

**Che cos'è**

**la Medicina Integrata**

Per medicina Integrata si intende una presa in carico della salute umana a partire da una visione completa della sua natura.

La nostra educazione degli ultimi decenni, la nostra visione di Occidentali cresciuti nel trionfo delle scienze fisiche e della tecnologia è divenuta sempre più riduzionista.

Il carattere in qualche modo misterioso del mondo che ci circonda, incalzato da una tecnologia sempre più complessa e da un netto e reale miglioramento del benessere materiale, per lo meno in determinate classi sociali, si è rifugiato in qualche angolo del subconscio. Ma tutto ciò che non è strettamente deterministico, matematico, spiegabile con le leggi fisiche che conosciamo, non è destinato a rimanere per sempre ignorato.

L'uomo moderno, che aveva riversato una fiducia incondizionata nelle possibilità delle sue scienze e della sua tecnologia, inizia ad essere insicuro e frustrato. Gli indubbi mutamenti del tenore di vita e della salute fisica, il maggior tempo e i mezzi a disposizione per i suoi hobby e per i suoi ideali non ne hanno aumentato la felicità, né tantomeno migliorato la salute. Le malattie infettive sono realmente diminuite di frequenza e gravità, ma le affezioni gravi, le cosiddette malattie del benessere, sono nettamente aumentate di frequenza. I tumori maligni, le forme invalidanti ed insanabili, i disordini autoimmunitari sono cresciuti a dismisura. L'aumento deciso dell'età media e dell'aspettativa di vita degli ultimi decenni spesso non porta ad altro che a divenire anziani non autosufficienti e a trascinare i propri giorni da un ambulatorio a un ospedale, con uno stato fisico e mentale sempre più deteriorato, fino a terminare miseramente la propria vita in qualche casa di riposo o in qualche reparto di lunga degenza, ossia in un triste parcheggio, più o meno confortevole a seconda della classe sociale, in attesa del trapasso.

In una situazione di grave disagio esistenziale, in molti ambienti è stata messa in discussione anche la medicina convenzionale, parte integrante di quel mondo moderno che tale disagio ha provocato, con la pretesa tutta ideologica di una qualche superiorità della 'modernità' rispetto alle visioni tradizionali della vita umana, della storia e della morale.

La medicina moderna è stata vista come un aspetto fra i tanti della società dei consumi, e in effetti risponde in tutto e per tutto ai canoni del mercato, con la standardizzazione delle cure (i cosiddetti protocolli), le catene di montaggio (gli esami standard per arrivare alla diagnosi, in cui il paziente si muove come una merce su un nastro trasportatore) e la riduzione dell'individuo malato a consumatore di farmaci, che nella stragrande maggioranza dei casi non lo guariscono, bensì lo rendono consumatore a vita.

Questo atteggiamento critico giunge a estremi deprecabili, laddove guaritori senza arte, né parte pretendono di invalidare le conquiste, quelle vere, in grado di salvare vite umane, e che nessun medico di buon senso metterebbe mai in dubbio (dalla penicillina, alle pratiche igieniche, ai miracoli della chirurgia)... Dall'altra parte, medici e studiosi di altissima dignità intellettuale, competenza ed esperienza hanno cominciato a rivalutare la medicina tradizionale o discipline moderne, quali l'omeopatia, che si basano su presupposti diversi da quelli dell'allopattia: presupposti che come in un gioco di specchi sono ridicolizzati, per pura ignoranza, dai cosiddetti 'scienziati', discendenti in linea diretta da quelli che radiarono Semmelweis, o che firmarono il Manifesto della Razza.

Questa reazione spiega la rinascita di tutte le antiche medicine sciamaniche, energetiche, spirituali, di pranoterapia, agopuntura, omeopatia, ayurveda, erboristeria. Parallelamente a queste, sia come sincretismo, sia come insorgenza di effettive nuove correnti, si sono affermati nuovi modi di fare medicina, come l'uso dei fiori di Bach, l'insistenza sulla dieta alimentare, l'ortobionomia, il Reiki e moltissime altre.

**Si assiste quasi, direi, alla fiera delle idee, delle medicine, delle cosmologie, una fiera immensa e caotica dov'è presente tutto e il contrario di tutto. Occorre avere idee chiare per districarsi in questo mare magnum.**

Cercherò quindi di fare chiarezza in proposito.

L'Essere Umano, nell'attuale convenzione medica occi-dentale ufficiale, è considerato una struttura esclusiva-mente fisica, un insieme di cellule, molecole, atomi intercorrelati.

Il suo comportamento, i suoi istinti, le sue pulsioni, i suoi ideali sono visti come mere interazioni di ormoni, di enzimi e di altre sostanze chimiche. Una malattia è considerata uno squilibrio di queste complesse interazioni, squilibrio che in molti casi è visto come originato in modo del tutto casuale. Una fortunata trasmissione televisiva di qualche decennio fa, che spiegava la struttura del corpo umano, era intitolata "La macchina meravigliosa "... Quindi l'uomo, pur meraviglioso che sia, nella visione degli ideatori della trasmissione non era altro che una macchina. Del resto la medicina moderna enfatizza sempre di più le tecniche chirurgiche, come i trapianti di organo, l'inserimento di protesi (funzionali od estetiche che siano), la rivascola-rizzazione di arterie ostruite.

