

Il Metodo Cosmo e la progressiva scomparsa delle malattie Psiche-Somatiche

Doi: <https://doi.org/10.48274/IBI49>

Autore

Roberto Fabbroni, (codice [ORCID 0000-0001-5328-4412](https://orcid.org/0000-0001-5328-4412))

Teresa Columbano, *Co-Fondatrice Metodo Cosmo, Operatrice Bioenergetica secondo il Metodo Summa Aurea®, Esperta di Counseling, Insegnante di Respiro (IT)*

Sanna Antonio, *Psicologo, Psicoterapeuta e Formatore del Metodo Cosmo (IT)*

Katya Ondradu, *Medico chirurgo, Spec. Fisiatra, Operatore di Medicina Integrativa Informativa – MII e Formatrice del Metodo Cosmo (IT)*

Rodica P. Rosoaga, *Laurea in Medicina e Chirurgia, Spec. in Patologia Clinica, Esperta di medicina trasfusionale*

Mariangela Puddori, *OSS, Operatrice Bioenergetica secondo il Metodo Summa Aurea® e Formatrice del Metodo Cosmo (IT)*

Melissa Barontini, *Operatrice Bioenergetica secondo il Metodo Summa Aurea® e Formatrice del Metodo Cosmo (IT)*

Giuliana Cittanti, *Operatrice Bioenergetica secondo il Metodo Summa Aurea® e Formatrice del Metodo Cosmo (IT)*

Abstract

Scopo di questo articolo è fornire una possibile correlazione Psiche-Somatica delle patologie, vedendo nel conflitto interiore, attraverso una visione transpersonale in cui corpo, mente e Anima-Spirito, la genesi delle stesse. Attraverso tale analisi ed un approccio transpersonale attraverso il Metodo Cosmo e le sue tecniche energetico-meditative, si fornisce una strada per affrontare e risolvere i conflitti interiori favorendo la possibilità della scomparsa di tutte le malattie.

Keywords

Metodo Cosmo, Psiche-Somatica, benessere, Salutogenesi

Citazione per questo articolo

Fabbroni R., Columbano T., C., Sanna A., Ondradu K., Rosoaga P. Rodica, Puddori M., Barontini M., Cittanti G., ***Il Metodo Cosmo e la progressiva scomparsa delle malattie Psiche-Somatiche***, *Rivista Scienze Biofisiche* (11/2024), **Doi:** <https://doi.org/10.48274/IBI49>

Articolo

Premessa

Come ben sappiamo le malattie Psiche-Somatiche sono una conseguenza dei conflitti tra Psiche (Anima) e la nostra personalità (Fabbroni R., Sanna A., 2023a); (Fabbroni R., 2023); e il ricco bagaglio teorico e di intervento pratico ne spiega i risvolti su **patologie cardiovascolari** (Fabbroni R., Sanna A., Ondradu K., (2023a), (Fabbroni R., Sanna A., Katya O., 2023b), **tumori** (Fabbroni R., Sanna A., Ondradu K., 2024), (Fabbroni R., Resta S., Pagnoncelli D., 2021), (Fabbroni R., Calcei E., 2021), **cefalee** (Fabbroni R., Argiolas V., 2021), (Fabbroni R., Molinari C., Sanna A., Columbano T., et Alt., 2024), patologie degenerative (Puddori M., Fabbroni R., Sanna A., 2024), **stress** (Fabbroni R., Sanna A., 2023b), (Fabbroni R., Sanna A., Katya O., 2023c).

Abbiamo visto inoltre che applicando le tecniche energetico-meditative del Metodo Cosmo vi sono ulteriori ottime risposte sia **fisiologiche** (Fabbroni R., Columbano T., Molinari G. C., Sanna A., et Alt., 2023) sia **psicologiche** (Fabbroni R., Columbano T., Molinari G. C., Sanna A., et Alt., 2024c), (Fabbroni R., Columbano T., Molinari G. C., Sanna A., et Alt., 2024d) che ne confermano sempre più la validità.

Perché è importante il Metodo Cosmo per poter arrivare ad una possibile scomparsa o risoluzione delle malattie?

Per rispondere a questa domanda riprendiamo nel dettaglio la Biofisica dell'essere umano.

Biofisica Informazionale

Dall'elettrofisiologia sappiamo nel nostro organismo circola corrente e si generano continuamente campi elettromagnetici.

Il meccanismo di base è costituito dalle pompe ioniche della membrana cellulare che consumano energia e così polarizzano una cellula e generano un potenziale d'azione, se la cellula viene attivata e i canali ionici vengono aperti. Il processo di depolarizzazione genera un flusso di corrente anche nel volume extracellulare che ancora una volta si traduce in differenze biopotenziale misurabili nel tessuto.

Sappiamo che esistono 4 tipologie di cellule elettriche:

1. Neuroni
2. Muscolo cardiaco
3. Muscolo scheletrico
4. Muscolo liscio

Nel dettaglio:

1. **Il potenziale d'azione dei neuroni** è un rapido cambiamento nel potenziale elettrico attraverso la membrana di una cellula nervosa, che permette la trasmissione dell'informazione elettrica lungo il neurone. Durante il potenziale d'azione, si verifica una corrente elettrica attraverso la membrana del neurone. Questa corrente è causata dal flusso di ioni attraverso i canali ionici presenti nella membrana cellulare. Durante la fase di riposo del potenziale d'azione, il neurone ha un potenziale di riposo negativo, con una maggiore concentrazione di ioni negativi all'interno della cellula rispetto all'esterno. Durante la fase di depolarizzazione, i canali del sodio si aprono e

permettono all'ione sodio di entrare nella cellula, generando una corrente di sodio verso l'interno. Questo provoca un rapido aumento del potenziale elettrico della cellula. Durante la fase di ripolarizzazione, i canali del potassio si aprono e permettono all'ione potassio di uscire dalla cellula, generando una corrente di potassio verso l'esterno. Questo riporta il potenziale elettrico della cellula al suo stato di riposo.

La corrente elettrica generata durante il potenziale d'azione dei neuroni è fondamentale per la trasmissione dell'informazione lungo il neurone. Quando un potenziale d'azione si propaga lungo il neurone, può influenzare l'attivazione di potenziali d'azione in neuroni adiacenti, consentendo la trasmissione dell'informazione attraverso il sistema nervoso.

2. **Il potenziale d'azione del cuore** è un rapido cambiamento nel potenziale elettrico delle cellule cardiache che permette al cuore di contrarsi e pompare il sangue. Questo potenziale d'azione è generato da un sistema di cellule specializzate chiamate cellule pacemaker, che sono responsabili di generare e propagare l'impulso elettrico attraverso il cuore.

Durante il potenziale d'azione del cuore, si verifica una corrente elettrica attraverso le cellule cardiache. Questa corrente è causata dal flusso di ioni attraverso i canali ionici presenti nella membrana cellulare. Durante la fase di depolarizzazione, i canali del sodio si aprono e permettono all'ione sodio di entrare nella cellula, generando una corrente di sodio verso l'interno. Questo provoca un rapido aumento del potenziale elettrico della cellula. Durante la fase di ripolarizzazione, i canali del potassio si aprono e permettono all'ione potassio di uscire dalla cellula, generando una corrente di potassio verso l'esterno. Questo riporta il potenziale elettrico della cellula al suo stato di riposo.

La corrente elettrica generata durante il potenziale d'azione del cuore è fondamentale per la contrazione coordinata delle cellule cardiache e per il corretto funzionamento del sistema cardiaco nel complesso.

Questo permette al cuore di pompare il sangue in modo efficace e mantenere la circolazione sanguigna in tutto il corpo.

3. **Il potenziale d'azione nel muscolo scheletrico** è un rapido cambiamento nel potenziale elettrico attraverso la membrana delle cellule muscolari, chiamate miociti, che permette la contrazione muscolare. Durante il potenziale d'azione, si verifica una corrente elettrica attraverso la membrana delle cellule muscolari.

Il potenziale d'azione nel muscolo scheletrico è innescato da un impulso nervoso proveniente dal sistema nervoso centrale. Questo impulso nervoso raggiunge la giunzione neuromuscolare, dove viene rilasciato un neurotrasmettitore chiamato acetilcolina. L'acetilcolina si lega ai recettori presenti sulla membrana delle cellule muscolari, causando l'apertura dei canali del sodio. Questo permette all'ione sodio di entrare nella cellula, generando una corrente di sodio verso l'interno e provocando la depolarizzazione della membrana.

La depolarizzazione della membrana muscolare provoca l'apertura dei canali del calcio, che permettono all'ione calcio di entrare nella cellula. L'incremento del calcio intracellulare attiva una serie di eventi che portano alla contrazione muscolare. Durante la contrazione muscolare, si verifica una corrente elettrica attraverso le fibre muscolari, che è causata dal flusso di ioni attraverso i canali ionici presenti nella membrana delle cellule muscolari.

La corrente elettrica generata durante il potenziale d'azione muscolare è fondamentale per la contrazione muscolare. Questo permette al muscolo scheletrico di generare la forza necessaria per il movimento del corpo.

4. **Il potenziale d'azione nel muscolo liscio** è un rapido cambiamento nel potenziale elettrico attraverso la membrana delle cellule muscolari lisce, che permette la contrazione del muscolo. Tuttavia, a differenza del muscolo scheletrico, il potenziale d'azione nel muscolo liscio è generato internamente alle cellule muscolari lisce, senza l'intervento di un impulso nervoso.

Nel muscolo liscio, il potenziale di riposo delle cellule muscolari lisce è generalmente più depolarizzato rispetto al muscolo scheletrico. Durante il potenziale d'azione, si verifica una corrente elettrica attraverso la membrana delle cellule muscolari lisce.

Il potenziale d'azione nel muscolo liscio è innescato da segnali chimici o ormonali che agiscono sulle cellule muscolari lisce. Questi segnali possono provenire da varie fonti, come il sistema nervoso autonomo o ormoni circolanti. Quando questi segnali raggiungono le cellule muscolari lisce, causano l'apertura dei canali ionici, come i canali del calcio o del sodio, che permettono il flusso di ioni attraverso la membrana cellulare. Questo provoca una depolarizzazione della membrana e la generazione del potenziale d'azione.

La corrente elettrica generata durante il potenziale d'azione nel muscolo liscio è fondamentale per la contrazione del muscolo. Questo permette al muscolo liscio di svolgere le sue funzioni, come la contrazione degli organi interni o la regolazione del flusso sanguigno.

Infatti il processo di digestione coinvolge l'attività elettrica nel sistema gastrointestinale.

Il sistema gastrointestinale è composto da muscoli che si contraggono per spingere il cibo attraverso il tratto digestivo. Queste contrazioni muscolari, chiamate motilità gastrointestinale, sono controllate da segnali elettrici generati dalle cellule del muscolo liscio presente nella parete del tratto digestivo.

Questi segnali elettrici, noti come potenziali di azione, si propagano lungo il tratto digestivo e coordinano la contrazione muscolare necessaria per spingere il cibo attraverso l'esofago, lo stomaco, l'intestino tenue e l'intestino crasso.

La registrazione di queste attività elettriche nel tratto gastrointestinale può essere effettuata utilizzando tecniche come l'elettrogastrografia (EGG) o l'elettromiografia (EMG). Queste tecniche misurano l'attività elettrica dei muscoli del tratto digestivo e possono fornire informazioni sulle funzioni motorie e sulla motilità gastrointestinale.

Quindi, mentre la digestione in sé non genera corrente elettrica, l'attività elettrica nel sistema gastrointestinale è coinvolta nel processo di digestione.

Sappiamo inoltre che:

- A. La corrente generata durante il potenziale d'azione di una cellula nervosa, cardiaca o muscolare produce un campo elettromagnetico.** Questo campo elettromagnetico è generato dal flusso di cariche elettriche attraverso la membrana cellulare durante il potenziale d'azione.

Quando si verifica un potenziale d'azione, gli ioni si spostano attraverso i canali ionici presenti nella membrana cellulare, creando un flusso di cariche elettriche. Questo flusso di cariche elettriche genera un campo elettromagnetico che si estende intorno alla cellula.

