

ELABORATO DI FINE TRIENNIO

ALARO Aps-Pranoterapia e Pranopratica

SCAPECCHI MARIA GRAZIA

INDICE

1) Gennaio 2021, la carta dell'anno e l'aforisma

2) I trattamenti

2a Regina, prigioniera dei ricordi

3a La pranopratica nel tempo di vaccinazione

4a Trattamenti pranici nell'intervallo di pranzo

5a La pranopratica nell'orto abbandonato

6a Aiutare chi aiuta, pranopratica e caregiver

3) Conclusioni

Bibliografia

Teresa Bagni La circolazione dei quattro elementi raccolta di lezioni

Gabriele Laguzzi Biopranoterapia teoria, pratica e metodologia
terapeutica Edizioni Mediterranee Roma 2004

Gabriele Laguzzi Pranoterapia e Prano-Pratica Tecniche Avanzate
Edizioni Mediterranee Roma 2011

René Guénon La Crisi Del Mondo Moderno Introduzione di Julius
Evola Edizioni Mediterranee 1991

Gennaio 2021, la carta dell'anno e l'aforisma

La pandemia non ha impedito le vacanze natalizie e come da tradizione “l'Epifania tutte le feste le porta via”. Un nuovo anno è da poco iniziato, il terzo anno della scuola per operatori del prana sta per cominciare, la comunità allegra, ma anche consapevole e resistente formata dagli allievi, dai docenti e dal Consiglio Direttivo è desiderosa, siamo desiderosi, di riprendere regolarmente il nostro cammino energetico.

La nebbia del mese di gennaio si concentra al mattino e alla sera, dopo aver dominato i cieli nel mese di novembre subisce gli attacchi del *sol invictus* che rinasce nel solstizio invernale. Mezzogiorno è vicino, la luce dorata dissolve l'ultimo velo di nebbia, è un ottimo auspicio per tutti.

E' il momento di estrarre il tarocco dell'anno, chiedo all'universo di guidarmi sul sentiero della verità, esce il mondo, un compito difficile e affascinante mi aspetta. Con quale chiave guarderò o agirò in questo mondo? Niente accade per caso, l'aforisma sembra l'eremita che con la sua lampada illumina il buio della coscienza “essere sempre presenti a sé stessi anche quando la mente vacilla sotto il peso del nulla che divora ogni forma mentale”. Questo nulla nelle ultime settimane l'ho incrociato camminando per strada, scendendo dalla tramvia mi sono fermata a osservare l'incontro dei vagoni su binari paralleli, si produce lo spostamento d'aria e sembra che il vento mi sbatta in faccia proprio quel

nulla di cui l'aforisma parla. La sensazione del nulla, o meglio l'attesa che qualcosa accada ma non sai quando si è poi ripresentata varie volte nel corso dell'anno e sempre ho richiamato in me quell'energia rischiarante e confortante. A d una delle prime lezioni del primo anno ci è stato detto che le parole creano un mondo attorno a noi, credendo in quelle parole, impegnandoci ad interpretare, a dare concretezza con azioni che realizzino il significato dei simboli e delle frasi. Perché il tarocco dell'anno? Perché è una moda, una consuetudine natalizia come la tombola e il cotechino con le lenticchie? No, in ogni carta c'è un simbolo rappresentato da elementi naturali come l'acqua nella temperanza, nell'eremita qualità intellettuali strettamente collegate alla ricerca della luce. Nel mondo ci sono gli elementi della natura, gli stati d'animo, le qualità, il tutto. L'aforisma è una massima che con poche parole ha lo scopo di riassumere un grande significato, nel mio caso aforisma e tarocco del mondo sono due polarità, il generale ed il particolare, il mondo è formato da tante piccole realtà collegate tra loro e tante singole tessere formano un mosaico.

I TRATTAMENTI

Regina, prigioniera dei ricordi

Come nelle mie precedenti tesine userò per i clienti che ho trattato nomi di fantasia. La luce bianca della primavera entra negli edifici quando ricevo la telefonata di un'anziana signora la quale mi racconta che ha un problema nel muovere la gamba sinistra per effetto di una infiammazione al nervo, poi in maniera fulminea cambia argomento e mi chiede se la pranopratica è una religione e se può condurre ad un sollievo spirituale. A causa della sua malattia si trova costretta a trascorrere lunghe ore in casa nel silenzio guardando fuori dalla finestra ricordando dolorosamente persone e periodi della vita oramai lontani. La pranopratica non è una religione ma tra le caratteristiche del prana c'è un'azione antidolorifica e un importante sostegno nelle sofferenze di origine psico-somatiche, fissiamo un appuntamento la settimana successiva presso la sua abitazione dal momento che la signora Regina si stanca facilmente a camminare.

Primo trattamento

La signora regina e la sua colf mi accolgono sulla porta di un appartamento grande e luminoso, di tipo signorile, Regina cammina sul deambulatore, altro che infiammazione al nervo! La colf, incuriosita dalla mia presenza chiede se voglio un caffè o fumare una sigaretta, penso che chi non ha una divisa o una professione nota a tutti passa per un perdigiorno, se ci fosse un medico con il camice accompagnato da

infermieri con il defibrillatore, il fattorino che consegna un pacco, la suora che ti invita ad una festa in parrocchia, il sacerdote che porta la comunione o l'olio santo godrebbero di ben altra considerazione. Io invece sono l'operatrice del prana che si reca a casa dei clienti per fare trattamenti, sta a me dichiarare chi sono, frenare quella mancanza di rispetto che si nasconde dietro ad una falsa gentilezza, io sono qui per lavorare, se vuole avere maggiori informazioni fissiamo un appuntamento in altra data ed in altro luogo. Regina mi chiede dove andiamo, io chiedo di una stanza nella quale lei si senta a suo agio, così percorrendo un lungo corridoio dalle pareti bianche senza quadri arriviamo in una stanza luminosa ma molto fredda, con un grande divano letto, due scaffalature di libri belli e antichi, è come se fossi in una biblioteca, in una zona dove non passa mai nessuno perché non ci sono libri alla moda o tavolini per poter leggere o consultare come dicono i bibliotecari stessi. E' la prima volta che faccio un trattamento in un luogo così particolare, non ci sono candele, profumatori per ambiente o cuscini da meditazione ma vecchi libri che nessuno ha letto, una grande scrivania marrone che taglia in due la stanza, solo una grande poltrona bianca con le ruote mi riporta alla situazione presente, alla presenza di una persona con difficoltà di deambulazione.

Percepisco che il passato e il presente qui convivono molto male, un passato lontano, glorioso e solenne sembra fagocitare completamente un presente fatto di malattia, solitudine. In questo momento percepisco la difficoltà dell'operatore che deve comprendere la differenza tra l'esposizione di un disturbo o di un trattamento a lezione dove i due piani sono nettamente distinti e la realtà dove invece i clienti esprimono in maniera confusa i loro problemi. E' in questo momento prima dell'inizio di qualsiasi azione pranica che dobbiamo trovare senza giudicare la parola, la giusta domanda per trasportare una situazione dal flusso indifferenziato della quotidianità alla chiarezza, alla peculiarità e

al significato di un fatto. Nel silenzio che si è creato faccio un profondo respiro e chiedo alla cliente quali sono le cause che hanno portato all'utilizzo del deambulatore, che relazione esiste con l'infiammazione al nervo. La cliente avvampa in viso, un po' stizzita afferma che il deambulatore non le appartiene perché dipende da due interventi chirurgici al femore effettuati in due diverse cliniche private piuttosto costose dove l'assistenza post-intervento veniva effettuata in locali che non erano forniti della attrezzature necessarie e personale del tutto impreparato così che non fosse infrequente che i pazienti si infortunassero durante la degenza, anche a Regina è accaduto così, due fratture scomposte del femore avvenute sette anni prima. Come sia potuta avvenire una riparazione ossea in presenza di una protesi a sua volta rotta da un infortunio potrebbe essere materia di un romanzo fantasy ma ad occhio nudo il bacino sinistro si è spostato permanentemente verso l'altro e il destro in fuori le dita di entrambi i piedi si distendono con difficoltà, al tatto sono fredde, come fredde sono le gambe, le braccia, l'addome e il torace. Regina ha distrutto tutta la documentazione relativa all'intervento, non ha voluto far causa ai medici alimentando così un atteggiamento di rabbia permanente che però non sfocia in qualcosa di costruttivo. Perseguo nel mio intento di riportarla nel qui e ora chiedendole cosa si aspetta dalle sedute, dopo un gesto di stizza accompagnato da un breve silenzio afferma che il dolore derivante dalla seminfermità si mescola ad un vuoto esistenziale che preesisteva ai due disastrosi interventi chirurgici. Per rimanere su un piano di concretezza propongo di iniziare con il trattamento sul dolore e lei acconsente.

Regina ha ragione nell'affermare che la natura del suo problema è complessa, così decido favorire il rilassamento lavorando sulla testa mediante l'invio di luce blu che ha un effetto rilassante, dalla vastità orizzontale dell'appartamento sento il rumore della lavatrice, l'acqua sta

riempiendo il cestello, quando si effettuano trattamenti nelle abitazioni private è bene trovare una accordatura pranica cioè una peculiare ed omogenea circolazione energetica che permetta di amalgamare persone ed elementi ambientali come in questo caso, allo scopo di creare una buona operatività pranica. Immagino che Regina sia seduta sulla riva di un fiume e che abbandoni i suoi tristi pensieri nell'acqua corrente. In una casa così inquinata dal passato solo l'acqua che l'attraversa è un'energia alla quale io mi possa accordare. Proseguo eseguendo nell'area cardiaca dei cerchi in senso antiorario per liberare il petto, favorendo così un allontanamento delle angosce. Infine arrivo al fianco sinistro dove c'è la protesi lesionata, il fianco destro deformato, le ginocchia, i piedi. La sensazione di freddo generalizzata che avverto sugli arti è una novità rispetto alla sensazione di calore pulsante o ad onda che ho avvertito trattando periartriti o sciatiche ma in ogni prima seduta, che ha un carattere spiccatamente conoscitivo c'è sempre qualche sorpresa, immagino per questa parte del corpo che l'acqua purificatrice del fiume porti via rancori, memorie dolorose, blocchi di azione.

Sono trascorsi circa 30 minuti dall'inizio della seduta, Regina riapre gli occhi, le chiedo come sta e lei con un'espressione sorridente sul volto risponde che è rilassata, fissiamo un secondo appuntamento.

