

## ...e questo siamo noi

Ci sono palestre dove si fanno muscoli alle macchine. E magari sono anche buone palestre, ben organizzate e funzionali. Tanta tecnologia, informatizzazione, e musica buona e gente bella. Poi ci sono altre palestre che, frequentando le cose del corpo, ne impattano tanti altri aspetti. Impattano il rapporto con il corpo, le ideologie sotterse, volersi bene, prendersi cura, il piacere e l'equilibrio. Impattano il rapporto con il corpo, le ideologie sovratte, il salutismo, lo stare bene, il corretto stile di vita. Ancora una volta nel segno del piacere e dell'equilibrio. Impattano dunque una riflessione sul corretto stile di vita, una riflessione ecologica sul nostro benessere. Poi ci sono altre palestre, dicevamo. E come queste altre palestre abbiamo provato ad essere noi. Abbiamo riflettuto di benessere del corpo, di corpo e di benessere. E riflettendo abbiamo impattato tanti altri aspetti ancora, perché siamo una sola cellula. E riflettere il corpo non può essere una variabile indipendente da 'chi' sta riflettendo, e da 'quale giornata' e 'da quale vita' viene. Siamo una sola cellula nel bene e siamo una sola cellula nel male. E quando non siamo felici, quando non c'è equilibrio, quando abbiamo umori sballati, mangiamo male, mangiamo troppo, ed il corpo non ha voglia, il corpo non sta bene, il corpo non s'impegna. E così l'umore ci cambia le giornate e la vita, e le giornate e la vita ci cambiano, ci peggiorano il corpo.

È tutt'uno: ecologia del benessere e corretto stile di vita, tono dell'umore, rapporto con il cibo, esercizio fisico.

Riflettendo ed 'impattando', siamo finiti dunque dentro le nostre parole-chiave e dentro le nostre idee-guida.

Siamo finiti dentro un Discorso che aveva un senso solo se condiviso. Siamo finiti dentro un'urgenza di condivisione, di incontro, di ascolto e di scambio.

E così, da Alexa è nata Informa, per 'informare' circa il nostro essere 'in-forma', il nostro modo di pensare l'essere in forma.

È nata la rivista Informa per comunicare, condividere il nostro discorso sul corpo e sulla forma fisica. È nata Informa per promuovere una più generale ecologia del benessere ed un corretto stile di vita, tra tono dell'umore, rapporto con il cibo ed esercizio fisico. Con una impostazione del genere, era inevitabile che si incontrassero i temi della salute, tra curare e prendersi cura. E così Informa comincia a parlare di tutto questo, con una bella Rivista e con tanti Convegni, 'incontrando', su tutto questo, tanti dottori, tecnici e professionisti. Ci siamo 'incontrati' sulla condivisione, sulle idee e le passioni comuni.

Abbiamo capito che il nostro discorso era anche un target. Incontravamo i portatori di un sapere che era nel nostro target: la curiosità, la militanza, l'apertura su altre cose, su cose nuove.

Ci siamo incontrati spesso lungo il confine delle frontiere multidisciplinari, condividendo, dicevamo, una militanza, oltre l'autorità ed il potere del sapere, oltre il business. Ci siamo incontrati nella comune militanza per un sapere al servizio, per stare assieme, per divulgare, per divulgare assieme. E questo siamo noi.

Questa è la nostra storia, tra tante parole-chiave e tante idee-guida, dal corpo all'esercizio fisico, dall'esercizio fisico all'ecologia del benessere ed al corretto stile di vita. Questa è la nostra storia, da in-forma ad Informa, dalla palestra alla Rivista ed ai Convegni. È la nostra storia, dalla tecnica al sapere, dal sapere al 'sapere al servizio', idea-guida condivisa con tanti dottori e professionisti che parlano, pensano e vivono solo e sempre 'sapere al servizio'.

## Da Alexa a Informa, tra Ecologia del Benessere e sapere al servizio

Abbiamo 'viaggiato', e dall'ecologia del benessere -benessere del corpo della testa e dell'anima-, siamo arrivati fino al 'sapere al servizio', l'ultima delle nostre espressioni-chiave, l'ultima delle nostre idee-guida. Abbiamo viaggiato, ma non abbiamo lasciato mai niente: abbiamo cercato sempre e solo di aggiungere, in una suggestione sempre più 'integrata'.

Ci piace tenere sempre assieme quante più cose, anche in uno stesso luogo, proprio come metafora dell'integrazione di tutte le esperienze: come a dire 'vedete, questi siamo noi, nel bene e nel male, questi siamo noi. Vogliamo rappresentare un target chiaro e individuabile: così, chi ci somiglia, può facilmente vederci, può facilmente incontrarci. Vogliamo rappresentare un target inequivocabile, che racconti in modo onesto sia tutte le cose reali e concrete già fatte, sia quelle ancora da fare, tutte le nostre fantasie, i nostri desideri ed i nostri sogni.

[www.alexasa.it](http://www.alexasa.it)

