

**U**na domenica pomeriggio al fresco, dove è già montagna ma ancora campagna, mentre

giù, a Bobbio (Piacenza), si sente il caldo dell'estate che sta per finire. È la sua unica giornata di riposo nel mese, un mese intensissimo come tutti gli altri, ma Piero Mozzi ha la gentilezza di trascorrere un paio d'ore con noi, parlando di sé e della sua visione del mondo. E della dieta legata al gruppo sanguigno, che l'ha reso personaggio celebre tra chi ne ha tratto giovamento, e dottore controverso, se non demonizzato, nel mondo medico ufficiale.

“Un giorno viene a trovarmi qui alle **Mogliazze** un amico, aveva una figlia andata giù di testa. Mi fa, mostrandomi dei semi: Piero, conosci questa pianta? Erano semi di datura. Si vede che gliene sono caduti un po' mentre eravamo nell'orto e, l'anno dopo, hanno cominciato a crescere, queste piantine, che sono veramente belle, perché fanno una campanula bianca, lunga che poi s'allarga. È andata avanti un po' di anni poi è sparita. Come mai, dove sarà andata a finire, mi chiedevo, la datura? Quest'anno abbiamo messo a cultura un pezzo d'orto lasciato andare per un po' di anni e come d'incanto sono spuntate un'infinità di piantine di datura. Dunque, questo seme è rimasto lì nella terra un sacco d'anni, sei o sette anni come minimo, poi improvvisamente è saltato fuori. La natura ha dei tempi, ha dei ritmi. L'uomo ha i suoi tempi, e pensa che i suoi tempi debbano avere la prevalenza rispetto ai tempi della natura. Poi prima o poi però la natura presenta il conto”.

Nei discorsi di Piero Mozzi la natura è sempre presente, maestra di vita generosa ma esigente. Guai ad andarle contro. Ed è quello che sta facendo l'Occidente, e non solo. Per questo non c'è un bel futuro, specie quando sentiamo il dottor Mozzi profetizzare che “le malattie avranno il sopravvento, e l'Occidente andrà in crisi nera”: con il diabete - solo per dirne una - che “tra un po' arriva al dieci per cento, ed è una malattia la cui predisposizione si stampa nel dna”, come pure l'ipertensione, le malattie cardiocircolatorie.

Eppure alla fine della conversazione si può arrivare alla conclusione opposta. Il futuro può essere un bel futuro, e la ragione è - ascoltando bene il dottor Mozzi - che abbiamo tutte le conoscenze e gli strumenti per costruirlo bene. Sta a noi farlo.

65 anni, barba bianca e folta, occhialini, fisico asciutto, gruppo zero negativo, padre di Martino ed Ester, avuti con Velia ex insegnante,, il medico che non ha mai indossato il camice, mai prescritto un'analisi, un antibiotico, il dottore che insegna a curarci da soli, vive con la famiglia alle

Mogliazze, un borgo composto da un pugno di case in pietra sulle pendici dell'Appennino, otto chilometri sopra il comune di Bobbio. Ci venne nel 1974, nel 1978 fondò la cooperativa Le Mogliazze, dal nome, appunto, del borgo.

Nel corso del tempo la maggior parte delle case e dei terreni circostanti è stato acquistato dalla cooperativa. Il villaggio è stato pian piano restaurato e i terreni intorno recuperati. Arrivarci, non è una passeggiata. Una stradina stretta, ripida e mal messa la collega a Bobbio, un bel paese di una parte dell'Emilia da scoprire per la sua bellezza e l'eleganza ben tenuta dei suoi antichi borghi.

Quando si parla di dieta, inevitabile pensare a metodi per perdere peso, con prescrizioni, rinunce e privazioni. Chi si rivolge a Mozzi e [segue i suoi consigli](#), sa che è un modo per vivere "in ascolto" del proprio corpo. "Se ci ascoltassimo di più, se impiegassimo più tempo a capire i segnali del corpo e ad agire di conseguenza, si potrebbero evitare le pandemie di malattie croniche che stanno affliggendo il mondo occidentale".

Mozzi non si stanca di spiegare che "non ci sono cibi da evitare tout court e cibi che vanno bene per tutti. Dipende dal proprio DNA, ovvero dal proprio gruppo sanguigno".

