

George Ohsawa
(Nyoichi Sakurazawa)

MACROBIOTICA

La via della guarigione

(Il cancro e la filosofia dell'Estremo Oriente)



erewhonians!

Titolo originale dell'opera: *Macrobiotics: The Way of Healing* (1963)

First English Edition 1971 2nd printing 1984

© 1981 GOMF (George Ohsawa Macrobiotic Foundation) Editions

Nota: ai fini della traduzione si è consultata, per quanto possibile, anche l'edizione francese originaria del volume - *Le cancer et la philosophie d'Extrême-Orient* (1962 - nell'ediz. Vrin, 1991) (ed.it. *Cure naturali per il male incurabile: zen macrobiotico per prevenire e guarire* - MEB 1997), di cui "The way of healing" ha costituito l'edizione in lingua inglese parzialmente rivista.



www.erewhonians.com

Traduzione di Fabio Procopio. Traduzione e stampa esclusivamente a fini personali e di studio; qualsiasi utilizzo commerciale è escluso e non consentito senza l'autorizzazione del traduttore e della *George Ohsawa Macrobiotic Foundation* - California, che detiene i diritti sull'opera originale.

Sono molto felice che questa edizione dello splendido libro di G. Ohsawa sia finalmente diventata realtà, e voglio esprimere il mio sincero ringraziamento alle molte persone che hanno contribuito con la loro conoscenza, tempo ed energia alla sua realizzazione. Sono particolarmente in debito con Armand la Belle e Ralph Baccash, che hanno tradotto l'opera dal francese, e con Lou Oles, Lennie Richards e Bill French, che hanno trascorso molte ore a rivedere e ricontrollare scrupolosamente i contenuti.

Spero di cuore che questo libro aiuterà tutti noi a capire e praticare l'ordine dell'uomo.

The George Ohsawa Macrobiotic Foundation
Herman Aihara, Presidente

Parigi, 1963

Cari amici di tutti i paesi,

ho scritto questo libro all'inizio del mio settantaduesimo anno, sempre intento a percorrere in solitudine il medesimo cammino seguito per cinquant'anni. Anche in questo settimo lavoro in francese, il mio scopo è quello di favorire la reciproca comprensione tra Oriente e Occidente. Vorrei aiutarvi a comprendere la mentalità degli orientali e delle altre persone colonizzate, coloro che Levy-Bruhl ha definito "primitivi". Per come vanno le cose, questa mentalità potrebbe presto scomparire. Dovunque, i popoli primitivi sono vicini all'estinzione, oppure all'assimilazione da parte dei "civili", alla maniera degli indiani d'America.

La mentalità primitiva è senza dubbio semplice e infantile, e a volte anche buffa. Ma porta con sè qualcosa di molto bello, pratico e profondo. Questo prezioso gioiello, sconosciuto ai popoli civili, è una filosofia dialettica estremamente semplice, condensata in due parole antagonistiche: Yin e Yang, Tamas e Rajas, ecc. Questa filosofia, una sintetica [nota dell'Ed.: basata su sintesi o unificazione; in contrapposizione a "analitica" o differenziata] comprensione del mondo, è la sorgente e la forza unificante di tutte le scienze e le tecniche dell'Estremo Oriente. La medicina orientale, ad esempio, è soltanto un'applicazione di questo Principio Unificante in accordo al quale tutti i fenomeni ci appaiono come opposti.

Il monismo dialettico era ben conosciuto anche in Europa, duemila anni prima di Cristo, tra i Druidi e i Celti. In effetti, anche nei tempi moderni non è mai andato completamente distrutto. Causa principale del suo declino è stata il modo in cui la religione di Gesù, il Cristianesimo, è stata interpretata. Essa, cioè, è stata resa assolutamente dualistica (due nature: Bene e Male, Dio e il Diavolo, Materiale e Spirituale, Anima e Corpo). S. Tommaso d'Aquino, per esempio, era un dualista fanatico: "In questo mondo", scriveva, "non può mai esservi troppo bene". Questa è una visione del tutto artificiosa.

Hegel studiò e insegnò questa dialettica monistica paradossale. Poi Karl Marx, un suo studente, fece uso del principio per rafforzare la sua tesi sociologica. I suoi seguaci sono riusciti a loro volta a fondare una potente società basata sulla logica dialettica. Il risultato, ai nostri giorni, è stato lo sviluppo dei primi Sputnik.

Ma nessuno ha ancora scoperto il modo per applicare questa dialettica alla scienza della vita. In Occidente, biologia, biochimica, fisiologia e medicina non sono riuscite a penetrare l'essenza della vita. Esse studiano soltanto la *struttura* della vita, utilizzando osservazioni fisiche e chimiche, che si fermano al livello dell'elettrone. Ma la Vita (l'Unità) è molto più profonda. Essa crea il nucleo di tutti

gli atomi, così come di tutti gli organismi capaci di trasmutare questi atomi. La vita trasmuta gli atomi senza richiedere intenso calore né pressione. Non è miracoloso? Ed essa crea, soprattutto, le attività mentali e spirituali come l'immaginazione, la comprensione, la volontà e il pensiero.

La filosofia dell'Estremo Oriente, unificatrice di biologia, biochimica, fisiologia, agricoltura, botanica, zoologia e medicina, ci insegna come curare tutte le malattie dichiarate "incurabili" dalla medicina occidentale; e questo con un metodo a volte chiamato "paradossale" — cioè, senza operazioni sanguinose, senza l'uso di prodotti chimici, ma attraverso la semplice scelta dei cibi quotidiani. Questo metodo è conosciuto come macrobiotica.

Molti di voi hanno visto che funziona. La sua pratica ha guarito un gran numero di coloro che erano stati dichiarati "incurabili" dalla medicina ufficiale. Alcuni di voi l'hanno insegnata e hanno salvato molte altre persone, e così oggi la gran parte dei negozi di alimentazione naturale e dei grandi supermercati in Francia, Belgio e Stati Uniti vende cibi macrobiotici (interi, coltivati localmente). Eppure la medicina ufficiale continua a ignorare l'apparizione della macrobiotica, anche se ha riconosciuto l'utilità e l'efficacia dell'agopuntura, che ho introdotto in Occidente più di trentacinque anni fa. Ciò è dovuto senza dubbio al fatto che l'agopuntura è un trattamento sintomatico così semplice da imparare che lo si può applicare senza dover studiare a fondo il Principio Unificante (il massaggio e la moxa sono ugualmente sintomatici, semplici da apprendere, e pratici). Ci sono decine di migliaia di agopunturisti in Giappone, centinaia di migliaia in Cina, e almeno cinquemila in Europa (principalmente in Francia e Germania). Nel 1956 si è ampiamente discusso dell'agopuntura in tutti i giornali parigini. E recentemente sulla rivista *Planete* (numero 13) è apparso un lungo articolo intitolato "Una medicina diversa: l'Agopuntura".

La disposizione dei fiori, il Judo e il Bonsai (paesaggi naturali in miniatura) — applicazioni del Principio Unificante di Yin e Yang che ho iniziato a mostrare a Parigi quarantacinque anni fa — sono oggi molto diffusi. Soprattutto, la coltivazione del riso, che era del tutto assente nella Francia di quarant'anni fa, è ora una delle principali coltivazioni agricole. Oggi la Francia è uno dei più grandi produttori di riso in Europa — 100.000.000 di kg l'anno. Lo si può acquistare ovunque, anche in sacchi da 50 kg. Cinquant'anni fa il riso si vendeva solo in pacchi da 50 grammi! Ero costretto a comprarne un centinaio di scatole al mese! Come fu difficile trovare un fornitore in grado di accontentarmi...

Ma tutto cambia. Il tempo prosegue la sua marcia. Oggi ci sono cinque ristoranti macrobiotici a Parigi, dove è possibile

mangiare riso integrale (“bruno”), e così a New York, Los Angeles, e persino Stoccolma: la terra dei vichinghi!

Perché la medicina occidentale non accetta e raccomanda la macrobiotica? Forse per non perdere la faccia?

A ogni modo, la medicina ufficiale è indifesa verso il cancro, e così oggi questo è considerato dall'uomo occidentale il suo più grande nemico. Eppure, secondo la filosofia dialettica della Felicità Eterna e della Libertà Assoluta, il cancro è in realtà un profondo benefattore dell'umanità. È il cancro che rallenta la velocità catastrofica della nostra civiltà – che disordinatamente si affretta verso l'estremità del dualismo!

Le bombe a idrogeno ci trattengono dall'annientarci vicendevolmente, e nello stesso modo il cancro ci trae in salvo dal vicolo cieco del materialismo scientifico e tecnico – un estraneo alla vita, alla spiritualità, al mondo stesso; e alla Giustizia Assoluta che crea e governa tutte le cose in ogni luogo.

Vi è già capitato di vedere persone malate che si sono curate studiando e applicando questa filosofia dialettica, in Europa come negli Stati Uniti. Spesso, erano state ufficialmente dichiarate “incurabili”, non solo dal cancro ma da ogni sorta di patologie fisiche e mentali. E, ciò che più conta, queste persone hanno raggiunto ciò che gli uomini hanno cercato per migliaia di anni: la Felicità Eterna (la consapevolezza della Giustizia Assoluta di tutto ciò che accade, in ogni tempo, ovunque).

Lo scopo di tutte le grandi religioni è sempre stato, mi sembra, insegnare all'individuo come superare le sofferenze fisiche e mentali; cioè come ottenere la salute, la longevità e il controllo delle emozioni, che sono le basi fondamentali della felicità e della libertà umane.

Ma nei secoli le religioni sono finite nelle mani di professionisti, che altro non sono che fonografi recitanti parole sacre. Ci sono studiosi, è vero, che possiedono la conoscenza concettuale degli scopi della religione ma, sfortunatamente, tutto ciò rimane estraneo alla sfera pratica.

Avendo trascorso più di cinquant'anni a studiare e insegnare il Principio Unificante, credo sia giunto il tempo di rivolgermi ai pensatori occidentali, chiedendo loro di studiare questa logica paradossale, infantile e apparentemente “troppo semplice”, ma in realtà molto pratica ed efficace quando applicata alla vita quotidiana. Ecco lo scopo di questo mio piccolo libro.

È oggi generalmente riconosciuto che la nostra civiltà scientifica e tecnologica, se non l'umanità intera, è sull'orlo della catastrofe! Il moderno uomo civilizzato è avvolto in oscure nubi di incertezza, di paura politica, sociologica e fisiologica, di paura del crimine e delle malattie “incurabili”, la più mortale delle quali è il cancro.

Senza dubbio i popoli civilizzati hanno avuto successo nel rivoluzionare questo mondo di schiavitù e miseria e nello stabilire una base scientifica e tecnica brillante e senza eguali, senza precedenti nell'intera storia dell'uomo. Ne abbiamo tutti ammirazione e sincero apprezzamento.

Ma "più grande il davanti, più grande il dietro". Questa brillante civiltà, e con essa tutta l'umanità, sono minacciate ad ogni momento dall'estinzione. Possiamo ridurci in polvere!

Che peccato!

Ma qual è la causa di questa potenziale auto-distruzione? La civiltà scientifica e tecnologica, gigantesca e in apparenza estremamente potente, avanza a grande velocità attraverso le tenebre di un mare sconosciuto, accelerando costantemente. L'equipaggio di questo immenso transatlantico mobilita tutti i suoi strumenti di precisione nello sforzo di tracciare una rotta sicura. Ma ahimé, gli strumenti non forniscono i risultati sperati. L'intero equipaggio è esausto e disperato...

Tra i milioni di passeggeri su questo battello c'è un anziano orientale che conosce il modo per puntare verso un passaggio sicuro, basandosi su una costellazione di astri molto lontani. Egli offre volentieri la conoscenza di un'antica astronomia che, secondo Bios il Vecchio e Bios il Giovane, può predire le eclissi solari con quattromila anni di anticipo! Tuttavia, questa astronomia non è tutto ciò che l'anziano passeggero ha da offrire; egli vorrebbe anche mostrarvi un modo di vivere capace di trasformare ogni infelicità in felicità. In effetti, questo vecchio viaggiatore può affermare che più grande è l'infelicità, più grande la felicità che si raggiunge superandola!

In conclusione, lasciatemi dire che le vostre critiche, non importa quanto informali, saranno tutte ricevute con grande gioia. Sono completamente a vostra disposizione e sarò lieto di fornirvi ogni informazione che desiderate su questa filosofia-fisiologia dell'Estremo Oriente.

INTRODUZIONE

Il dr. Schweitzer rappresenta la mentalità occidentale?

"Vattene immediatamente, immediatamente!"

Questo dittatoriale, furibondo comando risuona ancora nelle mie orecchie, anche se da quando l'ho udito sono trascorsi molti anni. A quel tempo mi trovavo a Lambarene, in Sud Africa, dove ero arrivato nell'ottobre 1955 con mia moglie in aereo da Brazaville. Avevo ricevuto un fraterno benvenuto dalla sig.na Emma, una collaboratrice del dr. Schweitzer. Sebbene laboriosa e coraggiosa, era in cattive condizioni fisiche, perché aveva preso molto peso.

Lambarene è un piccolo villaggio-ospedale abitato da circa settecento persone, di cui una quarantina bianchi. Questi ultimi costituiscono lo staff dell'ospedale, tutti gli altri sono i pazienti. Mia moglie, Jotsuna [n.Ed.: nome dato alla moglie del sig. Ohsawa, Lima, in India; significa "luna"] lavorava ogni giorno nella cucina con i cuochi neri e una ragazza bianca; tutti loro sudavano copiosamente e bevevano moltissimo. Mia moglie, a dispetto dell'intensa calura africana, rimaneva fresca e quieta. Vi lascio immaginare il caldo che faceva. L'aria umida evaporava sotto un sole torrido. Andavano tutti a dormire presto, e avevano bisogno di un riposo pomeridiano. Evitavano di uscire all'aperto – anche a sera. Nonostante la situazione, io ero in grado di lavorare una media di venti ore al giorno, iniziando alle 2 del mattino alla luce di una lampada di kerosene.

Lambarene è un vero paradiso. I nativi non hanno agricoltura. Pescano nel grande fiume o vanno a caccia di scimmie, boa, cinghiali ed elefanti nella giungla. Dopo una cena a base di manioca selvatica (la manioca è un tipo di patata dolce), vanno a dormire immediatamente perché non possiedono gas né elettricità. Per loro la vita è un continuo cacciare e pescare. Non conoscono il significato del lavoro – sanno solo come divertirsi. Poveri ma indifferenti alla loro povertà, vivono in un vero paradiso.

Ma io ho visto l'altra faccia di questo paradiso. "Più grande il davanti, più grande il dietro". Quanto maggiore la facilità, tanto maggiori le difficoltà. *Ogni paradiso in questo mondo relativo ha un aspetto inverso.* E io ho vissuto sia il paradiso che l'inferno di Lambarene: il più terribile inferno di questo mondo.

Maestoso, verde e grande, il fiume scorre notte e giorno, silenziosamente, così ampio che è necessaria mezz'ora per percorrerlo in canoa, così rapido che non può essere attraversato perpendicolarmente...

In ospedale mangiamo con i quaranta membri bianchi dello staff. Il cibo che loro (e io, ma non Jotsuna) consumano è terribile, consistendo principalmente di miele, melassa nera, marmellata, caffè o tè con latte in polvere, zucchero e grandi quantità di frutta. Tutto, tranne la frutta, è importato dall'Europa. A piccole dosi si arriva a consumare da uno a due chili di zucchero al mese. A pranzo e a cena il pasto è "all'Alsaziana", accompagnato da manghi, papaia, banane e noci di cocco, tutti frutti introdotti qui una trentina di anni fa e che quindi non si possono considerare alimenti primari in quest'area. L'uso occasionale di dolci incrementa ulteriormente questo squilibrio distruttivo.

Io accetto tutto ciò che viene servito eccetto zucchero, miele, marmellata e i condimenti più yin. Dopo alcune settimane inizio ad avvertire disturbi: mal di denti, torcicollo, affaticamento oculare, diarrea, uretrite, disagio ai reni; tutto questo peggiora ogni giorno che passa.

Mia moglie mantiene un semplice modello alimentare macrobiotico, evitando completamente lo zucchero e i prodotti animali e limitando il suo consumo di frutta a quantità molto ridotte.

Come cibo quotidiano, mangia all'incirca 150 gr. di riso bianco e 30 gr. di insalata o 60 gr. di verdure cotte e salate. La sua assunzione di liquidi è limitata a un bicchiere d'acqua al giorno.

Eccetto per lo zucchero, io mangio come i bianchi. Però cammino a testa scoperta e a piedi nudi come i neri.

I bianchi sono protetti da elmi tropicali, scarpe e calze (alcune paia del tipo doppio-strato) impregnate di iodofornio (un composto antisettico-disinfettante allo iodio), e prendono anche delle compresse. Tutti mi rimproverano perché cammino scalzo, non indosso l'elmetto e rifiuto le pillole. Ma non posso andare in giro protetto come i bianchi mentre milioni di africani sono scalzi e a capo scoperto. Loro sono poveri, il loro cibo costa un decimo di quello dei bianchi. Così, se non possono avere anch'essi un elmetto tropicale, scarpe e diverse paia di calze, allora anch'io devo camminare a piedi nudi e a testa scoperta. Devo mostrare ai bianchi che è possibile mantenere una buona salute e curare qualsiasi malattia in questo clima tropicale senza ricorrere a mezzi artificiali.

Vorrei alimentarmi come i nativi, ma ciò è impossibile. Hanno un tabù estremamente rigoroso, non dividono mai il loro cibo né mangiano ciò che è stato preparato da altri. Questo modo di vivere è ideale, fisicamente e moralmente. Tutto l'anno il loro alimento di maggior consumo è la manioca. Solo nel mese di gennaio mangiano le banane verdi, che sono amare e astringenti e completamente diverse dalle banane dolci riservate "ai bianchi". Il resto della loro dieta consiste dal 5% al 10% di erbe selvatiche e dal 2% al 3% di carne (scimmia, boa, elefante, antilope e pesce secco o affumicato).

Mangiano poca frutta, dal momento che non ci sono piantagioni e la frutta nel suo stato naturale è scarsa nella giungla (comunque, avendo un contenuto in calorie relativamente basso la frutta non può servire come fonte primaria di nutrimento). Consumare grandi quantità di frutti non è nelle possibilità dei poveri nativi, che si limitano a raccogliere ciò che cade nella giungla.

Bevono acqua piovana, perché non vi sono pozzi né sorgenti e il fiume è contaminato dai rifiuti di pus e sangue dell'ospedale. La loro dieta è esattamente all'opposto di quella dei colonizzatori, il cui menu comprende oltre duecento alimenti, mentre i nativi ne hanno soltanto cinque o sei dei quali l'80-90% è manioca. Quindi, i neri sono molto macrobiotici! Sebbene la manioca sia molto yin, *essa può essere considerata un alimento equilibrato in un clima così yang*. I nativi dovrebbero trovarsi in un brillante stato di salute ed infatti lo sono. I Bantu, ad esempio, la cui dieta è estremamente limitata a confronto di quella di Europei e Americani, sono incomparabilmente più sani di entrambi (dal rapporto del Dr. A.R.P. Walker alla "Nutrition Conference" organizzata dalla New York Academy of Sciences a Johannesburg, marzo 1957).

La maggior parte dei Gabonesi erano anch'essi, e sono tutt'ora, sani e forti come i Bantu. Alcuni, tuttavia, che sono stati "civilizzati" dagli occidentali e consumano vino, zucchero e latte condensato dolcificato dalla Francia, stanno degenerando. Prima che i colonizzatori-esploratori occidentali penetrassero l'interno dell'Africa, tutti i nativi erano in buona salute, molto più di quanto lo fossero gli stessi colonizzatori nei loro paesi. Si godevano la vita nella grande giungla, liberi dalle leggi imposte dal più forte. Erano in pace, onesti, amabili e coraggiosi; e hanno accettato tutto ciò che gli è stato dato, e dato tutto ciò che gli è stato chiesto. Se volete verificarlo, leggete *Black Africa* di Stanley o le opere del dr. Livingstone.

Gli africani, come gli asiatici, danno tutto e accettano tutto – le loro risorse, la terra, i prodotti, il lavoro, e anche il loro paese. Sono stati disposti ad abbandonare le loro tradizioni, quindi non è soltanto colpa loro ma anche dell'Occidente se essi hanno perduto le loro caratteristiche originali (leggere al riguardo Levy-Bruhl's *Primitive Mentality*).

I Gabonesi, come tutti gli africani, sono stati e continuerebbero a essere felici, sani e amabili se i bianchi non avessero importato l'alcool e lo zucchero industriale capitalistico. Essi non sapevano nulla di malattie come la lebbra. Per quanto incredibile possa sembrare, ho curato un gran numero di africani affetti da malattie cosiddette "incurabili" semplicemente sopprimendo alcool, zucchero e dolci dalla loro alimentazione. Questo è apparso loro "miracoloso", e il numero di pazienti che mi visitavano crebbe costantemente. Quando lasciai l'ospedale tanti negri vennero a dirmi

addio con le lacrime agli occhi. E quando andai a vivere alla Missione Protestante, a poco più di un miglio dall'ospedale, il numero di pazienti che veniva a consultarmi crebbe ancora di più. Molti percorrevano diverse centinaia di miglia in canoa ogni giorno. Mi sentii obbligato a dire che non potevo più riceverli, perché ero preoccupato che tutti i pazienti finissero col venire da me invece che andare all'ospedale del dr. Schweitzer.

