è stato per questo appunto, che ci ho messo tanto a partire, ma se l'avessi saputo, l'ho sempre detto, l'avrei fatto prima. Non l'ho fatto, l'ho sempre detto, per pigrizia. Quando andrò, magari nel momento in cui ti decidi, stai bene e allora vai avanti. Poi c'era questa mia amica che la faceva. Diceva che era una mezz'oretta. Io le rispondevo che, quando mi sarò decisa, mi darai il numero, poi è arrivato il numero e il nome di Alma, e ho detto vado. Mi ricordo che l'ho chiamata un sabato mattina, sì, anzi no, le avevo mandato un messaggio e poi mi ha chiamato lei il sabato mattina, siamo stati al telefono, mi ha raccontato un po' tutto, mi ha ho chiesto, poi le ho portato la risonanza; insomma, no, non ho mai avuto paura degli aghi, vado a donare il sangue, gli aghi sono grossi come un dito; quindi, no, non era neanche paura, speravo, cioè, avevo fiducia nella agopuntura, e sono stata ripagata, si è bene. Bene, sì, sì, assolutamente sono contenta. Ora cambiamo rotta: rispetto al fatto che ci sono alcuni pensatori, alcuni teorici che dicono che noi nel nostro corpo abbiamo la potenzialità di

autoguarigione, cosa ne pensi? ah a ora spingendo un po' questa cosa, si può dire che l'agopuntura va a stimolare un punto in cui l'energia si è bloccata e quindi, spingendo, si può dire che in effetti a conoscere bene se stessi si potrebbe auto guarirsi no da qualsiasi dolore. Se ci penso, sono convinta che bisognerebbe fare uno studio molto approfondito su sé stessi, ma cioè proprio a livello, come si dice? ... fisiologico, eh nel senso che lei mi ha raccontato che ci sono queste linee dietro la testa, su cui lei va a lavorare. In un certo senso bisogna essere portati a pensarci, credo. Cioè, uno che è un maniaco di sé stesso, secondo me, fa questo auto- studio su sé stesso, ma nel senso che dici tu, ci vuole anche tanto tempo, ma si ... passione, tempo, e no, cioè non mi sono posta questo problema. ... al di là delle cose che si possono curare con l'agopuntura, cioè, secondo me, non tutto si può curare, non tutte le patologie possono essere curate da solo, cioè questi studi dicono che vengono curate tutti i tipi di malattie ... allora io non è che sono facilmente venditrice ... nel senso che può essere un pensiero affascinante, no? perché effettivamente se uno riuscisse a tirarsi fuori da questa situazione, e cioè riuscisse un po' a tirarsi su, a sollevarsi con un drone, e vedere tutta la società come gira, e il giro di soldi, di tutti i magna - magna, magari potrebbe anche capire, ma uno però deve fare tanto lavoro di consapevolezza, e non solo su se stessa, anche una consapevolezza, come dire, meccanica della società: cioè esistono tutti questi ospedali, ma alla fine adesso è solo un gran giro di schei, cioè, allora, anche noi normali pensiamo che non può essere ... proprio solo così. No? perché gli ospedali fanno anche grandi cose, certo che sì. ... quindi uno fa fatica a diventare proprio consapevole che qualsiasi suo dolore lo può risolvere da solo. Però diciamo anche che con un percorso di aumento di consapevolezza si può magari arrivare a risolvere certe cose. Perché penso che fai più con l'autoconsapevolezza e con coscienza, e la disposizione giusta, quello sì perché, se si parte già scoraggiato, allora non ci siamo. Ci vuole un modo di essere ben disposto, devi essere positivo, anzi, quella sì, è vero ... la positività, Però è anche vero che tante tensioni alla lunga possono causare grossi deficit, grossi scompensi, e forse lavorando su sé stessi secondo te il nostro corpo, ma mi hai già risposto, il nostro corpo può essere davvero veicolo del nostro sentire? e il nostro corpo mantiene ricordo di ciò che prova secondo te? allora che sia veicolo? sì senz'altro perché se n'è accorta Alma: quindi assolutamente sì, e non penso abbia consultato la sfera magica, quindi ha sentito nei punti giusti. Che mantenga il ricordo no, ah ... ho paura di sì perché la mia lombalgia, secondo me, è tanto sinonimo di tensione, perché ho cominciato tanti anni fa, quando ero più giovane quando c'era un problema ... si concentrava nello stomaco. Al minimo pensiero lo stomaco mi faceva male, poi la mia tensione si è trasferita alla zona lombare. Quando c'era un pensiero costante si trasferiva nei sogni di cibo. Cioè, sono un po' previsiva ... eh, nel senso che, quando c'è una cosa ci penso di continuo e faccio fatica a distogliere la mente. Quando sono cose abbastanza serie, insomma, non per le cazzate, per esempio, ma per cose tipo questa, con mia cognata, che abbiamo vissuto poco tempo fa. Si concentrava tutto nella zona lombare, e mi sentivo proprio contratta. Ecco, una cosa grossa che è cominciato ... forse anche un po' prima ... è stata una cosa grossa quando mi è mancato uno zio. ... Zio, più che uno zio era il mio amore, un fratello, ... sì, insomma una specie principe ... siamo stati sempre insieme, da quando sono nata ... poi gli ultimi tre anni visto che dovevo seguirlo io, perché era il fratello di mia mamma, e nessuno l'ha mai voluto in casa, è rimasto sempre qua. Noi siamo venuti ad abitare qua che io avevo due anni ... quindi siamo rimasti assieme bel po' di anni; lui è mancato due anni fa, gli ultimi tre anni, purtroppo, li ha dovuti fare in casa di riposo perché mia mamma aveva

all'epoca aveva 78 anni; lui ne aveva già 68 e cominciava ad avere le sue esigenze. Mia mamma a 78 anni non riusciva a più a seguirlo. Quindi io, che lavoravo, ho dovuto prendere da sola la decisione di fare domanda in casa di riposo. Anche il fatto di prendere questa decisione, perché l'alternativa era che io rimanessi a casa però avevo 44 anni, no no anche un bel posto di lavoro perché magari avessi fatto un lavoretto ecco eh e poi sono andata a trovarmelo due volte a settimana io due volte a settimana, cioè, smettessi di lavorare. Quando io non potevo, mi assicuravo che qualcuno potesse andarlo a trovare, poi si è anche inventato bene di prendere il Covid, perché loro li chiudono dentro ... cioè ... già, i vecchietti normalmente li chiudono ... quando restano isolati. Inoltre, è subentrata un'occlusione intestinale. È stata a Padova ... diciamo che io l'ho rivisto dopo che è stato in rianimazione, dopo mesi ... mesi ... questa roba qua non ancora mandata giù, perché è stato tutto all'improvviso. Perché è stata una decisione difficile, ah ... Perché tu ti ritieni responsabile? Sì, adesso perché mi rendo conto che lui non aveva la minima colpa. Se qualcuno dei fratelli ci fosse stato, e avesse dato disponibilità a dare una mano a mia mamma ... io ho dovuto scegliere tra mia mamma, ed è ovvio che tra i due ho scelto mia mamma ... però non mi sembrava giusto. Ma tu non hai neanche fratelli e sorelle scusa? Sì, ho una sorella e un fratello. e perché dici che è stata tua la responsabilità? perché tutti sono bravi a parlare, basta poi a non dover prendere decisioni. È ovvio che ne parli ... però dico: sì, no, sì, però ... poi devi essere tu a decidere. Cioè, tutta sola ti senti così. Anche lui aveva dei fratelli, delle sorelle, ma non fregava niente a nessuno. Lui aveva qualche sindrome? Ah sì, sì, sindrome di Down, era ...no ... ma, ma, c'era però con la testa lui. Non c'era su certe cose, quello ovvio ... però e poi ... (piange) è poi precipitato un po' tutto quando ... dopo, durante il covid non si poteva andare a trovarlo, si dopo ... un periodo no. E in quella occasione cominciavi a vedere la decadenza. Poi è andato all'ospedale, l'hanno operato per un'occlusione intestinale ... insomma, una roba ... è uscito, l'hanno rimandato in struttura, ma non ... se vuoi rispondere vediamo ... non posso, ... ecco ... questa ha lasciato il segno, sì, ... dopo psicologicamente, molto, ma secondo me, in qualche ora, qualche attacco di tensione, ma, ... dico sempre, dovrei andarne a parlare con qualcuno, forse ... però ... poi ... questi sono ... i risultati ... eh, vabbè, insomma una piccola deviazione ... piange ... del fatto che mi sento che la scelta che ho dovuto ... fare però intanto bene ... quindi ... poi dicevano ieri ... è così ecco le parole giuste, ci ha rimesso lui ... ma solo perché nessuno mai si è preso la briga di riconoscere di avere un fratello ... o sono andati via perché se ne sono fregati per carità ... tre, quattro, cinque anni fa ... di quanti ormai erano già al largo gli anni però si col passo con gli altri ... sarebbe stato un sollievo anche per mia mamma e c'era tutto quello ... sì, mi ricordo che poverino lui aveva sempre un sorriso per tutti ... addirittura in sala di rianimazione ... sono riuscita a vederlo ... a Padova, ero stato in quel periodo là, perché poi non si poteva più andar dentro. Solo in sala d'aspetto. Non si poteva entrare in sala di rianimazione, nel frattempo poi si si era anche ammalato aveva ... è solo covid ... continuava ad essere presente ... poi l'hanno operato per circa tre ore. ... terapia intensiva ... poi a Padova, era sembra un po' ripreso ... si è svegliato, lo ricordo sveglio. Lo chiamavo, lo accarezzavo ... prima, poi ho cominciato a parlargli ... quando si è svegliato, mi ha guardato, ha sorriso, ha protestato un tot, e poi l'hanno portato in reparto e non l'ho più visto, poi l'hanno rimandato a Este, l'ho visto solo una volta, avevano detto che stava benino, un po' alla volta si stava riprendendo, perché soffriva ... gli andava per traverso il cibo ... disfagia, che ha creato polmoniti da ingestione alimentare ... e diciamo che

l'ultima settimana, la sua ultima settimana di vita, io la mia oretta giornaliera l'ho dedicata a lui. Ecco, ogni giorno ... domani, ma non c'era più con la testa, dormiva sempre ... ti posso dire ... che quindi, ecco, ciò che mi consola ho pianto, (sta piangendo)poi mi consola ... dico che perlomeno l'ultima settimana sono rimasta da sola con lui. Lo stimo molto ...così mi hanno consentito di stargli vicino, perché ormai vedevano che era questione di giorni, poi mi lasciavano entrare. Dove fare continuamente tamponi ... insomma, almeno un'ora intensa, ma solo 20 minuti, però poi chiudevano gli occhi. Restavo un'oretta facilmente ... allora spero di averlo sentito andare il giorno che pensalo nella pace, pensalo nella luce, pensalo che ti ha dato tanto, pensalo che tu hai avuto un'occasione di viverti una storia d'amore incredibile. no? perché quando sono così, non è che stai tanto là a discutere che la formica ti passava attraverso la strada, sono dimensioni d'amore mica da ridere ... cioè pensa alle cose belle che ci sono state ... e pensa che lui è nella pace, lui è nella luce, lui non ha fatto del male, insomma, no, assolutamente non angosciarti ... con ... come dire? con aspetti sui quali uno non avevi presa, non avevi possibilità di decisione, tu hai dato tutto quello che potevi dare, dopo è vero che ognuno di noi quando guarda a se stesso ... avrei potuto, avrei dovuto, avrei saputo,

Dai adesso chiudiamo, proprio abbiamo divagato un po', sì, ma ci sta. Se tu avessi una bacchetta magica cosa cambieresti nella tua situazione attuale, cosa vorresti che ... insomma anche cose irreali, tanto ... la bacchetta magica, no niente, ecco ... ti pare poco? no, quando no perché esprimo un desiderio ... a questo punto cosa vuoi che esprima? L'unico pensiero che mi viene in mente che andiamo d'accordo. Che stiamo bene fino all'ultimo giorno, che poi ecco ... quando muoio a 84 anni, vado senza fatica, sì, ma tra vent'anni. La prossima è una cattiva domanda: però se non te la senti, non rispondere. Cosa scriveresti nel tuo necrologio? Non ci ho mai pensato, ah ... ci dovrei pensare, ma anche no ... che cazzata ... cioè, ma c'è gente che ci ha pensato? però sai siamo tutti diversi. ma io forse dovrebbe pensarci qualcun altro, io no, io sì, vabbè, però, magari uno così fa per giocare, ma cosa magari cosa vorrei che scrivessero? e cioè puoi anche lasciare un testamento eh, cioè, tu puoi lasciare scritto un foglio che venga scritto così così boh bene sì c'è non vorrei mai imporre la mia volontà anche da morta, figurati ... guarda che viviamo nella società del diritto ... eh, non è che siamo, no, vorrei che scrivessero, che mi ricordassero, che mi hanno voluto bene, quello sì. Che la gente si renda conto di quanto bene ho voluto, niente, sì, perché alla fine cosa quello c'è quando si vuole bene, si sta già bene, no, sì, cioè, quindi anche gli altri lo sentono, non serve che ... non servono parole, no, si sente, basta, si sente, niente di più, cioè, ma, niente di che, è alla base, è il terreno su cui poi si costruisce tutto il resto, niente di maniacale, ecco, ... no, come dire naturale, avviene, così. Bene, allora adesso chiudiamo hai qualcosa che vorresti aggiungere relativamente a questo aspetto sempre in questo ambito in cui abbiamo parlato? No, abbiamo parlato di agopuntura, ma abbiamo parlato anche di tante altre cose più sottili. Vorrei aggiungere qualcosa: sì, sono felice di avere trovato l'agopuntura, e soprattutto sono felice di avere incontrato Alma. Sì, che è una brava persona, che arricchisce, ecco, questo. Eh no, ... quando il giorno dopo la seduta, non è solo una cosa fisiologica. dopo le sedute di agopuntura barra psicoterapeutiche mi sentivo bene ero leggera, non sentivo più quella di prima, ecco questo sì, magari questo posso dirlo, quindi, sì, che mi hai fatto tanto bene. Sì, sì, assolutamente sì. Rispetto a questa intervista mi piacerebbe sapere Cosa ne pensi cosa è stato per te un momento di riflessione, ti ha portato

serenità, ti ha portato confusione, ti ha dato spunti su cose su cui pensare? Sai, magari qualche cosa ... potrebbe essere ... è un momento per trasformarsi. Di solito non hai tempo, perché c'è sempre troppo da fare. È stato un piacere, meno male! Spero che questa chiacchierata sia stata anche utile, per la tua impresa. Per me è stata bella e l'ho fatta molto volentieri, perché, appunto, ti ripeto, che hai tutta la mia stima perché ripeto a 55 anni, ne ho di più, cioè, già, no, per me rimettersi a studiare, ma rimettersi a studiare seriamente, perché una laurea è una cosa seria, deve esserci, devono esserci tante ore di studio dietro, quindi, anche no. È un lavoro, è un lavoro. Non è niente di meno. Si dice, eh vabbè, va a studiare, perché dice la massa che non voglio andare a lavorare. No, no, non è così io. Avresti voluta diversa questa intervista? Assolutamente no, abbiamo divagato un po'. Ci siamo raccontate cose, magari c'entrava tutto. Si fissa dentro tutto, sì, ci sta dentro tutto. Mi è piaciuto parlare così. Grazie.

Intervista n. 11 (Piera)

26 luglio ore 9,30 studio di Montemerlo

Perché l'agopuntura? Io sono sempre stata una persona molto psicosomatica, nel senso quello che non diceva la mia psiche, il mio corpo ad un certo punto me lo diceva. Per tutto il periodo delle superiori e anche dell'università ho sempre avuto molto mal di gola, sinusite, mal di testa. Sempre, anche in estate; simbolicamente il mal di gola è il non detto, è qualcosa che non viene espresso. Da quello, poi ho iniziato a fare il mio percorso personale, sia di analisi, che di scuola di terapia. *Nonostante io prima prendessi farmaci le cose non funzionavano per niente. Era proprio una richiesta della psiche. Per fortuna mi sono avvicinata, perché anche se adesso ho una certa consapevolezza, ogni tanto il mio corpo mi dice ripigliati, fermati, e dato che ho avuto questa esperienza di medicine che, passami il termine, non funzionavano, ho deciso, conoscendo Alma, di provarla subito. Soprattutto da quando ancora studiava; quindi, ho detto voglio provare assolutamente. Mi ricordo la prima seduta: era inverno, novembre o dicembre e mi ha rilassato tantissimo; sembravo quasi ubriaca, nel senso che a me fa un effetto molto, molto forte e infatti quando mi mette gli aghetti me ne mette sempre meno, perché rispondo molto bene all'agopuntura. È un buon metodo per me, rispetto al prendere il farmaco. A questa cosa qui ci hanno e ci siamo noi stessi abituati: di causa – effetto uguale io sto male, prendo un farmaco, però per me l'agopuntura va anche un pochino al di là.* (Cap.4 pag 11) Sto male vuol dire che è il mio corpo che mi sta chiedendo di prendermi cura di lui, perché c'è qualcosa che non va, c'è qualcosa che io non vedo, c'è qualcosa che io non ascolto. Quindi per me anche un po' un ascoltarmi, un prendermi cura di me stessa. La malattia del corpo vuole comunicare che c'è qualcosa che non va, come un peso. Io personalmente sto cercando di vederlo in altra maniera, nel senso che c'è qualcosa che non va, c'è il corpo, che è lo strumento più antico che abbiamo, che mi chiede di prendermi cura di lui, perché non sto vedendo qualcosa, non mi sto sentendo, e quindi l'agopuntura io la trovo un ottimo compromesso. Per me soprattutto, perché io mi blocco spesso la zona destra del collo e delle spalle. Ok è un blocco, a volte il peso eccessivo, il carico eccessivo che vado a tenere e quindi il mio corpo mi dice spesso 'fermati'. Lui si ferma. L'agopuntura mi permette di sciogliere, di sentirmi, di prendermi del tempo, e ho trovato che questo metodo per me funziona molto. Una super sintesi, ma questa è l'apertura. Grazie, allora dentro questo racconto adesso proviamo a scendere un po' in un episodio particolare: che cosa ti è successo via via che ... non so ... quando ti ha puntato gli aghi? se ti ricordi ovviamente, cosa hai sentito? tipo, non so ti sei addormentata? hai pensato alle vibrazioni che emanava il corpo di Alma finché ti metteva gli aghi? Allora, quello che io sento spesso, le due sensazioni più forti che mi ricordo è l'ago su un certo punto che richiama il punto della spalla o della schiena, a volte brucia molto, sembra un fuoco. Lo descriverei come fuoco perché Alma mi ha spiegato che è la parte infiammata. La parte però, se fa troppo male, non va bene quindi l'ago mi viene tolto, o mi viene rimesso e piano piano il fuoco si spegne. L'altra sensazione è molto piacevole e soprattutto con l'ago, qui, in testa, che non mi ricordo come si chiama il punto, e di una sensazione nel corpo di flusso, è tipo un ruscello di montagna che scorre, una sensazione molto piacevole. Non mi sono mai addormentata, mi sono sempre molto, molto rilassata e, a parte forse l'ultima volta in cui non mi sono rilassata, ma perché avevo fatto agopuntura a casa di Alma dove c'erano anche i nipoti, quindi, non era

proprio l'ambiente così ottimale. Però, sì, di solito cerco di sentire il mio corpo come reagisce agli aghi, e le sensazioni che mi dà. La sensazione maggiore è quella proprio flusso che scorre, un flusso d'acqua. Una volta l'ho sentito bello, forte, sembra proprio il flusso di energia. Questo sì è la vita, e la vita è molto forte. Cosa di cui siamo perlopiù inconsapevoli, non perché non lo sappiamo, ma perché davvero, non è che finché noi viviamo dobbiamo anche pensare adesso il fegato sta facendo questa allora, no non avremo più energie dopo neanche metà giornata, ma poi, cioè proprio umanamente non siamo fatti per stare attenti a quello che è il corpo già da solo fa. No, sì, perché lui il nostro corpo ha un'intelligenza che è più che la nostra, cioè quella di cui siamo consapevoli. Tra l'altro non so se può essere utile il fatto di parlare di agopuntura che io mixo un po' col mio sentire, con la mindfulness, perché io sono formatrice mindfulness e quindi sono due cose che, secondo me, si combinano molto bene insieme. Il corpo, sì il corpo e il respiro. Lo stare nel qui ed ora. C'è mai stata una situazione, eh come dire, quella in cui qualcosa si è inceppato nel senso che non so arrivi e poi capita qualcosa una sfumatura un pensiero una parola per cui invece che stare rilassata o sentire i benefici o anche solo la pace del momento? Qualcosa sì. Allora sì, in passato mi succedeva moltissimo, perché ho sofferto molto anche di ansia, che però poi, facendo anche il mio percorso personale di psicodramma, soprattutto, ho capito da dove veniva quest'ansia. L'ho elaborata, l'ho lavorato in analisi attraverso l'evitare di agire di impulso, il fatto di stare in relazione di accettazione di me, e anche adesso ogni tanto ritorna. Magari noi lo chiamiamo il persecutore interno, oppure il giudice interiore che sta lì. Non è il fatto questo, però. Magari, alcune volte sotto pressione, faccio un po' più fatica, ma ho imparato a gestire la cosa. Insomma, ci sono giorni in cui viene meglio, perché si hanno più energie, perché si ha la consapevolezza, perché si è centrati, sia perché stai nel qui ed ora; altri giorni, soprattutto quando sono stanca ci riesco un po' meno; però, riesco sempre a vederlo, a focalizzare, e a capire il meccanismo, e a riprendermi. Brava, non è facile stare sempre presenti a sé stessi. Ah no, questo non vuol dire che io sia sempre presente a me stessa, cioè ci sono diversi livelli: ci sono volte in cui mi viene subito, altre volte che mi viene meno, altre volte su una scala da zero a 100 mi viene 41, a volte 80. Brava, comunque, già il fatto di vedere le dinamiche. Dico ah, ok, oppure magari ci cado ma 5 minuti dopo ok è successo questo, riesco, non riesco, comunque il fatto di riuscire comunque sempre a vedere qual è il meccanismo, a riconoscere le dinamiche dentro di te, e se magari ti senti a disagio e stai male, insomma ti senti male. Poi quando ci arrivi con la mente ti passa il disagio, il malessere comincia a sfumare, sì perché ho imparato a riconoscere quello di cui ho bisogno, e ci ha voluto tantissimo tempo, e però, sì, cioè, cerco anche in questo senso una prevenzione, nel senso che quella situazione, quelle persone, o quella persona mi fa bene? sì, no, se non mi fa bene ne ho bisogno? cioè, devo comunque frequentarla? vederla? devo stare in quella situazione? sì, no, se sì come faccio a tutelarmi? cioè, comunque poi, magari non sempre ci riesco, cerco di fare questa cosa. Di darmi quello di cui ho bisogno. Io sono molto severa con me stessa, non sempre; anche dico a proposito, a volte uno è severo per niente, io sono molto severa con me stessa, quindi, anche il fatto di concedermi qualcosa comunque, paradossalmente per me questo è un lavoro, il mio lavoro è OK: ci concediamo qualcosa, non perché necessariamente me lo merito, ma perché ne ho bisogno, perché semplicemente sono io, e quindi anche il fatto, che ne so, ogni tanto mi faccio dei regali senza aspettare che sia l'altro, ma sono io che dico che mi vedo, e mi riconosco, mi dico brava, io per prima per questa cosa, e mi gratifico senza aspettare che sia l'altro. Pretendere

