

Un'esistenza  
tra cielo e terraDalla laurea in giurisprudenza alla dietologia olistica  
Due studi medici e tanti riconoscimenti

PERUGIA - Emma Vitiani è laureata in giurisprudenza e in dietistica. Abbandonato lo studio legale paterno, si è dedicata alla dietologia. Come dietista ha fondato a Perugia uno studio di rieducazione alimentare, un altro è a Foligno, per curare con la sola corretta alimentazione problemi di salute, di peso e di comportamento alimentare. La strategia del suo metodo, ritenuto tra i più all'avanguardia, si basa su tre punti chiave: la dietetica olistica innovativa, l'esclusione dei cibi intollerati e il pensiero positivo creativo. Scrive articoli, tiene conferenze e seminari di dietetica, di tematiche olistiche e spirituali. Tra i suoi studi preferiti il rapporto tra psiche e malattia e

tra dieta e cancro. Nel 2004 pubblica il libro "La dieta olistica", Mir edizioni, Firenze. Quest'anno verranno pubblicati altri suoi due libri, uno sulla dietetica innovativa e l'altro sul pensiero creativo. Nel 2009 ha avuto due riconoscimenti importanti: la Comunità europea le ha concesso il "Marchio europeo della creatività" per i suoi studi sul pensiero creativo e ha partecipato al Premio nazionale Itwin "Il genio delle donne", nel quale è stata scelta tra le 60 donne più innovative d'Italia, come candidata innovatrice nel campo della nutrizione, dell'educazione e della salute. Nel sito [www.vitiani.it](http://www.vitiani.it) il dettaglio di tutta la sua attività di dietista olistica.



La dottoressa Vitiani è molto apprezzata nel suo lavoro

La storia di una donna straordinaria che ha trasformato il lutto  
La vita oltre la vita, a

Daniela Millucci

PERUGIA - Una breve preghiera, un attimo di concentrazione e si mette a scrivere. Batte veloce sui tasti del computer e bianco su nero si materializza il dialogo con l'aldilà. Un dono straordinario per lei. Qualcosa che la Chiesa guarda con sospetto, che fa sorridere alcuni, che lascia scettici altri. Che toglie il fiato a chi assiste. Lei è Emma Vitiani, una donna solare e sorridente che neppure il dolore più grande è riuscito a piegare.

## Come si arriva a comunicare con chi non c'è più?

"Il mio è stato un cammino lungo. Ho avuto un'infanzia felice, dei genitori che si amavano e che ci hanno tanto amati. Fin da piccola ho sentito il bisogno di proiettarmi verso l'altro. A dieci anni facevo già parte degli scout e durante il liceo classico mi piaceva d'essere di aiuto agli altri, così andavo al centro di Trevi a far compagnia ai ragazzi spastici. Poi mi sono sposata e ho avuto due figli a distanza di tre anni uno dall'altro, il terzo è arrivato



Nello studio di Perugia

Una voce dentro  
mi ha detto:  
"Mamma scrivi"

dieci anni dopo. La mia vita si è divisa tra famiglia e professione. Essere avvocato non mi piaceva, il lavoro non era creativo, non potevo mettere niente di me stessa. Fin da piccola avevo problemi di obesità, quindi ho lasciato lo studio di mio padre e mi sono interessata di dietetica. La mia metodologia dietetica è olistica nel senso che valuta l'uomo nel suo insieme: psiche, corpo e spirito. Con il mio lavoro di dietista olistica ho espresso la mia creatività, la spiritualità, la capacità di stare con gli altri".

## Poi la tragedia

"Nel 1998 la morte di mio figlio Alessandro, aveva quasi 16 anni. E' stato travolto da un'auto che andava contramano".

## Lei dice di aver trasformato il lutto in spiritualità, la rabbia in amore. Come?

"Con il perdono. Ho subito realizzato che la morte di nostro figlio ha di certo segnato la vita di que-

sta persona che aveva causato l'incidente e che un attimo di distrazione in macchina l'abbiamo tutti. La mia volontà è stata di perdonarlo e di insegnare questo perdono alla mia famiglia: a mio figlio Tommaso che aveva 14 anni, a mio marito, il terzo figlio aveva solo tre anni. Nel perdonare questa persona, nel comprendere che anche per lui la morte di mio figlio è stata una tragedia, è avvenuta la mia espansione verso l'altro. Con lui ho perdonato me stessa".

## Quando ha capito che poteva dialogare con il cielo?

"C'è una frase che dico sempre: 'l'amore è eterno come la vita stessa'. La certezza che con la morte

scompare solo l'involucro esterno l'ho avuta il giorno stesso in cui è morto mio figlio. Purtroppo mio marito era fuori, trovarmi al pronto soccorso sola, con un figlio morto, senza avergli potuto dare un saluto, senza aver sentito le sue ultime parole mi ha dato la sensazione che non tutto di lui se n'era andato, l'amore che noi gli avevamo dato e che lui aveva dato a noi era

eterno. In quel momento ho avuto come una sensazione di luce e di profumo. Ho passato quelle ore a parlare a mio figlio, a cantare per lui, l'ho pettinato, l'ho profumato. Ho capito che in quel momento più che lasciarmi andare al dolore dovevo approfittare per esternare l'amore finché potevo, in qualunque modo. Al funerale ho letto una poesia per lui, bellissima, con dentro tutto l'amore possibile. Ho capito che non dovevo essere disperata perché una parte di mio figlio era con noi per sempre. Sicuramente questa mia lucidità ha sorpreso tanto gli altri. Io non sono stata una mamma che ha strepitato, che si è strappata i capelli. Da allora a oggi ho cercato di elevare memoria di nostro figlio con concerti per lui, con poesie e frasi d'amore scritte per lui e con le sue foto che tenevo a casa e in studio. Credo, infatti, che nell'oblio e nel silenzio si muoia due volte".