Quelli tra voi che conoscono il Principio Unificante possono immaginare quanto sia pericoloso per un forestiero mangiare come i "civili", rinunciare alle protezioni e camminare a piedi nudi nella giungla africana.

In questa terra estremamente calda e umida dalla vegetazione lussureggiante, muffe, batteri, virus e ogni tipo di minuscoli insetti yin come mosche, zanzare, pidocchi e formiche si moltiplicano abbondantemente. Camminare scalzi nella giungla è come navigare sopra siluri: filaria, acari autunnali (*Trombicula autumnalis*), spirocheti... È un vero abisso infernale di malattie dove ci si trova ad essere "attaccati" da esseri microscopici.

Nel corso del secondo mese le mie condizioni generali peggiorarono, specialmente l'uretrite. Naturalmente, la causa era il cibo europeo accompagnato da così tanta frutta tropicale estremamente yin. Gli europei non riescono a rimanere in Africa per molti anni – nonostante le loro precauzioni e i loro farmaci. Neppure il dr. Schweitzer vi rimane stabilmente. Salvo poche eccezioni, i coraggiosi membri dello staff dell'ospedale, la maggior parte dei quali sono donne (vi sono solo quattro o cinque uomini), non rimangono lì più di due anni per volta. Quasi tutti sono più o meno malati, e i due medici sono i più gravemente afflitti.

Sono infine assalito simultaneamente da filaria, acari autunnali e spirochete delle ulcere tropicali, che sono mille volte più terribili della lebbra. Il parassita della filaria mi attacca la testa, facendola gonfiare e deformare. Stranamente, non ne risulta nessun dolore. Ma gli acari mi si insediano sotto le unghie e depongono centinaia di uova, causando ferite molto dolorose.

Gli spirochete penetrano nella mia pelle ovunque dando origine a diversi tumori di oltre 2 cm che crescono fino ad arrivare alla dimensione di 30 cm in lunghezza e quasi 2,5 cm in profondità. I tumori sono pieni di un liquido nero-violaceo. Quando vengono incisi, rivelano cavità assai profonde, che a volte lasciano intravedere il bianco delle ossa. Dalle cavità fuoriescono sangue, pus e liquido offensivi, ripugnanti. La stanza è invasa da un odore nauseabondo. Il dolore è insopportabile. In quattro o cinque settimane sopraggiungerà la morte, il corpo ridotto a una massa di piaghe. Con la lebbra si può a volte sopravvivere per venti o anche trent'anni e non c'è dolore. Ma con le ulcere tropicali la realtà della malattia

supera ogni descrizione (se volete saperne di più, leggete le pagine 209-211 di *Tropical Medicine* del dr. Clement Chesterman, ex direttore dell'Ospedale Battista, Repubblica del Congo).

Durante i mesi di agosto e settembre 1955, mentre viaggiavo da Dar-Es-Salaam — via Mombasa, Nairobi, Kampala e Stanleyville — a Leopoldville, per una distanza di circa 3.000 miglia, avevo digiunato. Così, occupandomi peraltro costantemente degli ammalati durante il tragitto, al mio arrivo a Lambarene in ottobre ero molto debole. Il cibo dell'ospedale, veramente molto yin, mi aveva ulteriormente indebolito, non essendomi ancora completamente ripreso dai sessanta giorni di digiuno, ma non smisi mai di lavorare.

5 gennaio 1955: Sono attaccato dagli acari al mignolo del piede sinistro. È molto doloroso. Continuo a lavorare giorno e notte.

11 gennaio: Il dolore aumenta ancora e diviene insopportabile. Non riesco a continuare la trascrizione del manoscritto *La Filosofia della Medicina dell'Estremo Oriente*.

Lascio il mio lavoro e mi sdraio, come vuole Jotsuna. Sono le 8 di sera e devo terminare il lavoro, al più tardi, per la sera del 13.

A letto il dolore aumenta. Il collo, le mani, le gambe, sono morsi da crampi. Potrebbe essere tetano? Tre pomeriggi prima, mentre gli altri riposavano, ho ripulito il fango dietro la cucina. Era molto sporco. Poi, sempre a piedi nudi, ho pulito il giardino. Può trattarsi di tetano?

Il mignolo è diventato il doppio delle sue dimensioni normali ed è violaceo. Il dolore aumenta e diviene sempre più intenso. Devo incidere il dito, ma con che cosa? Devo chiedere al dr. P. di operare? Ma l'ospedale è lontano. Jotsuna non può arrivare fin lì da sola. È passata la mezzanotte. Nessuno può portarla in canoa adesso, risalendo le correnti del fiume. Devo attendere fino alla mattina? Troppo tempo! E poi: cosa posso fare domattina?

Oh, com'è doloroso! Per più di quattro ore mi rigiro nel letto. Non riesco a rimanere immobile nemmeno per un istante. Divento pazzo!

Jotsuna prepara un impiastro nero di "dentie" (melanzana carbonizzata e sale integrale) e ne ricopre il dito. Mi sottometto impotente, non avendo idea di cos'altro fare.

Stranamente, mi addormento. È per la stanchezza oppure il dolore sta scomparendo?

Ogni volta che soffro vado a letto. È una mia abitudine. Cado nel sonno immediatamente, visto che dormo soltanto quattro ore al giorno. Posso addormentarmi sempre, ovunque, in due o tre minuti. E quando dormo la sofferenza scompare immediatamente. Dormire è il mio rimedio scaccia-tutto. Io penso che dormire più di sei ore al giorno sia segno di pigrizia. Dio lavora notte e giorno. Se il Figlio di Dio si è concesso del riposo, lo ha fatto per un sesto o un settimo del

suo tempo attivo – non di più. Una volta, otto anni fa, ho provato a rinunciare completamente al sonno e sono così riuscito a lavorare per cinquantasette giorni, traducendo un libro inglese estremamente difficile, *The Meeting of East and West*, del professor F.C.S. Northrup. Il testo originale era di 500 pagine, il mio manoscritto di 2.000. Naturalmente, durante quel periodo mantenni una dieta molto speciale (molto yang) (quando avevo vent'anni dormivo dalle 21 alle 3; a cinquanta, di norma dalle 22 alle 2; superati i settant'anni spero di dormire anche meno).

12 gennaio: Mi sveglio alle 2. Non sento dolore. Il tetano è scomparso? Salto giù dal letto per recuperare il ritardo sul mio lavoro. Ma non riesco a camminare senza avvertire dolore.

Alle 6 Jotsuna si sveglia ed è stupita di vedermi allo scrittoio. Nessuno di noi immaginava ancora che il dolore del giorno prima non era altro che il preludio alla terribile insorgenza delle ulcere tropicali.

Una splendida giornata sorge su Lambarene. Nonostante il basso soffitto, la luce penetra nella nostra malandata stanza nel vecchio casolare dove il dr. Schweitzer iniziò il suo lavoro più di quarant'anni fa. Esamino il dito che mi aveva così tanto tormentato ieri. Jotsuna mi supplica di non toccarlo. È triplicato in dimensioni ed è teso come un pallone. Lo pungo con un ago. Ne fuoriesce un liquido sporco, dandomi sollievo. Ma non riesco ugualmente a stare in piedi e a camminare. Il peso del mio corpo espande i capillari, gonfi, della gamba destra al punto che li percepisco come sul punto di scoppiare.

Ricopro il dito, gonfio e sensibile, con una foglia, e lo nascondo indossando una pantofola. Camminando sul tallone, attraverso dolorosamente il giardino per fare colazione nel grande casolare con il ministro e la sua famiglia. Arrivo con difficoltà al secondo piano. Il sacerdote e sua moglie mi chiedono se c'è qualcosa che non va.

"Non è nulla", rispondo, "solo una piccola ferita".

Ma sono terribilmente in errore.

13 gennaio: Appaiono una dozzina di nuovi tumori simili a palloni. Io li foro, li cospargo di sale e li strofino. È molto doloroso. Sul vecchio tumore è cresciuto un foruncolo. Lo rimuovo, esponendo una cavità.

È una malattia tipica di questa regione? I sintomi sono misteriosi, e per me sconosciuti.

Rimane ancora una grande mole di lavoro da fare. Ho molta fretta. Devo finire questa sera e passare la notte a rileggere il manoscritto per darlo domattina presto al dr. Schweitzer come regalo di compleanno.

Dalle 9 a mezzogiorno e dalle 2 alle 5 del pomeriggio devo occuparmi come al solito dei pazienti neri. Lavoro freneticamente. Jotsuna è intenta a lavare i vecchi fazzoletti, e a gettare i giornali

giapponesi, impregnati di pus e sangue, che ho impiegato come medicazioni.

15 gennaio: Chiedo a uno studente nero della scuola della missione di portare il mio libro, *La Filosofia della Medicina dell'Estremo Oriente*, al dr. Schweitzer.

Ho terminato la mia fatica di 90 giorni.

Il tempo passa. Ogni giorno, nuovi tumori.

Le dita di entrambi i piedi sono ingrossate. Piedi, gambe, braccia e mani sono ricoperte di foruncoli e tumori. La stanza è biliosa, c'è un fetore nauseabondo.

Durante il giorno i pazienti neri chiedono di me. Devo anche scrivere e leggere. Ma la mia uretrite peggiora e urino ogni due ore. Tre volte al giorno devo andare al casolare per i pasti.

Il clima si fa sempre più caldo. È la stagione secca. Di tanto in tanto le due insegnanti ci invitano per cena, e a sera gli istruttori di colore chiedono lezioni di filosofia e di medicina. Jotsuna si tiene occupata rivoluzionando la cucina in casa del ministro. Tutta la sua famiglia è malata. Lui stesso è affetto da una malattia cardiaca e perde i capelli; sua moglie, che periodicamente deve ricoverarsi in ospedale, è molto irritabile, nervosa e affaticata; la figlia maggiore, di sette anni, soffre di disturbi oculari; la seconda, di cinque anni, ha la poliomielite; e la più giovane, di soli quattro mesi, non ha appetito, rifiuta il latte condensato e piange continuamente...

Stupore! È incredibile! Scopro di essere affetto dalle *ulcere tropicali*! Morirò nel giro di poche settimane! Una settimana è già trascorsa... Ma devo confermare i sintomi e le condizioni descritte dal dr. Chesterman in *Tropical Medicine*. Non posso curare una malattia senza conoscere in dettaglio tutti i suoi aspetti. Altrimenti, come potrei essere titolato a occuparmi dei miei amici negri?

Seconda settimana: La mia condizione peggiora penosamente.

Terza settimana . . .

Quarta settimana: Il mio corpo è divorato dal dolore. Non riesco più a dormire, né posso occuparmi dei pazienti..

Camminare mi è impossibile. Sono ormai un passo dalla fossa, ridotto a un organismo rosicchiato, scavato e deformato da germi invisibili. Il mio corpo è un ammasso di carne marcia, pus che cola e sangue, ed emana un orrendo odore malsano. Le unghie delle dita dei piedi sono tutte cadute.

28 gennaio: Verso la mezzanotte un grosso ratto mi rosicchia il piede, prendendolo per un pezzo di carne in disfacimento.

È giunta l'ora di salvarmi. Altrimenti, i ratti mi divoreranno le gambe, e i serpenti e i boa verranno a inghiottire quel che resta. Riesco a sentirli, la notte.

Non devo morire! Ho milioni e milioni di fratelli e sorelle di colore da salvare!

Visto che le ulcere tropicali sono un male estremamente yin, occorre diminuire tutto ciò che è yin attraverso un'adeguata alimentazione. Il cibo alla Missione Protestante è anche più povero di quello dell'ospedale, nonostante Jotsuna abbia modificato dal primo gennaio la dieta della famiglia del ministro. Sfortunatamente, il riso integrale non è reperibile. Lei manda degli scolari a raccogliarlo, chicco per chicco, nei poveri campi di riso locali. Ma ci vuole un giorno intero per metterne assieme soltanto una piccola quantità.

Non possediamo normali generi alimentari. Percorrere il fiume fino al villaggio più vicino richiederebbe almeno mezza giornata, per trovarvi soltanto conserve dolci e patate importate dalla Francia.

Nient'altro.

Per fortuna, arriva inaspettatamente via aerea da New York un piccolo pacchetto. Una delle mie ex allieve (Cornellia Aihara) mi ha spedito un chilo di riso bruno tostato e qualche "umeboshi" (prugne giapponesi conservate sotto sale per un anno o più). Yang accompagna yin — ogni nuvola porta con sé un motivo di speranza. La sofferenza non è altro che l'inizio della gioia.

Decido di salvarmi in dieci giorni. Che cosa avreste fatto al mio posto? Come avreste agito?

Immaginatevi nella giungla. Nessun negozio di alimentari, niente acqua corrente, niente elettricità. Scrivete immediatamente la vostra risposta su un foglio di carta, quindi leggete il seguito.

29 gennaio: Decido di smettere completamente di bere acqua, neppure una goccia. Prenderò invece un bicchiere di riso bruno tostato.

A notte Jotsuna versa 90 gr. di riso in una ciotola e aggiunge una piccola quantità di acqua bollente. Al mattino il liquido è evaporato, e io mangio il riso con una "umeboshi". Questo è tutto, per la giornata. A notte, prima di andare a dormire, prendo alcune decine di grammi di sale (il sale è un componente necessario del bilancio K/Na (Potassio/Sodio) dei nostri corpi). E non bevo nulla. Nient'altro.

Anche Jotsuna è malata. Ogni giorno rimuove centinaia di uova di acari da sotto le unghie. Anche lei ha contratto le ulcere tropicali, gliene sono apparse due o tre sulle mani. Ma il dr. Chesterman scrive in *Tropical Medicine* che le donne sono immuni da questa malattia. Comprendete perché la sua opinione è sbagliata?

Dal 1 al 3 febbraio sono completamente immobilizzato, e pieno di pensieri. Oh, come sarei felice se qualcuno mi spedisse della *tekka* o del *miso*. È estremamente difficile assimilare il sale che, se introdotto in grande quantità nei canali intercellulari (tra le cellule), è insufficiente per modificare i livelli di potassio intracellulare (all'interno delle cellule). Inoltre, ingerire tanto sale crudo è assai penoso.

Oh, tekka! miso! kimpira!

Così tanti pensieri affollano la mia mente. Ho scritto un centinaio di pagine in giapponese, praticamente le mie ultime volontà. È un peccato ch'io non abbia mai avuto il tempo di tradurle.

Dopo tutto, se non hai mai vissuto il dolore e l'agonia delle ulcere tropicali, se non sei stato ricoperto di pus e sangue, rosicchiato dai topi, sopraffatto dall'odore nauseabondo della tua stessa carne in putrefazione, allora difficilmente puoi dire che simpatizzi o provi compassione per i neri africani. Di questo, il dr. Schweitzer è consapevole.

Evitare le conseguenze della malattia con mezzi artificiali sarebbe da codardi. Questa non è la via di un uomo sincero, specialmente di un "samurai". Si deve avanzare attraverso la malattia e superarla senza uccidere. I germi, in altre parole, devono poter vivere in pace. Uccidere per difendere sé stessi non è giusto.

Dal 30 gennaio, non sono più apparsi nuovi tumori. Le ulcere si stanno asciugando giorno dopo giorno. Il dolore sta scomparendo. La malattia è superata. Si è arrestata. I germi stanno abbandonando il mio corpo in pace. *Come sono saggi!*

Il 4 febbraio, alle 4 del pomeriggio, risuona forte una voce nella giungla: "Il Grande Dottore! Il Grande Dottore!"

Mi alzo dal letto. Sul fiume, si vede in lontananza una canoa. È il dr. Schweitzer in persona. Ma io non posso arrivare fino alla spiaggia per accoglierlo, perché la discesa è troppo ripida e lunga.

Si radunano tutti sulla spiaggia – gli scolari, lo scolare, il ministro e sua moglie. Alcuni lebbrosi africani portano a terra la canoa, da cui scendono il grande dottore e sua moglie.

Che vergogna! Io non riesco nemmeno a lasciare la mia casupola! Il grande dottore entra e comanda:

"Mostrami le tue ulcere!"

"Non è nulla, dr. Schweitzer."

"Mostrami le tue ulcere!"

Non ho alternative. Espongo il piede destro, che è il meno afflitto – o, piuttosto, il più guarito.

Il dottore esamina in silenzio il mio piede. Non lo tocca.

"Devi andartene immediatamente," dichiara.

"Non si può curare, dr. Schweitzer?"

"Impossibile. Partite immediatamente."

Sono stordito, senza parole. Cerco le parole, invano...

"Non potrei..."

"Impossibile!" interrompe alzando la voce. "Parti immediatamente!"

"Ma non potrebbe insegnarmi come curare questa malattia?"

"No. È impossibile. Inoltre, non potete più restare qui. La missione è povera. "

"Ma io sono venuto qui per mostrare come curare questa malattia attraverso..."

"No. Impossibile. Tu non sai nulla su questa malattia. Pensi di aver imparato molto qui. Ma ciò che hai appreso è niente in confronto a quello che ancora non conosci. L'Africa è vasta. Devi partire immediatamente."

Ogni volta che cerco di aprir bocca, le mie parole, la mia voce sono schiacciate, sopraffatte. Non riesco a proseguire. Faccio il meglio che posso.

"Ma io devo...riprendermi..."

"Impossibile. Parti immediatamente! PARTI IMMEDIATAMENTE!"

"Non c'è modo, dr. Schweitzer?"

"No! È impossibile!"

"Bene! Allora io curerò me stes..."

"No! IMPOSSIBILE! ANDATE VIA! Non c'è più niente da fare. Non hai osservato le mie prescrizioni fin dall'inizio. Avresti dovuto indossare le calze doppio-strato impregnate di iodofornio."

Continua a fare la predica. Essendo molto yin per natura, rimango in silenzio, ad ascoltare. Un lungo sermone... Ogni volta che cerco di intervenire, sono sopraffatto. Vorrei dirgli che è nostro dovere insegnare a milioni di africani come mantenere la superba salute di cui hanno goduto i loro antenati, senza medicine, e come curarsi, essendo poveri, senza ricorrere a farmaci costosi. Ma è fuori discussione. Vorrei mettere in guardia il dottore sul fatto che quasi tutti gli africani che ho incontrato sia all'interno del complesso ospedaliero che fuori sono più o meno contro di lui. Sono sospettosi e ribelli perché il numero di pazienti aumenta costantemente. Una volta ricoverati in ospedale, i pazienti non sono più liberi per il resto delle loro vite. Invece essi – menomati, mutilati, con gli arti amputati – rimangono prigionieri. Molti sono stati ricoverati per più di tre, cinque, sette anni. Non possono più uscirne.

Invano. Non c'è nulla ch'io possa fare con la mia povera conoscenza del francese.

Mentre esce, il dottore ripete: "Andate via immediatamente."

Ma prima, rispondo silenziosamente, devo curare me stesso. Io non riesco a camminare – ma davvero devo andarmene? Sono venuto a Lambarene per esporgli la medicina dell'Estremo Oriente, a lui che è considerato "l'uomo del secolo". Lui il supremo pacifista. Lui che insiste sul rispetto per la vita. Se egli può comprendere il Principio Unificante e l'Ordine dell'Universo, probabilmente potrà salvare il mondo. Io devo dargli ogni cosa. Sì, se lui mi vuole e me lo chiede, io rimarrò qui per tutta la vita...

Per realizzare questo sogno ero venuto a Lambarene affrontando indicibili difficoltà, rischiando la vita in molte occasioni e spendendo migliaia di dollari.

Ma adesso ero depresso e solo, profondamente sconsolato. In quel momento parlò Jotsuna.

"Impossibile? Ha ripetuto più volte che la guarigione è impossibile. Ha ragione?"

"Lo hai sentito?"

"Sì. Quindi tutto ciò che dobbiamo fare è guarire completamente. Lui vedrà. Vorrà sapere in quale modo ci siamo curati da questa malattia "incurabile", e capirà. Non ha letto il tuo libro?"

"Sì. Ha detto di averlo letto tutto."

"Ebbene, non ne ha detto nulla?"

"Non lo ha compreso, mi sembra, a giudicare dal suo comportamento e da ciò che ha detto."

"Quindi dovremo mostrargli la nostra completa guarigione! Queste ulcere tropicali non sono nulla. Tu stai meglio e anche io. Perché non possiamo curarle? "Tutti i fenomeni visibili e invisibili hanno un inizio e una fine", ricordi? Dobbiamo semplicemente guarire e lasciare che l'evidenza lo convinca. Se non capisce il tuo francese, almeno capirà la tua guarigione. Non hai perso il tuo coraggio, vero? "

"No. E tu hai ragione. L'evidenza lo convincerà."