Il primo trapianto di cuore, eseguito dal Prof. Christiaan Barnard in Sudafrica nel 1967, suggerì l'idea che ormai eravamo padroni della vita umana e in grado di sostituire ogni parte del nostro corpo nello stesso modo in cui si sostituisce una parte deteriorata della nostra automobile e che questo ci avrebbe portato all'immortalità su questo pianeta. Purtroppo la disillusione fu grande quando ci accorgemmo che la lotta contro il rigetto dei trapianti, che peraltro ha salvato e prolungato molte vite, era impegnativa e difficile e che quindi, se possibile, era meglio riuscire a mantenere integri i nostri organi anziché sostituirli.

In campo psichiatrico la visione riduzionista è portata avanti da clinici di chiara fama secondo i quali, ad esempio, la depressione sarebbe semplicemente la conseguenza della carenza di determinati mediatori chimici cerebrali e la schizofrenia un alterato metabolismo della dopamina e di altre sostanze. Ma esistono anche scienziati, invece, che si preoccupano del significato dei nostri sentimenti, al di là di enzimi e mediatori chimici.

*Date parole al dolore* è un'importante pubblicazione di due decenni fa del Prof. Luigi Cancrini che rimette al centro del nostro vissuto pensieri, sentimenti ed emozioni e che riconosce importanza alla nostra coscienza e alla nostra volontà come chiavi di comprensione dell'individuo, senza nulla togliere ad enzimi, mediatori chimici e farmaci.

Ma il paradosso maggiore è che la medicina riduzionista, basata esclusivamente su antibiotici, citostatici, immu-nodepressori, è talvolta chiamata biomedicina: di bio ha solo il nome.

La Medicina Integrata risponde all'esigenza di una visione più chiara, più completa dell'essere umano, della salute, della malattia. L'Uomo non è più considerato come fenomeno chimico-fisico, bensì come una realtà complessa da prendere in esame sia da un punto di vista fisico-chimico-biologico, sia da un punto di vista eterico, energetico, mentale e spirituale. L'Uomo, che è comunque un'unità, va per questo riconsiderato nei suoi vari aspetti. Molti attenti ricercatori hanno iniziato a riscoprire varie tecniche, soprattutto di matrice orientale, che considerano L'Essere Umano in modo globale.

L'approccio non è stato però semplice, soprattutto nei primi anni in cui certi concetti sono penetrati nella nostra società, e poi grazie al successivo integrarsi delle varie tradizioni nella cultura occidentale. Basti pensare alla medicina tradizionale cinese, tuttora scarsamente sconosciuta, a parte le tecniche di agopuntura. Molti medici tradizionali cinesi ci ripetono che l'agopuntura non può essere scissa dalla visione filosofica che ne è alla base e che ha improntato tutte le tecniche della tradizione, sottolineando l'incongruenza di praticarle con la perdita dei principi che ne hanno dato origine. In effetti, si assiste ad una specie di sincretismo oriente-occidente, Nord-Sud, che, in mancanza di idee precise, tende ad aumentare la confusione.

Tanti nostri ospedali utilizzano agopuntura o tecniche miste da essa derivate inserite in un contesto medico-riduzionistico e variamente "miscelate" con farmaci della medicina convenzionale, generalmente FANS o cortisonici. Direi che in questi casi non si tratta certo di pluridisciplinarietà, o, meglio ancora, di trans-disciplinarietà, che nasce soltanto quando si ha una cognizione chiara della cultura e degli ideali che hanno stimolato la crescita di un determinato tipo di medicina.

La medicina tradizionale cinese, come del resto la maggior parte delle cosiddette medicine tradizionali, discende direttamente da una visione polare della realtà (in questo caso YIN e YANG che si complementano nel TEI), rappresentata dai cinque elementi o, per dirla in termini fisici più vicini a noi, dagli stati allotropici della materia: acqua, aria, fuoco, legno, metallo, che corrispondono allo stato liquido, gassoso, plasmatico, solido, eccetera. La visione cinese non si limita però al mero aspetto fisico: considera infatti la struttura eterica ed energetica dei corpi materiali, in particolare degli organismi viventi. I medici cinesi ci parlano di dodici meridiani fondamentali percorsi dall'energia nel corpo umano, ognuno in rapporto o determinato nelle sue caratteristiche dai principali organi ed apparati.

I punti utilizzati dall'agopuntura, dal DO IN, dallo SHIATZU si trovano in numero di migliaia lungo tali decorsi. Anche il QI GONG, la auricolo-terapia o il podomassaggio, traggono la loro metodologia da un'adeguata conoscenza dell'anatomia "energetica".

E' evidente che una medicina basata su "principi universali", sulla numerologia, sull'astrologia (i meridiani sono dodici e sono correlati ai segni zodiacali) e sul concetto del TAO e dei KOAN (gli otto trigrammi), mal si addice ad essere confrontata con una scienza, come quella occidentale, empirica e sperimentale non legata a "principi primi".