che sia l'altro, questo, quanto prima uno riesce a capirlo, tanto meglio è. Per quanto, anche lì, poi c'è l'eccesso: non nel senso che c'è gente che si riconosce la propria grandezza, quando non c'è. Quindi, ad esempio, cosa fisica, mi è venuto l'herpes, e dico eh ... perché ho l'herpes? perché sono stanca, perché è stato un anno impegnativo, perché da una settimana che sto sotto a un corso ECM per i crediti, per la mia professione, sull'autismo. Ho voglia di finire, prima di andare in vacanza. Sto cercando di raggruppare tutti gli impegni in meno giorni possibili; quindi, è l'ultimo scatto prima delle vacanze. Dico sì, credo di essere un pochino stressata. Mi dico OK l'ultimo scatto, e poi lascia andare. Ad esempio, domenica e martedì andrò al mare con delle mie amiche per riprendere il fiato un po' per l'ultima settimana e poi chiudere tutto completamente. Magari l'herpes non mi sparisce subito, però avere la consapevolezza di quello che sto facendo, secondo me, è già un passo avanti. Mi sono fatta fare una supervisione dal mio ex terapeuta, perché quest'anno effettivamente a scuola c'era un clima gruppale molto forte eh in positivo, non è in negativo. Infatti poi mi sono bloccata, eh ... ma perché? per competizione? beh ... diciamo che insomma dove lavoro non c'è proprio un buon clima, c'è un sovraccarico dall'alto, poi ci sono tutti piccoli gruppetti, non c'è una buona gestione del gruppo, perché ci sono gruppi formati ... da ... insomma ... ci sono vari pregressi ... per cui le dinamiche, e l'inconscio collettivo di cui parlava Jung lo sento molto forte, facevo gli incubi da piccola anche molto pesanti su ... ho sognato Putin quindi, io ... tutto quello che è socialità, sociale, inconscio collettivo, lo sento molto forte dentro di me e quindi anche per questa cosa io alla fine dell'anno, a maggio, a giugno quando è finita la scuola con i bambini, la mia psiche non sa, ma il mio corpo ha detto, ok, basta, tu ti fermi. Io ho fatto gli scrutini, ero così stanca. E da lì ho iniziato di nuovo, alle elementari non sono tanto i bambini, no, non è quello il problema. Ma gli adulti, che poi gli adulti ... eh allora la situazione della scuola in Italia è gravissima, perché quindi ogni adulto che si ritrova a lavorare lì dentro viene sovraccaricato da un sacco di impegni, obblighi, doveri, aspettative, ma anche con sé stesso e quindi tanti adulti in crisi messi assieme a gestire dei bambini, per forza è una ... vabbè. In più faccio la seduta terapeutica di agopuntura. Da quando sono in questa scuola, sempre durante l'inverno mi blocco. Alma mi ha fatto una puntura intramuscolare e poi la seduta di agopuntura perché stavo veramente male, sempre a destra. Quindi l'agopuntura dopo l'iniezione? Sì, l'agopuntura con il liquido intramuscolo è stata una sensazione di calore così forte del muscolo che prima era così tirato, non avrebbe potuto farmi l'agopuntura subito, doveva un po' calmare il dolore a livello organico. Una volta quando abitavo a Roma, però lì non facevo ancora l'agopuntura con Alma, mi sono svegliata nel cuore della notte che ero proprio bloccata e sono rimasta paralizzata. Non riuscivo neanche a fare così col collo, e poi con punture di Voltaren, Muscoril, Toradol dopo circa un mese mi sono riassetata. In periodo mi ero trasferita a Roma, erano successi eventi particolari, ho ricominciato la psicoterapia, negli anni mi sono sciolta. È per questo che preferisco usare metodi come la psicoterapia o l'agopuntura. Perché adesso so che per queste cose siamo strettamente connessi. Per me ero a casa, perché era quella che mi sono scelta come famiglia. Per me aver avuto questa esperienza di vita, l'aver potuto studiare nel bello è una cosa che mi fa la differenza. Comunque, non c'è la stessa apertura che c'è qua al Nord. Lì lo sono molto di più. di più. Le persone che ho incontrato io, perché sono le esperienze che fai che ti fanno la differenza. Ad esempio, il fatto di fare la chiacchiera ovunque tu sia ... Torniamo all'agopuntura: cosa ti aspetteresti rispetto a quanto hai avuto cioè ti aspetteresti di più? No, in realtà ho la paura del contrario, cioè

che smetta l'effetto benefico che mi ha fatto fino adesso. Non mi aspetto di più, perché è già stato molto e quindi ho ancora la paura che, passami il termine, l'innamoramento finisca. No, non mi aspetto di più, perché è già stata molto. Ecco, magari mi aspetto che continui così, quello sì. Sì, anch'io mi rivedo molto in queste cose che stai dicendo. perché sì sì anch'io guarda tutto come c'è qua non posso ribattere nulla. Inoltre, c'è la tua familiarità con Alma ... mi porta un po' fuori da queste domande: Guarda, ... allora a parte la sfera privata che ringrazio il cielo per averla come cognata, a volte mi pare un Angelo, e il fatto di avere la fortuna di conoscerla perché lei è anche una persona così umana, così dolce. Conoscerla fa la differenza perché, se fosse un automa che ti fa agopuntura, magari non dico non porterebbe beneficio, ma sicuramente c'è un approccio diverso. Quando il corpo è in chiusura, non può ricevere. E invece anche il fatto che lei come sia per come persona sia come medico è molto attenta, molto disponibile, la sua dolcezza si sente, fa la differenza. Sì, si infatti io sento un sacco di gente che non è parente stretta come te che hanno detto le stesse cose. Infatti, lei, secondo me, instaura la relazione con la persona, non col malessere che la persona è, questo fa molto, molto, molto di più. Io lo vedo anche nella mia professione: se prima crei la relazione, instauri un rapporto umano, e c'è un lavoro a due, dove i due sono allo stesso livello, ciò basta: è fatta. Credo che l'agopuntura sia lo stesso. Poi lei, ti dico una piccola cosa che è molto personale, a me la pizza al taglio non piace e non è mai piaciuta. Però la pizza al taglio che fa Alma mi piace, perché una volta ho detto ad Alma che anche nel cibo si sente la sua dolcezza, il tuo amore, perché proprio lo passa, non c'è niente da fare, lo passa in tutto quello che fa. Rispetto al fatto che ci siano dei filoni di pensiero degli autori che dicono che noi riusciamo ad auto-guarirci auto-proteggerci, come la pensi? Eh ... non lo so, non ho mai approfondito. Diciamo che l'essere umano come macchina, potenzialmente, ci siamo un po' persi. Per stare sempre bene con i medicinali causa-effetto tutto-subito, a questo modello preferisco di più modello olistico, dove prendo in considerazione la persona 360°. Io sono, però, del parere che abbiamo tutti bisogno l'uno dell'altro, cioè per far sì che il corpo si auto guarisca c'è bisogno di qualche stimolazione, che non viene solo da dentro, ma viene anche dall'altro. L'uomo è un essere sociale di natura e quindi non riesco a pensare che un organismo si autocuri totalmente, però non ho mai approfondito il tema. Su questo sono un po' ignorante. Cioè, se penso anch'io a quando stavo male e non ho potuto autocurarmi. No, ho bisogno di qualcun altro. C'è bisogno di questo scambio. C'è bisogno di più relazioni, che vedo proprio come una rete, perché l'individuo unico per sé stesso mi sa come una cosa che, passami il termine, soffoca. Vedo più l'essere umano come un bisogno di più ampio respiro, per completarsi. Sì, sì davvero, non solo, non sempre però, perché io per prima mi piace stare in mezzo alla gente, ma poi ho bisogno del mio spazio, poi ci sono solo io. Questo sì. Però sì mi piace di più vederla come una rete di persone, soprattutto in questo secolo che è il secolo del narcisismo, dove sì l'altro arriva dove io finisco io, mi può dare uno sguardo diverso, un qualcosa in più, mi può far riflettere su magari un pezzettino, dove io non ero arrivato, non ci avevo pensato, cioè l'altro proprio come rete sociale, come arricchimento. Sì, sicuro. Cioè, comunque il mio mondo è parte di un mondo più ampio, quindi inevitabilmente ho bisogno dell'altro. Il mio corpo ha bisogno dell'altro, anche per scoprirsi, per sentirsi. Stavo pensando ad un autore, Norbert Elias, a come con l'avvento dell'industrializzazione, ma era già iniziata prima con la definizione della proprietà privata, e ci si sia proprio scollegati dal corpo sociale. Un tempo la gente faceva tutto assieme, ma proprio tutto, l'individuo solitario quasi non esisteva. chi è questo autore: Norbert Elias

‘la società delle buone maniere’. Sembra quasi una scoperta, in questo secolo, a questa latitudine, perché effettivamente veniamo educati all'individualismo fin dalla prima infanzia, cresciuti in una forma di autonomia, che poi può sfociare in narcisismo e con tutte le conseguenze di manipolazione degli altri, delle aspettative disattese... Infatti, anche una cosa sciocca, io adesso convivo col mio ragazzo; ci sono due palazzine vicine che fanno parte di un'unica struttura. Pensavo anche a questa cosa differente tra nord e sud: il fatto che non ci sia mai un momento di aggregazione collettiva, un pranzo, una cena di condivisione della stessa palazzina. A volte non si vedono mai le persone che abitano nello stesso palazzo con te. Quello che un po' manca e, secondo me, sta portando un po' alla deriva questo mondo occidentale molto individualista. In questi giorni mi sto interrogando sulla gratuità genuina del dare, perché un pochino quando si dà a volte si aspetta un ritorno, anche un grazie. Io su questo ci sto lavorando un sacco, nel senso di dare perché punto. O anche il fatto di dare non perché poi ho un ricordo, ma anche egoisticamente, l'egoismo buono, perché ne ho voglia io. E perché prima di tutto fa bene a me, poi le conseguenze, chi se ne frega ... ma intanto di farlo perché, se è una cosa che io posso dare e non mi costa niente, perché devo trattenerne? Cioè, anche se a volte il dare, anche se ti costa, perché beh sì a volte non hai proprio voglia, però sei lì, lo fai poi magari ti penti, però intanto ... Sì, sì, ma comunque; infatti, in questo senso ti dico che tante volte noi qui del nord, non abbiamo niente da invidiare a quelli del Sud in passato forse sì stavamo più sulle nostre no però adesso un po' perché la gente è cambiata, la globalizzazione, Internet. Rispetto al fatto che il nostro corpo riesce a ricordare cosa come la vedi? Sì, sì, sì, il nostro corpo è un diario di quello che viviamo, di quello che abbiamo vissuto è la memoria più antica che abbiamo. Cosa ne pensi rispetto al fatto che siamo lontani dal vivere sano qui nel nord est? Io, quando vivevo coi miei, rispetto all'alimentazione, perché è la cosa che sto sperimentando adesso, mangiavo un sacco di carne tutti i giorni. Da quando sono andata a convivere, da almeno un anno e mezzo, non stiamo più prendendo carne a casa. Il fatto di mangiare in maniera, passami il termine che adesso va tanto di moda, più sostenibile, il fatto di sperimentare altri piatti, altre cucine con più verdura, con più prodotti che non siano animali, il fatto, che ne so, di prendere le uova biologiche quindi dalla signora che ha le galline, ed io, ad esempio, adesso da due settimane che ho una dieta ... non mi piace chiamarla dieta, ma sto sperimentando un nuovo tipo di alimentazione ... poi adesso io alla mattina sto mangiando, sto facendo colazione, mentre prima per me colazione era il mio caffè e i miei tre biscotti secchi e basta, mentre ora, in questi due giorni che mangio appena sveglia, facendo lo spuntino al mattino e al pomeriggio, vedo che posso saltare il pranzo, ma non perché devo dimagrire. Sto cercando di fare un percorso di nutrimento, cioè, capire di cosa il mio corpo ha bisogno per nutrirsi; quindi, non solo mangiare e ingerire cose, ma proprio dargli un nutrimento, e quindi in maniera più sana, più consapevole, non solo per me ma anche per l'ambiente, soprattutto per l'ambiente che lo stiamo distruggendo. Sto cercando di fare la mia parte per come posso, in maniera più consapevole. Sto cercando di prendere i prodotti che vengano da posti più vicini: il pollo nell'allevamento biologico, cioè, essere più attenta. Io la prima volta che mi sono resa conto della differenza è stato in Erasmus, ero a Parigi, avevo comprato dei pomodorini. Ma questi non sanno di niente!!! Perché mio papà ha l'orto, e i miei pomodori, insalata, melanzane, zucchine le senti anche quando le cuoci. Hanno un odore diverso, insomma ... c'è Iris, la mia nipotina che va a prendere i pomodorini, se li pulisce, se li mangia subito dall'orto: c'è una differenza enorme e il corpo lo sente. Come ti dicevo prima, la rete di cui ti

parlavo prima, non mi posso curare da sola, ho bisogno di qualcun altro. L'agopuntura, l'alimentazione, il fatto di stare in un posto, di prendersene cura, di fare il proprio pezzettino, quello che si può fare, ognuno nel suo piccolo, cioè, siamo interconnessi. ... Dai, te la posso fare questa domanda, forse è la prima volta che la faccio. Vai! Parlando di questo fatto di essere interconnessi, tu non stai parlando solo socialmente, no umanamente no no anche psichicamente Sì, anche psichicamente, però qui andiamo nelle forze della natura: cioè, tu ti rendi conto dentro di te quando ci sono cambi di pressione atmosferica elettricità nell'aria l'elettromagnetismo queste robe qua? O non è difficile. Allora mi succede con il ginocchio e il tempo ehm a livello fisico lo sento, ma soprattutto a livello umorale sento ah molto il cambiamento climatico la differenza che fa in me, e lo vivo anche con una sorta di riverenza nei confronti della natura. Non lo so, sto imparando, mi rendo conto, tipo a ringraziare ciò che la natura ci dà, tipo dove sto io, per ora, non è mai caduta una grandine grossa come palline; quindi ringraziare anche un po' di questo e magari anche a chiedere scusa a degli errori che, come persona, faccio rispetto alla natura. Eh, sì, sì, perché mi dispiace. Questo mi è cambiato soprattutto da quando ho due gatti a cui mi sono affezionata un sacco, e mi hanno fatto riflettere molto sul mondo animale. C'è anche il fatto dell'altro giorno: nel mio nuovo piano alimentare devo mangiare il pollo, carne bianca quindi una volta a settimana. Il fatto di pensare a questa creatura, non solo come cosa che mi serve, ma come un dono, quindi anche di ringraziare il pollo. Insomma, di abbassare un po' il narcisismo umano, che l'antropocentrismo ha sempre alimentato. Sì, sì, abbassarmi un pochino, perché ci siamo un po' troppo allargati anche, soprattutto, da quando ho i nipoti di poter dire a loro io personalmente, che mondo lo lascio a loro. Ciò mi stimola una riflessione in questo senso: sono nata nel 85, il 26 settembre da bilancia forse, anche in senso etico temporale del segno, non lo so. A questo proposito l'altro giorno parlavo con una signora che è abbastanza avanti negli anni e le dicevo che molto spesso mi capita di parlare con ragazzi che sento molto più connessi a queste dimensioni. Io ho infatti un sacco di fiducia nelle nuove generazioni. A quel punto lei mi guarda in maniera un po' così, ... supponente, mi guarda quasi con disprezzo, e mi dice che parlo così perché non so niente della generazione indaco. No che no non so niente ... allora va a cercare un po' in Internet e mi fa capire quanto io sono indietro ... e io pensavo che problemi hai? Però poi a casa da sola sono andata a vedere in Internet; quindi, grazie dell'informazione che mi hai dato nonostante la forma. Per i nati dagli anni 80, si parla proprio di questa generazione indaco che è molto sensibile, molto osservatrice, molto attenta a tutti quegli aspetti che magari noi boomer no, proprio per niente. CI dovete, ci dobbiamo auto educare. Ma anche riflettere su di cosa io ho veramente bisogno, cosa desidero, non c'è mai stata un'educazione, anzi, adesso siamo spinti sul contrario. Ieri andando a fare la spesa non so quale collegamento ho fatto, ma anche gli 'all you can eat' tu puoi mangiare a 22 a 25 € e ti puoi sfondare di cibo, che poi stai male, che è il minimo, e il minimo ti sta anche bene se stai male, perché sei rimpinguato come un tacchino all'ingrosso. E per far mangiare te, hai tolto molte risorse al pianeta, perché c'è tutta questa voracità? A me personalmente fa un po' schifo, perché è la morbosità di avere. Ma tu in realtà di cosa hai bisogno? cosa desideri? ed è quello che sto cercando di fare anche un po' col mio corpo, perché attraverso la mindful eating noi mangiamo attraverso anche tutti i nostri sensi, tra cui anche la bocca. Sto vedendo che spesso la mia fame è una fame di bocca, non è una fame di stomaco, o di effettivo fabbisogno. Quindi io poi mi chiedo: in realtà di cosa ho bisogno per nutrirmi? di contenimento? di coccole? di sport? di libri? di cultura? e quindi

cerco di indirizzare quella fame lì verso la vera fame, perché è quello il vero nutrimento di cui io in realtà bisogno. Come sta cercando di fare chi non smette mai di evolversi, di crescere con sé, posso e quindi si sento che ne ho bisogno. Se vuoi, certo. Se scegli, sì, sì. Quando tu dici di nutrire, in effetti avevo bisogno di dare cibo non solo al mio cervello, perché magari le informazioni gliele ho sempre date, ma proprio cose dentro al cuore, dentro all'anima e davvero con la sociologia ho trovato molto di più di quel che cercavo. Magari umanamente è stato un po' un deserto (di nuovo) eh tranne forse il relatore. Quindi nutrirsi, non solo di cibo, ma nutrirsi anche di tutto quello che, nonostante l'età, quindi non è vero che uno quando cresce si stabilizza ... Rispetto alla disposizione di oggetti e cioè una correlazione tra il tuo benessere è e gli oggetti che stanno attorno a te? come la vedi? Anche questa è una domanda che vuole dare senso, cioè nel senso al dove ti trovi? o al come stai dove sei? che se tu stai in un ambiente che ha tanti oggetti ti senti diversamente da un ambiente in cui magari ci sono tante piante? Sì, io sento questo stare, percepisco un modo diverso di benessere o di malessere, nel senso che, quando entro in un posto sento l'energia che circola. A casa ho preso il palo Santo ogni tanto faccio purificazione degli ambienti. Per me che sono cresciuta con una mamma che aveva un sacco soprammobili e ovviamente poi quella che li doveva pulire era la sottoscritta; e io odiavo questa cosa, però a parte questo mi sono chiesta, ma che senso ha spendere soldi, spendere energie per delle cose che poi stanno là, prendono polvere, magari oggetti piccolini. Cioè, sì ho bisogno di gioire con le cose che mi stanno attorno. Ad esempio, a casa se ho degli oggetti come soprammobili sono lampada di sale, le candele, oppure possono essere non so, i libri. A meno che non siano oggetti d'arte, quindi mi richiamano il bello e hanno una loro storia, un loro perché, ok, però non oggetto fine a sé stesso, perché messo lì per riempire. No, questo no, anche perché ho bisogno di respiro, sono più sul minimal in questo, più che riempirsi di cose. Quindi se io sento la presenza degli oggetti, sì, sì, va bene. Rispetto al benessere come conseguenza di una precisa eh collocazione geografica, sì, nel senso, allora io non ho casa di proprietà mia, e però ho capito che il mio essere non è in un solo luogo, nel senso che qui ci sono le mie radici che non sempre mi sono state comode, anzi, cioè, sento che qui magari non esprimo me stessa, come io adesso mi sono costruita come donna c'è molto di Piera passata, adolescente, che è completamente diversa dalla Piera attuale e, come ti dicevo, Roma per me è casa, ad esempio c'è un pezzo di casa a Parigi, per me è stato un pezzo di storia, di luogo in cui ho imparato a stare da sola, quando avevo 27 anni. Quanto sei rimasta? sei mesi, anche Parigi ha una valenza molto forte. Così come Torino, per tutto quello che riguarda, ad esempio, l'aspetto che mi piace di sperimentazione. Soprattutto a livello alchemico. Cosa vuol dire livello alchemico, energia alchemica di Torino? io li ho fatto tutto un percorso, dove ci hanno guidato e riscoprire la Torino alchemica, ci hanno spiegato tutta la storia. Sono stata bene. È stata una bella città, me la sono sentita dentro alla pancia, tipo Bologna. Mi piace, ma non l'ho sentita così tanto come ho sentito Torino, non è una cosa puramente oggettiva, è un qualcosa, è un uscire, così me lo sono vissuto. Anche con lo psicodramma, vabbè non sto qua a dilungarmi, però con quella città Torino, anche Parigi ci sono certe cose molto vicine, io le sento. Quindi una città, un posto in cui sento, non ce n'è uno solo. Sono vari posti dove ho vissuto varie cose, e che in un certo senso sento casa, soprattutto sento le persone che mi sono scelte in età adulta, per me casa non è solo il luogo, ma sono anche le persone. La Sicilia, Catania è un altro pezzettino che mi piace da impazzire, che, se ci fosse lavoro, andrei ad abitare in Sicilia. Ci sono vari pezzettini di città che mi

hanno dato qualcosa, che ho sentito molto, e soprattutto ci sono le persone che mi sono scelta come famiglie nella mia vita adulta. Per me quelli sono i luoghi, sono la mia famiglia. Quindi sì, a seconda della collocazione geografica si può dire che io mi sento bene, o peggio o meglio? No, mi sento a casa o no. O mi sento ospite tipo a Roma mi sento a casa, in Sicilia ormai mi sento a casa, a Parigi anche se non ci vado da molto, comunque per me è casa. Lo stesso a Torino. Ogni quando ci torno mi sento bene, sì. quindi sì. Scusa se mi spingo ancora un po' più in là: ma ti è mai capitato arrivi in un punto proprio preciso, proprio in quel metro quadro, cioè proprio non un po' più in là o più in qua, ma proprio lì, esattamente lì, ed è come se tu avessi una sensazione, un pensiero o non so una tristezza improvvisa, o un'allegria improvvisa e dici ma stiamo scherzando? cioè, è la stessa sensazione che ho avuto, non so, due ore fa quando sono passata di qua. Allora io mi chiedo ha a che fare con l'inconscio? o no? proprio in quella precisa collocazione, proprio quella piastrella lì, ti passa quel pensiero, quella sensazione, o invece ha a che fare con qualcos'altro? o entrambe le cose? sì, ma io tante volte credo, o che sono matta, nel senso che davvero arrivo da un altro mondo ... o che invece ci sono veramente delle congiunture di energie, di vibrazioni ... stare anche proprio lì può essere e non essere. Quindi quando dico noi siamo fatti, cioè il nostro corpo, di energia, lo dice anche la fisica dei quanti. Quindi può essere che in un preciso luogo percepiamo certe energie, perché siamo aperti a sentire quelle energie, perché no? cioè, i campi energetici esistono, ci sono, perché non dovremmo sentirle? dovrebbe farci così strano? e che magari non siamo abituati a sentirli, non siamo più abituati ad ascoltarli, ad ascoltarci, ad ascoltare noi nell'ambiente. Qualcuno mi ha detto che io sono come un'antenna che non capisce quello che gli arriva, che non so decodificare, cioè non riesco a decodificare quello che sento e quindi non capisco. Perché magari non devi subito capire, ma devi sentire prima, sì forse non capirò mai o forse non devi capire, devi solo sentire e basta. Che senso ha? non lo so, ma ci deve essere. Cioè, quello che dico io, che, se siamo così portati a dare un senso alle cose, un nome alle cose, così etichettando tutto, però poi non ci sentiamo più. Cioè, secondo me, se ci si lascia fluire, se ci si lascia sentire, e poi quel tempo lo si lascia sedimentare, capiamo anche quello che abbiamo sentito. O ci servirà più in là, non è detto che dobbiamo capirlo qui, ora, subito. Cioè, anche questa morbosità nel dover fare, perché non prendere respiro, e stare sempre semplicemente a sentire, che è una cosa che abbiamo molto perso, siamo tutti qua, cioè, siamo spesso qui. Io credo che sarebbe anche bene che prima o poi le capissi, invece vado avanti così e quindi non so se sto andando avanti con il cervello chiuso con gli occhi chiusi ... Qui, però, entriamo nell'ambito della psicoterapia ed è un'altra cosa ancora. Secondo me ... io sono molto sul versante junghiano, alchimista, Jodorowsky, quella parte lì, quindi quello psicodramma Moreno, quindi sì la creatività, l'arte, poi a me è piaciuto molto da ragazzina e lo vorrò riprendere, anche se adesso non ho tempo Heidegger filosofo, non la persona che faceva parte delle SS, quindi, no, molto lontano da me. Però che l'arte che ha l'essere e si disvela attraverso l'arte, attraverso la natura, ciò che è l'essere dentro di noi, perché siamo parte dell'essere uno, quindi il tutto, la rete, tutti ci siamo dentro ... adesso andiamo proprio cambiamo completamente se tu avessi una bacchetta magica cosa cambieresti cosa vorresti per te per il mondo per i tuoi cari eh per l'umanità per quello che vuoi cambiare il passato? Non so, l'umiltà, di essere tutti un po' più umili, perché, secondo me, c'è bisogno di alzare lo sguardo da noi stessi e vederci un po' di più tutti quanti. Vorrei mettere un goccio di umiltà dentro noi tutti. Sì, sì a me piace. Grazie. Bene, l'ultima domanda e poi andiamo proprio in chiusura cosa scriveresti nel tuo