Secondo Trattamento

Stavolta ad attendermi sulla porta c'è Regina soltanto, la regina di un tempo passato, rispetto al deambulatore si trova di lato, una posizione pericolosa dal momento che il mancato allineamento del suo bacino non le consente di stare in posizione eretta autonomamente, detto fatto, si gira di scatto per accompagnarmi verso la stanza e rischia di cadere sul deambulatore stesso, mi fermo e chiedo se è tutto a posto, ancora una volta la risposta è decontestualizzata perché viene tirato in causa il

degrado morale che colpisce Firenze.

Chiedo come è stata dopo la prima seduta, la sensazione di rilassamento si è protratta per tutto il pomeriggio, la sera e la notte per poi scomparire successivamente il giorno dopo. Aveva fatto capolino persino una velata voglia di uscire per fare una passeggiata nel vicino parco, l'ascensore del palazzo è grande e lei potrebbe accompagnata dalla badante, uscire ma manca la voglia, la determinazione. Chiedo se ha avvertito dolori, nessun dolore, il torpore delle gambe si accompagna ad una tristezza diffusa, vorrebbe che la felicità le suonasse il campanello o che irrompesse in casa rompendo magari un vetro della finestra. Le chiedo di pensare durante la seduta ad una immagine che per lei corrisponda alla felicità e quale sia per lei il valore morale più importante. Vabbè ma perché devo pensare?

Sono convinta che i trattamenti pranopratici debbano essere per una buona metà modulati in base alle esigenze iniziali e alle risposte consapevoli e inconsapevoli che la cliente dà, quindi accetto di non pianificare completamente il trattamento per rielaborarlo poco prima dell'inizio della seduta in modo che vada ad interagire con la sua complessiva condizione fisica, spirituale, mentale ed emotiva. La mancanza di radicamento, il rinnegare l'esistenza di un problema fisico importante mi fanno pensare ad un eccesso dell'elemento Aria, lo squilibrio per eccesso ha problemi nell'ordinare i pensieri, nel liberare lo spazio mentale che è intasato come le autostrade italiane a Ferragosto. Solitamente le sedute si cominciano con il favorire uno stato di rilassamento ma in questo caso, una persona anziana che trascorre lunghe ore nel riposo, nell'inattività, non è certo interessata da quei fenomeni di stress che sono presenti nella vita di coloro che sono in età lavorativa. Decido così di agevolare il rientro dell'elemento Terra che porta invece costanza e protezione riequilibrando l'eccesso di Aria.

Sulla testa visualizzo una nube di colore nero e grigio, eseguo una serie di cerchi in senso antiorario per dissolverla, adesso che non sono a scuola, senza docenti e senza compagni di classe mi sento come una novella Morgana che si allenava a dissolvere le nebbie tra Avalon e Glastonbury, se manca la cornice di protezione esterna, devo implementare quella interna, la figura di Morgana per me, al di là della verità storiche, così come viene caratterizzata nel libro “Le nebbie di Avalon” è una persona nata e cresciuta in un universo ben definito che però nell'età adulta si è trovata a vivere in un contesto ben diverso caratterizzato da alta incertezza e confutazione di valori fondanti per una società, operatori e clienti ci dobbiamo misurare costantemente.

Quando ritengo che l'area encefalica sia libera inizio a tracciare sulla testa un cubo di colore azzurro-turchese come il cielo di questi giorni, mi soffermo in particolare sugli angoli che devono essere precisi.

Una volta completato il cubo mi pongo in ascolto del respiro che è regolare. Dal momento che né il bacino né gli arti inferiori sono doloranti e avverto nuovamente una sensazione di freddo diffuso applico la parte preparata del trattamento: aumentare la sensazione di calore attraverso la circolazione sanguigna, irrorare bene i muscoli addominali, il bacino, le cosce, le ginocchia, i polpacci, i piedi fino alle dita, visualizzando un fiume rosso in cui immergo progressivamente Regina. Il trattamento ha una durata maggiore rispetto alla volta precedente, 40 minuti. Chiudo il trattamento con l'invio di luce bianca e gentilmente ma con distacco chiudo l'irraggiamento pranico per tornare alla fase di condivisione post-trattamento. Subito dopo la cliente si alza di scatto come un gatto, mi fissa con sguardo severo e sentenza “tanto lei non mi guarisce!” evidentemente le nebbie si sono dissolte ed è emerso quel risentimento distruttivo nei confronti della vita Senza mostrare alcun

turbamento le chiedo se va tutto bene e cosa ha sentito, lei smarrita con un fil di voce dice di aver sentito, dopo tanto tempo, una sensazione del sangue che circolava dalla pancia fino ai piedi. Bingo! Questo è un primo passo verso un miglioramento signora, il suo corpo risponde, ma evidentemente non è quello che si aspetta e si stizzisce. L'operatore del prana non è un medico né tantomeno santone che attraverso sermoni sul senso della vita o consulti telefonici punta l'attenzione su chissà quali mali endemici della società che causano a loro volta problemi di salute nelle persone che saranno spazzati via da misteriose palingenesi ma aiuta nel risveglio della propria consapevolezza. Regina dopo le sue lunghe e sofferenti vicissitudini mediche ha sperato che la pranopratica potesse velocemente operare il miracolo della guarigione tanto attesa. Poiché questo non accade lei non si sente di accogliere la durezza di un cammino fatto di piccoli passi e comunque incerto nel suo esito. Quindi questo secondo appuntamento chiude la sua relazione con la pranopratica.

La Pranopratica nel tempo di vaccinazione.

Tra febbraio e marzo siamo tra arancione e rosso, sono iniziate le vaccinazioni anti Covid e vengo contattata da una giovane donna che si sta preparando alla iniezione della prima dose. Lavora in un ufficio pubblico, è costantemente sotto stress e vorrebbe rinforzare le difese immunitarie in vista della vaccinazione che la preoccupa non poco.

Nell'incontrarla di persona, seppure celate da mascherine, sciarpe e cappelli noto gli occhi di questa donna, chiari ma dall'espressione molto collerica, in contrasto con una voce appena percettibile. Mi chiede cosa penso del vaccino, le rispondo che non essendo medico non sono tenuta a parlarne né tantomeno ad esporre argomentazioni che possano indurre i clienti ad un tipo di scelta o comunque far intuire le mie convinzioni sulla materia.

Eseguendo la chirestesia avverto una sensazione di fermo, neutrale su tutto il corpo salvo la sensazione di spine che mi bucano le mani sul centro della testa, è un'altra manifestazione della collera che lampeggia dagli occhi ben dissimulata dalla vocina garbata e da un atteggiamento di educazione formale. Immagino di togliere le spine una per una è una sensazione che avverto spesso nei trattamenti ma ha sempre origini diverse, qui visualizzo lunghe notti di insonnia. Il prana è creazione, così immagino la mia cliente che da qui in avanti chiamerò fiammiferina perché mi ricorda gli occhi fiammeggianti di una mia vecchia bambola, adagiata su un bianco guanciaie di piume in una stanza dove le pareti sono blu, le coperte e le lenzuola sono celesti, i muscoli facciali si

rilassano, la bocca si stira in un sorriso. Ritengo importante immaginare le persone nei momenti della giornata dove disagi e malattie si manifestano affinché possano vivere quei momenti con una certa tranquillità e una forza che in caso di situazioni ricorrenti vengono a mancare generando ansia. In questo caso, una persona insonne non sarà certo in grado di apprezzare il rilassamento che si percepisce nel distendersi, il caldo avvolgente delle coperte prima di scivolare nell'oblio del sonno, vivere con gioia i vari momenti della giornata spezza il rimuginare continuo che caratterizza molte situazioni di sofferenza e di preoccupazione che invece imprigionano le persone in uno stato di fissità. Quando penso che il blu ed il celeste dalle pareti e dalle coperte siano entrati dentro la testa di fiammiferina effettuo una breve visualizzazione dell'epifisi che produce melatonina. A questo punto torno al motivo per il quale fiammiferina è venuta da me, cioè stimolare il sistema immunitario in vista della vaccinazione. Dal momento che nell'analisi chirestetica non ho percepito sensazioni di disagio ad eccezione della testa non mi sembra il caso di eseguire una stimolazione di tutte le principali stazioni linfonodali, Fiammiferina ha una discreta salute energetica e magari sarà la prima cosa che le dirò a fine seduta per rassicurarla. In questi tempi pandemici non è affatto scontato partire dal positivo, ha buona energia!

Solo dopo averla rassicurata le porrò qualche domanda sulla qualità del suo sonno. Da quando è scoppiata la pandemia mi viene spontaneo di appoggiare le mani sulle spalle delle persone mi sono interrogata su quale sia la motivazione. Ho trovato una risposta nella lunga situazione di isolamento che stiamo vivendo da un anno ormai, non è facile radicarsi, trovare ancoraggi di sicurezza quando televisione e giornali ci raccontano che anche oggi sono morte mille persone per Covid quando abbiamo visto le camionette militari trasportare le bare al cimitero di

Trespiano, la lontananza forzata dai familiari e dagli affetti più vicini, l'incertezza lavorativa. Mai come adesso è fondamentale non sentirsi abbandonati, non perdere quei valori, quelle guide, qualunque esse siano per sostenerci in questo difficile momento che l'umanità sta vivendo. Quindi appoggio le mani sulle spalle di Fiammiferina esprimendo l'intenzione di un cammino sicuro, di sapere sempre quali siano i suoi punti di forza, resto per alcuni minuti in questa posizione quando mi viene in mente di trattare anche la gola, i bronchi e i polmoni, proteggerli stimolando una buona circolazione dell'aria e del sangue, poi torno sul davanti e visualizzo luce rossa nel timo, infine è la volta dell'intestino, dieci minuti di colore rosso per stimolare le sue molteplici funzioni. Infine mi sposto sui piedi, appoggio le mani sulle caviglie prendendo una parte della modalità del trattamento Avatar il quale si basa sul un particolare sostegno energetico che si esegue avvicinando o appoggiando le mani ai lati del collo o sotto le caviglie esprimendo l'intenzione di inviare luce viola alle ossa, credo che questa sia una buona preparazione energetica al vaccino. Dopo la chiusura del trattamento, che è durato 30 minuti circa, mi piace lasciare alcuni minuti per permettere alla cliente di ritornare nel qui e ora dolcemente, dopodiché facciamo una condivisione su come è andata la seduta. Dopo il trattamento Fiammiferina sembra avere un'espressione più tranquilla, racconta di aver già ricevuto in passato trattamenti pranici e le erano piaciuti, anche in questa seduta si è sentita bene, le è sembrato di tornare indietro nel tempo, quando era sempre allegra e positiva adesso ha 43 anni e si sente stanca e sfiduciata. Le chiedo allora se c'è qualche motivo particolare di preoccupazione relativo a lei, ai suoi familiari, alla situazione lavorativa, la risposta è negativa. Qualcuno afferma che le mezze verità sono bugie mascherate, per esperienza personale le considero indizi di situazioni completamente diverse che non si vogliono ammettere per paura o per ipocrisia. Le spine sulla testa sono l'indizio,

così, senza fare domande suggerimento riprendo la sua frase “ho 43 anni e mi sento stanca e sfiduciata” domando ulteriori spiegazioni sul senso della frase, è la parte più importante della condivisione post-trattamento. Seguono momenti di silenzio che io lascio trascorrere tranquillamente poi una frase breve “il mio lavoro mi da l'insonnia”, sì, l'ho avvertita, ti va di lavorare sul rilassamento? Aiuta il sistema immunitario! Concordiamo così di lavorare prima della vaccinazione per quattro sedute sul rilassamento notturno e sul potenziamento del sistema immunitario.

