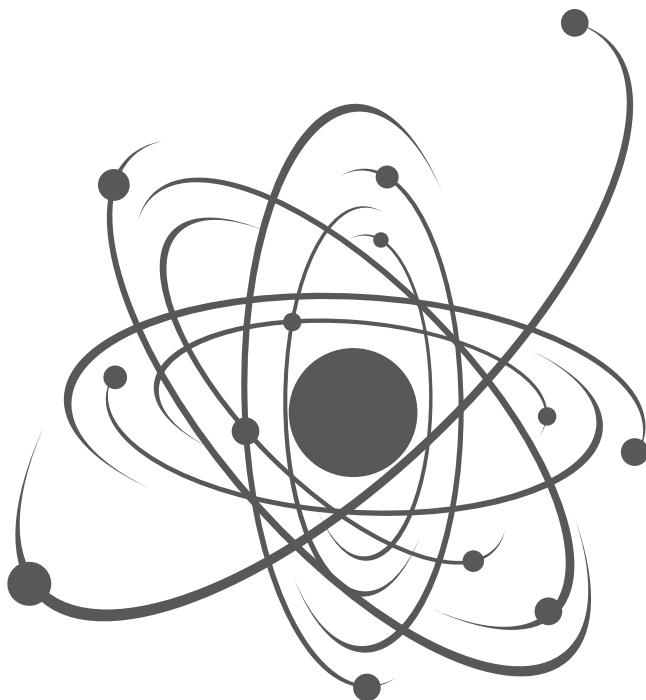


Pontos de Mutação na Saúde



Pontos de Mutação na Saúde

Integrando corpo e mente

Amit Goswami

Wallace Liimaa

Stanislav Grof

Francisco di Biase

Richard L. Amoroso

Dejan Raković

Živorad Mihajlović Slavinski

Míria de Amorim

Humberto Maturana

Ximena Dávila

Jean-Yves Leloup

Pierre Weil

Konstantin Korotkov

Copyright © Wallace de Carvalho Ferreira Lima, 2011
Copyright © Editora Aleph, 2011

CAPA: RS2 Comunicação
COPIDESQUE: Hebe Ester Lucas
REVISÃO: Mônica Reis
PROJETO GRÁFICO E EDITORAÇÃO: RS2 Comunicação
COORDENAÇÃO EDITORIAL: Débora Dutra Vieira
Marcos Fernando de Barros Lima
DIREÇÃO EDITORIAL: Adriano Fromer Piazzì

Todos os direitos reservados.
Proibida a reprodução, no todo ou em parte, através de quaisquer meios.

EDITORA ALEPH LTDA.
Rua Dr. Luiz Migliano, 1.110 – Cj. 301
05711-900 – São Paulo – SP – Brasil
Tel.: [55 11] 3743-3202
Fax: [55 11] 3743-3263
www.editoraaleph.com.br

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Pontos de mutação na saúde: integrando corpo e
mente / Wallace Liimaa, (organizador).
São Paulo: Aleph, 2011

Vários autores.
ISBN 978-85-7657-115-5

1. Ciências 2. Corpo e mente 3. Espiritualidade
4. Física quântica 5. Psicologia transpessoal
6. Psicoterapia 7. Saúde-promoção 8. Terapêutica
I. Liimaa, Wallace.

11-08985

CDD-613

Índices para catálogo sistemático:
1. Pontos de mutação na saúde: Saúde integral:
Promoção 613

Sumário

Prefácio	9
1. Saúde e cuidado na visão do ativismo quântico <i>Amit Goswami</i>	15
2. Medicina mente-corpo: Uma abordagem quântica, relativística e ecológica <i>Wallace Liimaa</i>	27
3. Manifestações físicas de distúrbios emocionais: observações do estudo de estados incomuns da consciência <i>Stanislav Grof</i>	55
4. Percepção holoinformacional: implicações para a psicologia transpessoal e autoimunidade <i>Francisco di Biase e Richard L. Amoroso</i>	85
5. Fenomenologia de (psico)terapias dos meridianos: Implicações quântico-holográficas e psicossomático-cognitivas <i>Dejan Raković e Živorad Mihajlović Slavinski</i>	163
6. Fatores de auto-organização: um novo paradigma na arte de curar <i>Míria de Amorim</i>	197
7. O grande, o pequeno, o humano: Reflexões prévias à saúde <i>Humberto Maturana e Ximena Dávila</i>	227
8. Cartas aos terapeutas <i>Jean-Yves Leloup</i>	245
9. Novos paradigmas em ciência e medicina <i>Pierre Weil</i>	263
10. A bioeletrografia eletrofotônica <i>Konstantin Korotkov</i>	283

Prefácio

O presente livro representa um marco na história da ciência contemporânea por reunir, numa mesma obra, respeitáveis escritores do cenário mundial, cujos trabalhos espelham um propósito comum no sentido de fortalecer a emergência de um novo paradigma na ciência.

O paradigma cartesiano, de base essencialmente materialista, há muito tempo dá sinais de esgotamento, e apesar de não podermos negar a sua eficácia dentro de certos parâmetros, novos modelos mostram-se mais abrangentes e expandem a nossa percepção da realidade, indo ao encontro das proposições das mais antigas tradições espirituais do Oriente e do Ocidente.

O Paradigma Quântico e Relativístico, que emergiu no início do século 20, foi um marco para a humanidade, pois pela primeira vez identificou-se o caráter energético de toda a matéria do Universo. Vivemos num imenso mar de energia que se apresenta para nós como matéria em diferentes níveis de densidade. A viagem ao interior do átomo, proporcionada pela física quântica, revelou a relação de interdependência entre as partículas do mundo subatômico e a capacidade de cada partícula englobar na sua estrutura a informação sobre todas as demais, o que é a base do paradigma holográfico. Abria-se a porta para a abordagem sistêmica, transcendendo a fragmentação preconizada pelo cartesianismo.

A constatação científica do comportamento quântico-holográfico do cérebro veio fortalecer ainda mais o novo paradigma.

Nesta obra, cientistas notáveis – investigadores da condição humana – revelam com seus trabalhos a dimensão de complexidade que orienta uma abordagem da saúde integral.

O atual modelo biomédico, regido pelas megacorporações da indústria farmacêutica, revela há muito suas limitações. A mera superação dos sintomas das enfermidades e a ausência de foco numa medicina preventiva conduziram a humanidade a uma situação de doenças epidêmicas numa proporção nunca antes vista na História. Cada nova geração se apresenta mais frágil que a anterior e mais suscetível às enfermidades.

A proposta deste livro é trazer de maneira contundente um novo modelo biomédico que, devido à sua abordagem integral e sistêmica, representa os verdadeiros *pontos de mutação na saúde*.

Stanislav Grof, um dos pais da psicologia transpessoal, com base em mais de 40 anos de pesquisa, vai além do atual modelo psicanalítico centrado nos aspectos traumáticos e limitantes após o nascimento e nos revela a existência das matrizes perinatais associadas ao trauma do nascimento. Além disso, estimulando no paciente estados não ordinários de consciência, revela-nos o caráter transpessoal da nossa existência, e, tal qual as partículas atômicas, confirma que também trazemos no nosso processo evolutivo a história do cosmos, e que o acesso às causas dos distúrbios, nesses estados não ordinários, revelou um poderoso potencial de cura associado a esse processo.

A eficácia nos processos de respiração holotrópica – técnica desenvolvida por Grof e sua esposa, Cristina – convida-nos à expansão das fronteiras do materialismo científico, indo ao encontro da dimensão numinosa, espiritual, defendida pelas tradições espirituais do Ocidente e do Oriente.

Amit Goswami convida-nos a transcender o determinismo genético e utilizar os princípios quânticos, como a não localidade e os saltos quânticos, para transformar a si mesmo e a sociedade. Como Grof, defende a integração entre espiritualidade e ciência, potencializando os processos de transformação pessoal.

Amit questiona as bases materialistas da medicina atual, apontando para a eficácia da chamada medicina alternativa. Traz as evidências da energia vital nos processos biológicos, bem como das dimensões mental e supramental, associadas ao corpo físico. Propõe uma integração entre a medicina alopática e a medicina alternativa, na qual o ativista quântico compreenderá que os processos desarmônicos nem sempre estão associados aos processos genéticos, mas às experiências internas de cada um.

Míria de Amorim nos apresenta com um trabalho de pesquisa original. O método de cura FAO (Fatores de Auto-organização) integra os princípios quânticos ao conhecimento alquímico, associados à medicina dos chacras, reconhecida há milênios no Oriente, e às ultradiluições da homeopatia. O resultado é um método de cura singular. Míria também desenvolve um projeto com pequenos agricultores no Rio de Janeiro, eliminando os agrotóxicos das culturas. Os primeiros resultados são surpreendentes, com a colheita de tomates e hortaliças vigorosos e saudáveis, introduzindo a agro-homeopatia na produção de produtos orgânicos, com implicações diretas na saúde da população.

Richard Amoroso e Francisco de Biasi, num artigo vigoroso, estabelecem as bases da medicina noética, que contempla os aspectos espirituais da cura inspirada no ideal platônico de transcendência como a forma mais evoluída de acessar o conhecimento.

Apoiados na Teoria do Cérebro Holonômico do neurocientista Karl Pribram e na Teoria Quântico-Holográfica do físico David Bohm, introduzem um modelo de interação quântico-holográfico informacional do cérebro-consciência-Universo como o paradigma holoinformacional.

