

## El arte de curar *(cap 11 del ebook artritis)*

La medicina de oriente presupone una profunda introspección. Sin este trabajo interior la cura no podrá producirse en forma profunda. Será a lo sumo una cura sintomática, parcial. Y por eso el enfermo recae. Porque no curó el interior. El exterior es un reflejo del interior. Muchos sabios de todas las eras han enseñado que nuestro mundo externo (lo visible, lo manifestado) es un reflejo de nuestro mundo interior (invisible, aun no manifestado).

Si nuestro mundo interior está lleno de miedos, tarde o temprano esos “contenidos” internos se convertirán en contenidos externos, visibles y físicos. Por eso la medicina oriental lleva al candidato a la curación hacia el mundo de la filosofía. Sin filosofía no hay verdadera medicina. Sin filosofía, sin transformación de la realidad interior, no se puede cambiar la realidad exterior. Porque ésta será siempre un reflejo de la interna. Sin desarrollo de la visión y la comprensión la cura será únicamente técnica, mecánica, más o menos brutal, de violencia contra los síntomas o las manifestaciones clínicas (manifestaciones externas).

Aplastar con miedo y violencia los síntomas o las expresiones visibles, sólo refleja un profundo miedo e ignorancia sobre el mundo interior, el mundo de la mente, el mundo del inconsciente. Por ello el maestro Ohsawa, quien trajo la macrobiótica a Francia y occidente en la década de 1950 enseñaba que si no se curaba el “alma” no se había logrado la cura verdadera, y que el enfermo recaería una y otra vez. Aunque haya adoptado la dieta macrobiótica con devoción y rigor, sin transformación interior, sin la incorporación de la filosofía, su cura durará poco.

Porque los mecanismos inconscientes (que crearon la enfermedad) siguen activos, intactos. Y volverán a proyectar en el mundo externo nuevamente las mismas cosas, las mismas tragedias, las mismas enfermedades. A veces la gente de pensamiento simplista me dice: “bueno doctor, dígame de una vez qué debo comer para curarme”. Intento llevarlos a un plano de desarrollo de la comprensión para llegar al “alma”, a la raíz inconsciente del problema y estas personas de pensamiento simple, me apuran para que les diga qué deben comer.

Y luego van a sus casas. Y al tratar de aplicar estos cambios en sus hábitos de comidas, y las rutinas de ejercicios y descansos, se encuentran totalmente perdidos. Y son los que más trabajo me dan. Porque toman a la macrobiótica como una técnica curativa más.

Reemplazan los corticoides por el arroz y las algas marinas. No desean pensar. Son demasiado perezosos para pensar. Mejor obedecer las indicaciones y ya está. Se producirá el alivio o la mejoría. Y a veces cuando las mejoras no llegan tan rápido como estas personas desean, me reclaman: “hice todo lo que usted me dijo, comí los alimentos que usted me dijo y no he mejorado todavía”.

Y llegan a la conclusión de que este “tratamiento” no da resultados. Hay una medicina para cada tipo de paciente. Para los que no quieren pensar, para los que sólo buscan hacer lo mínimo, para los que se rigen por la Ley del Mínimo Esfuerzo está la medicina de tomar una pastilla y “vuelva el mes que viene”. La medicina que proponemos es la medicina de la toma de conciencia, la medicina del despertar de la sabiduría, la medicina que requiere el esfuerzo de pensar. Bernard Shaw, irónicamente decía que la mayor parte de las personas piensan dos o tres veces por año.

Y que él se había hecho célebre por pensar dos o tres veces por semana. Pensar exige un esfuerzo que todos no están dispuestos a hacer. Para los que no desean hacer este esfuerzo la PAR (poliartritis reumatoidea) es una enfermedad de causa desconocida, muchas veces heredada (también la tenía mi abuela y una tía). No tiene cura y solo “disponemos” de medicinas para aliviar el dolor y la inflamación. Tiene empujes y remisiones, por lo que puede minimizar las dosis durante las etapas de remisión y aumentarla durante los empujes.

“usted debe aprender a vivir con ello”. Esa es la “comprensión”, el nivel filosófico de la medicina clásica. En ese paradigma el paciente es un “paciente”, una víctima de la PAR, el no hizo nada malo. Solo que el infortunio se abatió sobre él, sin previo aviso. Nuestra visión es totalmente diferente. El paciente es en realidad un ser activo. Es protagonista. Ha trabajado muy duro y con mucha persistencia para enfermarse.

**Consideramos que los lácteos de cualquier tipo junto al azúcar y a los alimentos industrializados, refrescos cola y otras “invenciones” de la civilización son los factores principales para crear una PAR.**

¿Quién ha elegido comer esos alimentos durante décadas? ¿Quién ha abierto su boca para introducir decenas de kilos de queso, centenares de tazas de leche de vaca con café y azúcar junto a centenares de litros de refrescos comerciales? Estos hábitos son muy poderosos. Pero el protagonista, ha decidido muy libremente comer todo esto a lo largo de decenios. Y luego se considera una víctima de la genética o del stress. Todos tenemos “malos” genes. Todos tenemos niveles variables de stress. El stress es simplemente la percepción de una amenaza.

