

ph. Massimo Gabbari

DUE DOTTORI, UNA SOLA PERFORMANCE

TUTTO SULL'IMPRESA
DEL DR. **GIORGIO MARTINI**, IN COPPIA
CON IL DR. **LORENZO DE IORIO**

Di ogni evento – con quasi sorprendente regolarità – esistono due punti di vista, strettamente legati tra loro: quello tecnico e quello emozionale. Il dottor Giorgio Martini – noto farmacista di Cembra, sportivo e plurilaureato – ci ha abituati ad assistere, nel tempo, alle sue diversificate tipologie di performance, siano esse relative allo studio o all'attività fisica estrema. E pensavamo di averle ormai viste tutte; invece ci sbagliavamo, in quanto Martini è riuscito a stupire ancora una volta. E in una data classica da festeggiamento – un **31 dicembre terso ed assoluto** – è riuscito a dar prova della sua determinazione fisica e mentale. Insieme al dr. Lorenzo De Iorio ha realizzato un importante obiettivo, che si è tradotto in una performance coinvolgente ed intensa. Ma cosa è successo esattamente? Ecco quanto spiega lo stesso Martini: “Il giorno 31 dicembre 2021 presso il **Lago Santo di Cembra**, si è tenuta una interessante sperimentazione in ambito psicologico in una situazione di ipotermia in acqua gelida. Alle 13 De Iorio e Martini si sono immersi vestiti con il solo costume da bagno nelle acque del Lago Santo ad una temperatura di 2 °C. Entrambi, prima di entrare in acqua si sono praticati reciprocamente una induzione ipnotica, con tecnica di ancoraggio appresa durante il corso che hanno frequentato presso il CIIS (Centro Italiano Ipnosi Sperimentale e Clinica) di Torino. In fase di trance hanno raffigurato una vasca di acqua calda, nella quale sarebbero entrati provando una sensazione di caldo intenso. Poco prima dell'immersione hanno eseguito delle tecniche di respirazione profonda secondo il metodo di Wim Hof, poi sono stati assicurati con una imbragatura collegata ad una sagola di soccorso a cura dei VVF di Lavis e di Cembra. Uno dopo l'altro sono entrati nello spazio ricavato dal taglio del ghiaccio di circa 1 metro per tre. Sono rimasti molto concentrati senza muoversi per alcuni minuti, dopodiché hanno praticato alcune bracciate e sono usciti senza accusare minimamente la sensazione di freddo estremo. Il Dott. Villotti, medico che garantisce l'assistenza in caso di incidenti, è rimasto molto colpito dalla tranquillità di come hanno risposto alle domande dei giornalisti e dei cameraman delle emittenti locali. Ciò sta a significare la potenza della mente sul corpo tramite l'ipnosi che riesce a condizionare le sensazioni di gelo e pertanto può riuscire a controllare stati di ansia e stress o di disagio psichico come quelli prodotti ad esempio dalla attuale pandemia.” Insomma un'esperienza tanto estrema quanto coinvolgente, a dispetto delle temperature e delle condizioni climatiche. E che dire in chiusura? Alla prossima, dottor Martini! (Tiziana Tomasini)