"Il personale dell'ospedale non ha capito, nè ha interesse alla nostra medicina e filosofia. Ma sicuramente il Grande Dottore capirà. Lui deve capire. E una volta che avrà compreso, noi lavoreremo qui, per tutta la vita. Io lavorerò in cucina con i pazienti. Loro sono già curiosi di me, iniziano a guardarmi con interesse, sembra si chiedano come faccio a lavorare senza sudare o stancarmi".

Entra il ministro. È stato incaricato di sbarazzarsi di noi il più in fretta possibile. "Partite immediatamente", dice.

"Vi prego, caro sig. M., di attendere un'altra settimana. Vi mostrerò un miracolo – quindi andrò via per sempre".

Non insiste, dal momento che tutta la sua famiglia è già stata salvata. Sua moglie non grida più – la sua voce nervosa ha cessato di echeggiare attraverso la giungla, e istruttori e scolari ne sono molto felici. Anche il sig. D., il direttore della scuola, ha notato questo cambiamento. Il ministro, nel frattempo, ha smesso di perdere i capelli e la sua stanchezza è svanita. Soprattutto, sono migliorate le sue tre ragazze. Françoise si comporta meglio, Anne ha perso la sua scontrosa goffaggine e ora canta allegramente, e la più giovane, Christine, che rifiutava continuamente il latte zuccherato, ha svuotato al primo tentativo la sua bottiglia di latte e riso bruno (integrale). Non piange più, ha un'indole piacevole e dorme bene.

Sorride ogni volta che mia moglie le si avvicina, e più di una volta le ha inumidito il vestito...

Il ministro si ritira educatamente, dubitando che sarà testimone di un "miracolo" – ma disposto, almeno, ad aspettare qualche giorno.

La mattina successiva porta un altro motivo di stupore. Entrano sei grossi africani con bagagli e pacchetti. Hanno svuotato la mia stanza all'ospedale.

"Ma perché le mie cose personali?"

Gli africani sono tristi e a disagio. Uno di loro spiega che il Grande Dottore ha dato l'ordine. Ma tutti loro ci apprezzano e non vogliono che partiamo. Seguono le mie istruzioni preparatorie, i primi semplici passi sulla strada verso la salute, la felicità e la longevità, e sono fiduciosi di poter essere liberati dalla prigionia fatale in cui si trovano (i loro piedi e le loro braccia sono paralizzati e scavati).

Seduti tra i nostri scatoli e bagagli, siamo come arenati, abbandonati.

"Ora ci hanno sfrattato? Che azione grossolana e brutale! Cacciati via a dormire nella giungla!"

Con mio stupore, Jotsuna non piange. I suoi occhi brillano di una volontà di ferro. Questo è sorprendente in una donna così fragile, soprattutto nella profonda giungla africana. Lei invece ha il cuore leggero – o almeno questo mostra.

"Più grande il davanti", dice, "più grande il dietro. Non è vero? Abbiamo patito le più grandi difficoltà da quando abbiamo lasciato il Giappone, e questo può solo significare che dobbiamo essere vicini alla più grande gioia. Questo è certo. Guarda il tuo corpo, che è stato divorato, mangiato vivo, ed è ricoperto di piaghe. Il nostro bagaglio è stato saccheggiato. Sei stato mandato via dal Grande Dottore, l'uomo che più ammiravi al mondo! Delusione, totale disillusione – non sei ancora disperato? Non hai raggiunto il tuo limite? "

Le nostre difficoltà hanno acceso un fuoco inestinguibile in Jotsuna, questa piccola fragile donna. Strano, non è vero?

Tre giorni dopo, attraverso il giardino e salgo l'ampia scalinata della grande abitazione del ministro. Sono tutti stupiti. È questo l'uomo risorto dalla morte?

Mostro le ulcere. Non c'è più pus, né sangue. Il mio corpo è asciutto e liscio.

"Sei guarito? Ma questo è incredibile! Sì, mi avevi detto che avrei visto un "miracolo", ma questo..."

Era presente un ospite, un giovane dottore dell'ospedale che aveva seguito le mie istruzioni preparatorie molto strettamente per una settimana. Era venuto espressamente per vedere se non fossi ancora morto. Successivamente, sapendo che aveva portato la notizia al dr. Schweitzer, aspettai alcuni giorni, confidando in un invito

all'ospedale. Ma non venne nessuno – né la sig.na Emma nè il suo giovane paziente africano. Nessuno.

10 febbraio: Con Jotsuna andiamo in canoa al complesso ospedaliero. Percorro la spiaggia e il piccolo sentiero che conduce alla casa del Grande Dottore. Molti africani ci salutano con grande allegria.

"Oh, Dottore, sei tornato! Questa volta rimarrai con noi per sempre, non è vero? Ti stavamo aspettando!"

"Ti senti meglio?" chiedo. "Bene. Non bevi più così tanto?"

"Oh no, Dottore, nemmeno una goccia. Guarda, sto meglio, molto meglio. Ma tu resterai con noi, non è vero? Ti costruiremo un nuovo ospedale, proprio come questo."

"Dipende. Se il Grande Dottore mi consente di restare..."

"Bravo!¹", gridano.

Il Grande Dottore ci guarda incredulo. Gli mostro il piede, che non tocca. Né pronuncia una sola parola. Esamina poi attentamente le mani di Jotsuna, che erano state affette da due o tre ulcere. È ancora in silenzio. Ho tutto il tempo per rispondere alle domande che ci farà: "Come avete fatto a guarire? In che modo? Potete salvare tutti questi malati?"

Invece, ci chiede con disinvoltura: "Quando partite?"

"Presto", rispondo.

"Volete cenare con noi? Potete attendere?"

"Molte grazie ma dobbiamo ritornare alla Missione Andende. Ci stanno aspettando."

Non posso consumare un pasto così costoso e lussuoso mentre mi circondano milioni di poveri africani.

Ad Andende aspetto pazientemente che il Grande Dottore si renda conto di aver sbagliato, e ci inviti a tornare indietro per aiutarlo. Aspetto... Un giorno, due giorni, tre giorni, cinque giorni, dieci. Tredici in tutto. Niente...

23 febbraio: Con il cuore colmo di tristezza ci imbarchiamo sull'aereo per Algeri, devastata dalla guerra, per trascorrere alcuni giorni a Bougie dove il mio fratello spirituale Gabriel, che non avevo mai visto in sessantatre anni, mi attendeva da lungo tempo.

Oh! Il mio elementare francese da autodidatta, imparato in Giappone, non mi ha reso capace di esporre la dialettica pratica, grembo di tutte le civiltà, di tutta la filosofia e di tutte le religioni, al più grande pacifista del mondo! Che tristezza! La mia speranza suprema è svanita. Ne potrò trovare un'altra?

Attraversiamo il Sahara al chiaro di luna. Non riesco a dormire.

¹ in italiano nel testo. [ndTrad.]

Penso ai miei fratelli e sorelle, così poveri, così infelici, che ogni giorno muoiono nel verde lussureggiante della giungla perché una magnificente civiltà impone brutalmente su di essi la propria volontà, il proprio modo di pensare e di vivere.

Il cancro: nemico o benefattore dell'umanità?

L'ultima fortezza della civiltà orientale, l'"Invincibile Giappone", che si era reso più forte applicando i metodi tecnici e industriali dell'Occidente, è stata messa in ginocchio al lancio delle prime due bombe atomiche nel 1945. Più di 318.000 civili nelle pacifiche città di Hiroshima e Nagasaki furono annientati in pochi istanti. Altri milioni sono rimasti avvelenati o mutilati, e parecchie altre migliaia muoiono ancora ogni anno per le conseguenze di quegli atti.

La civiltà orientale era stata morale, come ha mostrato la strategia non-violenta di Gandhi. Ma l'"Invincibile Giappone", il migliore studente dell'Occidente, si era impegnato per ottant'anni nello sforzo di "occidentalizzarsi". Il Generale Tojo, un capo militare semplicistico e fanatico, voleva dimostrare che l'allievo era diventato superiore al maestro. Che arroganza!! Aveva dimenticato gli insegnamenti orientali appresi in gioventù, e soprattutto la strategia di Song Tzu: la strategia dell'amore.

La sconfitta totale dell'"Invincibile Giappone" è stata un evento senza precedenti nella nostra storia, a seguito del quale ci siamo volontariamente distaccati dall'uso della forza militare. L'"Invincibile Giappone" non esiste più. Tutto cambia, tutto scompare in questo mondo effimero e relativo. Nulla rimane costante o eterno – eccetto la legge di tutte le trasformazioni: Yin-Yang: il Mutamento.

A differenza del Giappone, gli Stati Uniti sono usciti vittoriosi. Eppure soffrono di altre, più gravi difficoltà. Hanno costruito, secondo i rapporti, 60.000 bombe all'idrogeno. L'Unione Sovietica ne possiede altre 30.000. Con queste 90.000 bombe all'idrogeno l'intera umanità può essere annientata settantacinque volte di seguito! Questa situazione annulla, in un modo nuovo e spaventoso, qualunque prospettiva di una pace duratura. *La pace mantenuta attraverso le minacce è la pace della morte.*

In aggiunta alle difficoltà strategiche, gli Stati Uniti si dibattono in dilemmi biologici, fisiologici, mentali e morali: cancro, allergie, diabete, disturbi cardiaci e circolatori, e soprattutto le malattie mentali e morali (criminali) sono in aumento. Gli americani destinano ogni anno \$ 300 a persona per la cura e la prevenzione di queste malattie (questa cifra non include i fondi stanziati dal governo e da istituzioni private). La spesa complessiva è di \$ 54.000.000.000! Eppure il numero di malati aumenta costantemente e continuano ad apparire molte nuove malattie, la maggioranza delle quali sono direttamente causate dai medici e dalle medicine – malattie iatrogene (dal greco "iatros": dottore e "generis": origine).

Ecco perché l'uomo – e specialmente l'uomo “civile” – vive costantemente nell'incertezza e nella paura. La medicina della civiltà moderna non è in condizione di offrire nessuna speranza di salute durevole. Così stanno le cose oggi.

Certamente, la medicina occidentale ha fatto enormi progressi. Neanche centocinquanta anni sono passati da quando Françoise Quesney liberò la chirurgia dai confini del salone da barbiere. Solo negli ultimi anni sono stati fatti più progressi che nei 2300 anni che ci separano dal tempo di Ippocrate. Oggi ci sono ovunque grandi ospedali, e se ne vanno costruendo molti altri. Ma, allo stesso tempo, il numero di persone malate e di nuove malattie scoperte è in aumento. E di più: il cancro rimane invincibile! In realtà, tutte le altre malattie sono ugualmente invincibili – le “cure” sono solo apparenti. La medicina occidentale crede di avere successo quando elimina i sintomi o le *immediate* conseguenze; non è interessata alle cause.

Ma i germi o i virus non causano la malattia infettiva. Esistono persone con una immunità naturale contro tutti questi organismi! La domanda, piuttosto, è: *perché* alcuni individui perdono questa naturale immunità? E *perché* la medicina occidentale non ricerca le vere cause?

La nostra visione occidentale drasticamente limitata, e il cancro sociale della malattia mentale e del crimine in rapida crescita, ci obbligano a tornare a riflettere sui problemi della civiltà scientifica e tecnologica — e particolarmente sul problema della medicina sintomatica che abbiamo adottato, così affrettatamente e impulsivamente, quasi un secolo fa. Dobbiamo riconsiderare la civiltà orientale, così ingenuamente abbandonata dopo i primi contatti con le brillanti conquiste della tecnologia, della potenza, del comfort e dell'economia occidentali. Esisteva, sotto molti aspetti, un'opposizione diametricale. La volontà occidentale era diretta verso la soddisfazione dei desideri dei sensi e delle emozioni, mentre nell'Est la mèta era la realizzazione del Sé. Gli orientali volevano conoscere il significato della vita, del mondo, dell'universo. Il Settimo Cielo, credevano, può essere visto, percepito e conosciuto soltanto moderando i desideri e superando le avversità e le pene affettive di questo mondo relativo. Solo così si poteva raggiungere la Giustizia Assoluta (Felicità Eterna e Libertà Infinita) (l'Unità).

La via dell'Occidente è facile; l'altra è piuttosto difficile. Osservando sul bordo di quale pericoloso abisso la prima strada abbia portato l'umanità, l'anziano autore di queste righe avverte una profonda amarezza. Richiama alla mente i saggi d'Oriente che vissero su questo pianeta migliaia di anni fa e che ancora sopravvivono nelle loro parole, infondendoci speranza e coraggio.

Erano veramente uomini liberi: Lao Tzu, Song Tzu, Buddha, Nagarjuna... C'è abbastanza silenzio oggi perché il loro messaggio possa essere udito?

Rimasto orfano e povero all'età di dieci anni, non ho dovuto patire i tormenti di una educazione moderna (dopo tutto, questa è stata una benedizione). Invece, mi sono impegnato molto per assorbire gli insegnamenti tradizionali, che in quei giorni erano ancora vivi nella vita quotidiana del Giappone.

Ma ero *estremamente* povero e miserabile, e questo contribuì al mio desiderio di conoscere i benefici della civiltà occidentale. Oggi sono una rarità: un giapponese del tipo più tradizionale che ha vissuto più di 20 anni in Occidente. Quindi è vero: più grande il davanti, più grande il dietro – maggiore l'infelicità, tanto maggiore la felicità! Solo la povertà e le difficoltà ci danno la forza per aver fame e sete di giustizia. E nello stesso modo, anche se soffrite di una malattia terribile come il cancro, se volete cambiare, potete farlo.

Affetto da tubercolosi polmonare, fui fortunatamente abbandonato dalla medicina occidentale all'età di diciotto anni. Mia madre morì a trenta, il mio unico fratello - più giovane di me - a sedici, e così le mie piccole sorelle. La mia famiglia fu una delle migliaia di migliaia che scomparvero a causa della loro incapacità di adattarsi alla nuova civiltà straniera. Ma a vent'anni mi salvai, grazie alla pratica degli insegnamenti degli antichi saggi – uomini liberi. Devo la mia sopravvivenza al Principio Unificante, madre di tutte le scienze e tecniche orientali.

Gli insegnamenti di Gesù erano allo stesso tempo una medicina sistematica, un codice etico e un modello di comportamento — una vera e propria breve ricetta per la felicità. Dal momento che noi siamo corpo e anima, ed essendo materia e spirito due aspetti di un'unica esistenza, possiamo agire sulla malattia approcciandola dall'altro lato. Il trattamento dal lato materiale è necessariamente più semplice, ma è anche sintomatico e senza fine; mentre la terapia dello spirito, sebbene più difficile, è di base e fondamentale. Ecco perché Gesù ha salvato così tante persone malate e "incurabili" in modo all'apparenza così miracoloso.

Il metodo d'oro di Gesù è *preghiera e digiuno*. Questa è anche la tecnica di base di tutte le scuole orientali che, oggi come migliaia di anni fa, ci conduce verso la consapevolezza del fatto che ci troviamo sempre nel Regno della Felicità Eterna. A un maestro del Buddismo, del Taoismo, dello Shintoismo, delle filosofie dell'India o di ogni altra religione tradizionale *non è consentito ammalarsi o morire per assassinio o incidente, sotto nessuna circostanza*. Ogni qual volta visito ospedali cattolici o protestanti in Europa, negli Stati Uniti, in Africa o in India, rimango amaramente turbato nel constatare che in tutti viene praticata la terapeutica della medicina

“scientifica” ufficiale. Che vergogna! Che scandalo! Mostrano di avere più fiducia nel potere dei farmaci e delle terapie mediche che in tutta la potenza onnicomprensiva di Dio, nella cui onnipotenza pure professano di credere! Se una religione non può assicurare la salute, il fondamento della felicità, allora io la considero falsa: un mero oppiaceo. Tutte le grandi religioni dell'Estremo Oriente promettono la felicità immediata in questo mondo, non in qualche “altro” universo o illusorio paradiso. Se una religione non può offrire la felicità qui e ora, essa è falsa e ingannevole, nulla più che una superstizione.

Un altro modo di dire “pregate e digiunate” è “*vivere parvo*”, che significa: “Siate distaccati da tutto ciò che non è assolutamente e immediatamente necessario. Mangiate e bevete solo il minimo strettamente necessario, ricordate che la quantità cambia la qualità – e che le necessità di ogni individuo sono diverse”.

Se questo percorso porta alla Felicità Eterna (la consapevolezza della Giustizia Assoluta) come insegnato da Gesù, Buddha, Lao Tzu e molti altri, allora tale consapevolezza non è forse alla portata di tutti? La civilizzazione scientifica e tecnologica è l'incubo che si avvera della folle e insaziabile avidità umana. Tutti i saggi dell'Oriente moderno gli si sono opposti: Gandhi, Aurobindo, Tagore, Tensin Okakura, Mao-tse-tung e tutti i contemporanei grandi maestri non accademici e non ufficiali della filosofia, della moralità e della tradizione come M. Taniguchi, S. Yasuoka e I. Tsuneoka. Essi sarebbero tutti d'accordo con il dr. Francis Magendie, che ha scritto: "Se non ci fossero dottori nè ostetriche, l'uomo avrebbe una salute molto migliore, e sarebbe molto più felice". Anche in Occidente molti pensatori, come Thoreau, Rousseau e Edward Carpenter, hanno visto i difetti della via occidentale (“soggiogare la natura”).

Se Cristo ritornasse in questo mondo di abbondanza ed eccessi, dove mangiamo e beviamo soltanto per soddisfare i nostri desideri, rimarrebbe allibito. Credo che per prima cosa abolirebbe immediatamente tutte le chiese e svestirebbe degli abiti sacri tutti i monaci “grassi come monaci”². E senza dubbio, se gli capitasse di osservare le persone a passeggio sulla Fifth Avenue a New York direbbe loro: “Mangiate troppo! Mangiate anche cibi importati e fuori stagione. Oh, figli e figlie di vipere! Voi pregate: ‘Dacci oggi il nostro pane quotidiano’, eppure ne mangiate solo una fetta accompagnata da una spessa porzione di manzo. Vi ingozzate di gelato e frutti tropicali, e li inaffiate con litri di caffè! E ciò che chiamate “pane” è sbiancato e sterilizzato con sostanze chimiche, e impastato meccanicamente a partire da una farina priva di vita e ultra-raffinata. Volete suicidarvi? Volete raggiungere l'Inferno a qualunque costo, il più velocemente possibile? Siete così ignoranti, arroganti,

² espressione francese; noi diremmo “come vacche”. [ndTrad.]

pazzi? Fermatevi! Avete dimenticato l'Ordine dell'Universo e avete violato l'ordine dell'uomo. Prendetene coscienza: *mea culpa, mea culpa. Colpa mia!*"

L'incertezza, la paura, il pericolo e l'angoscia che regnano nella civiltà moderna – gloria della scienza e della tecnologia – sono i mali che tanto tormentarono Re Mida. Come ricorderete, ogni cosa che toccava si tramutava in oro, rendendogli impossibile alimentarsi. Similmente, la civiltà occidentale è controllata (o così appare) dalla materia. Materializzazione assoluta significa però assoluta immobilizzazione, e quindi la morte. La vita, al contrario, è infinita mobilità, una trasformazione senza fine.

Lao-Tzu disse: "Uno genera due; due genera tre; e tre genera tutte le cose". Vorrei essere il suo interprete per voi. "Uno, l'Infinito, inizio senza inizio, genera due poli - Yin e Yang — eterni antagonisti, che in virtù di tale antagonismo sono fortemente attratti l'uno dall'altro. Dovunque si incontrino, ne deriva uno scontro estremo; e da qui nasce un terzo antagonista. È in questo modo che sono creati tutti i fenomeni (visibili e invisibili). Necessariamente, tutte le creazioni conseguenti sono via via più complesse e differenziate. Ecco perché le nostre vite sono eccitanti e piene di conflitti; alcuni ascendono e altri cadono, il primo diventa l'ultimo, il più forte diventa il più debole, e questa guerra perpetua continua senza fine. Questo è l'ordine della vita umana in questo mondo finito.

Due poli, Yin e Yang, generano energia elettromagnetica. Questa energia produce particelle subatomiche, che si condensano in atomi. Questi primi atomi si moltiplicano (multipli isotopi ci rivelano le transizioni da un tipo di atomo a un altro). Infine, gli atomi si organizzano in differenti molecole, e queste in organismi secondo l'ordine universale dell'Uno infinito. Non c'è conflitto.

Tutto procede senza intoppi, in modo semplice e naturale. E qui sta il segreto più prezioso: la trasmutazione può essere realizzata senza sforzo attraverso l'applicazione della legge di Yin e Yang, il Principio Unificante della filosofia dell'Estremo Oriente. Se si applica il Principio Unificante nella vita di ogni giorno, vi saranno pochissimi conflitti, difficoltà, incertezze e paure. Le piante vivono in pace, senza discutere e lamentarsi. Anche gli animali vivono amichevolmente la maggior parte del tempo. Certo, ingaggiano temporanee battaglie, ma non mostrano mai nessuna aggressività sistematica volta alla totale distruzione del nemico, all'annientamento di milioni di esseri o alla sterilizzazione del pianeta.