Segundo os autores, o processo holográfico de informações neuronais pode ser otimizado por meio de práticas de meditação profunda, orações e outros estados superiores de consciência que fortalecem a coerência das ondas cerebrais.

Para eles, o impacto da descoberta da Teoria Noética holoinformacional se equipara à descoberta do modelo heliocêntrico por Copérnico, com diretas implicações na medicina e na psicologia.

O sérvio Dejan Rakovic faz uso do modelo quântico-holográfico para fundamentar processos de cura capazes de remoção rápida de traumas, fobias, estresse pós-traumático e outras desordens psicossomáticas que associa aos saltos quânticos descontínuos do interior do átomo. Dejan demonstra haver uma estreita relação entre a consciência e o sistema de acupuntura e que o todo psicossomático corresponde a um grande holograma quântico, tanto em nível individual quanto coletivo.

Ele também traz as bases científicas para a existência de dois modos cognitivos de consciência. Um deles direto, quântico-coerente, associado aos estados espirituais criativos e alterados, como na meditação, oração, cochilos

criativos e sonhos lúcidos. E outro indireto, reduzido classicamente, associado aos estados normais de consciência, mediados pela percepção racional como a percepção sensorial, raciocínio lógico e pensamento científico. O seu trabalho aponta as bases científicas do modelo transpessoal da realidade, bem como da psicossomática individual e coletiva.

O artigo de Pierre Weil mostra como a visão fragmentada do modelo reducionista mecanicista, inspirado no legado de Newton e Descartes, ainda predomina no modelo biomédico contemporâneo, e que o paradigma holístico com base no paradigma quântico e holográfico representa a perspectiva urgente de um novo modelo biomédico capaz de contemplar o ser humano integral.

Humberto Maturana, num artigo sensível, afirma que “...não dominamos a natureza; na melhor das hipóteses, podemos dançar com ela, e para isso temos de obedecer às suas exigências”. Ele indica a biologia cultural e a física quântica como modelos contemporâneos capazes de nos assessorar na busca da compreensão última da realidade.

No artigo “Cartas aos Terapeutas”, Jean-Yves Leloup contempla com profundidade a ideia que se costuma ter do que chamamos de realidade. “O que é o real? Quanto mais busco compreender, tanto mais ele me escapa.” Leloup traz o aspecto da realidade de cada um como algo fundamental para a ação íntegra do terapeuta.

Os artigos de Konstantin Korotkov e Thornton Streeter mostram as novas tecnologias quânticas capazes de integrar conhecimentos ancestrais como a acupuntura e a medicina dos chacras, deixando claro a perspectiva da medicina energética, capaz de contemplar a dimensão sutil dos desequilíbrios, tornando-se uma ferramenta indispensável dentro de uma abordagem preventiva e eficaz da saúde integral.

O artigo de Wallace Liimaa contempla a Física Quântica e Relativística, bem como a psiconeuroimunologia como base para compreender a medicina mente-corpo, tornando a investigação do efeito placebo e das curas quânticas um caminho seguro para reconhecer a dimensão profunda na qual acessamos o nosso potencial de autocura.

No século passado, o Prêmio Nobel de Física, Niels Bohr, o mais influente cientista na estruturação do paradigma quântico, ao visitar a China e deparar com o milenar símbolo da sabedoria taoísta, o Tai Chi, que traz os

aspectos complementares da existência por meio dos opostos polares *yin* e *yang*, reconheceu ali os aspectos duais de onda e partícula que caracterizam a natureza da luz e da matéria e uma realidade que transcende ambos os aspectos.

Este livro traz, de maneira contundente, as bases para acessar a realidade com a abertura necessária para compreender sua dimensão material e espiritual, bem como da dimensão pessoal e transpessoal, não como aspectos antag nicos, mas complementares e essenciais para acessar os programas de autocura que todos nós possuímos, convidando-nos a uma nova concepção de saúde, equivalente a genuínos *pontos de mutação*.

Em sua primeira versão, este livro foi lançado em 2009, no I Simpósio Internacional de Saúde Quântica e Qualidade de Vida, que aconteceu no Centro de Convenções de Pernambuco. Esse evento foi um marco na consolidação de um novo paradigma na saúde, capaz de contemplar o ser humano em suas dimensões física, emocional, mental e espiritual.

Vivemos um momento singular na história da humanidade, em que a ciência, reconhecendo a sabedoria de conhecimentos ancestrais do Oriente e do Ocidente, avança sem preconceitos numa investigação que já rende os melhores frutos na compreensão da natureza humana, contribuindo, assim, para que os seres humanos expandam a compreensão sobre si mesmos e sobre toda a complexidade da realidade exterior, que se revela cada vez mais inseparável da realidade interior.

Wallace Liimaa



CAPÍTULO 2

Medicina mente-corpo: Uma abordagem quântica, relativística e ecológica

*Wallace Liimaa*¹

A questão da saúde sempre permeou a minha vida, e desde cedo, ainda adolescente, deparei-me com problemas alérgicos. Aos dez anos, fui operado das amígdalas, recurso já utilizado por uma das minhas irmãs antes de mim, devido a infecções na garganta, acompanhadas, muitas vezes, de febre alta.

As famigeradas injeções de Benzetacil, potente antibiótico, marcaram-me pelas dores, que se estendiam por alguns dias, levando-me a sonhar em ser operado para me livrar daquela tortura iminente a cada crise de garganta. Fazer essa cirurgia foi uma alegria, pois assim me livrava definitivamente das assustadoras injeções de Benzetacil. Eu não sabia que as amígdalas faziam parte das defesas do corpo e que a sua retirada iria fragilizar o meu sistema imunológico, abrindo as portas para outras enfermidades. Foi o meu primeiro contato traumático com a medicina mecanicista voltada para a cura dos sintomas sem sequer investigar as suas causas.

Sendo assim, quatro anos mais tarde viria a ter problemas alérgicos, que me conduziram a problemas respiratórios, culminando, eventualmente, em crises de asma, associadas às desagradáveis falta de ar. Tinha me livrado das dolorosas injeções, mas agora era levado a uma utilização crescente de anti-alérgicos. Cheguei a fazer exames com um renomado alergologista no Recife,

¹ Engenheiro eletrônico. Pesquisador da física quântica e sua relação com a saúde (saúde quântica). Consultor, palestrante internacional e terapeuta quântico. Autor da obra *Princípios quânticos no cotidiano* (Ed. Aleph).

que me receitou uma gama de remédios de última geração. O mesmo médico receitou um antibiótico, que me neguei a tomar. Tinha tido uma infecção urinária e me foi receitado um antibiótico à base de sulfa que causou estragos no meu sistema digestivo, levando-me a desconfiar desses poderosos medicamentos e seus efeitos colaterais, pois costumam provocar estragos que poderão se transformar em futuros problemas de saúde pelo seu uso indiscriminado.

Apesar de estar sendo assistido por especialistas e de haver tomado diversos remédios, os problemas alérgicos persistiam e vez por outra desembocavam numa nova crise.

Nesse período, casualmente, deparei-me com um artigo que falava sobre homeopatia, um processo de cura que usa uma lógica diferente dos medicamentos alopáticos, pois em vez de combater os sintomas, a partir de uma lógica bioquímica que se opõe à química das doenças, a homeopatia utiliza o princípio causador da doença de maneira diluída, estimulando o sistema imunológico a se defender dessa causa específica, conduzindo, assim, à cura dos males. Dessa maneira, com o semelhante cura-se o semelhante, acionando o potencial de cura do próprio corpo. Outro fato é que como o princípio ativo é bastante diluído, os efeitos colaterais são desprezíveis.

Impressionado com o artigo, dirigi-me à farmácia Sabino Pinho, que fora citada como a mais antiga farmácia homeopática da América Latina. Fui atendido por um simpático senhor que, após uma longa conversa, receitou-me três medicamentos. Um deles deveria ser tomado apenas nas crises.

O fato é que a eficácia desses remédios foi notória, causando-me alívio imediato nas crises e diminuindo sobremaneira os sintomas alérgicos. Posteriormente viria a fazer um metucioso tratamento com uma médica homeopata, que realizou uma investigação completa dos meus hábitos e comportamentos, até que um dia, como num passe de mágica, ao tomar um dado medicamento, meus problemas alérgicos desapareceram. A eficácia do tratamento, associado à inexistência dos efeitos colaterais, fez com que me distanciasse dos tratamentos alopáticos, usando-os apenas em situações emergenciais, mesmo assim, com a devida cautela, orientado, preferencialmente por um médico que possuísse, além da formação alopática, uma outra, com abordagem menos agressiva.

Pois bem, ao longo de mais de 20 anos fazendo uso de medicamentos homeopáticos, fitoterápicos e acupuntura eventualmente – e nos últimos

anos tendo utilizado com mais frequência os recursos associados às técnicas de meditação e respiração – e sobretudo, cuidando da qualidade dos alimentos ingeridos, tenho tido cada vez menos problemas de saúde e visitado médicos muito raramente. Não tenho problemas como dor de cabeça, que aprendi a suprimir utilizando um radar mental que me leva à causa da dor. Também aprendi a eliminar problemas alérgicos que eventualmente possam aparecer com técnicas de meditação e respiração, pois hoje não tomo qualquer medicação alopática. Ao ver minhas duas filhas, hoje com 24 e 20 anos, curarem processos infecciosos, às vezes com febre alta, apenas com medicamentos homeopáticos e fitoterápicos, creio que o excesso de medicamentos que a maioria das pessoas está acostumada a tomar, com ou sem orientação médica, associado a uma contínua persistência das doenças medicadas, sem que ocorra o processo da cura definitiva dos males, além dos efetivos problemas por causa dos efeitos colaterais, conduz-nos a uma reflexão de que esse modelo biomédico – que tem como foco o sintoma das doenças, que trata pacientes diferentes com o mesmo princípio medicamentoso, sem levar em conta a história pessoal de cada indivíduo, que propaga a crença da necessidade de ingestão de medicamentos sintéticos para a cura de todos os males – esconde a sua ineficácia por trás de um discurso científico que ainda confere poder a um saber acadêmico e que se apoia num sistema de crenças disseminado por uma indústria farmacêutica e por uma comunidade científica inspiradas numa abordagem mecanicista e reducionista do indivíduo e da sociedade como um todo.