Dopo la vaccinazione

L'Italia è nuovamente in zona rossa, si può uscire solo con l'autocertificazione e per motivi strettamente necessari, è marzo inoltrato, tra poco sarà Pasqua, non sembra cambiato nulla dall'anno scorso.

Data la situazione ho concordato con Fiammiferina di sentirsi telefonicamente dopo la vaccinazione e, in caso di bisogno eseguire trattamenti a distanza. Una settimana dopo la vaccinazione Fiammiferina mi invia un messaggio vocale dicendo che sono trascorsi quattro giorni dalla vaccinazione, l'insonnia migliorata durante i primi trattamenti è tornata accompagnata da violente emicranie e dolori forti alle gambe, il medico curante non visita né prescrive farmaci, raccomanda solo una tranquilla attesa. Per una deviazione dai percorsi consueti viene chiesto a me cosa fare, data la novità della situazione non mi sento di fare trattamenti a distanza, potrei aggravare la situazione, così suggerisco caldamente di andare al pronto soccorso per compiere tutti gli accertamenti possibili. Come operatrice del prana le invierò sostegno visualizzando appunto la sfera delle emozioni e prendendo così una parte del trattamento dei tre fornelli una tecnica nata dagli studi dei Filosofi Ermetici i quali cercavano il fuoco segreto, oggi possiamo

parlare di campi bioenergetici che sono tre: quello vitalistico e della vitalità creativa rappresentato da un triangolo, quello delle emozioni-passioni-affetti rappresentato da una sfera, quello mentale rappresentato da un cubo. Fiammiferina seppure in preda alla paura chiama l'ambulanza che non arriva, sicuramente nella gravità della situazione generale, con le terapie intensive al collasso diventa difficile evadere tutte le richieste. Senza incorrere in valutazioni mediche o etiche sulla vaccinazione che non mi competono in alcun modo dinanzi allo scoramento della mia cliente insisto sulla necessità di chiamare soccorso medico perché paghiamo le tasse, perché la tutela della salute è diritto fondamentale dei cittadini. Dopo due ore di attese e reticenze l'ambulanza va a prendere Fiammiferina. Mi viene inviato un messaggio di attesa nel pronto soccorso dal quale traspare una comprensibile agitazione, immaginando la cliente in un luogo denso di sofferenza e di confusione cerco di isolarla da quel contesto affinché possa interagire con i medici in maniera tranquilla ed efficace. Le chiedo se è seduta o sdraiata su una barella, non so quale sia stata l'evoluzione, è seduta, meno male! Le scrivo che sto inviando energia, lei mi ringrazia, è spaventata dal rifiuto del medico, la lunga attesa dell'ambulanza l'hanno messa in una situazione del tutto inusuale e si sente priva di punti di riferimento. Immagino una luce bianca cangiante sul verde che dalla testa scende sulla colonna vertebrale, tranquillità del cuore, delle emozioni che le possano apportare sicurezza nell'interazione con una situazione nuova. La permanenza al pronto soccorso dura complessivamente undici ore, analisi del sangue, tac alla testa e radiografie agli arti inferiori si susseguono in maniera non proprio fluida, soprattutto dopo che tutti i parametri del sangue risultano regolari non si vorrebbe proseguire, in parte per il continuo arrivo di malati di Covid in condizioni critiche in parte per la paura di indagare sugli effetti della vaccinazione. Fiammiferina non si sente bene e vuole sapere il

perché, io la sostengo nel suo intento. Anche qui registro una importante differenza rispetto alle lezioni in aula, i disturbi non sono strettamente riconducibili ad una malattia già presente nella cliente, si tratta di una situazione verificatasi dopo la somministrazione di un vaccino, non voglio optare per un trattamento specifico che potrebbe pregiudicare il suo stato di salute. Il mio intento di sostegno emotivo è stato in questa situazione chiaro e preciso, tutti gli accertamenti hanno avuto esito negativo, non è stata prescritta alcuna terapia farmacologica e Fiammiferina seppur nella persistenza dei sintomi adesso sa di non aver sviluppato nessuna patologia conseguente alla vaccinazione e io, non ho commesso reato di abuso di professione medica.

Il giorno dopo la visita al pronto soccorso ho un colloquio telefonico con la cliente, i dolori alle gambe si sono attenuati mentre l'insonnia e l'emicrania sono aumentate, sicuramente c'è uno stretto legame, fino a quando durerà la zona rossa concordiamo di fare dei trattamenti a distanza, Fiammiferina vorrebbe farli nel momento acuto di dolore, il paradigma di prendere le medicine al momento dell'insorgenza dei sintomi assedia la pranopratica che invece lavora soprattutto sulla continuità e sulla prevenzione, faccio presente che per sostenere il sistema immunitario occorrono tranquillità e continuità. Fissiamo così un trattamento a settimana nel primo pomeriggio ad un'ora precisa.

Treatments a distance

I trattamenti erogati a distanza sono stati quattro, hanno sempre avuto come obiettivo quello di migliorare l'insonnia e l'emicrania sostenendo il sistema immunitario nel suo complesso, non mi è sembrato appropriato eseguire un trattamento rinvigorente del sistema immunitario così come descritto nel manuale. La condivisione dopo ogni trattamento è stata sempre la medesima.

Le giornate nella zona rossa se non si hanno degli spazi verdi intorno casa possono risultare particolarmente difficili perché dalla mattina alla sera ci muoviamo sempre negli stessi spazi con lugubri notiziari e angosciose domande sul nostro futuro individuale e collettivo. Personalmente sono impegnata da mattina a sera con webinar di varie tematiche, anche lavorative e vivaddio campo come si dice in Toscana, dignitosamente campo. Quando non sono in videoriunione mi intrattengo con il telefono o con Skype, a differenza di molte persone non ho alcuna voglia di cucinare e se tolgono anche la possibilità di comprare cibo da asporto muoio di fame. Sull'ora di pranzo la mia stanza dalle pareti color pistacchio inizia ad essere illuminata da una luce inizialmente bianca che intorno le quindici è gialla, “Mi sa che fuori è primavera” come recita il titolo di un libro di Concita De Gregorio, mi sento come in un giardino dell'eden in cui le mele dell'albero della conoscenza del bene e del male sono state già mangiate quindi apprezziamo il bello che ancora c'è. In questa cornice eseguo i trattamenti a distanza, dopo una meditazione dedicata al radicamento comunico a Fiammiferina di assumere una posizione comoda, seduta o sdraiata, schiena dritta, concentrarsi sul respiro, di eseguirne almeno una decina o comunque fin quando non si senta sufficientemente lontana da pensieri di ansia e si senta dunque pronta a ricevere l'irradiazione pranica. Come già fatto per i trattamenti in presenza richiamo immagini di un sonno sereno e confortante con luce blu, per calmare l'emigrania traccio dei cerchi in senso antiorario sul terzo occhio. Poi visualizzando la sommità della colonna vertebrale faccio scendere un fascio di luce viola che tocca ogni singola vertebra, scende nelle cosce, nelle ginocchia, nei polpacci fino alla punta dei piedi. Sei il sistema immunitario è la nostra difesa immagino una fortezza con pietre squadrate e regolari intorno a Fiammiferina, anche qui luce viola assieme a quella bianca. A fine trattamento lei racconta di essersi

lentamente rilassata e il mal di testa pur non scomparendo completamente si attenua alla sera permettendo un sonno leggero ma comunque ristoratore, scomparsi invece i dolori alle gambe.

Ripresa dei trattamenti in presenza

La luce del sole che entra nella mia stanza se la guardo dall'ingresso del mio resede mi sembra arancione e anche l'Italia torna in arancione, possiamo riprendere i trattamenti in presenza.

Fiammiferina mi racconta che l'emicrania è sensibilmente migliorata mentre l'insonnia è decisamente peggiorata. Per la prima volta parla della lontananza dai genitori, del lungo infortunio del marito che è rimasto infermo per sei mesi, anche il lavoro la preoccupa: i rapporti con alcune colleghe sono poco collaborativi, è già ansiosa prima di entrare, a metà mattinata si sente completamente svuotata e nel pomeriggio non riesce ad avere nemmeno una concentrazione minima, per contro, durante il periodo di lockdown sola davanti al computer si sentiva persa e avrebbe voluto vicino le suddette colleghe. La lascio parlare nel suo lungo monologo e alla fine deduco che è poco radicata nel qui e ora, assai paurosa e sempre pronta ad incolpare colleghi, familiari e amici dei suoi problemi. Per provare a riportare un senso di radicamento decido di partire dal settore lavorativo e le domando perché ha scelto quel lavoro e se ha cercato di manifestare il suo disagio alle colleghe durante le pause o in riunioni. Lei ammutolisce, cala nuovamente il silenzio, il suo viso diventa improvvisamente una vampa di fuoco, ecco perché l'ho chiamata Fiammiferina, chiedo se va tutto bene, lei risponde che negli ultimi giorni ha iniziato ad avvertire questi calori improvvisi, mi sembra giovane per avere sintomi di menopausa tuttavia domando se il suo ciclo mestruale è regolare, almeno a questo risponde sì, A quel punto arriva una laconica risposta, “perché mi garantisce entrate fisse e

ferie assicurate”, poi insiste sulla necessità di continuare a trattare il sistema immunitario, mi sembra il tipico caso in cui la cliente vuole dettare legge imputando ad una causa alquanto vaga la natura dei propri malesseri. Le faccio presente che sono trascorsi due mesi dalla vaccinazione e non si può continuare ad insistere sulla stimolazione del sistema immunitario vista l'assenza di infiammazioni, tosse, febbre o raffreddori. A quel punto Fiammiferina è costretta ad ammettere che le situazioni preoccupanti non riguardano più la vaccinazione, piuttosto è spaventata dal riemergere prepotente delle sue relazioni sociali e familiari nelle quali si può rinvenire a tratti coltivazione del ricatto affettivo e vampirismo energetico. Le chiedo se intende proseguire nei trattamenti andando però a rafforzare il senso di radicamento che si rifletta sul suo ruolo lavorativo, per il momento è meglio lasciare fuori l'ambito familiare molto più complicato per la presenza di componenti vicine ma soprattutto lontane che non sempre emergono nelle sedute praniche o perché il/la cliente non le vuole affrontare, esplicitamente o implicitamente. Sono trascorsi quarantacinque minuti dall'inizio del nostro incontro, era necessario fare un nuovo quadro della situazione dopo la vaccinazione e il lockdown, Sulla sedia e senza contatto faccio eseguire alcuni cicli di respirazione e poi immagino che dal coccige di Fiammiferina escano delle radici che vanno a radicarsi nel terreno attraverso le gambe e i piedi. A fine seduta la cliente accetta di proseguire su questa linea.