Il campo elettromagnetico generato dal potenziale d'azione può essere rilevato e misurato utilizzando tecniche di rilevamento elettrofisiologiche, come l'elettroencefalografia (EEG) per il cervello o l'elettromiografia (EMG) per i muscoli. Queste tecniche sfruttano l'interazione tra il campo elettromagnetico generato dal potenziale d'azione e gli elettrodi posizionati sulla superficie del corpo per registrare l'attività elettrica.

B. Circolazione sanguigna e campi elettromagnetici

La circolazione sanguigna nel corpo umano può generare il passaggio di corrente. Questo è dovuto al fatto che il sangue è un conduttore elettrico a causa della presenza di ioni nel plasma sanguigno.

Quando il sangue scorre attraverso i vasi sanguigni, si crea un flusso di cariche elettriche. Questo flusso di cariche può essere misurato come corrente elettrica. Inoltre, il movimento del sangue può generare campi elettrici e magnetici che possono essere rilevati e misurati utilizzando tecniche come l'elettrocardiografia (ECG) e l'elettroencefalografia (EEG).

L'attività elettrica generata dal sistema cardiovascolare è fondamentale per il funzionamento del cuore e per la regolazione della pressione sanguigna. L'ECG è un esempio di come il passaggio di corrente generato dalla circolazione sanguigna possa essere utilizzato per monitorare l'attività elettrica del cuore e diagnosticare eventuali anomalie.

C. La respirazione cellulare può generare corrente elettrica attraverso il processo di fosforilazione ossidativa.

Durante la respirazione cellulare, le cellule utilizzano l'ossigeno per convertire i nutrienti, come i carboidrati e i grassi, in energia utilizzabile sotto forma di ATP. Questo processo avviene nei mitocondri, che sono organelli cellulari responsabili della produzione di energia.

Durante la fosforilazione ossidativa, gli elettroni vengono trasferiti lungo una catena di trasporto degli elettroni all'interno delle membrane mitocondriali. Questo flusso di elettroni crea una differenza di potenziale elettrico attraverso la membrana mitocondriale, che può essere utilizzata per generare corrente elettrica.

Inoltre, il flusso di protoni attraverso la membrana mitocondriale genera un gradiente di concentrazione di ioni idrogeno (protoni) che può essere utilizzato per generare ATP attraverso l'enzima ATP sintasi¹. Questo processo, chiamato chemiosmosi, coinvolge anche il movimento di cariche elettriche e può generare corrente elettrica.

Quindi, in sintesi, la respirazione cellulare può generare corrente elettrica attraverso il processo di fosforilazione ossidativa e chemiosmosi.

- D.** Se la matrice extracellulare diventa più densa in un punto e crea una barriera fisica che ostacola il movimento delle molecole e degli ioni, inclusi il sodio e il potassio, potrebbe verificarsi un'alterazione del normale funzionamento cellulare (Fabbroni R. Reti P., 2024). Tuttavia, la morte cellulare dipende da molti fattori e non può essere generalizzata come un risultato diretto di una densità aumentata della matrice extracellulare.

Le cellule hanno meccanismi di adattamento e compensazione che possono aiutarle a sopravvivere in condizioni sfavorevoli. Ad esempio, possono cercare di regolare l'equilibrio ionico attraverso altre vie o possono attivare processi di riparazione e rigenerazione per superare l'ostacolo creato dalla matrice extracellulare densa.

Tuttavia, se l'alterazione della matrice extracellulare è estrema o prolungata nel tempo, potrebbe causare danni irreversibili alle cellule e alla loro funzionalità, che potrebbero portare alla morte cellulare. È importante sottolineare che l'effetto sulla cellula dipende dalla specifica situazione e dalle caratteristiche delle cellule coinvolte.

- E.** Il **potenziale di membrana a riposo delle cellule umane è generalmente negativo**. Questo significa che all'interno della cellula c'è una carica negativa rispetto all'esterno.

Il potenziale di membrana a riposo è mantenuto grazie all'equilibrio tra i flussi di ioni attraverso la membrana cellulare. In particolare, la pompa sodio-potassio ATPasi, presente nella membrana cellulare, pompa attivamente ioni sodio (Na^+) all'esterno della cellula e ioni potassio (K^+) all'interno della cellula. Questo crea una differenza di concentrazione di ioni tra l'interno e l'esterno della cellula, generando un potenziale elettrico negativo.

Il valore tipico del potenziale di membrana a riposo varia tra -40 e -90 millivolt (mV), a seconda del tipo di cellula e del suo stato fisiologico. Ad esempio, nel neurone a riposo, il potenziale di membrana è di circa -70 mV.

Il mantenimento di un potenziale di membrana a riposo negativo è fondamentale per il corretto funzionamento delle cellule umane. Questo potenziale di membrana a riposo fornisce la base per la generazione dei potenziali d'azione e per la trasmissione degli impulsi nervosi o per altre funzioni cellulari.

¹ È un enzima, un motore molecolare, una pompa ionica, ed un altro motore molecolare tutti legati insieme in una macchina incredibile dalle dimensioni nanometriche. Ha un ruolo importante nelle nostre cellule dato che sintetizza la maggior parte dell'ATP che dà energia ai processi cellulari.

Quanto fin qui espresso ci indica chiaramente che tutti i processi interni all'essere umano sono controllati da onde elettromagnetiche. Questo significa che tutti i processi interni sono processi energetici.

Le malattie come conseguenza di conflitti Spirituali

In Psicologia Transpersonale il conflitto interiore è un conflitto tra la personalità e il suo desiderio di realizzazione sociale e il progetto Spirituale dell'Anima o Destino (Fabbroni R., Columbano T., Sanna A., et Alt., 2024) che si incarna nella medesima personalità.

La dicotomia tra le due strade genera il conflitto interiore e maggiore è la differenza tra le due strade maggiore è il disagio che viene somatizzato.

Elementi chiave della Psicologia Transpersonale:

- La psicologia Transpersonale è considerata la quarta forza della psicologia in quanto oltre ad essere la più recente, elaborata a partire dagli anni sessanta, trascende e include i modelli che l'hanno preceduta: la psicoanalisi, il comportamentismo, la psicologia umanistica.
- Questo significa ad esempio che senza trascurare transfert e resistenze oppure il lavoro sulle mappe cognitive disfunzionali o le potenzialità umane e l'empatia estende il suo intervento a quelle aree della realtà psichica che si estendono oltre l'identificazione con la personalità individuale, definite prima da Roberto Assagioli, il creatore della Psicosintesi, e in seguito da Gustav Jung, appunto transpersonali.
- La Psicologia Transpersonale, sta ad indicare quell'approccio psicologico che amplia la cartografia della psiche fino a comprendere sia le esperienze pre e peri natali che quelle spirituali.
- Essa propone modelli epistemologici e metodologici in grado di occuparsi con un approccio scientifico dello studio della spiritualità, delle esperienze interiori dei diversi stati di coscienza, dello sviluppo delle qualità più genuinamente umane e delle risorse più elevate del Sé, quali l'Amore, la consapevolezza, la compassione, la responsabilità, la fiducia e quindi anche la Fede, la creatività, la volontà spirituale, l'intuizione, l'accettazione, la solidarietà, la coscienza dell'unità e dell'interconnessione.
- Si caratterizza pertanto come il contributo degli ambienti scientifici allo studio, e alla comprensione dell'esperienza umana integrale, alla gestione del dialogo partecipativo tra il Sé individuale e il mondo, mediante la padronanza dell'esperienza interiore, dei molteplici stati della coscienza, della realizzazione della propria vera natura, delle emergenze spirituali.
- Nella sua ricerca, essa integra l'esperienza della psicologia occidentale, soprattutto del filone gestaltico, esistenziale, umanista, con le culture sapienziali fondate sulla meditazione e la tradizione primaria fondata sull'estasi e sul contatto diretto con le forze della natura.
- Subisce inoltre una forte influenza dalle più recenti acquisizioni della fisica moderna ed è in stretto rapporto con altre scienze quali: la sociologia, l'antropologia e la biofisica Informazionale.

La psicoterapia transpersonale affronta il disagio e la patologia psichica in un quadro che comprende e offre strumenti per:

1. La padronanza dell'esperienza interiore e degli stati di coscienza nella vita quotidiana
2. La piena espressione delle proprie risorse e qualità umane riflesso di quelle Spirituali
3. La realizzazione della propria vera natura.

Le malattie sono quindi di origine Psiche-Somatica (con Psiche nel senso etimologico del termine: Anima o Soffio Vitale).

Secondo quanto fino a qui illustrato potremmo ritenere che:

STRESS = Conflitto Interiore

Quindi il problema sorge quando lo stress permane nel tempo e tende a divenire cronico perché ciò comporta, per un tessuto stressato che i potenziali elettrici delle membrane cellulari che lo costituiscono sono alterati (Fabbroni R., Sanna A., Katya O., 2023c); Fabbroni R., 2023d); Fabbroni R., Sanna A., 2023b). Nelle nostre cellule quindi, con una carica elettrica inadeguata, diminuisce anche la capacità di nutrirsi e di espellere le tossine (Fabbroni R. Reti P., 2024). Durante questo processo in cui vi è un'alterazione dei potenziali elettrici, sono lanciati segnali d'allarme che il nostro cervello interpreta come sintomi. Quando ciò accade il corpo perde la capacità d'autoriparazione e compare dolore, infiammazione, calo dell'efficienza e sintomi vari e abbiamo un ***blocco energetico***.

Un blocco energetico a livello cellulare è quindi uno stato in cui il passaggio di informazioni a livello elettromagnetico è ridotto o nella forma più grave è quasi assente (Aryan, A., et Alt., 2023).

Infatti la MEC (matrice extra cellulare), essendo il luogo dove avvengono i primi contatti con unità esogene e dove si possono incontrare tutte le bioinformazioni (Fabbroni R. Reti P., 2024), si adatta ai messaggi biofisici, per rispondere a stress patologici o fisiologici, secondo due modelli organizzativi:

1. i fibroblasti producono proteine più strutturali, diminuiscono gli ioni liberi, la matrice diviene più densa, gli spazi extra-cellulari divengono più stretti, l'acqua si organizza in clusters con minori escursioni oscillatorie. In questo substrato la bioinformazione scorre con difficoltà;
2. le proteine strutturali tendono allo smantellamento, la matrice diviene più fluida, l'acqua è caratterizzata da movimenti maggiormente cinetici, sono presenti molti più ioni liberi, gli spazi extracellulari sono più ampi e così la bioinformazione scorre più facilmente.

Approccio Energetico-Meditativo del Metodo Cosmo

Quindi l'essere umano, essendo più o meno sconnesso dalla propria parte animico-Spirituale, ha perduto una reale connessione con Dio, inteso come espressione Naturale dello Spirito (aldilà di qualsiasi religione) e dando così importanza a ciò che socialmente viene considerato importante come la posizione sociale, l'istruzione, il denaro, i beni di proprietà, il lavoro che si svolge, ecc., alimentando quello che è chiamato ego (Fabbroni R., Sanna A., Columbano T., et Alt., 2024b), vive delle crisi d'identità in quanto non si riconosce

nella sua matrice Spirituale ma solo nella parte umana e ciò provoca quelle disarmonie che sfociano nelle problematiche di tipo Psiche-Somatico (Fabbroni R., Molinari C. G., Sanna A., 2022); (Fabbroni R., Sanna A., Ondradu K., (2023a); (Fabbroni R., Sanna A., Katya O., 2023b); (Fabbroni R., 2023d); (Fabbroni R., Sanna A., Ondradu K., 2024).

Se invece di preoccuparci del malessere (Fabbroni R., Sanna A., 2023) lavorassimo assiduamente per creare in noi le condizioni di benessere e passassimo dal combattere una patologia a ristrutturare il terreno Psiche-Somatico togliendo da noi i conflitti e lavorando per mantenere il più possibile saldo in noi una relazione continua con il Divino, avremmo sicuramente uno stato di salute molto buono perché ridurremmo al minimo i conflitti interiori.

È verificato inoltre che il pensiero, come tutto ciò che esiste in natura², si compone di onde elettromagnetiche (banda delle microonde) (Bryukhovetskiy, A. S., et Alt., 2020) ed essendo frutto della complessa interazione tra gli input sensoriali e il sistema di credenze e convinzioni acquisite a cui il cervello si rifà per interpretare le esperienze della vita, possiamo dire che il pensiero è di natura repulsiva. Vediamo il perché di tale affermazione. Sappiamo che l'essere umano infatti è dotato di una infrastruttura sensoriale con a capo il cervello, il sistema nervoso e i 5 sensi appunto. Tutte le informazioni che l'essere umano riceve vengono trasdotte da questa tipologia di interfaccia che è tipica del mondo animale di cui facciamo parte.