necrologio? Eviterei frasi di 'into the wild' la felicità è reale solo se condivisa. Secondo me ci avevi già pensato. No, però vedi la sincronicità di tipo anche il mio compagno ieri mi ha fatto leggere diverse frasi che voleva mettere nello stato, e una delle quali era questa che io per me stessa avevo già utilizzato, però sento che in questo mio momento storico mi appartiene un sacco, è che la felicità è reale solo se condivisa, sì questo è il bisogno di condivisione, che non siamo unici autoreferenziali, eccentrici, separati dal resto, cioè io posso fare gli affari miei, non mi dispiace, cioè vado su un eremo allora mi faccio gli affari miei. Ma anche se fossi lì, comunque siamo interconnessi ormai, e ognuno, secondo me, nella mia visione magari un po' utopica è responsabile anche dell'altro. Io proprio non ci riuscirei però a pensare che le nostre azioni individuali non influenzino il collettivo. Il fatto di farsi una vasca ogni giorno piuttosto che farsi la doccia, stare attenti ai consumi influisce sul collettivo, in questo senso anche lo io influenzo, anche gli altri. Non per manie di onnipotenza, ma che, se ognuno stesse un po' più attento, davvero, secondo me, potrebbe far la differenza, sì sicuramente. Anche perché forse poi il tanto fare di alcuni eh deresponsabilizza la massa. È come dico ai nipotini quando mangiano dai miei, di mettere il piatto nel lavello così nonna poi fa meno fatica perché, se ognuno fa la propria parte, non c'è solo uno che sgobba per tutti, perché cioè sarebbe tutto molto più semplice e più immediato. Vuoi aggiungere qualcosa, qualche aspetto, qualche considerazione generale di cui non abbiamo accennato? No, così sul momento non mi viene niente. Oppure, anche così di brutto, cosa racconterai di questa intervista? che mi è molto piaciuta, è stata molto stimolante, è stato un bello scambio, e a essercene di più, sì, infatti, cioè, anche queste cose, questi eh confronti, questi Sguardi, lo sguardo diverso che prima ti dicevo, tu mi hai detto qualcosa di tuo, io ti ho portato il mio, il fatto di dire ah, ok, questa cosa non ci avevo pensato, il fatto che mi hai riferito di questo sociologo che è poco nominato, ma secondo te vale tanto, io ad esempio mi porto a casa anche questo, il fatto di dire a voce alta, e condividere con qualcuno le proprie idee anche con un'estranea, però, comunque, mi son trovata molto a mio agio e ti ringrazio di questo, e grazie anche a te, nel senso che stai pronta, no, cioè, ti sei preparata non solo da un punto di vista intellettuale, ma anche spirituale di voler buttare lì sul piatto le cose c'è una cosa che m'hanno insegnato, il mio direttore della scuola, tale Ottavio Rosati, un genio, lui quando fa psicodramma lui è lo psicodramma. Lui è anche il mio terapeuta, nonché tutor della tesi finale di specializzazione loro ... mi hanno insegnato ad essere generosa. Perché non lo eri? No, in generale non ero generosa, ma mi hanno insegnato proprio di dare anche in terapia cose che magari non si devono fare per il buon costume della professione, generosa perché è quello che poi fa la differenza, Ti è servito a qualcosa a parlare di questo argomento in questo modo? lo avresti voluto diverso? ti aspettavi più formalità? Non avevo particolari idee o aspettative, cioè, su queste cose cerco di non farmi un mio assetto, vado e poi quel che sarà, sarà. va bene allora io adesso ho finito se vuoi aggiungere qualcosa no non niente ti ringrazio niente grazie a te mi sono distratta con la pigna. Si è un portafortuna siciliano eh, infatti, quando sono stata a Catania ho portato a casa questa.

Intervista n. 12 (Rosa)

Sono Rosa, ho 66 anni domani sarà il mio compleanno. Sono interessata all'agopuntura perché ho visto un programma quarant'anni fa, era molto corto però aveva fatto vedere un parto cesareo in cui la paziente che era allergica a tutti i farmaci ha partorito senza provare dolore grazie agli aghi messi nel punto giusto. La paziente era sveglia, in questo programma hanno fatto vedere proprio il parto cesareo completo e alla fine la nascita del bambino. La paziente era completamente sveglia, addirittura le hanno dato anche del cibo durante l'intervento, cosa che mi ha particolarmente colpito. Durante l'intervento di taglio cesareo le hanno somministrato sia da bere, sia qualcosa da mangiare, perché probabilmente dovevano fare una pubblicità, non so. O forse dovevano fare il programma, e se volevano far vedere che non erano sedata con farmaci. Lei era perfettamente cosciente, solo nella zona del parto non sentiva nessun dolore, anzi sembrava contenta. Insomma, in quel momento di felicità avrebbe visto il suo bambino. Ecco, e mi sono proprio stupita perché lavoravo già in ospedale. Per Me che ora sono in pensione ho fatto 42 anni di ospedale, in quel periodo lavoravo in un reparto concreto, perché lavoravo in oncologia. Quindi, vedere la risoluzione del dolore per me era magnifica questa cosa, cioè, sarebbe una tecnica che potrebbe venire utilizzata anche da noi. Invece all'epoca era estremamente discriminata. Era poi considerata una cosa da non fare, ecco. Comunque, questa cosa mi aveva incuriosita. Durante l'attività lavorativa era venuta a lavorare da noi una ragazza vietnamita sfollata in Italia. In quegli anni in Vietnam c'era una situazione disperata. Questa ragazza era già sui vent'anni, era un'allieva infermiera e aveva il fratello medico che faceva l'agopuntura. Io avevo dei problemi di dolore alla schiena, la sciatica. e avevo difficoltà nel trovare una terapia adeguata. E così parlando lei mi disse che suo fratello faceva questa 'cosa' ma non la voleva divulgare. In particolare, per il fatto che lui faceva questa attività e ufficialmente lavorava all'interno di una struttura di laboratorio di una radiologia. Temeva di fare sapere in giro, perché poteva contrastare con questa sua attività lavorativa, eccetera. Però, così, via confidenziale, me l'ha detto e sono andata a casa di questo medico. Mi ha fatto dei trattamenti di agopuntura con cui ho trovato un grande giovamento. In un secondo momento ho rivisto questo medico, perché lui lavorava appunto all'interno di questo laboratorio ... e sono riuscita anche a fare una risonanza magnetica, tra le prime, primissime. Me l'avevano fatto nella zona lombare. In seguito, poi ho avuto altre problematiche, però non ho più ritrovato questo medico, perché non so, si è spostato, andato via, non l'ho più ritrovato. Lui allora lavorava fuori dall'ospedale. Quella che adesso conosciamo come la vecchia clinica organica, aveva dei laboratori di radiologia, lui lavorava presso quei laboratori di radiologia, tanti anni fa, perché 50 anni fa noi abitavamo a ponte San Nicolò. L'ho anche cercato, ma non l'ho più ritrovato. Può essere anche che sia ritornato al suo paese, che ne so, perché la moglie era vietnamita. I loro genitori erano rimasti in Vietnam e probabilmente dopo la scuola, cioè lui era diventato medico e la moglie lo stesso che siano andati a lavorare in qualsiasi altro posto. Non ne ho idea, cioè proprio persi di vista e quindi non l'ho più ritrovato. *Più tardi negli anni e ho avuto un'altra esperienza con un sedicente medico. Me l'hanno passato come eccezionale, bravissimo. Ma devo dire che questa è stata un'esperienza pessima. Avendo avuto La prima esperienza con il medico vietnamita il cui approccio era completamente diverso, sono rimasta totalmente delusa. I punti che il secondo medico andava a toccare, secondo me, non erano giusti. Insomma, secondo me, un po' lui era medico, però portava avanti delle attività 'discutibili'. Eravamo all'epoca*

della cura di Bella questa cura di bellezza perché tumori eccetera ecco lui portava avanti questa cosa della cura Di Bella, poi voleva metteva degli aghi auricolari sui punti dell'agopuntura. Spesso faceva il confronto con un altro medico. E così nel giro di poco mi sono detta che non era il caso che io mi curassi se questi sono gli approcci. Per cui per tanti anni non mi sono più avvicinata all'agopuntura. (Cap 5 pag 11) Per tanti anni ... e arriviamo al 2020 in cui praticamente succede che io mi blocco con la schiena in modo totale e che non cammino più. Ho avuto un dolore allucinante, era proprio la mia incapacità di rimanere in piedi, cioè non riuscivo ad articolare il piede, di conseguenza, dovevo avere un appoggio, uno sgabellino su cui sedermi ogni 3 metri. Tant'è che sono andata a Praga, perché quell'anno dovevamo andare a trovare mio fratello, e io mi sono girata Praga in quel modo. anche coraggiosa! Per quel che riuscivo. Ho fatto una visita di Praga a varie tappe perché dovevamo fare tutto con i taxi, ma eravamo agevolati perché lui lavorava in un albergo e così andavamo conoscevamo in anticipo i giri. Sì, siamo stati molto agevolati. Però non ero in condizioni di fare la turista, di muovermi, ma ho detto non preoccupatevi, faccio io e quindi mi sono fatta dare un cappello e sotto il braccio invece che la borsetta, ho messo lo sgabello impaccato. Ma non avevi il bastone? No, no perché comunque avevo bisogno di sedermi, non mi bastava l'appoggio, dovevo per forza il sedermi. Mi mancava il comando del piede. Sì, praticamente questo dolore partiva dall'anca, ma la parte anteriore, però non posteriore, partiva questa fitta lancinante che scendeva al piede, e da lì non riuscivo più a muovermi, cioè non avevo più le articolazioni piene, la camminata non veniva più, cioè, viene però fatti due passi poi la gamba cedeva, e quindi dovevo sedermi. Cioè, non bastava l'appoggio del bastone, doveva proprio succedere che arrivava tanto, tanto dolore ed il fatto era che non lo potevi mandare via. Era talmente forte che proprio non riuscivo più a recuperare; invece, appena sentivo il dolore io mi sedevo e il dolore si calmava. Dopo 5, 10 minuti mi potevo rialzare e camminare per un altro pezzo di strada. Sono andata avanti così per un anno e mezzo. Quasi due anni tra una cosa e l'altra. Facendo tutte le visite possibili immaginabili, di tutto, di più, andando in giro tra fisiatra, neurologo, risonanze e cure palliative, mediche, non mediche, massaggi a casa, almeno quando mi curavo a casa non dovevo muovermi. Per fortuna che ero già in pensione. Veramente ... sennò ... non so. Come sarei riuscita a lavorare in queste condizioni. Proprio non si riesce. Ad un certo momento son capitata ... mi è arrivato il nome di un medico. Il dottor Barbiero che fa agopuntura da tantissimi anni e, tra l'altro, è anche qui, vicino al Bassanello. Si parlava di lui molto bene, la sua era una cura meravigliosa. Mi sono trovata benissimo con lui. Ho fatto la prima seduta con lui; poi lui mi ha detto che la prima seduta era con lui, e poi mi avrebbe affidato ai suoi collaboratori, al suo miglior collaboratore. Mi aveva anche avvisato di avere pazienza, perché la mia situazione è vecchia, perché arrivavo da uno storico mal di schiena protratto da lunghissimo tempo. Che praticamente ciò che mi ha portato a questo è una cosa che si è strutturata nel mio corpo, che cioè i miei problemi di schiena si erano protratti negli anni, che i muscoli erano rimasti contratti. Però questa situazione che era sì importante ... come io l'ho avuta nel 2020 ... insomma sì, si poteva affrontare, ma ci voleva tempo, ci voleva pazienza. Io gli ho detto che volevo provare. Sì, sì, va bene, va benissimo. Ho cominciato con un ciclo di sei trattamenti. Metteva tutti questi aghetti lungo le gambe, per tutto il corso del nervo sciatico, poi, nei punti più dolorosi che trovava, metteva l'ago d'oro; inoltre faceva la termoterapia. diciamo che sembravo una mappa geografica perché dove metteva gli aghi rimanevo bruciato. Accendeva questo ago e poi quando io dicevo che scottava, lui lo spegneva,

lo tirava via, eccetera. Ho fatto un po' di sedute con scarsi risultati. Con le prime due, tre ho avuto un po' di miglioramenti. Avevo sentito dei benefici. Ma tra la i trattamenti fatti da lui e quelli fatti dal suo collaboratore c'era un po' di differenza. Per cui gliel'ho detto. A quel punto sono stata ritrattata da lui, insieme al collaboratore. Mi ha trattato così per un paio di sedute. Cioè, due dottori insieme. (tariffa doppia). In più mi dava un farmaco per il dolore. Riuscivo a camminare qualcosina di più. Oh, sì tanta roba! Mi ha fatto terapie molto forti! Mi aveva smosso tanto male e più prendevo tanta roba, tanti farmaci. Però andando a fare queste sedute, facendole ogni giorno per una settimana, qualcosina migliorava. Sono andata scalando, diminuendo i farmaci, finché non ho preso più niente. Dopo la quarta quinta settimana invece di migliorare sono Ri-peggiolata. Avevo fatto 14 sedute. Ad un certo momento dovevo decidere, anzi non sono neanche più andata. Ho detto vabbè, se devo continuare a venire per non avere nessun miglioramento, perché il dottore insisteva, perché per lasciare le cose vecchie ci vuole tempo. (Cap.5 pag 11) *Bisognava ricoprirmi ogni volta come se io fossi un puntaspilli. E ogni volta diventava sempre più doloroso. Diciamo che una volta sono tornata a casa perché stavo ancora peggio del solito. Lui si raccomandava che andassi a casa e devi rimanessi a letto. Secondo lui non dovevo restare alzata, dovevo riposare tutta la giornata; mi spiegava ed insisteva nel dirmi che stavamo facendo una cosa importante e avrei dovuto andare a letto e stare a vedere cosa succedeva. Quel giorno sentivo che qualcosa pungeva, così vado in bagno mi tocco e vedo un ago così (mi indica una lunghezza di circa 4-5 cm) che era rimasto attaccato. Era una cosa da denunciare. Parliamo di un ago d'oro? Dicevano d'oro, ma non so se erano d'oro vero, o finto. Non so. Poi gli ho telefonato e gli ho chiesto se gli manca un ago d'oro, e gli spiego me la sono trovato piantato nella schiena. Lui si mette a ridere e mi ha detto che non era importante e che glielo porterò la prossima volta, tanto lei deve tornare. Ma ... io ho detto guardi ... io ho detto, per fortuna che non è finito nell'aspirapolvere. Ma com'era questo ago? Aveva la parte finale piatta, quello era il punto in cui le veniva acceso con l'accendino. Prima me lo piantava e poi veniva acceso con l'accendino. Infatti, avevo tutte le avevo tutte bruciature sulla cute arrossata, un po' come se fossero ematomi nelle zone dove facevano la terapia.* (Cap. 5 pag.12) La mia esperienza del 2020 e 2021 perché, mi ricordo che eravamo alla fine del primo lockdown, si doveva restare con la mascherina, è stata tremenda. Anche loro era in una situazione disperata di disinfezione. Nell'ambulatorio si poteva accedere ma con estrema attenzione. Ecco, questa è stata la mia esperienza. Io penso che l'agopuntura sia una terapia molto efficace, ma dipende molto dall'operatore che deve essere una figura non inventata, ma una persona estremamente seria e anche umile. Perché, magari, ci sono delle situazioni che non possono venire risolte e tu medico non ti devi incaponire. Perché è un pochino prendere in giro, e dare false speranze, come tutte le terapie. Insomma, questa non è stata un'esperienza da fare di nuovo. Mi dispiace veramente per te. Io non voglio convincere nessuno di niente, per carità, però tu sei la dodicesima o tredicesima persona che intervisto, ma sei la prima che sento che riporta questa esperienza così negativa. Mi pare sia stata una particolare situazione di sfortuna, ma che è capitata addosso a una persona che aveva già un gran male. Per quale motivo te l'avevano consigliato? vuol dire che prima era ok? Ecco, questo signore è una persona molto anziana. Tra l'altro è lui prima lavorava solo, ma in quel periodo si trascinava la gamba e quindi non poteva più lavorare e stava addestrando questo medico, il quale era di un carino, una persona squisitissima. Veramente forse il mio caso era il classico esempio di sciatalgia. Mi raccontavano, chi mi ha consigliato, che

c'era gente che arrivava dopo l'intervento chirurgico di sciatica, di ernie del disco. Lui aveva risolto molte problematiche gravi. Arrivavano col piede a penzolini e dopo la seduta avevamo il piede che tornava normale. Voglio dire, cioè, miracolati. Io avendo una stenosi da tanti anni, avevo il nervo imbrigliato all'interno di un osso, e la l'unica cosa che si poteva fare era chirurgica; quindi, molto probabilmente, credo che l'agopuntura non vada a segare l'osso per liberare il nervo. Sarebbe potuto succedere, guarda, per quello che so io, con lunghissimi periodi di trattamento. ... un po' quello che è successo a me che andavo ogni sei mesi facevo 10 sedute ... e poi da paralizzata, gradualmente sempre meglio. Andavo anche se non avevo male, ma è andata sempre meglio, sempre meglio. Ogni sei mesi andavo 10 volte. L'agopuntura, te lo dico perché sono una miracolata, l'agopuntura fa i suoi effetti. Ogni tanto ho ancora mal di schiena, però cosa vuoi.... ora vado, mi faccio qualche seduta e piano piano ... ritorno normale ... quasi Non si torna indietro certo: la cosa mi è costata anche parecchio, perché non me lo passava la mutua. Ogni seduta mi costava 90 € senza fattura al che io ho detto, vabbè, ciao, cioè, voglio dire, no, nel senso che veramente ... e dopo questo medico anziano, cioè, avendo fatto alcune volte con il professionista, e poi con quello giovane che stava imparando, era carino, gentile, educato, sono qua per te, e tutto quello che vuoi, mi seguiva un'ora e passa, e però io ho capito che non era non era la stessa cosa. E quindi io penso che l'operatore sia la base di tutto. La conoscenza e l'esperienza. Se sei incompetente, cioè, non puoi allora spillare alla gente tutti quei soldi. Devi essere più trasparente: se non funziona, devi essere onesto. Devi dirlo chiaramente: ci sono quindi 5 anni di dolore, signora questa non è la strada più corretta: dobbiamo scegliere. Io dovevo essere messa in condizione di scegliere. E così non sono proprio più andata perché, quando che mi son trovata a L'ago d'oro piantato ... no, no, poi è proprio il limite stavolta. Quindi, insomma, ecco e questa è stata la mia la mia esperienza, un po' problematica. Come si è risolto? Sono stata operata a maggio 2021. Mi hanno fatto una laminectomia a Cremona. Sono stata benissimo, perché ero abituata al dolore; quando scesa dal letto in terza giornata, perché mi hanno tolto il drenaggio. La terza giornata sono scesa dal letto, perché appena operato mi dicevano che dovevo aspettare e il medico non me l'ha permesso. Ma al terzo giorno sentivo che non avevo più male a camminare. Questo non mi pareva normale. Oramai sapevo che, quando scendevo dal letto avevo questo dolore terribile alla gamba. Non sentivo più questo dolore. Non avevo male alla ferita della schiena e neanche il dolore della gamba. Ero al settimo cielo. Ero così felice quando camminavo per il corridoio con il girello. Tutto il personale ospedaliero mi diceva che non dovevo caricare la gamba, perché ero stata appena operata. Mi dicevano 'ha capito che lei non deve fare la maratona?' E io dicevo al dottore che sto bene comunque questa gioia e qui mi ha fatto restare per cinque giorni contenta. Però 45 giorni dopo mi è ha ricominciato il dolore. Non era proprio lo stesso, ma era finito il mio paradiso terrestre. Questo dolore era legato proprio all'intervento, perché ha fatto sì che la mia ernia uscisse per andare a bloccarmi il nervo. Comunque, il mio dolore era anteriore e comportava un dolore al ginocchio fratturato e la gamba paralizzato. Di nuovo dolore ed ho deciso di andare al pronto soccorso. Mi visitano e cosa è capitato, cosa non è capitato? che lì non potevano prescrivermi nessuna terapia. Bisognava intervenire. Quindi, dovevo essere operata di nuovo. Ma l'intervento non lo potevano fare, perché sarebbe stato troppo vicino all'altro. E quindi bisogna portare avanti, fare terapie. E allora da là ho cominciato a prendere medicine, una terapia antalgica. Il trapianto era stato considerato dai dottori e un medico anestesista che fa queste terapie mi ha

