

Il triangolo del benessere

L'uomo è un microcosmo immerso nel macrocosmo Universo ed è formato da tre componenti essenziali: morfologica-strutturale, biochimica-funzionale, psicologica-mentale. Queste possono essere associate ai tre lati di un triangolo equilatero. All'interno del quale troviamo un cerchio, che rappresenta l'energia vitale, costituente un nucleo interno che anima l'organismo e lo mantiene funzionale

Il simbolo del triangolo lo si ritrova sin da tempi antichissimi in tutte le tradizioni, civiltà e culture. Spesso assurge a valore universale e sta a indicare il rapporto tra l'uomo, la terra e l'entità soprannaturale. Vuole esprimere la provenienza e il ritorno all'unità primordiale; l'idea della divinità, una e trina; il significato dell'uomo, la traccia indelebile della sua esistenza terrena e l'ascesi verso il soprannaturale. Questo simbolo, così semplice e profondo, rappresenta l'armonia dell'espressione umana rispetto all'universo, l'anello di congiunzione tra umanità e divinità. La Medicina Biointegrata, avendo come interesse l'uomo in disarmonia con l'ambiente in cui vive e con sé stesso, volendolo raggiungere nel significato di tutte le modalità espressive con cui manifesta il suo disagio, non solo quelle superficiali e apparenti, ma anche quelle più profonde e nascoste, ancorché di valore esistenziale, per quanto sopra espresso, fa propria la simbologia del triangolo e la coniuga di conseguenza.

LE TRE COMPONENTI DELL'ORGANISMO

In Medicina Biointegrata, l'organismo umano è rappresentato dall'unione di tre componenti essenziali:

- componente morfologica-strutturale;
- componente biochimica-funzionale;
- componente psicologica-mentale.

Esse possono essere poste come i lati di un triangolo equilatero. La base rappresenta la parte morfologica-strutturale: tutto ciò che è materia e la sua forma (ossa, tendini, nervi, muscoli, capelli ecc.). Un lato indica la parte biochimica-funzionale: sangue, linfa, ormo-

ni, mediatori chimici, enzimi ecc., da intendere sia come sostanze tal quali sia per l'azione che svolgono. L'altro lato simboleggia la sfera psicologica e mentale propriamente detta. Il Triangolo, così identificato, nel logo della Medicina Biointegrata è sovrastato dalla ruota del tao, che porta con sé le cinque sfere rappresentanti i famosi cinque elementi, fuoco, terra, metallo, acqua e legno, della Medicina Tradizionale Cinese. La dinamica dello *yin yang*, propria del tao, evidenzia la presenza dell'energia, dello spirito che anima il nostro organismo, esso stesso già energia trasformata in materia. I cinque elementi vogliono rappresentare le leggi universali che regolano il nostro microcosmo, in armonia con il macrocosmo universo. Il Triangolo, con sovrapposta la ruota del tao, rappresenta, dunque, il nostro modello di uomo e tutto ciò che può derivarne.

ARMONIA E SALUTE

Lo stato di salute è rappresentato da una condizione d'armonia tra i tre lati del Triangolo, retta, a sua volta, da un equilibrio energetico che è in sintonia con quello del macrocosmo universo in cui siamo immersi. Il Triangolo è retto da tre leggi di natura a valore universale:

- la prima afferma che, come un triangolo è formato da tre lati, così un essere umano è composto dai tre elementi indicati. Un triangolo senza un lato non è più tale, proprio come un essere umano non è più tale senza una delle tre componenti;
- qualsiasi manifestazione, ovunque insorga, su uno dei tre lati del Triangolo, si riversa sempre e comunque sugli altri due;
- non sempre una manifestazione si rivela in forma primaria sul

lato dove ha avuto origine. Sulla prima legge credo ci sia poco da dire. Per quanto riguarda, invece, la seconda, un esempio, per quanto grossolano, può servire a esplicitarla meglio. Poniamo infatti il caso in cui, camminando per strada, ci cada la famosa tegola in testa. Si avrà una ferita e verrà dunque attaccato il lato strutturale, ma ci sarà anche fuoriuscita di sangue e dolore, con coinvolgimento del lato biochimico; infine sarà presente una crisi di ansia, paura, con l'implicazione quindi dell'aspetto psichico.