Inoltre va aggiunto che il corpo, nella parte sottocutanea della pelle, è munito di cellule di Merkel che sono dei recettori elettromagnetici che ci forniscono appunto varie percezioni sensoriali (Molinari C. G., Fabbroni R., 2021).

Come ben sappiamo ciò che vediamo non è ciò che stiamo guardando ma una elaborazione del nostro cervello degli stimoli ottici ricevuti che al termine di una complessa elaborazione ci fornisce una immagine associata.

Tutto questo, compreso il consueto uso della memoria che in tutti i modi viene stimolata per ricordare ciò che è stato, comporta l'uso prevalente della parte elettrica del corpo umano, quella appunto legata al sistema nervoso e il cervello.

Infatti la mente attiva i sensi fisiologici come strumenti di ricezione dei segnali, azione elettrica.

Consideriamo in aggiunta l'effetto dei Neuroni Specchio che ricreano in noi lo stato emozionale presente in chi stiamo vedendo o con cui stiamo interagendo (Fabbroni R., Sanna A., Columbano T., et Alt., 2024a).

Tutto questo porta alla creazione di un sistema di pensiero soggettivo che porta di fronte ad un evento comune all'interpretazione personale, proprio perché la società di per sé è strutturata in una miriade di classi che generano separazione in base alla appartenenza ad una classe definita. Quindi essendo l'interazione sociale basata sulla cognizione, la separazione relazionale ne diviene una conseguenza e il sistema di credenze e convinzione ne sono un'amplificazione

Ecco perché l'essere umano vive i conflitti interiori ed è in separazione con la parte Spirituale.

L'uso dell'interfaccia sensoriale elettrica che ha prevalso su quella Spirituale magnetica.

² $E=MC^2$ formula di Einstein che ci spiega che tutto ciò che è materia è al tempo stesso energia

L'approccio Transpersonale Spirituale del Metodo Cosmo è invece di natura magnetica perché si basa sull'Amore che è conseguenza e origine, al tempo stesso, della connessione Spirituale (Fabbroni R., Columbano T., 2024).

Il cuore, attraverso la connessione con l'Anima, cioè il campo scalare del cuore in fase, attiva una azione magnetica e quindi di percezione extrasensoriale ovvero Spirituale.

Come abbiamo ribadito in più di una circostanza infatti (Fabbroni R., Molinari C. G., Sanna A., 2022), al cuore è invece legata la parte Spirituale che nell'approccio moderno viene quasi totalmente esclusa.

Quindi oggi il cuore ritorna formalmente protagonista e riprende in mano il controllo della vita umana che già possiede in realtà ma ora ne prende il controllo in modo formale e Spirituale.

Questo è possibile proprio dal fatto che si è ora in presenza di un cambio di polarità nella Forza Elettromagnetica, cioè che si parte da un Campo Magnetico e si arriva ad un campo elettrico e quindi alla Forza Magnetoelettrica.

Come conseguenza abbiamo l'interazione Magnetodebole, cioè la relazione delle due forze che si uniscono, debole e magnetoelettrica, dalla parte magnetica anziché dalla parte elettrica spostando quindi l'attenzione e l'azione dalla modalità più umana o animale a quella più Spirituale.

Queste sono le energie di base del Nuovo Mondo e nello specifico la Magnetodebole ne è alla base e i cambiamenti, come sempre accade, avvengono prima a livello Spirituale per poi divenire evidente a livello materiale e come recita un vecchio detto: "prima in alto e poi in basso".

La Forza Magnetodebole è l'energia che bisogna si attivi in una persona per poter passare dalla modalità Elettromagnetica alla modalità Magnetoelettrica e ciò è possibile attraverso le Tecniche Energetico-Meditative del Metodo Cosmo.

Il Metodo Cosmo (Fabbroni R., Columbano T., 2024), è quindi un approccio Transpersonale ed è strutturato sia per prevenire le problematiche di tipo Psiche-Somatico sia per risolverle, inquanto si basa su contenuti e pratiche Energetico-Meditative atte a ricollegare la personalità alla propria parte Spirituale e quindi a Dio in modo pratico ed efficace.

Aumentando la Consapevolezza si può ridurre o risolvere i conflitti interiori e riportare in noi lo stato di coerenza e di salute (Fabbroni R., 2021).

Il Metodo Cosmo spiega e consente di sperimentare le qualità Divine che potremmo identificare in Amore e Fede (vedremo più avanti il perché di tale asserzione) che essendo state perse, sono alla base delle genesi dei conflitti spirituali e le problematiche di tipo Psiche-Somatico.

Ritrovando in noi Fede e Amore andiamo a ridurre progressivamente fino ad eliminare tali conflitti e potremmo così andare, con il tempo, verso un benessere ampio e profondo (Sanna A., Columbano T., et Alt., 2024a; 2024b); (Fabbroni R., Molinari C., Sanna A., Columbano T., 2024c).

A livello energetico ci sono ovviamente dei cambiamenti, come abbiamo già detto e riguardano il passaggio, la trasformazione o se preferite il cambio di polarità che dalla Forza

Elettromagnetica ci porta a quella Magnetoelettrica e dall'interazione Elettrodebole a quella Magnetodebole.

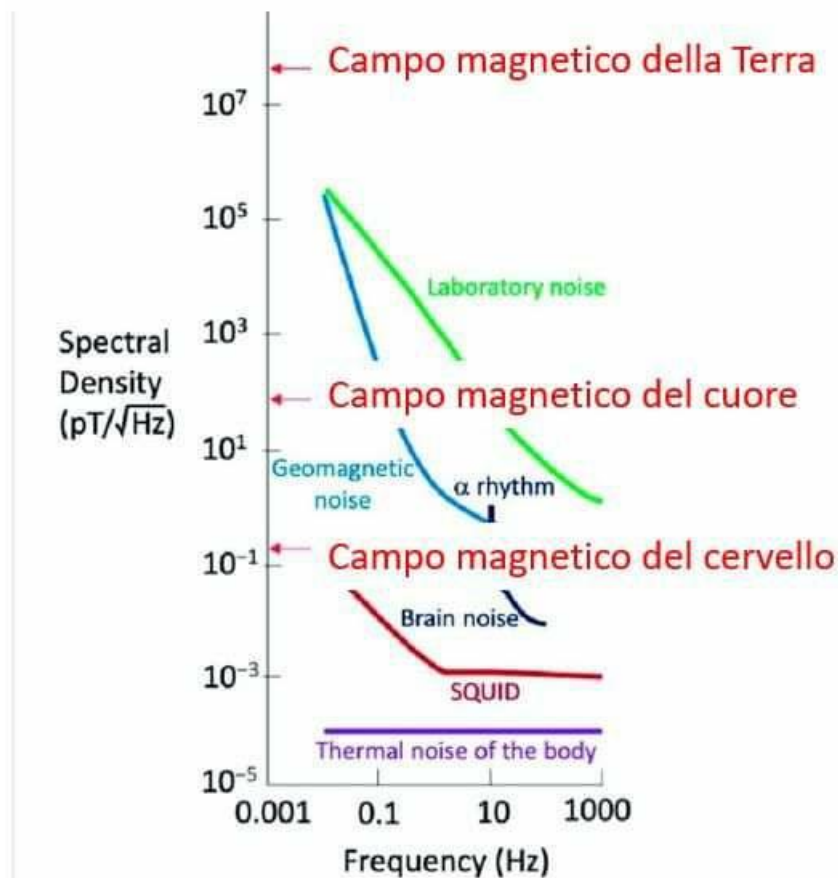
Perché tutta la natura dei fenomeni Biofisici e quantistici è una conseguenza della Natura Spirituale delle cose (Fabbroni R., Molinari C. G., Sanna A., 2022).

Metodo Cosmo

In questo contesto possiamo dire che ci sono tre aspetti di interesse:

1. Attivazione energetica Magnetodebole che rende il cuore un magnete permanente
2. Pratica energetico-meditativa denominata Espansione di Coscienza secondo il Metodo Cosmo che aiuta ad attivare la Forza Magnetoelettrica nell'azione quotidiana e vivere quindi in modo aperto e a relazionarsi con Amore di fronte agli eventi e alle relazioni della vita.
3. Respirazione circolare Magnetica che aiuta la persona a spostare l'attenzione dalla mente al cuore ed essere quindi più presente al *"qui ed ora"*, mantenendo così la centratura sull'approccio Magnetoelettrico

Il Metodo Cosmo va a sostenere e potenziare il già presente Campo Magnetico prodotto dal cuore enormemente più grande di quello del cervello alimentando una predisposizione del cuore a comandare tutto il funzionamento dell'essere umano.



Ovviamente con questa tipologia di approccio sparisce da ogni persona la paura (Fabbroni R., Columbano T., 2024) perché da un lato è in grado di recuperare e utilizzare le proprie risorse Spirituale per far fronte alle prove della vita e dall'altro è comunque in Pace, Amore e Fede, nel vivere le esperienze della vita con accettazione sapendo che ciò che si vive ha una funzione evolutiva e quindi sono esperienze "Giuste e Perfette".

Le patologie sono di natura Psiche-Somatica e quindi un conflitto con la parte Spirituale

Dal punto di vista Spirituale la classificazione delle patologie non va inquadrata in base ai sintomi fisici e alle caratteristiche biofisiche e quindi alla differenziazione biochimica risultante che ne deriva, ma va considerata in base al conflitto Spirituale che soggiace ai sintomi stessi. In questo contesto sono due le classificazioni attraverso cui possono essere suddivise tutte le malattie: patologie legate alla mancanza di Amore e alla mancanza di Fede.

Prima di addentrarci nel dettaglio di questa suddivisione vediamo che in passato vi sono altri tentativi di classificazione interessante. Lo stesso Ippocrate diceva: ***"È più importante sapere che tipo di persona abbia una malattia, che sapere che tipo di malattia abbia una persona."***

Da Ippocrate abbiamo anche la ***teoria umorale***, la quale sostiene, di base, che il corpo umano sia composto da quattro sostanze che prendono il nome di "umori" e che queste devono essere mantenute in equilibrio tra esse. Quando l'equilibrio è perso, insorge la malattia, sia del corpo che dello spirito.

Qualsiasi disabilità o malattia è sinonimo di alterazione del bilanciamento dei quattro umori essenziali. Dunque, per essere trattata occorre trovare un modo per ristabilire l'equilibrio perduto.

Nella teoria della medicina umorale di Ippocrate vediamo in termini diagnostici quanto le emozioni, nella loro parte luce e ombra, risiedono in organi ben precisi e danno origine ad atteggiamenti che, a lungo andare, si traducono in segnali fisici. La rabbia risiede nel fegato ma anche la determinazione, la gioia nel cuore ma anche l'esaltazione, la preoccupazione nel polmone ma anche l'introspezione, il rimuginare nella milza ma anche la diplomazia, la paura nel rene ma anche la volontà.

E così esistono: **i melancolici, i collerici, i sanguigni, e i flemmatici.**

Quale altro campo d'azione potrebbe avere la nostra anima per comunicare con noi se non il nostro corpo?

I quattro fluidi, umori che scorrerebbero nel nostro corpo, sarebbero:

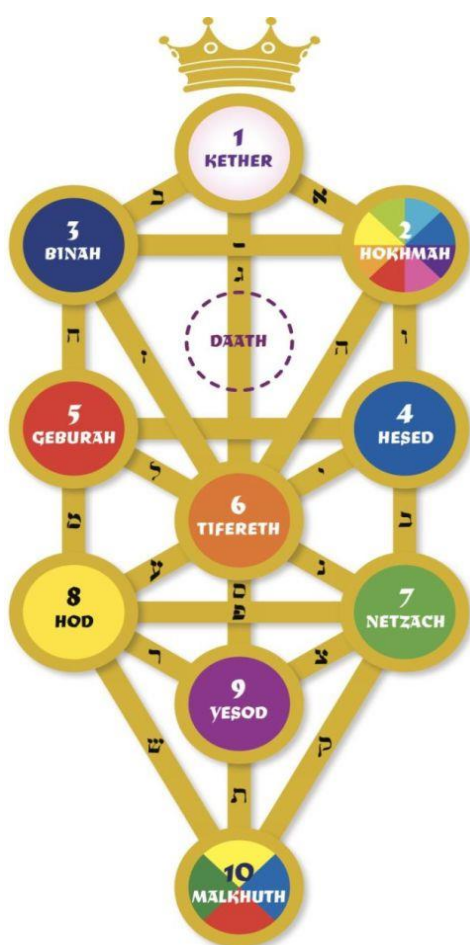
- **La Bile Nera**, legata alla terra, con proprietà di secchezza e freddo ed ha sede nella milza
- **La Bile Gialla**, legata al fuoco, con proprietà di secchezza e caldo ed ha sede nel fegato
- **Sangue**, legato all'aria, con qualità di umidità e caldo, che ha sede nel cuore
- **Flegma**, legato all'acqua, con qualità di umidità e freddo che si trova nella testa.