Molti lo conoscono perché lo seguono su Telecolor, una tv di Cremona (molte trasmissioni sono visibili su youtube). Molti l'hanno interpellato via internet, in diversi cercano di incontrarlo di persona o di ascoltarlo nelle conferenze che tiene o ai mercatini biologici con marmellate, ortaggi, estratti di erbe, salsa di pomodoro e dado vegetale prodotti dalla cooperativa. È un guru? È un guaritore? Nessuna di queste sbrigative definizioni s'attaglia a un personaggio che non cerca la facile popolarità, ha la schiettezza e la concretezza del contadino, e combatte per le sue idee, con l'incredula rabbia di chi si vede ostracizzato (dall'establishment) invece che apprezzato e seguito.



Il succo della dieta legata al gruppo sanguigno? Si basa sul fatto che i globuli rossi di ogni gruppo (0/A/B/AB) hanno sulla superficie tipi e quantità diverse di antigeni che interagiscono con il sistema immunitario e reagiscono in modo diverso agli alimenti. “Il cibo – spiega Mozzi – può avere effetti positivi o negativi sul sistema immunitario, quello che mangiamo può farci ammalare o star bene. La scelta è nostra. Io mi baso soprattutto sull’esperienza e l’osservazione». La dieta del gruppo sanguigno, per stessa ammissione del dottor Mozzi non è riconosciuta da studi scientifici.

Leggiamo [cosa rispose in proposito al giornalista Stefano Lorenzetto](#), un brano che riassume felicemente il pensiero mozziano:

Il soggetto di gruppo zero che caratteristiche presenta?

*Sistema immunitario reattivo. S’ammala in tempi rapidi e altrettanto velocemente guarisce. Vietati cereali, salumi, melanzane, minestrone, patate, caffè, polpo, seppia, latte, yogurt e formaggi, a eccezione di quelli caprini e della mozzarella. Sconsigliata la frutta: lo manda in depressione. Con carne rossa e salmone crudo scaccia ogni malanno.*

Quello di gruppo A?

*Sistema immunitario poco robusto. Se mangia carne rossa si fa del male. Deve evitare latticini grassi e stagionati, cereali, pomodori, patate, peperoni. Raccomandati trota, merluzzo, salmone, tonno e sgombro, anche in scatola, checché se ne dica.*

Quello del gruppo B?

*Sistema immunitario robusto, esposto però a malattie del sangue e autoimmuni. Vietati cereali, pollo, crostacei, pomodori e zucca. Se mangia kebab senza pane, campa cent’anni. L’antica Roma*

*sottomise il mondo perché si nutriva di agnello allo spiedo. Perse l'impero quando cominciò a coltivare i cereali.*

Quello del gruppo AB?

*Se si ammala, ci mette un'eternità a guarire. Per fortuna si ammala poco. Ma se non gli concedi orari umani, week-end liberi e ferie, lo uccidi. Deve astenersi da burro, formaggi, carni rosse. Mangiando agnello, sta benone. La carne ovina è consigliata a tutti, tranne che al gruppo A. Infatti sono pecore e montoni ad aver fatto progredire l'umanità, fornendogli cibo per nutrirsi e lana per coprirsi. L'Occidente sta affondando sotto il peso della sindrome metabolica: peso, pressione, colesterolo, trigliceridi e glicemia. L'islam invece continua a cibarsi di carni ovine e dilaga".*

Ci vogliono un bel fegato e un solido convincimento, nella regione del parmigiano e del prosciutto e nel paese della pastasciutta e della pizza, a mettere al bando latte e grano. Mozzi ha tutt'e due. Ma la nostra intervista comincia da un dato che sembra contraddire lo scenario fosco di una società dalla salute in disfacimento: l'allungamento della vita media.

"Sono palle. Prima di tutto, dipende dall'abbattimento della mortalità infantile. La natura ha nelle sue leggi quella della selezione della specie, la più importante. Prima ne mettevano al mondo otto dieci, di figli, anche 15, mi sono capitate persone con 15-16 fratelli, ne morivano 3 o 4, rimanevano gli altri forti e robusti.