Fico imaginando que, se estivesse até hoje fazendo uso de medicamentos alopáticos, deveria estar vivendo cercado de remédios e com a saúde bastante comprometida pela contínua ingestão de drogas sintéticas que, inevitavelmente, causam outros problemas. Pude acompanhar de perto meu pai, que foi vítima de problemas cardíacos e passou grande parte da sua vida tomando medicamentos incapazes de conduzi-lo à cura da doença, pois o foco desses medicamentos é essencialmente o sintoma.

As bases do modelo bioquímico

O sucesso da Revolução Científica do século 17 baseou-se no fato de que a ciência estabeleceu que a realidade está associada a processos de medição

de um fenômeno que pode ser repetido em determinadas condições, e que uma compreensão acurada dessa realidade se dá a partir da fragmentação do todo em partes analisáveis. A compreensão das partes nos conduz à compreensão do todo. O sucesso das leis mecanicistas de Newton, aplicadas com êxito em diversas tecnologias, levou Descartes a comparar o próprio corpo humano com uma máquina com comportamento previsível. Além disso, com a descoberta dos micróbios, vírus e bactérias, o venerado médico Louis Pasteur, detentor do Nobel de Medicina, célebre pelo famoso método de pasteurização, defendeu a tese de que os germes são os responsáveis pelas doenças, elaborando a teoria do germe. Em contrapartida, Claude Bernard, famoso microbiologista francês, entre outros, defendia a teoria do terreno biológico, segundo a qual os germes fazem parte da nossa vida, porém, podem ser nocivos a partir da fragilidade do nosso sistema imunológico, cujas causas, sabemos hoje, podem ser motivadas por nossa própria alimentação, como também por padrões de pensamentos associados às nossas crenças.

Poucos sabem que no leito de morte Pasteur, teria dito: “Claude Bernard estava certo, o micróbio não é nada. O terreno é tudo”, como revela o Dr. Alberto Peribanez Gonzales no seu oportuno livro *Lugar de médico é na cozinha*.

A guerra aos germes ignorou o reconhecimento tardio de Pasteur, e a descoberta dos antibióticos – cujos benefícios à humanidade são inegáveis, quando ministrados de maneira adequada – levou ao uso indiscriminado desses poderosos medicamentos, responsáveis por grandes lucros da indústria farmacêutica e também por uma gama de efeitos colaterais prejudiciais à saúde. Um desses efeitos é o fato de que, além de eliminar os germes nocivos, antibióticos destroem as bactérias que nos são benéficas e que são essenciais ao funcionamento do nosso intestino. O fato é que temos no intestino dez vezes mais bactérias do que células no corpo. Esse dado, por si só, deveria levar-nos a utilizar antibióticos com parcimônia. Infelizmente, isso não tem ocorrido, e o seu uso excessivo e sem os exames que indicam a sua eficácia – os antibiogramas – fez a indústria farmacêutica chegar à décima geração de antibióticos, devido à resistência das pelas bactérias a esses medicamentos.

Tudo leva a crer que vivemos uma profunda crise de percepção. Os sucessos obtidos nos campos tecnológico e científico pelo modelo mecanicista e reducionista do cartesianismo ofuscam os desastres e os equívocos inspirados

nesse mesmo modelo. Pelo uso indiscriminado de medicamentos, por cirurgias desnecessárias e por erros médicos de toda natureza, esse modelo biomédico é a terceira maior causa de morte entre os americanos, só perdendo para as cardiopatias e os cânceres. Cerca de 180 mil pessoas morrem nos Estados Unidos anualmente, vítimas desse modelo.

O filme mais recente do cineasta americano Michael Moore, *Sicko* – *os Saúde*, revela como a indústria farmacêutica e os planos, ditos de saúde, estão contribuindo diretamente para esses dados alarmantes. A lógica mercantilista viu no ser humano moderno, atormentado por enfermidades fabricadas pelo próprio modelo de consumo inconsciente, um grande filão para obter lucros astronômicos. Portanto, dentro da lógica da saúde como um grande negócio, o modelo biomédico mecanicista passa a ser o mais adequado, pois ele não promove a cura definitiva dos males, induz nas pessoas a crença de que necessitam viver tomando remédios para qualquer mal-estar e de que o médico formado nesse modelo, ou seja, o que sabe receitar muitos medicamentos, é o mais recomendado para cuidar da sua saúde. Tanto isso é verdade que é comum ouvir pessoas reclamando ou não confiando muito em tratamentos médicos nos quais remédios não foram passados e sim outras orientações, como alimentação, exercícios físicos e meditação. Recentemente recebi um e-mail que com bom humor nos conduz a essa reflexão: “Jesus Cristo, preocupado com a saúde dos brasileiros atendidos pelo sus (Sistema Único de Saúde), resolveu dar uma mãozinha e se fez passar por um médico, substituindo o médico de plantão. O seu primeiro paciente foi um aleijado, que utilizava cadeira de rodas. Diante do paciente com o seu pesar, Jesus foi categórico: ‘Levanta-te e anda!’. O paciente obedeceu e imediatamente levantou-se e saiu andando, empurrando a sua cadeira de rodas. Lá fora, o próximo paciente perguntou-lhe: ‘E então, foi bem atendido?’ E ele respondeu: ‘Que nada, esse médico é como os outros, pouco fala, e é um pouco pior, pois nem remédio passa’. Não percebeu que estava curado”.

No Brasil copiamos o modelo americano, no qual o sistema de saúde pública está desacreditado. Aqueles que podem pagar só se sentem seguros com um plano de saúde que, como sugere o Dr. Alberto Peribanez, deveria se chamar plano de doença, pois nele não há qualquer intenção de se trabalhar com saúde preventiva, mas apenas atender pessoas que já estão doentes.

Fica fácil entender por que tantos falam na humanização da medicina, pois o modelo americano de saúde que copiamos não prioriza a promoção da saúde e sim o lucro com a doença por meio de internações, cirurgias, exames e medicamentos, muitas vezes desnecessários. São bem conhecidas as estratégias dos laboratórios para que os médicos receitem os seus medicamentos em troca de benefícios financeiros.

O homem máquina, então, precisa ser considerado por uma lógica mecanicista. Como não somos máquinas, estamos morrendo e adoecendo, vítimas desse modelo.

O médico inglês Vernon Coleman, famoso pelos seus livros nos quais critica acidamente esse modelo biomédico, na matéria “Medicina faz mal à saúde”, publicada pela revista *Superinteressante*, afirma que os hospitais mais matam do que curam e que é preciso ser muito saudável para sobreviver a eles. Conheço médicos respeitáveis, como o Dr. Celerino Carriconde, que só recomendariam um hospital para um paciente em casos extremos, dada a facilidade com que pode se contrair doenças nos hospitais, sobretudo devido à alta resistência das bactérias encontradas nesses ambientes.

O Dr. Coleman cita três greves médicas em três países distintos, nas quais houve queda da taxa de mortalidade, atribuídas a uma menor intervenção médica nos hospitais. Ele também advoga que 90% das doenças poderiam ser curadas sem qualquer droga, e que o distanciamento entre médico e paciente nos diagnósticos torna esses médicos, com essa prática, uma ameaça à saúde dos pacientes.

O médico francês, Dr. David Servan-Schreiber, nos seu livro *Curar*, narra sua experiência na Índia no projeto Médico Sem Fronteiras, entre 1991 e 2000, no qual cuidou de refugiados tibetanos em Dharamsala, onde vive o Dalai-Lama. Segundo ele, todas as doenças e desequilíbrios eram diagnosticados por meio de prolongadas contagens de pulsação nos dois pulsos e da inspeção da língua e da urina. Além disso, todos os pacientes eram tratados apenas com acupuntura, ervas medicinais e práticas meditativas. Ele se surpreendeu ao constatar que doenças crônicas como ansiedade e depressão eram tratadas com sucesso a um baixo custo e poucos efeitos colaterais.

Tais experiências vivenciadas na Índia, entre tantas que viveu em outras partes do mundo, sem a utilização de medicamentos, mas com excelentes

resultados clínicos, levaram o Dr. David a uma radical revisão dos seus métodos, que se resumiam basicamente   prescri o de drogas alopáticas, cujos sintomas das doenças costumam voltar após a suspensão dos medicamentos.

Essa possibilidade de cura menos invasiva remete-nos a um novo paradigma na medicina, cuja mente do paciente e a do médico ter o papel de destaque.