prescritto farmaci che hanno risolto, diciamo, temporaneamente. Ero stata operata il 14 maggio a Cremona, ho ri-cominciato ad avere sempre male il 5 luglio. Sono stata un po' meglio a settembre e ottobre. Sono stata bene, poi. Tutti hanno detto sì, hai avuto beneficio lentamente. Ed è vero, è così che è stato. Perché la mia camminata quotidiana riesco a farla tranquillamente. Non ho avuto più niente, ogni tanto ho un po' di mal di schiena, un po' male all'altra gamba. E adesso che si è risvegliata sono ritornata in terapia antalgica. Porto un busto, questo ce l'ho sempre. Ecco questa cosa. (me lo mostra). Questo è quanto successo. Secondo me, io non imputerei il fatto che è stata negativa per me l'agopuntura, perché ci credo molto. Io ho lavorato 42 anni in ospedale, di cui 20 di oncologia pediatrica, e poi ho avuto esperienze in altri reparti vicini alla chirurgia. Secondo me, la cosa più bella in assoluto sarebbe creare un'interazione tra la medicina occidentale che adesso vive solo sul protocollo. Il protocollo mi dice che a seconda del sintomo tu devi agire così. In base a quello tu sei etichettato bianco rosso verde, non importa la persona come sta. Importa protocollo: Zac ti cucchi quella roba là, che sia giusto, non giusto non importa. Cioè, non ti guardano più di tanto. I vecchi medici che io ho conosciuto, che sono arrivati in ospedale nel '75, i luminari di medicina di allora avevano le stesse possibilità curative che si poteva avere negli anni '40. Con questo voglio dire perché non è che ci fosse grandi cose da imparare ancora in biologia, radiologia. Non esisteva la TAC, non esisteva la risonanza magnetica. Poi vedi negli esami del sangue, ma non vedi altro, non vedi la persona. Avrei sempre voluto dire: andiamo a leggere il paziente, l'osservazione della cute, dei capelli, delle unghie, dell'occhio, cioè l'osservazione del paziente. Ma sembrava che il paziente, l'individuo non c'entrasse niente. Quando entrava il paziente con motivi tutti suoi, niente, stessa patologia, stessi trattamenti, mai diversi. Però ... perché? uno è una persona, l'altro è un'altra persona. Il medico valutava l'individuo e poi mi caricava la terapia. Almeno quelli che ho conosciuto io, perché ti posso parlare della mia esperienza. Poi ero anche inesperta, ma molto curiosa, per cui attenta a queste cose. Adesso no proprio, è diventato tutto più automatico. Viene inserito il protocollo, come quello che fa la stanza dei bottoni, l'apre e la stampa. Si deve fare questo, questo, questo, e questo. Ma questo non può adeguarsi a tutti; è impossibile che una medicina vada bene a tutte le persone che hanno la stessa cosa, perché a me è venuta per un motivo, e ad un altro è venuta per un altro motivo; cioè, bisognerebbe tentare di andare un po' alla fonte. Ma questo non succede, guardano il sintomo. È diventato tutto talmente specialistico ... che si va solo per parti di corpo. Perché uno specializzato spalla è uno specializzato in articolazioni, ma non specializzato nelle mani. Servono tre ortopedici per capire che cosa devono fare. È bello che ci siano le specializzazioni, però tu non sei solo quei pezzi meccanici: e tu sei un indovino. E quindi è tutto, ma è anche tutto esattamente il contrario. Per cui, secondo me, la cosa più bella in assoluto sarebbe, secondo me, l'interazione tra la medicina e la comprensione olistica. Se serve l'antibiotico, ok serve; se devi fare un trapianto di rene, o di cuore, va bene. Non sono critica. Voglio dire, io non sono contraria ai farmaci, assolutamente no, ma penso che bisognerebbe avere anche un approccio più completo più olistico della persona. Ciò potrebbe sicuramente migliorare, cioè, dare una completezza alla terapia. Cioè, ritornare un po' anche allo studio dell'analisi della persona che hai davanti, del motivo per cui ti porta quel sintomo, quindi che la cultura della divulgazione, della comunicazione medico paziente. Sono assolutamente d'accordo. Io ho avuto questa esperienza, quindi dico sì, l'agopuntura ... sì però l'operatore che effettua il trattamento, il medico o chi per esso, deve essere una persona competente, ecco, deve essere una

persona. Questo è sicuro. Come qualsiasi altro approccio, chi lo fa deve avere la sua competenza. Ora ti quindi se faccio delle domande più circoscritte: cosa pensavi finché ti preparavi per andare alla seduta di agopuntura? Nel senso che ti lavavi, profumavi, truccavi? oppure, un altro aspetto importante è che, quando uno va a fare una seduta di agopuntura muta le sue aspettative, nel senso che nutre idee diverse da quelle della medicina ortodossa? Per cui tu quando stavi per andare lì da questo Dott. Barbiero, certo avevi delle speranze, ma cosa facevi? nel senso che ci pensavi? arrivavi tranquilla? oppure andavi come si sta andando da un altro dottore? Beh, allora sicuramente sono andata molto speranzosa, e ogni volta credevo di uscirne un po' meglio, ma poi uscivo molto dolorante, perché il trattamento era molto doloroso durante queste sedute. Io non so se questa è la normalità o no, però erano molto dolorose, perché andavano a toccare questi punti super dolorosi. Io che poi arrivo da questi anni di fuoco di dolore, ero morta proprio sfinita morta. Però, diciamo, che ogni volta ero anche ricaricata, nel senso che si andavo speranzosa. Tranne le ultime volte che, devo dire, andavo solo un animo rassegnato. Avevo tentato di fare un approccio farmaco e agopuntura, perché vedevano che con me non c'era un risultato. Mi dicevano che facendo l'agopuntura, il farmaco potenziava l'azione che andavo a fare. E poi dovevo riposare perché davano sonnolenza questi farmaci. Ma se mi davano sonnolenza però poi non sortivano l'effetto che io volevo. Né la claudicatio che è quella che ormai ... boh, ma neanche il dolore, anzi sembrava, cioè, che il dolore me lo provocassero, come se volessero che questa cosa qui, se quella determinata funzione fosse di farmi passare ad una fase acuta, soprattutto perché si era cronicizzata, e quindi per equilibrare la personalità della malattia si passa attraverso questo momento di catarsi, no, nel senso del dolore che si fa sentire, e poi, dopo essere stato risvegliato il bel dolore antico, si comincia, si riesce a cominciare a lavorare per la soluzione. Ora penso che avrei avuto il diritto di sapere, voglio dire. Non è che non sapevano, loro si aspettavano che la cosa andasse così e non me l'hanno detto: guardi che lei avrà 5 sedute e qui sarà così e così; dopodiché noi faremo 5 dove avrà il dolore atroce e poi comincerà tutto a scemare. Se uno spiritualmente è preparato e sa che deve seguire un percorso, sa che una volta superato il momento critico, poi vengono fuori i risultati, che dopo una settimana cambia. Una mia conoscente sapeva tutto, perché lei mi faceva i trattamenti con un super massaggio. Questa fa l'insegnante. E lei mi dava consigli, che a sua volta li riceveva da un maestro cinese che va spesso per istruire lei che altri maestri, e hanno palestra dove, comunque, lavorano e tengono corsi, eccetera. Ogni tanto pure questo maestro cinese scende proprio, viene giù dalla Cina qui Italia. Di solito tiene lezioni via zoom. Così lui e lei parlavano dell'agopuntura e le ha detto che l'agopuntura vera viene fatta toccando i punti e che vanno messi pochissimi aghi, e dopo bisogna far passare un periodo prima di metterli di nuovo. Insegnava che comunque mai ti vanno messi cinquanta aghi lungo tutta la gamba, e lasciata tutta piena di punture che rimanevano fino alla volta dopo. Ma rimanevano proprio molto evidenti. Un giorno ho fatto la doccia e mi sono guardata allo specchio: avevo che era una carta geografica piena di puntini. Suo padre diceva mai tanti, ma pochi aghi, perché non siamo fatti per essere iper-stimolati. Per quello che dico io non è un caso che abbia funzionato con questo un medico vietnamita tanti anni fa. Aveva ragione di dire che mi ha fatto tre sedute con aghi sottilissimi, mentre l'ultimo nel 2020 nascondeva qualcosa con tutti quegli aghi per creare un intruglio che doveva iniettare, ma almeno dimmelo. Non mi è piaciuto questo qua, ma io ho cercato sempre di essere molto fiduciosa, perché avevo talmente male che non camminavo, avevo male e non sapevo a che Santo votarmi, era

la mia ultima spiaggia. Però, cosa avrei fare? È come il naufrago che guarda la tavoletta e dice, vabbè la mia tavoletta è questa e mi devo appoggiare per forza. E quindi mi attacco fiduciosa, e dopo che questa fiducia se ne andava, perché allo stesso tempo se n'è andata ... ecco, invece, no, per tre volte, pur che risolvessi due dottori un'ora, quindi doppia tariffa, quindi ero anche molto seccata. Tu ci credi al fatto che, se uno vuole, se ovviamente è stato educato in un certo modo, le malattie, molte malattie possono essere risolte? Come forza del lavoro della mente, potrei farmi dell'auto suggestione, del training autogeno, una reimpostazione dei pensieri e anche grazie l'effetto delle medicine stesse? No, se io prendo questo mi dicono guarda ci sono tutte le sostanze in cui tu ci credi fermamente e poi invece mi passano una dose d'acqua... non ci credo che mi passerà. Però non so, ci sono delle situazioni in cui credere perché io ho avuto tante problematiche, anch'io sembra abbia avuto, ma l'hanno scoperta dopo tanti anni, facendo un esame casuale, che abbia avuto la Ben Johnson che è una malattia causata da un virus. L'hanno scoperta quando mi hanno fatto la però puntura lombare sospettavano qualcos'altro e non hanno trovato niente. Hanno trovato invece tanti anticorpi. L'hanno scoperta perché anche perché andavo a lavorare in bicicletta, sto scendendo dalla bicicletta non riesco, perché sono bloccata con le gambe. Mi portano in pronto soccorso, diagnosticano qualcosa che non mi ricordo, ma io non riesco più a camminare. Poi ricordo ricoverata per 25 giorni; poi mi hanno mandata a casa in barelle in autoambulanza: non c'è l'ernia e non sapevano cosa farmi. Vado a casa, comincio a telefonare da per tutto, mi fanno altri esami, alla fine mi poi mi ricoverano un'altra volta e mi portano in neurologia, fanno questa famosa puntura lombare e alla fine vi dicono che devo fare un sacco di terapie. In questo modo recupero tutta la parte alta delle gambe. Tutti dicono una cosa diversa, adesso riesco a muovere le gambe. Prima non avevo dato nessun peso a questa cosa qua, ma da quando hanno messo l'ago il liquido è spruzzato per aria fino al soffitto. I medici che erano presenti hanno visto la quantità astrale che è stata spruzzata: io avevo tutti i sintomi dell'ipertensione endocranica sia perché le deboli righe storte non riuscivo a leggere, sia perché avevo la nausea. Era un insieme di sintomi, però nessuno l'aveva capito. Solo un ragazzo, giovane medico che ha sparato di fare questo controllo Gragnano che sembrava slegato da questa cosa l'ha azzeccato. Però avranno preso una sberla per mesi. Io però ho recuperato: conclusione loro avevano deciso che io ero psichiatrica ed hanno mandato a casa con una borsa così di psicofarmaci e infatti gli ultimi giorni mi hanno dato 9 farmaci una borsa di farmaci così vengo a casa, vado dal medico di base che mi dice che legge la lettera di dimissioni e mi dice 'Signora io l'ho vista prima, so che cosa ho visto, mi raccomando, non prenda niente di quello che è scritto qua, non facciamo palestra neurologica, e venga qui spesso che l'aiuto a recuperare. Che cosa abbia avuto non lo sappiamo ma so che cosa aveva quando l'ho vista'. È stata quindi la volontà? Può darsi, perché la volontà ha la sua forza, anche nelle mie capacità. Sicuramente se io fossi stata più debole avrei seguito i consigli medici, mi sarà imbottita di psicofarmaci, ma io volevo ritornare me stessa. Però purtroppo vedo ragazzine piccole, che quindi ci vanno spinte dalla famiglia, e loro vanno dallo psicologo. A volte serve sì, per dare un aiuto. A volte andando a parlare con qualcuno del mestiere si fanno anche delle strade, come dire, alternative rispetto a quanto ognuno di noi pensa di sé stesso, dell'idea che ha della sua situazione. Però io penso che, se tu dai spazio a te stessa, perché vuoi che il tuo cammino sia consapevole e non più solo servito dagli altri, molto probabilmente sarai più serena. L'esperienza professionista della nostra maestra reiki a cui ci siamo approcciati perché volevamo fare qualcosa il gruppo è

andato bene, nel senso che lei ci faceva fare un cammino insieme. Non era solo la lezione diretta, facevamo gli incontri nel fine settimana. Abbiamo fatto il primo livello, poi il secondo e poi il terzo. Per un anno andavamo una volta a settimana, facevamo questo percorso, questo cammino, ogni seduta eravamo in un gruppo. Il gruppo all'inizio era un po' aperto, poi è diventato un gruppo coeso di nuove persone che si conoscevano sempre di più. Ecco è quella la strada, dove ci si trova in una specie di confessionale. Ognuno raccontava qualcosa di sé. Dopo questo momento arrivava quello delle meditazioni. Poi veniva fatto un cerchio dopo le meditazioni ed ecco che c'era la condivisione. Una di queste persone aveva l'autorità ed è uscito anche il momento in cui anche io ho fatto da leader. Era proprio questo il tipo di percorso che mi è servito, che mi ha aiutato. È stato molto bello, non so se possiamo parlare di psicoterapia, ma era qualcosa di molto, molto simile per questi tre anni. Ci ha aiutato a far sbocciare certe nostre capacità che non sapevamo neanche di avere.

Intervista n. 13 (Sara)

28 luglio Fossona di Cervarese ore 8,30 anni 16

La mia esperienza con l'agopuntura è iniziata più o meno quando avevo tredici anni e avevo iniziato a farmi delle idee in questo campo tramite amicizie di mamma. C'è stato appunto un evento che ho fatto scaturire la mia infelicità e allora ho iniziato a fare delle sedute. Ma c'era anche molto dialogo oltre all'agopuntura. In quel periodo facevo anche sedute dalla psicologa e questo diciamo ha migliorato molto il mio aspetto sia esterno che interno. Questo perché mi ha fatto sentire, diciamo, più rilassata ed essere più cosciente delle cose che potevo effettivamente fare. Cioè, non era una dissociazione, ma mi concentravo sulle cose che facevo, sulla mia vita, sui miei obiettivi. Ero più cosciente, ho imparato a controllare i miei pensieri, ho imparato che io soffrivo di depressione da autolesionismo. Quindi ho imparato a controllare gli atti di autolesionismo e anche di ansia, perché soffrivo di attacchi di panico. Quindi tramite l'agopuntura e anche psicologa diciamo che sono riuscita a venirme fuori. Con la dottoressa Rossetto mi son trovata bene. Lei ha iniziato a darmi indicazioni non solo sulle varie sedute ed è stata molto, diciamo, puntigliosa sulle cose che mi diceva. Mi ha spiegato che è importante che gli aghi siano nei punti giusti, cioè, non devono far male perché se no vanno a stimolare altre cose. Poi avevo già visto mia mamma che si curava così e diciamo che questo mi ha dato una sicurezza in più, anche perché sapere di avere l'appoggio anche da parte dei miei genitori o, meglio, per il mio unico genitore, è importante. *Avere paura la prima volta che ci vai ci sta. Allora io entro nello studio e la dottoressa e mi fa accomodare nel lettino e lì iniziamo a parlare senza la presenza di mia mamma che era rimasta fuori (Cap.4° pag.2)* Io ho iniziato a raccontare del più e del meno, dei problemi di ansia che avevo, dei miei attacchi di panico, com'erano quando mi si bloccava tutto il corpo, quando la respirazione era limitata, e queste cose così. Quindi poi ho iniziato a descrivere i miei attacchi d'ansia e anche le parlavo del periodo in cui, diciamo, non stavo molto bene, non ero felice. Diciamo che lei mi ha fatto come da supporto, come da seconda psicologa, oltre che appunto ... curarmi con agopuntura. dopo insomma viene raccontato i fatti dell'ansia e del non essere cosciente, appunto di quello che faccio, nel momento in cui lo faccio ... lei ha iniziato appunto a farmi una seduta a dirmi i vari punti in cui metteva per stimolare determinati nervi per, diciamo, curare. Poi ho fatto la seduta, e subito dopo la prima mi son sentita sollevata da determinati pesi che portavo. Anche senza parlarne, proprio fisicamente mi sentivo molto più leggera. Poi continuando appunto sono riuscita ad avere questa sensazione anche per tempi prolungati, sempre più prolungati. All'inizio mi servivano due sedute a settimana, adesso non ne faccio più. Vado solo nel periodo di stress, in particolare durante il periodo scolastico. All'inizio avevo un po' di paura, stavo così, così; ma un po' ho visto che erano morbidi e fini quindi ho detto vabbè. Comunque mi è stato indotta una bella sensazione; soprattutto quando nel petto ho sentito tipo una sensazione di calore, è stata un'associazione piacevole perché non faceva né male, né fastidio, quindi mi è piaciuta come sensazione. Mi metteva gli aghi sui polsi, sui piedi e sulle orecchie. Anche nelle sedute successive non ho mai avuto problemi, forse solo una volta gli ho chiesto di appunto cambiare posizione di un ago, perché magari mi faceva un filo di fastidio più degli altri. Lei è sempre delicatissima. Quando sei in casa ti devi preparare per andare, come ti prepari? *Come faccio di solito quando vado dal medico, ovviamente mi pulisco. Sempre, cioè, io sono*

abbastanza fissata con l'essere pulita prima di una seduta o anche, per esempio, prima di andare dalla parrucchiera mi lavo i capelli, così mi sento giusta. Questa è la prima parte di questo aspetto. Sì, devo essere sempre pulita, e se ci dovevo andare dopo scuola, comunque, mi portavo dietro delle salviettine con cui, è abbastanza ovvio, mi pulivo il corpo un po' in giro, soprattutto la parte delle orecchie, perché sto psicologicamente diciamo cioè, sto tranquilla (cap. 4 pag.3), ... gli aghi, però alla fine dopo che effettivamente ho capito che non fanno male né nel metterli né nel toglierli ho capito che potevo stare tranquilla anche il giorno prima. Quindi davvero sì, il tempo volava durante la seduta. Il tempo volava, la dottoressa parlava, non rispondevo e preferivo tacere, facevo come volevo soprattutto nelle prime sedute. All'inizio c'erano sempre un botta e risposta, prima appunto di sapere se gli aghi mi facevano male; poi soprattutto dopo la terza seduta, lei metteva la musica ed io stavo là, tranquilla, rilassata, a volte dormivo, soprattutto le ultime salute. Io mi addormentavo, sì era così bello, così deve essere, sì, io mi addormentavo e appunto finiva la seduta ... probabilmente avrei voluto restare tutto il giorno lì con lei. Avevo capito che potevo essere capace di stare bene, in un'altra direzione, allora diciamo che, quando faccio sedute di agopuntura spengo il cervello. Allora, diciamo che penso sempre a quella situazione, in quel momento in cui mi rilasso posso tranquilla, senza pensare subito ai problemi. Prendo quei minuti per me, non pensare ai miei problemi o qualsiasi altra cosa, spengo il cervello. Penso di averne parlato anche con la psicologa dopo aver vissuto questi momenti. Posso dire che con l'agopuntura ho iniziato a spegnere il cuore, cioè, ho scoperto di avere questa capacità. Nel lungo andare però ovviamente non si fa, in un giorno devo lasciare le energie per le operazioni importanti. Anche adesso che fa veramente caldo, devo stare tranquilla. Sì, devo sempre ricordarmi di quello che mi fa sentire bene bene bene, e ricordarmi che è il mio tempo, anche durante le serate. Voglio ricordarmi che soprattutto nelle ultime sedute mi addormentavo. Proprio adesso d'estate che i giorni passano velocemente, io starei tutto il giorno sul lettino, così ... perché sento il mio corpo sciogliersi con il materasso e godermi quei momenti e penso a quei momenti alle sedute di agopuntura. Come sentivi la presenza della dottoressa? E' stata una persona presente, una persona veramente presente, anche perché, minchia, cioè, non mi interrompeva, solo ogni tanto, cioè il momento in cui entrava in stanzetta per chiedermi se andava tutto bene, cose così, quindi ho capito anche che è una persona abbastanza presente, diciamo, molto tranquilla, molto brava, che riesce a relazionarsi molto bene con le persone, e ho percepito quelle buone vibrazioni da parte sua, lei è molto gentile sì, sì, è stata veramente molto gentile con me. È comprensiva, lei è comprensiva, sì, sì, sì. Ma, guardi, cioè, nel senso che il suo aspetto come componente visiva ... cioè, allora, io sono quel tipo di persona che nelle altre persone, esteticamente, non mi aspetto niente ... anzi, mi ha sempre dato un comunicato fiducia, cioè non è solo un aspetto, diciamo, piacevole la sua immagine, solo per come si presentava, con i capelli raccolti quindi puntava gli aghi ... Di solito, nella mia vita di tutti i giorni, io sono anche qui, dentro la mia sensazione di ciò che sento di quella persona, sento anche se c'è comunque qualcosa di poco di buono che vuole apparire differentemente da quello che è. La dottoressa appariva quello che è, quello che sento. Sì, una persona molto tranquilla, vuoi perché è ben disposta verso di te, vuoi perché fa il suo lavoro. ... Ma anche l'aspetto fisico la prima volta che la incontri ha il suo perché ... se solo guardi la persona più seria ... però, secondo me, solo vedere il suo aspetto non ne vale la pena. Devi prima conoscere la persona e poi capire se effettivamente vale la pena di continuare a frequentarla, o cose così, e poi

giudichi il suo aspetto, magari lo fai anche per far vedere l'insicurezza personale. C'è un continuum tra quello che sei, credo che ci sia una fotocamera, ma è come un cambiamento radicale. Probabilmente, io le prime sedute che facevo, ero un Alma diversa, una donna che non mi riconosco, perché appunto fosse molto periodo molto triste, quella non era la persona che io sono. E come se quella persona ci sia stata per un attimino. Io sono sempre stata solare, anche da bambina, che parlava con tutti i bambini. Quindi, ringrazio che ho trovato di nuovo Alma vecchia, la bambina che ero già anni fa. Secondo te durante la terapia dell'agopuntura ti sembra di essere cambiata in qualcosa? Diciamo che in quel periodo era un po' darchettona, se mi posso definire così, indossavo i gioielli neri e acciaio, sì, anche adesso mi piacciono, eh ... per carità ... scelgo ancora ogni tanto nero ... un po' più ... tranquillo ... diciamo. Poi no, no, proprio allora io ascolto cose così semplicemente, la musica non mi rappresenta ... non solo ma prima delle sedute facevo continuamente dei pensieri 'mi fa schifo al mondo e questo mi rappresentava' adesso no, lo stile rocchettaro è rimasto parte della mia vita. Il film che mi facevo da piccola era che sognavo la musica anche in macchina e, quindi, ogni tanto ritorno a quei momenti, appunto, indossando gioielli con un teschio o cose così solo ... che una volta, diciamo, era più il mondo mi fa schifo più mi vesto tutta di nero, così faccio capire alle persone il mio malessere. Poi ho iniziato ad esserlo in modo un po' più soft, fa sempre parte di me. Ovviamente credo che il nero sia un colore molto elegante, ma ogni tanto sento che quella magliettina verdina o il cappotto rosso, rosso che ho preso, me lo metto su e, sì, secondo me, mi sento bene. Sì, perché, appunto, avendo guarito, diciamo, la tristezza ehm ... sì, non sapevo il senso ... che il mio modo di vestire, voglio dire, cioè mi piace di più il rosso diavolo adesso ... di una volta ... che mi facevo i capelli ancora più scuri, tipo rosso bordeaux, o viola scuro, tutti quelli lì. Comunque, per quanto riguarda le mie responsabilità, prima dell'agopuntura non riuscivo a prendermene. Ed ero diventata, diciamo, un po' egoista. Quando non riusciamo a farlo è perché non pensiamo più alle altre persone che invece si prendono le responsabilità, certe volte anche al posto nostro. Io parlo di scuola perché adesso la mia responsabilità è andare a scuola. Altre responsabilità è prendersi cura, comunque, delle persone che ami. Una persona triste non riesce a fare niente per gli altri. Diciamo, vede tanto solamente sé stessa, perché, sì, credo che fosse un po' questo il mio punto di vista: io prendevo cura di me stessa, ovviamente secondo me, ed è un po' un comportamento così, mentre mhm ... capisco le mie responsabilità; quindi, mi rendo conto che la scuola è mio dovere, perché comunque dopo non mi impegno in altro, ora. Diciamo, non lavoro, non ho niente in mano. Lo giuro, cioè, io la penso così ... ma se uno sa di poter contare sulle proprie capacità va bene, comunque ha già abbastanza. C'è stato un momento in cui magari certe persone si sentivano in primo piano e sapevano che andrebbe fatto così ... però, comunque, preferisco farlo adesso. ... io ho sempre fatto così: io mettevo determinate persone a cui tenevo in primo piano, preoccupandomi forse più per loro che per me stessa; poi nel periodo appunto in cui sono stata male, mi preoccupavo più per me; lo so che non è giusto e quindi diciamo sì, mi prendo le responsabilità di assumermi, diciamo, Le responsabilità psicologiche, diciamo, così, proprio ... un pochino, perché ufficialmente non penso a niente, cacchio, non voglio stare male, però appena uscita dal centro di agopuntura, mi rilasso un attimo, mi riprendo un attimo, poi faccio quello che devo fare, e poi riprendo le mie cose della vita ... quindi, cioè, se era il periodo durante l'anno scolastico mi metto a studiare, magari un attimino, perché sono pochino convinta, perché penso alla seduta visto che ho dormito, io dico vabbè vado in palestra, ma magari non