Questa polarità, questo differente modo di affrontare la realtà, questo susseguirsi in noi stessi e nelle culture di tutto il mondo di pensieri e di atteggiamenti dettati sia dall'esperienza empirica, sia, all'opposto, da intuizioni, "rivelazioni" e profondi ideali spirituali, dipende dal fatto che il nostro cervello è diviso in due emisferi: il sinistro razionale, del linguaggio verbale, della logica, dell'empirismo, o per dirla con parole di altre culture, YANG, solare, diurno, e il destro prassico, intuitivo, dell'atteggiamento, del linguaggio non-verbale e quindi YIN, lunare, notturno.

Il corpo calloso collega e media tra i due emisferi e, se ben funzionale, ci indirizza ad una visione "olistica", ad un modo di vedere che non è più orientale o occidentale, bensì totalizzante, transculturale, onnicomprensivo.

Anche il modo di porre i problemi e l'educazione ne vengono variati e la stessa esposizione o la stesura di testi, come ad esempio questo che sto scrivendo, viene ad avere nuove caratteristiche, non più prettamente schematiche, grazie all'utilizzo anche dell'emisfero destro, con logica ed intuizioni che si integrano portando ad evidenziare relazioni, analogie, punti di contatto tra cose e concetti apparentemente diversi.

Per noi occidentali-tecnologici è difficile comprendere come una conoscenza dipenda da un apprendimento non verbale o scritto, con rapporto docente-discente biunivoco e realizzato in diverso contesto spazio-temporale.

Nella tradizione africana, nella cultura Bantu, il medico tradizionale (Mganga) e lo stregone (Mkovu), il primo dedito a curare e il secondo esperto in sortilegi, magie, fatture, difficilmente apprendono le loro arti in una qualche forma di scuola come noi la concepiamo. Presso i Wahehe lo stregone, una volta morto, viene sepolto seduto, con il capo di una cannuccia inserito nel dito indice della mano destra, sporgente. Questo è il canale attraverso il quale fuoriesce l'"anima" o l'"energia" dello stregone, che poi vaga nella foresta alla ricerca di un altro uomo idoneo a recepire e a utilizzare tale "forza". Un missionario Cattolico vissuto moltissimi anni nel territorio Kihehe mi narrò il caso di un suo catechista che improvvisamente fuggì nella foresta e ricomparve dopo una settimana con profonde conoscenze sull'uso delle erbe e di altre sostanze naturali, al punto che l'ex catechista divenne uno stregone temuto e potente. Il povero missionario, schiavo della visione razionale occidentale, concluse che un fatto così prodigioso ed inspiegabile non poteva che essere frutto del diavolo.

Analizzando criticamente l'avvenimento, si può però concludere come tale cambiamento sia dovuto ad un apprendimento mediato dall'emisfero cerebrale destro, che acquisisce conoscenze per analogia, per sintesi (ma non per analisi) e in una diversa dimensione spazio-temporale.

E' in qualche modo l'emergere delle conoscenze da un inconscio collettivo (Jung), da un istinto antico come le montagne, da un mondo archetipico da cui hanno origine i nostri comportamenti e le nostre idee primordiali.

In un certo senso il missionario aveva ragione, nel momento in cui identificava il diavolo con l'inconscio, con l'ombra, con il polo occulto e sommerso, con la parte solo apparentemente dimenticata dell'essere umano.

La medicina tradizionale indiana, di tipo energetico, si basa sul Tridosha (Vata, Pitta e Kapha), cioè i tre principi base che governano tutte le funzioni biologiche e fisiologiche del corpo, che sono manifestazione dei cinque elementi fondamentali della natura: le malattie sono dunque determinate da uno squilibrio nell'azione di questi elementi sull'uomo.

Ci sono quindi vari segni che aiutano a comprendere, già da un primo approccio con il paziente, quali siano gli elementi carenti o in eccesso nel determinare variazioni nell'aspetto fisico.

L'Ayurveda, che è alla base di questa tradizione, è una parte dei Veda, libri sacri che, a quanto riferiscono gli induisti, contengono le profonde conoscenze degli antichi Rishi, saggi mitici vissuti oltre 50.000 anni fa e che hanno tramandato il loro sapere "da bocca ad orecchio" con speciali mnemotecniche che hanno fatto sì che, una volta ideata la scrittura, sia stato possibile compilare in modo corretto tali ponderosi trattati.

Quello che però è importante nella visione delle medicine tradizionali e nello sviluppo delle scienze integrate odierne è la consapevolezza, il mezzo fondamentale che aiuta a riconoscere dentro di sé l'equilibrio o la sua mancanza, la salute o la malattia.

Lo Yoga, complesso sistema filosofico-esperienziale, la cui origine si trova, secondo alcuni autori, nelle tradizioni sciamaniche mongoliche di circa 50.000 anni fa, si è sviluppato in varie epoche storiche presso molteplici popoli di tutto il mondo e poi è stato organizzato in un sistema omogeneo dallo studioso indiano Patanjali nel secondo secolo avanti Cristo.