A base quântico-relativística para a nova medicina e a psiconeuroimunologia

Há mais de 100 anos, em 1905, Albert Einstein, com a sua Teoria da Relatividade Especial, trouxe à luz uma realidade científica que parece ainda não ter sido assimilada pela maioria das pessoas nem pela medicina do Ocidente. Com a sua célebre equa o $E = mc^2$, ele estabeleceu que m teria e energia são aspectos de uma realidade única. A m teria nada mais   do que energia densa que, em condi es adequadas, pode ser convertida em energia, haja vista as bombas atômicas e as usinas nucleares, que utilizam a energia armazenada no núcleo de minúsculos átomos de minérios radioativos, como o urânio. O fato é que m teria e energia são a mesma coisa, o que nos possibilita olhar para o nosso corpo material por outro ângulo, já que ele é, essencialmente, energia.

Os orientais, com seus mecanismos empíricos de investiga o, já sabiam disso, e os chineses, há pelo menos três mil anos, fazem uso das técnicas de acupuntura com sucesso. A base dessa técnica é que no nosso corpo existem canais energéticos, os meridianos, pelos quais flui a energia vital, *chi*, associada a centros energéticos denominados chakras. Esses centros energéticos estão ligados ao sistema nervoso e ao sistema endócrino, cujas glândulas secretam substâncias químicas capazes de interferir no nosso estado físico, mental e emocional. Sendo assim, qualquer bloqueio nesses centros energéticos pode afetar o fluxo da energia vital pelos meridianos, que são responsáveis pelo nosso bem-estar, levando-nos a enfermidades, caso o desequilíbrio persista.

As recentes descobertas da psiconeuroimunologia respaldam esse modelo. Robert Ader realizou experimentos com ratos condicionando-os a partir da administra o de drogas com água e açúcar que causavam náuseas. Pois

bem, mesmo quando a droga era suprimida e tomavam apenas água com açúcar, os ratos, além de continuarem a ter os mesmos sintomas, também tinham aprendido a morrer, pois o sistema imunológico deles tornou-se fragilizado. Hoje, sabe-se que há uma ligação direta entre os sistemas nervoso, imunológico e endócrino, e que o sistema imunológico pode ser condicionado. Experimentos com seres humanos também foram realizados com sucesso. Em um deles, constatou-se que marinheiros, que estavam infelizes por causa de problemas pessoais, apresentavam um grau de infecção maior que os demais. Da mesma forma o estresse produzido pela perda de um ente querido reduz o arsenal das células T, um conjunto de linfócitos que é responsável pelas nossas defesas contra invasores indesejáveis, como vírus, bactérias ou qualquer corpo estranho ao organismo. Sabe-se ainda que o cérebro comunica-se com o sistema imunológico através dos neuropeptídeos, chamados de moléculas da emoção. Por isso, quando atribuímos significados mentais a um evento, damos um comando para o nosso cérebro que afeta o sistema imunológico através dos neuropeptídeos, moléculas que atuam como mediadoras nas dores e nas mudanças hormonais que sentimos. As endorfinas são os neuropeptídeos mais famosos, capazes de influenciar a nossa experiência de prazer ou de dor. As células T, componentes do sistema imunológico que residem na glândula timo, próximo ao coração, possuem receptores para certo tipo de endorfina. Também se sabe que o timo secreta uma substância que estimula o sistema endócrino por meio dos hormônios das suprarrenais, que por sua vez afetam o sistema nervoso central, fechando o circuito psiconeuroimunológico e endócrino.

Essas descobertas vêm respaldar muitas técnicas e terapias curativas do Oriente e do Ocidente como a meditação, o Yoga, o Tai Chi Chuan, a acupuntura, a psicologia transpessoal e o renascimento, entre tantas outras que se utilizam de métodos de visualização e de respiração, associados a uma mente serena e que reconhecidamente proporcionam bem-estar, além de fortalecerem o sistema imunológico.

Uma gigantesca janela se abre quando reconhecemos que as nossas crenças e valores afetam o nosso cérebro, por meio dos significados mentais que construímos, bem como o sistema imunológico e o sistema endócrino. O que comemos também afeta o nosso pensamento, portanto estamos diante da constatação de que podemos construir as bases da medicina mente-corpo com

o respaldo da própria ciência ocidental, visto que os orientais já reconhecem empiricamente essas conexões há milhares de anos.

Quando reconhecemos que mobilizamos energia a partir do pensamento e que os alimentos que ingerimos, associados ao ar que respiramos e à qualidade da nossa respiração, são também processos energéticos, inseparáveis da nossa saúde física, psíquica e espiritual, podemos dar um grande passo em uma nova concepção de saúde, que nos leve a uma maior responsabilidade por esse estado, bem como a desenvolver uma visão crítica sobre tratamentos médicos em que o indivíduo não é reconhecido na sua real complexidade.

Enquanto Einstein elaborava a sua Teoria da Relatividade, uma nova teoria surgia na física das partículas. A física quântica, para a qual Einstein também daria contribuições significativas, viria esmiuçar a natureza do mundo subatômico, o misterioso micromundo do qual emerge toda a matéria-prima do Universo que habitamos. A Teoria Quântica nos apresenta a realidade em novas bases, nas quais o observador, um mero figurante no Universo cartesiano, passa a interferir diretamente no fenômeno observado. Tanto a luz como o elétron, uma das partículas do mundo subatômico, ou até mesmo um átomo inteiro, podem apresentar um comportamento ondulatório ou um comportamento de partícula visível, localizada no espaço-tempo. O observador, dependendo da experiência idealizada para estudar o fenômeno, é quem, em última instância, decide o que quer ver, se o aspecto partícula ou o aspecto ondulatório. O mundo material, portanto, apresenta-se enquanto interação entre o observador e a coisa observada. Essa percepção da realidade é comum na tradição budista, que concebe que a realidade coemerge com o observador, sendo, portanto, inseparável dele.

Outro aspecto que se destaca na Teoria Bootstrap, do físico Geoffrey Chew, é a visão de rede sistêmica entre as partículas do mundo subatômico. Existe uma ordem que governa as relações de interdependência entre elas. Nenhuma partícula é mais importante que as demais, no entanto, alterar o estado de uma delas corresponde a alterar o sistema como um todo. Além disso, cada partícula tem todas as demais partículas dentro dela mesma, uma propriedade chamada de mútuo englobamento, que nos remete aos experimentos de clonagem, nos quais, a partir de uma única célula, um animal, em toda a sua complexidade, surge por inteiro.

Outro comportamento que nos convida para um novo olhar para a realidade são os saltos quânticos que governam o movimento das partículas no interior dos átomos. Em torno do núcleo do átomo giram elétrons em níveis de energia bem definidos e descontínuos, pois são associados aos números inteiros – 1, 2, 3... Para que um elétron passe de um nível para outro de energia, ele tem de ganhar ou perder uma quantidade precisa de energia, equivalente à diferença de energia entre os níveis. Quando isso acontece, dá-se o famoso salto quântico. No entanto, esse salto se dá instantaneamente, com o elétron desaparecendo num nível de energia e aparecendo no outro nível, sem ter passado pelo caminho que separa os níveis. Nesse momento, o elétron está numa dimensão além do espaço-tempo, obedecendo à outra lógica que estremece as bases do racionalismo clássico. Para quem não sabe, a tecnologia de ponta, associada aos aparelhos eletroeletrônicos, utiliza com altíssimo nível de precisão os princípios quânticos, sendo os saltos quânticos a base dos circuitos integrados que dão vida a esses aparelhos.

Assim, outro comportamento que também nos convida a uma nova dimensão da realidade é a não localidade quântica. No mundo subatômico, partículas como elétrons ou fótons correlacionados, ou seja, que tiveram um contato prévio, não perdem mais o vínculo entre si, mesmo encontrando-se a distâncias intergalácticas. Nesses casos, as dimensões espaço-temporais são transcendidas, pois ao estabelecermos o estado de uma partícula, instantaneamente estaremos estabelecendo o estado da outra. Os experimentos montados pelo físico Alain Aspect e sua equipe vieram a comprovar definitivamente as conexões quânticas não locais entre partículas e as experiências do neurofisiologista mexicano Jacobo Grinberg-Zilberbaum evidenciaram a não localidade quântica entre cérebros humanos. Nesse experimento, Jacobo escolheu duas pessoas em um grupo de voluntários e pediu que ambas meditassem por aproximadamente trinta minutos, com a intenção de estabelecer um contato mental entre elas. Essas pessoas e o grupo de controle foram colocados em locais isolados eletromagneticamente, de modo que nenhum sinal eletromagnético pudesse atingi-los, e todos eles tiveram as suas ondas cerebrais monitoradas por aparelhos de eletroencefalograma. Em uma das duas pessoas que meditaram juntas foram provocados vários estímulos, como *flashes* disparados subitamente ou pequenos choques, causando alteração em

suas ondas cerebrais. Ao mesmo tempo, instantaneamente, a outra pessoa, sem que tivesse sido submetida a qualquer estímulo, apresentou altera es em suas ondas cerebrais, coincidindo em cerca de 70% com as varia es sofridas pela pessoa que recebeu os estímulos diretamente. Esse experimento já foi reproduzido pelo menos por mais três cientistas em partes diferentes do mundo, com resultados similares.

A comprova o da não localidade entre seres humanos traz luz a muitos processos de cura a distância, seja por preces intercess rias, seja por processos de visualiza o e medita o, pelo Reiki ou passes. Casos reais vêm sendo explorados há algum tempo, sem um embasamento científico, levando muitas pessoas a duvidarem de tais feitos devido à força com que a ciência consegue desacreditar práticas que não se submetam   sua metodologia.