Seduta della informazione della pietra.

Fiammiferina riferisce che dopo la seduta dedicata al radicamento ha riflettuto molto sul suo stato di agitazione, sulle ansie che la vaccinazione sembra aver riportato prepotentemente alla ribalta nei suoi pensieri, nel suo esporre frenetico non riesco a scorgere la presenza di

problemi gravi ma devo stare attenta a non sovrapporre la mia scala di valori, il mio percorso esistenziale, con la sua scala di valori, il suo percorso esistenziale, un rischio che se è abbastanza presente nella prima seduta quando ancora dobbiamo conoscere il/la cliente, con il progredire del trattamento dove si crea una confidenza, una certa empatia anche per effetto delle condivisioni che io reputo molto importanti per valutare l'efficacia dei trattamenti e per modularli, si tende a mettere tra parentesi il famoso foglio bianco che deve ispirare l'azione dell'operatore di pranopratica, cioè l'assenza di giudizio. In un attimo, come di sobbalzo riprendo il necessario distacco e pongo nuovamente l'attenzione sul lavoro e mi viene in mente di chiederle se questa ansia la vive anche nella vita privata. La risposta è negativa perché i rapporti con la famiglia di origine sono sempre molto stretti, non solo da un punto di vista affettivo ma anche materiale perché durante la settimana Fiammiferina spesso mangia dai genitori, le comprano regolarmente abiti e accessori, nel fine settimana quando ritorna dal marito spesso escono, pur vivendo da soli non sono minimamente interessati ad una vita domestica seppur in una bella casa con diversi comfort, la cliente ama delegare tutto agli altri, vuole essere ricoperta di attenzioni o di regali come li chiama lei e se solamente tardano nel coccolarla si arrabbia. Per ovvie ragioni tutto questo manca nell'ambiente lavorativo ed è questo che la fa irritare, le chiedo di parlarmi di un momento particolarmente felice della sua vita, senza esitazione lei dichiara che il viaggio di nozze in una riserva Apache negli Stati Uniti è stato un momento unico dove si è sentita veramente realizzata. In quell'occasione acquistò una grossa ametista viola dalla forma piuttosto irregolare che oggi ha portato con sé per mostrarmela. A me piace lavorare con le pietre, guarda caso oggi è il novilunio di maggio, il fuoco estivo è ancora una piccola fiamma ma è proprio il momento adatto per seminare nuove intenzioni. Le chiedo di

concentrarsi assieme a me per caricare quella pietra dell'intento di migliorare le sue relazioni lavorative. Dopo averla lavata sotto l'acqua corrente la poniamo su un tavolino e inviamo l'intenzione alla pietra stessa. Fiammiferina dovrà sempre portarla con Sé nella borsetta quando va al lavoro.

Seduta del “Succedono tutte a me!”

Una settimana dopo il novilunio di maggio, dopo l'informazione dell'Ametista viola ci rivediamo. Chiedo se si è ricordata di portare tutti i giorni la pietra e se ci sono stati cambiamenti nei suoi atteggiamenti con le colleghe di lavoro. La pietra ha seguito fedelmente Fiammiferina, nei rapporti con le colleghe, comprensibilmente la situazione è molto diversa, anziché affrontare direttamente quelle più ostili si è avvicinata a quelle più favorevoli parlando del suo disagio, di sentirsi prima molto tesa e poi svuotata, delle difficoltà che riscontra nei giorni che deve gestire il lavoro da remoto. Le colleghe sembrano stupite da questo suo improvviso sfogo, evidentemente l'abitudine, ben prima della pandemia ha provocato in molte persone un ottundimento tale per cui mal di testa, bruciori di stomaco sono diventati un normale corollario di relazioni insoddisfacenti, gli illuministi dicevano “che l'uomo nasce libero ma dappertutto è in catene”, io nella mia umiltà penso che dire la verità ci aiuta a vivere felici. Fiammiferina ha trovato indifferenza e questo non le è piaciuto per niente, ritorna fuori il suo lato capriccioso, dichiara “succedono tutte a me”! Non è vero?!

Cercando di partire dalla semplicità sottolineo che se lei si è decisa ad intraprendere un cambiamento dopo due mesi di trattamenti le sue colleghe non potranno di punto in bianco ascoltarla, capire le sue esigenze e soprattutto rispecchiarsi nelle suoi stati emotivi e intellettuali se per quindici anni anche lei ha accettato senza minimamente discutere

un universo di relazioni e valori. Le faccio i complimenti per avere dimostrato coraggio, gli effetti del prana si devono manifestare anche nella vita quotidiana, anche con persone che la pensano in maniera molto diversa da noi, anche quando stiamo davanti ad un computer per otto ore, quando trascorriamo intere giornate in archivi polverosi con faldoni scritti cinquanta anni prima. Tutto quello che facciamo deve avere un senso perché è collegato alla nostra missione in questo mondo, se pensiamo di essere al buio solo noi possiamo accendere una luce. A questo punto Fiammiferina dichiara che pensava di aver risolto le sue ansie esistenziali convertendosi al buddismo, la religione come un marchio come un salvacondotto che automaticamente ti tiene al riparo dalla sofferenza, sono in tanti a pensarlo, per qualsiasi fede religiosa, in questo mondo non esistono ricette pronte di felicità, coraggio Fiammiferina, proseguiamo nel radicamento. Nell'esecuzione del trattamento sposto le mani tra la testa e le spalle, per la testa stimolo la ricerca autonoma e indipendente di un senso della vita, per le spalle, la liberazione da pesi inutili. Mi soffermo poi sulla parte alta dell'area ombelicale, all'altezza dello stomaco per sostenere l'azione una volta che l'obiettivo sia chiaro, infine vado sui piedi per chiudere il trattamento. Dopo il graduale risveglio, che dura qualche minuto, Fiammiferina che è sempre piena di sorprese racconta di sentirsi sostenuta quando tratto la testa ma nel momento in cui mi stacco arriva il senso di frustrazione.

Poi racconta di aver avvertito un fastidio al piede sinistro, perché la prano fa emergere queste sgradevoli sensazioni? Perché io non la proteggo? Le chiedo di spiegare meglio questo senso di frustrazione, anche in maniera semplice. Non dice nulla ma avvampa, la mia domanda di approfondimento la indispetta non poco, cade il consueto silenzio che io lascio trascorrere pazientemente. La risposta parla di mancanza di senso di protezione che nel trattamento si manifesta, come

se l'effetto del prana finisse come succede con una flebo di antidolorifico, poi il piede che inizia a far male è un ulteriore elemento di irritazione. Il prana e la medicina tradizionale hanno ben poco in comune, l'effetto inizia proprio quando finisce la seduta, il fastidio del tuo piede è un risveglio di consapevolezza o forse è un dolore sopito che si riaffaccia quando ti rilassi, pensaci bene. In effetti le scarpe un po' logore e troppo pesanti per le temperature oramai primaverili lo stanno opprimendo povero piede, che richiede quindi attenzione! Perché non lo tratti? Così mi passa il dolore e io posso continuare a portare le scarpe vecchie come fanno tutti. No, il tuo piede richiede attenzione come giustamente hai capito, ci vogliono nuove calzature. Questo è un modo di manifestazione dell' azione energizzante del prana, attraverso il dolore, fisico in questo caso, ci chiede di donare attenzione ad una parte di del nostro corpo che abbiamo trascurato. Fiammiferina annuisce, ci vediamo la prossima volta.

Seduta della importante lezione deontologica

Solitamente mi preparo ai trattamenti con una meditazione di radicamento e di connessione a tutte le creature dell'Universo, immagino prima di essere un abete che si radica in basso e poi cresce verso l'alto, vedo mari, montagne, chiese uccelli variopinti e poi faccio un ringraziamento per il dono della vita.

Uscendo lentamente dagli effetti del lockdown è come se avessi una percezione spezzata e discontinua, devo andare a cercare ogni singolo elemento, chiedergli come sta, ascoltarlo e poi gli chiedo se ha un messaggio particolare per me. In questi giorni sta passando una perturbazione atlantica, quando riesco ad arrivare a destinazione prima di un imminente temporale provo sempre una particolare soddisfazione

perchè così mi posso gustare all'asciutto l'energia che si libera, oggi decido di aprire parzialmente i vetri di una finestra, se non si alza vento sarà davvero uno spettacolo unico sentire lo scrosciare dell'acqua attraverso le grondaie di questo vecchio palazzo che accoglie in sé androncini e griglie antivespe. La pioggia arriva progressivamente, aumenta la sua forza senza che il vento intervenga poi diminuisce fino a cessare, il cielo da grigio si imbianca e poi torna azzurro come maggio pretende, uno spettacolo unico, solitario e gratuito che è durato cinquanta minuti. Fiammiferina mi scrive che sta tardando, prima dieci minuti, poi quindici, venti, senza addurre alcun valido motivo. Mi sembra giusto chiederle spiegazioni riguardo a questo comportamento. Al venticinquesimo minuto di ritardo arriva dicendo che un amico l'ha trattenuta al telefono e lei non è riuscita a dirgli che aveva un altro impegno. Le dico che venire ai trattamenti è un gesto di responsabilità e di attenzione per sé stessi e implica anche il rispetto anzitutto per se stessi, poi rispetto per l'operatore che è un professionista e non un improvvisato. Quindi dal momento che l'ho aspettata invano mi spetta comunque darmi il compenso della seduta. Lei accetta ma non riflette affatto sul suo gesto, si sente sempre più stanca, svuotata e confortata, quando anni prima era ricorsa alla pranopratica le bastarono poche sedute anche perché l'operatore si era proclamato suo guaritore, cosa che io non faccio. Le chiedo quindi se intende continuare dopo questo episodio e soprattutto se sono queste le sue aspettative io non la posso accontentare, non sono la guaritrice di nessuno.

