

## La Grande Ricerca della Medicina olistica del Futuro.

**Questo e un articolo di** Peter Roche de Coppens, Ph.D.  
Sugli effetti delle emozioni e pensieri sul corpo

Abbiamo tolto alcune parti per renderlo più corto lo puoi leggere integrale su  
<http://www.cittadinocanadese.com/decoppens/Italian/html/L%27effetto%20PlaceboFMT.htm>

La prima e piu' importante tra tutte le conoscenze in quanto fonte e matrice di tutte le altre, e' la *conoscenza di se'*, la conoscenza della natura, della coscienza e del comportamento umano. Questo gli antichi greci l'avevano ben capito quando scrissero "Gnothi Seauton" (Conosci te Stesso) sui loro templi piu' importanti. Dopo oltre 50 anni di studi, ricerche e riflessioni, ho scoperto certe intuizioni ed idee-forza fondamentali, le piu' importanti delle quali sono:

- L'uomo rappresenta il piu' grande mistero e tesoro che esista in quanto e' la sintesi di tutto cio' che esiste ed il punto d'incontro di tutte le dimensioni; egli e' ancora un essere incompleto in evoluzione....
- La nostra visione o concezione della natura umana agisce come *l'asse assiologico* che determina tutte le nostre teorie e paradigmi pratici, in particolare quelli che si applicano alla salute, alla malattia ed alla guarigione cosi' come al paradigma medico. Praticamente parlando, tre sono le visioni fondamentali della natura umana: *homo simplex* (l'uomo dotato di una sola natura, quella fisica), *homo duplex* (l'uomo dotato di due nature, fisica e psichica) e *homo triplex* (l'uomo dotato di tre nature, fisica, psichica e spirituale); questo significa che possiamo vedere l'uomo come una *macchina*, come un *organismo biopsichico* o come un *essere psicospirituale*. Oggi (fine del 20° ed inizio 21° secolo) stiamo cambiando di paradigma il quale porta dalla visione dell'uomo come "macchina" ad *organismo biopsichico* e, per alcuni, anche da organismo biopsichico a *essere psicospirituale*.
- Quello che noi chiamiamo "realta'" e "verita'" e' sempre, sia che ne siamo consapevoli o no, una **funzione del nostro livello di coscienza e di essere**. La tradizione spirituale ha sempre asserito ed insegnato che la creazione dell'uomo e del mondo passa attraverso sette fasi o stadi ben distinti... e quindi che esistono sette livelli di coscienza e di essere, tipi di persona e livelli di evoluzione. L'immagine di base qui e' quella dello sviluppo biologico dell'uomo: egli nasce come bebe', cresce e diventa bambino e poi adolescente, giovane adulto, adulto, adulto maturo e vecchio. Ma questo si puo' applicare non solo a livello *biologico* (biopsichico) ma anche *umano* (psicosociale) e *spirituale* (psicospirituale). Se non sbaglio, **oggi il grande passaggio e' fra la fase umana e quella spirituale dove diventa essenziale attivare la propria intuizione e risvegliare la propria coscienza spirituale**.
- In sostanza e conclusione, **questo implica scoprire e studiare la relazione che esiste fra il corpo (il soma), la psiche e l'anima**. Specificamente, **questo significa studiare il potere creativo o distruttivo dei nostri pensieri, emozioni, sentimenti, aspettative, suggerimenti, parole e stati d'animo...** e cio' sottintende il famoso "effetto placebo" dove una persona pensa ricevere un rimedio (che in realta' non riceve) e dove qualcosa succede anche se l'unico elemento causale e' costituito dai suggerimenti dati e dalle aspettative del paziente, cioe' dalla componente psichica e vitale.