Com a comprova o da não localidade quântica, a medicina mente-corpo ganha um poderoso aliado no campo da ciência para ultrapassar a barreira mecanicista e reducionista da medicina materialista e medicamentosa, que por ter uma estrutura o muito forte em nível de crenças, propagadas pelas megacorpora es que dominam a indústria farmacêutica, consegue ainda predominar no Ocidente, mesmo com os fatos apontando a falência de tal modelo.

Em 2006, a ANVISA (Agência Nacional de Vigilância Sanitária) denunciou que 70% das pessoas que tomam medicamentos sofrem com os efeitos colaterais.

Outro fato grotesco que acontece mundialmente é que um medicamento, que comprovadamente provocou danos   saúde na Inglaterra, por exemplo, continua a ser comercializado livremente num país vizinho e em outras partes do mundo. Isso continuará assim a menos que as autoridades sanitárias de cada país entrem com uma a o pedindo a suspensão desses medicamentos. Tal fato revela, de modo preocupante, que as indústrias farmacêuticas, que deveriam ter como principal foco o bem-estar e a saúde dos seres humanos, pelo contrário, são capazes de submetê-los aos efeitos maléficos das suas drogas para manter os seus interesses econ micos intactos. Esperamos que um dia existam legisla es internacionais que co bam tal prática, e que os consumidores conscientes e bem informados possam banir da sua lista de compras empresas que possuem tal comportamento.

O efeito placebo e as curas quânticas

A medicina materialista, de base essencialmente medicamentosa, associada às drogas químicas, tem como foco o sintoma da doença, tratando com um mesmo remédio pessoas de hábitos e culturas diferentes, ignorando o viés comportamental associado a crenças e valores, que por meio do significado mental atribuído a uma dada situação pode vir a comprometer o sistema imunológico e endócrino, possibilitando, assim, o surgimento de muitas desordens orgânicas, que têm como base a psiconeuroimunologia.

Um ato curioso e pouco estudado pela medicina materialista é o efeito placebo. O placebo, também conhecido por bem-estar evocado, é um medicamento que, apesar de comprovadamente não ter qualquer potencial de cura – como usar bolinhos de pão para curar dor de cabeça –, consegue surtir o efeito desejado de maneira misteriosa e milagrosa. O percentual mínimo de cura do efeito placebo é de 30%, podendo atingir os 90% quando o médico e o paciente estão alinhados na crença sobre a eficácia do medicamento. É impressionante que a medicina tradicional não tenha ainda identificado que o efeito placebo está revelando a própria capacidade de autocura do paciente, a partir de uma crença determinada. Vemos no efeito placebo as bases da medicina mente-corpo, na qual o próprio paciente, acionando seus radares internos e internalizando fortemente uma intenção, pode ativar o potencial curativo do próprio corpo.

O físico Amit Goswami relata no livro *O médico quântico* o caso de um médico que cuidava de um paciente com asma e que o tratou com um novo medicamento recebido de um laboratório. Após ter obtido êxito com o tratamento, o laboratório comunicou-lhe que o medicamento enviado era um placebo e que lhe enviaria, posteriormente, o medicamento correto. O médico indiano Deepak Chopra cunhou o termo *cura quântica* para explicar alguns processos de cura nos quais a mente atua de maneira decisiva. O fato é que na física quântica, sem um observador consciente, a realidade material existe apenas em possibilidades, tornando-se então necessária a observação quântica a partir de uma mente consciente para que ocorra o colapso da função de onda, que na linguagem da física equivale a dizer que a possibilidade que existe na consciência transforma-se em ato, manifestando-se no momento da

observação. Então, na cura quântica, as possibilidades de cura já existem na consciência, exigindo um salto quântico criativo da mente que provoca uma mudança de contexto capaz de produzir um novo significado, acionando o circuito *cérebro - sistema imunológico - sistema endócrino* e ativando, assim, as defesas do organismo e a química interna, favoráveis à cura.

Deepak Chopra, em seu livro *Cura quântica*, narra o caso de uma paciente idosa que o procurou com dores abdominais persistentes que indicavam uma cirurgia de urgência. Ao abrir seu corpo, verificou tratar-se de um câncer em estado avançado em que não cabia mais tratamento. Por recomendação da família, deixou como estava e comunicou à paciente que a cirurgia tinha sido um êxito e que o seu problema era apenas pedra na vesícula. Meses depois, para sua surpresa, recebeu a paciente em seu consultório para um exame de rotina. Surpreendentemente, os exames não detectaram qualquer presença do câncer avassalador que ele constataria. Curioso, ele perguntou à mulher sobre o que acontecera após a cirurgia, e ela revelou que quando o procurou estava certa de que estava com câncer, mas como o diagnóstico tinha sido apenas pedras na vesícula, ela havia tomado a firme decisão de nunca vir a contrair um câncer. Tudo leva a crer que, no nível ordinário de crenças e condicionamentos, no qual estamos inseridos a maior parte do tempo, estabelecemos comportamentos rígidos que nos conduzem, muitas vezes, às doenças. Do ponto de vista quântico, a partir da tese do físico Amit Goswami, todas as possibilidades já existem na consciência, seja no nível das emoções, que ele associa ao corpo vital; seja no nível da mente, que ele associa ao corpo mental; seja no nível arquetípico das virtudes humanas genuínas e das leis, que ele associa ao corpo supramental. Compreendemos esses corpos como campos informativos de energia nos quais residem as possibilidades quânticas que são mediadas pela consciência, com representação no corpo físico.

Por isso, nos processos de cura, a empatia médico-paciente é essencial e influencia reconhecidamente o êxito do processo. Nesse caso, a não localidade, mediando as mentes correlacionadas, cria as bases para a mudança de contexto na mente, capaz de atribuir novos significados às emoções, possibilitando um salto quântico descontínuo ao nível do supramental, quando a consciência colapsa os estados correlatos do emocional e do mental no corpo físico, estabelecendo a cura. Lembre-se de que quando

médico e paciente confiam plenamente em um tratamento, que posteriormente comprova-se não ter qualquer eficácia, a cura chega a atingir 90% dos casos. Isso é cura quântica.

Por que adoecemos? Algumas pistas claras

Um físico da UFPE que participou de uma oficina que ministrei sobre física quântica revelou que a Universidade já dispõe de um moderno equipamento capaz de detectar precocemente o aparecimento futuro de um câncer, utilizando uma tecnologia quântica associada às antipartículas. São inegáveis os avanços técnicos promovidos pela medicina convencional. Os antibióticos, quando utilizados nos casos extremos de infecções, com acompanhamento médico adequado, orientados por antibiogramas, podem salvar vidas e seus efeitos colaterais podem também ser minorados com a devida orientação médica e a utilização de terapias energéticas como o Reiki, entre outras, que contribui para reduzir os efeitos colaterais.

As cirurgias e as emergências hospitalares, em função das diversas situações que podem ocorrer no cotidiano, têm um importante papel a cumprir.

Na medicina integral, focada no ser humano em todas as dimensões e com base quântica, o papel do médico transcende em muito o de um simples identificador de doenças e ministrador de medicamentos, passando a ser um promotor de saúde e bem-estar ao paciente.

Essa tarefa não é fácil, já que o currículo da maioria das faculdades de medicina está mais voltado para um perfil técnico, e muitos só disporão dessa formação humanista e holística da saúde em cursos complementares, após a conclusão da faculdade. Cada vez mais profissionais da área de saúde buscam novas alternativas fora do modelo mecanicista, assim como universidades em várias partes do mundo se movimentam no sentido de adequarem seus currículos à promoção da saúde e não apenas a cuidar das doenças.

Por que adoecemos? Essa é a primeira pergunta a ser feita, pois nos conduzirá às causas das doenças que deve ser o foco da nova medicina integral. De que adianta desenvolver aparelhos altamente sofisticados, capazes de prever uma futura doença, se não nos concentrarmos em evitar que as pessoas adoçam? Sabemos que o foco na doença é o eixo do antigo modelo, voltado

preponderantemente para o aspecto lucrativo do sofrimento alheio. Quanto mais doentes, mais remédios são comercializados e mais aparelhos são vendidos para detectar as doenças. Vemos a  claramente a base da percepção da realidade que permeia a nossa sociedade de desenvolvimento industrial. O ser humano, na sua integridade e complexidade multidimensional, foi excluído, passando a ser apenas um número a mais no carrossel do consumo insustentável que está destruindo o planeta e é incapaz de promover saúde e bem-estar para a maioria das pessoas. O modelo que propomos conduz a uma mudança paradigmática, na qual o ser humano é colocado no seu devido lugar, de promotor da vida e das condições e cuidados inerentes à vida, em todas as dimensões, em vez de coadjuvante de um processo suicida capaz de estimular hábitos que atentam contra a sua própria saúde física, mental, emocional e espiritual.