L'attacco a un lato del Triangolo coinvolge comunque gli altri due. Omettiamo esempi a partenza dalle altre componenti, ma teniamo ben presente che questa è una legge di natura e quindi, di fronte a una problematica, abbiamo il compito d'individuare la sua espressione sempre e comunque su tutti e tre i lati. Quando non riusciamo a coglierne le caratteristiche, non significherà che non ci sono, ma solo che abbiamo un limite nell'evidenziarle.

DA DOVE SI ORIGINA IL MALESSERE

La terza legge è molto importante. La nostra attenzione e le nostre cure di solito sono rivolte al lato dove si evidenzia la manifestazione, ma questo non è necessariamente quello dove la problematica ha avuto origine. Prendiamo ad esempio il caso di una dermatite. Solitamente si attenziona la pelle, che rappresenta il lato strutturale, ma questa, a meno di un danno diretto (tipo ustione, trauma, infezione locale), rappresenta un organo drenante e quindi il lato dove può riflettersi un problema originariamente biochimico (allergia, tossicosi, malattie infettive ecc.), o addirittura di tipo psico-

logico (orticaria su base psicosomatica). Il dermatologo tenderà a curare l'evidenziazione sulla pelle, magari con pomate al cortisone e quant'altro, ostacolando o bloccando quello che sintomatologicamente rappresenta uno sfogo dell'organismo, creando così una cronicizzazione o i presupposti per un altro atto di liberazione, forse diverso e con possibili connotati anche peggiori del primo.

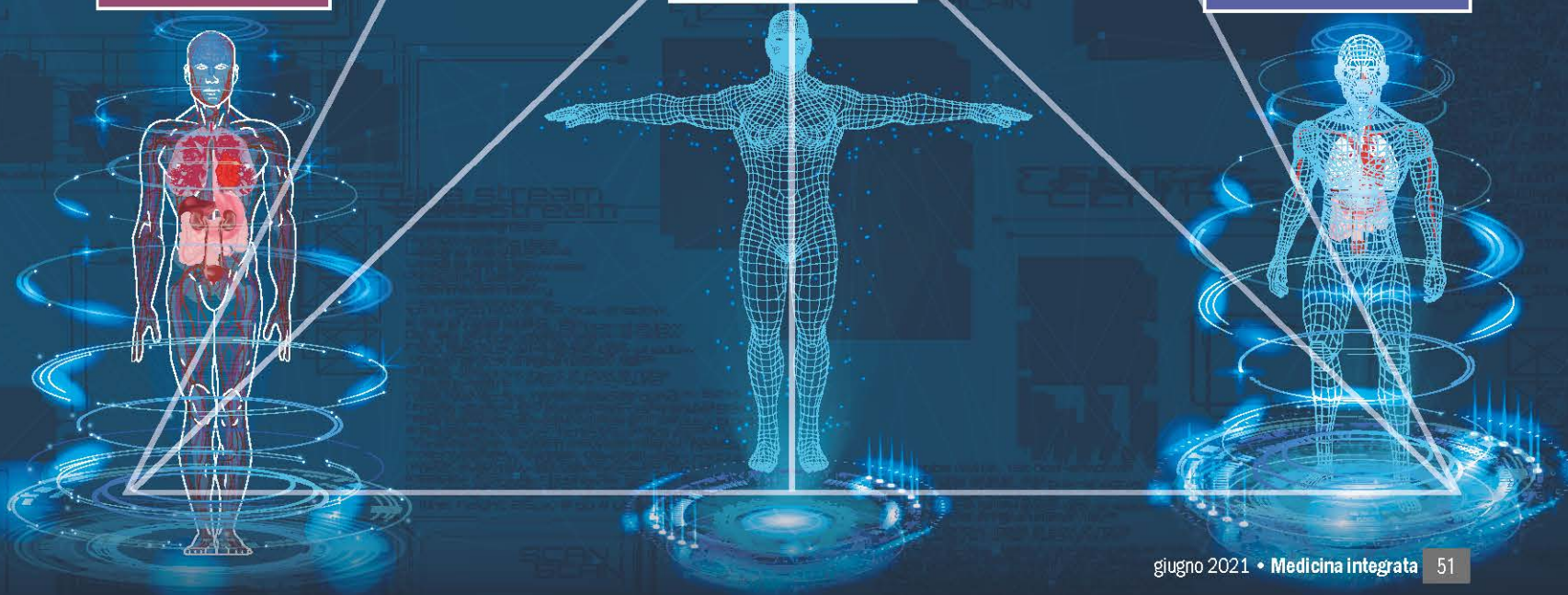
Di fronte a qualsiasi manifestazione di malessere dell'organismo, dunque, il nostro compito deve essere quello di capire ove essa ha origine, su quale lato, e come si riversa poi sugli altri due, spiegarci come l'intero Triangolo sta interagendo. Solo andando a curare il lato inizialmente colpito viene attuata una terapia mirata, diversamente essa assume solo caratteri sintomatici. A scanso di equivoci è bene ribadire che è comunque l'intero organismo a interessarci, per cui la terapia sarà tanto migliore quanto più diretta al triangolo in toto. Avrà comunque possibile risoluzione quanto più andrà a prediligere il lato dove la problematica avrà avuto origine.