La medicina convenzionale, l'allopatia o cosi' detta "medicina scientifica" (pur rimanendo ancora piu' un' "arte" che una "scienza") e' **focalizzata essenzialmente sul corpo fisico** che studia e sul quale interviene tramite l'anatomia, la fisiologia e la biochimica. Questo tipo di medicina o "paradigma medico" corrisponde al 3° livello di coscienza e di essere di una persona secondo la mia teoria dell'Uomo Grattacielo (per piu' dettagli vedi i miei libri *L'Uomo Grattacielo*, *La Natura Umana e Medicina Differenziale e Qualitativa*, Guna, 2007) il quale e' il livello dominante alla nostra epoca, almeno nei paesi cosiddetti "sviluppati". I suoi esperimenti e conclusioni si basano sul criterio fondamentale *dell'effetto doppio-cieco* (double-blind study) dove si distingue chiaramente un impatto ed effetto obiettivo, fisico, e misurabile da quello soggettivo psichico e qualitativo basato sulle credenze e dichiarazioni aneddotali del paziente, sulle sue emozioni, pensieri ed aspettative.

Qui incontriamo pero' un paradosso ed un'incognita. Come e' possibile che studi statistici dimostrino in modo incontrovertibile che circa **35% di tutte le guarigioni ottenute, sia dalla medicina convenzionale che da quella alternativa o semplicemente dall'azione autocurativa del corpo e della psiche del paziente**, siano dovute all'effetto placebo? E' proprio per questo che sempre di piu' certi medici (e la medicina alternativa ed integrativa in particolare) suggeriscono che tale "effetto placebo" occupera' un posto fondamentale e giochera' un ruolo determinante nella medicina del futuro. Ora vediamo un po' che cosa e' questo famoso "effetto placebo" il quale proviene dalla dimensione psichica del paziente ed e' ancorato nella suggestione.

i pensieri, le emozioni, lo stato d'animo e le parole o *verbo* hanno un impatto e conseguenze minimi, insignificanti, sul loro corpo e sulla loro vita. Possono dire, sentire e pensare un sacco di cose, anche le piu' insensate, negative e distruttive senza generare alcun impatto obiettivo rilevante e misurabile (anche se, a lungo andare e sui piani piu' sottili, creano co-

munque un impatto e conseguenze negativi).

Questo si applica però anche a livello positivo; queste persone possono pregare, chiedere ed affermare un sacco di belle cose senza che tutto ciò abbia un impatto significativo e misurabile nella loro vita. Queste persone possono meditare, cantare ed invocare tutti i nomi di Dio, dei santi e dei saggi; affermare e ripetere di essere in perfetta salute, di essere guariti al momento stesso, senza che ciò abbia un impatto ed effetto obiettivo e misurabile. Possono anche bestemmiare ed adoperare le parole più brutte, dire del male del prossimo, fare dei pettegolezzi e criticare tutto e tutti senza che questo abbia un impatto obiettivo, sostanziale e misurabile.

A prima vista, questo potrebbe portarci a pensare (come fanno parecchie persone e teorie scientifiche) che i pensieri, le emozioni, lo stato d'animo, le credenze, suggestioni e le parole hanno solo un impatto *soggettivo* e *psicologico* sulle persone stesse che li producono e li adoperano e su chi le ascolta, però senza alcun effetto *obiettivo* e *misurabile* a livello fisico. Che questi rappresentino dunque uno sfogo personale ed eiaculazioni anodine! Esiste però anche il "rovescio della medaglia" e delle conseguenze opposte con tanti insegnamenti e spiegazioni in merito.

Ci sono sempre stati santi e guaritori autentici che esortano i loro pazienti e discepoli ad avere fede, a pregare e a focalizzare la loro mente, il loro cuore e la loro volontà su cose vere, buone e belle... e a non nutrire il negativo! **Questo vale in particolare per la salute, la guarigione e la gioia dove i pensieri, le emozioni e le parole, il verbo e la fede della persona hanno un impatto sostanziale e misurabile, quasi istantaneo, che sfiora persino il "miracoloso"**. In tutte le Sacre Scritture e nella maggior parte degli insegnamenti delle religioni e di profeti e persone illuminate dalla grazia, troviamo una grande varietà e quantità di ammonimenti, di esortazioni a pensare, sentire ed esprimere pensieri, emozioni e parole positivi che evocano la salute, la guarigione ed il benessere, focalizzandoli e orientandoli sul bello, il buono ed il vero.

