

# LA SCELTA DI UNA VITA OLISTICA

Intervista a Elena Ferrero, farmacista olistica



di **Alessandro Fornaro**,  
giornalista e farmacista

*Ode*

*Per essere grande, sii intero: non esagerare  
E non escludere niente di te.  
Sii tutto in ogni cosa. Metti tanto quanto sei  
Nel minimo che fai,  
Come la luna in ogni lago tutta  
Risplende, perché in alto vive.*

*Fernando Pessoa*

**S**i sente sempre più parlare di approccio olistico alla salute. La farmacia guarda queste pratiche con curiosità, ma non ha ancora assunto una posizione chiara a favore o contraria ad un approccio che, talvolta, ci sembra troppo "astratto".

Ogni qualvolta nei gruppi social frequentati dai farmacisti compaiono discussioni attorno a questi temi, si scatenano reazioni in ogni direzione e le discussioni non mancano. I social, si sarà solo divisivi. Ma la questione emerita di essere presa in seria considerazione, anche perchè il futuro della farmacia passa anche per un approccio

quanto più omogeneo rispetto alle pratiche olistiche: le rifiutiamo o le accogliamo e ce ne facciamo promotori?

È presto per rispondere in maniera univoca, ma è bene iniziare a pensarci. Lo abbiamo fatto assieme ad Elena Ferrero farmacista e, al tempo stesso, operatrice olistica.

**Elena, prima di entrare nel merito delle pratiche olistiche, raccontaci la tua esperienza formativa.**

Nasco con una laurea in Chimica e tecnologia farmaceutiche, il mio passato e il mio presente

da farmacista mi porta ad approfondire il lato umano delle patologie e mi ha condotta ad approdare ad una scuola quadriennale di omeopatia che mi ha cambiato la vita e la visione fino ad arrivare al conseguimento di una certificazione internazionale in omeopatia unicista alla Faculty of Homeopathy di Londra.

Da lì un crescendo, un turbine di curiosità che dilaga incessantemente e mi porta ad affrontare corsi di specializzazione di aromaterapia, floriterapia, programmazione neurolinguistica e in ultimo il perfezionamento e la certificazione come operatrice olistica in naturopatia. Da qui a qualche anno chissà... Sicuramente non finirà qui la mia formazione, il mio interesse per il naturale mi guiderà a scoprire altri mondi!

### **Molte volte sentiamo parlare di approccio olistico e della sua visione ma non riusciamo a comprendere la totalità di questi termini. Di cosa si tratta?**

"Partiamo dalla sua etimologia: "olos" in greco significa "tutto", "globale" ed è un'ideologia secondo la quale le singole parti che compongono non possono essere spiegate individualmente ma devono essere inquadrare, appunto, nel "tutto" di appartenenza.

Un esempio di struttura olistica è proprio l'essere umano.

L'uomo non va considerato come una macchina in cui l'assemblaggio dei singoli organi porta al totale, ma è un indivisibile in cui la somma delle parti è più grande dell'intero stesso.

Quindi, è facile capire come il nostro sistema Uomo sia una meravigliosa macchina complessa costituita da mente, corpo, spirito che evolvono ed interagiscono in continuazione con l'ecosistema in cui vivono al fine di ritrovare l'equilibrio dell'energia vitale.

Diventa facile capire come l'idea di benessere prenda una connotazione differente ed innovativa; non è più soltanto l'assenza di malattia ma l'equilibrio di fattori fisici, psichici, sociali e ambientali che ruotano intorno al pianeta Uomo".

### **Chi è allora l'operatore olistico? Può esserlo il farmacista?**

L'operatore olistico è un ricercatore in primis. È colui che indirizza verso l'armonia psicofisica tramite l'utilizzo di tecniche naturali, energetiche, spirituali e culturali.

L'operatore olistico aiuta a ritrovare la consapevolezza di sé, è un professionista che, attraverso un percorso personale di ricerca, di studio, di sperimentazione, ha inserito nel proprio lavoro e nella propria quotidianità il concetto di trasformazione. "Trasformazione" perché si inizia ad approcciare alla persona in maniera differente e globale con lo scopo di arrivare ad una qualità di vita più alta anche grazie alla riequilibrio dell'energia vitale; assume, quindi, un ruolo importante l'educazione ad uno stile di vita sano ed energeticamente puro nonché rispettoso dell'ambiente. Per avvicinarsi alle cosiddette pratiche olistiche è importante ribadire il concetto che il corpo cerca di mantenere costantemente il suo stato di salute mantenendo in equilibrio l'energia vitale che alberga in ognuno di noi e nel momento in cui viene sviluppata una patologia quest'ultima è da considerarsi come un messaggio del corpo che vuol dirci che qualcosa deve essere fatto. È corretto sottolineare che l'operatore olistico non è un medico, pertanto non fa diagnosi, non prescrive medicine tradizionali quindi non si pone in conflitto con la medicina allopatrica, anzi collabora con gli altri specialisti della salute al fine di favorire il benessere della persona. Cerchiamo di lasciarci alle spalle i luoghi comuni che ci perseguitano tutti i giorni. L'operatore olistico non si riduce a parlare in maniera vaga di medicine omeopatiche o fitoterapiche né tantomeno ad indicarci di praticare yoga in un bosco dall'oggi al domani: a seconda del percorso di studi e delle certificazioni raggiunte l'operatore ci potrà aiutare attraverso l'omeopatia, la floriterapia, la fitoterapia, l'aromaterapia e le altre tecniche quali la riflessologia plantare, palmare e la cristalloterapia. Detto questo, Alessandro, la risposta alla tua seconda domanda viene da sé.