Mente e corpo erano considerati come un'unica realtà, pertanto quello che si verificava nella mente aveva effetti sull'organismo, e viceversa. Per questo si pensava che il predominio di uno degli umori, generasse un temperamento specifico in una persona.

Scopo della terapia secondo Ippocrate quindi, è ristabilire l'equilibrio andato perso. A tal fine la scuola ippocratica afferma che il corpo ha in sé i mezzi per guarire, che «la natura è il medico delle malattie» e che il medico quindi non deve fare altro che assecondarne la *vis medicatrix*, aiutando il corpo a espellere l'umore sovrabbondante e corrotto.

Concetti a nostro avviso sempre validi anche se necessitano di qualche integrazione, in quanto carenti della visione profonda che creava gli squilibri umorali ovvero il conflitto tra la personalità e l'Anima e quindi la perdita di connessione Spirituale.

Nel nostro contesto vedremo che gli umori legati a melanconia e sangue sono legati all'Amore mentre i flemmatici e i collericici sono legati alla Fede.



Anche nella Kabbalah, la mistica ebraica, possiamo trovare utili elementi correlati a questo argomento, cioè le correlazioni tra FEDE e AMORE ed emozioni e salute.

Possiamo vedere dall'immagine dell'Albero della Vita che vi sono due colonne laterali:

- Quella di destra con Geburah che è chiamata la colonna della GIUSTIZIA
- Quella di sinistra con Hesed (o Chesed) che è chiamata la colonna della MISERICORDIA

Geburah e Hesed sono le emanazioni di queste Qualità Divine.

Queste due Sefirot, se sovrapponiamo l'Albero della vita ad un corpo umano, sono in corrispondenza del fegato-cistifellea (Geburah) e milza-pancreas (Hesed). Perché quanto detto è di interesse nel contesto di classificazione delle malattie?

Vediamo quali sono gli elementi di nostro interesse.

Geburah è l'emanazione della **Giustizia Divina che è un modo diverso di guardare alla FEDE.**

Infatti tutto ciò che è Fedele è Giusto. Quindi ritornando agli umori di Ippocrate potremmo associare la collera o i collericici a coloro che hanno vissuto **l'ingiustizia.**

Stessa associazione dell'umore può essere fatta con Hesed, emanazione dell'Amore (Misericordia) e quindi associare ai melanconici la mancanza di Amore.

Attraverso queste due considerazioni possiamo già notare che in due ambienti così distanti, come la medicina di Ippocrate e la Kabbalah ebraica che attraverso una Visione Sistemica che correla corpo, mente e Spirito, è possibile indagare il microcosmo umano in modo ampio e significativo mentre se separiamo tali aspetti, ne ricaviamo una visione ridotta e limitante pur nella sua ampiezza.

Vediamo ora nello specifico, come tutte le patologie sono risultanti dai conflitti interiori legati all'Amore e alla Fede.

Patologie e conflitti legati all'Amore

Tutti i conflitti che sono espressione dell'Amore sono legati a tutte le problematiche di tipo cardiocircolatorio, degenerativo, pancreatico, respiratorio e tiroideo.

Le malattie cardiovascolari sono patologie a carico del cuore e dei vasi sanguigni. Questa categoria include:

1. Le malattie ischemiche cardiache, come l'infarto del miocardio e l'angina pectoris.
2. Le malattie cerebrovascolari, come l'ictus ischemico ed emorragico.
3. Tutte le forme tumorali sia a livello vascolare sia cardiaco

Patologie neuro-degenerative:

4. **a.** SLA (Sclerosi Laterale Amiotrofica); **b.** SM (Sclerosi Multipla).
Patologie degenerative del sistema muscolo-scheletrico: **c.** Artrite deformante
5. Invece le patologie relative al pancreas sono le **pancreatiti**, il **Diabete** che esprime la perdita di Amore che si trasforma in mancanza, mentre il **tumore** è l'assenza di amore ricevuto:
 - a.** Pancreatite acuta, che insorge in maniera improvvisa e violenta;
 - b.** Pancreatite cronica, che persiste a lungo con tendenza ad aggravarsi nel tempo ed a produrre un danno permanente o una disfunzione d'organo.
 - c.** Il Diabete (sia Tipo I sia Tipo II. Si guarda sempre all'organo di interesse dove si somatizzano le emozioni a prescindere poi dalla differenziazione biofisica della patologia);
 - d.** le forme tumorali

6. Le patologie respiratorie sono sempre legate all'Amore perché sono una conseguenza della svalutazione che in questo caso però è legata alla difficoltà di espressione del proprio valore che è riconosciuto (almeno in parte) ma espresso con difficoltà. Infatti, L'emozione che si scarica nei polmoni è la tristezza e quando sopraggiunge, come ad esempio a seguito di un evento che ci colpisce, come un **lutto** o un **abbandono**, è necessario rielaborarla quanto prima e non ignorarla come se nulla fosse accaduto.

La tristezza è una condizione che ci porta a **chiuderci, ripiegarci su noi stessi e isolarci**. Dobbiamo **vivere** il dolore, **accettare** e **accogliere** ciò che è accaduto, per poi **andare avanti** e **rinascere**, possibilmente più forti e consapevoli di prima.

Il problema, però, sorge quando cominciamo a "**vivere nella tristezza**", ci sentiamo **solli, infelici, inutili** e **incompresi**. Separati dal mondo che ci circonda, **apatici** e completamente privi di motivazione e ciò comporta:

- a.** Patologie respiratorie acute come dispnea, tosse e l'insufficienza respiratoria in genere
- b.** Patologie ostruttive e degenerative come asma, broncopneumopatia cronica, enfisema

7. Prima di considerare gli **aspetti psicologici legati alla tiroide** teniamo presente il suo significato simbolico, dal greco ***Thyroeidès*** “che ha la forma di una porta”. Nel **percorso di individuazione** delineato da Carl Gustav Jung, “andare **oltre la porta**” è un passo impegnativo, poiché significa il **raggiungimento della maturità**, il **superamento della nevrosi** e la **capacità di esprimere** ciò che si è, **la propria essenza** e la propria natura. In tutte le patologie tiroidee c'è uno stretto legame con la relazione materna: alla base dello squilibrio psicosomatico emerge infatti un vissuto angosciante caratterizzato da una madre assente e abbandonica che non viene, però, messa in discussione. La mancata elaborazione si traduce in squilibri funzionali, entrambi riflessi di una “rivolta” interiore nei confronti della frustrazione d'amore. Abbiamo così queste differenti manifestazioni degli stati di disagio.

a. L'ipertiroidismo; b. L'ipotiroidismo; c. Gozzo e noduli

8. Il disagio Psicologico è una manifestazione della mancanza d'Amore come nel caso della Depressione o è una patologia mista (Amore e Fede) come nel caso dell'Ansia

a. Depressione; b. Ansia

Analisi dettagliata delle patologie legate all'Amore

Più di qualunque altra condizione di malattia, la cardiopatia riflette le realtà tipiche legate al vivere moderno come lo stress, la mancanza di tempo, la competitività e l'eccessiva ambizione. È stato riscontrato che l'incidenza di cardiopatia ischemica in individui con questi tratti è circa il doppio rispetto a soggetti di controllo (Kurd BJ, Dar MI, Shoaib M, Malik L, Aijaz Z, Asif I., 2014). In particolare è il tratto dell'ostilità che sembra avere un'influenza nefasta sull'apparato cardiocircolatorio secondo una duplice via:

1. **Le malattie ischemiche cardiache, come l'infarto del miocardio e l'angina pectoris:** La prima riguarda uno stile di vita sfavorevole (alimentazione disregolata, scarsa attività fisica, cattive abitudini), la seconda via è attraverso tutto il complesso di azioni biologiche conseguenti ad un eccesso di reattività emotiva agli stimoli ambientali stressanti.

Uno stress acuto significativo può scatenare **angina, infarto miocardico, aritmie, cardiomiopatia da stress** (sindrome di Takotsubo), **ictus o morte improvvisa** [Steptoe A., Kivimäki M., 2012; Arri S.S., Ryan M., Redwood S.R., Marber M.S., 2014; Taggart P., Critchley H., Lambiase P.D., 2010; Ghadri J.R., 2018]. Si stima che il rischio di sindromi coronariche acute sia cinque volte più alto nelle 2 ore successive a uno scatto d'ira (Mostofsky E., Penne E.A., Mittleman M.A., 2014).

Lo stress mentale cronico si riferisce all'esposizione a stress ripetitivo e a lungo termine. Depressione, ansia, bassa autostima, solitudine, stress correlato al lavoro, pensionamento, basso status socioeconomico e personalità di tipo A (ad esempio, competitiva, aggressiva, ostile) e di tipo D (ad esempio, angosciata, caratterizzata da introversione ed emozioni pessimistiche),

In questi casi si evidenzia una chiusura del cuore dal punto di vista Spirituale e Biofisico. La perdita della connessione spirituale si attua in seguito a una vita prevalentemente improntata sulla ricerca della soddisfazione personale e in particolare quindi nella mancanza di raggiungimento di tale soddisfazione. Si configura, quindi un approccio alla vita sostanzialmente egoico diretto principalmente alla propria esclusiva

autorealizzazione personale e al raggiungimento di una adeguata condizione sociale, che però non si riesce a conseguire, sfociando in un fallimento.

2. **Le malattie cerebrovascolari, come l'ictus ischemico ed emorragico:** Fare qualcosa contro se stessi pur sapendo che ci fa male. Mancanza di Amor proprio. Può verificarsi anche quando di fronte ad uno shock Psicosociale³, in cui si vive l'evento stressante perdendo il controllo (Reddin, C., Murphy, R., Hankey, et Alt., 2022), tale evento produce una repentina perdita di Amore. L'ictus può manifestarsi anche nel caso di una forte rabbia (Wegener S., 2022) per la perdita, qui vi è anche una correlazione con la Fede (mancata accettazione dell'evento) oppure a seguito di uno sforzo eccessivo con conseguente mancanza di Amor proprio.
3. Il **tumore** è la fase cronica e si manifesta come persistenza del problema e intensità dell'esperienza di mancanza d'amore.
4. Tali patologie, SLA, SM, sono legata alla svalutazione profonda mentre l'artrite è la forma lieve di svalutazione.
 - a. Mentre la **SLA** è una forma acuta di svalutazione che si manifesta in un momento particolare della vita (ad esempio uno sportivo che si ritira e a seguito della perdita di notorietà si ammala di SLA.... Lou Gehrig... Borgonovo e tanti altri. Non a caso sono i motoneuroni che degenerano e ai quali è dato il compito della nostra azione, della nostra visibilità che viene meno).
 - b. La **SM** invece un processo degenerativo progressivo nel tempo a seguito di una progressiva infiammazione (placche che si sviluppano nella sostanza mielinica dell'encefalo e del midollo) e che si manifesta sulla persona come un processo di svalutazione progressiva. A seconda delle motivazioni che vi sono a monte della svalutazione e che la caratterizzano, essa può sfociare nella SM o nell'artrite. Mentre la SM è una svalutazione generica l'artrite è una azione svalutativa focalizzata, magari legata allo svolgimento di un compito specifico.
 - c. Dal punto di vista psicosomatico, i sintomi lamentati dai soggetti con **artrite**, coinvolgono soprattutto le articolazioni, ovvero la libertà di movimento. I soggetti con artrite reumatoide sono dotati di grande efficienza, produttività e creatività, che ad un certo punto della vita si bloccano. Le ragioni primarie di questo meccanismo è la paura di mostrare completamente sé stessi, cioè il vero io, la paura di non essere amati o accettati e di mettere in atto un cambiamento che possa inconsciamente ferire l'altro.