Essi ci chiedono di dirigere la nostra attenzione, **di riflettere e meditare sulle virtù quali la pazienza, l'umiltà, la prudenza, il perdono, il coraggio, la gioia, ecc.** Come possiamo spiegare questa contraddizione fondamentale e cosa possiamo imparare sull'effetto placebo in particolare e sul potere e la dinamica dei pensieri, delle emozioni e delle parole in generale? Prima di rispondere a questa domanda, fondamentale per questa conferenza, vorrei evocare ed analizzare brevemente un altro paradosso e contraddizione che troviamo nella vita spirituale di una persona direttamente collegati al nostro discorso ed interrogativo: mi riferisco ai paradossi ed alle contraddizioni fondamentali della *preghiera*, della sua natura, dinamica, manifestazioni e contributi.

Nella preghiera troviamo la stessa situazione con le seguenti conseguenze contraddittorie: milioni di persone pregano... anche parecchie ore al giorno... e non succede niente, non cambia niente; loro non vedono, non sentono e non provano nulla e quindi pensano che non sia successo nulla anche se hanno fatto il loro dovere religioso o familiare! Alcune persone pregano ed immediatamente registrano un cambiamento soggettivo, psicologico all'interno del loro essere e della loro coscienza. La mente diventa più chiara, ispirata e riesce a fare connessioni, a stabilire corrispondenze e a capire ciò che prima non capiva. Il cuore s'infuoca e le emozioni, sentimenti e motivazione s'intensificano mentre prima non si avvertiva quasi nulla o solo cose negative. Infine anche la volontà e la vitalità si vivificano e s'intensificano. Quindi, a questo livello, esistono un impatto e delle conseguenze sostanziali ma a livello personale, soggettivo ed interiore.

Ma esiste anche una terza possibilità dove poche persone pregano con un impatto e conseguenze notevoli anche per il mondo a livello obiettivo, materiale ed esteriore! Qui il cambiamento prodotto dalla preghiera non solo esiste e può essere osservato e studiato, ma si verifica non solo a livello soggettivo ma anche obiettivo. Ora la domanda fondamentale è: come può esattamente la stessa cosa produrre nel primo caso alcun impatto o cambiamento; nel secondo caso, un cambiamento ed impatto strettamente interiori, soggettivi e psicologici, mentre nel terzo caso si verificano un impatto e cambiamento esteriori, obiettivi e materiali nel mondo? Per tutti e tre i casi la risposta o chiave di lettura è la stessa e molto semplice. L'impatto e le conseguenze dei nostri pensieri, delle nostre emozioni e delle nostre parole, del verbo, sono una *funzione del nostro livello di coscienza e di essere!*

**Ad un basso livello di coscienza e di essere i nostri pensieri, le nostre emozioni, affetti, sentimenti, stati d'animo e parole hanno poca forza vitale e vivificatrice e quindi non riscono a manifestare nel mondo fisico o nel nostro corpo biologico cio' che essi rappresentano! L'elemento "motore" o creatore, sia in positivo che in negativo, e' minimo. Mentre quando riusciamo a trasformare ed elevare il nostro livello di coscienza e di essere, quindi a crescere ed evolvere, questa forza vitale e vivificatrice, questo potere creativo o distruttivo, aumentano considerevolmente.** Quindi, quello che potevamo permetterci ad un livello di coscienza inferiore non possiamo piu' permettercelo ad un livello superiore che richiede piu' purezza e disciplina!

Riflettendo su questo processo ed insight, penso che non a caso troviamo questa differenziazione a secondo del nostro livello di coscienza e di essere. La provvidenza divina, nella sua infinita saggezza, sapeva benissimo cio' che faceva quando ha creato l'uomo ed ha decretato questo principio... altrimenti, se cosi' non fosse stato, potete immaginare la confusione, il caos ed i conflitti che creerebbero i pensieri, le emozioni e le parole negativi per la maggior parte delle persone! Ora per me questo significa due cose molto importanti: innanzitutto, quando trasformiamo ed eleviamo la nostra coscienza, quando cresciamo ed evolviamo non possiamo piu' permetterci lassismo, negativita' e mancanza di educazione che caratterizzano in particolare il periodo dell'adolescenza... e la societa' alla fine del 20° ed inizio del 21° secolo.