Il difficile è capire come la problematica stessa si manifesta su tutti e tre i lati del triangolo e su quale di essi ha avuto inizio. Se si parte, tuttavia, dal principio che il nostro corpo non mente e che ha un suo linguaggio per fornirci le informazioni utili, ne consegue che sta a noi saperlo interpretare, capire ciò che vuole dire. Parlare questo linguaggio deve diventare per noi comune. La sua comprensione non può prescindere dall'intendere l'uomo secondo il modello sopra esposto. Se così non fosse, la nostra attenzione andrebbe a disperdersi o a focalizzarsi su particolari inutili e fuorvianti ai fini di una corretta diagnosi.

*componente
biochimica
funzionale*

*componente
morfo
strutturale*

*componente
psicologica
mentale*



UN PROCESSO DI INTERAZIONE CONTINUA

Il Triangolo uomo, dotato di anima, di spirito, stabilisce, sin dal momento in cui viene concepito, un processo d'interazione continua con il macrocosmo-universo che lo circonda e di cui egli stesso, in quanto microcosmo, fa parte. Il microcosmo-uomo non può essere più considerato tale se non interagisce con il macrocosmo in cui è immerso. Il microcosmo-uomo trae nutrimento dal macrocosmo-universo che egli stesso contribuisce a determinare. Il processo d'interazione è indispensabile, perché da esso generano tutti i fenomeni vitali. Nel processo d'interazione (che letteralmente significa agire tra), ogni parte o componente è importante, ogni una di esse determina ed è determinata da tutto il resto. Pensate, traslando il concetto, che ogni nostra più piccola cellula determina l'universo e da esso è determinata, pensate a quanto siamo importanti, come tutto è importante; sembra impossibile, inafferrabile, ma in effetti non lo è. La parte è fondamentale per l'intero, come l'intero è fondamentale per la parte. Una parte, oggettivamente, non può vivere senza l'intero, se non con mezzi artificiali, ma l'intero può vivere senza una sua parte. Una cellula può anche morire, il che non significa che l'organo di cui fa parte non vive più, ma se non vive l'organo non potrà neanche vivere la sua cellula. Questo concetto è però solo relativamente valido. Alcuni pensieri cinesi recitano: «La nascita non è un guadagno, la morte non è una perdita. Condensata la materia diviene un essere, rarefatta diventa il substrato dei mutamenti. La vita è una continuità di trasformazioni. Nascita e morte sono solo mutazioni dell'energia universale». Da questi antichi detti dei saggi cinesi, e soprattutto dall'ultimo, deriva un concetto ancora più profondo, vale a dire che ciascuna parte è importante solo in quanto inserita nell'universo, non importa se da viva o da morta, perché anche in questo secondo caso esiste comunque, svolge un suo ruolo, è materia tornata energia, muore perché così permette alle altre di vivere all'interno di quell'incredibile armonia di cui essa stessa fa parte, creatura cosmica di origine divina.