La civiltà occidentale contempla un mondo ideale in cui ciascuno può soddisfare a volontà i propri desideri dei sensi. In Oriente, d'altro canto, ci si prefigura una vita di *cooperazione con la natura e con gli altri uomini*. La religione, la filosofia e miriadi di forme d'arte sono i fiori della cultura orientale, laddove la forza, la

tecnologia e il dominio del mondo sono i fiori della civiltà occidentale (il cui bocciolo è la bomba all'idrogeno).

Negli ultimi 100 anni, è vero, gli orientali, e specialmente i giapponesi, hanno abbandonato e dimenticato il Principio Unificante. Ai nostri giorni non esiste in Giappone nessuna istituzione ufficiale per la sua diffusione, mentre un tempo tutte le scuole lo insegnavano, e così è stato per migliaia di anni. La vita stessa era considerata un'aula perpetua in cui si poteva apprendere il Principio Unificante e l'Ordine dell'Universo.

L'ideogramma cinese che designa la civiltà occidentale è erroneo: "Il mondo illuminato dalla luce della filosofia (cioè: il Principio Unificante che ci mostra che tutti gli antagonismi sono complementari)". Forse la sottesa visione del futuro era molto chiara. Ma per come stanno le cose oggi, l'Ovest dovrebbe piuttosto essere rappresentato da figure che rappresentano "il mondo bruciato dalla torcia della tecnologia (cioè a dire materialismo, dualismo e ateismo)".

Paura dei virus, del cancro, della malattia mentale, del crimine, dell'invasione – la paura è il segno distintivo della civiltà scientifica e tecnica occidentale. Ma può questa civiltà continuare ad accusare gli altri, gli estranei, di essere i responsabili, con allarmati annunci di epidemie di "influenza asiatica" o di "complotti comunisti"? I mali della società e degli individui non sono prodotti dell'ambiente esterno. L'Occidente stesso li ha creati, incluso il cancro. Il cancro è autogeno, autoprodotta. Ma l'occidentale è incapace di percepire i suoi errori. Perché? Perché questi errori sono troppo vasti! E quali sono? I dualismi – dualismi analitici e meccanici. Dualismi materialistici ed egocentrici!

Dal tempo di Aristotele, e specialmente dal tempo di Cartesio, i problemi immateriali sono stati ignorati. L'uomo occidentale si è interessato solo della materia, sempre più dimenticando la non materia, fino al punto da negarne del tutto l'esistenza! È giunto a credere che tutti i problemi potessero essere risolti attraverso l'identificazione analitica delle loro diverse componenti. Ma la chimica e la fisica hanno scoperto che le molecole chimiche non sono i componenti ultimi di questo mondo; che nemmeno gli atomi lo sono, a dispetto dell'antica definizione di Democrito; e che, in effetti, gli atomi e le particelle subatomiche da cui sono costituiti derivano da sorgenti di energia *la cui origine è assolutamente sconosciuta!* Quest'ultima scoperta ha gettato nello smarrimento l'intera ricerca scientifica. Il professor P. W. Bridgman, per esempio, si è suicidato all'età di 79 anni, quando la sua "ordinata" idea del cosmo è stata sconvolta da questa scoperta.

La medicina occidentale, che ha avanzato funambolicamente aggrappata ai principi della fisica e della chimica, è completamente

inerme dinanzi al numero sempre crescente di malattie "incurabili": cancro, allergie, malattie mentali, disturbi cardiaci e così via. La moderna medicina occidentale ha creduto che la base fondamentale della vita potesse essere trovata a livello chimico, cioè al livello dello strato dell'elettrone esterno dell'atomo. Ma la verità è ben diversa! Le radici della vita vanno molto più a fondo, al livello del nucleo e oltre. Gli esperti moderni stanno ricercando il meccanismo vitale nella risonanza elettromagnetica, nella centrifuga elettronica, nella trasmutazione naturale e biologica. Ma se anche riuscissero a tirar fuori dal nulla un'immagine corretta della struttura ultrainfinitesimale della materia, non sarebbero mai in grado di determinare la natura di ciò che la anima; vale a dire, l'invisibile: la Vita stessa.

La storia ci mostra che, invariabilmente, tutti i grandi imperi e civiltà iniziano a declinare dall'interno. La responsabilità di questo declino deve poggiare sulla leadership, sul re o sul governo, la cui visione dell'ordine naturale delle cose guida il popolo. Pertanto, sono necessarie una fede e una volontà saldamente fondate su una corretta concezione della vita, del mondo e dell'universo.

Da oltre un decennio ci avviciniamo a una crisi straordinaria senza precedenti nella storia dell'uomo. La civiltà occidentale è avanzata troppo rapidamente, troppo materialisticamente. Si fermerà per meditare sull'origine della propria incertezza, della paura che possa scoppiare la guerra in qualunque momento, del timore che l'umanità intera venga divorata dal cancro?

Il cancro è autogeno. Se la causa fosse un virus, come potrebbero le persone in buona salute resistervi così facilmente? Riconosciuta l'esistenza dell'"immunità naturale", rimane il problema di spiegare tale immunità. Non se ne sa ancora nulla. Molti medici occidentali hanno dichiarato che il cancro è causato da un virus, ma nessuno conosce la natura di questo ipotetico virus, da dove viene, e come produce il cancro. Su un'altra linea, il governo degli Stati Uniti ha identificato le sigarette come responsabili del cancro ai polmoni, una conclusione basata *soltanto sulle statistiche*. Queste statistiche non prendono in considerazione le *abitudini alimentari* dei soggetti.

Eppure, la medicina statistica o virologica è libera di accusare chiunque o qualunque cosa di essere il colpevole.

In linea generale, i medici giapponesi occidentalizzati non accettano la teoria del virus. Per quanto ne so, solo il dr. K. Hasumi si è dichiarato a favore. Tutti gli altri attribuiscono maggior valore alla tesi dello stimolo ripetuto. Questa è stata la spiegazione più rispettata nel diciannovesimo secolo.

Ma che cos'è il cancro?

Il cancro non invecchia, non si ammala; si sviluppa, si arresta, dorme, si risveglia e riprende le sue attività. Ripete questi cicli

indefinitamente. Resiste, si adatta, trionfa. È la vita stessa! È cieca, meccanica volontà, cioè a dire insaziabilità, voracità, crescita incontrollata. Quindi è sbilanciato. Troppo del materiale e non abbastanza dell'immateriale. Perché questa disarmonia tra spirito e materia? Tutto ha una causa.

La causa del cancro è l'uomo dualistico e materialistico. Egli è come Re Mida che, realizzando il suo sogno più caro, mutava ogni cosa in oro. Il moderno Mida cerca di organizzare il mondo verso il soddisfacimento dei suoi ciechi desideri dei sensi, e il risultato è il cancro, che cresce ciecamente e indefinitamente, risposta al tocco distruttivo di un'umanità che ha abbandonato la propria anima in favore della dicotomia cartesiana e aristotelica. La quantità cambia la qualità. Re Mida ha perduto la sua prospettiva, e con questa il proprio orientamento! Egli non ha più percezione sensibile, non riesce più a trovare significato in una materia sovrabbondante. Invece ha trovato l'opposto: l'incertezza, la paura, l'angoscia, la guerra e il fiorente cancro.

Ora egli deve ascoltare, se ancora è in grado di udire. Riconosca la voce della civiltà metafisica, non-materialistica e morale che vive in cooperazione con la natura, operando consapevolmente secondo i principi e i teoremi dell'Ordine dell'Universo e del Principio Unificante, e riavrà nuovamente la sua prospettiva. Il moderno Re Mida riscoprirà un vero paradiso in cui egli è onnipotente, rispettato da Dioniso, dio del vino e del piacere, e perfettamente libero di godere i frutti del giardino in cui scorre il Pactolus con i suoi granelli di polvere d'oro. Soprattutto, al suo fianco ci sarà sua figlia Marigol, la fanciulla più bella e virtuosa del mondo.

Prima, però, il moderno Mida deve disfarsi delle sue orecchie d'asino che ancora preferiscono la musica dell'organo di Pan (simbolo del mondano terreno) a quella della lira di Apollo (che rappresenta la musica dei Sette Cieli). Altrimenti, le canne continueranno a ripetere con intonazione di scherno: "Mida, il Re Mida ha orecchie d'asino!". Altrimenti, la civiltà tecnologica occidentale non penetrerà mai il significato dell'Ordine dell'Infinito Universo.

Mille e un modi per curare il cancro

Ci sono “mille e un modi” per curare il cancro, utilizzando l’approccio medico-filosofico dell’Estremo Oriente. Lo stesso vale per tutte le altre malattie cosiddette “incurabili”.

Il Principio Unificante è la dialettica pratica e paradossale, espressa con le due parole Yin e Yang, che mostra come tutti gli antagonismi siano complementari e che permette di trasformare l’infelicità in felicità, la difficoltà in semplicità, l’inutilità in utilità, la malattia in salute, la tristezza in gioia — non per mezzo di una svolta psicologica alla maniera di William James, ma con mezzi logici, biologici e fisiologici.

"Assurdo! Ridicolo! Una favola!" Questo sarebbe il commento di Valery e Bergson.

Ma dopo tutto, la nostra vita non è di per sè una favola? Non abitiamo in un mondo di miracoli, come Alice nel Paese delle Meraviglie? Non viaggiamo forse attraverso lo spazio infinito a bordo di una gigantesca sfera rotante, all’incredibile velocità di 1.000 miglia all’ora? Eppure non siamo catapultati nello spazio! Non è miracoloso? Ciò che ci impedisce di cadere, secondo Newton, è la “forza universale di attrazione”. Ma che cos’è la forza universale? *Nessuno lo ha mai spiegato!* È una mera ipotesi. Inoltre, secondo le attuali teorie, questa forza formidabile è *inesistente nel regno nucleare*, cioè nella base fondamentale della nostra stessa esistenza.

E questo decisamente complica le cose. Se questa forza non esiste al livello basilare della nostra esistenza, come può ancora definirsi universale?

Ignorata dall’Occidente e quasi dimenticata dagli stessi orientali, la filosofia dell’Estremo Oriente dischiude orizzonti assai diversi da quelli della scienza e della tecnologia. Qui, vi sono meraviglie quali il Tappeto Volante e la Lampada di Aladino. Nel fantastico mondo di questa filosofia sono invece assenti la malattia (specialmente del tipo “incurabile”), le guerre disumane e il crimine. Incertezza, paura e cancro sono sostituite da luce, gioia e gratitudine verso tutto e tutti, in eterno!

In realtà, la differenza tra Est e Ovest è molto più profonda di quel che generalmente si crede. Essendo stato a contatto con l’Europa per più di cinquant’anni, io ne sono particolarmente consapevole. Per certi versi mi sento un completo estraneo in Occidente, sebbene risiedervi sia stato generalmente piacevole. Ma qualcosa sembra mancare. Questa civiltà è troppo meccanica, troppo artificiale, troppo sveglia, troppo massiccia, troppo rigida, troppo

simmetrica e geometrica – e nell'insieme troppo perfetta, brillante, fredda e disumana. Manca di favole!

*Shibu, wabi e sabi*³ sono sconosciuti in Occidente. Essenziali e fondamentali nel nostro modo di vivere, sono difficili da comprendere per le persone civilizzate. L'ambasciatore-poeta Paul Claudel, che amò il Giappone e la sua arte, ammise di non essere in grado di capirli, nemmeno intellettualmente.

La differenza tra Est e Ovest non è solo una faccenda di mentalità. La frattura, infatti, arriva molto più in profondità, al modo fondamentale di guardare l'universo. La differenza è come quella tra la realtà e una fotografia – l'una viva e l'altra morta. L'Oriente è molto più affettivo, indefinito, indiretto e intangibile, e insieme molto più profondo; le sue genti sono modeste, riservate, avvincenti, mentre gli occidentali sono più loquaci, orgogliosi e vanitosi. I primi sono come un bambino appena nato, pieno di fresca vitalità; i secondi come una donna matura che ormai conosce la sua strada.

La civiltà dell'Est è poetica – quella dell'Ovest prosaica. Poesia ed estetica mancano in Occidente: *wabi, sabi e shibu*.

L'Oriente è una terra di favole, un mondo di "mille e una notte", infantile e divertente. Noi lo preferiamo a una società immersa nell'incertezza e nella paura. Se un giorno verrete a farci visita, saremo completamente a vostra disposizione.

Il luogo di nascita del Buddismo è l'India. Pochi secoli dopo la morte di Buddha, il Buddismo si divise in due sette ben distinte: Hinayana e Mahayana. Quest'ultima è il Grande Veicolo o la Grande Porta, la via completamente aperta, grande, paradossale, libera, filosofica e cosmogonica (relativa all'origine dell'universo). L'altra è il Piccolo Veicolo o la Piccola Porta, la via limitata, scrupolosa, ordinaria, ricca di culti e di riti. Nessuna delle due esiste più in India! Entrambe sono state esportate, Hinayana a sud e Mahayana a nord.

Mahayana attraversò l'Asia, mise radici in Cina e da lì in Giappone, dove oggi è molto viva. E in effetti la maggior parte della filosofia e della medicina di origine indiana ha subito cambiamenti nel suo cammino attraverso l'Asia.

La parola "filosofia" in Oriente non ha niente a che vedere col suo equivalente occidentale. Per un occidentale, filosofia significa accumulo di conoscenza fisica, tecnica e metafisica, e quindi qualcosa di *relativo*. Per il suo fratello orientale, invece, filosofia indica uno studio dell'Ordine che ci dà la nascita e che governa tutte

³ Shibu significa "modesta eleganza" (nel senso di opposta al "glamour"). Wabi significa "completa solitudine" (opposta a "essere membro di un club"). Sabi significa "qualità di essere negli anni, o consumati dalla natura" (opposta a "nuovo di zecca"). (Queste sono tutte approssimazioni, essendo molto difficile o impossibile tradurle.)

le cose in questo e in ogni universo, ed è quindi trascendentale, *assoluto*. La filosofia occidentale è dipendente (o almeno influenzata) dalla conoscenza fisica e tecnica, che si esprime nelle scienze nucleari di oggi, smarrite in un mondo microscopico e infinitesimale: una impasse. La filosofia orientale, al contrario, è panoramica, *indipendente dalla conoscenza fisica*, e ricerca la comprensione dei principi regolatori dell'universo. Le scienze fisiche occidentali, fondate sul dualismo, dividono e suddividono interminabilmente, mentre in Oriente tutte le scienze e le filosofie sono dialetticamente unificate.

La medicina orientale è semplicemente un'applicazione della filosofia dialettica che considera ogni antagonismo come complementare. Essendo l'Infinito Universo la sorgente di tutti i fenomeni, salute e malattia sono entrambe manifestazioni dell'Ordine dell'Universo. Una malattia e i suoi sintomi non sono *violazioni* dell'Ordine dell'Universo, ma piuttosto la prova di *una mancanza di comprensione* dell'Ordine dell'Universo. Quindi, la cura deve essere educativa, piuttosto che riparatoria o sintomatica. Tale medicina educativa, necessariamente filosofica, era il fondamento dell'approccio di Gesù. Per gli orientali è naturale che egli avesse generalmente successo, nonostante la discutibilità di alcuni specifici "miracoli" riportati nei Vangeli cristiani. Per questa ragione, i casi di guarigione riportati nella Bibbia sono degni di studio da parte dalle menti scientifiche.

Claude Bernard, uno dei più grandi scienziati occidentali moderni, ci ha dato alcuni suggerimenti molto opportuni nella sua *Introduzione allo studio della medicina sperimentale*:

"Nel campo della scienza, nessuna opinione ha autorità assoluta."

"Non si deve voler difendere la propria opinione a ogni costo."

"La regola più importante per lo scienziato è essere sempre pronto a cambiare i suoi punti di vista, per sviluppare e ampliare il suo pensiero."

"Essendo la verità nelle scienze sperimentali relativa, la scienza può avanzare soltanto attraverso la rivoluzione e l'assorbimento delle antiche verità in una nuova forma scientifica."

"Non c'è spazio per l'autorità personale nelle scienze sperimentali. Una siffatta autorità impedisce il progresso della scienza."

"Una cieca riverenza per l'autorità personale nelle scienze sperimentali sarebbe una superstizione e costituirebbe un vero ostacolo a tutti i progressi."

"I grandi uomini sono precisamente quelli che hanno portato avanti nuove idee e spazzato via gli errori."

Se siete scienziati alla maniera di Claude Bernard, sarete certamente deliziati nel visitare il paese delle meraviglie dove la cosiddetta malattia è inesistente. Lì, le farfalle danzano tutto il giorno nella gioia di esistere, e gli insetti cantano tutta la notte per amore. Non prosperano dottori nè ospedali. Ogni malattia guarisce automaticamente. Nulla di simile a una guarigione “miracolosa” è ammesso. In effetti, se ci fossero malattie “incurabili” che non guarissero spontaneamente, *quello* sarebbe il “miracolo”!

Ma gli abitanti di questo paese delle meraviglie, essendo molto curiosi, infantili e amichevoli, nel corso degli ultimi cento anni hanno importato l'intera civiltà occidentale. Questo è costato caro: migliaia di migliaia di famiglie scomparvero. Riponendo la loro fiducia nella nuova medicina, che aveva preso il posto di quella antica tradizionale, essi sperimentarono risultati disastrosi. Più ricorrevano alla nuova medicina, più soffrivano. Quanto più velocemente venivano costruiti nuovi ospedali, tanti più nuovi pazienti arrivavano per riempirli. E via via che l'industria farmaceutica prosperava, cresceva al tempo stesso il numero di infermi e di defunti.

Dopo aver studiato e praticato senza sosta la nuova medicina, molti intellettuali e benestanti giapponesi hanno via via iniziato a respingerla completamente. Tanti sono ritornati alla via tradizionale (che non è più legalmente e ufficialmente riconosciuta). In numero sempre crescente sono ricorsi alla moxibustione, all'agopuntura e alle antiche tecniche cinesi. E sono avvenute guarigioni “miracolose”! Dopo molte decadi, si sta riscoprendo sperimentalmente la superiorità della medicina tradizionale. Sono stati recuperati, sorprendentemente, molti preziosi tesori, non ultimo la fonte di questa medicina “miracolosa”: la filosofia dialettica di Yin e Yang – gloria della civiltà orientale e fondamento delle grandi religioni dell'uomo. È qui che possiamo conoscere il modo per trovare la Libertà Infinita, la Felicità Eterna e la Giustizia Assoluta.

La rinascita dell'antico Giappone è iniziata con una rivalutazione della tradizione che si è sviluppata dalle civiltà dell'India e della Cina nel corso di oltre mille anni. Molti giapponesi stanno oggi riconsiderando questa filosofia-madre di tutte le scienze, culture e tecniche, e studiano con profonda gratitudine le opere degli antichi maestri, a lungo dimenticate, attraverso le quali la tradizione sopravvive.

Ma questi grandi maestri sono *completamente sconosciuti* in Occidente! Nonostante rappresentino l'anima delle genti d'oriente, essi sono incomprensibili per gli scienziati e i tecnologi dell'Occidente moderno. Io ho fatto molti sforzi, vivendo in Occidente per decenni, per rendere disponibile una forma semplificata e saldamente scientifica del Principio Unificante, ma ho incontrato ovunque incomprensioni quasi impenetrabili. Gli orientali hanno importato

facilmente e con piacere tutta la civiltà occidentale, essendo tale civiltà visibile, materialistica, tecnica e imitabile senza difficoltà. Ma la civiltà orientale, essendo filosofica, spirituale e invisibile, sfugge alla comprensione dell'uomo civilizzato. Tuttavia, è *essenziale* che Est e Ovest si comprendano l'un l'altro.

Perché una tale comprensione possa compiersi, ogni parte deve prima abbandonare la propria arroganza. Ciò può richiedere un alto prezzo: il totale fallimento, o anche la perdita della vita o del senno. Il comando senza tempo "Conosci te stesso" non può essere adempiuto come se fosse una ricetta. Dobbiamo capire che, secondo la filosofia orientale, *l'"ego" o "io" è una combinazione di ignoranza e arroganza*. I Maestri della filosofia orientale lo sanno e quindi rimangono in silenzio. Rifuggendo da ogni forma di pubblicità o attività promozionale, vivono modestamente con i loro allievi.

E così, i visitatori stranieri che li cercano incontrano grandi difficoltà, e i maestri che hanno una qualche reputazione sono tutti in varia misura europeizzati o americanizzati. I veri maestri si nascondono, spesso nel profondo delle montagne.