Specificamente, non possiamo piu' dire qualsiasi cosa, proferire invano il nome di Dio o anche quello di vari santi, fare pettegolezzi, criticare o dire malignita' sugli altri e sprofondare nel negativismo... **se vogliamo evitare di ammalarci, di perdere la fede, la speranza, la coerenza e di creare tanto caos e conflitti nel mondo! Guidati dalla forza psichica e spirituale che abitano in noi e che crescono con il tempo, siamo obbligati a fare molta piu' attenzione a quello che pensiamo, sentiamo e diciamo, ai nostri pensieri, emozioni, aspettative e parole piu' importanti ed a quello che suggeriamo agli altri. Abbiamo a nostra disposizione una "spada a doppia lama": la nostra psiche puo' creare o distruggere, portare la salute e la guarigione oppure la malattia, la vita o la morte, in quanto abbiamo sempre il *libero arbitrio* ...cioe' la facolta' di scegliere il positivo o il negativo.**

A livello della nostra salute, fisica e psichica, e quindi per la medicina, questa realizzazione e principio hanno implicazioni molto serie che richiedono decisamente un cambiamento di paradigma... e che ci riportano al nostro soggetto, l'effetto placebo. Dimostrano come la nostra vita psichica (i nostri pensieri, emozioni, sentimenti e parole) abbiano un impatto ed effetti differenziali sul nostro corpo e psiche, sugli altri e sul mondo! Questo impatto ed effetti sono "differenziali" in quanto rappresentano una funzione del nostro livello di coscienza e di essere la cui forza ed intensita' aumentano quando noi innalziamo il nostro livello di coscienza. **Una prova molto semplice, tangibile ed empirica (ma anche limitata in quanto dimostra solo *alcuni* e non *tutti* gli effetti dei nostri pensieri, emozioni e parole) e' quella della memoria dell'acqua come e' stata osservata e studiata dal Prof. Masaru Emoto.**

Da parecchi anni, il Prof. Emoto studia la "memoria dell'acqua" congelando un campione d'acqua dopo averlo sottoposto ad un certo stimolo e fotografando i cristalli che si formano. Questo campione puo' essere costituito o d'acqua pulita, o inquinata o benedetta, oppure anche d'acqua di sorgente sacra come quella di Lourdes; lo stimolo al quale viene sottoposto puo' essere le parole di un certa persona o una determinata musica, ecc. In tutti i casi vediamo che l'impatto psichico lascia tracce empiriche che si possono vedere e fotografare facendoci riflettere sull'importanza di quello che noi pensiamo, sentiamo, diciamo e facciamo (per maggiori dettagli vedi il Diaporama in allegato). Anche la fotografia Kirlian e la Aura imaging sono tecniche specifiche che ci permettono di osservare cio' che persone come i sensitivi ed i chiaroveggenti hanno sempre saputo e visto; cioe' che le energie psichiche creano forme pensiero ed emotive, degli "elementali", che poi acquistano una vita ed influenza obiettive esercitando un impatto e determinando conseguenze sulla nostra psiche, il nostro corpo ed il nostro mondo.

Anche la tradizione spirituale ha sempre asserito ed insegnato la stessa cosa, in oriente come in occidente, da Budda a Gesu' e da San Paolo ed i Padri della Chiesa a Bruno Groening e Maitre Philippe de Lyon; cioe' di focalizzare la nostra attenzione, di pensare e riflettere (e dunque "nutrire" o vivificare) cio' che e' buono, vero, bello e sano piuttosto che i loro contrari. Mentre nel passato questa rimaneva una credenza particolare ristretta ad una piccola elite, al giorno d'oggi e sempre di piu'

mentre ci inoltriamo nel futuro, diventera' una necessita'. Oggi abbiamo sia la teoria per spiegare questo in modo razionale e coerente che gli approcci e le metodologie (le cristalizzazioni di Emoto, la fotografia Kirlian, e le conclusioni della fisica quantistica) per convalidare tutto cio' anche a livello empirico!