Il Tantra, movimento che ha approfondito l'aspetto energetico e della sessualità nello Yoga, è arrivato a conoscenze molto precise della struttura eterica ed energetica del corpo umano. In particolare ha definito la struttura dei Nadi (canali energetici) e dei Chakra (vortici di energia creati dall'incrocio dei Nadi). I Chakra (in italiano "ruote") stimolano, attraverso i plessi del sistema nervoso autonomo, le più importanti ghiandole endocrine del corpo.

La Kundalini, energia primordiale "addormentata" che risiede alla base della colonna vertebrale, praticando gli asana (posizioni), il pranayama (controllo della respirazione), i bandha (contrazioni), la meditazione e vivendo la propria sensualità in modo sano, equilibrato e consapevole, si "risveglia" e si erge come un serpente risalendo lungo la colonna vertebrale e "illuminando" progressivamente i sette chakra principali situati lungo la colonna stessa: la Kundalini è quindi nelle tradizioni indiane ciò che è la "libido" freudiana e comunque l'energia primordiale, creativa, istintiva che è alla base della volontà dell'uomo nelle tradizioni dell'Occidente.

Dal punto di vista della Medicina Integrata, lo Yoga chiarisce il rapporto tra sistema endocrino, sistema nervoso autonomo e struttura energetica (corpo eterico e astrale) dell'uomo. Inoltre, sviluppando il concetto di energia Kundalini ascendente, si introduce un concetto che ha grande importanza nella medicina psicosomatica: il ruolo della volontà, delle pulsioni, degli istinti a

mantenere o meno uno stato di salute o malattia; la risalita di Kundalini nei vari chakra provocherebbe, tramite il sistema nervoso autonomo e le ghiandole endocrine, un corretto funzionamento ormonale-metabolico dell'intero corpo fisico.

Lo studio di tali aspetti ha portato quindi allo sviluppo della fisiologia Yoga e della Yoga-terapia, anche se lo Yoga, in quanto tale, non è una disciplina medica.

Lo studio transdisciplinare, applicando tradizione Yoga e moderna fisiologia, ha portato in università americane, russe ed indiane alla conoscenza di aspetti fisiologici e fisiopatologici che rappresentano indubbi progressi nella comprensione dei meccanismi che entrano in gioco nelle complesse interazioni che regolano il ritmo sonno-veglia, il funzionamento del sistema vagale, la modulazione della produzione ormonale delle ghiandole, tanto per citarne alcuni.

La Medicina Integrata nasce dunque a seguito di questo confronto oriente-occidente, nord-sud, tradizione-modernità ed è destinata appunto ad **integrare** la visione causale con quella analogica: fenomeni non più visti solamente nell'ottica del principio di causa-effetto, in una visione spazio-temporale lineare e quindi riproducibile, ma correlazione tra eventi in una diversa concezione spazio-temporale, analogica, di "sincronicità" (Jung).

E' qui che si innesta la vera integrazione fra diversi metodi, il momento in cui il corpo calloso media realmente tra i due emisferi cerebrali: sinistro analitico e destro sintetico-analogico. Del resto ciò doveva accadere, prima o poi. Il cervello umano è sì composto da due emisferi, ma è pur sempre uno solo.

E occorre notare che questa tendenza a una visione integrale dell'essere umano, della vita, è destinata a dare un grande impulso a tutte le scienze. La visione meccanicistica è alla base della modernità, nel suo aspetto di crescita globale, le cui conseguenze negative sono sotto gli occhi di tutti. Per dirne una, cercare la cura per il cancro nel momento in cui si producono e si immettono centinaia di sostanze cancerogene in agricoltura e nella produzione industriale è evidentemente una contraddizione insanabile.

La teoria relativistica di Einstein e la visione quantistica hanno messo in crisi un mondo, il mondo cartesiano e di Claude Bernard: ciò che sembrava fisso e immutabile è crollato. Le vecchie certezze hanno lasciato spazio a nuove immense possibilità. Il tempo e lo spazio, con Einstein, hanno cessato di essere valori assoluti e con la teoria dei quanti il fotone ha iniziato ad essere onda e particella contemporaneamente, ma non onda "o" particella: la stessa logica classica è andata in frantumi.

Il principio di indeterminazione di Eisemberg è passato dalla fisica alla sociologia.

La medicina ha la possibilità di esplicitare al meglio le sue funzioni proprio recuperando il significato dell'uomo (non solo del suo corpo), analizzando tutti gli aspetti che lo interessano, per la sua salute intesa non come assenza di sintomi, bensì come benessere, giusto rapporto con sé e con gli altri, felicità, autorealizzazione. E' evidente che anche la malattia ha un 'significato'.

In un'ottica di questo tipo, il paziente sarà sempre più artefice del proprio destino, sempre più attivo e sempre più medico di sé stesso: verrà a mutare il rapporto che avrà con la terapia e i terapeuti.