I sensi di colpa, la paura della solitudine e della perdita producono un'energia negativa che si manifesta sulle proprie articolazioni: il soggetto attacca sé stesso, proprio come avviene nelle malattie autoimmuni.
5. Il Pancreas è l'organo in scarica la svalutazione ed è associato alla Gioia di Vivere. In generale le **problematiche pancreatiche** riguardano la mancanza di accettazione di come si svolgono le relazioni affettive e in particolare quando esse si concludono.
 - a. Tale problematica, **pancreatite acuta**, riguarda l'Amore ricevuto e quindi la perdita di amore. Può ad esempio essere legata ad un lutto improvviso.
 - b. Tale problematica, **pancreatite cronica**, riguarda l'Amore ricevuto e quindi la perdita di amore che nello specifico diventa la mancanza di Amore e si cronicizza. Uno o meglio

³ Il concetto di stress psicosociale si riferisce a quel complesso di stimoli interni ed esterni che per il soggetto sono significativi, quali l'abbandono, la perdita di familiari, i cambiamenti di lavoro. (www.paginemediche.it/)

entrambi i genitori che non ti amano (o questa è almeno la percezione che sia acquisisce specialmente in tenera età). Fine di una relazione, ecc.

Nel linguaggio psicosomatico il soggetto mastica il proprio corpo (auto digestione) ne consegue una forte aggressività autodiretta. Generalmente il paziente che soffre di pancreatite è stato duramente punito da piccolo. Gli è stato insegnato a fare il bravo bambino e ad evitare cattivi pensieri con il risultato di una bassa autostima e fiducia in se stesso.

c. Nel Diabete c'è il passaggio progressivo nel tempo di una consapevolezza che sposta la percezione dell'Amore progressivamente verso una diminuzione prima e verso una assenza poi. Infatti si innesca il processo della progressiva difficoltà nella digestione degli zuccheri (il dolce), cioè la difficoltà di accettare il comportamento relazionale che porta alla percezione della diminuzione di amore.

d. Nel tumore invece manca il passaggio dall'amore al suo decadimento. Si parte già con la percezione di non essere amati e più il disagio si cronicizza e rinforza nel tempo più il tumore si sviluppa.

6. In un'ottica psicosomatica, **l'aria immessa con il primo respiro è intesa la prima forma di nutrimento che riceviamo dalla vita**, da ciò che è "altro da sé". A partire da questo momento, il nostro corpo avvia uno scambio, attraverso il suo movimento inspiratorio ed espiratorio, con il mondo; l'aria che entra ed esce viene visto come il principale veicolo della relazione nella specie umana.

La patologia respiratoria è quindi una patologia della relazione, tanto più significativa quanto più ci si muove, da un banale singhiozzo o da una tosse parossistica, fin verso malattie che alterano la funzione respiratoria stessa.

a. Le patologie **respiratorie acute** le possiamo vedere legate quindi a quello stato di malessere in cui ci accade qualcosa che in quel momento, tale situazione, è da noi subita nonostante ci sia in noi la capacità di rispondere. È legato inoltre alla paura di mancanza d'aria, dello spazio vitale che ci manca o ci viene tolto, alla difficoltà di muoverci nello spazio. Per istinto tendiamo a "provare", a trovare una soluzione e la difficoltà a prenderci cura o la sensazione di non farcela, porta a vivere lo stato di sofferenza

b. **Patologie ostruttive e degenerative**. Una incapacità di esprimere il nostro punto di vista sugli accadimenti della nostra vita prolungato nel tempo produce un senso di intolleranza a tali eventi che però rimane inespressa e quindi ci logora. Ciò provoca gli eventi cronici nelle varie forme conosciute. Ciò che ruota intorno alla svalutazione di se, come detto sopra, incide sulla muscolatura e la struttura ossea portando allo sviluppo di problematiche varie: dolori articolari, muscolari ecc. che in mancanza di una consapevolezza adeguata e una "cura di sé/amore" limitata, nel tempo può sfociare in forme di aggravamento.

Quando è possibile, "cambiare aria" è la soluzione però più radicale ed efficace: nuovi contesti esistenziali, nuove esperienze possono favorire un recedere delle crisi. Il clima affettivo è l'elemento fondamentale per superare i momenti critici e, quindi, circondarsi di presenze più favorevoli e più affettive, che emanino profumi piacevoli, è il rimedio

migliore.

7. La **tiroide** si configura come un **organo chiave della nostra identità**. Allora un disturbo della tiroide esprime, in generale, un problema di definizione della propria identità e indica la ricerca di un punto di stabilità.

a. L'ipertiroidismo: una risposta "in eccesso, in cui il dolore represso esplode. A livello psicosomatico infatti la pressione che tenta di emergere corrisponde al mondo interiore del soggetto. Il malessere legato alla difficoltà di esprimersi genera una forte iperattività, mentre la paura di fermarsi nasconde un profondo disagio emotivo, legato anche alla percezione stessa delle proprie profondità psichiche con le quali il soggetto non è mai entrato in contatto. L'insicurezza si traduce in diarrea e sudorazione; il dimagrimento è l'incapacità di sentirsi nutriti, i disturbi del ritmo cardiaco e della pressione indicano una tensione e una mancanza nella percezione dell'amore altrui. Un elemento caratteristico dell'ipertiroidico è la tendenza al controllo che prevale sulla libertà di esprimersi, di essere se stesso; questo aspetto si concretizza in altri tipici sintomi della patologia che si possono assimilare all'ansia, come l'irrequietezza, l'insonnia, l'irritabilità e l'aumento della capacità ideativa.

b. L'ipotiroidismo: una disfunzione causata dalla rinuncia e paura dell'autonomia, generate dalla sofferenza profonda e dalla sensazione di non meritare amore. Esprime quindi **una ribellione verso uno stile di vita che non si vuole accettare**. Staticità, ristagno energetico, stanchezza, apatia, difficoltà di concentrazione, ansia, tachicardia, insonnia e irritabilità sono alcuni **sintomi di natura psicologica** che fanno irruzione nella quotidianità.

Quindi l'ipotiroidico, spesso ha paura di non essere meritevole della considerazione e dell'amore degli altri, può assumere un atteggiamento punitivo, colpevolizzante e svalutante verso se stesso; spesso ciò è dovuto ad una infanzia e adolescenza vissuta in un contesto familiare rigido, eccessivamente severo e poco empatico e accogliente.

c. Il Gozzo e i noduli tiroidei sono l'espressione cronica e cristallizzata delle cause di amore indicate per queste tipologie che non recedono spontaneamente e spesso necessitano di un intervento chirurgico, mentre quelle precedenti sono di tipo funzionale e sono trattabili conservativamente.

9. Le **dimostrazioni di affetto**, come le **coccole**, le **carezze**, le **tenerezze** e i **vezzeggiamenti**, hanno un **ruolo importante nella nostra vita**, in quanto contribuiscono a **ridurre lo stress**, migliorare il **benessere psicologico** e aumentare la felicità. La ricezione di tali dimostrazioni di affetto è un bisogno istintivo che risiede in ognuno di noi, poiché ci fa sentire al centro dell'attenzione delle persone che ci sono care o che stimiamo. Inoltre, il **contatto emotivo** che ne consegue aiuta a **rafforzare l'autostima** e la capacità di amare noi stessi e gli altri.

a. La depressione può assumere differenti forme a seconda dell'intensità di tale affetto, come fosse una scala di grigi che vanno dal più tenue al più carico: a seconda della gravità vi posso essere episodi di *perdita d'appetito, insonnia o impersona, difficoltà ad alzarsi tanto da trascorrere la maggior parte del tempo a letto, difficoltà di concentrazione, mancanza di desiderio sessuale, sensi di colpa inappropriati,*

ideazione suicidaria o autolesionista ecc. L'individuo depresso sente frequentemente il **bisogno di essere supportato**, perché tende ad arrendersi di fronte alle difficoltà, che spesso gli sembrano insormontabili; fa fatica ad acquisire fiducia nelle proprie capacità e a credere in se stesso. Per questo motivo può avere un'attitudine anaclitica, ovvero all'appoggio e alla **dipendenza**; tale attitudine può essere un retaggio infantile, nel senso che può esser il frutto di relazioni con genitori o *caregivers*, che hanno sempre tentato di proteggere il figlio dalle difficoltà della vita, condannandolo quindi a vivere "sotto una campana di vetro".

b. Per arrivare **all'Ansia** parliamo prima di autostima.

L'autostima, cioè il modo in cui una persona stima, valuta, apprezza se stessa e di conseguenza trae informazioni rispetto al proprio valore personale, è un costrutto di fondamentale importanza, in quanto da esso dipende il livello di benessere che la persona sperimenta nella relazione con se stessa e con gli altri. Il disagio psicologico infatti è spesso causato proprio da una scarsa stima di sé, considerandosi persone poco capaci e inadeguate.

È facile inoltre che il fenomeno della bassa autostima sia accompagnata da quella che viene definita **ansia di tratto** (Cattell, 1961), cioè un'ansia non sollecitata da una circostanza precisa e percepita come pericolosa, un'ansia che tende ad essere una caratteristica stabile e cronica della personalità; i due fenomeni infatti facilmente si alimentano a vicenda dando vita ad un circolo vizioso.

L'ansia è uno stato di agitazione molto forte, meglio definita iper-attivazione in cui, a seguito di una situazione percepita come pericolosa, si attivano tutte le risorse fisiche e mentali di un soggetto, fino ad un punto tale per cui ne viene compromessa l'efficienza funzionale. L'ansia per sua natura è un meccanismo di difesa, ovvero un segnalatore di disarmonia interiore che esprime la necessità di prendersi cura di sé andando a individuare le origini dell'attivazione del processo. Si può parlare di ansia come una sensazione di allerta perenne che l'individuo sperimenta ma che in realtà, non è affatto commisurata al pericolo avvertito o solo ipotizzato. Il più delle volte inoltre, in presenza di una forte condizione di ansia non si è in grado di trovare una motivazione, questo contribuisce ulteriormente ad alimentare frustrazione ed impotenza. Diventa necessario fare ricorso alla volontà residua e trovare la forza di guardare dentro di sé o di accedere ai processi facilitanti il superamento della condizione disturbante prima che si superi la soglia della cronicità.

La difficoltà sopraggiunge quando le sensazioni provate sfuggono dal controllo e diventano debilitanti e **croniche**, in altre parole quando la percezione della nostra ansia non ci permette di svolgere azioni fino a poco prima considerate normali, come ad esempio prendere il treno, guidare, uscire di casa. Nel momento in cui l'ansia riesce a sopraffare la persona, possono sopraggiungere anche attacchi di panico. A questo livello di ansia si sovrappone la scarsa Fede in quanto il controllo o la paura di perderlo sono legate alla scarsa capacità di affidarsi a Dio.

A livello fisiologico certe aritmie cardiache (le così dette palpitazioni) altro non sono che una somatizzazione dell'ansia.

Cuore e apparato gastro intestinale infatti si prestano bene al processo di somatizzazione perché ricchi di terminazioni nervose (le loro funzioni sono controllate dal sistema nervoso autonomo).

Patologie e conflitti legati alla Fede

I conflitti legati alla Fede sono espressione di due classi distinte di dinamiche che riguardano la paura (mancanza di Fede) e l'ingiustizia-tradimento. La prima va a scaricarsi nei reni e nelle ossa mentre le seconde vanno a scaricarsi sul fegato e la cistifellea. I reni inoltre esprimono, anche per la medicina Cinese, la Vitalità e la Forza di Volontà (la Fede è l'espressione del Potere personale, cioè della forza di volontà).

Abbiamo quattro classi di patologie legate alle patologie renali che potremmo definire, le prime due, infiammatorie acute o croniche-degenerative, la terza è una diretta correlazione con patologie legate all'Amore mentre la quarta è acuta e degenerativa:

I reni in generale rappresentano la capacità di difendersi da ciò che mette in pericolo il proprio equilibrio. Anche che la nostra vita possa cambiare in peggio e che stiamo per perdere tutto è una preoccupazione, cioè un logorio mentale che va scaricare tali tensioni sui reni.