Poi provvedeva la guerra, con le conseguenti carestie, epidemie - la cosiddetta spagnola dopo la I guerra mondiale ne fece morire più della guerra stessa - per cui ci sono stati sempre alti e bassi. Ma quanto può campare un uomo? È scritto nel suo dna, come è scritto nel dna di una quercia, di un platano, di un frassino, di un pino, di un abete".

In ogni caso, è un fatto che si vive più a lungo.

La Englaro, l'ha allungata di 17 anni, l'età media, Welby di 29 anni. E allora?

In certi paesini del sud si contano diversi centenari...

È gente che cento anni fa ha tirato la cinghia dieci volte, non una, dieci volte, quelli sono il frutto della selezione di cui dicevo prima. E poi hanno attraversato due guerre. Han tirato la cinghia, eccome. Sono vissuti in Calabria dove la cinghia la si tirava ancora di più che non in Emilia. Che vadano a interrogarli a fondo, cosa facevano e cosa mangiavano.

Ma poi, che cosa se ne fa se uno, se arriva a cent'anni? Non è importante se uno arriva a cent'anni, la vita è importante se uno guarda dietro e c'è tutta la vita nuova che cresce. Faccia conto di avere un bell'allevamento di pecore o di mucche. Come sono contento. Le mie mucche

arrivano ad avere 30 40 anni però non nascono più vitelli; però sono contento perché campano a lungo; però non fanno più latte; però non li posso neppure più usare per trainare un carro o l'aratro. Come la mettiamo? Pensa che vada avanti molto il suo allevamento? Per giunta deve spendere barcate di soldi con i veterinari, per tenerli in vita. È un fatto positivo, per il suo allevamento? Non direi.

Non crede che la longevità sia un carattere del mondo d'oggi?

L'umanità ha sempre vissuto a lungo. Qui a Bobbio c'è l'abbazia di San Colombano. Visse quasi novant'anni, nel Medio Evo, attraversando l'Europa di quei tempi da una parte all'altra.

Viviamo così a lungo, oggi, perché sono settant'anni che non c'è una guerra. Ma ci sono tutte le altre che non sono meno terribili. Guerre economiche, guerre in altre parti che siamo noi a giocarle, siamo lì, per conto terzi.

Ha mai fatto il medico tradizionale, come tutti gli altri medici?

Mai, per l'amor del cielo.

La laurea?

All'università di Parma. Ho fatto un anno a Milano, ma son tornato indietro preferendo fare gli esami più difficili ma vivere decentemente a Parma, che vivere da cane a Milano e fare gli esami più facili.

Specializzazione?

Nessuna, assolutamente.

Sono arrivato qui (alle Mogliazze) prima della laurea. Ero al quarto anno, nel 1974. Ho fatto *qui* la specializzazione.

Quando, come ha capito la connessione tra alimentazione e patologie?

Sulle mie spalle, su di me, a cominciare dalle tonsilliti scatenate dalle fragole e dalle bronchiti provocate dai fichi. Mangiavo certe cose e mi veniva la colite, certe altre, gli attacchi di cervicale. Basta, poi uno lo capisce.

*La causa.* Quello che non ricerca la medicina. La differenza tra una scienza e una pratica è che la scienza cerca la causa, alla pratica va bene tutto, dal trapianto all'intervento chirurgico, ai farmaci, è l'arrabattarsi alla bell'e meglio. Se lei entra in un reparto ospedaliero, anche ultraspecialistico, e chiede: mi dica la causa della malattia che sta curando. Non sentirà nessuna risposta. Su tutto, anche su un mal di testa. Niente.

Si basano su analisi cliniche.

Appunto. Soldi buttati via.

Be' sono mirate a conoscere...

... sono mirate a creare casino, confusione. Ha presente l'asino di Buridano? Che già con due mucchi di fieno non sapeva quale mangiare, alla fine è morto di fame. Con tutte quelle analisi non capiscono che cosa devono cercare, soprattutto perché non prendono in considerazione un fatto, e cioè che tutto ciò che entra nel corpo umano deve essere conosciuto, e non ci vuole molto. Non ci vuole nessuna laurea.