La seduta della verità ovvero l'ultima

Dopo quindici giorni ci rivediamo, Fiammiferina sostiene di avere assolutamente necessità di continuare i trattamenti, viene continuamente stravolta nella sua routine ed ha bisogno di essere aiutata,

riconosce che l'operatore al quale si era rivolta in passato non poteva essere un guaritore. Alla seduta arriva puntuale, però anche oggi ha accumulato frustrazione al lavoro, i timidi tentativi di instaurare relazioni diverse al lavoro sono presto naufragati, ora poi che c'è la bella stagione ed è forte la tentazione di accantonare tutto in un apericena con altrettanti scontenti e frustrati vince chi si lamenta di più senza fare nulla ovviamente, il racconto termina con un pianto di sfogo. Stasera decido di lavorare con la luce blu sull'area encefalica per riportare la calma, poi eseguo dei cerchi in senso antiorario cioè dei movimenti volti a disperdere il senso di ansia che si accumula nei campi sottili, sull'area del petto per liberare dall'oppressione e favorire il respiro regolare, infine luce bianca sul resto del corpo e a sigillo del trattamento quando si stabilizza sul cliente l'intenzione che informa. Al termine della seduta Fiammiferina arriva finalmente dopo vari tentativi, posso dire scarsamente motivati, bandiere dietro cui nascondersi tipo il suo modo di vivere un credo religioso, persone a cui addossare le sue sofferenze, familiari compresi, alla verità e posso dire che il prana ha fatto la sua opera. In maniera distaccata, senza far trasparire emozione alcuna, afferma che nella vita non vuole assumersi responsabilità, si dovrebbe esporre e questo non le piace, il grande entusiasmo per la pietra comprata in viaggio di nozze è stato presto soffocato dal fatto di ricordarsi di portarla, era troppo pesante. Il compito dell'operatore è portare la luce, starà poi al cliente decidere cosa fare. I trattamenti con me le hanno portato davanti la responsabilità, che lei non vuole assumersi a nessun livello, bene, buona vita Fiammiferina.

Trattamenti pranici nell'intervallo di pranzo

Una mattina, passando accanto alla vetrina di un'erboristeria vedo delle belle tazze, sono grandi ed il prezzo sembra interessante. Entro per chiedere, la signora mi accoglie tra il timido e l'impaurito, dopo un anno di zone rosse, di prenotazioni telefoniche, di consegne in cui il corriere lascia il pacco nell'androne del palazzo senza aspettare che il destinatario esca, una persona che entra in un negozio per chiedere sembra un intruso dal quale difendersi.

Anche se le luci sono spente l'ambiente non è male, diffusori di profumi, orchidee e felci ai quattro angoli, le tazze sono state impacchettate con fiocchi multicolori, la signora, che è una giovane donna, si è divertita nel cercare carte colorate e adesivi, improvvisamente mi sento come una venditrice porta a porta del prana, conosci la pranopratica? Vorresti fare un bel regalo a te stessa provando un trattamento? Certamente! E' proprio quello che mi ci vuole!! Ho aperto il negozio subito prima della pandemia, sono stata assalita da una fame nervosa, ho preso più di venti chili e da qualche mese soffro anche di stipsi. Usciamo dal negozio per entrare in una stanza accanto alla quale si accede da un altro ingresso, è piuttosto grande e ben illuminata, sulle pareti sono state disegnate farfalle e foglie verdi, sul lettino c'è un telo di sfondo viola con decorazioni batik, penso che siamo a fine maggio e sarebbe bello prendere un bel telo e poter lavare via le preoccupazioni con un bel bagno di mare, il pavimento è rosa, come rosa è il vestito della giovane

erborista che da qui in avanti chiamo Rosina. Questa è la stanza dei trattamenti afferma orgogliosa, ho fatto un corso sui Cristalli prima di aprire il negozio, adesso due volte a settimana ci viene una naturopata, io sono libera nell'intervallo di pranzo, puoi venire in quelle ore? Certamente! Fissiamo per la settimana successiva.

Prima seduta

Durante la settimana di attesa tra il primo contatto e la prima seduta Rosina mi ha inviato un sacco di messaggi chiedendomi conferma dell'appuntamento, teme che la lontananza tra la mia casa ed il suo negozio mi facciano desistere ed io anziché dichiararlo a chiare lettere le darò buca, mi chiedo se questi siano riflessi di una mentalità generalizzata in cui le persone promettono superficialmente senza però avere una seria intenzione di portare avanti gli impegni, verrò accolta in maniera diffidente? Cerco con fatica di allontanare queste riflessioni che potrebbero fuorviarmi.

Invece mi apre la porta gentilissima, non la smette di parlare, l'agitazione è mascherata da questo fiume di parole. Per riportare la calma chiedo di poter andare in bagno. Rosina parla del suo corso di cristalloterapia e di reiki, ha frequentato un fine settimana e si dichiara operatrice olistica con tanto di raffinato biglietto da visita, siamo uguali afferma trionfante!! Semplicemente le dico che io sto frequentando una scuola triennale per operatori di pranopratica. Ad ogni modo una seduta di trattamento di pranopratica si svolge nel silenzio più assoluto. Date queste coordinate fondamentali di riferimento lei mi ricorda che deve riaprire il negozio alle 15.30 ed ha bisogno di alcuni minuti per poter tornare con calma nel momento presente. Concordiamo che la seduta durerà fino alle 15.15, per una durata complessiva di 40 minuti. Comincio come di solito con l'analisi chirestetica che si esegue ponendo

le mani sulle varie parti del corpo per ascoltare le sensazioni che il corpo ci manda partendo dalla testa e scendendo progressivamente verso l'addome e le gambe. Avverto una sensazione diffusa di freddo, Rosina, seppur giovane è abbondantemente sovrappeso sull'addome, sulle cosce, alle caviglie e anche nel dorso di entrambi i piedi, l'importante strato adiposo può essere un ostacolo alla percezione vibrazionale degli organi interni ma anche sulla testa percepisco questo freddo diffusamente. E' come se avessi davanti una persona che esiste solo nella dimensione fisica, in netto contrasto con la sua logorroicità e la sua manierosa gentilezza. Decido allora di pormi in ascolto, con le mani alla distanza di pochi centimetri dalla testa. Dopo circa 10 minuti, un ascolto lunghissimo, inizio a percepire un dolore punzecchiante come aghi dalla parte destra, eseguo dei vortici in senso antiorario e la sensazione di dolore punzecchiante aumenta e contestualmente il respiro di Rosina si fa più tranquillo, la parte sinistra resta fredda e immobile. Anche sull'area cardiaca mi pongo semplicemente in ascolto e solo dopo diversi minuti percepisco un debole calore, altrettanto faccio nell'area ombelicale e lombare, dopo un lungo tempo mi arrivano dei deboli segnali, ho la sensazione di risvegliare qualcuno da un lungo sonno, cerco, contatto ogni singolo organo, i tessuti e le cellule che lo compongono. Chiudo il trattamento visualizzando un grande fascio di luce bianca. Rosina si risveglia decisamente più rilassata, le parole escono in maniera tranquilla, riconosce di non aver mai provato un grande senso di rilassatezza durante i trattamenti reiki. Si sente sicura ad affrontare il resto della giornata lavorativa, mi ringrazia e fissiamo per la settimana successiva.

Seconda seduta

Se tra la mia prima visita in negozio e il primo appuntamento ero stata riempita di messaggi riguardo alle mie intenzioni di voler effettuare i trattamenti, tra il primo ed il secondo molti altri messaggi sono intercorsi ma di ben altro contenuto: vivo ringraziamento, non mi era capitato mai di ricevere un trattamento così, sei stata molto empatica, ma soprattutto il più calzante: ogni cosa arriva nella vita al momento giusto, si è aperta una porta. Spero che attraverso questa metafora il grande freddo, il blocco che circonda questa donna, così in netto contrasto con i suoi modi gentili e i lunghi vestiti rosa stile impero che la fanno sembrare l'eroina dei romanzi di Jane Austen, magari Jane Bennett, la fragile sorella di Elisabeth in “Orgoglio e Pregiudizio”.

Dopo la calorosa accoglienza al mio arrivo riprendo l'argomento dell'ultimo messaggio: “ogni cosa arriva al momento giusto, si è aperta una porta”, su cosa vuol lavorare Rosina? Si trova in un momento importante della sua vita? Il buonumore e la gentilezza si sciolgono come neve al sole per dare spazio ad una malinconia. Però, dal momento che la porta è aperta la luce si intravede lo stesso: come fai a stare in silenzio durante la seduta, quando ci si incontra tra donne accade un po' come dalla parrucchiera e dalla estetista, ridiamo e ci prendiamo in giro, siamo confortate dai problemi delle altre, insomma mal comune è mezzo gaudio altrimenti le paure ci divorano! Ecco la luce, Rosina ha paura e nel suo silenzio interiore deve averne incontrata tanta e sotto metafora lo ha comunicato in un messaggio, il più importante feedback per me. Mi sembra importante sottolineare la differenza tra il salone di un parrucchiere e una seduta di pranopratica: se nel primo musica della radio e conversazione sono ben accette nel secondo caso, dal momento che si tratta di una situazione completamente diversa il silenzio è

fondamentale affinché cliente e operatore siano concentrati sui rispettivi ruoli, l'operatore deve ascoltare per poter bene impostare la sua azione pranica, il cliente nel silenzio e nel rilassamento favorito dal prana medesimo si libera dalla fatica e, come in questo caso può venire in contatto con lo stato d'animo paura per poterlo vedere nella maniera giusta. Rosina non vuole parlare delle cause delle sue paure, siamo soltanto alla seconda seduta, non può essere pronta, la paura si nasconde dietro un generico senso di stress, il mio riferimento più importante è il suo messaggio, al giorno d'oggi si è persa l'abitudine al confrontarsi in presenza, ben prima della pandemia, le comunicazioni, gli avvenimenti si frantumano in post, in tweet, in frammenti che non sanno più quale sia la pietra da cui si sono originati. Quindi per tornare all'origine decido di praticare la tecnica dei tre fornelli, soffermandomi in particolare sul campo delle emozioni, come nella precedente seduta la visualizzazione è molto lenta.