c'è, e le cose da fare che mi piacciono non ci sono ... o se devo sistemare casa sistemo casa. Prima non riuscivo a starci dietro, agli attacchi, cioè, ero io con i miei attacchi di panico da mandare giù, ero completamente assonnata dopo, e non stavo neanche bene fisicamente, c'era proprio un dolore al cuore che mi faceva male; infatti, ho sviluppato un po' di soffio al cuore, però, vabbè, cose che capitano. Vogliamo superare? Quindi diciamo che sì, dalla seconda media avevo delle preoccupazioni mie, cioè, sì, più che altro problemi scolastici, perché loro (le mie amiche) andavano bene a scuola e io no. Allora, io non sono mai fatta la migliore, mai, e non credo che non lo sarò mai però, alle medie mi ha salvato un po' il covid, perché io sì, comunque di solito mi faccio fuorviare dalla vita sociale, e quindi stare in casa mi ha salvato; vuoi che un po' l'ambito scolastico, vuoi perché ho fatto gli esami online; ma non ho copiato, credo di essere stata una delle poche che si sono studiate la tesina seriamente; io non mi sono studiata tre giorni prima la tesina, eccetera ehm ... di quello ehm ... però, appunto, diciamo, non avevo più verifiche orali e queste cose qua, quindi, diciamo, mi sono disabituata, quindi, appunto, perché è il confronto che mi manda in panico, perché odio, ma se dico le cose sbagliate ... ma ho paura di dirla ad alta voce ... anche per esempio adesso avuto la professoressa di filosofia e ... di nuovo con filosofia ... lei odia le persone che parlano a bassa voce. Le cose magari le sapevo ... le cose però rimanevano là, e poi non sapevo che quel giorno avrei avuto l'interrogazione di filosofia. Se l'avessi saputo avrei studiato tre settimane prima tutto il programma. È una cosa che io parlo piano, perché ho paura di dire cose sbagliate. Tanto se tutti sanno ... sì, e appunto da questa cosa qua, diciamo, c'è stato un periodo di stress, perché appunto sono mi ritrovata al centro di tutto, perché è arrabbiata con me, perché parlavo piano, perché non dicevo le nozioni con convinzione. Questa cosa mi ha un po' distrutta. Vuoi perché per quella persona che sono, chiudo io con che voi siete così. Ci sono alcuni filoni di pensiero che dicono che noi possiamo guarire i nostri problemi con la forza della mente. Cosa ne pensi? Penso che sì e no. Perché dipende da quali problemi. Se uno non ha una mente tanto più scaltra, non riesce a concludere niente. Poi, io sono del parere che, se noi parlassimo con gli psicologi per controllare ora, per fare un punto sulla nostra salute mentale, credo che ognuno di noi avrebbe bisogno di sostegno psicologico. Noi, quindi le nostre malattie ci dicono che ... sì, abbiamo tutti i nostri mostri nel cassetto, nessuno non ce li ha, perché più alti, più bassi che alti, sono veramente tante le persone che non dicono, che nascondono o che ci dormono sopra. Chi va alle sedute, riesce a liberarsi di questo peso e, diciamo, a lasciarlo andare dopo un po' di tempo. Quindi sì, per alcuni curarsi, per altri parlare, passa attraverso lo studio della consapevolezza, di te stesso che ti sei capito. Perché sei una persona che cammina nella vita, e poi tu sarai sempre una persona che funziona per un certo tipo di responsabilità verso sé stessa e poi verso il mondo. Questo vuol dire che tu sei l'unica a restare con te stessa a lungo. Credo che ci sia sempre più gente che è così. Ora vorrei cominciare a cambiare leggermente direzione: tutto cosa pensi rispetto al nostro modo di vivere italiano? è un modo sano? o solo malato? Parlare di tutta la società non mi piace. Ma non posso parlare di una zona perché, se parlassi di questa zona in cui vivo probabilmente troverei solo cose negative, e non mi piace parlare dei molti lati negativi. Solo una cosa: cioè, in questa zona più che altro ciò che fa un po' schifo è che, se non sei bello d'aspetto non fai niente, non c'entra niente, solo che adesso, a differenza di una volta in cui ti premiavano per la tua intelligenza, adesso diciamo che ti vogliono tutti un po' uguali. Poi però in questo mondo in cui conta solo l'aspetto fisico cosa cambia per l'individuo? Perché per qualsiasi cosa in questa società si guarda all'aspetto

estriore e ai soldi. Non ci sono più i vecchi valori che può essere la cultura, perché a nessuno importa più di saper leggere, oltre che a fare soldi. Adesso poi fare soldi è difficile, se vuoi essere una persona appunto onesta. Sì, onesto nei propri confronti, cioè molte ragazze e ragazzi al giorno d'oggi vengono portati proprio vicino ai confini di questa onestà per, appunto, fare soldi. Perché magari sono cresciuti in una situazione familiare in cui erano un po' poveri o comunque che non erano benestanti. E oggi vogliono far vedere che sono ricchi. Ma dove ci conduce? Perché alla fine anche chi ha i soldi, cioè, io non credo che le persone che si mettono in mostra siano felici. Tante cose le comprano comprarlo solo per uno o per un altro motivo, e poi vediamo così se va meglio. Allora, però, appunto, sono radiocomandati alla sera dai media delle multinazionali e ti dicono di fare ciò che devono fare, per prendere soldi, perché alla fine tutta questa scelta risulta giusta per creare persone più stupide. Per essere normale devi volere ed avere tutto, subito. Io a 16 anni vedo che i social a volte facciano, almeno credo, veramente passi avanti come i diritti con questo e con l'altro. Quantomeno essere coscienti che effettivamente determinate persone che non hanno mai avuto diritti e ce li abbiamo ora, ma alcune cose sono un po' eccessive come sì, ok, adesso posso sperare come alle persone con le allergie, come è giusto che sia, sono state riconosciuti determinati diritti. Ma per esempio non concepisco i vegani; sì, loro dicono non vogliamo imporre i nostri stili di vita la società però dovete mangiare così. Sì, è vero che c'è molto inquinamento sull'aspetto della carne e cioè sulla produzione della carne, maltrattamento animali, ma c'è sempre stato; cioè, non cucinare carne tutti i giorni. Poi c'è un'altra visione perché, se vai dal tuo agricoltore di fiducia di verdure tipiche, e ti compri un pollo, allevato in modo sano, che alla fine non spreca niente quindi ... hanno ragione su questo, perché è giusto che sia così, è giusto proteggere il mondo in cui noi viviamo, sì, io sono amante dell'arte e dico agli ambientalisti: state fermi con quelle robe, e ingrassare le opere d'arte non serve a niente, alla fine la gente pensa sempre che siete dei cretini, o qualcos'altro. Questo è il mio punto di vista. Sempre secondo me, perché noi temiamo la fine della natura, noi ci siamo evoluti e poi abbiamo iniziato a fare tutte cose tecnologiche, ma siamo comunque sempre arrivati dall'ambiente naturale, per quello dico che gli ambientalisti stanno facendo di tutto per proteggere il mondo di adesso. Ti è mai capitato di sentire che un oggetto o una pianta o una persona cambiavano l'energia che sentivi attorno a te? Sì, lo sento quando arriva una persona, oppure c'è un oggetto diverso, io starei ore nei boschi o in montagna, io sono più per gli ambienti un po' più scuri e freschi, quindi diciamo sì, sento se una certa ambientazione mi fa bene. Allora tempo fa io non ero proprio una persona molto delicata ... no, è un punto di vista diverso, allora non è che mi mette proprio a disagio, però ricordo le cose brutte tipo i miei capelli non so perché ... non lo associo a fatti ... oddio, comunque era nel mio periodo brutto ... eh ... e dopo che mi sono cambiata colore sono diventata rossa diciamo non mi sentivo più me stessa per il semplice fatto che questo colore mi ha rovinato, per esempio, perché dovevo rifarmi, farmi vedere una tipa tosta ... ero scema ... sì ... che preferivo e credevo che ... sì, ti danno la tua carica ... fare gli errori ci rendono consapevoli che effettivamente si ho fatto quelle cose ... sei una persona un po' più consapevole, perché ti rendi conto che nessuno è perfetto, Cosa scriveresti nel tuo necrologio? Al volo adesso voi non saprei voi sì ho fatto quello proprio non saprei cosa scrivere perché non sono terrorizzata dalla morte se arriva, arriva. Capito? Sì, io vado in fase di accettazione, perché prendo la vita come un'evoluzione, però non saprei effettivamente come scriverlo naturalmente non scrivere. Adesso andiamo proprio in conclusione avresti

qualcosa da dire qualcosa che non è stato toccato? Assolutamente no. Anzi diciamo che ero preoccupata 'oh mio Dio, non la conosco, non so cosa devo dire' Però, poi alla fine è stato semplice parlare anche collegando ad altri argomenti ... che poi alla fine mi hai dato dei suggerimenti quindi mi prenderò nota. Mi è piaciuto parlare così. Grazie.

Intervista n. 14 (Teo)

31 luglio 10,30 Fossona di cervarese

Ho 67 anni ho lavorato per molti (40) anni nell'industria farmaceutica. Io non sono contro i farmaci conosco il metodo scientifico, conosco i difetti del metodo, che prova e riprova. Quindi non sono in linea di principio contro i farmaci, non ne sono neanche innamorato. Non ho mai creduto che prima della chimica ci fosse il nulla. Quindi diciamo allora che la mia disposizione mentale è un po' ampia. Scusi, cosa vuol dire? Intendo che prima della scienza ci fosse il nulla, cioè, che prima del metodo scientifico per i nostri nonni, per i nostri avi c'erano delle conoscenze che hanno permesso a noi poi di sviluppare il cosiddetto metodo scientifico; dove faccio la prova, dove conosco le statine. Io mi sono curato col riso rosso fermentato che è un perfetto integratore. In più un estratto dell'olio d'ulivo (si alza e mi fa vedere da lontano un flaconcino) che ha ottimi benefici ed è un efficace integratore alimentare. Ha un effetto chiaro/logico ... e quindi si scontrano gli interessi dell'industria chimica con quelli dell'industria alimentare. Io l'ho preso comunque e mi ha sicuramente portato benefici, ma nel frattempo ho avuto altri problemi e per curarli mi hanno ordinato le statine. Ora sto intervallando la statina con questo olio qui. Voglio dire non solo per quanto riguarda l'agopuntura, ma cosa mi ha spinto un po' anche a considerare queste pratiche, diciamo, di altre culture? Ora le spiego com'è andata. Anni fa mia figlia quand'era ancora bambina, ci eravamo trasferiti da poco qua, ha avuto problemi protratti per un lungo periodo. Ha cominciato a non mangiare, non dormire, e una mia amica di Montebello mi aveva fatto conoscere un cinese che lavorava come lavapiatti in un ristorante, che però stava facendo anche dei corsi, perché in Cina si devono laureare anche per praticare l'agopuntura, e anche per i massaggi shiatsu. Abbiamo fatto curare nostra figlia in questo modo e incredibilmente ha funzionato molto bene con i massaggi. Si addormentava facilmente, e diventando più tranquilla ha ripreso a mangiare. Io che lavoravo nella fabbrica di farmaci mi sono dovuto guardare attorno e vedere che c'erano altre possibilità reali di guarire con altri metodi. Da qualche anno in Italia, così come da diversi anni in qualche altro paese europeo la via dei massaggi e di tutte queste cose (fisioterapie, etc.) è diventata più popolare. Qualche anno fa ho deciso di curarmi con l'agopuntura. C'era il mio amico da cui ho saputo che faceva l'agopuntura, ho provato con una seduta di agopuntura invece di prendere un antinfiammatorio. Con la pastiglia il dolore ti passa subito. Con l'agopuntura ti passa, però pian piano, ma in maniera definitiva. Mi ricordo che la tensione era sparita addirittura fin alla prima seduta. Io ho ricordo che stavo tornando a casa da Montemerlo, la strada è facile e la facevo sovrappensiero: mi stavo addormentando alla guida. Cioè, ecco, quindi ... il perché delle basi scientifiche ... anche se non sono la nostra scienza. L'anno scorso, invece, mi è capitato che avevano trovato un problema perché da una decina di giorni stavo male. Mi hanno diagnosticato un problema di comunicazione fra i due atri del cuore, e avevo già ... io facevo difficoltà a dormire per conto mio, e io ho avuto proprio un problema di insonnia abbastanza lungo ... da quando abbiamo cambiato casa ... me lo porto dietro da tanti anni, da quando ci siamo impegnati con tutto questo (mi indica l'abitazione). Il problema qua ... prendo ancora dei sonniferi, ma che poi non funzionano più. È una fase ... è solo una fase ... poi ho provato con la melatonina, se non anche quella poi non funziona più perché ti lascia rintontito ... ma magari qualcosa ... Una mia amica che lavora in sala operatoria mi ha portato delle dosi per

10 mg, poi mi ha indicato dei corsi per addormentamento. Ma questo problema proprio non riuscivo a risolverlo. Mi addormentavo e poi mi svegliavo subito. Ma anche poi il dottore dice che lui stesso prende il farmaco, che va bene, ok, perché poi insomma dopo ti lascio bello sveglio. Mia figlia dice che siamo un'unica anima col tutto. Lei ha saputo, perché è laureata in scienze botaniche, che l'anima parte dall'agricoltura. Così ho chiesto anche a mia moglie, ma lei non è molto ricettiva. Ad esempio, come l'anno scorso verso questo periodo qua, le ho chiesto ed abbiamo fatto una serie di sedute insieme. E, con vicende alterne, comunque ho visto un miglioramento che si è riscontrato anche dopo. Ma rispetto al problema d'insonnia mi serve molto meno, adesso prendo poche gocce invece che pastiglie, le devo smezzare, perché riesco a prendere sonno abbastanza velocemente. Però prima era arrivato dover prendere due pastiglie. Mentre l'anno scorso sono ritornato poi a livelli abbastanza normali. Da metà nottata comunque la voglia di dormire non torna così facilmente. La primavera di quest'anno ha riportato al solito punto: con l'arrivo del caldo mi è ritornato di nuovo questo problema, ecco perché adesso sto andando di nuovo a fare l'agopuntura. Non c'è ancora un'idea chiara, fissa. Adesso va dichiarato che comunque c'è una base scientifica, ma diversa dalla nostra lettura del corpo umano. Dentro, magari, cose che conosciamo, c'è comunque il nostro corpo che è molto complesso, e a volte la nostra medicina tradizionale punta solamente sul sintomo specifico, tralasciando magari il come stiamo nell'insieme. Bene, grazie. Ora che lei mi ha raccontato e abbiamo messo la cornice alla situazione, le faccio una domanda un po' più specifica. Quando lei si sta preparando per andare lì per andare avanti come si sente cosa pensa come si prepara ha aspettative, ansia o no? Cosa vuole mai, io mi faccio la doccia e vado tranquillo. Lei dentro di sé cosa si aspetta? Io mi aspetto che funzioni, non mi aspetto che sia tipo prendere un sonnifero, però mi aspetto di tranquillizzarmi dentro. Perché sa, essere arrivato a prendere, come minimo, 810 Bruce ... è anche un fatto di soldi ... io riconosco paradossalmente che è abbastanza grave ... non succederà più ... ma l'anno scorso dopo che sono stato in ospedale clinica neurologica e con tutto il movimento di Covid ... vabbè ... io ... e poi è arrivato il caldo. È successo l'anno scorso, cioè, facevo fatica con una pastiglia a far partire il sonno. Attualmente resto ancora sveglio, come, perché, qualcosa del genere. Poi in ambulatorio riesce a stare sereno? Adesso sono molto sereno e i miei pensieri non sono sempre, come dire, concentrati su un problema. Invece sono pensieri che si fluidificano e cambiano anche, come dire, ci sono, ho delle aspettative, ma non è risolvibile con l'ansia; quando sono lì, perché cerco di fare di tutto, il controllo del respiro, nel caso mi serva per gestire ed ottenere il massimo del beneficio, quindi resto rilassato, non ho paura degli aghi, non so di nessuno che usa degli aghi più sottili di Alma; colpo di tosse, poi pian pianino la tensione cervicale che aveva un elevato livello, però quella volta che stavo tornando a casa e che mi stavo addormentando in macchina ... cioè, ma uno dice 'ma perché ti mettono gli aghi e dovresti essere così disteso? Io adesso intimamente sono un po' meno ansioso anche perché, appunto, ho messo una specie di decreto verso questo episodio. Faccia conto che l'anno scorso a maggio dopo aver fatto il giro in montagna col mio gruppo di amici, stavo facendo il volontario al mercato equo-solidale. Era molto caldo. Ho portato su al caldo della roba che stava giù in magazzino. Stavo mangiando e ... ovviamente, in realtà, di queste poi sono stato anche aiutato da un responsabile, il quale fa la chiusura della teglia con il gas ... però, insomma, sotto casa, era tardi, mia moglie aveva già mangiato era partita con le donne. Porto giù il piatto, essendo questo un comportamento che sa di identità ... quel punto ... svengo, o meglio non

so cosa sia successo... C'erano un sacco di persone perché servivano voti per un'elezione, c'erano i fotografi, si stava facendo un discorso sui figli del gruppo di teologia, si parlava della vita ... aver messo al mondo degli esseri ... poi è successo qualcosa ed io pensavo che non ho neanche il diritto di avere paura, però mi sembrava che in quel momento la cosa più importante fosse riuscire a parlare: è durato mezz'ora dalle 20.00 alle 20.30 dato che dopo è arrivato il 118. In quel periodo mi hanno dato tutte le spiegazioni, mi hanno fatto tutti i controlli, avendo il diabete, avendo familiarità col colesterolo alto, sarà tutta l'attività che ho fatto; quindi, in maniera molto naturale una placca si è staccata, ha provato ad andare in circolazione. Ed è tutto quanto. A quel punto mi è venuto il dubbio che ci fosse questo collegamento fra l'atrio destro e l'atrio sinistro. Quando si nasce è normale che ci sia, perché deve circolare il sangue materno. Ma se succede qualcosa non va, questa comunicazione può ... farlo, e però ai primi atti respiratori in questo canale si chiude. In alcuni casi, però, una commissione di dottori hanno scoperto che ormai è quasi 13,5% della popolazione o anche più che ha questa porta aperta, c'è questa disfunzione. Il dottore ha proposto di fare un intervento e mettere una spinetta, un altro ha detto di non fare niente perché ho più di sessant'anni. Un altro dottore dice che siccome sono abbastanza giovanile perché mi vedevano camminare avanti indietro nei corridoi dell'ospedale, cosa ha detto che sia, è un interventino per chiudere canale. Per questo problema a cui ho fatto cenno adesso sto prendendo due antitrombotici. Sarebbe bene chiudere il foro, perché comunque ci potrebbero riformare dei flussi e di nuovo dei trombi potrebbero staccarsi, come probabilmente si è formato questo ... qui devo, devo fare almeno un intervento, devo fare anche per poter portare avanti più a lungo ... poi vedranno ... solo che per controllare e ricordarmi adesso questa robetta, ci sto sotto e non riesco più ad andare in bici, e per me questa è una rottura. Spesso vado a fare camminate con un gruppo di volontari in modo tale da restare da solo. E le passeggiate in montagna posso fare solo quelle più facili. Devo fare passeggiate che non m'impegnino il respiro, deve restare molto superficiale. Quindi vado a camminare, non posso più fare incidenti, né andare in bici. Prima mi muovevo di più ogni settimana, andavo a camminare, camminavo eh ... però dovevo prendere 10 mg di melatonina ... gli errori, poi, oddio, ma anch'io adesso ho sistemato ... e ... dopo facevo l'agopuntura cinese, così mi dico che dopo dormo. Capisco che dormire sia un altro problema fondamentale. Anche se in genere è sottovalutato il problema. Quando mia moglie diversi anni fa, ha voluto che facessi tutti i controlli, mi hanno trovato, proprio a tutti i costi, che il naso era in qualche modo chiuso, e hanno detto che dovevo allargare il palato inserendo un dispositivo, perché dicevano che era troppo stretto. In seguito, mi hanno prescritto di dormire con questa piccola pompa silenziosa, che fa una piccola pressione per vincere le resistenze. Da allora dormo meglio di notte perché mi sono accorto che questo mi aiuta a respirare. Ancora adesso la uso, ma non m'illudo che possa scomparire questo ritardo nell'addormentamento. Però, poi, quando mi sveglio non ricomincio più a dormire. Se mi sveglio che ho sonno, diversamente da come succedeva fino a un mesetto e mezzo fa dopo che sono stato a fare la terapia per l'insonnia, non dormo per lunghe ore. Poiché c'è anche l'artrosi cervicale non si capisce se i problemi siano collegati. Poi ... cioè ... se c'è un miglioramento da qualsiasi parte arrivi ... quando arriva uno poi beneficia sull'altro. Questo ho proprio visto che succede effettivamente ... Infatti, quando vado a camminare con due signori, sento che dormo più tranquillo. Adesso, da un paio d'anni, anzi tre anni, vado a camminare con Sergio un altro signore di Mestrino. Quando andiamo a fare i nostri cammini, restiamo tranquilli. Fabio va