Negli ultimi anni c'è stata quella che poteva essere la vera chiave di volta di tutta la medicina. La base di tutto. Ha presente la Bse? La mucca pazza. L'encefalopatia spongiforme bovina. A bovini, mammiferi, erbivori avevano dato mangimi che contenevano proteine animali, tra l'altro dagli stessi cadaveri di altri bovini. Non sono stati colpiti nell'apparato digerente. Sono stati colpiti nel sistema nervoso. Lì però l'hanno capito, senza andare più di tanto a fondo, se no la gente avrebbe cominciato a ragionare. Han tolto quei mangimi, la mucca pazza è sparita. Bastava che ragionassero su quello. E così avrebbero capito qualcosa su tumori, sclerosi, Parkinson, Alzheimer. Erano animali colpiti nel sistema nervoso da alimenti sbagliati. E perché non lo collegano con l'Alzheimer? Come mai? E ora parlano di virus, di vaccino per l'Alzheimer, ma si rende conto? Lei parla della causa o della cura?

I mangimi sbagliati sono stati la causa e la cura della Bse. La causa era quella, hanno tolto i mangimi ed è andata via. Una semplicità che se prende dieci bambini ci arrivano. Ci arrivano a capirlo.

Mi pare che il suo rapporto con l'*establishment* medico-scientifico-farmaceutico sia di reciproca ostilità, con la differenza che loro hanno il potere...

Hanno cercato di farmi le scarpe, tuttora cercano.

L'accusano pure di conflitto d'interessi.

Conflitto d'interessi? Il dottor Mozzi con la cooperativa che gestisce questo posto? Lo vede dove siamo, vede che multinazionale c'è qui? Perché la cooperativa Mogliazze produce estratti fitoterapici, produce marmellate, miele? Si figuri, che business ci può essere, ha visto che strada per arrivare fin qui?

So che le arrivano continue testimonianze da ogni parte di persone che sono grate ai suoi consigli...

Sì, uno sproposito di pazienti scrivono, anche medici, carabinieri, poliziotti, preti, farmacisti, biologi, e continuano ad arrivarci.

Anche medici?

Sì, così come continuano ad arrivarci richieste di medici che non stanno bene o con familiari in difficoltà. Sa, non c'è cosa peggiore per un medico che avere dei familiari che non stanno bene. Gli

va in crisi tutto. Soprattutto se sono patologie severe, la loro medicina, non c'è santo che tenga che possa risolverle, e allora vanno in crisi. E lì è l'unico momento in cui vanno in crisi, Se no sarebbero disponibili a trapiantargli anche il cervello, a lei.

È la sanità la vera grande malata, come si vede anche dal deficit gigantesco della Regioni...

Le regioni, e al sud non ne parliamo, hanno un buco di cento miliardi di euro. Duecentomila miliardi di lire.

Ma non è solo lo spreco che si vede nei bilanci pubblici, una sanità così in sintonia con l'ambiente in cui viviamo, con il suo degrado...

C'è la terra da accudire, che l'abbiamo ricevuta in buono stato e la stiamo riconsegnando in uno stato spaventoso. In questi boschi, l'avrà notato venendo su, quante piante sono assalite dalla vitalba, una specie di liana che le sopraffa, poi arriva la neve d'inverno, le piante si spaccano durante l'anno, poi la vegetazione della vitalba li sovrasta, quindi seccano. E si vedono piante con cortecce d'un giallo canarino, marrone chiaro. Sono praticamente delle alghe in combutta con licheni che fanno rinsecchire i germogli giovani cosicché rinsecchiscono.

Non c'è manutenzione dei boschi.

Anche, ma c'è qualcosa che non quadra nella pioggia, nell'aria. Alla fine i boschi si possono anche tagliare, poi ricrescono. Il guaio è quando i boschi non sono tagliati, invecchiano, sono assaliti da queste forme di parassiti vegetali e le piante muoiono. Non si rinnovano più. Fino a qualche decennio fa si sono sempre rinnovate.

Dottor Mozzi, perché è un grande nemico del latte e derivati?

Non sono un grande nemico. Ho messo a nudo i danni del latte.

Nella regione del parmigiano?

Anche i produttori maschi del parmigiano hanno la prostata, hanno il cervello, anche le loro mogli hanno l'utero e le ovaie e il seno. Basterebbe che uno indagasse sulla percentuale di tumori dove si usa il latte - utero, ovaie, prostata - e vedere le percentuali degli stessi tumori dove non si usa il latte.