1. **a.** Calcoli **renali**; **b.** glomerulonefrite
2. **a.** Cancro ai reni; **b.** Insufficienza **renale**; **c.** Rene policistico
3. **a.** Nefropatia diabetica; **b.** Ipertensione arteriosa; **c.** Artrosi;
4. Trauma **renale**.

Le patologie ossee che sono sostanzialmente degenerative ma con un livello di gravità differente sono raggruppabili in due tipologie:

5 **a.** Patologie legate all'assorbimento/perdita dei minerali (calcio, vitamine, ecc.): Osteoporosi, Osteodistrofia renale, l'osteomalacia, rachitismo, l'osteogenesi imperfetta ed il morbo di Paget

b. Tumori alle ossa e al midollo spinale, le patologie legate al fegato e cistifellea sono di due tipologie acute e croniche e in quest'ultima vi sono strette correlazioni anche con la mancanza d'Amore:

6. Colecisti e calcoli, le steatosi epatiche
7. Epatiti, cirrosi, tumore
8. Demenza (compreso l'Alzheimer)

Vediamo ora i conflitti interiori associati alle classi patologiche sopra indicate

Tramite delle ghiandole surrenali, i reni secernono infatti degli ormoni che determinano il nostro comportamento di fronte a stress e paure. Le medullo-surrenali secernono adrenalina e noradrenalina che stanno ai base delle nostre reazioni di fuga e di lotta. Quanto alle corticosurrenali, secernono dei corticosteroidi naturali che controllano il livello «infiammatorio» della nostra reazione, vale a dire la sua intensità emozionale e passionale a livello cellulare. I problemi renali ci parlano delle nostre paure, profonde ed essenziali (la vita, la morte, la sopravvivenza) oppure riferite al cambiamento.

1. I Calcoli renali e la glomerulonefrite le possiamo vedere come le basi iniziali della perdita di fiducia in noi stessi e quindi il persistere in noi di paure o pensieri di cui non riusciamo a liberarci. Ciò può avvenire quando ci sentiamo in pericolo, minacciati da qualcosa o da qualcuno.

2. Cancro ai reni, Insufficienza renale, Rene politeistico. Le patologie di questa classe sono invece molto gravi e degenerative e comportano la perdita di potere personale che potremmo vedere come rassegnazione (malattie ereditarie ad esempio)

3. a. Nefropatia diabetica, b. artrosi e c. Ipertensione arteriosa. Questa classe di patologie è legata ad una stretta correlazione tra Amore e Fede e quindi come la paura di non saper gestire le situazioni legate all'Amore. Il sentirsi indegni e incapaci può essere la dinamica associata.

a. La Nefropatia diabetica è un'integrazione della paura alle cause della patologia diabetica. Infatti "il **rene** ha un ruolo fondamentale nella regolazione del **metabolismo degli zuccheri** ed è uno dei principali organi bersaglio delle **complicanze del diabete**".

b. Perché l'artrosi è inserita nelle patologie renali?

Nella visione olistica della Medicina Tradizionale Cinese, le ossa appartengono al movimento Acqua, insieme all'Organo Rene.

Il Rene è il Ministro della Forza; significa che dallo stato di salute dell'energia renale dipende la nostra forza d'animo, la convinzione e la perseveranza che ci spinge ogni mattino ad alzarci e metterci in moto, a viaggiare verso le nostre mete. E, logicamente, l'impalcatura su cui si erge la nostra casa, le nostre ossa, dev'essere solida. L'acqua è il fondamento della vita, le ossa sono la base per ospitare la vita che cresce.

Nella MTC, quindi, il meridiano del rene è considerato la radice della vitalità e della resistenza e supporta la densità ossea, la salute delle articolazioni e la flessibilità. Collegato al sistema endocrino, il meridiano del rene regola gli ormoni che possono influenzare positivamente la salute riproduttiva, le irregolarità mestruali e il benessere ormonale generale. Questo meridiano è legato a emozioni come paura, ansia e alla forza di volontà. Si ritiene che la stimolazione di questo meridiano regoli le emozioni e promuova l'equilibrio emotivo. Questo spiega anche perché nelle donne che vanno in menopausa l'incidenza dell'artrosi aumenta di oltre il 25%.

L'artrosi invece riduce il raggio d'azione esistenziale. Tutto nasce da una serie di norme interiori molto radicate, a volte così intensamente da essere diventate colonne portanti dell'identità. Le regole (moralì, religiose, educative ecc.) non sono utilizzate dalla persona come strumenti orientativi per affrontare bene la vita – cosa che sarebbe la loro vera funzione – ma vengono assunte come finalità.

L'artrosico non usa le regole per vivere, ma vive per seguire le regole, e seguendole ottiene un senso di sicurezza e di stabilità. Una stabilità che però, oltre a essere precaria, ha un prezzo alto: la rinuncia a vivere pienamente diverse parti di sé e delle relazioni col mondo. **“Si avvia un processo di Spersonalizzazione di Sé”**. Ciò si

traduce in una “postura psicologica” distorta e tale atteggiamento si manifesta anche con una analoga postura corporea: si prediligono certi movimenti – sempre gli stessi – rispetto ad altri, e quindi si distribuisce il peso del corpo in modo innaturale, impegnando molto più che di norma alcuni punti su cui, sia simbolicamente che fisicamente, si scarica il peso e si fa più leva.

Questi punti – le cartilagini articolari – nel tempo si logorano, si assottigliano finanche a sparire, impedendo così all'articolazione di compiere movimenti fluidi e completi. Le due superfici ossee si modificano per compensare lo squilibrio (producendo becchi ossei di sostegno chiamati osteofiti) ma ciò riduce ancor più l'ampiezza dei movimenti. L'artrosico finisce per muoversi fisicamente nello stesso modo in cui si muove psichicamente: la ridotta libertà del suo corpo è simbolo del ridotto spazio interiore in cui si costringe a vivere. Questo spiega perché l'artrosi è una patologia assai prevalente negli anziani.

L'**ansia**, la **paura** di sentire ancora più male, la preoccupazione di indurre ulteriore danno ai tessuti cartilaginei e il dolore sono tutti fattori che concorrono a mantenere sedentario un soggetto con **artrosi al ginocchio**.

c. L'ipertensione arteriosa, comunemente definita **pressione alta**, è una condizione patologica determinata dall'elevata quantità di sangue pompato dal cuore che va ad esercitare un'eccessiva pressione contro le pareti delle arterie. Pur non essendo una vera e propria patologia, costituisce un “fattore di rischio” che predispone all'insorgenza di malattie cardiovascolari anche molto gravi. Si può presentare in **forma sistolica** quando ad aumentare è la pressione massima, in **forma diastolica** quando si altera la pressione minima, o in **forma sisto-diastolica** quando si discostano dalla norma sia i valori minimi che quelli massimi.

Le cause di questa condizione insidiosa, possono essere attribuite all'età che, con il suo avanzare, comporta un indurimento delle pareti dei vasi, al sovrappeso, all'alimentazione eccessivamente ricca di zuccheri, grassi e sodio, all'abuso di alcol e fumo e a disfunzioni renali e ormonali. Tuttavia, la forma riconducibile a cause organiche, definita **ipertensione secondaria** (associata a malattie della tiroide, del rene, del surrene), si presenta in percentuale bassissima che si attesta intorno al 5%. Per il restante 95%, si parla di **ipertensione essenziale**, non collegata ad un preciso fattore scatenante e di natura prettamente psicosomatica connessa ad ansia, stress, stile di vita e atteggiamento mentale. Comprendere il significato di questa condizione patologica è fondamentale per intervenire tempestivamente e scongiurare severi rischi cardiovascolari come ictus e cardiopatie.

La lettura psicosomatica dell'**ipertensione arteriosa** parla di una forza propulsiva che non viene lasciata sfiatare, proprio come se il soggetto iperteso fosse una sorta di pentola a pressione in cui l'afflusso delle emozioni è eccessivo, il sangue si surriscalda e il barometro sale. La chiave interpretativa di questa patologia ruota intorno al concetto di **ipercontrollo** che risponde al bisogno di gestire le proprie emozioni prorompenti con modalità non del tutto funzionali. Quindi una mancanza di Fede come base.

4. Il trauma renale che è conseguenza di un incidente ha in se una predisposizione causata da un evento traumatico acuto vissuto che predispone la zona renale a subire. La zona perde forza e quindi si palesa un trauma da contatto.

5. **a. L'assorbimento/perdita di minerali** è una forma progressivamente grave di perdita del proprio potere personale ed è come se la struttura ossea che sorregge il corpo venisse progressivamente a mancare. Questa tipologia di problematiche è, a mio avviso, di natura epigenetica anziché genetica, cioè favorisce una predisposizione anziché garantirne una certezza. È il proseguimento ereditario dei meccanismi genitoriali che, se non interrotto, ripropone sui figli le stesse somatizzazioni.

b. I tumori alle ossa e al midollo sono la perdita totale del proprio potere personale e la mancanza assoluta di Fede. Infatti l'osso, il tessuto più compatto e rigido dell'organismo, deputato a comporre l'apparato scheletrico, struttura portante e base essenziale della forma corporea. Oltre a costituire l'impalcatura di tutto il corpo, alla quale si attribuisce la solidità e la capacità di sopportare carichi ingenti (e non solo materiali, ma anche psicologici, "avere le spalle larghe") l'ossatura, grazie alla sua plasticità, consente, comportandosi come un insieme di leve, il movimento e la deambulazione.

D'altra parte, l'osso "si spezza ma non si piega": la sua scarsa flessibilità, seppure non assoluta, richiama la rigidità morale oltre che fisica, e non a caso spesso questo tratto caratteriale si riscontra nei soggetti che soffrono significativamente di disturbi alle ossa e alle articolazioni.

Da queste caratteristiche derivano i principali significati simbolici attribuiti all'osso e all'apparato scheletrico: da un lato la rigidità e la "norma", il limite oltre al quale non è consentito andare (la statura raggiunta al momento della saldatura delle cartilagini è quella definitiva), dall'altro l'autonomia, la possibilità di muoversi nel mondo, che coinvolge anche l'aspetto della volontà.

Lo sviluppo dello scheletro e la sua ossificazione illustrano inoltre perfettamente il passaggio analogo dalla vita embrionale o acquatica a quella terrestre. L'ossificazione, per tanto, è analoga al passaggio dall'infanzia all'età adulta, o all'abbandono di uno stato di dipendenza in favore di uno stato di autodeterminazione e libertà. Ecco perché taluni disturbi che toccano il sistema osseo sono spesso legati all'impossibilità dell'ammalato di compiere certe scelte o abbandonare certi ambiti, operazioni necessarie alla sua evoluzione.

6. Vi sono tanti modi di dire legati al Fegato: di una persona coraggiosa si dice che ha fegato, ma questo meraviglioso organo rappresenta anche la sede della collera, dell'ira, e da qui il detto "rodarsi il fegato dalla rabbia", l'odio altro sentimento legato al fegato.

L'odio è un'emozione fredda, è un insieme di rabbia repressa, di risentimento e desiderio di vendetta.

Se l'odio diventa uno stato emozionale costante può diventare un elemento patogeno per il nostro organismo, possiamo avere un eccesso di fuoco, con problemi di insonnia, palpitazioni, sensazione di amaro in bocca, sentirsi isolati e chiusi in se stessi.

Quando il meridiano di fegato non è in armonia per lungo tempo e cioè quando non si riesce a fare pace con la nostra storia, con il passato, con il presente, si generano delle esplosioni emotive che alla lunga possono creare degli stati di malattia.

Quando c'è troppa rabbia, odio e desiderio di vendetta, quando la persona non si fa carico in modo responsabile della propria vita e riversa sempre la responsabilità sugli altri, l'energia non riesce a fluire, ed è uno dei fattori che creano problemi di salute

Il fegato fornisce energia

Il fegato malato perde proprio questa energia e questa forza vitale, perde la voglia di mangiare e di bere e così il sintomo che è la mancanza di desiderio, corregge e compensa il suo problema, che è l'eccesso.

Nella sua malattia il paziente impara la moderazione, la rinuncia, la tranquillità (al sesso, al cibo e al bere) e nel caso delle epatiti questo diventa molto evidente.