avanti, quindi ha tempo di pensare. Solamente se tiene il passo. Certo, siamo tutti diversi. Ascolti, adesso parliamo di cose del più e del meno. Ma restiamo anche zitti. Quando sta seduto disteso sul lettino, quando arriva la dottoressa a mettere gli aghi, lei come si sente? Sente che sta arrivando il suo corpo, intendo la sua massa corporea, il suo calore, i suoi odori, le sue vibrazioni, i suoi movimenti, cioè lei avverte questi aspetti sottili che non hanno a che fare con l'agopuntura? Sto concentrato tempestivamente sull'aghetto, ma non mi fa male, ricordo di no. Quindi lei sta ancora concentrato? ... Tanto mi affido, perché sì, ma non lo so, per quello mi affido. Eh ... cioè, io ... non è che sento ... so Alma è lì. Io tengo gli occhi chiusi, sento il fatto che si muove, lei mi parla come fosse tranquilla, mi faccio curare, non percepisco tanto la presenza, ma il fatto che abbasso la sua influenza sul mio corpo ... una cosa, la prossima volta faccio questi giochi, nel senso di dire, adesso è qua, adesso, secondo me, sento che può succedere ... A volte sento sempre di più il calore, a volte si sentono proprio come dire si sentono le mie energie. Mi ricordo che sento come sto. A volte sto bene, altre sto male. Certo è correttissimo, non serve far trasparire niente, però uno dentro di sé ha davvero queste potenzialità di altri mondi che sono sempre sensibili ai nostri sensi, e però non sono, come dire, positivisti. Ci sono proprio situazioni in cui si sentono come dire l'energia della vita in maniera diversa. Noi della nostra età non siamo stati tanto educati così, mentre i giovani sono molto più attenti a queste cose. Noi possiamo accedere a questi mondi, basta solo prenderne atto. Sono abbastanza empatico, perché riesco a sentire le persone. Però in quel momento no, perché voglio rilassare la mente. Loris stimolava i punti, fin dalla prima famosa seduta, ma dopo la seconda, la terza seduta si vedeva l'effetto ritardare tantissimo, lui diceva che è normale, che molte volte c'è la risposta, a volte è l'effetto contrario, ma è proprio la risposta immediata allora a parlare. Insomma, non puoi far passare tutta fame al figlio nella stessa maniera. L'ha fatto solamente una volta perché, quando curava una spalla dolorante, da un interessamento alla spalla, lo negava poi da tutt'altra parte. Rispetto a quando ho fatto l'agopuntura, non ho più avuto necessità di fare fisioterapia, che prima facevo una volta all'anno. Da quando fa l'agopuntura le sembra che sia cambiato qualcosa nel suo modo di pensare, vivere, mangiare? anche spiritualmente? e ... ah ... abbastanza rilassato, anche perché proprio mi metto nella condizione di farla funzionare. Comincio col respiro. È un fatto di addominali, cerco proprio di rilassarli, di non pensare per me, e non, non pensare di essere proprio lì, come succede a volte quando entro in trance da passeggiata, o forse l'unica critica è che in quei momenti si sente solo il respiro, magari rimani in piedi, pensi che ho fatto il cammino di Santiago con le piaghe sotto i piedi, però ad un certo momento ho proposto di porre fine al giro, perché è stato un grandissimo dolore. Se il dolore è finito, il corpo rimane assente, metti amore a livello mentale, non è più insopportabile come stabilito dalla società. Queste sono altre cose sentite. Pensi che devi sopportarlo il tuo male, tendi a supportarti con questo pensiero; ma se tu pensi che fa parte, se il respiro lo senti meno, ma sai che c'è la ferita, questa è una cosa che ti accompagna, più con quel dolore forte, ma ero quasi arrivato e il solo ammirare il paesaggio mi distraeva. Se non mi rendo conto di pensare un pensiero nello stesso momento, 'bene' dicono le emozioni e giù a piangere, perché tutti i pensieri ormai senza chiglia per cercare di elaborarle o, meglio, fra tutte, si sono fatte spazio. Lo spazio è che tu sia pronto per soffrire, se le filtri anche se ... sì Silenzio. Prolungato. piange Sì, anch'io ultimamente sto pensando a questi aspetti. Forse sarà la sociologia? Come anche il momento particolare, perché prima o poi le devi guardare in faccia. E probabilmente in queste

passaggiate qua però proprio non ci stiamo nel corpo mai completamente. Di solito ragioniamo che vogliamo fare quelle cose lì, poi per un po' di tempo ti senti bene, perché uno quando è a casa si prende poco tempo come persona per elaborare sulle cose che ti succedono. Anche su questa cosa qua io ci sto pensando: quando fai i viaggi e poi torni, sei diverso per un po' di tempo. No? Ma qual è l'arte, che io non ho, qual è l'arte? L'arte sarebbe quella di riuscire a rialimentare quelle energie e farlo diventare parte di terreno del DNA. Ora, personalmente, per alcuni aspetti sì davvero sono riuscito a fare grandi lavori su di me, altri nel mondo non ci sono riuscito. E quindi, sì, bisogna andare in viaggio, sia da soli, sia in gruppo. Da sempre fare questi cammini ha lo scopo di portarsi a casa il più possibile ciò che puoi prendere con gli occhi. Si vedrà, perché non è detto che questo sia l'unico modo di tenere la testa libera. No, è successo, vabbè, io sono tanto carico ancora, perché tutte queste sono però ambasciate, verso il mondo, a raccontare queste cose ai nostri genitori che se ci fossero ancora ... Ci sono tanti giovani che camminano e hanno fatto 100.000 esperienze positive. Mia figlia, vabbè, insomma, adesso, lavora in un caseificio perché si è innamorata di fare il formaggio. Ma sa come si è innamorata? Perché ha fatto scienze forestali come Emanuele, ah ... ha fatto dei bellissimi Erasmus in Germania e non solo. Poi ha fatto un soggiorno di studio californiano, una specie di Scienze forestali e tra le altre mansioni quella dello spegnere incendi dei boschi. Ha fatto un anno di università europea, un accordo della comunità, in un paese a cui aveva fatto una domanda. Bisognava aver fatto un anno in Germania e dopo averlo concluso poteva fare una domanda o in un'altra città europea o in California. Dove è rimasta per tre anni. In primavera ha firmato. Quindi è partita in aprile fino a ottobre per il triennio. Doveva studiare la fioritura delle erbe infestanti, ha fatto la sua esperienza con ragazzi svedesi. Aveva a che fare con comunità che vivevano in una specie di ritiro da iniziati concentrati su una specie benessere in armonia con la natura, con l'ambiente vicino ai confini col deserto. Era, insomma, un film puntato sui giovani. Lo scopo era di girare e coltivare i campi in cambio di vitto e alloggio e anche un po' di soldi. In seguito, si è innamorata delle capre e così è andata a cercare attraverso il web e le conoscenze svedesi, un lavoro svizzero. Così è andata a fare l'aiuto casiera. Per tornare al discorso del fare formaggio, lei si è innamorata di questa trasformazione. È materia vivente, perché è tutto dalla natura. In Svizzera ci vanno i giovani in camper. Il tema ha una marcia in più rispetto agli altri. Ma, anche, no, sì, ma soprattutto se vivi in un modo così ... nella natura, credo che ci sia proprio anche un livello di spiritualità, ma oltre alla spiritualità dell'animale, alla scienza, cioè, ci sia proprio una connessione, credo io, col tempo quando lei ha cominciato a fare agopuntura si è trovato in condizione di pensare a sé stesso, e si è accorto che qualche sua preferenza è cambiata? Non ricordo ... ma anche adesso che sto andando ... solo adesso che ci sto pensando ... ma ... non so perché la confettura ... che non sopporto più, così come gli elaborati, cioè pizza ... è un fatto, o forse una consapevolezza, che non problemi familiari. Prima c'era il limite, però adesso facendo tanto movimento ... ecco allora che vado dal medico e mi faccio commissionare il farmaco per aumentare il metabolismo. Sì, però non ho mai fatto niente, cercavo delle domande, ecco, allora, non so, se era salvezza, risalendo a problemi a volte maggiori ... Io credo che il nostro corpo, al di là del cervello, ti dice sì, ti dice no. Ora, sono quasi certo, adesso nessuno vegano ti fa storie se metti un po' di sale. A volte, per dire cosa, con il frullato del Tronto, un po' di sale, al posto del pomodoro mettevo il frullato assieme il tofu col pomodoro, e un po' di olio d'oliva. Ma sì, non lo so adesso se sia solamente operazioni di fissazione, ma no, no, insomma

si cambia. A seduta conclusa quando è l'ora di tornare a casa come si sente? cosa pensa? Diciamo che il solito quando trovo la strada tranquilla, parto, vado. Altro discorso, tipo l'altro giovane mi ha sorpassato in un modo feroce, ma non mi sono irritato. Mi sembra che dopo la seduta di agopuntura è, ad esempio, come se diventasse un pochino tutto più limpido. Sì, sì sì dai, mi succede proprio questo, più nitido. Sarà perché l'agopuntura mette in movimento delle energie, nel senso che cerca di riportare l'equilibrio dentro al nostro corpo. Può anche darsi che arrivando delle energie più forti al cervello le sinapsi partono in un'altra maniera? ma sia al cuore nel senso metaforico, sia alla vita. Ne parla in casa? con i suoi amici di questa esperienza? Mi è capitato di parlarne con i colleghi dello Spisal, con degli anziani della Cgil, uno in particolare che fa solo volontario e in questo periodo Almacquano per la dichiarazione dei redditi al CAF. Era molto positivo rispetto all'agopuntura. L'aveva fatto tanti anni fa e ancora ne parla bene. Ci sono alcuni filoni di pensiero che dicono che noi volendo e sapendolo fare parliamo dentro al nostro corpo e abbiamo la possibilità di autoguarigione pensa diciamo che la cultura in questo senso si iscrive come viene un aiutino di quest'auto guarigione, cosa ne pensa? Lei pensa che io ho delle energie che non so usare? anche se vorrei, perché in realtà cose come le medicine guariscono solo perché danno un aiuto solo su alcuni meccanismi (vedi antibiotico che aiuta, ma a dosi elevate può fare il contrario) come succede a tutti. Quindi nella realtà ciò che guarisce il nostro corpo in senso olistico siamo noi stessi. Cioè, lei mi dice che il chirurgo apre per poi tirare via tutta la parte malata, e quando richiude lascia, dopo quello che è successo, lo stesso livello di infezioni per le quali il corpo deve fare della difesa da solo? quindi ha anche molte grosse possibilità per tutto il resto. A volte il nostro corpo vuole dire che ha bisogno di stare in pace. Credo che sì, ci sia la possibilità, magari di pensare, forse di pensare meglio, che non di far precipitare certe situazioni. Perché molte volte per tutta una serie di cose, certo, si vuole sia guarire, sia apparire, si vuole far passare certe cose come comportamenti adeguati. Però se si pensa alle persone che lavorano in mezzo bagnato ... Queste cose qua la Natura può aiutare su certe cose, dare un aiuto anche al nostro corpo senza arrivare a bere bottiglie di farmaci ... però, non credo che oltre certe cose, ma, quindi, cioè, non passa così. Secondo lei, il nostro corpo riesce a ricordare? ... che siamo frattali potenti ... sì, in campo, le giuste energie, perché molte volte ricorda tanto, ma anche fare dei movimenti ... cioè, uno sembra nato così, perché poi inizia a guidare ... e dopo va che è un piacere in automatico ... cioè, deve mettere la memoria fisica, ma anche la memoria neurologica, chimica, io penso che scrivere che il corpo ricorda, del passo, di tante maniere, sia abitudine fisica. Certo sa guidarlo, ma sa anche il fatto che, quando serve sa difendersi dalle malattie, quello che si fa con la cosa dei vaccini non sia fantomatica. Invece un tempo quando si stava sempre tutti assieme c'era una vaccinazione naturale: dormivano nel lettone grande in un sacco di persone, mentre ora è tutto molto separato dagli altri, esiste un'area personale. Secondo lei siamo in collegamento con le forze della natura? Sì, assolutamente, anche perché è a servizio un tempo di contatto vero, esempio l'astrologia. Però credo che sia il mio corpo fin da subito un fotografo. Per quanto riguarda un sentirsi bene o male generato dalla presenza di persone o anche di oggetti lei cosa ne pensa? Secondo me il malessere e benessere può essere influenzato da cose positive o negative esterne. Anche se non se ne parla percepisci un po' cosa succede anche rispetto a certi animali. Ipotesi: sempre si sono dichiarati che sono simpaticissimi e ci sono dei dati che dicono che poi si entra in armonia con gli animali domestici, ma questa idea l'ho pensata perché ho avuto per due volte la gatta nera. Nessuno ha negato il tema del gatto nero.

Però dopo essere tutte e due nere e tutte e due sparite ... insomma che scusa ci può essere? Ma da quella volta non ho più preso animali. Salvare sì le due sorelle per cui, secondo me, permettergli una famiglia, per così dire, pelosa per non ferire qualcuno, per gli altri, io curo la prima e la perdo, ma dopo non ho più trovato argomenti per la seconda. Cosa dovrei dire? Per la seconda avevo già un'idea? un senso di sventura? Oppure mi sento un brigante perché le ho salvate? Chissà dove sono andate? Sono stato a cercarle per chilometri alla sera per portargli da mangiare. Comunque, sì la presenza l'assenza di animali in casa ti cambia. Di cose, non so. Andiamo verso chiusura se lei avesse una bacchetta magica? Cosa posso dire? la cosa triste, triste, e che io sono stato felice, sì, quindi sono stato fortunato perché molte cose sono andate bene. Perché pensare alle difficoltà? Insomma, avevo il migliore amico che è morto durante l'adolescenza. Ci sono tanti, tanti problemi: ricordo un campo scuola ed ero ancora abbastanza sportivo, però i problemi di ieri sono passati, è andata com'è andata. Vuole aggiungere qualcos'altro rispetto a tutti questi discorsi che abbiamo fatto, magari c'è qualcos'altro che avrebbe voluto dire? Allora dico questo sul serio: questa intervista è piacevole perché è stata un discorso, non è stata il solito giro di domande a cui rispondi velocemente e su cui non puoi stare a riflettere, ma è stata una bella chiacchierata, la più bella intervista. Pensa che un'intervista fatta così possa portare serenità o posso portare confusione o possa portare anche degli input di trasformazioni? Sì, insomma, ma, soprattutto perché il discorso non era tutto ben limitato alla medicina cinese. Bene. mi è piaciuto così parlare con lei. Grazie a lei.

Intervista n. 15 (Ugo)

30 luglio 2023 Rubano ore 16,00

Come sono arrivato la dottoressa Alma? Diciamo che ci sono arrivato un po' per step. Nella mia vita ho fatto tantissima strada in macchina per lavoro. e come conseguenza mi sono procurato delle ernie al disco. Tutta la mia spina dorsale è coinvolta: a livello lombosacrale, all'altezza del cuore, e nella parte cervicale. Diciamo che il primo approccio è stato farmacologico diversi anni. Prendevo farmaci e nonostante tutto è peggiorato sempre più nel tempo. Insomma, quattro anni fa quattro anni fa sono praticamente rimasto completamente bloccato, completamente fermo, ero nella condizione in cui non riuscivo neanche alzarmi dal letto. Perché non sapevo cosa fare ho cominciato a farmi consigliare. Ho cominciato prima a farmi fare dei massaggi. Dopo un massaggio mi sentivo molto bene. Erano massaggi molto energici, e sono stati molto validi; infatti, mi hanno permesso di tirare avanti. In un modo ... che ... mi pareva di andare sempre meglio, dico mi pareva perché soprattutto dopo quando purtroppo non ho più potuto fare a meno delle pastiglie, mi pareva che con tutti quei soldi che ho speso avrei potuto, dovuto curarmi sul serio ... però non è stato un addio, perché poi il dolore è ricomparso. A quel punto ho fatto dei massaggi particolari da un dottore cinese a Vicenza. Non ero abituato a massaggi col gomito, erano molto dolorosi per tutta la seduta che durava anche due ore. Erano trattamenti molto dolorosi, però sono riusciti a sbloccare, diciamo, la parte alta delle cervicali non so in che modo, ma il trattamento del collo, quello è stato molto valido, si è risolto molto. Lui era anche un esperto di agopuntura, però non praticava, perché la sua formazione, il suo titolo come membro non viene riconosciuto in Italia. Questo è stato l'inizio, diciamo, come primo punto di vista da cui ho poi cominciato a pensare di curarmi con all'agopuntura. È stato attraverso un funzionario di una banca che vive a Vicenza che ho conosciuto una suora laica medico, laureata, cilena. Il funzionario della banca me ne aveva parlato dicendo che era il suo medico una volta. *Quello che proprio mi ha colpito e sorpreso è stato quello che è successo una volta durante la seduta di terapia: io spesso ho la mano destra gonfia e ... questa suora mi ha curato in un modo vuoi ... un po', un po' particolare, perché mi ha piantato gli aghi appena sotto, dove finiscono le unghie, e nella congiunzione delle dita nel punto in cui si attaccano dal palmo. Li ho tenuti per mezz'ora, forse l'impressione, forse suggestione ... più che altro l'effetto che sentivo sulla mano che si stesse sgonfiando ... è diventata normale proprio nel giro di mezz'oretta, come se la mano si fosse risvegliata ... con questi otto aghi cristiani conficcati ... passato tutto il gonfiore ... non era più la mano di prima. Cap 4 pag.6* Ogni due giorni facevo terapia. Per guarire, come lei mi ha suggerito abbiamo fatto terapie per tre settimane, si 21 giorni, se non sbaglio, 21 giorni, poi ... era come se, durante la seduta, sembrava che facesse largo dentro la spina dorsale ... metteva largo qua là ... insomma, però qualcosina lentamente intanto faceva. Poi ho iniziato ad andare da un medico agopunturista. Lui mi metteva comunque gli aghi sui piedi. Qualche volta, quando uscivo, facevo proprio fatica a camminare perfino, cioè, sembrava ci fosse un crollo, un peggioramento. Però sentivo il beneficio verso sera sulle 18:30. Alle 18:30 quando alla sera dovevo tornare a casa in macchina, di solito era difficile. Proprio. Però, innanzitutto, il primo giorno io facevo fatica a camminare, a stare in piedi, avevo male un po' vicino alle caviglie. Mi metteva l'ago in fronte sul terzo occhio. Andavo un'ora una volta ogni mese, mese e mezzo con appuntamento fisso. Verso

maggio 2017 ho conosciuto la dottoressa. Posso dire che appena ho cominciato ad andare lì, è stato un qualcosa di diverso. Però lì è stato soprattutto il livello emotivo ... cioè, per me proprio la salvezza. Alma è molto pacata, davvero molto, mi fa sentire a mio agio proprio con questa musica di sottofondo. Sicuramente riesce a convincerti anche con le parole, cioè, viene abbinato il dialogo per poco dialogo che sia, ma cerco credere in quello che sto facendo. È comunque qualcosa in cui mi son trovato bene. Scusi, gli altri medici non parlano? Appunto, sì. Gli altri medici non passavano niente, mai una parola, senza dire niente. All'inizio c'era un colloquio preliminare, sui prodotti, sulle problematiche da affrontare, in quel momento ascoltavano. Poi successivamente c'era la parte esecutiva. Insomma, la terapia che facevano era la stessa, ma ci sono due approcci diversi. Ecco, ad esempio, la dottoressa è proprio laureata in medicina e poi specializzata in agopuntura. Lui è anche laureato in medicina, ma dice anche altre cose non propriamente da medico, no non è che ti legga il futuro, ma ecco, lei, adesso niente incrociare gambe, niente incrociare le mani, né incrociare le dita, niente usare il telefono nel periodo della seduta. Inoltre, tenuto conto che il mio male si fa sentire maggiormente durante l'autunno, lui mi ha spiegato che ci sono malattie considerate stagionali. Ecco, quello forse l'agopuntura sono scuole diverse voi e lavorano in modi diversi, però li ho provati tutti e tre, però c'è qualcosa con qualcosa di particolare in ognuno dei tre. È come se uno va in ristorante mangia le stesse cose però cucinate in modi diversi. Questo è stato diciamo il suo approccio a questo tipo di terapia. Le pongo subito una domanda che di solito faccio alla fine: lei adesso mi dice non so se in autunno mi viene male, perché è una questione di periodicità. La domanda è questa: secondo lei il corpo si ricorda che all'arrivo di quella stagione avvengono certi dolori e allora ricomincia ad avere male? Il corpo, secondo me, si ricorda, tiene memoria. Io mi sono fratturato la mano. Quando il tempo sta per cambiare, io lo sento. Mi sono fratturato il dorso della mano e io sento dolore quando cambia il tempo. Ad esempio, d'inverno non posso guidare la macchina se rimane fuori. Devo veramente indossare i guanti per guidare perché mi fa male la mano al contatto col volante freddo. Cioè, adesso non so, se sia un fatto che ci sono dei periodi dell'anno durante i quali fa molto più male rispetto ad un altro. Io do il mio. Non sono, non ho esperienza di settore, però ho questa convinzione che comunque il corpo, quando si rompe qualcosa, parla di meno. Mi fa giusto dire che il corpo tiene memoria, adesso mi fa male la mano sinistra, se uso tutte e due le mani, con tutte e due impugno il volante. Tutte e due le uso, perché io sono mezzo a inverso, tra l'altro quindi è perché questa sì, e questa no. Magari è un altro motivo, non solo sulla fattura fa proprio male ... sulla salute, insomma. Va bene, riesce a ricordare, a raccontare di una seduta di agopuntura in cui è successo qualcosa di particolare, che magari lei si ricorda bene. Cosa è successo? Ciò che ho fissato nella mia memoria è la seconda seduta. Ero da solo, ero fuori, proprio sbarellato, e facevo proprio fatica a camminare. Almeno ci fosse stata la mia compagna o mia mamma. È diventato parte di me. Arriva la macchina manipolata che serviva per farmi rilassare. Ci sono andato tre, quattro volte. Ogni volta durava però 50 minuti ma tra entrare, parlare, controllare rimanevo almeno un'ora. Quella volta non capivo niente, presumo si siano guardati in faccia tra operatori. A seduta finita faccio fatica a rimettermi in piedi. Però il giorno dopo, mi sembrava di avere effetto quasi a scoppio ritardato, però mi sembrava di essere guarito. Ma tu ogni volta, però non puoi porti così, come fosse un'altra volta, le sedute funzionano in modo molto simile, ma quello che ho capito quella volta è che non puoi mai mettere in preventivo. Cioè, è come quando ti ricordi di comperarti un dolce, non è mai sempre questo