Come si può definire questo suo modo di cogliere certi fenomeni, certe connessioni, che altri sembrano o vogliono non vedere, insomma il suo modo di praticare la professione medica?

Ho un po' di anni sulla schiena, un po' di esperienza ce l'ho. Decine di migliaia di pazienti affetti da malattie che ho curato correggendo l'alimentazione. Ho sempre avuto questa passione. Ho memoria. Mi ricordo cose incredibili. La gente si stupisce che mi ricordi, a distanza di trentaquarant'anni, di patologie che uno aveva.

E incontrando tutte queste persone, tantissime, ha osservato correlazioni evidenti tra la loro

alimentazione e le loro patologie.

Per forza.

Lei però non è in grado di quantificare come fanno i suoi colleghi ufficiali...

...ma quelli cosa vuole che quantifichino e che cosa tirino fuori dai loro numeri...

Lei invece?

L'istituto di Veronesi ha fatto un'indagine per vedere quanto poteva incidere il fumo sui tumori.

Ai polmoni?

Non solo. Sa che percentuale è venuta fuori? Neanche il sette per cento. E poi si scopre che i non fumatori, tra le persone che hanno il tumore ai polmoni, sono maggioritarie rispetto ai fumatori. E allora? Se poi andassimo a vedere laddove fumano come forsennati, in Cina, si scopre che sono meno della metà della metà della metà di quelli che ci sono qui. Ma di queste cose non vogliono parlare...

Un medico che difende i fumatori...

Io non fumo, non sopporto i fumatori, ma più che per la salute per i soldi che buttano via. Perché non si chiede piuttosto perché ci sono i tumori tra i bambini oggi che prima non c'erano?

Le sono capitati?

Altro che. Uno tremendo, terribile, di recente. Un bambino di cinque anni aveva già avuto cinque operazioni al cervello, per tumori al cervello... Mangiava il latte a colazione e a cena.

Un bambino, che prende il latte, e allora?

Un neonato può prendere il latte, da sua madre. Si è mai chiesto perché siamo qualcosa come 4.500 specie di mammiferi sul pianeta e solo l'uomo dovrebbe aver bisogno del latte d'un altro animale. Lo chieda ai medici. Come mai dove si mangia il latte ci sono più tumori? Come mai adesso ci sono più casi di Alzheimer?

In Estremo oriente meno?

Ma certamente. Non usano il latte, non usano il glutine.

Un suo collega giornalista è venuto qui, era una vita che aveva l'ematocrito alto, gruppo zero, era un po' renitente ad abbandonare latte e derivati, si faceva fare i salassi per avere il sangue fluido, perché tutti quanti i fluidificanti non funzionavano. Ha tolto il latte e i derivati del latte, il sangue è tornato perfettamente a posto. In quattro e quattr'otto.

Le grandi religioni avevano e hanno prescrizioni precise sull'alimentazione.

Sono molto curioso e m'incuriosisce che cosa mangiano i popoli. I musulmani non mangiano il maiale e c'è evidentemente una ragione.

Be' adesso sono tanti i musulmani che vivono in paesi freddi.



Già, ma se mangi il maiale poi arrivano i problemi di pressione. Tutti i popoli, di generazione in generazione, si tramandavano le conoscenze, per mantenere lo stato di salute. E già nel fondatore della medicina occidentale, Ippocrate, c'era la concezione che il cibo fosse la medicina.

Eppure certi alimenti sembra impossibile che possano far male. Una buona peperonata

Vuole provare su di sé? Qual è il suo gruppo sanguigno? A positivo? Si metta una settimana a mangiare pomodori, peperoni e melanzane: vediamo come finisce.

Venendo in Emilia, le tentazioni erano tante e grandi. Abbiamo mangiato che Dio solo lo sa. Se lo sa Mozzi, ci siamo detti, ci punisce...

Macché, ognuno faccia quello che vuole, ci mancherebbe. Io ritengo mio dovere, visto che ho certe conoscenze, informare le persone.

Prima lo consultavano in molti per avere da lei il regime alimentare adeguato. Adesso si occupa prevalentemente di chi ha problemi seri.