In questo anno 1963, per i miei settantuno anni su questo pianeta, ho deciso di trascorrere diversi mesi in Giappone, per la prima volta negli ultimi dodici anni. Una sera ho invitato a un incontro alcuni tradizionalisti giapponesi per riflettere assieme su ciò che si dovrebbe fare di fronte alle incertezze e alle paure che dominano il mondo civilizzato. Ecco un elenco parziale degli ospiti:

- T. Katayama, 76 anni, ex-primo ministro;
- Dr. K. Takahashi, 90, fondatore e direttore per oltre 50 anni del più grande ospedale otorinolaringoiatrico in Giappone;
- Dr. K. Hutaki, 90, Presidente Onorario dello Shuyodan, il più antico movimento morale e tradizionale;
- M. Hasunuma, 82, Direttore dello Shuyodan;
- T. Nishida, 93, leader del movimento Ittoen, il più vecchio gruppo religioso per i servizi di pubblica utilità;
- I. Tsuneoka, 65, ex-senatore, Presidente dell'Istituto Centrale;
- Sig.ra. R. Hiratsuka, 78, Presidente della Confederazione delle associazioni femministe giapponesi;
- M. Taniguchi, 72, Fondatore-Presidente della Casa Seicho, la più grande organizzazione moderna religiosa e morale in Giappone;
- S. Yasuoka, 65, Presidente di Siyuhkai, uno dei gruppi filosofici e morali più influenti;
- M. Nakano, 45, Segretario Generale della Organizzazione culturale internazionale.

Tutte queste personalità tradizionaliste giapponesi hanno risposto alla mia chiamata. Abbiamo discusso a lungo, e deciso di aprire un centro di informazione su tutti i movimenti culturali, morali e filosofici a beneficio di coloro che vogliono studiare la filosofia orientale come parte integrante della vita quotidiana del giapponese tradizionale. Primo punto sull'agenda sarà insegnare a curare le cosiddette malattie "incurabili" (cancro, allergie, diabete, disturbi cardiaci e mentali, ecc.) attraverso l'applicazione del Principio Unificante.

Il libro che state leggendo era stato concepito come un'introduzione a questo movimento internazionale.

Si è anche deciso di rendere disponibile un elenco di malattie "incurabili" che sono state curate, specialmente il cancro, descrivendo età del paziente, sesso, storia e recupero biologico e fisiologico. Naturalmente qui non c'è spazio per un elenco del genere, ma per tutti coloro che fossero interessati è prontamente disponibile una completa informazione. Per coloro che hanno la possibilità di visitare il Giappone personalmente, è anche possibile l'esame in loco di casi concreti.

Uno degli scopi di questo piccolo libro sarà raggiunto se avrà successo nell'introdurre all'Occidente i principi generali della filosofia-medicina orientale, un modo di vivere capace di guarire tutte le malattie dichiarate "incurabili" dalla medicina occidentale.

Cari amici civilizzati, questa medicina-filosofia può sembrarvi ancora oscura. Vi prego di pazientare e ricordare che inizialmente le teorie di Copernico, Galileo e Einstein furono anch'esse considerate incomprensibili. Soprattutto, non confondete il moderno Giappone, tecnico e industriale, imitatore del mondo civile, con il suo antenato tradizionale. Spirituale e invisibile, quest'ultimo rimane nascosto e raramente appare in pubblico. Ma se volete saperne di più leggete gli scritti di Lafcadio Hearn (1850-1905) che, da giovane reporter, ebbe la grande fortuna di scoprire il capolavoro dell'umanità: la donna giapponese!

Raccomando anche *Lo Zen e il tiro con l'arco* del professor Eugen Herrigel, un campione di pistola che ha abbandonato la sua arma "assassina" per l'arco giapponese. Il suo soggiorno di sei anni in Giappone gli ha regalato una profonda comprensione di sé attraverso l'applicazione dei principi dello Zen, il cui fondamento è il Principio Unificante dello Yin e dello Yang.

Miracoli

Esistono in Giappone più di quindici scuole diverse che si occupano di religione, etica, cultura e scienza fisica. Alcune insegnano come condurre una vita sana attraverso lo studio della tradizione e la pratica di varie forme di culto religioso. Altre insegnano tecniche sintomatiche semplici e pratiche per curare le malattie. Queste ultime non sono così interessate, come le prime, ai più grandi e complicati problemi dello sconvolgimento familiare e sociale.

Fondamentalmente le scuole possono essere suddivise come segue:

1. Scuola Culturale;
2. Scuola Filosofica (che studia le opere degli antichi saggi di Cina e Giappone);
3. Scuola Shintoista;
4. Scuola Buddista;
5. Scuola Spiritualista;
6. Scuola Psicica;
7. Scuola dei fachiri;
8. Scuola di Yoga;
9. Scuola di Ayurveda;
10. Scuola della Medicina di Gesù (da non confondersi con ciò che gli americani chiamano “Scienza cristiana”);
11. Scuola di Agopuntura e Moxibustione⁴
12. Scuola di Medicina Cinese;
13. Scuola di Massaggio⁴;
14. Scuola di Palm Healing⁴;
15. Scuola di Macrobiotica (alimentare, biochimica);
16. Varie altre scuole di moderni trattamenti sintomatici.

Diverse centinaia di migliaia di giapponesi fanno capo a queste scuole, i cui “guaritori” superano da due a tre volte il numero di medici “occidentalizzati”. Nonostante il numero di studenti-discepoli fosse probabilmente dieci volte più grande di quelli che aderivano ai metodi occidentali, *durante l’occupazione del Giappone il generale MacArthur ordinò il completo abbandono di tutte queste pratiche e discipline*. Queste antiche arti potrebbero presto andare completamente smarrite.

La maggior parte di coloro che sono venuti a imparare dai guaritori tradizionali sono ex-pazienti abbandonati dalla “medicina ufficiale”, o che non vogliono più spendere denaro inutilmente per

⁴ trattamento sintomatico.

assicurarsi cure inefficaci. Molti di loro erano giunti alla disperazione, perché i loro casi erano stati considerati terminali, e questo ha reso le successive guarigioni “miracolose”.

Il sig. M. Taniguchi, fondatore e presidente della *Casa Seicho*⁵ (casa della vita), è uno dei più stimati esperti giapponesi di filosofia orientale. I suoi seguaci sono milioni e ha pubblicato oltre cento libri. Editore di molte riviste mensili per più di trent’anni, possiede una sua casa editrice e tipografia ed è direttore di una scuola di dimensioni universitarie a Tokyo.

L’insegnamento di Taniguchi ha salvato innumerevoli “incurabili” ormai condannati, incluse vittime di cancro. Il suo metodo è etico e filosofico – in nessun modo sintomatico. Egli insegna che ognuno è nato libero, felice e saggio e che se fallisce la causa risiede dentro di lui. Per recuperare la salute, afferma, l’uomo deve solamente fondare da sé e per sé la propria libertà *attraverso la riflessione sulla propria origine, vale a dire la sua natura come figlio di Dio, dell’Infinito-Assoluto-Uno*.

Non si verificano forse altrettante guarigioni spontanee e miracolose anche in Occidente? Naturalmente. Ma i medici “scientifici” rifiutano di riconoscerne l’esistenza, perché ancora non ne comprendono il meccanismo! Sono interessati soltanto ai casi che ammettono l’analisi microscopica o la misurazione quantitativa.

Comunque, nel suo libro *Cancro* il dr. W. Nakahara, Presidente del Centro per il Cancro del Giappone, cita molti casi interessanti:

Esempio:

Il dr. L. Stuart, Chief of Pathology at Memorial Hospital of New York, che gode di una eccellente reputazione derivante da una pratica ultratrentennale come specialista dei tumori, ha operato una donna affetta da cancro all’utero nel 1946. Il caso era disperato e la donna fu abbandonata. Sei anni dopo, tuttavia, questa stessa donna fu visitata nuovamente dal dr. Stuart, che con suo stupore la trovò completamente libera dal cancro!

Esempio:

Nello stesso ospedale, che si trova nel quartiere ebraico di New York, un terzo delle pazienti di cancro sono ebreo. Negli ultimi dieci anni, la morte per cancro in queste pazienti è stata di soli 26 casi su 702, con un tasso di mortalità del 3.7%! In altre parole, più del 96% di queste donne ebreo sono guarite spontaneamente! Non è sorprendente?

⁵ oggi internazionalmente diffusa con il nome Seicho-No-Ie. [ndTrad.]

I "miracoli" esistono ovunque – o meglio, i miracoli esistono nelle menti degli ignoranti, che rifiutano di vedere oltre il guscio superficiale dell'apparenza, e tra costoro vi sono molti praticanti della medicina "scientifica".

Esempio:

Nel numero 13 di *Planete*, una rivista mensile parigina, un articolo di Roger Wybott intitolato "Una medicina diversa: l'Agopuntura" fornisce informazioni accurate su vita e opere di un francese di nome Soulie de Morant che, ancora molto giovane, passò vent'anni in Cina come Console Generale francese. Dopo il pensionamento, egli si prodigò per introdurre l'agopuntura in Europa. Lo incontrai per la prima volta nel 1930 e lo aiutai con la mia esperienza di praticante agopunturista, fornendogli oltre 2.000 pagine di documenti informativi. Sfortunatamente, quando ritornai in Europa nel 1956 dopo un'assenza di 23 anni, egli era morto.

Soulie de Morant dedicò trent'anni della sua vita all'introduzione di una pratica medica forestiera che oggi è ufficialmente esercitata in tutti gli ospedali nazionali francesi. Oltre 5.000 medici diplomati la utilizzano in Francia e Germania, e negli ultimi dodici anni i giornali parigini ne hanno parlato spesso e diffusamente.

È anche interessante la nota riguardante Roger Wybott, autore di questo articolo:

«Il nome Roger Wybott potrebbe sorprendervi. Egli fu Capo di Stato Maggiore dei Territori dalla fine della guerra fino al 1958. Nel 1948 era affetto da disturbi allo stomaco. Provò, invano, ogni tipo di trattamento. Il suo caso era inoperabile. Fortunatamente incontrò Soulie de Morant e la loro prima seduta di agopuntura lo guarì completamente. Da quel momento egli fece del suo meglio per diffondere questa medicina, pratica, provocatoria ed incredibilmente efficace. Il suo ultimo libro, *Culturel Fluids*, è stato appena pubblicato.»

Ogni giorno si verificano migliaia di "guarigioni miracolose", non solo in Oriente ma anche in Occidente. I dottori e i professori di medicina, tuttavia, hanno poco tempo per studiarle, inondati come sono da relazioni su nuove tecniche chirurgiche e prodotti chimici concepiti per contrastare il ventaglio sempre più ampio dei sintomi. Bisognerebbe ricordare che i fondi operativi per la ricerca medica provengono per la maggior parte dall'industria farmaceutica.

Esempio:

Un'interessante storia intitolata "Siamo ben curati?" è apparsa nel numero 169 (feb. 1960) della rivista *Realites*:

La signorina V. P., cresciuta in Marocco, aveva uno stomaco molto delicato. A 25 anni, dopo una serata in cui aveva bevuto tre cocktail, avvertì dei forti dolori all'addome. Questi "spasmi" o "morsi" erano accompagnati da vomito, coliche e febbre. Il suo dottore verificò metodicamente l'eventualità di febbre tifoide, dissenteria amebica e colibacillite. La sua diagnosi finale fu "colite", per cui le prescrisse disinfettanti intestinali, bismuto e una semplice dieta. Lentamente la signorina P. si riprese.

Via via, nel corso degli anni successivi, gli attacchi ritornarono ogni qual volta la donna deviava dalla propria dieta così che infine fu costretta, all'età di 35 anni, a mantenere stabilmente un regime che considerava austero: carne alla griglia, verdure cotte, niente frutta, niente di crudo, niente alcool, niente latte, niente pesce e niente salse. Questa la sua lamentela: "Sono obbligata a mangiare come un'anziana". Eppure la *guarigione* spontanea è avvenuta, come derivante da qualche causa sconosciuta...

Come detto, certamente nè a Est nè a Ovest mancano i "miracoli". Rimane ai veri scienziati, come Claude Bernard, investigare questi casi.

Eppure, negli annali della medicina ufficiale il numero di "incurabili" è straordinariamente alto. Molti pazienti seguono strade inutili e senza speranza per anni. Molti altri abbandonano disperati la medicina ufficiale e, se abbastanza facoltosi, visitano gli empori di imbroglioni e ciarlatani; oppure si mettono in un letto, aspettando la fine con un sentimento di solitudine, "abbandonati dall'uomo e da Dio". Poi ci sono i malati mentali, che superano di gran lunga quelli affetti da malattie fisiche. Nonostante i grandi passi avanti della medicina moderna, ci sono molti più pazienti abbandonati e senza speranza in Occidente che in Oriente.

Conosco una dottoressa parigina che possiede un lussuoso stabile nel cuore della città, completo di sala per ginnastica estetica, aula convegni e ambulatorio. Costei rappresenta la medicina ufficiale francese in vari congressi internazionali, e tiene conferenze in ospedali e università. Ma quando la incontrai soffriva di una malattia "incurabile" alla vescica da oltre vent'anni! Naturalmente aveva provato tutte le terapie sintomatiche disponibili, ma invano.

Pensate: un famoso dottore che non riesce a curare sè stesso in venti anni! Incredibile!

Mia moglie ed io fummo invitati a restare come suoi ospiti per vedere cosa avremmo potuto fare per assisterla. Dopo solo dieci giorni della cucina macrobiotica di Jotsuna, *lei era completamente*

guarita. Per la prima volta in 23 anni, neppure un microbo nella sua urina!

Questa dottoressa aveva due ville, una vicino Parigi e l'altra nel sud della Francia. Fu molto gentile con noi, e ci invitò a restare tutto il tempo che volevamo. Ma ce ne andammo nel momento in cui lei guarì, perché non volle interessarsi alla filosofia della nostra medicina. Forse aveva abitudini troppo consolidate...

Ricordo molto bene un giorno in cui mi presentò alcuni pazienti. Il primo era un signore di circa 45 anni che, disse, era suo paziente da diciassette, e soggiunse: "È così debole che ha bisogno di trattamenti una o due volte al mese". Incredibile – 17 anni con la stessa malattia! La medesima situazione c'era col secondo paziente, con il terzo, il quarto – erano tutti "vecchi" pazienti.

Ero sconvolto. Seconda la nostra filosofia della medicina, è impensabile che un maestro si ammali, eccetto per un comune raffreddore ogni dieci anni o giù di lì. È ugualmente inimmaginabile che egli non sia in grado di curare sè stesso di *una qualunque cosa*, foss'anche una verruca. Come potrebbe ammalarsi un maestro che insegna pubblicamente metodi di guarigione e per tenersi in forma? Che frode! Che truffa! In Giappone un tale ciarlatano avrebbe dovuto eseguire la sua propria giustizia: harakiri!

Negli Stati Uniti e in Francia quasi l'intera popolazione sopra i quarant'anni soffre di una o più malattie croniche. Gli ospedali nascono come funghi dopo la pioggia, indicando chiaramente la malattia delle nazioni — anzi, della civiltà stessa. Quanti tra quei quarantacinquenni sono costretti a patire diciassette anni di estenuanti trattamenti?

Eppure, secondo la medicina ufficiale, i globuli rossi si rinnovano completamente ogni 10 giorni, attraverso un processo di distruzione e sostituzione al tasso di 2.000 al secondo (nota Ed.: recenti studi sembrano indicare che ciò avviene in circa 3 mesi). Anche le cellule ossee si rinnovano in pochi mesi. Perché, allora, non si dovrebbe poter guarire o quantomeno migliorare grandemente la condizione di un paziente in dieci giorni (o al più in tre o quattro mesi) alterando la composizione del suo sangue attraverso un cambiamento nell'alimentazione? Questo è ciò che vado praticando da cinquant'anni. E le guarigioni "miracolose" che ho determinato sono semplicemente fatti fisiologici, biologici e biochimici.

Né i miei risultati sono isolati. Molte altre guarigioni sono state operate da maestri filosofi dell'Oriente, e molte di più sono occorse spontaneamente.

Nel frattempo, il numero di malattie "incurabili" cresce ogni giorno.

Su un recente numero del "New York Herald Tribune" è apparso un lungo elenco di tali malattie croniche e senza speranza:

allergie, disturbi cardiaci e circolatori, cancro, ecc. Coloro che soffrono di una sola singola allergia (febbre da fieno) ammontano negli Stati Uniti a 30.000.000! Nel 1961, riconoscendo le necessità del momento, un congresso nazionale di medici specialisti americani ha dichiarato dopo lunghe deliberazioni che occorrerebbe concepire una medicina “divina”, tale da soppiantare i metodi attuali. Io vorrei suggerire una prova di almeno dieci giorni della filosofia-medicina orientale che ho dimostrato per tanti anni, e che può guarire i milioni e milioni di malati mentali e la società stessa con le sue moderne guerre spontanee, che sono solo un sintomo della malattia morale collettiva dell’umanità.

Gettiamo uno sguardo su un altro mondo, un mondo di meraviglie. Consideriamo il pesce dell’oceano che non invecchia né si ammala, mai conoscendo l’incertezza o la paura delle bombe a idrogeno. Osserviamo le farfalle, gli insetti e gli animali terrestri che non hanno mai bisogno di dottori, ospedali o farmacie. Il loro segreto, il segreto di vivere in cooperazione con la natura, deve essere fatto conoscere ai medici occidentali così che la terapia dell’intera popolazione di questo pianeta, sventuratamente sofferente, possa essere migliorata. Dobbiamo farla finita con l’arroganza e l’irresponsabilità nella moderna pratica medica che hanno causato più morti delle guerre. Non dobbiamo più avere dei dr. Schweitzer, che un momento insistono sull’importanza della vita e il momento dopo uccidono miliardi di microrganismi. Dobbiamo far cessare questo irragionevole accanimento sui sintomi.

Invece, riflettiamo profondamente. Che cos’è la vita, da dove viene, dove va?

Ogni cosa può essere realizzata mentre si amano i propri vicini e anche i propri “nemici”. Il microbo può essere il nostro benefattore, insegnandoci dove abbiamo sbagliato. Ciò di cui oggi abbiamo davvero bisogno è una pratica e logica filosofia dell’amore che possa essere applicata efficacemente alla vita di ogni giorno. La “divina” medicina che cerchiamo è la medicina dell’amore.

Medicina sintomatica e medicina fondamentale

Nel 1849 Claude Bernard disse ai suoi studenti: "Signori, la medicina scientifica che mi accingo a insegnarvi non esiste".

In questo mondo finito, limitato e relativo vi sono a tutti i livelli due antagonisti: Yin e Yang (centrifugalità e centripetalità), femmina e maschio, donna e uomo, freddo e caldo, oscurità e luce, morte e vita, tristezza e gioia, odio e amore, spirituale e materiale, debole e forte, dietro e davanti. Quando osserva i due lati dei fenomeni *senza vedere la loro unità*, l'uomo diventa dualista. L'antagonismo insiste in ciascuno dei nostri livelli relativi di giudizio: cieco, sensoriale, affettivo, intellettuale, sociale e filosofico. In realtà, questi antagonismi sono la "testa" e la "croce" della stessa moneta. Gli estremi dell'antagonismo "si toccano" e si confondono l'un l'altro. *All'estremo dell'amore c'è l'omicidio dell'amato!!* Per quanto ciò appaia contraddittorio, sono proprio contraddizioni di questo tipo che animano il mondo e dalle quali l'uomo lotta a tutti i costi per salvarsi. La maggior parte degli uomini conclude la propria esistenza ancora confuso dagli enigmi della vita.

Consideriamo, ad esempio, la ricchezza e la fama. Gli uomini le cercano disperatamente per anni e anni. Dopo averle alla fine ottenute, si svegliano una mattina e trovano i loro sogni infranti. Sono divenuti schiavi della propria opulenza, sono minacciati di omicidio, attaccati a causa della notorietà oppure vittimizzati dall'invidia che il loro successo ha suscitato.

Per comprendere e apprezzare questa contraddizione, occorre giungere a scoprire il Giudizio Supremo. Questo è lo scopo esplicito della filosofia orientale con il suo concetto di monismo polarizzabile. Curiosamente, questa filosofia di logica dialettica è stata completamente ignorata dalla gran parte del mondo occidentale per quasi 2.000 anni – a dispetto del fatto che *la civiltà celtica era basata su di essa*. La civiltà moderna, che ha colonizzato quasi tutto il mondo, è basata sulla logica formale: relativa, concettuale e materialistica. Tutte le menti esclusive e quindi alienate appartengono a questo gruppo, e solo raramente sono – se mai lo sono – in grado di liberarsi quanto necessario per potere afferrare il concetto di monismo. Tutti coloro che vedono o credono in *un lato solo* della medaglia (buono o cattivo, corpo o anima, sentimentale o intellettuale) sono dualistici, esclusivi e litigiosi. Soltanto coloro che realizzano che entrambi i lati di tutti i fenomeni, visibili e invisibili, sono fronte e retro o inizio e fine di un'*Unica Realtà* possono abbracciare e accogliere ogni situazione antagonistica, vederne la complementarità e aiutare gli altri a fare lo stesso, stabilendo così

pace e armonia. Tutti quelli che sono litigiosi, tutti coloro che trovano intollerabile *una qualsiasi cosa* in questo mondo, sono dualisti. E fintanto che rimangono tali, non conosceranno mai la pace.