Al termine dei quarantacinque minuti canonici mentre sigillo il trattamento con luce bianca, all'altezza dell'ombelico percepisco un blocco nella discesa della luce bianca lungo il corpo di Rosina, il cervello addominale sta mandando un segnale, forse la stitichezza? Devo chiederglielo al risveglio. Rosina si sveglia tranquilla, si gode la tranquillità, afferma che si siederà dietro al bancone del negozio serenamente. Le pongo la domanda sulla stitichezza, risposta affermativa, da lungo tempo. Ci vediamo la prossima settimana.

Terza seduta

In questa settimana non ho ricevuto messaggi, se non quello concordato della conferma. Stavolta Rosina è fuori dal negozio e passeggia nervosamente come chi attende qualcosa o qualcuno, come mi vede corre ad aprire, il tempo che abbiamo a disposizione non può essere

sforato. L'espressione del viso è cambiata, negli occhi il fuoco c'è, va al cuore del problema senza girarci intorno. Il negozio è stato aperto sull'onda dell'entusiasmo di un breve corso su tutt'altra tematica. Le belle scatole colorate di bagnoschiuma e creme non sono poi così facili da vendere soprattutto perché alcuni clienti vogliono informazioni specifiche che lei nemmeno lontanamente è in grado di dare, certi altri forse spinti da certe astuzie o dalla strisciante crisi prima comprano, poi ritornano raccontando di infiammazioni causate dai suddetti prodotti, minacciano azioni legali e lei è costretta a rimborsare l'acquisto per non incorrere in ulteriori problemi, infine altri si sono dimenticati il portafoglio a casa e lei è costretta ad accompagnarli a casa per avere il denaro, è un autentico delirio. In questo autentico mare di guai c'è solo la figura della collaboratrice-naturopata, con lei tutti sono accondiscendenti, il registratore di cassa non fa altro che emettere scontrini. La naturopata in questione ha tappezzato la stanza di attestati rilasciati da quelli che una volta venivano chiamati “giornali di pettegolezzi”, avverto un istintivo senso di rifiuto, la voce interiore sussurra prudenza. Rosina mi chiede se voglio conoscerla, improvvisamente mi sento infastidita da un profumo dolciastro quasi putrescente come fiori putrefatti, è la naturopata in persona che “passava per caso. Una figura magrissima, dalla pelle olivastra e dai folti capelli neri mi fissa alquanto preoccupata. Io non vedo i colori dell'aura delle persone ma stavolta mi sembra di vedere un cobra con le spire aperte e ricoperte da folti capelli neri, gli animali non nascondono la loro natura ma le persone sì. Percepisco il salire della tensione, faccio dei respiri profondi, tra Rosina e la naturopata scoppia una aspra discussione nei toni e nelle parole, riesco a non farmi coinvolgere, raccolgo le mie borse ed esco dal negozio.

Quarta seduta

Durante la settimana ho cercato di parlare con Rosina riguardo alla furiosa apparizione della naturopata, alla sua ostilità immotivata nei miei confronti, non ho ricevuto risposta, così ho chiesto di anticipare l'ora del nostro incontro e lei ha accettato. Rosina cerca di spostare l'asse della discussione, è in evidente difficoltà, penso che è il momento di tirare fuori la spada di Excalibur, non sempre è destinata a Re Artù, io non ho un fratello re, battute a parte è il momento di fare chiarezza. Cerco di riportare l'attenzione sul rapporto professionale tra noi due, se c'è qualcosa che non le è piaciuto durante i trattamenti, la reciproca fiducia è una componente ineliminabile, se si offusca si cerca di ristabilirla con un dialogo costruttivo, se non ci riusciamo è meglio chiudere la relazione. Lei ammette di aver gestito male la situazione, per rimediare propone di regalare un mio trattamento alla naturopata che svolge il suo lavoro in maniera così diversa da me e, alla fine consiglia ai suoi clienti una sigaretta o un bicchiere di superalcolico per superare l'ansia. Resto inorridita e rifiuto decisamente, se davvero Rosina è la padrona del negozio deve saper gestire presenze e spazi. La spada ha funzionato perché la naturopata da quel giorno ha cessato di essere un problema per me.

Risolti i problemi deontologici posso tornare alla pranopratica, il colpo di spada ha sciolto la lingua a Rosina che inizia a parlare a ruota libera del suo sovrappeso, della stitichezza, non vuole andare dal medico perché non intende vaccinarsi contro il covid 19, come ho già constatato in altri clienti il rapporto con i medici a causa del consenso o del rifiuto al vaccino si stravolge completamente, magari anche senza che avvenga un confronto su questa tematica e credo sia molto pericoloso ma non vado oltre su questo tema. Oltre al sovrappeso e alla stitichezza Rosina

mi riferisce di fumare ultimamente circa quaranta sigarette al giorno, poi scoppia in un pianto isterico, molti i singhiozzi poche le lacrime, non riesce a sfogarsi così come non riesce a liberare il suo intestino. Le propongo, prima di sdraiarsi sul lettino di eseguire assieme una serie di respiri per rilassarsi, dopo una quindicina è pronta per il trattamento. Visto il quadro generale piuttosto complesso decido di unire parte della tecnica dei tre fornelli con un irraggiamento pranico specifico per l'intestino bloccato con luce rossa per favorire l'attività peristaltica intervenire sul campo mentale tracciando un bel cubo bianco e poi luce rossa sull'intestino. Il primo pomeriggio è stato molto duro per Rosina, mi ringrazia, non è affabile ma è presente nel qui e ora.

Quinta seduta

Come consuetudine Rosina manda le sue più importanti impressioni via messaggio, stavolta parla della fatica del quotidiano, delle pesanti incertezze rese ancora più insopportabili dalle alte temperature del luglio inoltrato.

Se è stato difficile vivere il lockdown giorno dopo giorno non è certo facile vivere adesso che siamo sospesi tra la quarantena e un desiderio di libertà, i recentissimi campionati europei di calcio con la visione dello stadio di Wembley pieno, il pubblico senza mascherine, contrastano con le notizie di una ripresa dei contagi. Se non esistono più dei principi generali nei quali una società si riconosce dobbiamo fare forza sui nostri. La prima somministrazione del prana è sempre verso noi stessi, se poi dobbiamo accendere una luce nelle vite delle persone che trattiamo abbiamo assolutamente bisogno che quella luce sia viva e presente in noi. Credo che dopo un certo numero di sedute possa fare a Rosina il trattamento della matrice. Il campo vitale individuale è parte del campo universale dal quale riceve informazioni e impulsi. Il corpo

energetico individuale è strutturato sia nei meridiani dell'agopuntura cinese sia nei centri energetici i chakra. Ogni organo, ogni cellula, così come il pensiero emettono delle specifiche frequenze. Attorno al corpo fisico troviamo il corpo eterico o matrice energetica, poi il campo vitale si compone anche del corpo astrale, del corpo mentale, del corpo causale o spirituale. E' il corpo eterico che viene interessato da questo tipo di trattamento, ha la stessa conformazione di quello fisico, c'è una stretta compenetrazione tra i due, vista questa interdipendenza molte sofferenze sul piano eterico si manifestano poi come malattie sul piano fisico. La matrice energetica è il progetto che gestisce e determina tutta la costruzione organica. Con la cliente sdraiata sul lettino si immagina di estrarre lentamente con calma dalle spalle la matrice luminosa e di portarla davanti a noi tra le mani per poter poter riequilibrare il progetto modificando e riparando dove necessario. Si conclude il trattamento rimettendo con calma la matrice dentro il corpo fisico. Il viaggio in tramvia, da un capolinea all'altro dura quasi quaranta minuti, se non è troppo affollata posso fare anche una meditazione, quando manca poco per arrivare all'erboristeria, squilla il telefono, Rosina lapidaria chiede, dopo me puoi fare un trattamento a mio marito? Va bene, è l'imponderabile che bussa alla porta della mia vita ed avrà sicuramente un messaggio importante.

Rosina non ha mai voluto spiegazioni sul tipo di trattamenti che faccio, stavolta vorrei fare qualche accenno alla matrice ma mi rendo conto che non serve, lei si abbandona. Cerco di percepire i corpi sottili è un'operazione lunga, poi emerge un coacervo energetico, i campi non hanno una regolare estensione non c'è una circolazione armonica. Il corpo eterico è schiacciato dagli altri, più che estrarlo devo ridargli spazio, immagino che sia una palla di pasta da stendere su un piano di marmo, quando finalmente lo percepisco nella giusta dimensione eseguo dei vortici antiorario per alleggerire gli altri poi visualizzo intorno a

Rosina un grande cerchio viola a protezione del trattamento. Rosina dopo il trattamento mi dice che dopo la pausa estiva trasformerà l'erboristeria in una rivendita di pietre, riaccordandosi così alla cristalloterapia, mi propone una collaborazione per portare nuovi clienti nel negozio senza però fornirmi alcuna cornice giuridica o deontologica né tantomeno di compenso. Non la considero una proposta né seria né completa per poter essere presa in considerazione. Trovo in questa situazione conferma di una frase, di un concetto che a scuola ci è stato detto tante volte, il percorso triennale è primariamente rivolto all'allievo, al risveglio della sua consapevolezza, contribuisce alla sua maturazione. Così senza farmi fuorviare da false prospettive di allargamento della clientela e aumento dei guadagni rifiuto la proposta.