Em seu livro *Curar*, o Dr. David Servan-Schreiber traz dados mais que preocupantes para o futuro da sociedade de consumo industrial: “Doenças ligadas ao estresse – incluindo a depressão e a ansiedade – são comuns em nossa sociedade. Os números são alarmantes: estudos clínicos sugerem que 50% a 75% de todas as idas ao médico se devem, principalmente, ao estresse, e que, em termos de mortalidade, ele traz um fator de risco muito mais sério que o fumo. De fato, oito em cada dez medicamentos mais comumente consumidos nos Estados Unidos servem para tratar de problemas diretamente relacionados ao estresse: antidepressivos, ansiolíticos e pílulas para dormir; antiácidos para a azia e úlceras, e outros para a pressão alta. Em 1999, três dos remédios mais vendidos nos Estados Unidos eram antidepressivos (Prozac, Paxil e Zoloff). Na verdade, estima-se que um em cada oito norte-americanos já tomou antidepressivo, quase metade deles durante mais de um ano”. Somando-se ao fato de que quatro entre dez americanos ter o algum tipo de câncer no decorrer da sua vida, mais o crescimento vertiginoso de doenças como o diabetes e a obesidade infantil, que se tornou um problema de saúde pública, compreendemos por que o império do consumo está em queda: a nação está doente, sucumbindo pelas próprias mãos e pelos seus próprios métodos insustentáveis. O filme *Sicko – sos Saúde*, já citado, não deixa d vidas sobre isso. A indústria de medicamentos e os planos de saúde elegeram a doença e não a saúde como estratégia para multiplicar os seus lucros, disseminaram essa prática pelo mundo. Hoje chegamos ao limite desse modelo cultuador das doenças com a humanidade clamando por saúde em todos os níveis.

Visitaremos agora circunstâncias que estão associadas a esse modelo insustentável: a indústria de cigarros sempre pagou generosos impostos ao Estado e por isso teve passe livre para promover o estímulo ao tabagismo por meio de belas propagandas dignas de prêmios publicitários, devido à sua beleza e eficácia. A partir do momento em que a corte americana passou a autorizar milionárias indenizações às vítimas de câncer e as despesas públicas com os doentes do cigarro cresciam assustadoramente, o Estado passou a limitar a propaganda, pois o negócio da morte começou a pesar no seu bolso.

No Brasil, assistimos recentemente protestos frequentes nas estradas devido a uma nova lei que proibia a venda de bebidas alcoólicas nas rodovias. O fato é que em aproximadamente 70% dos acidentes de automóveis os motoristas ingeriram álcool acima do normal. Além disso, uma nova geração de músicas de forró com forte apelo erótico têm reverenciado o abuso do álcool nas letras, apoiadas no crescimento vertiginoso do consumo entre menores adolescentes no país. Por outro lado, os anúncios de bebidas alcoólicas continuam exibindo belas atrizes e atores que esbanjam sensualidade. Como nas músicas da nova geração do pornoforró, as mulheres se apresentam como generosos objetos de consumo.

A decisão de instituir lei seca em bairros da região metropolitana do Recife sempre foi impopular, apesar do alto nível de assassinatos envolvendo pessoas embriagadas. Desse modo, o Estado coíbe de um lado e estimula pelo outro, devido aos altos impostos que recebe. Com essa estratégia não chegaremos a lugar nenhum. Teremos de esperar que as fatalidades atinjam o nível do insuportável ou que se perceba que os impostos não pagam as contas dos gastos com saúde, para que aconteça a proibição ou limitação dos horários de propaganda e que medidas educativas promovam um maior esclarecimento sobre o consumo.

No filme *Super size me – a dieta do palhaço*, um ator americano submeteu-se durante trinta dias a uma dieta do McDonald's, a megacorporação de *fast-foods* que é um símbolo do modo americano de viver. Acompanhado por uma equipe médica, ele submeteu-se a uma série de exames antes de iniciar a dieta, que deveria ser à base de refrigerantes e dos famosos produtos industrializados do McDonald's. O protagonista do filme terminou a dieta obeso, com problemas depressivos e com os órgãos do corpo comprometidos. Ele estava

literalmente intoxicado por toda a ingestão dessa comida industrializada desvitalizada e que carrega diversos produtos químicos prejudiciais à saúde.

As propagandas de refrigerantes também estão entre as que conseguem transmitir ao consumidor sensações de prazer, saciedade, alegria e juventude. Ao aumento do tamanho das garrafas e copos de refrigerantes nos *fast-foods* seguiu-se o aumento do tamanho dos sanduíches desvitalizados, como mostra o filme *Nação fast-food*, acompanhado pelo crescimento dos problemas de saúde entre os americanos.

Os refrigerantes artificiais – com seus corantes, conservantes e acidulantes nocivos à saúde – vieram de maneira avassaladora substituir os saudáveis e deliciosos sucos naturais. Não é fácil convencer muitos jovens a trocarem os refrigerantes pelos sucos. Entre as crianças, a situação é ainda mais difícil. Em 2007, no Estado de Santa Catarina, conheci um fabricante de chás que se queixava da diminuição do consumo, inclusive do tradicional chá mate, em função do crescimento do consumo dos refrigerantes. Provavelmente teremos de esperar que o diabetes, entre outros males associados aos refrigerantes e aos *fast-foods*, atinja níveis alarmantes para que esse hábito seja repensado.

Um movimento mundial, o Slow Food, vem se contrapondo a todos esses costumes voltados para comidas industrializadas e consumo de carne animal, apontando um novo paradigma em alimentação, que é a base da saúde, pois, como já dizia Hipócrates, o pai da medicina: “Somos aquilo que comemos”.

Na nova medicina, promotora da saúde e preventiva das doenças, o cuidado com a alimentação, que envolve a qualidade do alimento que compartilhamos com todas as células do corpo, deve fazer parte da própria formação escolar, para que o jovem, mais consciente, possa escolher alimentos que favoreçam a sua saúde. O consumo consciente, portanto, está na base de um novo paradigma na saúde.

A alimentação inadequada está diretamente associada aos ataques cardíacos e a outros problemas vasculares que são os responsáveis pela maioria das mortes no Brasil e nos Estados Unidos. Lá, o câncer do intestino grosso é a segunda doença mais diagnosticada, superando 125 mil casos por ano. Como o que ingerimos passa pelos nossos intestinos, esse dado é um alerta para o nível de agressão imposto aos intestinos pela má qualidade dos alimentos consumidos. Além disso, doenças como diabetes melito, sinusites, distúrbios digestivos

em geral, colesterol alto e todos os tipos de câncer tornaram-se epidêmicas, revela o Dr. Alberto Peribanez no livro *Lugar de médico é na cozinha*.

De posse desses dados, parece-me que estamos sem saída. Ou cuidamos do que comemos ou vamos adoecer, muitas vezes fatalmente.

Pois bem, na nova medicina, com base quântica e relativística, temos a compreensão da interdependência que existe entre todos os níveis. A ingestão de frutas, verduras e alimentos orgânicos de um modo geral, que são produzidos com adubos orgânicos – livres dos agrotóxicos prejudiciais à saúde e que tornam os alimentos menos ricos em nutrientes – é um bom começo. Certamente proporcionará um melhor funcionamento dos intestinos e por tabela favorecerá um melhor estado emocional e mental. Afinal, o termo “enfezado” refere-se a uma pessoa com prisão de ventre, com dificuldades de evacuação e que está mal-humorada, vítima das toxinas liberadas pelas próprias fezes. Descobertas recentes revelam a existência de um minicérebro no nosso sistema digestivo, assim como no coração, em que uma rede de neurônios encontra-se conectada com o nosso cérebro emocional através do sistema nervoso autônomo. É por isso que a qualidade do que comemos influencia diretamente o nosso estado emocional.

Segundo o Dr. Peribanez: “A ciência da probiótica nos deixa claro que somos o que temos de bactérias em nosso intestino”, pois a depender da qualidade dos alimentos que ingerimos, podemos atrair bactérias que trabalharão fermentando, degradando, digerindo, produzindo vitaminas, interferon (o mais potente remédio contra vírus), antioxidantes, degradando o colesterol nocivo e mantendo nosso sistema imune estável e ativo. Em contrapartida, os alimentos cozidos, irradiados, embutidos, os açúcares e as gorduras saturadas são os prediletos das bactérias hostis, que trabalharão incessantemente, produzindo colesterol nocivo, enterotoxinas, produtos carcinogênicos e imunossupressores, radicais livres do oxigênio e tornando o sistema imune instável e autoagressivo. Com este tipo de alimentação, mantemos em nosso intestino um viveiro de serpentes venenosas que transformam tudo o que aparece em toxinas fortíssimas e em substâncias que fabricam o câncer, podendo agir diretamente na parede do intestino. Causa surpresa que esses alimentos sejam considerados inofensivos pela saúde pública, conclui o Dr. Peribanez, que recomenda sobretudo as frutas, as verduras, os brotos e os alimentos amornados, não cozidos, para atrair uma numerosa constelação de bactérias que favorecem a nossa saúde.

A mente e o coração – as emoções e o significado

Por outro lado, os problemas de saúde podem ser oriundos de questões emocionais ou de situações traumáticas vivenciadas no contexto familiar ou fora dele, aprisionando-nos em contextos mentais que mobilizam emoções destrutivas. Tais estados estão relacionados a problemas depressivos e de ansiedade que podem conduzir à tristeza crônica e à culpa, que estão associadas a doenças cardíacas e ao câncer. A medicina alopática costuma tratar esses casos com ansiolíticos e antidepressivos. Esses medicamentos psicotrópicos, como revela o Dr. David Schreiber, são úteis, principalmente nos problemas psiquiátricos críticos. No entanto, após terminado o tratamento, os sintomas tendem a voltar, pois os medicamentos não promovem a cura e estão longe de ser uma solução para os problemas emocionais, já que atacam apenas a química associada aos sintomas, deixando intacta a causa dos problemas.

Como já vimos, o estresse produzido pelo estilo de vida das grandes cidades está diretamente relacionado aos problemas de saúde de ordem emocional. Esses problemas estão ligados à nossa dificuldade de viver no momento presente. Nossa mente vive presa ao passado, fazendo conjecturas para o futuro e muitas vezes sem a liberdade necessária para desfrutar o presente.

