

Proponendo un nuovo settore di attività, le Discipline Bio Naturali appunto, distinto dall'ambito sanitario, estetico e del benessere (inteso come fitness e attività fisica), abbiamo messo in moto un processo profondo e ampio come neanche lo potevamo immaginare. Abbiamo scoperto che la vitalità è una cosa seria!

Vivere la vitalità, vuol dire concepire e gustare la vita fuori dalla costante, assillante, penetrante, spaventevole cultura della patologia e trasforma noi, gli altri, la società.

La nostra esausta cultura patologica affonda le radici nelle certezze illuministiche dell'uomo che controlla la natura, la gestisce e la domina; gli stanchi entusiasmi sulla ricerca che, opportunamente finanziata, scopre le cause di ogni malattia e la debella non convincono più nessuno.

Le raccolte di fondi a favore, le campagne contro le maratone televisive milionarie con presentatori gaudenti e testimonials commossi appaiono sempre più folkloristici riti propiziatori. Debellata la fame, nei nostri paesi evoluti, l'obiettivo diventa quello di debellare la malattia, poi dovremo (ma il poi è già adesso) debellare la vecchiaia. la bruttezza (li chiamano in inestetismi) e l'handicap e debellando debellando, non ci resta il tempo per vivere, per accorgerci della vitalità per coltivarla, aumentarla, goderla. Non una vitalità in termini quantitativi (anni in più), o in termini negativi (assenza di disagi), ma come pienezza di risorse espresse, di potenzialità compiute, di umanità realizzata.

In una visione di vita vissuta pienamente paro-

le come prevenzione e cura (in senso sanitario) perdono significato; nel comune sentimento prevenzione significa crear paure oggi per evitare paure future, scegliere disagi attuali per evitare disagi futuri, vivere qualitativamente meno (e peggio) oggi per vivere (forse) più a lungo (e peggio) domani. Pensiamo ai terrori indotti per scoraggiare il fumo, agli screening di massa più o meno invasivi, alle diete tristi per controllare i trigliceridi e colesterolo. vivere meno e peggio nella speranza di vivere meglio e di più.

E nelle cure si è scatenata una rincorsa frenetica contro il nulla. aumentano le guarigioni grazie alle nuove cure ma aumenta più rapidamente il numero delle persone che si ammalano; per ogni vecchia malattia debellata (ma a volte ritornano..) ne insorgono 2 nuove... incurabili fino a che investimenti, ricerche e sofferenze non produrranno vaccini e cure per ricominciare con le altre 4 insorte nel frattempo.

Mangiare meno e meglio per il gusto di sentirsi leggeri e vivaci, muoversi per godere della forza ed elasticità del corpo, non fumare per la gioia di essere liberi da condizionamenti e schiavitù. Mangiare meno (rispetto il troppo abituale) per la gioia di sentire lo stomaco leggero e la mente limpida non per la paura di ingrassare; gusto quel che mangio e vivo in pienezza rapporti e situazioni.

il lievito o il foruncolo

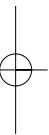
D.B.N., accidente temporaneo o motore di una nuova cultura?

Comunque la linea è perfetta ma senza preoccupazioni o assilli. La linea perfetta è "un sottoprodotto" dell'alimentazione sana e gustosa, non l'obiettivo di una dieta sofferta e autoimposta.

La palestra come scelta obbligata, la frugalità delle abitudini, la rinuncia a alcool e tabacco ecc. possono essere imposizioni sopportate per paura delle malattie, per ossequio alle mode, per adesione alle campagne di massa... ma se la scelta scaturisce dalla voglia di vivere, e vivere bene, al pieno delle nostre risorse, le cose, le persone, le situazioni, le relazioni cambiano sapore.

E, come regalo aggiuntivo, aggiuntivo, come "sottoprodotto", ci troviamo la migliore prevenzione e la migliore cura, senza bisogno di prevenire e curare, senza neanche preoccuparci di prevenire e curare... appunto... senza preoccuparci...

Se faccio shiatsu per il mal di testa o l'insonnia, bene che vada, mi funziona sul mal di testa e l'insonnia. Se faccio shiatsu per vivere in pienezza, comunque mi funziona su mal di testa e insonnia ma come sottoprodotto di un generale miglioramento di tutte le risorse vitali e della generale qualità della vita sul piano fisico, psichico, emozionale (molti registrano un sostanzioso miglioramento dell'umore), relazionale e insomma di tutti gli aspetti della vita, su tutti i piani. E ciò è vero, verificato e verificabile in tutte le Discipline Bio Naturali.



to colo

eo o

di Claudio Parolin



Questa "dote" unica e impagabile, capace di stravolgere la dominante cultura della patologia che permea la nostra società e l'ha portata nel vicolo cieco della frenetica ricorsa all' "ultima malattia" costituisce un patrimonio dell'umanità che va valorizzato, che deve circolare in Italia, in Europa, nel mondo.

La nuova cultura della vitalità, prodotta dallo shiatsu e dalle DBN è come un lievito che messo nell'ambiente giusto fa lievitare la pasta, dilata il nutrimento, espande le risorse, diffonde la gioia di vivere. È come un lievito che isolato,

confinato negli studi professionali, limitato alla beauty farm dei ricchi, fa la muffa, inacidisce, marcisce.

La shiatsu isolato dalle DBN, le DBN confinate nei centri benessere diventano un fiocchetto rosa al collo dell'estetica, un piercing nella narice del fitness.

Shiatsu e DBN in un settore autonomo esprime la propria dignità e soprattutto lo spazio per lievitare e dare pienezza alla vitalità.

Cosa vogliamo essere, il lievito o un foruncolo?