Cuando percibimos una amenaza, un peligro o una situación que nos saca de nuestra zona de confort y seguridad, liberamos adrenalina y nos ponemos en alerta roja.

También tienen estrés los pájaros y los gatos. Hasta los insectos perciben las amenazas de sus depredadores naturales. Y no tienen PAR. Culpar al stress, a la genética, al cambio climático, a la resonancia Schumann, al smog o a problemas emocionales, es colocar la causa afuera de nuestro centro. Y si la causa está afuera, lógicamente está fuera de nuestro control.

No puedo controlar el clima, ni la resonancia Schumann, ni el smog ni a la genética. Pero si comprendo que mi enfermedad es mi creación, fruto de un largo proceso de toma de decisiones, la situación cambia por completo. Puedo cambiar mis decisiones. Puedo cambiar mi dieta. Puedo cambiar mis hábitos. Puedo hacer una transformación de mi forma de vida.

La persona que padece una PAR, ha trabajado muy duro durante años para comprar los alimentos que provocan el daño articular. Ha trabajado para ganar el dinero necesario para comprar kilos de queso y litros de yogur. Y ha tenido que ir al mercado a comprar bebidas cola, centenares de veces durante mucho tiempo. Es mucho esfuerzo a lo largo de años. Ha hecho méritos suficientes como para estar enferma. No ha sido consciente. No hay culpa. Pero si hay responsabilidad. Nadie lo ha enfermado. Nada lo ha enfermado. Nadie lo obligó a estimular patológicamente su sistema inmune con caseína proveniente de derivados de la leche.

Nadie lo obligó a consumir toneladas de la adictiva azúcar blanca que acidifica la sangre al estimular espectacularmente la población de hongos que viven en el organismo y en particular en el intestino. Eligió acidificar su sangre en forma sostenida durante años. Y si además hay factores hereditarios y alteraciones climáticas junto a trastornos emocionales, todo conspira a favor de la enfermedad.

**Es necesario curar el alma.** Todo esto que estoy afirmando es un poco brutal para el enfermo afectado con cualquier tipo de artritis crónica pero es necesario para abrir la mente y lograr la cura del “interior”. Comprender es curar. Sin comprensión no hay cura. Pero si uno comprende y descubre la relación, verá con claridad absoluta qué es lo que hay que cambiar. Y comenzará a curarse a partir de ese mismo momento en que “vió” la luz. Descubrir la causa ya es curar. Pero si la medicina oficial dice “desconocemos la causa” entonces no podrá curar la PAR. Nunca hasta descubrir la causa.

Tal vez algunos médicos eminentes la sospechan. Pero mientras todo el establishment no lo acepte, deben reservarse sus opiniones. **Mientras tanto la industria farmacéutica seguirá vendiendo toneladas de antiinflamatorios y corticoides.** Y seguirá ganando fortunas. El entorno de “no se sabe la causa, la ciencia aun no la descubrió” es el terreno perfecto para seguir vendiendo drogas que no curan pero que el enfermo debe tomar de por vida. No lo cura, pero no puede dejar de consumir. Y además le genera brutales efectos secundarios. Y encima paga mucho dinero por todo ello. Paga para no curarse, paga para padecer los efectos secundarios, paga para que le sigan dando mensajes de desesperanza, paga para no curar jamás. Pero cada paciente elige qué medicina seguir. Y en quién creer.

Las creencias forman parte de ese mundo interior. De esa realidad interior que crea la realidad exterior. La ignorancia y el miedo crean una proyección llamada enfermedad incurable. La comprensión y la toma de conciencia crean una proyección llamada salud perfecta. Pero esta proyección exterior proviene del interior. Por ello es necesario primero curar el interior. Como decía Ohsawa “curar el alma”.

De lo contrario la enfermedad retorna una y otra vez. Y lo hace con la esperanza de que el “paciente” comprenda. Dicen que a buen entendedor pocas palabras bastan. Pero si es mal entendedor, tendrá que aprender con dolor. En ese caso no bastan las palabras. Entonces aparece el plan B. Con dolor aumentan las probabilidades de comprender y curar el “alma”. Pero algunos ni siquiera con dolor llegan a comprender. Siguen bebiendo leche y negando su responsabilidad hasta el último momento de su vida. Se trata de auténticos héroes. La arrogancia total.

La voluntad invertida. La voluntad de permanecer en el infierno hasta el último momento. Es una forma de usar la libertad. La Libertad Infinita que Dios nos otorgó a todos desde el mismo momento de nacer en este planeta.

**Dr. Martin Macedo**