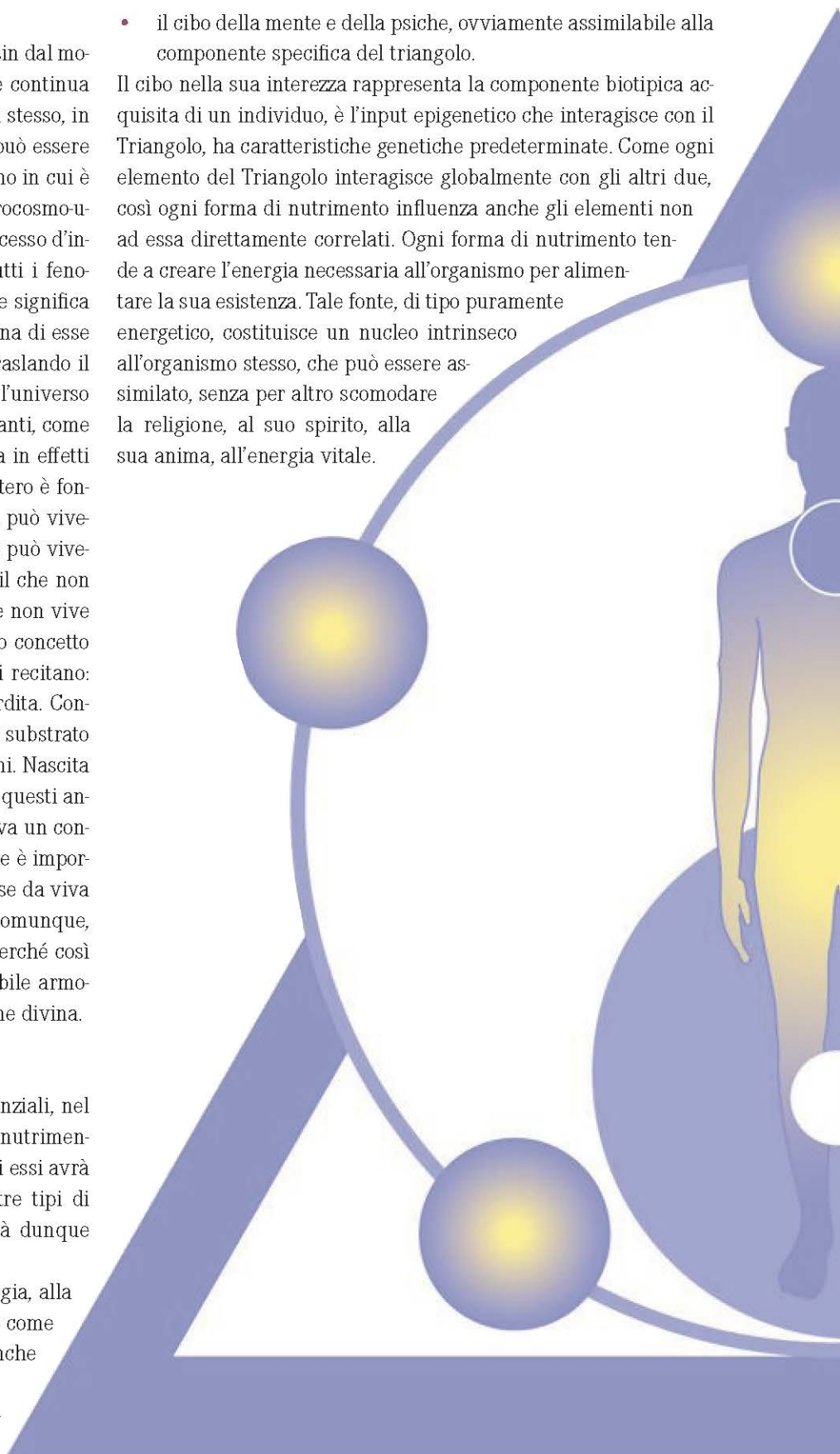
TRE CIBI PER TRE LATI

Se l'uomo, come detto, è composto di tre elementi essenziali, nel suo processo d'interazione con l'ambiente, finalizzato al nutrimento e alla generazione dei fenomeni vitali, per ciascuno di essi avrà bisogno di uno specifico cibo. Esisteranno, pertanto, tre tipi di cibo, uno per ciascun lato del Triangolo-uomo. Si potrà dunque distinguere:

- il cibo della terra e dell'aria, assimilabile, per analogia, alla componente biochimica. Esso può essere concepito come cibo comunemente inteso (pane, acqua ecc.), ma anche l'aria che respiriamo;
- il cibo del movimento e della postura fisica, assimilabile alla componente morfologica-strutturale;

- il cibo della mente e della psiche, ovviamente assimilabile alla componente specifica del triangolo.