E' la forza vitale (*Vis Vitalis*) a controllare il processo di guarigione e la salute della persona. A sua volta, questa forza vitale ha un doppio *feed-back loop*: **in basso con il corpo fisico ed in alto con i pensieri, emozioni e stati d'animo**. E' per questo che sempre piu' medici dicono oggi che "l'esaurimento e' la madre di tutte le malattie" cosi' come "la depressione e' la radice di tutte le patologie"! Non solo la tradizione spirituale, ma anche la sociologia ha sempre riconosciuto questo fenomeno quando diceva che "una cosa esiste effettivamente, anche se non possiamo vederla, se essa crea effetti e conseguenze soggettive ed obiettive che possiamo studiare". Diceva anche che "se una persona crede in una certa cosa o valore al punto di agire come se davvero esistesse, allora creera' questa cosa a livello esteriore ed obiettivo!"

Piu' specificamente, esiste una relazione molto stretta tra i pensieri, emozioni, credenze ed aspettative di una persona. Questo significa che le nostre credenze, suggerimenti, pensieri e sentimenti hanno un impatto diretto, immediato, e crescente sul nostro sistema immunitario, ormonale, nervoso e circolatorio ed, attraverso questi sistemi, sulla nostra salute, malattie e processo di guarigione, sulla nostra psiche e corpo, ma essi rimangono sempre una funzione del nostro livello di coscienza e di essere. **Quindi attento a quello che pensi, a quello che risenti e a quello che dici, a quello che credi e che desideri in quanto, in un modo o in un altro e prima o poi, tutto cio' creera' cio' che rappresenta! Questo ci da' un enorme potere creatore o distruttore che dobbiamo imparare a capire ed adoperare nel modo giusto per avere cosi' un corpo ed una mente sani ed un ambiente e mondo pulito e morale!**

Chi è

BIOGRAFIA Prof. Peter Roche de Coppens, PhD

Peter Roche de Coppens, nato a Vevey, in Svizzera, compie i suoi studi prima in Svizzera, Italia e Argentina. Si trasferisce poi negli USA dove si laurea in Sociologia ed Antropologia alla Columbia University e conseguela specializzazione in Psicoterapia Umanistica in Canada, all'Università di Montreal. Studia con Pitirim Sorokin alla Harvard University. A Firenze è allievo di Roberto Assagioli per lo studio della Psicopsintesi personale e transpersonale, con particolare interesse per le crisi esistenziali dovute al risvegliopsichico spirituale. Dal 1970 è professore di Sociologia ed Antropologia alla East Stroudsburg University. Tiene inoltre seminarie conferenze in numerose università e centri di ricerca nel mondo. Tra questi, la Sorbona e l'Istituto di Psicopsintesi di Parigi e la McGill University di Montreal. E' membro dell'Accademia delle Scienze di New York dal 1987 consulente spirituale per le Nazioni Unite. Autore prolifico, ha scritto più di 70 libri in inglese, francese ed italiano. Dal 1991 conduce in Pennsylvania il programma televisivo "Soul Sculpture". Per lui, due sono le sfide fondamentali del XXI secolo: innalzare la propria coscienza spirituale per attivare la propria intuizione ed il raggiungimento di una nuova dimensione della medicina olistica, la medicina psicospirituale. Dal 2003 collabora con GUNA SpA (la più importante azienda italiana nel settore della produzione e distribuzione di farmaci omeopatici) creando la sezione editoriale "Medicina e Spiritualità", per la quale ha pubblicato fino ad oggi tredici volumi, e conducendo tredici seminari rivolti ai medici interessati ad integrare la dimensione e la coscienza spirituale nella pratica medica.



[www.erboristeriaweb.net](http://www.erboristeriaweb.net)

Olistic naturcenter sas & C.

Vicolo Martinelli 12 Marino 00047 (Rm)

0693667678 3334908328 olisticinfo@gmail.com