La pace non può essere ottenuta su base collettiva. Essa non dipende dagli altri. È individuale e personale, ed è un altro nome per Perfetta Salute, Felicità Eterna e Libertà Assoluta, che sono tra loro identiche, e può anche descriversi come la capacità di trasformare la malattia in salute (e viceversa), l'infelicità in felicità (e viceversa) e la schiavitù in libertà (e viceversa). Chi non può farlo non conosce la pace assoluta. E se continua a vivere in un tale isolamento schizofrenico dalla propria vera identità, morirà inevitabilmente nell'incertezza e nella paura – anche al riparo di una fortezza inespugnabile difesa da 90.000 bombe idrogeno.

E poi, c'è – il *cancro*.

Le genti civilizzate considerano questa malattia (un fenomeno naturale) la più terribile disgrazia che abbia mai colpito la società umana. Questo atteggiamento di folle paura è esclusivo, solitario ed egocentrico, indica una mente chiusa e un corpo rigido, e ricorda il comportamento di un gattino con la schiena arcuata e il pelo eretto di fronte a un cane ostile. Tale paura (il davanti) e ostilità (il dietro) aumentano sempre di più per tradursi infine in azione aggressiva. Mobilitando tutti i mezzi fisici e intellettuali a sua disposizione (moralì e immoralì) per distruggere il suo terribile nemico, il cancro, l'uomo rischia non meno che la propria simultanea distruzione, dal momento che il suo cancro e il suo organismo si nutrono alla stessa fonte. Sono gemelli siamesi che condividono lo stesso cuore.

I popoli non civilizzati che studiano e applicano la filosofia monistica dialettica rimangono anch'essi attoniti alla comparsa del cancro. Ma non provano paura, nè ostilità. Invece, reagiscono come farebbe un bambino allegro, sorridente, innocente, che ha sempre ricevuto tanto per cui essere grato. E che ora è dispiaciuto per aver causato tanti guai. Questa è la risposta delle genti non civili verso il loro padre universale, il Tao: l'Ordine dell'Infinito Universo. Quando sono ammoniti per mezzo del cancro, esaminano sè stessi a fondo per capire che cosa hanno fatto per meritare questa reprimenda. Essi sanno che niente di spiacevole o doloroso si produce senza necessità, ma che al contrario è dato tutto ciò che è necessario, utile e gradevole: da mangiare e da bere, il sole, la luna, le stelle, le montagne, l'aria fresca, l'acqua, i pesci, i fiori, gli atomi, lo spazio infinito e il tempo. È tutto donato gratuitamente. Come possiamo non accettare ogni cosa con la più profonda gratitudine? Che sciocchi siamo a protestare.

Non esiste giorno senza notte. Il bel tempo si apprezza solo nel confronto col cattivo. Il freddo dell'inverno è indispensabile per la germinazione della vita vegetale. Sin dall'inizio dei tempi nulla è stato

inutile o distruttivo, ma tutto – nel corso di miliardi di anni – ha contribuito all’abbellimento di questo pianeta dove oggi viviamo così felicemente. Noi abbiamo tutto quello che ci serve. Soprattutto, abbiamo la vita, quel miracolo la cui struttura e funzione ancora non comprendiamo. Siamo incerti sulla natura della memoria, che ci consente di pensare e di giudicare. Ci interroghiamo sul meccanismo che ci permette di esprimere e tradurre i nostri pensieri in forma di azione. Abbiamo scarsa comprensione della stessa comprensione.

I popoli non civilizzati mantengono una completa fiducia nell’Ordine dell’Infinito Universo, che è il loro creatore e la loro sorgente di Giustizia Assoluta. Non sentono nessun bisogno di protestare. Se accade qualcosa che inizialmente trovano in qualche misura difficile da accettare, hanno solo bisogno di riflettere e ragionare per determinare il vero significato della situazione. Essi meditano, dimenticando di mangiare, bere o anche di dormire. Notte e giorno riesaminano gli eventi in termini di Yin e Yang. Distaccati da ogni cosa, dall’abbondanza e dall’abuso, allora il Supremo Giudizio si rivela, scintillante come il sole attraverso uno squarcio tra le nubi.

Una mattina si svegliano e sono di nuovo felici, gioiosi e coraggiosi. Sono vitali come bambini appena nati, e ugualmente liberi dalle malattie. Hanno guarito se stessi, come può fare chiunque – anche delle cosiddette malattie “ereditarie”, che sono solo le ipotetiche invenzioni di dottori incapaci che non sanno spiegarne l’effettivo meccanismo (e anche, spesso, curarle). Quando scopriamo la causa di una malattia possiamo sempre curarla. L’idea di “malattia ereditaria” è indicativa di una visione pessimistica della vita secondo la quale non possiamo mutare la malattia in salute.

Quando si è distaccati da ogni cosa, specialmente dal mangiare, si è distaccati da tutte le malattie, giacché si è quel che si mangia.

La nostra civiltà, una civiltà di abbondanza e di abuso, approva il consumo di grandi quantità di cibo. Una teoria della nutrizione vecchia di quasi cent’anni raccomanda non solo di ingerire migliaia di calorie ma anche di consumare una certa percentuale di proteine animali tutti i giorni. Eppure, centinaia di milioni di persone non civilizzate in Asia hanno vissuto felicemente da vegetariane per *migliaia* di anni.

L’uomo è libero. Egli può nutrirsi di esseri indifesi sconfitti, deboli, innocenti. Forse questi sono nati per alimentare il forte, come affermano i sostenitori della “sopravvivenza del più forte”. Bene, a ciascuno il suo – il menu di un uomo può essere vario quanto i suoi capricci.

Ma vorrei darvi alcuni consigli. È la conclusione che ho raggiunto dopo cinquant’anni di studio e insegnamento del Principio Unificante della filosofia dell’Estremo Oriente, che nella mia opinione

è la chiave verso la consapevolezza del fatto che noi ci troviamo in ogni momento nel Regno dei Cieli. Esso può mettervi in condizione di immunizzarvi per tutta la vita contro ogni malattia – incluse cancro e malattie mentali. Il segreto è molto semplice: evitare le proteine animali quanto più possibile, ed evitare completamente lo zucchero raffinato.

Zucchero raffinato ed eccesso di proteine animali sono le due cause principali di tutte le nostre disgrazie!

Potete consumare proteine animali in piccole quantità. Ma non dimenticate che, in accordo agli insegnamenti degli antichi saggi, miliardi di asiatici in Cina e in India hanno vissuto bene senza proteine animali per molte migliaia di anni. Si può vivere senza carne e pesce. Nessuno dei due è necessario. Ma ripeto, potete mangiarne per motivi di piacere. Tuttavia, limitatene il consumo se volete preservare la vostra salute fisica e mentale. Imparate come *moderare* i vostri desideri animali e sensoriali.

Dopo aver studiato e insegnato la medicina e la filosofia tradizionali orientali per cinquant'anni, e avendo osservato come questa medicina "proibita" abbia guarito migliaia di pazienti disperati, abbandonati, "incurabili", ho imparato il segreto della salute e di una vita perfetta. Ecco, dalla mia esperienza, un elenco di suggerimenti importanti:

1. Sopprimete completamente lo zucchero dalla vostra dieta.
2. Imparate che è possibile vivere senza essere carnivori.
3. Alimentatevi primariamente di cereali integrali, verdure, fagioli e alghe marine — tutti il più interi possibile.
4. Mangiate il meno possibile degli altri cibi (*vivere parvo*).
5. Limitate al minimo l'assunzione di liquidi.

Seguite queste istruzioni per una, due o tre settimane. Vedrete i risultati su voi stessi.

Prima di lasciare questo argomento, vorrei aggiungere che lo zucchero commerciale industrializzato non è assolutamente necessario; l'uomo è vissuto senza di esso per *migliaia* di anni. Esiste solo per il piacere; e il piacere, essendo regolato dal nostro inferiore livello sensoriale di giudizio, ci attrae spesso verso grandi pericoli.

Alcune persone trovano la carne deliziosa. La nostra civiltà di abbondanza e abuso ce ne fornisce molta, e le tesi nutrizionali che oggi vanno per la maggiore la raccomandano fortemente. Ma in punto di fatto, la carne e le altre proteine animali non sono affatto "assolutamente necessarie". Si può vivere senza. Tutti gli animali possono produrre le proteine peculiari alle loro specie, anche quando essi mancano di una fonte di azoto — organica o inorganica. Sono tutti dotati della capacità di trasmutare il carbone e l'ossigeno in azoto (v. *Transmutations Biologiques* di Louis Kervran, 1962, Maloine, Paris).

Se, in accordo con le moderne teorie nutrizionali, consumiamo grandi quantità di proteine animali, perdiamo la capacità di produrre da noi le nostre particolari proteine. Questa è una perdita netta in termini di adattabilità – in altre parole, una diminuzione in vitalità e indipendenza. (Lo stesso vale per l'insulina e la vitamina C. Un eccesso di vitamina C, inoltre, può provocare il cancro). Le proteine sono prodotte dal corpo con i materiali in eccesso che altrimenti sarebbero inutili, apparendo sotto forma di deposito come unghie, verruche o pelle in rapida crescita, specialmente sulla pianta del piede. Il cancro è il deposito di eccesso che esplode, e più avanti esamineremo questo fenomeno in profondità. Ma per adesso ritorniamo a parlare delle persone civili che, essendo molto istruite, ansiose e disfattiste, mobilitano tutti i mezzi scientifici e tecnici a loro disposizione per distruggere i sintomi. Portano così tutto verso una tragica fine, inclusa quella della loro stessa esistenza.

La medicina palliativa è indifferente alle cause, ed esamina soltanto gli aspetti superficiali. Rifiuta di coinvolgere il paziente, cioè la causa della malattia. Di conseguenza, posso affermare una volta e per tutte che *la medicina sintomatica non curerà mai il cancro*. Né curerà davvero *nessuna* malattia, nemmeno il comune raffreddore.

I popoli non civilizzati, umili e modesti, inclini all'autocritica e alla fiducia nell'Ordine dell'Infinito Universo, cercano in sé stessi la causa delle loro avversità. Quindi, trovano l'errore, lo correggono e ristabiliscono la salute e la pace. Per fare ciò usano un metodo estremamente semplice – preghiera e digiuno. Pregare è vedere ogni cosa in termini di Yin e Yang, la Giustizia Assoluta dell'Infinito Universo. Digiunare è abiurare gli eccessi, specialmente di proteine, sgravando i reni e il fegato, alleggerendo così l'intero organismo. Com'è semplice questa essenza della medicina fondamentale, divina e onnipotente!

Popoli del mondo occidentale, perché siete ciechi alle cause della malattia e dell'infelicità umane? Perché vi affidate a mezzi distruttivi che eliminano soltanto i sintomi superficiali e transitori? Perché non capite che questi sintomi, repressi solo temporaneamente, sono costretti a riapparire ancora in forme infinitamente diversificate?

Consideriamo il diabete: la medicina sintomatica lo diagnostica come un'insufficienza di insulina. Quindi, i dottori raccomandano iniezioni di insulina. Non è semplicistico e infantile? I medici non si preoccupano della causa di questa insufficienza. L'ipoinsulinismo (diabete) (elevato zucchero nel sangue) è sempre preceduto da iperinsulinismo (ipoglicemia) (basso zucchero nel sangue). Se introduciamo regolarmente e abbondantemente insulina da una fonte esterna, il pancreas diverrà sempre più pigro e alla fine

perderà completamente la propria capacità di generare insulina, come un bambino viziato abituato a ottenere tutto quello che chiede.

Consideriamo un secondo esempio: verruche e calli del piede, entrambi escrescenze, sono masse di proteine in eccesso. *Inesistenti nei vegetariani*, colpiscono più le femmine che i maschi, il che significa che *le femmine hanno una più grande capacità di produzione proteica dei maschi e devono astenersi più strettamente dall'assunzione di cibo animale*. La completa soppressione delle proteine animali dalla dieta determina la scomparsa in pochi giorni di verruche e calli senza terapie palliative o sintomatiche. Così è anche per ogni altra formazione tumescente causata da un eccesso di proteine. Ho personalmente osservato il caso di una giovane che si sbarazzò di circa duecento verruche su gambe e piedi seguendo per sole tre settimane le raccomandazioni della nostra filosofia-medicina, senza nessun trattamento esterno. (Il cancro è, anch'esso, una crescita proteinica?)

Ed ecco un terzo esempio – la caduta dei capelli: a Londra, sui muri della metropolitana e altrove, ho visto spesso pubblicità di specialisti che dichiarano di conoscere il rimedio contro la caduta dei capelli. Eppure la calvizie è molto comune in Inghilterra. Perché? Qual è la causa?

La civiltà scientifica, incurante dell'evidente differenza tra europei e asiatici, non ha mai ricercato il meccanismo che produce i peli del corpo. Ma come mai gli europei, pur essendo più capelluti, sono anche più afflitti dalla calvizie? Perché nessuno ha mai notato il fatto significativo che *gli orientali consumano pochissime proteine animali?*

Gli animali erbivori selvatici devono cercare costantemente fonti vegetali di energia. Variazioni locali e stagionali e altre circostanze biologiche e bioecologiche limitano drasticamente il loro approvvigionamento alimentare. Ma possedendo fortunatamente delle funzioni adattive che si sviluppano in proporzione inversa alla povertà dei loro viveri, essi sono in grado di costruire le proteine necessarie alle loro specie. Questa grande capacità produttiva, variabile ed elastica, si differenzia in funzione dell'approvvigionamento di azoto e delle complessive condizioni di vita. In particolare, in inverno, quando il cibo vegetale spesso diminuisce, vengono prodotte più proteine, mentre in estate, che generalmente è un tempo di abbondanza, tale produzione è ridotta.

Yin produce Yang e Yang produce Yin. Questa è una legge fondamentale della vita, completamente ignorata dalla biologia e fisiologia moderne.

Comprendete adesso perché gli animali selvatici crescono più grassi in un clima freddo, apparentemente ostile e sfavorevole. L'adattabilità dialettica di tutti gli animali selvatici permette una

maggior produzione di proteine durante l'inverno. Un altro modo di dirlo è che il freddo (che è yin) stimola l'adattabilità e la produttività (yang).

La scoperta umana del fuoco e del sale ha segnato l'inizio della civiltà. Fuoco e sale, due importanti fattori di yanghizzazione, hanno permesso all'uomo di ottenere a volontà dall'esterno calore ed energia. Di conseguenza, l'uomo ha perso una misura di resistenza al freddo, e alla fine è stato costretto a indossare degli indumenti. Naturalmente, più ne ha indossati, più è diventato sensibile al freddo. Questa è logica dialettica in azione dinamica: *maggior utilità, maggior inutilità*.

Fuoco e sale hanno diminuito le capacità adattive yang dell'uomo, incrementando al contempo il lato yin della sua natura, con il risultato di una maggior sensibilità, emozionalità ed esclusività. Divenendo sempre meno capace di produrre le proprie proteine, l'uomo – per ottenerle – ha iniziato a mangiare carne sempre più di frequente. Ma più proteine animali l'uomo consuma, più diventa dipendente dalle specie inferiori. Diventando sempre più inattivo (in altre parole, sempre più "civilizzato"), non caccia più né alleva bovini da sé. Lascia queste incombenze agli allevatori di professione.

Così, da una cosa nasce un'altra, e l'uomo perde quasi completamente la capacità di produrre proteine specifiche per la propria natura. Si appoggia più pesantemente sui prodotti animali, che sono "più saporiti" e più facili da digerire. Consumandone quantità sempre maggiori, il suo organismo è presto condotto verso meccanismi attraverso i quali le proteine in eccesso possono essere distrutte ed eliminate, riducendo così l'ostacolo, se non la minaccia, costituita dalle riserve di produzione di calore ed energia. Ma la scomposizione delle proteine è accompagnata da un significativo incremento dell'acidità extracellulare, che comporta una generale dilatazione di organi, tessuti e pelle. La rapida liberazione di energia si manifesta in modi immediati e repentini: relazioni litigiose e violente e/o relazioni sessuali eccessivamente frequenti, che yinnizzano l'uomo attraverso la perdita di energia e sale. In sostanza, ne consegue una yinnizzazione generale. La pelle, l'organo più facilmente dilatabile del corpo, perde la propria capacità di ritenere i follicoli piliferi: di conseguenza, cadono i capelli.

La causa principale e immediata della calvizie è l'eccesso di attività sessuale che, a sua volta, nasce da una dieta troppo ricca di carne (un'altra causa della calvizie è un eccesso di vitamina C, zucchero, potassio, fosforo, ecc (tutti fattori yin) che dilatano o yinnizzano i tessuti e la pelle).

Stabilita la causa della caduta dei capelli, la cura è estremamente semplice: soppressione totale dello zucchero e ridotta

assunzione di frutti, proteine animali, e altri fattori yin [nota Ed.: sebbene la maggior parte dei prodotti animali siano yanghizzanti nel breve periodo, nel tempo essi sono yinnizzanti, perché il sodio (yang) in essi contenuto lascia rapidamente il corpo, dopo di che i residui di proteine animali si convertono in acidi molto yin]. (Anche nove o dieci grammi di alga marina presi quotidianamente sono utili. I giapponesi ne utilizzano più di cento varietà – di cui wakame, hiziki e arame sono le più efficaci).

Tra le donne giapponesi, quelle che consumano alghe, utilizzano lo shampoo d'alga fatto dalla hunori e non mangiano carne, hanno capelli bellissimi che raggiungono molto spesso il metro e mezzo di lunghezza. Ancora oggi potete vedere le spesse corde fatte con i loro capelli centinaia di anni fa. Queste corde vennero utilizzate per trascinare dei blocchi di pietra attraverso i campi e le montagne dalle province settentrionali verso Kyoto, la capitale buddista, dove servirono per costruire l'enorme cattedrale Honganji, vicino alla stazione centrale. Oggi potete ammirare all'interno della cattedrale dieci rotoli di corde, ciascuna delle quali ha un diametro di 10 cm. e una lunghezza di molti metri, arrotolate come incredibili boa...

Eccovi così, sommariamente, la differenza di base tra la medicina sintomatica e quella fondamentale. Ma non fraintendetemi – io non sto negando completamente l'utilità delle tecniche sintomatiche. La nostra filosofia riconosce e delinea sette stadi di giudizio e comprensione, e la vasta maggioranza delle persone è intrappolata ai livelli inferiori; di fatto, al più basso, che noi chiamiamo meccanico o cieco. Per costoro, il trattamento sintomatico e palliativo è utile. Ma per coloro che vogliono vivere una vita lunga, completa, perfetta e divertente, e che desiderano realizzare i loro sogni più arditi con facilità, soltanto il settimo grado del Supremo Giudizio (coscienza cosmica) può bastare. La filosofia-medicina dell'Estremo Oriente vi servirà come una guida fedele e affidabile.

Una critica delle terapeutiche sintomatiche

Ci sono molte cose che non riesco a capire nelle terapeutiche della medicina sintomatica. Per esempio:

1. *"Il cancro non è nè un veleno nè un parassita che ci invade: esso è composto di cellule maligne e misteriose prodotte dai nostri stessi corpi."*⁶

Quantomeno la medicina occidentale ha scoperto che il cancro è autogeno. Eppure la scienza, così celebrata per la sua precisione ed esattezza, non è in grado di determinarne il meccanismo di produzione. Trovo questo fallimento difficile da spiegare.

Il dr. H., uno specialista giapponese, afferma che "la causa del cancro è il sale nel cibo, o forse il riso". Questo specialista è colpevole di un duplice e dualistico errore:

a. Nell'accusare il sale egli accusa il condimento utilizzato più comunemente sin dall'antichità in tutte le cucine del mondo, prima della recente importazione dello zucchero. Così, questo dottore deve dimostrare che c'erano molti più malati di cancro nei tempi antichi di quanti ve ne sono oggi (chiaramente non è questo il caso). Inoltre, egli non è in grado di capire come il sale, agendo in cucina da fattore di yanghizzazione, possa semmai curare il cancro.

b. Per migliaia di anni, i giapponesi come anche i cinesi si sono alimentati di riso. Eppure il cancro non era affatto comune in questi paesi nei tempi passati. Al contrario, l'aumento dell'incidenza del cancro risale a pochi decenni. Inoltre, ci sono due categorie di riso distinte e separate: (1) riso integrale ("bruno"), che non è raffinato, e può quindi essere conservato indefinitamente senza alcun trattamento chimico e (2) riso privato dell'involucro che lo riveste (straordinariamente resistente a tutti i prodotti chimici, incluso l'acido solforico) e di tutti i suoi strati intermedi che contengono molti dei minerali (incluso il calcio), vitamine (specialmente del gruppo B), grassi e proteine necessari all'uomo. La raffinazione del riso lo riduce a uno smorto amido, un alimento difettoso e *parziale* che non può essere conservato senza l'ausilio di sostanze chimiche o tecniche speciali. Questo riso ultraraffinato, chiamato "riso bianco", è divenuto molto popolare da quando fu importata dalla Germania la

⁶ Questo testo in corsivo, e tutti quelli che seguono in questo capitolo, sono tratti da *Cancro*, del dr. W. Nakahara, Presidente dell'Istituto per il Cancro del Giappone e pubblicato da Iwanami (1963, 11^a edizione).

macchina di “Engleburg” circa sessant’anni fa (in Giappone, il riso bianco è noto come “Kasu” – scarto del riso).

