

## Guarire Ridendo

di Jacopo Fo (tratto da BioGuida n. 12 Primavera 2006)

Ci sono due tipi di malattie: mortali e non mortali. Quelle NON mortali sono le migliori&hellip;

Se c'è una cosa che odio sono le malattie mortali. Le odio anche se non ne ho mai sperimentata una... Io sono più il tipo che si procura malanni lunghi e dolorosi e poi muore per uno starnuto... Questa convinzione non mi ha però impedito di precipitarmi dal medico per ogni sintomo chiedendogli su quanti mesi di vita potessi contare. Un medico mi ha detto che sono un "ipocondriaco" (cioè uno che se la fa sotto al solo pensiero e vede dietro a ogni foruncolo un tumore). Ma non è vero, sono solo prudente e prima di curarmi con le medicine dolci preferisco essere sicuro. Adoro le ecografie e la risonanza magnetica, le analisi del sangue e quelle delle urine. Disgraziatamente il mio omeopata, che ha studiato da chirurgo, non vuole visitarmi, mi riceve solo per telefono e mi dice invariabilmente che non sto morendo, è solo stress. Essendo un omeopata serio mi prescrive sempre la stessa medicina. Io la compro, la metto sul comodino e già a guardarla mi sento meglio. Tengo in casa anche una spaventosa scorta di analgesici e sonniferi. Perché non si sa mai, mi venisse qualche cosa di selvaggio e di improvviso che non riuscissi a sopportare nemmeno con lo yoga, potrei pur sempre entrare in anestesia totale per una settimana.

L'anestesia totale è meravigliosa...

E anche quella locale non è male. Dal dentista non apro neanche la bocca prima che mi abbia desensibilizzato tutto fino alle orecchie. Quando sono totalmente sordo apro le fauci e inizio a fare "Aaaaaahh!" urlando come un forsennato. Il dentista mi dice di piantarla che non mi deve guardare le tonsille e che i vicini si sono già lamentati e i clienti scappano. Ma io non sento niente e continuo a urlare perché non voglio rischiare di sentire il rumore del trapano. Ma torniamo alle malattie mortali. Cosa si fa quando ce ne capita una? Il problema delle malattie mortali è il tempo. In realtà tutte le malattie mortali sono curabili. Solo che alcune guariscono troppo tardi. Però c'è una buona notizia: non esiste una malattia mortale che sia onnipotente. C'è sempre qualcuno che si salva. Persino se ti piglia la peste bubbonica hai una possibilità su tre di scamparla. Le epidemie non sono mai riuscite a far fuori tutta la popolazione, neanche nel Medio Evo. Per ogni malattia, c'è un 33% di malati che guarisce comunque, e un 33% di malati che non guarisce in nessun caso. La cosa importante è far parte del 33% giusto&hellip;

Sarebbe stupido se dessi consigli su come affrontare una malattia mortale. Non ho esperienze dirette e non sono un medico. Però questo principio statistico mi sembra molto importante. Quali sono le qualità che permettono a un "condannato" su tre di salvarsi sicuramente? È solo questione di fortuna e predisposizione genetica, o c'è qualche cosa che a volte possiamo fare per rientrare nella percentuale agognata? Abbiamo già detto che molto dipende dal nostro atteggiamento di fondo, ma c'è di più. Negli ultimi anni alcuni ricercatori hanno portato la loro attenzione sul fenomeno dei miracoli, proponendo un punto di vista totalmente nuovo. Si sono verificati indiscutibilmente migliaia di casi di persone guarite "miracolosamente", cioè contro ogni previsione medica. Queste guarigioni vengono ottenute nei modi più strani: fede, magia, terapie energetiche, figurazioni mentali, terapie motivazionali, meditazione, ecc... Certo, queste tecniche guariscono raramente, ma è un fatto che in alcuni casi abbiano successo. I ricercatori hanno iniziato a catalogare queste tecniche e ne hanno trovate di ogni tipo. C'è chi immagina centinaia di coniglietti bianchi e gentili (la cura) che divorano una prateria di erba verde (il male). C'è chi prega, chi va a Lourdes. Chi inizia a dipingere il suo male. Chi usa il sorriso e sorride a ogni organo dedicando a questa attività mentale un'ora al mattino e una alla sera. C'è chi partecipa a riti sciamanici. Chi usa i minerali, chi la luce colorata, la musica, il viaggio extracorporeo, intrugli rivelati in sogno da una vecchia zia morta in Burundi. C'è chi viene curato dagli angeli e chi combatte il male trasformandosi nel proprio animale guida, chi usa gli allucinogeni e chi si dedica alla cerimonia del the o usa il Qi-Gong. Come ho detto, queste tecniche originali hanno ognuna la capacità di guarire pochissimi soggetti. Ma, nell'insieme, possono rappresentare una risorsa di incredibile efficacia per persone che sono state date per spacciate. Queste cure in effetti