## Quando si è concretizzato l'interesse per il soprannaturale?

"Se avevo avuto queste sensazioni di sopravvivenza appena lui era morto qualche cosa doveva esserci. Quindi non ho fatto altro che cominciare ad ascoltare mio figlio dentro di me. A sentirlo come se fosse ancora vivo, come se una parte di lui fosse ancora con me. Finché un giorno, erano passati 4-5 mesi dalla sua morte, ho sentito una voce dentro di me che mi diceva 'mamma scrivi'".

## Ha avuto paura?

"No. Già mio padre, quando ero adolescente, si interessava di parapsicologia e scrittura medianica. Era un avvocato, un uomo colto, pieno di interessi, affascinato dalla dimensione ultraterrena. Con un padre come lui vicino e una madre che ha una fede grandissima sulla sopravvivenza dello spirito dopo la morte, credere in questo contatto con l'aldilà non è stato poi così difficile. Così ho cominciato a comunicare con lui attraverso una scrittura indotta da una voce interiore".

## Che vuol dire?

"Io sono consapevole di quello che faccio, scrivo con la mia calligrafia ma di argomenti profondi, spirituali, elevati e con velocità impressionante. Sono capace, come lo ero allora, di scrivere pagine e pagine nello spazio di venti minuti".

## Quando ha pensato di condividere questa sua capacità con altri?

"La certezza che mio figlio, e come lui le persone che passano nel mondo dello spirito, sono vive e hanno la capacità se vogliono di comunicare con noi, ha dato alla mia vita un'impronta spirituale fortissima. Così ho scelto di essere d'aiuto alla sofferenza degli altri, spiegando alle mamme nelle mie condizioni e alle persone che hanno perso una persona cara che i nostri cari che sono nel mondo dello spirito ci sono accanto e che fra il nostro mondo terreno e l'aldilà c'è solo un diaframma invisibile che ci divide".

## Gli altri come reagiscono

"Non è mia intenzione convincere alcuno, credere che lo spirito dei nostri cari ci è vicino fa parte di un percorso spirituale che non deve essere per tutti lo stesso. Penso che anche mio marito ancora è scettico e vive con me da 30 anni! La mia è un'esperienza di vita. E' un modo di dare ad altri la possibilità di leggersi dentro e di non lasciarsi andare alla sola materia-



lità delle cose. Non perché i nostri cari non sono più visibili vuol dire che non ci sono più. E' vero, noi siamo legati alla fisicità. A me manca poter abbracciare mio figlio, vederlo crescere, mi è mancato poter vedere l'esperienza del suo primo amore, la prima barba, la scelta dell'università, il lavoro. Ma la serenità di averlo vicino spiritualmente mi ha permesso di condurre una vita di grande equilibrio. Il mio terzo figlio, oggi in terza media, alle elementari è stato definito dalle insegnanti tra i più allegri e più sereni della scuola. Vuol dire che grazie alla forza di mio marito e al dono che ho avuto, la nostra famiglia ha potuto vivere in amore e in equilibrio, a differenza di altre che sono distrutte da una morte".

## Cosa ci resta della persona

## che non c'è più

"Il vissuto che abbiamo avuto con lei, l'anima, l'amore".

## Come è arrivata a scrivere?

"Ho avuto l'umiltà di farmi aiutare, mi sono rifatta a diverse medium sia in Italia che in Inghilterra. Ho cominciato a partecipare a convegni e seminari di studio. Questo mi ha permesso di alzare le percezioni psichiche con i terreni, mi è stata insegnata la psicomedia, che è la capacità di sentire attraverso gli oggetti. E soprattutto ho affinato la capacità di percepire il mondo dello spirito".

## Tutti possono mettersi in contatto con l'aldilà?

"Questa capacità che mi è stata data non è eccezionale. In realtà ognuno può avvicinarsi a queste tematiche. Le mamme sicuramente sono un veicolo più facile.

L'amore materno è quello più profondo, più grande, più viscerale e dunque per una donna che ha perso un figlio è sicuramente più semplice collegarsi con il mondo dello spirito. Ma questo non esclude che molti altri lo possano fare. Basta credere che ci sia quella che mi piace chiamare "la vita oltre la vita" e non avere timore di abbandonarsi al mondo dello spirito. L'unico impedimento a comunicare con loro sono un'eccessiva razionalità e la paura che possa accadere qualcosa".

Come si fa a verificare se ciò che sentiamo è frutto della nostra immaginazione, del nostro inconscio, del nostro pensiero o è qualcosa che ha davvero a che fare con il mondo dello spirito?

"Nel rileggere ciò che scriviamo.