Il cibo nella sua interezza rappresenta la componente biotipica acquisita di un individuo, è l'input epigenetico che interagisce con il Triangolo, ha caratteristiche genetiche predeterminate. Come ogni elemento del Triangolo interagisce globalmente con gli altri due, così ogni forma di nutrimento influenza anche gli elementi non ad essa direttamente correlati. Ogni forma di nutrimento tende a creare l'energia necessaria all'organismo per alimentare la sua esistenza. Tale fonte, di tipo puramente energetico, costituisce un nucleo intrinseco all'organismo stesso, che può essere assimilato, senza per altro scomodare la religione, al suo spirito, alla sua anima, all'energia vitale.



La Medicina delle medicine

In un mondo spinto sempre più verso un processo di globalizzazione, di fronte al frastagliarsi sempre più ampio delle conoscenze e alla realizzazione multiforme che la scienza medica sta subendo, nella situazione in cui le varie medicine sembrano contrapporsi, alcune dandosi l'esclusiva patente di scientificità, altre lottando per acquisirla, è utile e doveroso offrire una risoluzione, una medicina, appunto, che possa operare nel senso dell'integrazione e dell'armonizzazione tra esse. Il libro *"Medicina Biointegrata. La medicina delle medicine"* di Franco Mastrodonato, edito da Tecniche Nuove, rappresenta un passo importante in tale direzione. L'autore, individuando punti in comune alle varie forme di medicina, pone le basi e offre una metodologia per una medicina in cui tutte le altre possono ritrovarsi, una casa comune, dunque, in cui ciascuna può confrontarsi e trovare utili sinergie con le altre. Da questo processo deriva una realtà in cui lo stesso lettore può calarsi, trarne facili suggerimenti per conoscersi meglio e utili consigli per migliorarsi. L'opera, infatti, è diretta a un vasto pubblico, agli specialisti del settore come ai cultori e ai pazienti stessi, nell'intento di dare conoscenze e provocare riflessioni circa un nuovo modo di ragionare e di affrontare l'argomento salute, nell'ottica di un utile compromesso tra chi già possiede conoscenze in merito e chi invece ci si avvicina per la prima volta.



Il Triangolo è il mezzo di scambio tra l'ambiente esterno e il nucleo energetico interno, è attraverso di esso che ogni input ambientale viene processato e rilasciata l'energia vitale. Le tre componenti, (nucleo energetico interno, Triangolo e ambiente esterno), sono inscindibili e interagenti. «Noi siamo ciò che mangiamo»: così recita un vecchio e sempre attuale aforisma e allora, se assumiamo cibo dall'ambiente, noi siamo ciò che assumiamo, siamo il riflesso dell'ambiente che ci circonda, noi siamo l'ambiente. Se noi siamo ambiente perché di esso ci nutriamo, se l'ambiente siamo noi perché così come ci determina, lo determiniamo, è di fondamentale importanza avere un buon rapporto con esso e quindi con noi stessi. È vitale vivere in armonia con l'ambiente, se c'è disarmonia non è più vitale, sarà malattia. La salute è l'espressione dell'armonia con l'ambiente; la malattia è l'espressione dell'azione che il nostro organismo compie per cercare di recuperare l'armonia perduta. A ciascuno, dunque, è adatto, secondo costituzione, un certo cibo, un certo stile di vita, che siano caratterizzati dalle modalità giuste per esaltare le potenzialità insite nel modo di essere fisico, biochimico, psicologico e spirituale di ciascuno. Si tratta di un'integrazione perfetta tra ciò che si è e l'attuazione di mezzi per essere migliori, secondo un percorso di crescita ed evoluzione strettamente personale.