sono complessivamente l'unico sistema efficace se la medicina normale non lascia speranze. Come diceva qualcuno (forse Sherlock Holmes): «Scartate tutte le ipotesi possibili, restano soltanto le ipotesi impossibili». La difficoltà sta nel riuscire a trovare quella particolare terapia alternativa che funzioni con te, e prima ancora, nel riuscire a spiegarci queste guarigioni miracolose. Anch'io, come molti, ritengo che non si tratti di miracoli nel vero senso della parola, ma dal risultato di un rapporto corretto con il nostro subconscio. Esso ha potenzialità inesprese enormi. La vita di ognuno di noi soffre di determinati squilibri dovuti al disordine alimentare, allo stress, all'ambiente dove viviamo, alle abitudini sbagliate. L'inconscio registra questo squilibrio e decide quale malattia particolare dovrà servire a ristabilire quell'armonia che garantisce la sopravvivenza.

Con la malattia il corpo si mantiene in vita

Per questo avere piccole malattie spesso non è un male. Vuol dire che il subconscio reagisce subito a ogni stato di disordine. Ed è la malattia stessa che, provocando i sintomi adatti, inizia a curare lo squilibrio. Alla fin fine, il dolore che un malanno provoca è, esso stesso, la medicina. Questo è importante perché la malattia mortale è guaribile solo nel caso che sia provocata da un errore del subconscio. Infatti solo se il subconscio ha realmente la possibilità di correggere l'errore possiamo sperare in un successo delle terapie non convenzionali. Voglio dire che ci sono casi nei quali nessuna medicina può avere effetto, perché le cause del male sono indipendenti dal subconscio e fuori dalla possibilità della medicina ufficiale. Se vi sparano, mangiate un chilo di cianuro, vi becca un virus davvero micidiale o avete una tara genetica, non c'è antibiotico né miracolo che tenga. Ma questo lo potete sapere solo dopo che siete morti... Finché c'è vita, c'è la possibilità di scovare il tasto giusto che potrebbe attivare "miracolosamente" la guarigione. Questo discorso è particolarmente valido per alcune malattie degenerative, come i tumori o le leucemie. Le più recenti indagini dimostrano proprio che questi processi di autodistruzione delle cellule sono attivati da meccanismi difensivi dal nostro corpo che si sbagliano e iniziano ad attaccare le cellule sane. In casi come questi è proprio come se l'inconscio avesse schiacciato un pulsante sbagliato. L'unica possibilità di guarire sta nel riuscire a riportare l'interruttore nella posizione corretta. Ma, la mente razionale non ha la possibilità di accedere direttamente all'interruttore, né di comunicare all'inconscio la necessità di farlo. Ecco che subentra lo sciamano che, se è fortunato, riesce a dire al subconscio «Fai scattare di nuovo l'interruttore!» e viene obbedito. Che lo faccia vestito da indiano, parlando in latino, mimando un'operazione chirurgica, emettendo polverine dorate dalle dita o vestendo un camice bianco da grande medico europeo, poco importa. L'importante è che trovi la parola "magica" che porterà l'inconscio a capire il proprio errore. Qualcuno chiederà: «Ma allora è colpa del subconscio?». A volte sì, magari solo in parte, a volte no. Comunque è "colpevole" solo per modo di dire. Lui fa il suo mestiere ed è bene così. Non è colpa sua se ci sono tante difficoltà di comunicazione tra conscio e inconscio, per ragioni che hanno radici molto lontane nella storia della nostra cultura. E' però possibile risolvere questi problemi di comunicazione, prevenendo così l'insorgere delle malattie gravi. Ma se vi trovate già a fronteggiare un brutto male, allora non avete tempo per piangere sul latte versato. Nessuno può decidere per te. L'unica possibilità che hai è affidarti alla cura che più ti ispira, sperando di beccare quella che funziona.