La consapevolezza è alla base dell'equilibrio e a sua volta genera la salute. Già Hahnemann, fondatore dell'omeopatia, nell'Organon diceva che tutte le malattie hanno origine mentale. Forse è difficile comprendere come possa risultare esatta tale affermazione. Come potremmo considerare mentale una frattura dovuta ad esempio a un incidente stradale?

Hahnemann si riferiva a una visione globale della mente, alla cosiddetta "mente cosmica", che è al di là di un concetto limitato e personale di mente. Le scuole ermetiche egizie avevano già chiarito il concetto del "mentalismo": "Tutto è Mente, l'Universo è mentale".

Talvolta, nella nostra visione duale di salute e malattia, di equilibrio e di caos, pensiamo che una cosa escluda l'altra. Ma un polo non può esistere senza il suo opposto; il mondo dei fenomeni è polare: il bianco esiste perché c'è il nero (il principio del "polarismo" delle scuole ermetiche egizie, la visione taoista cinese della realtà).

Quindi esisteranno sempre la morte e le malattie: più le esorcizziamo, le dimentichiamo, le cacciamo dalla nostra vita, sempre più emergeranno nella nostra esperienza. Il vero equilibrio consiste nel comprendere l'ineluttabilità dei due aspetti contrapposti e complementari: occorre accettare quindi anche la malattia.

Ciò non significa che dobbiamo abbandonarci al nostro destino e smettere di cercare nuovi elementi e nuove formule per il nostro benessere, per la nostra salute. L'importante è comprendere che *la medicina moderna non individua le "vere cause" della malattia* (Dethleffsen).

Gli indubbi progressi dovuti alla ricerca in campo medico non permettono di raggiungere la "prima causa" della malattia, di ogni malattia. Un 'ricercatore in campo medico' non dovrebbe essere semplicemente un animale da laboratorio: in medicina integrata, ad esempio, dovrebbe dare all'effetto placebo il posto che gli spetta 'in positivo', verificando cioè la forza della mente nel processo di guarigione, invece di valutarlo in 'negativo', ossia quale semplice 'interferenza' nei risultati del suo studio.

Possiamo ad esempio ricercare la causa di una sindrome influenzale in un virus: ma perché, nello stesso ufficio, dei vari impiegati che lavorano gomito a gomito e che quindi sono in contatto con gli stessi microrganismi, alcuni si ammalano ed altri no? Possiamo a questo punto ipotizzare che la causa vera sia una diminuita risposta immunitaria in alcuni. Anche di ciò potremmo chiederci la causa e così risalire indietro nel tempo fino alla causa prima, o più probabilmente alle concause prime.

Spesso le persone, quando vengono alla prima visita, mi presentano una serie di esami, radiografie, relazioni cliniche e riferiscono i pareri di vari specialisti sulle cause delle loro malattie. Una volta che si liberano di tutte queste loro ansie ed angosce, dico loro che occorre andare alla radice del problema.



“Ma dottore – mi dicono – sono stato operato di appendicite perché l’appendice era infiammata”.

“Appunto – rispondo – ma perché si è sviluppata questa appendicite? Il chirurgo ha fatto bene ad operare, a risolvere una situazione che poteva divenire pericolosa per la vita. Ma lei non pensa che questa causa che ha dato origine all’appendicite e che ovviamente è rimasta, anche se l’appendice è stata rimossa, possa di nuovo agire manifestandosi in un’altra malattia, magari completamente diversa?”

Il paziente non sa più cosa dirmi ed è a questo punto che inizio a puntualizzare l’importanza della “consapevolezza”, l’unica via che porta al “sé”, al “self”.

Forse sto trattando concetti nuovi e non facilmente assimilabili; cercherò quindi di chiarire le idee esaminando le varie tecniche di medicina integrata.

Le tecniche integrate moderne, iniziando dall’omeopatia, mettono in evidenza l’aspetto energetico e mentale dell’individuo. Già Hahnemann, come ho detto, puntualizza l’aspetto prettamente mentale delle malattie.

I rimedi omeopatici, che agiscono con il sistema dei simili (*simil similia curentur*), a seconda della loro diluizione e dinamizzazione, basati su di un sistema di preparazione in netto contrasto con le conoscenze della chimica classica, hanno azione prevalente a livello fisico, emozionale o mentale a seconda della frequenza “vibratoria” del rimedio (cf. il principio egizio ermetico di vibrazione: tutto vibra, niente è in riposo).

Non voglio entrare qui nella polemica relativa al sistema di preparazione omeopatica, ma è evidente che l’azione di questa medicina è molto più profonda e radicale di quanto la maggior parte degli ‘scienziati’ moderni pensi.

La cura ideale si ottiene quando il medico riesce a riconoscere il “simillimum” del paziente, cioè l’energia dell’individuo che si è squilibrata, la quale dovrà essere utilizzata per la cura, diluita e dinamizzata nelle giuste proporzioni.

Nella natura, in tutto l’universo, nel microcosmo come nel macrocosmo, esiste la stessa energia che si manifesta con diverse modalità; quindi posso trovare l’energia che si “squilibra” nell’essere umano al di fuori di esso, sia nel mondo minerale, sia in quello animale o vegetale.