Un uomo che si trova al livello di giudizio sensoriale è schiavo dei suoi appetiti. La sua condizione è irta di pericoli. Il declino degli imperi del mondo, così come quello di ogni organismo, inizia dall’interno. Soltanto le persone paurose, esclusive, disfattiste e irresponsabili sostengono che l’infelicità viene dall’esterno, rivelando così la loro dipendenza dalle condizioni esterne, il loro stato di volontaria schiavitù. Chi accusa qualcun altro è sotto accusa egli stesso (della sua dipendenza dagli altri).

L’Ordine dell’Infinito Universo, che sostiene, anima, distrugge e trasmuta tutte le cose, visibili e invisibili, è la Giustizia Assoluta. Tutti coloro che sono inconsapevoli di questa Giustizia Assoluta devono pagare un prezzo elevato.

Il dr. H., che accusa il sale e il riso (sia raffinato che integrale) di essere causa del cancro, sarà accusato egli stesso. Pagherà un alto prezzo per il suo errore, finendo presto o tardi come tutti gli altri grandi specialisti del cancro giapponesi: uno dopo l’altro sono morti di cancro, il loro debito doppiamente rimesso attraverso la morte prematura e la perdita della faccia! Se date da mangiare riso integrale e riso bianco a un ratto, questo sceglierà sempre il riso integrale. Non sbaglierà mai. Specialisti del cancro come il dr. H. possiedono un giudizio molto più basso di quello di un ratto.

Il dr. H. trova inoltre appropriato intimorire le persone sulla necessità di bere latte, dichiarando che esso è essenziale alla salute umana. La sua posizione contraddice l’antica convinzione giapponese che il latte di mucca non è un alimento adatto per gli adulti, essendo destinato unicamente ai vitelli e quindi solo nei primi mesi dopo la nascita. I giapponesi hanno sempre cercato di evitare lo sfruttamento degli altri animali al fine di preservare la loro indipendenza di umani. Oltretutto, sarebbe difficile per il dr. H. dimostrare la prevalenza del cancro tra coloro che non consumano latte.

I giapponesi accettano tutto con leggerezza – il cattivo tempo come il buono – e per via della loro educazione familiare e scolastica non conoscono la parola “protestare”. Di conseguenza, per ragioni di lealtà alle autorità occidentali cui hanno dato il benvenuto incondizionatamente oltre un secolo fa, hanno superato la loro repulsione per il latte di vacca. Come fu difficile all’inizio! Dare il latte di una mucca agli amati neonati e bambini rendendoli fratelli e sorelle di latte dei vitelli, figli adottivi di animali! Questa, naturalmente, è solo un’obiezione sentimentale, ma su quali basi *scientifiche* gli specialisti occidentali sono così tanto a favore del latte vaccino?

Le donne moderne hanno perso, o vogliono perdere, la loro capacità di allattare? L’allattamento al seno è così impopolare per

moda o per superstizione scientifica? O dietro questa tendenza c'è un moderno mercantilismo? Qualunque sia la ragione, la dipendenza dell'uomo dal latte animale - specialmente dopo che al bambino spunta la prima serie di denti - è uno sviluppo allarmante.

Uno può accusare qualunque cosa di essere la causa del cancro (il latte, il sale, il riso, anche l'aria). Ma deve spiegare in dettaglio, biologicamente e biochimicamente, il meccanismo per il quale il cancro viene prodotto. Al contempo, deve fornire una cura fondamentale, efficace e definitiva. Altrimenti, le sue dichiarazioni sono prive di significato. Le statistiche sociologiche, geografiche e politiche non hanno valore nel campo della salute, della bellezza, della felicità, della giustizia e della libertà. Inoltre, le decisioni fondate su statistiche, elezioni o votazioni sono valide solo in una società composta di ignoranti, schiavi e individui fermi agli stadi di giudizio inferiori - in sostanza, di persone inconsapevoli del significato della giustizia per l'uomo. La maggioranza, come l'autorità, può sbagliare. La storia fornisce molti tragici esempi: basti pensare a martiri come Socrate, Gesù, Galileo, Giordano Bruno (messo al rogo), Martin Lutero (incriminato dal Vaticano), e a legioni di pseudo maestri della scienza che hanno oppresso i loro brillanti discepoli.

Maggioranza uguale massa. La massa è una forza fisica. Il genio e la saggezza chiaroveggente possono essere e spesso sono appannaggio di una minoranza. Forza fisica e forza spirituale sono opposte e a volte antagonistiche. Le statistiche, la "saggezza" accumulata delle masse, hanno poco a che fare con l'intuizione e il genio. La maggioranza può determinare il prezzo, ma non il valore.

Consideriamo la controversia sulle sigarette. Il governo americano, convinto dalle statistiche dei medici, ha dichiarato che il fumo è probabilmente la più importante causa di cancro al polmone. Lo Stato si è conformato all'opinione della maggioranza - di nuovo. (Una posizione simile fu tenuta tra il 1919 e il 1933 al tempo della proibizione governativa dell'alcool). Nei paesi cosiddetti "democratici", tutte le politiche sono dominate dalla forza della maggioranza. Questa condanna del fumo finirà come il "proibizionismo" che l'ha preceduta. Dopo che l'alcool fu inventato nell'antica Cina, il primo dei suoi tre saggi imperatori prevede che ne sarebbero venuti molti problemi in futuro. Ma non volle esercitare i suoi poteri di proibizione. Il risultato è che i cinesi non sono grandi bevitori e in quel paese c'è sempre stato pochissimo alcolismo. Il giudizio della popolazione rimase elevato, grazie all'insegnamento della dialettica pratica e universale di Yin e Yang.

Gli ammonimenti strillati ai fumatori americani sono basati solo sulle statistiche, non sulla logica. Il pubblico rimane all'oscuro del meccanismo per il quale il fumo provoca il cancro ai polmoni. Dai

rapporti risulta che ci sono alcune sostanze cancerogene nel fumo di sigaretta – ma ci sono sostanze cancerogene della stessa natura e in quantità più abbondante nello “smog” di Londra. In effetti, in quella città ciascuno inala ogni giorno una quantità di tali contaminanti corrispondente al fumo di ottanta sigarette.

Tutte le discussioni su argomenti dei quali non si sa praticamente nulla sono semplicemente una perdita di tempo. Sarebbe rilevante invece dare una spiegazione biologica, biochimica e fisiologica accurata e precisa del meccanismo attraverso cui si sviluppa il cancro negli organismi dei fumatori e in quelli dei non fumatori.⁷

In primo luogo, devono essere spiegate le differenze individuali con riguardo all'immunità naturale al cancro. E, ancora più importante, ci dev'essere detto chiaramente che cosa sia l'immunità naturale. Né la medicina nè la fisiologia moderne forniscono una risposta, ma piuttosto camuffano l'ignoranza con terminologie prive di significato. L'immunità è “qualcosa di ignoto e incomprensibile” – una degna controparte degli “umori febbrili” delle commedie mediche di Molière.

L'immunità (la resistenza a ogni potenziale malattia) è una caratteristica della salute, secondo la filosofia pratica e dialettica dell'Estremo Oriente. E che cos'è la salute? È la condizione normale di tutti gli esseri viventi. E cos'è la vita? È la materializzazione dell'Infinito-Assoluto-Invisibile attraverso le lunghe epoche dell'organizzazione cosmogonica, energetica, nucleare e atomica, seguite dalle ere geologiche dell'organizzazione monocellulare e multicellulare culminata nell'uomo. All'inverso, c'è il lungo viaggio di ritorno, attraverso la dematerializzazione, verso la spiritualizzazione eterna. E così la “morte” è una mera invenzione della paura, un'ombra legata all'ignoranza dell'imponente Ordine dell'Infinito Universo.

Secondo il Principio Unificante, il fumo di tabacco è classificabile come yang. Il tabacco cresce in climi caldi, yang, ciò producendo caratteristiche predominanti yin. La pianta è alta, controllata dalla forza centrifuga, e ha grandi foglie. Durante la crescita, quindi, il tabacco è estremamente yin. Più tardi, tuttavia, esso viene *seccato, disidratato* (la perdita di acqua, che è yin, implica yanghizzazione) e quindi *incenerito*. Questo passaggio finale di yanghizzazione espelle ogni yin. Il fumo che sale verso l'alto dall'estremità di una sigaretta accesa è bluastro-violaceo (yin),

⁷ Dal tempo di questo scritto, le prove che collegano il fumo col cancro ai polmoni sono aumentate; se questa correlazione esista se si sta utilizzando una dieta appropriata e tabacco non trattato chimicamente è ancora da verificarsi. [ndEd.]

mentre quello che procede verso il basso dall'estremità opposta è giallo-rossastro (yang). (Tutto quello che si muove verso il centro della Terra, per esempio, è controllato dalla forza centripeta yang). Scientificamente parlando, il fumo violaceo contiene componenti yin, mentre il fumo rossastro-giallo contiene componenti yang, osservazioni perfettamente confermate dalle analisi biochimiche.

Dal momento che il cancro è prodotto da un eccesso di proteine, è logico che il fumo yang del tabacco sia raccomandabile per la sua cura e prevenzione. La semplice osservazione mostra che si perde peso quando si inizia a fumare (per mezzo di yanghizzazione, contrazione, centripetalità) mentre un espansivo aumento di peso accompagna la cessazione del fumo. Inoltre, le donne incinte che fumano danno alla luce bambini più magri e più piccoli.

Così, il fumo è yanghizzante. Il cancro – yinnizzazione esplosiva – è contrastato dal fumo yang, contraente, l'effetto del quale può essere una definita regressione o anche la scomparsa definitiva della malattia.

Naturalmente, il fumo di tabacco non è il solo mezzo per curare il cancro. Esistono molti altri metodi più efficienti. Ma può essere asserito con certezza che il fumo di tabacco in quantità moderata è benefico per i pazienti di cancro, e per tutti coloro che vogliono rafforzare la loro naturale immunità a questo male.

2. *"Le cellule cancerose, come le amebe, sono estremamente mobili. A causa di ciò, è estremamente difficile catturarle e distruggerle".*

Questa fiacca spiegazione ricorda la storiella del soldato che si lamenta perché il nemico si muove e rifiuta così di presentarsi come un buon bersaglio. Movimento, instabilità e centrifugalità sono caratteristiche yin. Nulla è più semplice che controllare queste tendenze migratorie: basta ridurre l'assunzione quotidiana di elementi yin: specialmente zucchero, ma anche frutta, frutta secca a guscio, insalata, olio, acqua, proteine animali, e altri cibi yinnizzanti.

3. *"Le cellule cancerose si disperdono assai facilmente attraverso l'organismo, creando molte difficoltà".*

Separazione e dispersione delle cellule sono yin – confermando una volta ancora la natura estremamente yin della malattia. Quando inizieranno i moderni ricercatori a focalizzare i loro sforzi nella giusta direzione?

4. *“Quando la fine si avvicina, il paziente di cancro perde proteine sempre più rapidamente; allo stesso tempo si verifica una misteriosa perdita di sangue”.*

Tutte le funzioni si sviluppano attraverso il loro esercizio, e l'immagazzinamento delle proteine, che si risolve in cancro, non fa eccezione. È ovvio che quanto più si assumono proteine non necessarie, tanto più efficiente diverrà questo meccanismo di deposito.

La proteina viene fornita all'ambiente interno del corpo dal sangue, e il sangue è generato negli intestini dalle particelle di cibo digerito. Sono arrivato a questa convinzione da quarant'anni attraverso l'applicazione dell'incomparabile Principio Unificante. Negli ultimi anni i professori giapponesi Chishima e Morishita sono riusciti a filmare microscopicamente la trasformazione delle particelle di cibo digerito in sangue, e quella delle cellule rosse in elementi proteici di cancro, dimostrando scientificamente la mia posizione e chiaramente smentendo l'ipotesi che il sangue sia generato nel midollo osseo — un'ipotesi derivata dall'osservazione della trasformazione del midollo osseo in sangue *in persone malate*.

I meccanismi che trasformano le particelle di cibo digerito in sangue, e il sangue in cellule cancerose, sono yin. Entrambe queste trasformazioni possono essere invertite a comando da chi sappia come applicare fattori yang.

5. *“Il cancro è il nemico più terribile nella storia dell'umanità”.*

Questa dichiarazione esclusiva e arrogante nega completamente il principio cristiano: “Ma io vi dico di non opporvi al malvagio”. Il cancro non è il vostro vicino, nè un inquilino in casa vostra. *Il cancro è invece il vostro fratello di sangue!* Reagire con ostilità significa ammettere la paura. Ostilità e paura sono caratteristiche di un uomo che manca di fiducia, amore universale e generosità, che è già battuto e sconfitto. La terapeutica della medicina sintomatica è il corollario di questa mentalità disfattista.

Per guarire un malato di cancro che si è già arreso, è necessario cambiare prima il suo atteggiamento. Ciò deve essere realizzato a ogni costo. Altrimenti tutto è inutile ed è come se il paziente fosse già morto. Il caso del dr. Y. Tazaki, direttore dell'ospedale annesso all'Istituto Centrale per il Cancro del Giappone, illustra questo punto molto bene.

Nato il 5 luglio 1898, morto il 24 maggio 1963, il dr. Tazaki fu uno dei direttori del “Movimento nazionale per la rapida scoperta del

cancro". Il suo stesso cancro alla gengiva fu scoperto due anni prima della sua morte, quando aveva ancora le dimensioni di un chicco di riso. Egli scrisse subito le sue ultime volontà, che furono poi pubblicate poco dopo la sua morte su una popolare rivista mensile, "Hujin Koron". Leggerle mi ha scioccato profondamente, e io le deploro nell'interesse dell'autorevole medicina occidentale:

Ultime volontà — 28 agosto 1961

Il mio caso non deve essere reso pubblico come un caso di cancro, ma piuttosto come una infiammazione cronica delle gengive. Chiedo questo in nome delle mie due figlie che sono ancora molto giovani (ho paura che la mia condizione possa diminuire le loro chances di sposarsi).

Un'altra ragione per non menzionare la parola "cancro" è che per anni ho lavorato per diffondere in tutto il Giappone l'idea che "più rapida la scoperta, più sicura la guarigione". Così, le persone non devono sapere che non sono stato in grado di guarire me stesso. Tanti sarebbero scoraggiati e perderebbero fiducia nell'efficacia della medicina moderna.

A mio parere, il cancro non può essere controllato, e spesso appare in parti del corpo dove non ha avuto luogo alcuna irritazione cronica.

Al paziente non va mai detto che ha il cancro. Se è egli stesso un medico, andrebbe esercitata una grande cautela nella terminologia utilizzata per parlargli.

A giudicare dal suo testamento, è chiaro che il dr. Tazaki non era un vero scienziato, che era un fatalista, e che considerava impossibile curare il cancro – in breve, che possedeva una mentalità da sconfitto. Egli era terribilmente impaurito.

6. *"I ricercatori hanno imparato come produrre artificialmente il cancro."*

Nel 1915, e per la prima volta nella storia, il dr. Yamagiwa riuscì a indurre artificialmente il cancro in un topo, dopo aver sacrificato circa 12.000 animali. Egli strofinò del catrame sulla loro pelle per dimostrare la sua ipotesi che il cancro sorge dove c'è irritazione cronica. Più tardi fondò l'Istituto per il Cancro del Giappone.

Io ammiro la pazienza del dr. Yamagiwa e la sua volontà di riuscire, ma non posso apprezzare il suo metodo sperimentale, più empirico che logico.

Fin dall'inizio, la ricerca sul cancro è stata basata sulle statistiche. Se un certo numero di lavoratori ha sviluppato il cancro, si conclude subito che i materiali che giornalmente maneggiano devono contenere componenti chimici cancerogeni. Che pensiero semplicistico! Che assurdità! Una volta dimostrato che il contatto con un certo prodotto può dare luogo al cancro, non si è ancora determinato se è stata effettivamente responsabile la composizione chimica del prodotto oppure l'irritazione. Anche dopo che questo punto fosse stato chiarito in modo soddisfacente, rimangono ancora da considerare tutte le ramificazioni fisiche, biologiche, chimiche e fisiologiche, come anche *altre variabili* quali il settore professionale, il sesso e l'età dell'individuo, la stagione, il clima, ecc. Quando un'approfondita investigazione scientifica avesse soddisfatto tutte queste precondizioni, rimarrebbe ancora da determinare se non possano esservi eccezioni – individui che possiedono una immunità naturale. Se se ne trovasse soltanto uno, il ricercatore dovrebbe ricominciare da capo, sbrogliando i fili di questo nuovo mistero.

Ahimè per la medicina! I dottori sono soddisfatti dopo aver soddisfatto empiricamente e concettualmente *soltanto uno* di questi prerequisiti. Essi ignorano la parte giocata da ciascuno degli altri, anche quella della immunità naturale, l'esistenza della quale è oggi riconosciuta.

In tempi recenti sono state prodotte artificialmente molte varietà di cancro – da Bashford, Flexner-Jobling, Hujinami Likubo, Kato, Yoshida, ecc. Non si sa se questi cancri siano correlati, perché vengano prodotti da differenti composti chimici, attraverso quali meccanismi appaiano, perché alcuni di essi possano essere trapiantati e continuino il loro sviluppo in animali sani mentre altri no, e così via. Un gran numero di problemi è in attesa di soluzione.

Esaminate alla luce del Principio Unificante dialettico e pratico, tutte le sostanze chimiche con cui si è riusciti a produrre il cancro (come chinino, fruttosio, rodamina, agenti coloranti azotati, ecc.) si rivelano essere estremamente yin.

7. *"Nel corso dei loro studi sul cancro nel gatto, E. Bashford e M. Haarand hanno trovato che era possibile immunizzare questi animali con iniezioni di cellule di animali sani della stessa specie, e che, in particolare, la pelle di un feto e il sangue intero erano specialmente efficaci"*.

Cellule sane, globuli sanguigni giovani (particolarmente quelli di un feto) e sangue intero sono tutti yang. Cos'altro hanno bisogno di sapere Bashford e Haarand?

8. *"Sebbene considerato impossibile, il cancro può essere trapiantato da un animale a un altro di una specie diversa se quest'ultimo è stato prima sufficientemente irradiato con raggi x".*

Sì, i raggi x sono estremamente yinnizzanti!

9. *"Il dr. Sirai ha dimostrato che un cancro eterogeneo può essere trapiantato nel cervello".*

Questo è evidente se si prende in considerazione il fatto che il cervello è l'organo che si mantiene nella condizione più yin – in quanto opposto alla pianta del piede che, al contrario, mantiene la condizione più yang. Per lo stesso motivo, dovremmo far notare al dr. Sirai che la pianta del piede è la parte del corpo più resistente all'impianto eterogeneo di cancro, specialmente se il piede non è "piatto". Come prevedibile, gli organi più aperti agli impianti eterogenei sono yin — l'occhio e la pelle in generale.

10. *"La teoria che il cancro sia causato da un virus è oggi considerata sempre più di frequente".*

A dispetto del motto popolare che recita il contrario, la finzione è più strana della realtà — almeno quando gli investigatori della realtà possiedono scarsa immaginazione e si aggrappano a qualunque plausibile sospetto come scusa per abbandonare le indagini. Il virus – invisibile, sconosciuto e forse inesistente – possiede la qualifica del perfetto sospettato: non può difendersi. È stato incastrato da dottori incapaci di rintracciare il vero colpevole. Per quanto riguarda la teoria comica del "virus latente", è come credere in un fantasma inafferrabile che si pensa di vedere ma non si riesce mai a impressionare su una pellicola.

11. *"Si può facilmente indurre il cancro del fegato aggiungendo al cibo di un ratto un agente colorante azoato. Tuttavia, lo stesso risultato non può essere ottenuto con i porcellini d'india o i conigli".*

Perché? È un tale mistero? Bisogna ricorrere alla teoria di un virus "latente" o "irrintracciabile" per risolvere l'enigma?

L'ignoranza volenterosamente perpetuata per mezzo della pigra imprecisione è come l'arroganza o l'esclusività. Ci vuole un considerevole talento per trascurare una differenza così evidente come quella esistente tra i ratti e i conigli. I primi, essendo animali notturni, sono yang, mentre i conigli e i porcellini d'india, animali diurni, sono esclusivamente vegetariani, d'indole estremamente mite

e quindi molto yin. A differenza dei ratti, essi respingono un prodotto chimico yin come un agente colorante azotato.

Un malinteso dello stesso genere ha confuso i fisiologi riguardo l'antagonismo esistente tra le divisioni orto-simpatico (yin) e para-simpatico (yang) del sistema nervoso autonomo, specialmente sul modo in cui queste influenzano i vari organi yin o yang. Gli specialisti del cancro non sembrano comprendere nemmeno i rudimenti della biologia e della zoologia.

12. *"I cancri artificialmente prodotti dai metodi di Nishiyama (glucosio), W. C. Heuper (nickel), Sakurada (agenti coloranti), e B. S. e E. T. Oppenheimer (prodotti chimici multi-molecolari) possono apparire nella forma di sarcomi. Nonostante siano differenti, queste sostanze chimiche producono identici risultati. Sebbene ciò possa sembrare del tutto incomprensibile, la situazione può essere chiarita postulando l'esistenza di un "virus latente".*

Non si potrebbe ammettere in modo più convincente che il concetto di "virus latente" non è altro che una ipotesi di grande fantasia.