Gli altri basta che si leggano il libro della dieta e tutti i consigli di medicina che sono sull'agenda, se non hanno malattie gravi, sono a posto.

Che consigli dà a chi ha avuto l'epatite virale?

Quale?

La C, la più seria.

Se uno riga dritto, l'epatite c sta lì calma e tranquilla, se si mette a mangiare il maiale, l'epatite riparte. Anzi è peggio il frumento del maiale per l'epatite c. Sì per le epatiti c è terribile.

Dicono che abbia risolto diversi casi di sterilità.

Non vede che non nascono più bambini, non nascono più, le donne non riescono a mettere al mondo dei figli, devono ricorrere alla fecondazione assistita che funziona, se va bene, al venti per cento, e con dei costi incredibili. Basta dirgli di eliminare il latte e i derivati del latte e ritorna la fertilità. Su quel lato lì credo di avere una casistica notevole. Da batterli non dico cinque a zero, ma quattro a zero. Non dico di avere il cento per cento dei risultati positivi ma il settanta, ottanta per cento sì.

L'ultimo caso è quello di una donna adesso incinta di due bambini. Le avevano detto che non avrebbe potuto avere figli perché aveva le tube chiuse. E dopo pochi mesi ha tolto quello che doveva togliere, ha tolto l'infiammazione, le tube si sono aperte, e basta, è finita lì la storia.

Dunque le tube chiuse, si possono riaprire senza un'operazione...

L'infiammazione le fa chiudere, l'infiammazione che sparisce, permette che si riaprano. I bambini ci arriverebbero a capirlo.

I bambini lo capiscono, molti suoi colleghi no.

L'ho detto all'ordine dei medici: se volete facciamo degli incontri con giovani medici, ho anche proposto di prendere dieci medici malati di una patologia e dieci altri malati con la stessa patologia, mettiamo l'ipertensione, che i medici ce l'hanno alla grande, dieci, a loro scelta, che seguono i consigli che do io e dieci che seguono i consigli della medicina ufficiale, e vediamo i risultati.

Però ha detto che diversi medici ricorrono a lei, ai suoi consigli...

Anche di recente. Sa quanto ci ha messo un medico, gruppo zero, iperteso da tre anni, iperteso in cura con farmaci, a venirne fuori? Tre giorni. Per eliminare le pastiglie della pressione e avere - avere tuttora - la pressione a posto.

Per l'ipertensione una corretta alimentazione è la via maestra.

Anche per i tumori. Basta prenderli all'inizio, da me vengono quando oramai ne sono devastati. Ma comunque ho visto fermarsi dei tumori, ho visto fermarsi metastasi ossee. Ne ho visti un bel po'.

Altre patologie serie di cui si è occupato?

Ultimamente ho avuto un paziente in dialisi da due anni che ne è uscito. S'è messo in riga col mangiare facendo l'opposto di quel che gli dicevano. Invece di mangiare aproteico, lui mangiava proteico. È uscito dalla dialisi. Cosa pensa? Pensa che siano andati da lui a chiedergli: mi dica come ha fatto, mi dica cos'è successo? Mi dica tutto. Niente. E lui zitto, perché se no lo cancellano dalle persone che hanno in cura. Invece di dirgli bene, bravo, lei la premiamo perché ci fa risparmiare soldi. A loro non va bene che siano risparmiati, i soldi... Una dialisi in meno, è un cliente in meno. Poi se finisce che la gente capisce l'antifona devono chiudere i centri per la dialisi.

La dialisi può essere l'anticamera di un martirio-

È l'anticamera di una vita che non è più vita.

Non solo latte: lei mette al bando, arance e spremute. Quando lo dico a chi ne consuma a iosa pensando che sia il miglior antidoto contro i mali dell'inverno, ridacchia.

Glielo dica: io t'ho avvisato, poi sono cavoli tuoi. Se poi ti viene la cervicale, la periartrite alle spalle, se ti viene la pericardite... Guardi due anni fa, due di gruppo zero si sono trovati a subire spremute a tutto spiano perché il medico diceva che facevano bene. Pericardite. Operazione devastante. Aperto lo sterno. Una cosa spaventosa. Quando l'ho visto uno di loro gli ho chiesto: ma tu, mangiavi le arance? Questo qui impietrito: sì. Ma perché hai continuato a mangiarle, le arance. Be', m'han detto che fanno bene. Bravo, hai visto come ti fanno bene. Pericardite.