Il fegato e la spiritualità

Il fegato ha anche un rapporto molto simbolico con la religione e la filosofia e vediamo come: il fegato costruisce con l'albumina animale e vegetale assunta con il cibo, l'albumina umana, in altre parole: con gli stessi mattoni (aminoacidi) il fegato compie un salto evolutivo che dal regno animale e animale lo porta a quello umano, ma nonostante questa evoluzione l'identità delle componenti di base rimane inalterata.

La sintesi delle proteine è una copia perfetta a livello di microcosmo di ciò che nel macrocosmo chiamiamo evoluzione.

È evidente il rapporto con la religione, nel suo significato letterale di "legare di nuovo".

La religione cerca di ristabilire il rapporto con l'origine e cioè con l'Uno-Tutto, e lo trova quando una persona fa di tutte le esperienze di vita una opportunità di crescita per sé stesso e vede ogni evento della propria vita come una opportunità specchio che ci restituisce in ogni momento chi siamo e a che punto della nostra vita siamo. Diviene immediatamente evidente la correlazione con la Fede che lega l'essere Umano a Dio.

In pratica la molteplicità, la dualità di ogni evento che ci riguarda non è altro che una "illusione" che si separa dall'unità: Dio, Tao, Tutto ecc.

Il Fegato rappresenta questo salto evolutivo che ci permette di guardare oltre la molteplicità per arrivare ad una sola e unica realtà.

Se quindi non siamo in grado di prendere decisioni o se subiamo cose indigeste per mancanza di coraggio, il fegato è l'organo interessato. Essendo questo l'organo del ricambio ed essendo la Volontà in rapporto al ricambio, un problema di fegato, comunque influisce sempre sulla volontà.

La Cistifellea

La Cistifellea raccoglie la bile prodotta dal fegato. Però se i condotti biliari sono ostruiti per esempio con i calcoli, la bile non trova la sua strada. Infatti si dice che alcune persone che sputano veleno e bile.

I calcoli biliari colpiscono di più le donne, mentre gli uomini soffrono più spesso di calcoli renali. I calcoli biliari si presentano di più in donne sposate con figli, questo ci può aiutare nella nostra interpretazione.

L'energia vuole scorrere, ma se questo flusso è impedito, si crea così un accumulo che non si scarica e che con il tempo tende a consolidarsi.

I calcoli sono una energia repressa che si è materializzata. In pratica li potremmo definire aggressività pietrificata e senza una valenza negative in quanto tutti abbiamo bisogno della nostra aggressività come dei denti o della bile.

Le donne sposate e con figli spesso sono così cariche di lavoro e di responsabilità che finiscono con il vivere la famiglia come un impedimento alla propria vita personale dal quale non si ha il coraggio di liberarsi, per cui, per non sentire, l'energia si blocca e si pietrifica.

Le coliche obbligano a fare tutto ciò che non si ha il coraggio di fare ed in pratica rimettono in moto l'energia. C'è da notare inoltre che la bile non viene eliminata immediatamente e in buona parte infatti viene riassorbita dall'intestino tenue e reinmessa nel fegato per essere nuovamente eliminata. Che si tratti di preoccupazione o collera, la bile è il luogo delle contrarietà rimuginate e all'amarezza della vita (ingiusta).

La **bile** è la sostanza più aggressiva presente nel nostro corpo. Non stupisce, dunque, che il **fegato**, da un punto di vista psicosomatico, sia l'organo connesso alla gestione della **rabbia**. La maggior parte delle patologie che coinvolgono la zona epatica possono essere **ricollegate alla collera e alla sensazione di non riuscire a realizzare o subire qualcosa**.

Esistono molti modi di dire che collegano la bile e il fegato all'emozione dell'ira e dell'invidia frustrata nonché del coraggio

In questo contesto potremmo parlare più di situazioni acute legate quindi all'ingiustizia e al tradimento, inesperto, trattenuto, che sfociano in **colecisti e calcoli ma anche in steatosi epatiche**.

7. Epatiti, cirrosi, tumore: Le patologie di questo livello sono croniche e degenerative e provocano quella che potremmo definire un'implosione. In questo contesto la gravità delle patologie è dovuta alla sovrapposizione con le patologie legate all'Amore come ansia e depressione, associate spesso all'impossibilità di fare fronte alla situazione e andando a incrementare la cronicizzazione.

Infatti l'epatite è una infiammazione che esprime la nostra collera nei confronti di una situazione che giudichiamo ingiusta o alla quale non riusciamo ad adattarsi. Collere troppo spesso represses o trattenute all'interno, addenseranno l'energia del fegato, rischiando di trasformarsi in cirrosi o in cancro. La mancanza di espressione diventa una comporta una carenza di amor proprio.

8. Le demenze rappresentano la mancanza di riconoscimento Spirituale e quindi l'identificazione nel corso della vita della maggiore espressione umana e sociale. È emblematico infatti che in tali patologie sono proprio gli ancoraggi e gli strumenti espressivi della parte umana, come la memoria, a degenerare portando la persona a non riconoscere più se stessa, da ogni punto di vista. Tali persone manifestano spesso artrosi come conferma del **processo di Spersonalizzazione**.

Le persone con alti livelli di sfiducia verso il prossimo rischiano più delle altre di sviluppare **demenza**, almeno a giudicare dalle conclusioni di uno studio pubblicato su Neurology (Neuvonen, E., Rusanen, M., et Alt., 2014). Chi è convinto che le motivazioni altrui siano l'egoismo e il tornaconto personale ha inoltre una maggiore frequenza di malattie cardiache (mancanza di Amore verso il prossimo)

Per quanto riguarda l'Alzheimer, i soggetti colpiti, prima della malattia erano molto

disponibili, rinunciari, quasi arrendevoli e quindi vogliono dimenticare quello che è successo loro di spiacevole. Incapacità di Essere!

Conclusioni

Da quanto visto fin qui risultano evidenti alcuni elementi:

1. L'essere umano è un insieme di onde elettromagnetiche a differente frequenza
2. Il blocco energetico è lo stato di somatizzazione di un conflitto interiore
3. L'essere umano possiede un'innata propensione sensoriale all'interazione relazionale che provoca, nel contesto sociale, una visione personale degli eventi e una conseguente attitudine conflittuale
4. Il conflitto interiore è un conflitto tra la personalità con i suoi desideri e la propria Anima con il proprio Destino. Maggiore è la differenza tra le due strade maggiore è il conflitto e il malessere
5. Il cuore generatore di Onde Scalari è la sede dell'Amore la frequenza più armonica e coerente che consente la connessione animico-Spirituale. Maggiore è lo stato di armonia e coerenza del cuore maggiore è la connessione
6. Il conflitto interiore genera stress
7. Lo stress comporta una disarmonia localizzata a livello del soma che va a depolarizzare la zona interessata in modo più o meno significativo producendo problematiche nella MEC corrispondente e maggiori difficoltà nel passaggio delle informazioni
8. Tutte le Patologie sono riconducibili a due tipologie di conflitto interiore: Amore e Fede

Alla luce di questi elementi possiamo sostenere che il Metodo Cosmo è quindi un utile Percorso conoscitivo ed esperienziale per ridurre e potenzialmente risolvere i conflitti interiori favorendo la possibile scomparsa delle malattie e un ritrovato benessere a livello mentale, fisico e Spirituale.

Bibliografia

1. Arri S.S., Ryan M., Redwood S.R., Marber M.S., ***Mental stress-induced myocardial ischaemia. Heart. 2014; 102:472–480. doi: 10.1136/heartjnl-2014-307306***
2. Aryan, A., Aghajanpour, F., Dashtdar, M., Hejazi, F., Salimi, M., Afshar, A., Soltani, R., Seyed Hasani, A. H., Aliaghaei, A., Abbaszadeh, H. A., Mahmoodi, H., Zahedi, L., Abdollahifar, M. A., & Fadaei Fathabadi, F. (2023). ***Exploring Intercellular Dynamics: Ultra-Weak Biophoton Emission as a Novel Indicator of Altered Cell Functions and Disease in Oligospermia Mice. Journal of lasers in medical sciences, 14, e65. <https://doi.org/10.34172/jlms.2023.65>***
3. Bottaccioli F. DPhil, Antonia Carosella MEd, & Alt., ***Brief Training of Psychoneuroendocrinoimmunology-Based Meditation (PNEIMED) Reduces Stress Symptom Ratings and Improves Control on Salivary Cortisol Secretion Under Basal and Stimulated Conditions, <https://doi.org/10.1016/j.explore.2014.02.002>***

4. Bryukhovetskiy, A. S., Brusilovsky, L. I., Kozhin, S. P., Serafimovich, P. G., Nikonorov, A. V., Zhukova, M., & Sharma, H. S. (2020). *Human mind has microwave electromagnetic nature and can be recorded and processed. Progress in brain research, 258, 439–463.* <https://doi.org/10.1016/bs.pbr.2020.09.006>
5. Cattell, R. B., Scheier I. H. (1961). *The Meaning and Measurement of Neuroticism and Anxiety, New York: Ronald Press.*
6. Chen, K. W., Berger, C. C., Manheimer, E., Forde, D., Magidson, J., Dachman, L., & Lejuez, C. W. (2012). *Meditative therapies for reducing anxiety: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. Depression and anxiety, 29(7), 545–562.* <https://doi.org/10.1002/da.21964>
7. Fabbroni R., *Teoria del Campo di Consapevolezza Unificata e la possibile conferma dell'esistenza dell'Anima, Rivista Scienze Biofisiche (03/2021), DOI: <https://doi.org/10.48274/IBI7>*
8. Fabbroni R., Argiolas V., *Trattamento del Dolore Cronico: Emicrania senza aura e Cefalea a grappolo attraverso l'applicazione della TB-Tecnica Bioenergetica secondo il Metodo Summa Aurea®), Rivista Scienze Biofisiche (02/2021) DOI: <https://doi.org/10.48274/IBI8>*
9. Fabbroni R., Calcei E., *Cancro al seno: la TB-Tecnica Bioenergetica secondo il Metodo Summa Aurea® come supporto nella Terapia del Dolore e gestione dell'umore, Rivista Scienze Biofisiche (02 /2021) DOI: <https://doi.org/10.48274/IBI9>*
10. Fabbroni R., Pagnoncelli D., Resta S., *Tumore al seno maschile in crescita, quali cause e prevenzione? Il ruolo della Psiche nella manifestazione e proliferazione della malattia tumorale nello specifico caso e in linea generale sulla nascita e proliferazione del tumore. La Teoria del Campo di Consapevolezza Unificato fornisce un contributo a conferma del ruolo della Psiche e come poi la TB-Tecnica Bioenergetica secondo il Metodo Summa Aurea® può essere uno strumento di prevenzione ed eventuale supporto alla Terapia Medica, Rivista Scienze Biofisiche (10/2021) DOI: <https://doi.org/10.48274/IBI12>*
11. Fabbroni R., Molinari C. G., Sanna A., *Riconnettere Corpo, Mente e Anima-Spirito per recuperare Salute e Benessere in una visione sistemica e unitaria che porti alla guarigione. Il Metodo bioenergetico Summa Aurea® come strumento per ri-Animare l'essere umano e la società attraverso l'uso consapevole dell'Energia-Informata, Rivista Scienze Biofisiche (07/2022), DOI: <https://doi.org/10.48274/IBI15>*
12. Fabbroni R., Sanna A., Ondradu K., (2023a), *Psiche-Somatica e cardiopatie: il colesterolo, Rivista Scienze Biofisiche (08/2023), DOI: <https://doi.org/10.48274/IBI21>*
13. Fabbroni R., Sanna A., Katya O., (2023b), *Psiche-Somatica e cardiopatie: il diabete, Rivista Scienze Biofisiche (09/2023), DOI: <https://doi.org/10.48274/IBI26>*