As novas descobertas na neurociência trazem maior clareza sobre as nossas emoções e a natureza quântica dos novos e eficazes processos de cura, coerentes com a nova medicina, focada no ser humano integral.

Em seu livro *Curar*, o Dr. Schreiber elenca alguns métodos naturais capazes de estimular os mecanismos de cura do próprio corpo, estudados com sucesso no Hospital Shadyside da Universidade de Pittsburgh para o alívio da ansiedade, da depressão e do estresse.

Esse trabalho tem como base o reconhecimento de que possuímos dois cérebros na cabeça, com papéis distintos, associados ao nosso processo evolutivo, e dois minicérebros, um no coração e um no intestino. Quando esses cérebros trabalham harmonicamente, acessamos as chamadas experiências de fluxo, que nos proporcionam bem-estar e harmonia interior. Quando trabalham

desarmonicamente, nos conduzem ao estado de mal-estar – precursor das desordens emocionais e das doenças.

Hoje se sabe que temos na cabeça dois cérebros. No centro encontra-se o cérebro mais antigo, que compartilhamos com os símios e todos os mamíferos, e no seu núcleo temos o chamado cérebro reptiliano, que partilhamos com os répteis, sendo esta a primeira camada depositada nos primórdios da nossa história evolutiva.

A esse conjunto dá-se o nome de cérebro límbico. Em torno do cérebro límbico, após milhões de anos de evolução, estruturou-se a camada mais recente do nosso cérebro, o neocórtex, que significa nova casca.

Esses dois cérebros possuem funções e estruturas diferentes, e a nossa vida mental depende constantemente de uma convivência harmônica entre eles.

O primeiro, o cérebro límbico, o mais antigo, possui uma organização celular e propriedades bioquímicas diferentes do neocórtex, e está diretamente associado às nossas emoções: é o cérebro emocional. Ele está ligado ao nosso bem-estar psicológico e influencia diretamente o funcionamento do coração, a pressão sanguínea e os sistemas endócrino, digestivo e imunológico.

O cérebro límbico governa as nossas emoções e responde instantaneamente a tudo que possa atentar contra a nossa sobrevivência, revelando a nossa ancestralidade primitiva de insegurança e medos iminentes. Portanto, todos os nossos problemas emocionais estão associados a ele, que, por ser mais primitivo, continua reproduzindo problemas traumáticos do passado no presente como se ainda existissem, no intuito de nos defender, controlando o nosso comportamento de maneira instintiva e ameaçando a nossa saúde emocional.

Os métodos desenvolvidos por Schreiber e sua equipe têm como base a necessidade de reprogramar o cérebro emocional, fazendo com que se adapte ao presente, sem reagir às marcas deixadas no passado. Ao contrário da Programação Neurolinguística (PNL) – que faz uso de mecanismos semelhantes, também eficientes em processos de cura, por meio de recursos linguísticos capazes de alterar os antigos programas mentais –, Schreiber utiliza métodos que agem diretamente sobre o corpo, capazes de influenciar o cérebro emocional.

Outro aspecto importante é que o cérebro emocional possui mecanismos naturais de autocura: “Um instinto para curar. Esse instinto para curar

abrange a habilidade inata do cérebro emocional em descobrir equilíbrio e bem-estar, comparáveis a outros mecanismos de autocura no corpo, como a cicatrização de uma ferida ou a eliminação de uma infecção; métodos que agem via corpo se encaixam nesses mecanismos”, revela Schreiber.

Já o neocórtex, o nosso cérebro mais recente, é o invólucro do cérebro emocional. Ele é o responsável pela cognição, a linguagem e o raciocínio. Também é no neocórtex que processamos os sons e a inibição dos impulsos e dos instintos, regulando as relações sociais pelo comportamento moral, além de ser responsável pela atenção e concentração.

A relação entre os dois cérebros

Como esses dois cérebros recebem as informações simultaneamente do mundo exterior, o estado cooperativo ou conflitante que desenvolvem em relação aos pensamentos, às emoções e ao comportamento de um modo geral determina a nossa relação com o mundo e com os outros seres. A desarmonia entre eles fatalmente nos conduz à infelicidade, enquanto a harmonia nos leva ao bem-estar, que favorece nossa saúde física, mental e emocional.

Sob estresse, o cérebro emocional assume o comando e somos capazes de agir descontroladamente, pois o córtex pré-frontal, que faz parte do neocórtex, perde a sua capacidade de controlar e somos dominados pelos instintos básicos. Esses instintos estão associados à nossa herança genética, quando, no mundo primitivo, cercado de animais selvagens, o nível de estresse era máximo e precisávamos nos defender, agindo muitas vezes de modo irracional, quando literalmente virávamos bicho. Quanticamente, pelo profundo condicionamento do passado, há maior probabilidade de esses estados serem evidenciados pelo colapso da função de onda associada a eles.

Por outro lado, o excesso de controle cognitivo por parte do córtex pré-frontal pode levar os indivíduos a sufocarem os sentimentos e os gritos de alerta do cérebro emocional, conduzindo a pessoa a um excesso de racionalidade que dificulta as suas relações.

Além disso, descobertas recentes, como já citamos, identificaram neurônios tanto no sistema digestivo como no coração, ampliando assim o

conhecimento sobre as nossas emoções. O coração também produz importantes hormônios, como a adrenalina, o FNA (Fator Natriurético Atrial) – que regula a pressão sanguínea – e a oxitocina, também chamada de peptídeo do amor. Esses hormônios agem diretamente sobre o cérebro. Como se não bastasse, o cérebro possui um poderoso campo magnético capaz de afetar todo o organismo quando sofre variação. Esse campo magnético chega a atingir até uma dezena de metros em torno do nosso corpo e o seu significado ainda é um mistério para a ciência. No livro *Memória das células*, o Dr. Paul Pearsall afirma: “O campo eletromagnético (CEM) do coração é cinco mil vezes maior que o campo criado pelo cérebro e, além de sua imensa potência, tem efeitos sutis e não locais que se propagam dentro dessas formas de energia. [...] Por causa de seu imenso potencial energético, é possível que o coração seja o centro principal da condução da mesma substância energético-informativa que nos conecta não localmente a tudo e a todos”.

O fato é que entre o coração e o cérebro emocional há uma ligação direta, e o equilíbrio das emoções está diretamente relacionado ao equilíbrio entre esses órgãos, que se interligam pelo sistema nervoso autônomo. Esse sistema nervoso é formado por dois ramos: o simpático, que libera adrenalina e noradrenalina em situações de medo ou luta, acelerando o coração; e o parassimpático, que promove os estados de relaxamento pela liberação de um neurotransmissor, a acetilcolina, desacelerando o coração. Manter o equilíbrio dinâmico, a homeostase, entre esses estados é o que nos mantém vivos e nos conduz a um estado de saúde e bem-estar. Qualquer desequilíbrio nessas funções favorece a desarmonia das emoções, conduzindo a processos patológicos. Todas essas informações revelam a complexidade do nosso corpo e o nível de interdependência entre todos os órgãos e os sistemas que os interligam, levando-nos à compreensão do fracasso da medicina reducionista centrada nos sintomas e da ineficácia dos remédios alopáticos para a cura efetiva das doenças. Além disso, estudos recentes envolvendo a neuroplasticidade cerebral revelam que a estrutura física do nosso cérebro é flexível, ao contrário do que se acreditava, e que podemos, por meio de estímulos adequados, alterar fisicamente determinada área do cérebro da mesma maneira que uma atividade física adequada pode alterar a nossa estrutura muscular. O reconhecido trabalho do médico Richard Davidson com monges budistas,

com longa prática de medita o, revelou que as áreas do seu cérebro associadas à felicidade e ao bem-estar eram ampliadas, comparadas a uma pessoa que não possuía essa prática. A complexidade das rela es de interdependência entre os órgãos e sistemas do nosso corpo deixa claro que conhecer toda a sua dinâmica   indispensável, e que o conhecimento separado das partes jamais irá nos conduzir à compreensão plena da profunda complexidade que o orienta, como queria Descartes. O ideal cartesiano de fragmenta o, pois, é um obstáculo   percep o do novo paradigma. O excesso de especializa o, tão comum nos dias de hoje, tem como base esse modelo limitador de uma percep o sist mica e dinâmica da realidade.

A nova medicina, que emerge com todas essas descobertas, convida-nos para o autoconhecimento, que nos proporcionar  uma melhor rela o com nós mesmos, a partir do reconhecimento de nossas emo es.

Já pratiquei técnicas como o EMDR (Eye Movement Desensitization And Reprocessing) e a acupuntura, recomendados por Schreiber, e atesto a eficiência. Essas técnicas atuam diretamente no cérebro emocional promovendo mudanças súbitas de percep o, equivalente aos saltos quânticos do mundo subatômico. Os exercícios físicos per dicos são também poderosos aliados no combate às cardiopatias,   depressão e   ansiedade. As técnicas milenares de medita o e massagens terapêuticas, bem como exercícios respiratórios, conduzem à coerência cardíaca de que fala Schreiber. Esses exercícios são capazes de estimular o equilíbrio dinâmico entre o cérebro emocional e o cora o, e assemelham-se muito a certas técnicas de medita o com visualiza o, que induzem a estados que proporcionam bem-estar e saúde. Recentemente participei de um workshop de EFT (Emotional Freedom Technic), um novo método terapêutico que utiliza toques em centros energéticos reconhecidos pela acupuntura e estímulos verbais, capazes de desprogramar o cérebro emocional e promover curas súbitas de bloqueios emocionais e males como vícios e fobias.