Non ci credono, non ci credono che l'arancia possa far questo.

Basta. Amen, che vadano per la loro strada, non è mica la fine del mondo. Il guaio è che queste

persone vanno a incidere sui conti pubblici.

La teoria dei gruppi sanguigni viene dagli Usa?

Sì, l'ha divulgata la famiglia D'Adamo, **Peter D'Adamo** e suo padre James, ma è una lunga storia. Sono andato a scovare una tesi di laurea di un medico, del '56-'57, i D'Adamo manco c'erano, però c'era la relazione tra gruppi sanguigni e determinate malattie.

Una tesi, dove?

All'università di Parma. Era una ricerca fatta qui, riguardava un campione di popolazione con determinate patologie. Ma anche nei testi di medicina e patologia medica, nei testi sacri, c'era la correlazione tra determinate malattie presenti in determinati gruppi sanguigni.

E lei che cosa ha aggiunto di significativo, qual è il suo punto di forza?

Prima di tutto c'è la mia conoscenza degli alimenti. Senza pari. Da quando ho 17 anni che coltivo l'orto, so come sono le stagioni, conosco alla perfezione le piante, le erbe, so come si usano, come si trasformano, vengo da un'esperienza nella quale mi sono interessato di tutto, dalla macrobiotica all'igienismo. Ho imparato come si combinano gli alimenti. Perché due alimenti giusti combinati in modo giusto fanno bene, ma due alimenti giusti combinati in modo scorretto non fanno per niente bene. Io ho un'esperienza di medicina incredibile, credo che siano pochi quelli che hanno visto tutta questa gente con queste malattie.



Questo sapere rischia di restare però confinato a Mogliazze, visto l'ostracismo del sistema. Pensa che possa cambiare qualcosa a suo favore, a favore del suo metodo?

Confido che la gente rizzi le antenne. Quando cominciai a fare gli incontri pubblici, c'erano dieci, quindici persone. Il 22 maggio 2013, ad Asolo, c'erano 1700 persone che avevano pagato il biglietto. Nell'ultima conferenza che ho fatto a Brescia c'erano più di mille persone che avevano pure pagato un biglietto salato, 15 euro, che non sono venute in tasca a me.

A beneficio di chi?

Vanno nella chiesa di San Cristoforo, per il suo restauro, proprio per evitare queste menate qua.



Quindi è ottimista, in realtà.

Tempo al tempo, ci vuole tempo perché maturino le ciliegie, o le mele o le pere o l'uva. Ma poi maturano. È una scelta obbligata, un passaggio da cui non si può prescindere. Non esiste che l'umanità possa fare a meno di capire. Basta che si chiedano cosa c'è dietro un gruppo sanguigno, non è una bizzarria della natura.

Intanto però continua l'embargo nei suoi confronti, anche da parte dei media.

Pensi, *La dieta del dottor Mozzi*, di cui abbiamo venduto uno sproposito di copie e che è ancora in classifica a oltre tre anni e mezzo dalla sua uscita, lo scorso anno era nella classifica generale di fine anno del *Corriere della Sera* dei libri più venduti, era tra i primi dieci. E lei pensa che il *Corriere della Sera* sia andato a vedere come mai una cooperativa microscopica, una casa editrice che porta il nome di una cooperativa agricola, pubblichi un simile best seller?

Sul mio nome hanno messo la croce.

Anche lei ce l'ha con i giornalisti.

Come mai non proponete queste cose, non ne parlate? Parlate di scandali, delle cose che non vanno, ma lo scandalo vero è questo.

Perché non allarga la sua impresa?

Un proprietario di vari alberghi a Milano mi ha contattato, vuol mettere in piedi un ristorante a Milano, perché ha visto su di sé i risultati.

Le piacerebbe far soldi?