sapore sarà sempre questo. Quella volta è stata una sensazione di impotenza su tutto il mio corpo, non è che fosse l'impressione, voglio dire. Mi piace sentire queste storie perché vanno a confermare che la vita dell'agopuntura, assieme a tutto un contesto di medicina, sono davvero efficaci e anche se viviamo in questo nostro mondo. Mi hanno messo gli altri, non sono stato sotto gli occhi degli assistenti. Il dottore quella volta lì che sono andato, non c'era sempre. Quand'è che ha cominciato ad avere questi problemi di mal di schiena? ... eh, ma tanti, tanti anni fa. Clinicamente le prime cure, mi sembra fossero prima fine anni '90. In macchina ho fatto forse decine di milioni di chilometri. E comunque, sono sì, sono tanti anni, insomma, che mi faccio curare. Anche adesso viene spesso il fisioterapista a casa. Per provare, per rilassare. Insomma, adesso faccio dello stretching praticamente due volte alla settimana. Adesso ho sospeso per il caldo, però due volte alla settimana, sì, andavo in palestra a fare praticamente niente, farmi fare ginnastica passiva. Sembra di non far niente in questa palestra, di qua e di là. Viene fuori robe ... no, certo, sì, sì, infatti, adesso voglio fare altre due volte avanti e indietro ... poi dopo non potevo assolutamente ... voglio provare un'ora e poi sarà da valutare. Adesso, però saranno tre mesi e mezzo, penso, che vado a Favaro, da uno molto bravo che ha uno studio grosso ... da poco, sì, sì, da marzo, gennaio è uno studio con un suo approccio. Cioè, io sto cercando, ad esempio, un medico molto valido. Questo di Favaro, per esempio, per abbastanza minuti non mi seguiva sempre lui. Lui faceva le parti primarie, all'inizio è venuto lui, ma poi ho ripetuto tutta quella trafila di pratiche con un altro. Insomma, le stesse cose, però mi sono fatto un'ora e 10. Bravo. Da una parte un'ora e dieci per cercare di curarmi con massaggi e macchinari, dall'altra parte sottolineo che sono cose diverse. Non è agopuntura, La suora laica, ad esempio, pensi che parte da Salerno e viene a Vicenza ogni tre settimane. Poi va spesso a Pechino per aggiornamenti. Guardi, quando è stato? non più tardi di due settimane fa, sono andato in auto, perché l'ho fatto anche l'anno scorso nello stesso periodo. Io vorrei riuscire a camminare e sono andato a fare delle infiltrazioni anche pesanti. Ma non posso, non posso, non faccio mettere le mani in questa situazione. Vai a farti mettere le mani dal neuro chirurgo, mi dicono i miei parenti. Ma io non me la sento di andare a toccare questa parte del corpo. Mi fatto capire poi sono andato da cervellini, che si erano sentiti tra di loro. Era a Vicenza ed è stato operato e gli hanno ricostruito due vertebre che non riuscivano a fondersi. Non c'è più a Bologna il famoso chirurgo che con un unico intervento riesce a mettere due placche e costruire delle gabbiette. Qualcuno non è più stato bene. Poi c'è stato l'ultimo passaggio: ci sono andato in gennaio o febbraio. Il soggiorno, diciamo, quello lì, è cominciato qua. eh ... eh ... io faccio dopo dormiamo, io sto bene, vuoi qualcosa? io sono molto scettico ... cioè, se mi fido del medico, se si tratta di fidarsi delle alternative ... per me non è stato facile, però, devo riconoscere che cosa è stato questo soggiorno. Le medicine, le terapie, i massaggi. Se uno fa solo una cosa e poi vede che quella cosa lì funziona, se uno fa anche delle altre cose evidentemente non c'è mai un'unica causa ma è un insieme di cause che portano alla soluzione. Quando lei sta disteso e sta vivendo il suo momento terapeutico è attento ad altre cose che la distraggono o non sta attento a niente, si rilassa, si affida? Sì, mi lascio andare, non ci sono pensieri che arrivano, non così grossi. Anzi, quella parte di me che tiene tutto sotto controllo in quel momento lì gli dico 'basta smettila, perché sei così anche quando mangi, sempre sul pensare a questo, sopra, dopo, permettiti di distaccare la mente. Ho visto tutto il dolore che questo mio estremo controllo ha comportato, perché questi dolori qui, alla fine, sono dolori da iper-controllo. Eh ... quando mi sono trovato a

fare il papà, il marito evoluto, però mi è sempre pesata la responsabilità. Mi ha dato un esempio mio fratello che è andato nel settore tipografico. Vabbè, io non ci potevo andare economicamente. Si può sbagliare in buona fede, ma non si può sbagliare comunque. Però ragionare prima di fare qualsiasi cosa, ci ho pensato tanto prima di fare una cosa. Io, ad esempio, non capisco come e perché siamo tutti cambiati. Quando vedo i giovani seduti in 15 persone, ma com'è che non puoi trovare il discorso se non attraverso questi dispositivi? Non si rendono conto che perdono tanto, nel senso che il contatto umano che non passa dal dispositivo non ti porta solo le nozioni ma ti porta anche tutto il resto? siamo, siamo piccoli noi, non siamo e non ce lo ricordiamo no.... perché, se uno è sempre stato come dire a 300 all'ora, sempre al centro è difficile fermarsi... andiamo verso la fine perché tanto ha detto un sacco di cose per cui tante risposte sono già arrivate. Immagini di avere una bacchetta magica, cioè, cosa fare per gli altri per il mondo sul futuro sul passato età magica? io vedo il mezzo bicchiere pieno, perché oggi c'ero io, domani c'è lei, domani ci saranno altri ... allora se ognuno può fare qualcosa, può darsi qualcosa, e togliere qualcosa, che ognuno si pieghi a quello che ha e fa quello che vuole ... Enzo Ferrari 86 diceva che questo mondo è un'enorme penitenziario che ha in noi i suoi delusi; allora io con la bacchetta magica va bene mi faccio trovare 10 milioni di euro. Poi però penso domani in termini di denari o di aver salute, noi siamo il concentrato di quello che ci è capitato nella vita. Sei una persona diversa, lo sono, perché è stato messo mattoncino. Vuole aggiungere qualcosa relativamente all'intervista sull'agopuntura? È un'esperienza che ho provato e che sicuramente continuerò a provare. Ultimissime vuole dire qualcosa che non è stata chiesta? No, no, io non mi aspetto niente. Se devo fare qualcosa io non mi preparo il discorso. L'unica cosa che ho pensato durante l'intervista è stata che non solo ho la possibilità di essere utile a qualcuno per fare qualcosa che può essere utile a qualcun altro, ma ero anche curioso: sì, mi è piaciuta.

Intervista n. 16 (Ivo)

15 agosto 23 casa di san Domenico ore 11,00

A metà degli anni 90, quando ero adolescente, ho avuto il piacere di conoscere la terapia dell'agopuntura. In quell'epoca è stata una rivelazione scoprire che oltre all'esercizio fisico il mio allenatore era conoscitore di metodi alternativi per la guarigione del corpo Cap 4 pag.6 Ora mi rendo conto che praticare attività fisica mi ha consentito di avvicinarmi all'agopuntura. Le prime volte avevo dei dubbi sul fatto che degli aghi potessero abili a curare il mio corpo. Avevo spesso mal di testa causato dalle cervicali. Questo l'avevo appreso da questo Maestro (il mio allenatore e insegnante di educazione fisica alle superiori, Elia, che ora non c'è più). Grazie al carisma di questo professore ho imparato che potevo farmi curare in altri modi, diversi dalle medicine. Passo dopo passo ho proprio potuto vedere che gli aghi non erano solo ciò che io associavo a quello che mia mamma, tutte le mamme e tutte le nonne facevano, diciamo, in quegli anni, e quindi quando prendevano una macchina da cucire ci raccomandavano continuamente di stare molto attento agli aghi, di stare distante dagli aghi perché potevano procurare una rete di dolori lancinanti. Quando invece Elia andava a utilizzarli sapientemente negli arti non vi era dolore. Anzi, dopo un po', spiego altrimenti, c'era una sensazione di piacere e ristoro rispetto al dolore che fino a poco tempo prima, mi trafiggeva. (Cap 5 pag 9) Purtroppo, Elia non c'è più da qualche anno e quindi non ho più potuto fare questo tipo di cure. Anzi, devo dire che nel corso del tempo, i dolori di quegli anni sono rimasti tali e quali. Anzi, si sono aggravati, purtroppo. Anche perché ho avuto degli interventi al ginocchio destro, e questo ha fatto sì che io non possa più correre con grande facilità. E consultando la medicina tradizionale ho dovuto fare un'operazione. Si può dire che tale Elia, diciamo, negli anni in cui ha avuto modo di massaggiare le mie ginocchia, mi sembrava che anche lì riusciva a sistemare il trauma. Pensare a cosa, e a come, a cui poi sono dovuto poi mi sono dovuto sottoporre! Ma allora usciva sicuramente alle mie conoscenze come gestire una serie di fastidi. Personalmente credo di aver vissuto nel reale i piccoli o grandi traumi, diciamo, procurati dall'affare sport: ho visto tanti giovani talenti arrivare a rovinarsi salute. Sicuramente è solo il mio punto di vista: quello di una persona che l'ha praticato e poi si è visto diventare disabile perché il dolore non è mai guarito. (Cap. 4 Pag, 8). Per quanto riguarda l'agopuntura credo che tra la persona che la pratica e il terapeuta si instauri un rapporto di fiducia. Secondo me è ineludibile che debba instaurare un rapporto di fiducia tra il medico curante e paziente, perché non ci siano segreti, reticenze, omissioni. Questo nell'agopuntura è molto importante, perché oltre a curare il corpo c'è anche una cura della mente. Nel farla, se non vi è un determinato feeling medico paziente, è difficile che ciò porti a risultati apprezzabili o, meglio, così apprezzabili. Come se questo, appunto, quando non vi è una interpellata fiducia tra le parti, venisse meno l'effetto a partire dalla visita iniziale. L'agopuntura per essere praticata, dev'essere accompagnata da consigli, appunto, e non fatta in sostituzione della medicina tradizionale che trovo essere strabiliante e risolutiva nel sistemare alcune caratteristiche, peculiarità. Ma allora era un ottimo meccanismo per andare a sistemare i miei dolori; così come ritengo lo siano anche le cicche della medicina tradizionale occidentale, proprio per la sua impostazione che adesso con il silicone, in maniera protocollata, può sistemare ciò che nella mia esperienza è stato inscindibile dal mio percorso. Puoi raccontarmi un aneddoto relativo all'agopuntura che ti è rimasto

particolarmente impresso? Nella mia esperienza con l'agopuntura sicuramente mi ricordo di un viaggio. Era inizio marzo, avevo 18 o 19 anni dovevo andare a fare un viaggio. Stavo per partire, ma ero completamente con la schiena bloccata, e la cosa che mi fece completamente strabiliare fu l'arrivo quasi improvviso di un grave dolore. Quindi con la schiena che non riuscivo a mettere neppure in posizione orizzontale, andai da Elia e riuscii appunto a stringere i denti e mettermi disteso sul lettino. Dopo una mezz'ora o forse 40 minuti di trattamenti, nel momento in cui dovevo alzarmi, ero ovviamente preoccupato e pronto a recepire tutto il dolore con cui ero arrivato, ma invece sono miracolosamente riuscito a muovermi e ho sentito l'assenza di dolore. Cioè, Elia era riuscito a sistemare attraverso l'agopuntura e alcune delle manipolazioni che lui praticava con grande sapienza, era riuscito a trovare il bandolo di piccoli nodi, che non erano sicuramente traumi, diciamo, grossi, ma erano diciamo delle situazioni muscolari che non erano a posto. Quando mi misi in piedi rammento una sensazione bellissima, perché ero arrivato con la paura di non riuscire a ritornare in piedi, a dover continuare a girare come i giorni precedenti che giravo molto ingobbato. Invece sono riuscito a mettermi in posizione eretta senza dolore. Fu questo, diciamo, l'aneddoto dell'agopuntura che maggiormente mi ha lasciato un bel ricordo. Sì, un gran ricordo di benessere, ma mi ha lasciato con più domande. Cioè, io tecnicamente non so che cosa sia accaduto in quell'arco di tempo in cui sono stato trattato. Mi sono fatto consigliare per prendere per una ah ... somministrazione di mercurio attiva, che contempra l'agopuntura. Agopuntura che possa essere culturale o ... complementare anche con la medicina tradizionale occidentale. Cioè, laddove c'è molto dolore, io penso che, come prima cosa, debba essere tolto il dolore, per poi essere talvolta trattati, ma l'agopuntura ha a che fare con qualcosa di diverso. Cioè, laddove sento dolore, non servono, diciamo, non serve la chimica della medicina, servono mani capaci, esperte. Ma noi occidentali tante volte non ne siamo abituati, pensiamo che prima occorra sistemare un mare in tempesta, cioè inizio da un antidolorifico, per cominciare a entrare a tacitare la tua problematicità; quindi, a volte, quelle volte, perché, diciamo, era diversa, avevo comunque problemi alla schiena, problemi, appunto, di crescita che non riuscivo, diciamo, ad essere ben coordinato, eccetera. Quella volta, quelle volte fu veramente straordinaria, per la stessa azione di fatto, dell'abbattimento della paura: cioè, ritornare adesso dritto con la schiena, e sentirmi per questo la persona più felice. Vai tranquillo, non aver paura a ritornare dritto! Se senti un piccolo dolore ne riparlamo, ma tu vai! E così andò! Elia aveva una personalità molto carismatica, era molto, moltissimo preparato, purtroppo io ero sì molto giovane, giovanissimo. Lui era il mio ex professore ginnastica, lui era un'istituzione, tra l'altro era anche vicepresidente. Un'istituzione al Belzoni. Purtroppo, poi è morto di cancro al pancreas. Mi ricordo, appunto, che una volta lo incontrai allo IOV con mia mamma. E lì forse lui si perse la possibilità di darsi una possibilità, perché prima di affidarsi alla medicina tradizionale, fece, diciamo, un grande percorso. Non penso puntuale di agopuntura, ma dicevo medicina alternativa. In dettaglio, in alcuni casi bisogna essere estremamente realisti, cioè, sì, ultimamente, che però, perché non lo puoi sapere ... boh sono il tumore al pancreas ha portato via, del resto, anche Steve Jobs. Cioè, un cancro che, mi dicono le persone, che si può anche filosofeggiare, è il cancro che porta via i geni. Negli ultimi tempi, che è poi la fine del percorso delle superiori, Elia era così. Noi siamo qua, non facevamo solo educazione fisica, c'era anche con la ricca sensazione, lui aveva, diciamo, tutta una sua filosofia. Questa, che poi sfociava nel suo studio dove praticava agopuntura in maniera molto seria e competente. Anche dicendo un

no, non è questo il momento, così non ti posso aiutare. Era una persona di un'onestà, di una limpidezza, in un allora che io ti dico non era semplice di trovare persone così. Dove aveva lo studio? Più o meno in zona Mortise ... eh con tutti i limiti di geografici che ha un ragazzo che arriva, diciamo, dalla provincia di Padova che più del centro storico e di qualche quartiere, ma non così tante conoscenze geografiche della città. Non era Forcellini, ecco non mi ricordo dove fosse precisamente, come via. Ti ricordi dove ti aveva messo gli aghi sulle dita? Sulle dita, su questa parte (si tocca il polpastrello del pollice) c'è sulla parte polpastrelli da questo qui, poi anche sui piedi e sulla nuca alla base del capo. Poi, lui faceva tante cose, anche non me le diceva anche per non impressionarmi. Ho un ricordo perfettamente nitido: avevo le dita delle mani che sembrava non potessero più chiudersi. Erano tutte tese, metteva aghi sulla parte tra le unghie e il polpastrello, alcuni, appunto, sul dorso su questa parte (indica il dorso tra il pollice e l'indice) che poi è quello che ti fa passare il mal di testa. Infatti, lui, tante volte, anche per la difesa personale, ci dicevo se avete dei problemi basta premiate questo punto, inoltre anche lavorare sull'acqua. Ti faceva una specie di corsetto. Sì, sì, quindi se avessi avuto dei dubbi avrei pensato a quella volta che ero partito e la sensazione totalizzante era l'assenza di dolore. Cioè, non solo ero arrivato con il dolore alla schiena, e poi la totale assenza di dolore, ma anche nel momento in cui praticava, perché poi girava gli aghi quando erano puntati sulla pelle, diciamo che li azionava come se fossero, come diciamo quando devi sistemare l'audio del film e devi girare gli spinotti. Lui faceva questo e c'era un'assenza di dolore continua, costante, diciamo. Io poi col dolore non ho sempre avuto questo bellissimo rapporto, perché, ma penso che nessuno ce l'abbia con il dolore fisico ... e quindi all'inizio non ero un ottimo paziente, ma poi mi rivide ogni due giorni da lui e così iniziò una serie di successi. Tu sai dove lui si era formato come agopuntore? No, eh ... mancano veramente le fonti. Non lo so veramente dove lui si sia formato. So che aveva un figlio Leonardo in quegli anni, lui era già un mio professore e di Leonardo penso che adesso abbia vent'anni o anche qualcosa di più. So che lui ha fatto diciamo tutto un percorso sulla reincarnazione diciamo per capire, diciamo, qualcosa sulle sue vite precedenti. Mi ricordo che diceva che lui era stato un delfino. Questa cosa mi ricordo fino a qui, ma sono passati veramente molti anni ... questa cosa del delfino la ricordo perché c'era un elemento acqueo che caratterizzava Elia. Comunque, lui era figlio di un'Italia romagnola. Aveva la palestra alla Paltana, e aveva la sua scuola di basket, e tutti diciamo i suoi giocatori avevano una specie di venerazione per lui. C'erano gruppi Facebook del gruppo di Elia. Non solo, diciamo, quelli che erano i suoi giocatori, ma anche tutte le persone che l'hanno conosciuto, incrociato, o hanno avuto a che fare con Elia, lo consideravano una persona geniale, speciale, guarda, comunque fuoriclasse. Lui ci aveva portato nella città di Praga in gita, ma lui ci spiegava cosa fosse Praga cercando di farci vedere Praga della Cortina di ferro. Io andai nel 1998 con lui. Lui arriva appunto da una formazione popolare, secondo me, come un Vasco Rossi. La sua è la classica storia familiare romagnola, per cui non avrebbe mai messo il nome di un santo al figlio; infatti, gli mise un nome completamente slegato, staccato. Quando tu non ti stavi preparando per andare da lui, il tuo atteggiamento cos'era? di fortissimo aspettativa di scetticismo? All'inizio, la prima volta ci andai dopo che avevamo visto dei fisioterapisti, perché comunque io, che giocavo a pallone, avevo la possibilità di andare da un fisioterapista. La loro diagnosi dicevano che avevo bisogno di tempo per cambiare la postura, per rafforzare i muscoli. Quello era, diciamo, un periodo di passaggio, in cui io sicuramente mi ero alzato in statura in maniera forte e al contempo giocavo a calcio. Ho

sbagliato, eccetera, ma allora non c'era diciamo tutta questa cultura d'informazione diciamo dei percorsi di allenamento personalizzati. Perciò io, che ero alto 1,90 m facevo la stessa attività ginnica di chi era alto 1,60 m. Ora invece è diverso. Lo so perché adesso le associazioni sportive anche dei giovani non professionisti, cioè quelle che fanno solo per il gusto di giocare, fanno due allenamenti che sono poi allenamenti di atletica, quelli di potenziamento muscolare e due di gioco diciamo con la palla, ma sono attenti alla struttura del corpo del ragazzo. Io facevo allenamenti standardizzati validi per quelli che erano alti 1.60 per 55 kg e per quelli alti 1,90 m per 80 kg. Questa spersonalizzazione ti porta a diciamo al fatto che in determinati momenti della stagione c'è un alto tasso di infortuni. Lessi da qualche parte che solitamente ci sono questi picchi nei momenti finali del campionato. Ti assicuro che io soffrivo davvero tanto. All'inizio, insomma, io lo vedevo come il mio insegnante di educazione fisica e mi diceva che camminavo un po' storterello, eccetera, e voleva di farmi sentire che lui credeva fermamente nel potere dell'agopuntura. Voleva che io la sentissi perché comunque forse lo scetticismo può incidere moltissimo la prima e la seconda volta. Ma, secondo me, si è visto il risultato fin da subito. Mi ricordo di un paio di amici che si fidavano completamente di lui perché avevano ottenuto ottimi risultati. Così era diventato quasi un gioco: arrivavo lì, facevamo una presentazione di me che arrivavo in maniera molto fanciullesca, cioè, andavo lì, cosa succederà, succederà. sembrava che avessi un'anima molto scettica. Invece, caspita, ma ci mancherebbe, no, che dico? Non c'era da fare alcun commento su come lui che mi aveva messo a posto, su come mi aveva rimesso in piedi e mi faceva funzionare. Avevo riconosciuto assolutamente che era tutto cambiato. Diciamo che cambiò sicuramente il mio modo di approccio in determinati campi. Inoltre, mi ha fatto acquisire molta sicurezza. Queste persone illuminate! quando ci stai vicino, in qualche maniera ti fanno da faro! No, magari la strada è tortuosa per arrivare a fare quello che ti indicano di fare, ma si sa che, quando è tanto buio è già importante poter vedere un cenno di luce che ti dà speranza. Il fatto anche solo di vederlo come faro, in fondo è sapere che c'era, che potevo anche tentare, diciamo, di fare un esercizio in più, ma che avrebbe potuto creare dolore. Ma alla fine per quanto grosso il dolore, lui avrebbe fatto più che poteva, lui qualcosa avrebbe sistemato comunque, lui mi avrebbe un po' aggiustato. Avevo anche un'altra cosa sulla spalla qui (si tocca sulla spalla destra) in un allenamento avevo preso un colpo da un altro giocatore che era arrivato di corsa e mi aveva battuto con forza. Lui me l'ha messa a posto. Lo so, l'importante da questa parte qui, io comunque penso quasi quotidianamente a lui perché questa spalla qui lussata lui con un colpaccio mi ha fatto andare a posto tutto, mentre tutti gli altri medici mi avevano detto che per sistemarla erano necessari settimane, mesi. Eh ... i primi giorni di scuola ho avuto fortuna a trovarlo, sì, sì, quella è stata una delle più grandi fortune della mia vita. Ora ti faccio alcune domande che però forse data la lontananza nel tempo potrebbero non trovare i ricordi ed inoltre eri molto giovane: avevi percezione della sua energia quando lui ti arrivava vicino? C'è qualcosa di fruibile, cioè lui teneva le mani a distanza di qualche centimetro, diciamo, dal corpo e mi diceva ma tu nella zona Lombare cosa senti? Questo perché mi aveva messo la fonte di calore, eccetera. toglie la mano da lì, nulla vedevo, io non so cosa si fosse, ma sentivo un caldo finissimo sulla spalla. Cioè, io ero lì con la faccia proiettata, diciamo, verso la finestra, lui metteva una mano a cinque centimetri, cose di questo tipo, io pensavo ci fosse una fonte di calore, ma c'era solo la sua fonte energetica. Ho sentito qualcosa di minutissimo, tipo uno scricchiolio, e questa cosa ci faccio caso ancora dopo tutto questo tempo. Lui era molto consapevole della sua conoscenza,