14. Fabbroni R., Sanna A., Katya O., (2023c), ***Burnout in chiave Psiche-Somatica. Risoluzione attraverso la Medicina Integrativa Informazionale e il Metodo Summa Aurea®***, *Rivista Scienze Biofisiche* (11/2023), DOI: <https://doi.org/10.48274/IBI30>
15. Fabbroni R., ***Teoria Unificata delle 4 forze: Il Vuoto, il Potenziale Quantico e le Onde Scalari che creano la vita! Come recuperare Salute e Benessere attraverso il Metodo Summa Aurea®: La Medicina Integrativa Informazionale-MII***, *Rivista Scienze Biofisiche* (02/2023), Doi: <https://doi.org/10.48274/IBI18>
16. Fabbroni R., (2023a) ***I Campi Morfogenetici, rivisti attraverso la Teoria della Differenziazione Elettrodebole e il ruolo del Potenziale Quantico***. *Scienze Biofisiche* (10/2023), DOI <https://doi.org/10.48274/IBI27>
17. Fabbroni R., (2023b), ***La Teoria della Differenziazione Elettrodebole applicata ai macrosistemi viventi***, *Rivista Scienze Biofisiche* (08/2023), Doi: <https://doi.org/10.48274/IBI22>
18. Fabbroni R., (2023c), ***La Teoria della Differenziazione Elettrodebole applicata alla riproduzione di tutte le specie viventi***, *Scienze Biofisiche* (10/2023), DOI: <https://doi.org/10.48274/IBI28>
19. Fabbroni R., (2023d), ***Qualità magnetica e qualità elettrica nella comunicazione in ambito Psiche-Somatico. Come si genera l'effetto Nocebo e come cambiare lo stato comunicativo***. *Rivista Scienze Biofisiche* (09/2023), DOI: <https://doi.org/10.48274/IBI25>
20. Fabbroni R., Ondradu K., ***L'Epigenetica e la genetica viste attraverso la Teoria della Differenziazione Elettrodebole***, (10/2023), *Rivista Scienze Biofisiche*, DOI: <https://doi.org/10.48274/IBI29>
21. Fabbroni R., Sanna A., (2023b), ***Conflitto Interiore, Stress e Infiammazione in chiave Psiche-Somatica. Analisi e risoluzione pratica***, *Rivista Scienze Biofisiche* (09/2023) DOI: <https://doi.org/10.48274/IBI31>
22. Fabbroni R., Sanna A., ***La paura di ammalarsi: andare incontro a ciò che si voleva evitare in una visione Psiche-Somatica. La pratica delle Tecniche bioenergetiche secondo il Metodo Summa Aurea® per migliorare la qualità della vita!***, *Rivista Scienze Biofisiche* (09/2023) DOI: <https://doi.org/10.48274/IBI23>
23. Fabbroni R., Puddori M., Sanna A., ***L'OSS (Operatore Socio Sanitario) e il miglioramento della relazione con il paziente in stato degenerativo o con Alzheimer, attraverso un approccio di Medicina Integrativa Informazionale – MII basato sulle pratiche energetico-meditative del Metodo Summa Aurea®, Rivista Scienze Biofisiche*** (03/2024), DOI: <https://doi.org/10.48274/IBI35>
24. Fabbroni R., Sanna A., Ondradu K., ***Psiche-Somatica e genesi del cancro. La Biofisica Informazionale può oggi spiegare, in una Visione Sistemica, le possibili origini del cancro, viste come conflitto interiore che portano ad una degenerazione cellulare e le possibili soluzioni a supporto delle terapie mediche ufficiali***, *Scienze Biofisiche* (05/2024), DOI: <https://doi.org/10.48274/IBI39>

25. Fabbroni R., ***Onde Scalari endogene, esogene artificiali ed esogene Naturali (o Spirituali) e il Metodo Summa Aurea®***, *Rivista Scienze Biofisiche* (02/2024), DOI: <https://doi.org/10.48274/IBI33>
26. Fabbroni R., Columbano T., ***La Teoria della Differenziazione MagnetoDebole affianca la Teoria della Differenziazione ElettroDebole applicata ai macrosistemi viventi: la vita e la salute*** *Rivista Scienze Biofisiche* (10/2024), Doi: <https://doi.org/10.48274/IBI41>
27. Fabbroni R., Columbano T., Sanna A., Ondradu K., (2024a) ***La Coscienza nel Cuore: Cardiologia Energetica e Stato di Consapevolezza Spirituale***, *Scienze Biofisiche* (10/2024), DOI: <https://doi.org/10.48274/IBI42>
28. Fabbroni R., Columbano T., Sanna A., Ondradu K., Puddori M., Barontini M., Cittanti G., ***Il Destino spiegato attraverso la Biofisica Informazionale: il libero Arbitrio è solo un'illusione. Il Metodo Cosmo come Percorso per la Consapevolezza del Destino personale e il raggiungimento della Salutogenesi***, *Rivista Scienze Biofisiche* (10/2024), Doi: <https://doi.org/10.48274/IBI43>
29. Fabbroni R., Sanna A., Columbano T., Ondradu K., Puddori M., Barontini M., Cittanti G., (2024a), ***Empatia passiva ed Empatia Attiva o Consapevole. L'approccio Consapevole alle emozioni attraverso il Metodo Summa Aurea® in chiave Psiche-Somatica***, *Rivista Scienze Biofisiche* (04/2024), DOI: <https://doi.org/10.48274/IBI37>
30. Fabbroni R., Sanna A., Columbano T., Ondradu K., Puddori M., Barontini M., Cittanti G., (2024b), ***Ego e Spiritualità. La comunicazione efficace dal punto di vista della Biofisica Informazionale e le risposte Psicologiche e Fisiologiche associate, all'interno di un approccio sistemico di Medicina Integrativa Informazionale-MII, attraverso il Metodo Summa Aurea®***. *Scienze Biofisiche* (01/-2024), Doi: <https://doi.org/10.48274/IBI32>
31. Fabbroni R., Molinari C., Sanna A., Columbano T., Ondradu K., Reti P., Barontini M., Cittanti G., Puddori M., (2024c), ***Effetti Antalgici e di riduzione dello Stress attraverso la pratica Energetico-Meditativa denominata Espansione di Coscienza del Metodo Summa Aurea® (100 partecipanti) per 60 giorni (da 4 a 6 espansioni la settimana)***. *Rivista Scienze Biofisiche* (04/2024) DOI: <https://doi.org/10.48274/IBI36>
32. Fabbroni R. Reti P., ***La Matrice Extracellulare (MEC) e il PVS (Primo Vascular System) come mezzi di comunicazione dei biofotoni all'interno dell'essere umano per la comprensione dei meccanismi dei processi generativi di una malattia***, *Rivista Scienze Biofisiche* (04/2024), Doi: <https://doi.org/10.48274/IBI38>
33. Fabbroni R., Columbano T., ***La Forza Magnetoelettrica e l'interazione MagnetoDebole all'interno delle quattro Forze fondamentali della fisica: prima conseguenze la scomparsa della paura***, *Scienze Biofisiche* (10/2024), DOI: <https://doi.org/10.48274/IBI40>
34. Ghadri J.R., Wittstein I.S., Prasad A., Sharkey S., Dote K., Akashi Y.J., Cammann V.L., Crea F., Galiuto L., Desmet W., et al. ***International Expert Consensus Document on Takotsubo Syndrome (Part I): Clinical Characteristics, Diagnostic Criteria, and***

Pathophysiology. Eur. Heart J. 2018; 39:2032–2046. doi: 10.1093/eurheartj/ehy076

35. Hofmann, S. G., Sawyer, A. T., Witt, A. A., & Oh, D. (2010). ***The effect of mindfulness-based therapy on anxiety and depression: A meta-analytic review. Journal of consulting and clinical psychology, 78(2), 169–183. <https://doi.org/10.1037/a0018555>***
36. Jamil A, Gutlapalli S, Ali M, et al. (June 19, 2023), ***Meditation and Its Mental and Physical Health Benefits in 2023. Cureus 15(6): e40650. doi:10.7759/cureus.40650***
37. J.R. van Aalderen, A.R. Donders, F. Giommi, et al., ***The efficacy of mindfulness-based cognitive therapy in recurrent depressed patients with and without a current depressive episode: a randomized controlled trial, Psychol Med, 42 (5) (2012), pp. 989-1001***
38. Kaiser, B. N., Haroz, E. E., Kohrt, B. A., Bolton, P. A., Bass, J. K., & Hinton, D. E. (2015). ***"Thinking too much": A systematic review of a common idiom of distress. Social science & medicine (1982), 147, 170–183. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2015.10.044>***
39. Keng, S. L., Smoski, M. J., & Robins, C. J. (2011). ***Effects of mindfulness on psychological health: a review of empirical studies. Clinical psychology review, 31(6), 1041–1056. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.04.006>***
40. Kurd BJ, Dar MI, Shoaib M, Malik L, Aijaz Z, Asif I. ***Relationship between stress and coronary heart disease. Asian Cardiovascular and Thoracic Annals. 2014;22(2):142-147. doi:10.1177/0218492312469803***
41. Meena BM, Manasa B, Vijayakumar V, Salagame KKK, Jois SN. ***Nursing Student's Experiences of Meditation on Twin Hearts During Eight Weeks Practice: A Qualitative Content Analysis. SAGE Open Nursing. 2021 Jan-Dec;7:23779608211052118. DOI: 10.1177/23779608211052118. PMID: 34901438; PMCID: PMC8661116.***
42. Mostofsky E., Penner E.A., Mittleman M.A., ***Outbursts of anger as a trigger of acute cardiovascular events: A systematic review and meta-analysis. Eur. Heart J. 2014; 35:1404–1410. doi: 10.1093/eurheartj/ehu033.***
43. Moore A., P. Malinowski, ***Meditation, mindfulness and cognitive flexibility, Conscious Cogn, 18 (1) (2009), pp. 176-186***
44. Nyklicek I., K.F. Kuijpers, ***Effects of mindfulness-based stress reduction intervention on psychological well-being and quality of life: is increased mindfulness indeed the mechanism? Ann Behav Med, 35 (3) (2008), pp. 331-340***
45. Neuvonen, E., Rusanen, M., Solomon, A., Ngandu, T., Laatikainen, T., Soininen, H., Kivipelto, M., & Tolppanen, A. M. (2014). ***Late-life cynical distrust, risk of incident dementia, and mortality in a population-based cohort. Neurology, 82(24), 2205–2212.***

HYPERLINK

"<https://doi.org/10.1212/WNL.0000000000000528>""<https://doi.org/10.1212/WNL.0000000000000528>

46. Reddin, C., Murphy, R., Hankey, G. J., Judge, C., Xavier, D., Rosengren, A., Ferguson, J., Alvarez-Iglesias, A., Oveisgharan, S., Iversen, H. K., Lanus, F., Al-Hussein, F., Czlonkowska, A., Oguz, A., McDermott, C., Pogossova, N., Málaga, G., Langhorne, P., Wang, X., Wasay, M., ... ***INTERSTROKE investigators (2022). Association of Psychosocial Stress With Risk of Acute Stroke. JAMA network open, 5(12), e2244836.*** **HYPERLINK**
"<https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2022.44836>""<https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2022.44836>
47. Sanna A., Columbano T., Barontini M., Molinari G. C., Ondradu K., Puddori M., Cittanti G., (2024a), ***Effetti antalgici positivi sul Mal di Testa, grazie alle Tecniche Energetico-Meditative secondo il Metodo Cosmo (100 partecipanti) per 60 giorni (da sei 6 a 8 trattamenti), Rivista Scienze Biofisiche (11/2024), DOI: <https://doi.org/10.48274/IBI45>***
48. Sanna A., Columbano T., Molinari G. C., Ondradu K., Puddori M., Barontini M., Cittanti G., (2024b), ***Migliorare Autostima e Autoefficacia per ridurre lo stress attraverso la tecnica energetico-meditativa detta Espansione di Coscienza del Metodo Cosmo. Lo studio si è svolto su 100 corsisti (per 60 giorni, da 4 a 6 espansioni la settimana). Rivista Scienze Biofisiche (10/2024), DOI: <https://doi.org/10.48274/IBI44>***
49. Steptoe A., Kivimäki M., ***Stress and cardiovascular disease. Nat. Rev. Cardiol. 2012;9:360–370. doi: 10.1038/nrcardio.2012.45***
50. Taggart P., Critchley H., Lambiase P.D., ***Heart–brain interactions in cardiac arrhythmia. Heart. 2011;97:698–708. doi: 10.1136/hrt.2010.209304.***
51. Wegener S. (2022). ***Triggers of stroke: anger, emotional upset, and heavy physical exertion. New insights from the INTERSTROKE study. European heart journal, 43(3), 210–212. <https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehab755>***