Ha visto dove abito io? Io da qui non mi muovo. Io resto qua. Diventare ricco? Cosa vuole? Non so cosa significa, tanto uno non se lo porta via. Serve quello che serve. Non mi va però che tartassino chi lavora e premino quelli che non s'impegnano. In natura, solo l'uomo premia chi non ha voglia di fare e bastona quelli che fanno: pensi se all'ape che continua ad andare avanti e indietro

portando a casa il polline e il nettare dicessero: tu hai portato a casa tutto questo qua e allora ti tartasso. Questo accade in Italia.

Bersani è di queste parti. So che lei lo conosce bene.

Lo conosco? Eravamo compagni di classe.

Cosa ha provato quando è stato salvato per un pelo all'ospedale di Parma?

M'avesse dato retta prima...

Marco e Piergiorgio Bellocchio sono di qui, Bobbio...

Cribbio, se li conosco, li conosco bene, da una vita. Due anni fa Marco è venuto su con sua moglie. Ma non ho mai visto i suoi film, neppure *Pugni in tasca*. Basterebbe vedere cosa mangiava Marco e si capirebbe perché ha fatto determinati, film, perché è andato in analisi tanti anni. Bastava che mangiasse le cose giuste...

Che dice di questo papa? Adora la cicoria, ne beve l'acqua di cottura, ma è anche un pastacciuttaro. Sembra un bel po' sovrappeso, e con le responsabilità che ha come può farcela? Non lo vede? È una *navassa*, come diciamo qui. Ha sempre il mal di schiena. Una signora, la cognata di Celentano, mi ha tampinato per un'infinità di tempo, che io dovevo aiutare il papa. Io l'aiuto, il papa, se mi vengono a chiamare. Gli scriva!, m'implorava. Io non scrivo un bel niente. Se vogliono, gli dico come fare, a campare bene e a lungo, non come l'altro, l'ha visto come l'han ridotto, e l'altro prima di lui? Ha visto come l'avevano ridotto? Visto i medici potenti? Era gennaio, quella volta che poi poco dopo è morto, eravamo in cucina io e mia figlia, e per radio sentiamo che il papa "stamattina ha fatto colazione, ha mangiato caffelatte e biscotti". Ci siamo dati un'occhiata, io e mia figlia: è l'inizio della fine. I professoroni.

La depressione? C'entra il mangiare?

Vuole che questa signora (*Sandra, gruppo zero*) vada in depressione? Le tolga la carne, le tolga il pesce, le dia tutto il resto e soprattutto le faccia mangiare tanta frutta. In dieci, quindici giorni, massimo venti, è in depressione.

L'alimento numero uno delle sue diete sono i legumi...

L'umanità sarà salvata dai legumi, innanzi tutto dal punto di vista ambientale, perché non hanno l'effetto devastante sulle colture, sull'ambiente, sul pianeta come l'hanno i cereali, e poi perché hanno un apporto di proteine nettamente superiore. Se smettono certe colture e si rispetta di più l'acqua, ci cresce tutto quello che serve per sfamare anche dieci miliardi di persone. Ma non se quell'acqua la usano per coltivare il mais che fa diventare stupide e depresse le persone, o per coltivare pomodori, di cui si può ridurre cento volte la coltura, l'uso.

I romani come hanno messo in piedi un impero?

Se parla di cibo, con olio d'oliva, l'uva, le mandorle.

E secondo lei andavano alla conquista della Gallia con l'uva e le mandorle?

Dicono il farro.

Il farro? È stata la causa del loro declino. È la storia di tutti i popoli: si sono sviluppati con gli agnelli, il pesce e i legumi e sono declinati con i cereali. Tutti. I romani come andavano alla conquista? Non avevano i tir. Razziavano, mandavano avanti i loro scout, avevano i pescatori con le loro reti e allora i fiumi erano pieni di pesce. Mangiavano pesce e sottomettevano gli altri. Poi sono arrivati a mangiare i cereali e alla periferia dell'impero c'erano quelli che mangiavano la carne cruda e il pesce crudo, e li hanno bastonati. Carne cruda e pesce crudo, una forza incredibile. Gli americani come hanno fatto a conquistare l'impero? Carne, pesce e fagioli. Si sono messi a mangiare patate e mais e si squagliano. Ormai il declino è evidente. Non vede come sono obesi?

**“MA TU LO SEGUI IL DOTTOR MOZZI?”**

Un articolo di *Vanity Fair*