In qualche modo l’omeopatia agisce tramite “archetipi energetici” ed è analoga alla medicina astrologica. In quest’ultimo caso gli archetipi sono rappresentati dai segni zodiacali e dai pianeti, metafore di forze ed energie cosmiche che ritroviamo, in scala minore, facenti parte del corpo energetico (che in questo caso è denominato “astrale”) dell’uomo e degli animali. Tutto ciò per la legge di corrispondenza (principio ermetico) o sincronicità (Jung), quindi al di là di un rapporto causa-effetto.

Non è quindi giusto dire che le stelle “influenzano” l’atteggiamento dell’uomo, bensì dobbiamo essere consapevoli che tutto l’universo (macrocosmo e microcosmo) è retto dalle medesime leggi o principi.

Se, come risulta dagli studi astronomici, anche le più lontane galassie sono costituite dagli stessi elementi che ritroviamo sulla terra, per analogia in ogni organo c'è la rappresentazione di tutto il nostro corpo o addirittura dell'universo.

Noi uomini del XXI secolo sappiamo che in ogni cellula esiste tutta l'informazione genetica del corpo sotto forma di DNA. Inoltre, in ogni organo, possiamo ritrovare la rappresentazione di tutto il corpo: un po' come accade nell'ologramma, o fotografia tridimensionale: se ne taglio una parte, in essa vedrò sempre l'intero, sia pure in minori proporzioni.

L'auricolodiagnosi, il podomassaggio e soprattutto l'iridologia si basano su tale principio. In particolare l'iride è facilmente visibile perché ricoperta soltanto dalla cornea, che in condizioni normali è perfettamente trasparente.

Sull'iride possiamo riconoscere aree che rappresentano le varie parti del nostro organismo, sia pure con diverse proporzioni, tanto che esistono mappe che riportano l'*homunculus irideus*, che rappresenta, in proporzioni diverse, tutto il nostro corpo.

Tutti i concetti che ho introdotto, nuovi per la nostra educazione, ma antichi quanto l'uomo, ci portano a una ben diversa concezione della medicina.

Il rapporto medico-paziente prende una nuova valenza. Nel rapporto convenzionale il paziente subisce "passivamente" le cure del medico: in qualche modo è nelle sue mani.

In medicina integrata, l'individuo 'utente' (scusate, ma non sopporto più la parola "paziente") diviene artefice del proprio destino e deve imparare a sentire sé stesso, il suo corpo, le sue sensazioni, le sue emozioni, i suoi pensieri. Il colloquio col medico lo deve spingere ad approfondire la propria consapevolezza, a comprendere i suoi ritmi, le sue pulsioni, a percepire i suoi squilibri a qualsiasi livello si trovino. Il terapeuta diventa quindi un amico, un confidente, una persona con più esperienza, di cui fidarsi perché gli indicherà la via migliore, la più idonea per risolvere il problema che lo ha squilibrato, che ha dato origine alla malattia.

Il terapeuta di medicina integrata deve avere quindi una notevole cultura medica e generale: le sue conoscenze non possono limitarsi alla medicina convenzionale o ad alcune branche della medicina energetica: deve essere in grado di valutare nel modo più ampio possibile l'"utente" così da poter realmente indirizzarlo non solo ad una terapia efficace, ma anche a prevenire l'insorgenza degli squilibri, causa delle patologie.

La prevenzione è la migliore terapia e l'esempio del medico è il metodo più convincente.

Il terapeuta non può consigliare di smettere di fumare finché ha la sigaretta in bocca, non può prescrivere una dieta naturale se i suoi pasti sono disordinati e fuori orario.

Il messaggio medico-utente è non solo verbale: ricor-diamoci che per indurre gli altri ad approfondire la loro consapevolezza occorre essere consapevoli noi per pri-mi. Solo se siamo radicalmente e profondamente sicuri delle nostre idee e delle nostre terapie potremo essere convincenti.

Il messaggio che proponiamo è efficace se lo viviamo sulla nostra pelle.

Quindi è importante che il medico sia disciplinato, che sia un esempio vivente delle idee che propugna, saggio e ponderato nei consigli e nella terapia.

Altro aspetto fondamentale è il tempo: non si possono fare visite mediche con la fretta o l'impazienza. Una prima visita richiede almeno un'ora e mezzo e la persona che ci è di fronte si deve sentire a proprio agio, altrimenti non riuscirà ad esprimere, ad esternare i suoi sentimenti e gli avvenimenti della sua vita: spesso ricordarli può essere molto doloroso.

Occorre imparare ad ascoltare: l'ascolto è, per la mia esperienza, la chiave della visita olistica. All'inizio l'utente, come ho già detto, "scarica" sul terapeuta una massa di esami, radiografie, referti medici. Una volta riferiti tutti i "dati scientifici" è probabile che io chieda: "Che libro ha letto nelle ultime settimane?", oppure: "E' contento dei rapporti sessuali con sua moglie?", o anche, semplicemente: "Che tipo di lavoro fa?".