A programa o neurolinguística (PNL) utiliza com sucesso estímulos linguísticos, não são em processos de curas emocionais como na reprograma o de padrões comportamentais que geram dificuldades profissionais e relacionais aos indivíduos. Desenvolvi um trabalho no Sul do Brasil, dando uma fundamenta o quântica   PNL com excelentes resultados.

Um novo paradigma na saúde

Todas essas técnicas, muitas desconhecidas do grande público, acessam com sucesso os circuitos neurais do cérebro emocional, reprogramando-o, de modo que o processo de autocura se estabeleça. Toda essa abordagem é um convite amoroso a um novo paradigma na saúde.

Em vez de representarem a autoridade de um profissional de saúde distante do paciente, transformado em um técnico identificador de doenças catalogadas, convidamos esses profissionais a estabelecerem uma relação de empatia com os pacientes, pois é nas relações de acolhimento e cuidado que comprovadamente se iniciam os processos de cura.

Que induzam os pacientes a olharem para os seus hábitos alimentares, de atividades físicas e de lazer, reconhecidamente promotores da saúde.

Que induzam os pacientes à busca do autoconhecimento, estimulando, assim, o potencial inato de autocura do próprio corpo.

Em experimentos recentes com cem pacientes, nos quais foi inoculado um vírus da gripe diretamente em suas fossas nasais, constatou-se que apenas doze deles contraíram a doença, convidando-nos a rever a excessiva preocupação com os germes, herança da tese de Pasteur, que foi negada por ele mesmo no leito de morte.

Que os profissionais de saúde possam estimular os bons hábitos já citados, fortalecendo o terreno biológico do paciente para que acione, assim, as defesas naturais do próprio corpo.

Os germes não são nossos inimigos, mas podem servir de alerta para retermos estilos de vida que fragilizam a nossa imunidade. É sempre bom lembrar que possuímos dez vezes mais bactérias no intestino do que células no corpo.

Que os profissionais de saúde possam fazer uso da sabedoria milenar da natureza, ministrando os remédios naturais de eficácia reconhecida, com menor custo e menos efeitos colaterais. Que quando se fizer necessária a utilização das drogas alopáticas, que sejam ministrados com o devido cuidado, para que não causem maiores danos à saúde do paciente.

Que se estimule no paciente a curiosidade pela causa da doença, fazendo-o ver que a doença é um processo no qual está inserido e que ele

pode ter contribuído, de alguma forma, para o seu aparecimento. A doença pode e deve ser vista como uma oportunidade de olhar para nós mesmos, de autoconhecimento.

O trabalho do terapeuta sistêmico alemão Bert Hellinger, precursor de um processo terapêutico chamado de Constelações Familiares, convida-nos a olhar para o nosso sistema familiar e para a nossa ancestralidade, pois aí podem residir desarmonias que se propagam por gerações, com uma ordem arcaica que é capaz de sacrificar os mais jovens em prol de um antepassado. O reconhecimento de doenças graves, como o câncer dentro do sistema familiar, pode revelar um enredamento mental e emocional que, quando desvendado, pode promover a cura de todo o sistema.

A cura obtida nas Constelações Familiares tem por base a não localidade quântica. Que as gerações futuras possam vir a desfrutar em larga escala de consultas médicas nas quais em vez de remédios sejam recomendados alimentos saudáveis, que em vez de drogas químicas sejam recomendados exercícios físicos, meditação e massagens terapêuticas, e que os pacientes sejam estimulados a descobrir dentro de si mesmo o potencial curador para todos os males físicos, mentais, emocionais e espirituais. As curas súbitas de remissão espontânea de doenças graves, mediadas por intenções e visualizações, bem como as curas por efeito placebo estão nos convidando a descobrir essa fonte poderosa de saúde. A física quântica e relativística está nos dando pistas claras, resta-nos ousar esse salto quântico rumo ao infinito campo de possibilidades ilimitadas da consciência.

Nesse novo paradigma da medicina somos, pois, amorosamente convidados a olhar para o imenso manancial que a natureza nos oferece para a promoção da saúde. As frutas, hortaliças, castanhas, sementes, ervas, cereais, legumes e oleaginosas são, como nós, filhos genuínos da Terra, e quando produzidos organicamente, livre dos agrotóxicos, são ainda mais generosos para com o bem-estar do templo que é o nosso corpo.

Os animais também são filhos da Terra e contribuem na alimentação humana desde os tempos primitivos. No entanto, o consumo de carne animal está associado a diversos problemas de saúde. A carne vermelha libera toxinas cancerígenas e seu consumo está associado a problemas vasculares. Além disso, a produção em escala industrial para atender à crescente demanda mundial submete os animais a maus-tratos, que fazem com que estes liberem substâncias

tóxicas no sangue, comprometendo ainda mais a qualidade da carne. Sem falar que a necessidade de se destruir as florestas para fornecer pastos para os animais tem causado um maior impacto ambiental, comprometendo a saúde do Planeta. No Brasil, o maior produtor mundial, a destruição da Amazônia está diretamente associada ao aumento do rebanho bovino.

No caso do frango, as condições são piores. Criados em cubículos gradeados para que não pisem nas próprias fezes, são mantidos em alerta 24 horas por dia sob forte iluminação e alimentados com ração industrializada, além de receberem significativas doses de hormônios e antibióticos. Dá para imaginar por que o aumento do câncer de mama entre as mulheres está associado ao consumo de carne de frango. Os maus-tratos e o artificialismo da criação levam a crer que estão produzindo um frango biônico, num reduzido prazo de trinta dias.

A produção industrial de porcos em Santa Catarina está diretamente associada à contaminação de mananciais de água potável.

No novo paradigma, a saúde planetária deve estar em primeiro plano, pois tudo o que consumimos vem da terra.

O Dr. Peribanez alerta que um prato de comida cozida com um máximo de 100 g de carne possui de 750 milhões a um bilhão de microrganismos patogênicos, enquanto um prato de comida com alimentos predominantemente crus e amornados (até 40°C), sem ovos ou leite, possui em média quinhentos microrganismos patogênicos. Que tal diminuirmos o consumo de carnes e contribuirmos com a prevenção da nossa saúde e da saúde do planeta?

Por outro lado, a busca pelo autoconhecimento deve nos conduzir a reconhecer o poder da nossa mente pelos significados que atribuímos às nossas emoções e pela capacidade de construir novos contextos, capazes de nos libertar das emoções destrutivas que nos aprisionam ao passado e comprometem a nossa saúde no presente.

Por fim, a busca de uma espiritualidade genuína, capaz de reconhecer qualquer opção religiosa como um caminho que nos reconecte com a dimensão do sagrado e dos mistérios que permeiam o desabrochar de uma flor, o canto de um pássaro, a transformação de uma pequena semente numa árvore frondosa ou ainda de um minúsculo ovo na complexidade de um ser humano. Nessa dimensão, somos capazes de reconhecer que realmente somos filhos do planeta Terra, e todos os seres que aqui habitam estão, de alguma forma, interconectados por

uma imensa teia com a qual cooperamos para dar sustentação à vida. Nosso corpo é o laboratório cósmico no qual vivenciamos a dimensão das nossas emoções, dos nossos pensamentos e da nossa espiritualidade, associados a crenças e valores que nos proporcionam a experiência de criar a própria realidade em que vivemos.

A medicina mente-corpo, de base quântico-relativística e ecológica que propomos, focada na promoção da saúde e na prevenção das doenças, na medida do possível olhará para as enfermidades como uma possibilidade de autoconhecimento e autodescoberta da grande interrogação que encerra a própria existência humana.

Se a ciência nos deu as pistas de como contribuímos para as condições nas quais adoecemos e fabricamos o nosso próprio inferno interior, ela também nos aponta as pistas que nos conduzem à saúde e ao bem-estar e de como podemos fabricar o nosso próprio paraíso interior.

E você, caro leitor, que tal marchar para o seu paraíso interior e tornar-se um agente de cura, de saúde e de bem-estar, estimulando que outras pessoas também encontrem o seu?

Referências bibliográficas

- CAPRA, Fritjof. *O tao da física*. São Paulo: Cultrix, 2002.
- CHOPRA, Deepak. *A cura quântica*. São Paulo: Best Seller, 2004.
- DI BIASI, Francisco; ROCHA, M. S. F. *Ciência, espiritualidade e cura*. Rio de Janeiro: Qualitymark, 2001.
- DOSSEY, Larry. *Espaço, tempo e medicina*. São Paulo: Cultrix, 1998.
- _____. *A cura além do corpo*. São Paulo: Cultrix, 2004.
- GOLEMAN, Daniel (Org.). *Emoções que curam*. Rio de Janeiro: Rocco, 1999.
- GONZALEZ, Alberto P. *Lugar de médico é na cozinha*. Rio de Janeiro: Rio, 2006.
- GOSWAMI, Amit. *A física da alma*. São Paulo: Aleph, 2005.
- _____. *O médico quântico*. São Paulo: Cultrix, 2006.
- HELLINGER, Bert. *Desatando os laços do destino*. São Paulo: Cultrix, 2006.
- PEARSALL, Paul. *Memória das células*. São Paulo: Mercuryo, 1999.
- PELIZZOLI, Marcelo (Org.). *Bioética como um novo paradigma*. Petrópolis, RJ: Vozes, 2007.
- SERVAN-SCHREIBER, David. *Curar*. São Paulo: Sá Editora, 2004.