Narciso, il marito di Rosina

Eccomi davanti al marito di Rosina che mi è stato chiesto di trattare, è il mio primo cliente uomo e anche lui come le altre ha un nome di fantasia. Ha un completo color kaki e nelle sue movenze ricorda i giullari delle corti medioevali che saltellano mentre declamano verità e facezie, tuttavia non parla. Il silenzio ha sempre un suo significato ma dopo alcuni minuti gli chiedo semplicemente come sta, di colpo si ferma anche se continua ad agitare le braccia e a torcersi le mani. Risponde che aspetta l'inizio del trattamento, io gli chiedo quale sia la ragione per cui si rivolge alla pranopratica, per me è fondamentale, prima di scegliere un trattamento piuttosto che un altro conoscere il cliente, instaurare un dialogo per concordare assieme un obiettivo su cui lavorare. Inizia così a parlare del licenziamento avvenuto due giorni prima, lavorava nel call center di una concessionaria di automobili per otto ore al giorno sabato compreso uno stipendio di trecento euro al mese, il lavoro non gli piaceva ma non aveva il coraggio di lasciarlo, poi è arrivato il licenziamento e quindi è ritornata in lui la voglia di intraprendere il mestiere dell'attore, quello che aveva sempre sognato. Questa decisione ha provocato forti discussioni con la moglie per i riflessi sul bilancio familiari ma i genitori benestanti di entrambi i coniugi possono intervenire per appianare la situazione, sicuramente lo facevano anche prima visto il basso stipendio che percepiva nella concessionaria. Tuttavia ogni scelta si porta dietro delle conseguenze e questo nuovo percorso che lui si appresta ad intraprendere comporterà

dei cambiamenti delle abitudini nelle frequentazioni degli amici, nella fruizione degli svaghi, gli occorrerà una forza di volontà che non ha mai manifestato prima d'ora. Gli chiedo allora se è d'accordo di lavorare sul cambiamento, assolutamente sì. Così come ho fatto con la moglie conduco l'analisi chirestetica su ogni singolo organo, c'è una grande differenza nel trattare le persone anziane rispetto a quelle giovani, queste ultime hanno molti “segreti” energetici che con un'indagine condotta per macroaree non si potrebbero percepire. Narciso è in gran fermento dalla testa ai piedi ma tutta questa energia deve essere ben indirizzata ad uno scopo, così opto per il trattamento del chakra della medulla. Medulla significa midollo, il modello allungato dell'anatomia viene chiamato da Paramanhansa “la bocca di Dio” nella quale scorre il flusso dell'energia. Anche questo trattamento si può eseguire con il cliente seduto o disteso. Possiamo visualizzare con l'immaginazione creativa lo spazio tra le sopracciglia e gli occhi e il midollo, oppure tenere una mano sulla testa e l'indice o il medio dell'altra mano sulla nuca. Adesso si può visualizzare l'entrata dell'energia nel midollo e poi da qui inviarla in tutto il corpo o in una specifica zona interessata chiedo a Narciso se ha problemi a mettersi prono, nessun problema. Il trattamento dura complessivamente quaranta minuti. Nella condivisione post-trattamento emerge la causa o una parte importante delle cause dell'iniziale nervosismo di Narciso. Quando Rosina gli raccontava del rilassamento che provava dopo i miei trattamenti lui replicava che “io mi faccio pagare per addormentare la gente, per questo già ci sono gli anestesisti”, nascevano discussioni e poi degeneravano in lite fin quando lui ha perso il lavoro con grande senso di smarrimento e lei ha insistito perché iniziasse attraverso la pranopratica un percorso di trasformazione. Ammette che i suoi erano solo pregiudizi, gli stessi pregiudizi che lo tenevano in un luogo di lavoro basato solo sullo sfruttamento e la mancanza di rispetto. Parlerà loro a tal proposito

dicendo di aver travisato tutto e se lo deridono poco gli importerà. Solitamente davanti alla mancanza di rispetto reagisco in maniera piuttosto dura ma stavolta questa persona, che ho deciso di aiutare mi fa compassione,

Seconda seduta

Narciso entra tranquillo nel negozio della moglie dove assieme a lei lo attendo, schiena dritta, passo sicuro, nessun saltellare o torcersi le mani. Prima di iniziare il trattamento gli chiedo di raccontarmi come è andata la settimana, l'entusiasmo c'è ma le discussioni con gli amici, la necessità di concentrarsi per seguire le lezioni di recitazione che si svolgono per adesso in modalità remota non lo fanno dormire tranquillo. Narciso si pone moltissime domande e sente la necessità di condividerle, agli uomini hanno insegnato a riflettere poco, diari su cui annotare fatti sono cose da donne, un uomo deve vedere il mondo sempre allo stesso modo a meno che non sia omosessuale. Narciso da adolescente attendeva che la sua mente complicata tacesse e si allineasse a quella degli amici, tuttavia questa sua inclinazione a problematizzare non gli era affatto di ostacolo nelle sue relazioni con le donne, sia a livello intellettuale che sessuale, ora che nell'età adulta vuole accettare o meglio gioire di questa sua natura le pressioni esterne sono sempre molto forti, gli chiedo se davvero siano solo i condizionamenti esterni, le trasformazioni importanti richiedono pazienza e lunghi tempi, tutta la sua persona è interessata e coinvolta. Narciso ascolta con attenzione, risponde e amplia, l'uso della parola con questo cliente è fondamentale per poterlo sostenere. Decido di indirizzare la mia azione pranica sulla chiarezza visualizzando una grande luce bianca sulla testa, poi accostando le mani vicino al collo inizio il trattamento con la luce viola che ha una vasta, profonda azione rinvigorente concludendolo con il

tracciamento del simbolo dell'infinito sopra l'ombelico. Dopo questo trattamento non c'è stato seguito, ufficialmente mi è stato detto che doveva interrompere per problemi di soldi riprendendo non appena possibile ma non credo sia stato quello il vero motivo. Ad ogni modo buona vita Narciso e Rosina

La pranopratica nell'orto abbandonato

Gli orti con annessi pollai, le verdure pronte per essere raccolte sono sopravvissuti alla pandemia, specialmente se intorno ci sono alberi di fichi o di limoni selvatici possono assurgere ad una naturale spa del benessere rustico.

Oggi pomeriggio con mia madre siamo invitate per una merenda a kilometro zero presso l'orto di Damiano, ci sono anche altre persone, tutti pensionati che nei lunghi mesi di lockdown si sono incontrati in queste strade lontane dalla città. Damiano era ferroviere, adesso è istruttore di ballo liscio, ciclista e camminatore per passione, quando imbraccia la chitarra e canta “c'era un ragazzo che come me” è come trovarsi proiettati in una festa anni Sessanta, di quelle che si facevano in cantina come tante volte mi hanno raccontato i miei genitori. La moglie di Damiano è stata una delle prime persone a morire di Covid nel Valdarno aretino, non avevano figli. Damiano con l'inizio della vedovanza ha rivolto la sua attenzione allo sport e al ballo i quali però non gli danno soddisfazione e dopo gli entusiasmi iniziali pratica saltuariamente, mia madre gli ha parlato della pranopratica ed eccomi pronta per un trattamento en plein air sotto l'ombra del famoso fico. Vicino all'ingresso dell'orto c'è una grande vasca con una canna per l'acqua, chiedo di potermi lavare le mani, abbiamo raccolto delle more lungo la strada e mi sento le mani appiccicose. L'acqua è fredda ma nella calura estiva non c'è nulla di più rinfrescante, visto da dentro l'orto risulta piuttosto abbandonato, la terra ormai secca produce solo qualche piccola palla di lattuga, i pochi pomodori sono lunghi e di un arancione

chiaro, i pochi filari di viti sono stati attaccati dalle volpi che facilmente hanno rotto l'esile rete non assicurata a terra dal cemento. La tristezza non affligge solo chi vive in città, ma quando alberga nel cuore attecchisce da qualsiasi parte, in qualsiasi condizione, anche quando è coperta da una grande voglia di compagnia come nel caso di Damiano. Non tira un filo di vento ma le foglie di fico hanno sempre avuto un effetto ristoratore, Damiano è seduto, io in piedi di lato visualizzo subito una grande luce verde che indirizzo verso il cuore, poi mi viene in mente la triangolazione energetica o triangolo del tao. Gli stati ansiogeni, come anche quelli depressivi non si manifestano solamente con l'inattività generalizzata, la paura ad assumersi impegni, ma anche, come in questo caso, ad entusiasmi passeggeri che lasciano il posto a momenti di vuoto, di mancanza di uno scopo. Il trattamento della triangolazione energetica che va ad interessare milza reni e stomaco cioè il nostro serbatoio energetico e la volontà (terzo chakra). Ogni volta che si compone la triangolazione energetica tra questi punti si pronuncia la frase "si apra la porta della vita!" per richiamare quella vitalità bloccata da sofferenze, delusioni e, in questo caso lutti. Ogni volta che pronuncio "Si apra la porta della vita"! Immagino che Damiano respiri tranquillo in mezzo all'orto curato e fiorito. Poco prima di sigillare il trattamento cioè inviare luce bianca su tutta la persona avverto una grande sensazione di rabbia salire dalla pancia verso la testa, mancanza di riposo, insonnia. Damiano alquanto incuriosito mi pone la classica domanda, "Cosa hai sentito"? Dormi la notte? No! Si sente! Allora sei davvero una strega! Scoppiamo tutti a ridere, la triangolazione energetica ha avuto, almeno come effetto iniziale quello di evidenziare un problema della persona che era ampiamente sottovalutato.

Aiutare chi aiuta, la pranopratica e i caregiver

Salendo da Piazzale di Porta Romana si incontrano tanti glicini fioriti, quelli sporgono sull'angolo sinistro in cima alla salita mi indicano che sono arrivata a destinazione, la signora abita in una graziosa villetta circondata da un giardino fiorito. Ci sediamo sul divano di un grande soggiorno, la luce del sole inonda tutta la casa, vengo accolta con grande gentilezza, Diana che al telefono ha la voce di una ventenne è una signora matura che ripone grande fiducia nella pranopratica per alleviare i suoi dolori alle ossa. Per inquadrare il problema parto sempre dal punto di vista del corpo fisico e chiedo se ha fatto accertamenti clinici, se assume farmaci. Nel 2018 si è fratturata la dodicesima vertebra dorsale, poi in una successione impressionante altre due costole e la prima vertebra lombare, in conseguenza di tutte queste fratture è comparso un forte dolore al rachide. Ha iniziato ad assumere il Probe che limita la produzione degli osteoclasti con la formazione di un anticorpo. All'inizio del 2020 è morta l'anziana madre e ora Diana è impegnata in una controversia legale dopo che un parente ha impugnato il testamento, ultimamente anche i piedi le fanno male, anche andare a fare una passeggiata è diventato difficoltoso, questo è molto invalidante per una donna come lei sempre attiva e piena di interessi. Le propongo di iniziare con trattamenti volti a lenire il dolore, il prana oltre che mirare al riequilibrio complessivo dell'omeostasi presenta anche un'azione analgesica.

