

## Perplexità sugli attuali concetti di "Salute e Benessere"

Author : Alessia R. Terrusi

Date : 17 maggio 2015



In questi giorni, a Lucca, c'è stata la Fiera Salute e Benessere.

Ovvero tre giorni dedicati al tai chi chuan, allo shiatsu, allo yoga, al tantsu, all'omeopatia, alla naturopatia, all'agopuntura, alla digitopressione jiin shin do, al qi gong, al metodo Feldenkrais nonché allo stinasti in stazione con doppio scappellamento a destra.

E poi spezie bio, birre artigianali bio, farina bio, pasta bio, frutta bio e poi magari basta, porco bio.

E ancora, i massaggi: massaggi anticellulite, bioemozionali, linfodrenanti, dermotonici, apericene, mokaccini e altri membri del club della crasi.

Insomma tutto ciò che contribuisce, cito dal volantino, "al benessere nella sua accezione più ampia". Sarà poco signorile e non olistico ayurvedico della sacra medicina indiana, però devo ammettere che la tentazione di rispondere parafrasando Mario Brega (MA BENESSERE DE CHEEEEEEE?) ce l'ho avuta.

E questo senza nulla togliere alla Fiera in sé o all'utilità, cito ancora, "di allargare gli orizzonti della nostra consapevolezza". Né giudicando – nel senso deterioro del termine – chi si affida ai rimedi naturali. L'unico nesso che mi sfugge, però, è in che modo la coltivazione di semini di lino, pappa reale, alghe, grano e – nell'infausto caso che uno non abbia un orticello bioequilibrato che gli avanzi – lo sbattimento di andarli a reperire nei negozi appositi contribuiscono al benessere dell'organismo.

Forse al benessere di chi li vende, che con un paio d'etti di semini ci si rifà casa in alabastro con piscina e schiavetto indocinese a sventolarlo. Così si spiegherebbe l'accezione più ampia del suddetto benessere, in effetti.

O in che modo farsi camminare sul corpo possa essere terapeutico. Voglio dire, se io avessi un torcicollo da paura e qualcuno si azzardasse a mettermi anche solo un alluce unto addosso, probabilmente avrei una reazione da Hulk paralitico comprensiva di insulti fino alla prima progenitrice della stirpe dei massaggiatori digitopressori di stogranqaatso.

O ancora, per quale motivo dovrei farmi appoggiare dei sacchetti bollenti e contenenti pepe, curcuma e altre spezie sulla schiena? E che so', 'no spaghetti da condi'? 'na rosticciana umana? Un contorno flambé? Ah,

quanto sei vecchia Alessia, ora il benessere reale è quello che congiunge corpo e mente, che apre i chakra e ispira il karma, che scioglie le tossine e libera lo spirito, che unge ma non stinge, nutre ma non appesantisce, che purifica, che tonifica, che fa respirare i pori e annienta le energie negative.

Probabilmente è vero, e sarò pure parte di una generazione di vegliardi venali, ma se dovete passare una giornata all'insegna della salute e del benessere, annatevi al mare colla borsa termica piena di cocomero e panini.

#ayurvedastaisereno.

Alessia Terrusi