della sua energia. Ma poi aveva fisico ... che ha dell'inimmaginabile, non lo so, ma sì, ma a lui andava bene tutto, era uno ... diciamo ... che negli anni 80, o cose così, non l'avresti mai detto, sembrava la classica persona che avresti quasi importunato in stazione, ma se un malintenzionato l'avesse aggredito ne sarebbe uscito lui con la peggio. Lui lo diceva che avrebbe potuto ammazzare una persona con la sua forza e lo dice su Wikipedia Andrò a guardare con calma. Guardo la sua foto adesso. Sì, me lo immaginavo così però con i capelli più corti. Si teneva questo cappello lungo, perché aveva la stempiatura sopra la fronte e la riga in mezzo. Quando lo guardavi negli occhi lui ti passava tutta la serenità del mondo. So che sembra una frase molto convenzionale. Una volta ci raccontò di uno sciamano che, quando lo guardava ti passava un'energia immensa. Questo è centesimo del livello che io riesco a raggiungere attraverso la meditazione. Sembrava che ci fosse qualcosa che, quando ti guardava negli occhi lui ti andasse oltre. Lui ci raccontava che i suoi occhi sembrava che andassero molto oltre, perché sono abituati, diciamo, alle grandi radure dell'America. Era come uno che nel guardarti, in realtà non vedesse solo te, ma che guardasse generazioni e generazioni. Bello, ne parliamo poi, se ti va. Finché avevi gli aghi puntati nella pelle, sentivi qualcosa, energie nel corpo che stavano cambiando? Il mio livello di coscienza di allora, ero molto giovane ... no, non mi ricordo niente di tutto ciò. Ma non nel senso che a me interessa imparare dove trovare una persona di cui potermi fidare. Beh ... questa qua che ho io, certo non mi servirà, anche perché ho veramente grandi problemi cervicali. Per me l'importante era l'assenza di dolore, dopodiché, ad esempio, non so se ti è mai capitato, quando ti svegli, cominci a camminare, ad esempio, per strada, ti svegli quindi nella situazione dritto. Boh, io, ad esempio, sento nel dolore cervicale come un espressionismo ... come se ci fossero i rumori, io sentivo proprio come se ci fosse dell'elettricità. Abbiamo comunque dei percorsi elettrici che sono dimostrabili, diciamo, da un punto di vista occidentale. Lui li faceva fruttare ed è come se lui riuscisse a farli emergere e ci portava ad esserne consapevoli. Senti, ti faccio una domanda che non sarebbe sulla mia linea di bozza d'intervista. Questo signore qui che visto che era anche un maschio ah tu dentro di te dicevi ah se fosse mio padre? Ma sì, aveva anche l'età per esserlo. Ma non è stato. Questo riconoscimento è arrivato dopo, con il mio primo datore di lavoro, che è stato, secondo me, il mio secondo padre. Non ho mai trovato nei professori un padre, una figura di riferimento affettivo. Ho avuto soprattutto professoressa. Quando io ho dovuto affidarmi a delle persone per la salute, queste sono state principalmente donne. Con lui però non è scattato anche per un tema proprio di fisicità. Quindi tu dici uno per sentire che uno sia mio padre deve avere la mia stessa altezza. Deve avere qualcosa di diverso, che non era in lui. Sì, la stima c'era, certo. Cioè, nel momento in cui l'ho rivisto dopo anni, allora ho capito molto di più, ho capito di essere stato eh ... salvato da lui. Nel momento in cui l'abbiamo salutato, e fu il primo funerale laico a cui ho partecipato, ho capito che lui godeva da parte di tutti grandissima stima. Lui aveva degli atteggiamenti da padre, sì, perché comunque aveva l'autorità, l'autorevolezza di assumere un professore anche vicepresidente di quella scuola, ma anche il fatto di essere uno che ti ascoltava, sembrava con un fatto per me straordinario. E tu riuscivi a raccontare a lui quanto stavi male, quanto stavi bene? Sì, veramente sì. Lo sapeva, lo vedeva, eh ... diciamo che era rafforzato dal fatto che io potevo vederlo tutti i giorni proprio a scuola, tranne il suo giorno libero. Io alla fine lo vedo tutti i giorni, potevo dire che lui tutti i giorni mi vedeva passare per i corridoi. Mi aveva attentamente seguito, dandomi tutta quell'attenzione da un punto di vista medico. In questo momento

mi manca ... il dolore lo sentivo muoversi, come ti dicevo prima, sentendo appunto queste parti (si tocca il dorso della mano), perché passavano i meridiani con l'energia che si muoveva. Avevo quasi la sensazione di tensione di quando suoni la chitarra. Ma che poi, dopo la seduta, tutte le tensioni erano sciolte, poi le mani venivano a stendersi. Pian pianino si scioglievano e si stendevano. Un'associazione nostra bellissima lui diceva di andare, ma senza paura. Diceva vai senza paura. Lo so sono frasi. Semplici, esecutive: vai, stenditi, perfetto. Stai tranquillo. In quel periodo in famiglia la situazione era già critica? È sempre stata critica. La mamma sapeva tutto. Spesso era lei che mi portava da Elia. Quindi il canale comunicativo verbale era debole. Sì, tra noi durante la terapia non era così importante, erano più gli altri sensi, anche il fatto stesso che c'erano le luci ... era distraente rispetto all'attivazione degli altri sensi, quasi inesistente, no, quasi distraente ... ah, Eh, sì, sì parola esatto, è corretto che per un maschio il senso visivo e poi, secondo me, il senso oggettivo poi sono gli stessi, sono prevalenti. Io ero a mio agio prima da un punto di vista visivo faceva sì che il canale verbale che non c'era, io stessi ascoltando il mio corpo; non dovevo ascoltarlo come interpretazione, ma come lo sentivo. Come finale ti posso dire che quelli sono stati gli anni in cui mi sono curato con l'agopuntura, ma tutto sommato non ero neanche tanto giovane. Che poi non l'ho più rifatto? Lo rifarei. Ma semplicemente perché non ho trovato, diciamo, un'altra persona ah con le stesse carte, con lo stesso carisma. Certo. Ora ti faccio una domanda ancora più in dettaglio: tu sentivi che cambiavano i tuoi pensieri? Ma sicuramente ha contribuito, cioè si è aperto un mondo al quale, diciamo ad un modello a cui noi non siamo abituati, cioè, noi siamo molto cerebrali, cioè l'occidentale, secondo me è proprio l'espressione in cui il nostro cervello ti dice di fare così e così. L'agopuntura, invece, ti fa entrare in un mondo dove gli altri sensi e le altre sensazioni hanno la prevalenza. Sicuramente ha fatto in modo cioè, insieme a tutta un'altra serie di scelte, quest'esperienza mi ha aiutato anche diciamo ah nell'approccio ad altre letture, a determinati percorsi, determinate conoscenze. Devo dire che poi questa esperienza non l'ho fatta valere nel momento in cui sono stato male. Sono andato a farmi curare in modo estremamente occidentale: chimica, operazione chirurgica, chemio. Non perché non ne potevo capire la valenza, ma perché nel momento in cui bisognava agire date le loro (di entrambi i suoi genitori, morti per cancro) condizioni e perché loro erano nel giusto a farsi curare così, io dovevo tutelare la loro salute ... non è stata la mia la parte di cattiveria, chiamiamola così, per non aver contemplato questi modi alternativi. Anzi, mi infastidiva se veniva sollevato l'argomento. Nel momento in cui hai 200 malati di cancro e le persone che si avvicinano con la fede sono tantissime, della peggior specie. Siamo in un'epoca in cui l'uno vale uno, ma quando mai? Secondo me si sta facendo un disastro, per cui ci diciamo che quel bicarbonato guarisce, poi vai a farti e ... no, è falso no. Metastasi come ... cioè, capisci, poi, quello che diventa tutto alternativo è perché c'è la medicina ufficiale. Diventa l'alternativa nell'alternativo, di fare tutto quello che non è ufficiale e quindi anche metterci l'agopuntura. Purtroppo, dico con tutto il rispetto, è stata una scelta di campo soprattutto perché non era la mia stessa salute ... allora che non avevi le conoscenze. Adesso che ho una frattura nel ginocchio tanti mi hanno detto, ho fatto diverse diagnosi, ma è una tortura che non è servita a niente, perché meccanicamente non ho più la lamina del legamento. Stop, quindi lì c'è poco da fare, devi metterci la protesi dentaria. Cristo tocca di nuovo esattamente! Per tutta una serie di cose che adesso sento nel mio corpo non andare più bene, non mi affiderei a psicologi cialtroni. Perché io, ad esempio, ho visto anche la mia chimica nel momento in cui la ho

dovuto affrontare la mancanza di sonno ... e io penso che un processo di agopuntura non sia più alternativo rispetto alla medicina ufficiale fatta di chimica di ... eh induzione del sonno e di sistemazione dell'umore attraverso pastiglie costante. Perché infatti io in un anno e mezzo ho messo su 40 kg: non è quella la strada. Però, capisci, che trovare una strada efficace e confortevole nel momento in cui non hai degli elementi scientifici su cui poter fare affidamento è proprio difficile. Ma anche nel momento in cui molto serenamente un medico che ti dice vai a fare, vai a provare la meditazione, eccetera, capisci che tutto questo è un fai da te, che presuppone un grande investimento di fiducia, e di energie, perché comunque devi credere in quello che stai facendo ... eh ... peccato per te che non riesco a farti sapere ... cosa diversa sarebbe stata se in un momento di disagio, ci fosse stata anche la possibilità di dire ma perché non provi diciamo di percorsi di meditazione, i percorsi di agopuntura, e i percorsi alternativi. Quindi una cosa è poter chiamare tutto questo sistema sanitario tradizionale, e quindi c'è un percorso che fai da te che è estremamente serio e lo fai che molto serenamente. Se chiamo una persona e questa persona non mi risponde perché sta facendo un trattamento, io posso anche richiamarlo due, tre, cinque, dieci volte. Se non mi risponde alla decima, io sento il flusso pericoloso del mio dolore, ma non sempre meno, e non sto dormendo perché ho bisogno di parlare ... invece non c'è un coordinamento da un punto di vista sanitario nazionale e dovunque vai non trovi una via più semplice, un po' più lastricata. Questo, se posso dire, potrebbe essere un buono spunto di riflessione. Ecco, spero che ci possa essere una società ricca di cambiamenti, un mondo, cioè, laddove questo è possibile. Facciamo un altro passaggio, riesci a pensare a te stesso facendo attenzione o togliendo l'attenzione al tuo dolore o ipersensibile al dolore? Mah ... allora io sono abbastanza resiliente al dolore, perché ritardo a pensarci, cerco di metterlo nella posizione giusta, la lettura più giusta. Quando comincio a sentire avvisaglie, perché non voglio, non voglio perdere il mio controllo, non voglio star male per il troppo dolore. Quando arrivano i momenti di congedo cosa ti ricordi? Da quel vago ricordo, avevo uno strano sentore di familiarità ... cioè, me ne andavo, ma sapevo che sarei tornato. Quando invece arrivava la notte successiva al trattamento dormivi di più? Sì. Questo me lo ricordo bene: dormivo come un bambino, cioè, ... mi veniva un grande, grande ... rispetto per il trattamento ricevuto. C'era meno aggressività cioè, io stavo bene, sì, sì, ma allora era proprio bello, eh sì. Ora cominciamo a virare: ci sono alcuni autori, alcuni filoni di pensiero che ritengono che noi con il nostro modo di pensare riusciamo a determinare la nostra salute, tu cosa ne pensi? Nel senso che, secondo questi pensieri, dentro il nostro corpo noi abbiamo tutte le potenzialità per guarire. Wow! che per preventivamente restare sani, forse, questo può anche succedere. Oh, ma non del tutto. Non del tutto lo accenderei. Allora, perché, perché ci sono gli ospedali pediatrici? Solo per questo se qualcuno mi spiega confutando quello che stai dicendo, diamogli il Nobel. Penso proprio di no. Non lo siamo, perché non siamo mai padroni completamente della nostra esistenza. Ci sono dei fattori esterni ... certo, che noi possiamo in qualche misura controllare. Cioè, se mi impongo d'esser felice, ad esempio, perché la felicità poi, secondo me, influenza anche la nostra salute, anche se posso essere sempre stracarico solo di felicità, perché sarei un idiota, dal mio punto di vista. Una persona senziente quando capitano determinate situazioni non può essere felice e quindi non può neppure regolare autonomamente questa felicità come processo di salute. Ecco, quindi sì, ma in parte. Cioè, se poi io mi vado a cercare lo stile di vita estremamente infelice, estremamente autolesionista, sì, ... ma il ragionamento, secondo me, è un po' più

complesso, cioè non è una verità assoluta, ecco, questo è quello che mi sento di dire. Ti capita di pensare ah vivo la vita che mi capita di vivere? Allora, in qualche momento mi sarebbe piaciuto, lo sai, fare il paparino sempre lucido, anche, di fatto, assecondato da un senso di responsabilità che ti affibbia il destino. Capita, anzi, sì, ma per confermare che giustamente soltanto lasciare ... vedere dove ti portano le onde; non solo dove ci portano, ci dove ci lasciamo portare, d'accordo, ma con un sottofondo di responsabilità sul controllo della propria vita; più cerchi di controllare la vita più dice le onde diventano forti, non sai più se la farai, magari fallirai ... e anche lasciarsi andare quando va soprattutto male, soprattutto quando dovremmo mollare, soprattutto quando non hai più alternative. Da qualche parte, in qualche porto, vedrò ... qualche cosa farà ... lo vedrò. Qualcosa di buono capiterà. Cerco di non andare più in mezzo alle foci, allo stadio, diciamo, della tristezza, della storia infinita. Tu pensi che il nostro corpo riesca a ricordare? Sembra di sì. Ma lo vedi già, secondo me, nei ninna nanna dei bambini, o quando gli dai una pallina da tennis, loro la prendono con la stessa mano. Se invece sono mancini, allora lo fanno con l'altra. Quindi hai lasciato il corpo a fare, a ricordare nella sua maniera. Oppure si ricorda anche se su quel fornello si è scottato un dito: se ci torni e ti scotti, adesso sei scemo. Perciò il corpo ricorda, quindi alcuni ricordi sono tutti i suoi salvavita, che meraviglioso! Ritieni che il nostro benessere, malessere sia determinato dalla presenza di qualcuno, qualcosa, animali? Allora, bisogna distinguere i vari piani: se io dico che un gatto nero mi porta sfortuna, anche quel vaso potrebbe avere un flusso malefico sulla mia vita. È bene non farsi completamente influenzare. Influenziamo le persone, così come ce ne facciamo influenzare. A chi ha un animale, se c'è un legame, un affetto, sì. Per quanto riguarda le cose, ci sono delle persone che sono molto legate alle cose, ne fanno anche una bella ossessione. È solo punto di vista, d'accordo. Poi, diciamo, ci sono veramente dei piani di suddivisione, perché nessuno è un'isola; pertanto, c'è un'influenza quasi gravitazionale tra le persone, cose, oggetti, animali. Se penso di aver capito qual è il senso della domanda: cioè se c'è qualcosa che condiziona le nostre esistenze? Anche la luna lo fa, le condizioni ambientali in cui siamo, cioè, lo stesso se ci sono zanzare o non ci sono zanzare davvero ci sentiamo diversi. Cioè, veramente, noi facciamo poi delle scelte che sono molto legate al tempo, agli oggetti, alla situazione, al calendario, alle stagioni, è tutto esattamente collegato. Quindi veramente molto complesso. Però, molto facilmente, dico no, non sono ossessionato rispetto al fatto che sono persone, oggetti, animali. Sì, perché nessuno è un'isola quindi siamo tutti in relazione, e nelle relazioni qualcosa che rispetta le nostre convinzioni si deve spostare, perché altrimenti se non ci sono spostamenti e siamo ugualmente, eternamente soli. Se non mi lasciasse niente, diciamo, questo scambio di vedute cosa mi farebbe? Scusa la scelta dozzinale questa domanda: immagina di avere una bacchetta magica cosa cambieresti per il mondo, per te, per tua figlia? Sono d'accordo con tutto, per tutto. Arbitrariamente non cambia niente. Se dico tutto alla fine, come nel Gattopardo, non cambia niente. Le cose più strane: solo quel battito d'ali della farfalla. Se quella sera d'estate tornati da un compleanno sui colli il non avessimo fatto l'amore, quella sera non avremmo concepito Ginevra. Io con la bacchetta magica non sto dicendo che cambierei quella sera, ma direi maggiormente che quella sera in quei piccoli particolari che sembrano inutili, invece, cioè nel senso, sì ... come mia mamma con suo marito (ndt il suo padre biologico) non si fossero conosciuti alle giostre quel giorno ... non fosse andata così, ho capito che si sono conosciuti così, allora io non sarei qui. Quella volta mia mamma avrebbe trovato qualcun altro ... io sarei entrato nell'anima di questo come suo figlio, intendo

nell'anima di questo altro essere umano? I fatti, però, diciamo, andarono ad incidere in questa cosa. Se hai presente che su queste piccole cose sono anche determinanti ... esatto, cioè, io veramente mi ricordo perfettamente il momento in cui ho capito che quella sera qualcosa era perduto e tornammo a casa da un compleanno dove io ho parlato con una ragazza bellissima ... come stava la mia mamma, eccetera, Ilaria parlava invece con i festeggiati del compleanno; eravamo da Teresa sui Colli c'era questa bella brezza, è stata una serata molto piacevole, sì. Ma poi, hai presente che, se quella sera avessimo bucato tornando a casa, non saremmo arrivati ancora felici, ma con le scatole girate ... sarei arrivato a casa con le mani tutte sporche ... e tutto il resto ... e non sarebbe mai arrivata la bambina. Mah ... chi lo sa? Magari sarebbe arrivata la settimana dopo? Perché, comunque, c'è, diciamo, quel momento lì che, secondo me, la bacchetta magica non l'ho usata io, l'ha usata qualcun altro. Cosa scriveresti nel tuo necrologio? Niente di veramente personale, sono persone che ti dovranno ricordare. Forse chiederai che non venisse scritto nulla. Ci penso molto alla morte ... a questo particolare no. Ora cambiamo ancora passo: allo stato attuale qual è la tua opinione sull'agopuntura? Ho un'ottima opinione sull'agopuntura a livello di cura e prevenzione di mali minori. Quando c'è una diagnosi, ma non ho quella fiducia che si può avere, diciamo, con la medicina occidentale. Pensi ti potrebbe aiutare dimagrire? Non so, perché non ci ho mai pensato. Non so dire, sì, io so che devo fare moltissima ginnastica, ma normalmente molto io penso che dovrei alzare il metabolismo. Ma muovermi, ad esempio, faccio fatica, allora dovrei fare molta piscina. Ma quello del peso non mi sono mai informato. Ecco, ad esempio, io il l'agopuntura la vedo per sciogliere, diciamo, i dolori muscolari e nervosi. Per andare, diciamo, a perdere del peso penso ci debbano essere altre dinamiche. Non penso, eh ... cioè, sia chiaro non ho mai contemplato l'idea. Se qualcuno adesso mi dicesse, sì, guarda, che con questo metodo, sì, sì, con i consigli annessi ... ma su questo sappi che ti sta parlando una persona ignorante, limitata, quindi che a quest'idea dell'agopuntura, per la sua specificità, ed esperienza. Ma ti confesso di essere sorpreso questa domanda. Cosa credi che pensino i tuoi parenti rispetto alla tua scelta di curarti con l'agopuntura? Ma, allora, mia mamma sì, l'aveva fatto per i dolori lombari. Lei è sempre stata molto interessata a farla. Ci raccontava che nel continente indiano, quindi diciamo tutta quella parte che è lontana, si curavano così, poi diceva che c'è uno schema di un piede di riflessologia. So che esistono o che vogliono aprire proprio dei forum permanenti, dei tavoli di studio permanenti anche all'interno degli ospedali, proprio per andare in complementarità, cioè come ho detto prima che la agopuntura anche sul cancro. Il mio punto di vista? ma attenzione bene per il cancro e per tutta quella serie di malanni complementari che crea. Avere un cancro di produce la copertura mediatica che, secondo me, è utilissima per il salutismo. Quindi, su questo andare in complementarità sì, ma attraverso serie specifiche perché altrimenti l'agopuntura in mano a degli improvvisati è il peggior danno che si possa fare; ed in questo momento il rischio che questo avvenga c'è. Bisognerebbe ah ... ridurre questo rischio e penso che anche da un punto di vista economico, cioè, far nascere delle strutture, eh faccio appunto l'agopuntura in un determinato modo con complementarità di sistemi di cura, eccetera. Ne gioveremo tutti e sia noi come individui, sia posto in termini di ecologismo, di sostenibilità del benessere. Diciamo da qui ai prossimi cinquant'anni. Perlomeno anche questo potrebbe, dovrebbe essere un ambito da sondare in maniera seria e determinata. Cosa ne pensi di questa intervista ti ho portato serenità confusione? Vabbè, informazione bella, non tecnicamente competente dal punto di vista medico, sfidante, mai banale,

assolutamente non banale. Ah, la cosa che mi dispiace è di non avere avuto un'esperienza con l'agopuntura in tempi un po' più recenti, in maniera tale da poter essere magari più prezioso, più puntuale. Certo mi molto piaciuto ricordare Elia cioè quello che lui è stato per me in questa esistenza. Non sono riuscito, diciamo, a dirti tutto quello che mi ha trasmesso, ma spero di aver trasmesso almeno una parte di gratitudine a 360 ° che devo questa persona. Penso che ci siano anche altre cose nei media sul Korfball Boys. È stato veramente un eccezionale, cioè lui ha lasciato anche degli eredi in qualche maniera, sono delle persone con cui giocavano. La sua squadra ha fatto la squadra di basket, no calcio. Per lui eh cioè, non ci teneva a giocare, anche se noi gli chiedevamo di giocare a calcetto. Lui ci faceva giocare a un basket australiano, andammo anche in giro a fare dei campionati di questo. Ci trovavamo la domenica in Prato della valle per le giornate dello sport test basket. Ogni tanto li vedo giocare al Parco della Musica, ma 25 anni di anticipo rispetto all'ordinario. Lui è stato una cosa indiscutibile, meravigliosa, di cui si seguita ancora a parlare di questo argomento. Ecco a mia mamma, secondo me, sarebbe piaciuto per quello che ha fatto.

Bibliografia

- Anonimo, 1991, *I King. Il libro dei mutamenti* (tr. it., con prefazione di C.G. Jung), Adelphi, Milano
- Bateson G., 1976, *Verso una ecologia della mente* (tr. it.), Adelphi, Milano
- Becker H.S., 2007, *I trucchi del mestiere* (tr. it.), Il Mulino, Bologna
- Berger P.L., Luckman T., 1969, *La realtà come costruzione sociale* (tr. it.), Il Mulino, Bologna
- Borrel M., Maslo P., 2013, *Manuale di automedicazione cinese* (tr. it.), edizioni red!, Milano
- Brizzi S., 2008, *Risveglio*, Anima editore, Milano
- Cardano M., Giarelli G., Vicarelli G. (a cura di), 2020, *Sociologia della salute e della medicina*, Il Mulino, Bologna
- Gallino L. (a cura di), 2014, *Dizionario di Sociologia*, UTET, Torino
- Goffman E., 1971, *Il comportamento in pubblico* (tr. it.), Einaudi, Torino
- Goffman E., 1971, *Il rituale dell'interazione* (tr. it.), Il Mulino, Bologna
- Goffman E., 1969, *La vita quotidiana come rappresentazione* (tr. it.), Il Mulino, Bologna
- Goffman E., 2006, *Frame Analysis* (tr. it.), Armando editore, Roma
- Hempen C.H., 2021, *Atlante di Agopuntura* (tr. it.), Editore Ulrico Hoepli, Milano
- La Mendola S., 2009, *Centrato e aperto*, UTET, Torino
- La Mendola S., 2007 (a cura di), *Comunicare interagendo, I rituali della vita quotidiana: un compendio*, De Agostini Scuola SpA, Novara
- Morin E., 2017, *Lo spirito del tempo* (tr. it.), Meltemi Milano,
- Morin E., 1990, *Introduzione al pensiero complesso* (tr. it.), Sperling & Kupfer, Milano, 1993
- Morin E., 1999, *La testa ben fatta. Riforma dell'insegnamento e riforma del pensiero* (tr. it.), Raffaello Cortina, Milano

Mussat M., 1986, *Corso energetica sistemi viventi applicata* (tr. it.), Cisu, Roma

Schütz A., 1974, *La fenomenologia del mondo sociale* (tr. it.), Il Mulino, Bologna

Van Gennep A., 2017, *I riti di passaggio* (tr. it.), Bollati Boringhieri, Milano

Wing R.L., 1989, *I King manuale pratico* (tr. it.), New Compton, Roma

You-wa C., 2012, *Digitoppressione*, Tecniche nuove, Varese

Sitografia

<https://quackwatch.org/ncahf/pp/acu/> consultato il 12 settembre 2023

https://www.lescienze.it/news/2010/05/31/news/ecco_perche_1_agopuntura_funziona-555790/

consultato il 12 settembre 2023

<http://romatrepress.uniroma3.it/wp-content/uploads/2019/05/Narrative-Medicine-definizioni-epistemologiche-e-prospettive-digitali.pdf> consultato 14 settembre 2023

Filmografia

La forza della mente, USA, 2001 – Regia di M. Nichols

The ship of Theseus, India, 2012 – Regia di A. Ghandi