Dal momento che le fratture sono numerose e il farmaco regola la

produzione degli osteoclasti l'origine del problema è sicuramente a livello sistemico perché si è manifestata in varie parti del corpo sempre a carico dell'apparato scheletrico. L'analisi chirestetica mi fa percepire grande pesantezza sulla testa e le spalle, calore pulsante ad onda sull'intestino. Nel bel silenzio che si è creato mi pongo in ascolto delle ossa del bacino le quali dopo alcuni minuti mi mandano segnali di scarsa consistenza e sensazioni di freddo. Con le mani appoggiate tra la sommità della testa e la prima vertebra cervicale invio luce blu per favorire il rilassamento, poi mi sposto sulle ossa del bacino dove invece visualizzo luce viola per venti minuti circa. La luce blu ha un effetto rilassante oltre che raffreddante, la luce viola produce effetti biochimici di grande potenza, riaccende la vitalità delle cellule, le ossa del bacino sono fondamentali per l'equilibrio posturale chiudo eseguendo rotazione antioraria sui piedi. La rotazione antioraria ha l'effetto di deconcentrare, decongestionare ed è indicata anche per lenire il dolore

Chiedo se vuole condividere qualcosa, ha avvertito una generale sensazione di benessere, poi torna a parlare della madre, della carenza d'affetto nei suoi confronti da bambina e da adulta, per Diana si è trattato di una mancanza molto grave, l'affetto è arrivato quando la madre era vicina ad andarsene e Diana aveva ritrovato una sua dimensione, il distacco ha riaccessato la mancanza di un senso all'esistenza. Anche adesso la sua ragione di vita coincide con l'affetto che gli altri le riconoscono ,percepisco questo aspetto come un importante fattore della mancanza di radicamento, di mancanza di uno scopo del viaggio terreno, di vivere pienamente il qui ed ora.

Seconda seduta

Fare trattamenti al domicilio dei clienti significa entrare senza filtri nei loro problemi familiari, arrivando in casa di Diana sento distintamente urla e porte che sbattono, il marito esce di corsa per le scale e come un fulmine esce dal giardino e fuori dalla villetta. Diana mi indica una porta dietro le mie spalle, mi fa cenno di seguirla, entriamo in una cucina in pietra con al centro un grande tavolo, come se nulla fosse mi chiede di iniziare il trattamento. Pur non volendo entrare nei fatti privati le chiedo come sta, mi sembra molto scossa, inizia lentamente un pianto lento ma costante senza parole, io resto in silenzio, è una momento molto difficile quello dell'ascolto senza giudizio specie quando si presenta di sorpresa, quando si origina da una situazione del momento presente e quindi destinata ad evolversi. Io, l'operatrice del prana resto in silenzio senza voler influenzare in alcun modo un tipo di reazione piuttosto che un'altra. Il silenzio è interrotto da una narrazione apparentemente fuori contesto in quanto inizia a parlare delle preoccupazioni per il fine settimana che trascorreranno al mare, tutti i preparativi da fare, poi altre frasi scontate sui ritrovi tra parenti e infine, a sorpresa, la pesantissima rivelazione, il marito ha il morbo di Alzheimer e Diana oltre ai suoi problemi, la gestione della casa è la sua caregiver. Lui si trova ancora in una fase in cui alterna momenti di lucidità a comportamenti riconducibili alla malattia e per lei è pesante, soprattutto l'idea stessa di accettare questa malattia, la incoraggio a continuare a piangere, a non censurare le sue paure, è importante per lei e per la buona riuscita del trattamento che la malattia del marito non resti celata da frasi di circostanza, da qualsiasi pensiero o azione che aumenti la sua sofferenza o che le tolga lucidità, tutte componenti che contrastano nettamente con

il prana che è energia vitale e, quando si creano dei blocchi fluisce con molta difficoltà . E' trascorsa un'ora dal mio arrivo quando il pianto cessa, Diana si è calmata e possiamo iniziare il trattamento. Per circa venti minuti mi dedico a favorire il rilassamento, che dopo un pianto dignitoso ma disperato non arriverà così facilmente, appoggio le mani sul punto del terzo occhio e immagino di diradare una fitta nebbia poi mi metto ai piedi e da lì, viste le difficoltà di movimento di Diana affido ai suoi neuroni il messaggio di portare un bel fascio di luce viola penetra in profondità e arriva alle martoriare ossa, Nella condivisione post-trattamento lei continua a chiedersi come può fare ad andare avanti come se nulla fosse a soddisfare le aspettative di divertimento di parenti e amici. Io sottolineo invece la necessità di chiedere un aiuto qualificato alle strutture sanitarie, cercare collaboratori nella gestione della casa e a parlare chiaramente e serenamente con le figlie del marito riguardo alle reali condizioni di salute del loro padre. Con un grande sorriso senza aggiungere altre parole mi ringrazia, ci vediamo appena rientro dal mare vero Maria Grazia? Certamente.

Terza seduta

Stavolta l'atmosfera è tranquilla, il marito di Diana è sorridente e mi accoglie con un “avanti bella donna”! Grazie! Solo i gentiluomini sanno fare i complimenti penso tra me e me. Anche Diana sta meglio, il dolore al piede sinistro è diminuito e finalmente è potuta uscire per una passeggiata, delle pulizie della casa e della preparazione dei pasti si occupano due giovani collaboratori, le figlie del marito si sono invece dimostrate poco disponibili, temono che la malattia del padre comporti un peggioramento delle loro condizioni economiche. Ci vorrà pazienza, comunque le cose sono cambiate radicalmente rispetto a due settimane prima. Diana ha sostenuto in queste settimane un notevole sforzo

comunicativo e di azione, così decido di optare per la la tecnica dei tre fornelli la quale agisce sul campo mentale, su quello delle emozioni e, infine anche su quello della volontà creativa, si ricomprende tutta la persona. Abbino la tecnica dei tre fornelli con l'anello di giada, un trattamento che mette in comunicazione il secondo cervello, quello addominale dove si trovano ricordi, emozioni inesprese con la gola da dove parte la comunicazione con l'esterno, si traccia per tre volte un cerchio in modo da creare una circolarità tra questi due punti facilitando così nella cliente una comunicazione veritiera con sé stessa e con gli altri. Dopo la seduta Diana non mi dice nulla mi chiede di accompagnarla in giardino, mi regala una rosa rossa del roseto che suo zio vent'anni prima aveva piantato, aveva dimenticato la bellezza e il profumo dei fiori che solo l'azione pranica potevano ricordarle. Quale migliore condivisione poteva esserci?

Quarta seduta

Sono trascorse altre due settimane, i dolori di Diana sono aumentati, durante la sua permanenza al mare si è rivolta ad agopuntori, massofisioterapisti, operatori di craniosacrale che le hanno chiesto compensi elevati dietro promesse di veloce guarigione ed invece la situazione è peggiorata. Inoltre, per una decisione del tutto personale ha smesso di prendere il Probe, ha litigato con il medico curante anche perché non vuole vaccinarsi contro il Covid, mi chiede se sono d'accordo con la decisione di sospendere il farmaco. Per motivi deontologici l'operatore di pranopratica non consiglia farmaci, né tantomeno può pronunciarsi su qualsiasi terapia medica. La mia risposta non piace a Diana ma i rifiuti motivati difficilmente producono una reazione totalmente respingente in chi li riceve mi chiede di sostenerla energeticamente in vista della telefonata ad un medico specialista. Diana

in queste settimane di tentativi infruttuosi di combattere i dolori ossei ha accumulato molta rabbia e frustrazione, così appoggio le mani a pacchetto sulla zona del fegato che immagino di alleggerire attraverso la rotazione in senso antiorario prima e poi con l'invio di luce verde. Infine Diana mi chiede di rimanere durante la telefonata, da sola sarebbe sommersa dalla routine familiare, così rimango con le mani sulla sua testa e sulla cervicale praticando il trattamento della medulla. La telefonata, lunga e dai toni concitati tuttavia va a buon fine, Diana si convince a riprendere l'assunzione del Probe.

Quinta seduta

Siamo ormai alle soglie del Ferragosto e Diana si è organizzata con colf e badanti per poter partire in vacanza con il marito, ci rivedremo dopo le ferie. E' il giorno del plenilunio, Diana ama nuotare sia in mare che in piscina, così penso di eseguire il trattamento per armonizzarsi con l'energia lunare, poi tenendo le mani vicino ai piedi, dal trattamento dei quattro elementi prendo l'elemento acqua per favorire l'allontanamento dei dolori fisici ed emozionali come un grande bagno energetico. Lei contestualmente immagina di nuotare in mare aperto. Nella condivisione post-trattamento dichiara di sentirsi appagata.

Dopo le ferie estive Diana ha intrapreso un lungo ciclo di cure per il rachide al CTO, io non posso farle trattamenti in ospedale come a lei piacerebbe ma ci teniamo in costante contatto e quando avrà finito tonerò a casa sua per riprendere i trattamenti

Conclusioni

Concludo questo mio elaborato riprendendo lo smarrimento, la mancanza di senso, la solitudine delle persone che in quest'anno ho trattato. Giovani o anziane che fossero, ricche o povere, in cerca di lavoro o desiderose di andarsene in vacanza per dimenticare una quotidianità frustrante ho percepito in loro la mancanza di valori, di principi ai quali informare le loro azioni.

Contemplazione e azione nella mentalità comune sono due contrari, è una apparente opposizione¹ ma non può essere una incompatibilità assoluta. Chi invece considera la contemplazione e l'azione come complementari ha già una visione più evoluta. Se però vogliamo porre la questione della superiorità gerarchica tra le due dobbiamo prima chiederci se esiste ancora una tradizione di valori che non abbia subito l'attacco del relativismo, l'immutabilità è superiore al mutamento ed è questo che manca alla società contemporanea.

Seguendo il sentiero della mia vocazione esistenziale ho conosciuto l'Associazione Alaro la quale, oltre che un ente di formazione è un hub, una Comunità nella quale Docenti e compagni di corso e tutte le persone che condividono con me il palcoscenico della vita occupano un posto come in una grande mensa, un coro, un'orchestra o una compagnia di ballo nei quali tutti concorriamo a realizzare un mosaico di bellezza.

E' notte, la pioggia di novembre cade costante da almeno due ore, non so se preferisco riaddormentarmi o continuare ad ascoltarla, mi ritorna alla mente una vecchia canzone di Curly Simon "Coming around again". Il giorno dopo vado a cercare la traduzione, parla del ritorno della speranza dopo un lungo periodo di delusioni e di attese. Informo questo mio lavoro con la speranza, nel presente e nel futuro. A presto!

¹ René Guénon La crisi del mondo moderno, Edizioni Mediterranee 1972