La persona ha un attimo di sorpresa, non capisce; poi, lentamente, inizia a dare informazioni vaghe e generiche per alcuni minuti; gradualmente abbandona la "corazza" che aveva nei miei confronti e le parole sgorgano naturali dal cuore, alcune volte gridate, altre volte accompagnate da pianto o da sospiri: si è creata la comunicazione; è nato il rapporto terapeutico.

Anche senza essere psicologi, almeno nell'accezione comune del termine, è possibile intavolare un dialogo sincero nella maggior parte dei casi, e questo aiuta moltissimo nel ricercare l'origine dello squilibrio, sia esso fisico, emozionale, mentale.

## Esempi paradigmatici di visite integrate

**Roberto** è un giovane industriale che giunge nel mio ambulatorio con un acufene che, insorto da oltre un anno, non tende ad attenuarsi.

E' stato visitato da tutti i più importanti otorini d'Italia, ha eseguito TAC, risonanze, esami uditivi e neurologici, ma senza risultato.

L'udito è perfetto. Non si riscontrano lesioni. Ma il disturbo persiste.

Chiedo se quando è iniziato il problema avesse avuto esperienze traumatiche particolari e lui riferisce di avere avuto, poco prima dell'inizio dei sintomi, una forte delusione sentimentale della quale non voleva "sentire". E l'acufene era insorto proprio per evitargli di "sentire" una realtà per lui molto triste.

**Marina** si presenta con una profonda depressione insorta nell'adolescenza.

Di famiglia benestante, era stata curata da illustri psichiatri di fama nazionale. Ma senza nessun risultato.

Molto esuberante e gioiosa da ragazzina, improvvisamente era caduta in depressione e tristezza, e queste avevano dolorosamente segnato tutta la sua vita.

La faccio parlare e piangere.

Molto religiosa e apparentemente sessuofobica, ebbe all'età di 16 anni un rapporto sessuale con un giovane che, a suo dire, non le piaceva.

Questo rapporto, in lei così religiosa, l'aveva segnata nel profondo, al punto di cercare un matrimonio "riparatore" proprio con questo giovane, che divenne così suo marito.

Ma né il matrimonio, né i figli avevano lenito il senso di "sporco" e peccaminoso che attribuiva al rapporto sessuale, al punto di ripetere continuamente esami ematochimici nel timore di essere stata contagiata da qualche malattia venerea.

Solo la separazione ha riportato un po' di serenità alla sua vita così dolorosamente segnata da un'educazione familiare incongrua.

**Franca**, divenuta non vedente in gioventù per una malattia reumatica, dopo aver eseguito varie terapie ed interventi chirurgici aveva recuperato parzialmente la vista, ma poco dopo aveva iniziato ad essere insicura e a sentirsi inadeguata.

Aveva effettuato varie terapie psichiatriche, omeopatiche ed erboristiche, ma l'ansia non accennava a diminuire.

In seguito la vista iniziò di nuovo a peggiorare, fino a che divenne definitivamente cieca. E, stranamente, l'ansia ed il senso di inadeguatezza cessarono, e Franca ritornò serena e di buon umore. Un vero paradosso!

Franca si era per tutta la vita concentrata sul fatto che fosse non vedente e, una volta che la problematica si era risolta, per lo meno in parte, aveva in qualche modo allontanato la sua attenzione dalla mancanza della vista rendendole la vita senza scopo. Si sentiva perduta.

Una volta insorta nuovamente la malattia, ricominciò a concentrarsi su questo problema che l'aveva accompagnata moltissimi anni; tale problema la portò a riequilibrarsi e a dare di nuovo significato alla sua vita.

**Sonia**, una bellissima ragazza bionda e con gli occhi verdi, poetessa e pittrice, veniva a visitarsi spesso. Nonostante fosse molto ambita per le sue sembianze ed il suo senso artistico da tanti giovani, non riusciva a crearsi una coppia o più semplicemente trovare un fidanzato. Si accomodava in ambulatorio e piangeva disperata senza riuscire a parlare. E così tutte le volte che la vedevo.

Provai molte terapie, ma sempre senza risultato. Quindi le consigliai di sottoporsi a psicanalisi freudiana e per un paio di anni non la rividi.

Quando ritornò mi disse che la psicanalisi le aveva fatto emergere un'esperienza terribile: era stata violentata periodicamente dal padre dall'età di nove anni fino a quindici e ne aveva del tutto rimosso il ricordo.

Da allora ha avuto una vita più serena, ma a distanza di oltre venti anni non è riuscita a realizzare una famiglia o un rapporto stabile con un partner.

Porto questi esempi paradigmatici per evidenziare la difficoltà di una diagnosi, e quindi di una terapia, in vari pazienti.

Le visite frettolose, il soffermarsi solo sulla sintomatologia fisica sono del tutto insufficienti a impostare una cura idonea.

L'Essere Umano non ha solo una realtà fisica, bensì sentimenti, pensieri, sogni, storie, esperienze. Ma se il medico non lo comprende, la sua sarà solo una terapia palliativa e superficiale che risolverà ben poco.