Come si fa a incontrare qualcuno che ti faccia il miracolo giusto?

Riuscire a godersi un miracolo non è una questione di intelligenza. Le persone intelligenti sono spesso anche molto razionali. E questo è un problema. Il subconscio è molto irrazionale. Se tendi a mantenere il controllo sulla situazione non ottieni niente. Perché le terapie non convenzionali e le magie funzionino, lasciati andare liberamente alla suggestione. Solo così arriverai a toccare la zona giusta del tuo cuore, della tua pancia... sì, perché il cervello inconscio non sta solo nella testa, è una facoltà diffusa. Si tratta di seguire un filo affascinante di casualità e suggestioni. Si tratta di dare spazio ai desideri che l'inconscio esprime facendoti apparire più luminosa, armonica o morbida un'idea. La razionalità non può da sola trovare questa chiave di guarigione. Devi seguire l'intuizione, la curiosità, le casualità, le coincidenze, il capriccio. Accettare che sia l'inconscio a guidare la danza, a indicare la strada giusta con il linguaggio delle emozioni. È una scelta ardua e affascinante. Devi trovare molta fiducia per seguire così, senza senso apparente, il girovagare di questa ricerca. E proprio perché la posta in gioco è la tua vita devi affidarti alla clemenza dei giudici, alla divina provvidenza, alla buona stella. Come Indiana Jones nel film L'ultima crociata, quando deve attraversare il ponte che non c'è: se sarai certo dell'esistenza del ponte invisibile, i tuoi piedi lo troveranno, ma se non hai fiducia non ci sarà nessun ponte a sostenerti e precipiterai nell'abisso. Devi avere una smodata fiducia nel fatto che la forza vitale sia in te abbastanza forte da salvarti. Forse fallirai comunque ma, in ogni caso, avrai realizzato un'intimità nuova con la tua stessa vita. E questa sola, pur nella tristezza della tua esistenza, ti avrà ripagato della fatica di vivere. L'unica traccia che in questo viaggio si può seguire è la piccola luce che brilla dentro di noi. No, non sto parlando in modo retorico. Parlo di qualche cosa di concreto e tangibile che puoi sentire se chiudi gli occhi e ti ascolti. Quante volte l'hai sentita? Cerca di ricordare come ti sentivi nei tuoi momenti di gioia di innamoramento o come ti senti ogni volta che scoppi a ridere. Questi stati di felicità sono generalmente associati a una percezione maggiore della luminosità intorno a noi. A tratti, per brevi istanti, sembra addirittura di sentire che questa luminosità si sprigiona anche dentro di noi. La forza misteriosa che ci fa vivere diventa quasi palpabile: viviamo queste esperienze per troppo poco tempo e dedichiamo troppo poco tempo ad

ascoltare, in ogni particolare, le sensazioni meravigliose che questi stati di coscienza ci regalano.

(disegni originali di Jacopo Fo - [www.jacopofo.it](http://www.jacopofo.it) )