La medicina del futuro prossimo è ancora in gran parte da costruire: ciò che possiamo fare è porre a disposizione degli altri le nostre esperienze, pur essendo pronti a mettere in discussione il nostro sapere.

Non sono molti gli uomini di scienza che possono aiutarci in questa strada, pochi sono coloro che hanno scritto libri sull'argomento o che hanno vissuto sino in fondo questa ricerca. Sono però convinto che se le mie considerazioni insinueranno il seme del dubbio nelle "certezze metafisiche" del lettore e solleveranno interrogativi sul vero significato di parole come "salute" e "malattia", questo breve saggio non sarà stato del tutto inutile.

## Bibliografia ragionata

Questo saggio è frutto di esperienze, incontri, considerazioni. E' difficile ritrovare in esso l'influenza di libri o pubblicazioni di altri autori. Posso quindi solo dare indicazioni di opere che in qualche modo hanno favorito le mie riflessioni, che hanno ispirato l'insorgere di nuove idee.

Tra i **testi divulgativi** devo citare:

– Chandrashekar G. Takkur, *Introduzione all'Ayurveda*, Ubaldini Editore, Roma, 1979.

È un testo esauriente sulla medicina ayurvedica e dell'ambiente filosofico e culturale in cui si è sviluppata.

– Lucia Cordero Ruiz, *Medicina Tradizional China*, Ediz. CICSCH, Città del Messico, 1990.

Buon testo di divulgazione. La Dott.ssa Cordero ha una visione olistica della medicina.

– John W. Armstrong, *L'acqua della vita*, Ediz. BAUL, Carrara, 1994.

Chiarisce il ruolo dell'urinoterapia e delle medicine energetiche nella tradizione occidentale.

– Juan Luis Otazo Prieto, *Astrologia*, Editore dall'autore, Santa Cruz de Tenerife (Isole Canarie).

Testo basilico, puntualizza i rapporti tra astrologia, mito e tradizioni storiche.

Tra le **pubblicazioni tecniche**, più marcatamente professionali, vorrei ricordare:

– Adrian Vander, *Diagnostico per el iris*, Ediz. Adrian Van Der Put, Barcellona 1975.

È uno dei testi di iridologia più noti nel mondo.

- Bernard Jensen, *Manual Naturista del Dr. Jensen*, Ediz. Yug, Città del Messico, 1979;
- Bernard Jensen, *Limpieza de los tejidos a traves del intestino*, Ediz. Yug, Città del Messico, 1983;
- Manuel Lezaeta Acharan, *La Medicina Natural al alcance de todos*, Ediz. Pax, Città del Messico. Gli ultimi tre sono i testi base della medicina naturale occidentale.

- Sheldon B. Kopp, *Guru*, Ediz. Gedisa, Barcellona, 1981;

- Sheldon B. Kopp, *Se incontri il Buddha per la strada uccidilo*, Ediz. Astrolabio, Ubaldini, Roma, 1975.

Sheldon Kopp analizza il rapporto terapeutico alla luce delle attuali correnti filosofiche di occidente e oriente. Ogni medico e ogni psicologo dovrebbero leggere questi testi.

Tra le letture che hanno favorito lo sviluppo della **filosofia terapeutica** dell'Autore sono da citare:

- Tre iniziati, *Il Kyballion*, Edizioni Napoleone.

È il testo classico che spiega i principi dell'Antica Scuola Ermetica Egizia, rivisti nel XIX secolo.

- Samuel Hahnemann, *VI Edizione dell'Organon*, Ediz. Red, Como.

E' la base della moderna omeopatia di cui Hahnemann è fondatore.

- Serge Raynaud De La Ferriere, *Yug Yoga Yoghismo*, Ediz. Diana, Città del Messico, 1969.

È il testo fondamentale per comprendere la filosofia e la tecnica Yoga. E' per esperti che necessitano di conoscenze basiche di Yoga, fisiologia e filosofia per comprenderlo pienamente. La sua impostazione è olistica e transdisciplinare.

- Carl Gustav Jung, *L'uomo e i suoi simboli*, Ediz. Teadue, Milano, 1991.

Indispensabile per comprendere il mondo dei simboli e delle analogie.

- Thorwald Dethleffsen, Rudiger Dahlke, *Malattia e destino*, Ediz. Mediterranee, Roma.

- Dieter Beck, *La malattia come autoguarigione*, Ediz. Cittadella, Assisi, 1995.

- Luis A. Chiozza, *Perché ci ammaliamo*, Ediz. Borla, Roma, 1988.

Sono i libri che più mi hanno fatto riflettere su una nuova visione della medicina. Senza di loro forse non sarebbe stata possibile questa pubblicazione.

I colloqui, le lettere e le documentazioni non pubblicate dell'iridologo tedesco Dott. Siegfried Baumbach e del Dott. Josè Marcelli Noli, messicano, mio Maestro di Yoga e di Vita, sono risultati indispensabili alla formazione professionale ed umana dell'Autore.

A loro va il mio più profondo ringraziamento.