13. *"Si può immaginare che un virus del cancro dovrebbe mostrare le seguenti caratteristiche:*

- a. *essere rintracciato invariabilmente negli animali soggetti allo sviluppo del cancro;*
- b. *ogni tipo di cancro si svilupperebbe da un virus particolare, e ogni virus possiederebbe distinte caratteristiche;*
- c. *i vari virus produrrebbero cancri identici secondo la specie degli animali;*
- d. *il "virus latente" sarebbe attivato da una certa metamorfosi delle cellule (ma questo non sarebbe necessariamente comune)".*

Visto che il "virus latente" non esiste, la sua ricerca sperabilmente si concluderà senza troppa disperazione. Che prospettiva tragica e triste è questa - così tanti ricercatori impantanati in una speculazione senza speranza...

14. *"Più difficile è comprendere il fatto che i sarcomi possono derivare da prodotti chimici multimolecolari nascosti nell'organismo per più di un anno. Questa constatazione lascia del tutto perplessi".*

Non lascerebbe perplessi se si capisse che ci sono multimolecole yin e yang. Con le più yang e le più yin, si otterrebbero naturalmente risultati completamente opposti.

15. "R. Sasaki e T. Yoshida sono riusciti a generare il cancro nei ratti somministrando ortho-amino-azotulene per 250-300 giorni. Senza eccezione, tutti i ratti posti sotto queste condizioni hanno sviluppato il cancro... R. Kinoshita ha scoperto che questo cancro può essere prodotto con la crema di burro in 150 giorni".

In altre parole, questi risultati sono paralleli a quelli derivati dalla somministrazione di agenti coloranti azotati.

16. "Il cancro può essere prodotto da "kangri" (yang) come anche da raggi x, radio e radiazioni ultra-violette (yin)."

Si dovrebbe ricordare che lo stesso risultato può essere ottenuto da due fattori antagonisti. Per esempio, la pelle può essere scottata dal contatto con un oggetto molto freddo così come col fuoco.

17. "Il cancro può essere controllato o prevenuto per mezzo della somministrazione di estratto di fegato."

Secondo la medicina dialettica, il fegato è uno dei cinque organi più yang, e il cancro è un eccesso di yin. Anche la madre di Pearl Buck conosceva questo rimedio (v. il suo romanzo *La madre*).

18. "Il professor Nagayo fu eletto all'unanimità primo presidente dell'Istituto per il Cancro del Giappone. Due mesi dopo, in giugno, egli si ammalò; gli fu diagnosticato un cancro; morì il 16 agosto dello stesso anno. Il professor Nishina, uno studioso di fama del cancro, sviluppò anch'egli un cancro al fegato e morì in due mesi. Il cancro al fegato è il tipo più serio e, al momento, non risponde a nessun trattamento conosciuto".

(Il Dr. Y. Tazaki, direttore dell'Ospedale Nazionale per il Cancro, e il Dr. T. Tamiya, presidente del Centro Nazionale per il Cancro, sono anch'essi morti di cancro).

Quasi tutti sanno da molto tempo che l'estratto di fegato è particolarmente efficace nella prevenzione e nel controllo del cancro. Eppure non un solo specialista ha cercato di scoprire il perché. Questa è pigrizia, incuria, incapacità o cecità scientifica? È possibile che i dottori, che monopolizzano una professione vitale per l'intera umanità, continuino a rimanere sommamente ignoranti? Non sono consapevoli della loro responsabilità, del loro dovere di riflettere e di praticare l'autocritica? Se i grandi imperatori della Cina avessero udito di una tale irresponsabilità, li avrebbero messi al rogo o sepolti

vivi. E se il Presidente degli Stati Uniti avesse buon senso, invece di appoggiare la campagna nazionale contro le sigarette abolirebbe immediatamente l'intero establishment medico.

19. *"Secondo il dr. F. R. White, il contenuto di azoto delle cellule cancerose non diminuisce quando l'animale riceve un'alimentazione completamente o quasi priva di azoto. Ciò significa che le cellule cancerose per il loro sviluppo prendono l'azoto dall'animale"*.

Leggendo uno dei tre volumi di Terroine (pubblicati nel 1933), e specialmente il capitolo intitolato "L'azoto sta scomparendo?", si è costretti a riflettere sull'intera questione dello sviluppo delle proteine. Terroine ha esaminato cinquantuno discorsi pubblicati da vari autori.

Un altro autore, Louis Kervran, che ha pubblicato *Trasmutazioni biologiche* nel 1962, ha messo in luce i principi scientificamente dimostrati della trasformazione che avviene all'interno dell'organismo vivente e che spiega il meccanismo di trasferimento dell'azoto che il dr. Nakahara cerca di comprendere nella citazione riportata.

20. *"Il comportamento delle cellule cancerose non è dipendente dalla fornitura di ossigeno"*.

Questa è l'ennesima conferma del fatto che il cancro è un ammasso di elementi yin in eccesso. Essendo il cancro yin, non ha bisogno di ossigeno (anch'esso yin).

21. *"Negli Stati Uniti, 220.000 persone muoiono di cancro ogni anno. Settantamila pazienti di cancro vengono salvati. Il tasso di abbandono sarebbe grandemente ridotto se le istituzioni anticancro si trovasse in uno stadio di sviluppo più elevato"*.

Questa è nel migliore dei casi una pia speranza in una ipotesi improbabile. Possiamo solo augurare al dr. Nakahara buona fortuna. Una volta che la vera causa del cancro sarà stata riconosciuta, l'ostilità verso la malattia scomparirà.

Abbiamo avuto ampie opportunità in questo capitolo di esaminare la mentalità esclusiva della medicina moderna, che distrugge microbi e virus nello sforzo di stabilire un mondo libero dai germi, un mondo senza male nè malvagi. Essa non riesce a vedere che il bene e il male, il malfattore e il benefattore, sono due aspetti ugualmente necessari della Vita (Unità).

Il Virus

La scienza nucleare ha scoperto che la materia è non-materia,
e che l'Energia viene da nessun luogo.
"Nonsense!" si disperò il professor Bridgman
Prima di accomiarsi dalla vita...
La medicina scientifica ha infine scoperto il killer ultimo
Di tutta l'umanità.
Visibile e invisibile, fisico e metafisico.
Allo stesso tempo vita e morte, esistente e inesistente. Il Virus!
Fantasma e incubo della medicina sintomatica,
Tiene assorti migliaia di dottori impotenti che lo cercano ammalati,
colmi di stupore... e disperazione.
Inghiottirà l'intera medicina?
Infine, l'uomo alzerà i suoi occhi dal microscopio verso il
macrocosmo, e
Contemplerà
Gli sconfinati orizzonti
Dell'Infinito Universo.
L'uomo sarà debitore verso il virus di una nuova medicina
Fondamentale e divina,
Onnipotente e onnisciente.
Che si occuperà della vita e dell'uomo,
Non analiticamente, non dualisticamente,
Ma con Universale
Comprensione.

Medicina dialettica

Sopra montagne di bianche, lucenti nuvole (rese oscure dall'incertezza e dalla paura per coloro che guardano dal basso), mi diverto a contemplare una superba visione dell'Infinito, libero dalle cornici di riferimento del tempo e dello spazio. Siedo comodamente su un piccolo tappeto volante orientale. Posso vedere l'Est e l'Ovest, il passato e il futuro, riflessi sullo schermo di un televisore fabbricato milioni e milioni di anni fa e chiamato "immaginazione".

Le scene che si dispiegano sulla terra sono avvincenti. A Ovest, sto assistendo al finale di "*Civiltà Scientifica e Tecnica*". È un finale animato e caotico, estremamente complicato e angosciante per i partecipanti, che portano a conclusione il dibattito nucleare. A Est, c'è l'intervallo; i sipari sono stati abbassati, gli attori che stanno recitando "*Il Risveglio del Dragone*" dormono profondamente, esausti dopo aver rappresentato così a lungo "*Luce dall'Oriente*" e "*Colonizzazione*".

A seguire ci sarà "*Pace Universale*". Tutti sono in attesa. Quando si alzerà il sipario? Guardiamo il nostro piccolo televisore per vedere che cosa è successo prima:

Cinquemila anni fa regnavano sulla terra due civiltà indipendenti. Una a Est, l'altra a Ovest, esse erano monistiche, religiose e laboriose. Approssimativamente duemila anni fa la civiltà occidentale fu soggiogata da una forte e dualistica società nata sulle sponde del Mediterraneo.

Ma tutti i fenomeni visibili e invisibili hanno un inizio e una fine.

Per ragioni di equilibrio (gli opposti si attraggono l'un l'altro), la neonata civiltà della forza richiedeva un adeguato insegnamento morale e importò una filosofia orientale di pace e amore (il cristianesimo) che facilitò il dominio e l'asservimento finale della sua popolazione ignorante, obbediente e generalmente operosa.

Alla fine la civiltà della forza fisica, che aveva preso il controllo conquistando l'intero mondo antico, stabilì un "*Impero dell'Abbondanza e dell'Abuso*". Abbondanza e abuso, tuttavia, producono pigrizia, indebolendo i conquistatori e annacquando la loro forza.

Così a sua volta la civiltà della forza fisica scomparve, lasciando dietro i suoi precetti morali in una forma chiamata "*Cristianità*", che ha dominato il mondo d'Occidente per qualche tempo, beneficiando dei resti materiali e politici dell'impero caduto. Ma naturalmente arrivò anche la sua ora di tenebre. E il mondo rimase nell'oscurità.

Apparve col tempo una nuova scuola dualistica, che crebbe rapidamente superando prove e sacrifici, e riuscì a spazzare via tutto quello che rimaneva della precedente egemonia religiosa. Questo nuovo dualismo fu definito “*Scienza e Tecnologia*”. Avendo eliminato lo spirituale, fece ogni sforzo per dominare il fisico. Esplorò a fondo la materia, giù fino addentro il livello nucleare, protesa nell’obiettivo di consolidare la propria vittoria su basi permanenti. Ma in questo mondo relativo e finito “tutti i fenomeni visibili e invisibili hanno un davanti e un dietro”. “*Scienza e Tecnologia*” iniziarono a soffrire per mano del loro stesso figlio – il “*Denaro*”.

Oggi il “*Denaro*” prospera, controllando l’industria e il commercio. Ispira organizzazioni che sono in effetti reincarnazioni dei sovrani feudali. Queste organizzazioni si uniscono in alleanze difensive e offensive concepite per monopolizzare il Principe “*Denaro*”. Iniziano nuove battaglie. Il conquistatore diventa il conquistato, come sempre...

Oggi un altro lottatore sta entrando nell’arena: “*Il Lavoratore*” (“L’ultimo diventa il primo”). Presto, tuttavia, avendo ottenuto il dominio, il lavoratore soccomberà a sua volta, assassinato dalla sua nemesis: “*La Malattia*”. Consideriamo il suo “*Esercito*”: cancro, allergie, disturbi cardiaci, diabete; e la sua “*Marina*”: epilessia, schizofrenia, paranoia. Chi può proteggersi?

Da doversi temere è soprattutto la follia, perché porta alla fabbricazione di armi di distruzione sempre più potenti. Al tempo stesso essa offusca il Giudizio Supremo. Il suo strumento più efficace è il cibo, che può uccidere in modo accurato e preciso, intrappolando l’individuo al suo stesso uncino – la cieca cupidigia dei sensi.

La civiltà dell’Estremo Oriente, rappresentando “*Luce dall’Oriente*”, ha lungamente mostrato la via. La sua gente ha vissuto in pace, in silenzio e con fervore — obbediente, remissiva, onesta e laboriosa. Ma la legge del principio e della fine opera ovunque – in modo spassionato e imparziale. Nel corso dei secoli gli orientali divennero sempre più arrendevoli, sempre leggiadri, senza mai protestare, accettando ogni cosa con gioia e gratitudine, così che alla fine i loro paesi furono invasi e colonizzati. Unendosi al fronte occidentale, essi ora combattono dualisticamente accanto ai loro conquistatori contro “*La Malattia*”.

Oggi la civiltà scientifica e tecnologica regna suprema. Ma la sua medicina, controllata dal denaro, può soltanto aggredire i sintomi e le manifestazioni esteriori, evitando la causa della malattia. Se la medicina sintomatica non verrà riformata, costituirà la rovina del genere umano.

Le civiltà, così come gli individui – macrocosmi e microcosmi –, perdono la felicità e la vita quando diventano arroganti, esclusive e

dominatrici. I dualisti ignorano la legge del principio e della fine. Ecco perché tutte le civiltà dittatoriali sono svanite una dopo l'altra.

Solo l'inizio assoluto di tutte le cose non ha fine: l'Ordine dell'Infinito Universo (Dio nell'antichità occidentale), la Giustizia Assoluta, la Libertà Infinita, il Giudizio Supremo Universale, l'Amore, l'Onnicomprensivo, la Grazia Divina, e così via. Tutti questi nomi si riferiscono a una sola cosa: la Vita. La Vita è l'Ordine dell'Infinito Universo che perpetuamente anima e trasforma tutte le cose in questo mondo finito e relativo. La Vita è onnipotente, onnisciente e onnipresente.

Sfortunatamente, la medicina scientifica e tecnica non si basa sulla consapevolezza della Vita. Di conseguenza, non può curare la malattia. Invece, usa armi distruttive: radio, scontri frontali, gas, raggi x, cobalto radioattivo, neutroni. Qualunque cosa distrugga bene, è ben accetta. La medicina occidentale moderna non è in grado di capire che i sintomi della malattia sono i più utili avvertimenti di cui la Vita ci abbia dotato.

La medicina orientale, rispettosa verso la Vita Universale e pertanto completamente estranea al punto di vista occidentale, è dialettica, logica e fondamentale. Non attacca i sintomi, che sono meramente superficiali (naturalmente, non nega l'efficacia di certe terapie sintomatiche, ma le relega a un ruolo di secondaria importanza). Il suo approccio di base è alimentare ed educativo. È in primo luogo una scuola filosofica in cui si apprende il segreto della longevità e della felicità, liberi della dipendenza dai medici.

E come branca della filosofia, la medicina orientale non accetta l'idea di malattia "incurabile". Ho studiato, praticato e insegnato i suoi principi, principalmente in Giappone, per cinquant'anni. Nel mio sessantesimo compleanno, lasciai la mia terra natale per determinare se ci fosse qualche paese sulla terra in cui questa filosofia-medicina non fosse applicabile o efficace, e andai in India.

Li incontrai molte malattie sconosciute in Giappone: lebbra, leucoderma, morbo di Hodgkin, ecc. - tutte asseritamente "incurabili" con metodi scientifici, ma guaribili dai nostri.

Ho anche viaggiato per l'Africa Nera, a Lambarene, per incontrare il dr. Albert Schweitzer e rimanere ad aiutarlo, se possibile, per il resto dei miei giorni. A quel tempo non sapevo che era soltanto un chirurgo che aveva studiato la più sintomatica delle medicine per poi essere accolto in Africa Nera come "medico stregone". Egli non aveva la più pallida idea di una filosofia dialettica e monistica della Vita. Uccideva ogni giorno miliardi di microbi e scaricava i rifiuti delle sue procedure chirurgiche nel sacro fiume

Ogooue. Le operazioni e le amputazioni da lui eseguite mi causarono molte notti insonni, sveglio ad ascoltare le urla delle sue vittime.

Iniziai a insegnare il modo per curare le malattie senza amputare arti, senza impiegare farmaci, ma piuttosto attraverso l'uso di cibi naturali in proporzioni naturali. Epilessia, morbo di Hodgkin, lebbra, ulcere tropicali, asma – tutte terribili malattie equatoriali – guarivano senza difficoltà. I pazienti vennero da me sempre più frequentemente. Spostandomi alla Missione Protestante di Dindende, a un miglio e mezzo risalendo il sacro fiume, mi fu concesso un vecchio casolare che quarant'anni prima era servito come residenza del dr. Schweitzer e ospedale. La popolazione nera mi seguì. Da vicino e da lontano giungevano sempre nuovi pazienti, viaggiando su piccole canoe anche per 125 miglia. Ogni mattina, aprendo le finestre, mi trovavo di fronte a una folla di uomini e donne di colore, giovani e anziani. Una mattina venni a sapere che nessuno quel giorno era andato alla clinica del Grande Dottore: tutti i malati erano venuti a Dindende.

Non poteva andare avanti così. Mia moglie e io eravamo soli, mentre in ospedale lavoravano una quarantina di persone. Decisi di interrompere le mie consultazioni, e dimisi tutti i pazienti.

La mattina seguente, aprendo la finestra, trovai il cortile deserto. Jotsuna e io facemmo una passeggiata per la prima volta dopo settimane, ma fummo improvvisamente circondati da ogni parte da negri che apparivano dalla giungla come per magia. Un altro gruppo si era nascosto sotto la casa, passando in silenzio la notte lì. Cosa potevo fare?

Uno dei capi mi venne a chiamare. Mi chiese subito di rimanere: "Noi ti costruiremo un ospedale secondo le tue istruzioni, come abbiamo fatto per il Grande Dottore".

Risposi che per me era impossibile rimanere.

"Ma noi avevamo una salute molto migliore", disse, "trentacinque anni fa. Fu solo dopo l'arrivo del Grande Dottore che diventammo così deboli. Molte delle malattie da cui oggi siamo afflitti erano del tutto sconosciute nei tempi andati. Tre tribù sono già completamente scomparse. Il Grande Dottore ha portato vino, latte condensato e medicine – molte cose cattive. Metà dei nostri amici che vanno all'ospedale ne escono amputati – invalidi per tutta la vita. L'altra metà rimangono lì, ricoverati oppure impiegati come servitori o aiuto-infermieri, cuochi o falegnami. Per colpa della medicina siamo diventati schiavi. Ma tu non usi medicine e non fai amputazioni. Tu ci insegna come e che cosa mangiare per curarci. Devi restare con noi per sempre".

La sua semplicità ingenua e sincera ci commosse così profondamente che anche Jotsuna avrebbe voluto, come me, restare

per sempre. Ma come ho spiegato nell'*Introduzione* a questo libro, un triste evento ci obbligò ad abbandonare i nostri adorabili amici.

In Africa Nera ho visto una moltitudine di errori attribuibili alle tecniche della medicina sintomatica: malattie iatrogene, diagnosi sbagliate, amputazioni non necessarie... Solo un esempio tra i tanti è l'attitudine dei dottori bianchi che giudicavano l'attività sessuale tra i neri non regolata dalla moralità; per questo motivo, secondo loro, quasi l'intera popolazione era affetta da gonorrea, e venivano perciò prescritti dolorosi trattamenti. Ogni giorno si potevano udire le grida disperate dei pazienti nel piccolo villaggio di Lambarene.

Ma in realtà quelli *non* erano casi di gonorrea. Tra l'altro, nella piccola popolazione nativa non c'erano prostitute. Consumare una grande quantità di frutta ricca di vitamina C (manghi, avocado, ecc.), produceva un'inflammatione dell'uretra e spesso anche della vescica, e i sintomi ricordavano da vicino quelli della gonorrea.

Nelle giungle dell'Africa ho visto all'opera l'inferno. Le differenze tra la mentalità bianca e quella nera, le loro fondamentali incomprensioni, spiccavano lì con chiarezza. È essenzialmente la medesima differenza che c'è tra Oriente e Occidente. Una concezione unificante del mondo, una filosofia che è stata fortemente monistica per diverse migliaia di anni, è oggi praticamente estinta a causa della colonizzazione. Per parte sua, la filosofia dualistica che ha prevalso tra le genti bianche per circa duemila anni si trova oggi a dover essere completamente riconsiderata alla luce delle scoperte della scienza nucleare. I principi e le leggi della scienza sperimentale, un tempo guardati come definitivi, ora poggiano su fondamenta vacillanti! Bianchi e neri si trovano in un vicolo cieco.

Ecco perché la filosofia-medicina dell'Estremo Oriente dovrebbe adesso essere riconsiderata. Quasi del tutto dimenticata dagli stessi orientali, è di difficile comprensione per le genti civilizzate senza l'ausilio di una guida competente (e ce ne sono poche ai nostri giorni).

Questa medicina-filosofia conduce alla consapevolezza della Libertà Infinita, della Felicità Eterna e della Giustizia Assoluta. Nella sfera familiare e delle relazioni sociali, tale consapevolezza viene esperita come pace. Il metodo è semplice – la pratica quotidiana; in termini di alimentazione, di comprensione intellettuale o, preferibilmente, entrambi.

Prima, dobbiamo definire la salute. Secondo la nostra medicina-filosofia, essa è caratterizzata dalle seguenti proprietà:

1. **ASSENZA DI FATICA**, come quella di un uomo primitivo che può correre tutto il giorno sulle tracce di un animale, fermandosi solo perché ha fame, mai per stanchezza.

2. BUON APPETITO, inteso come una fame che viene soddisfatta tanto da pasti “gourmet” che dalle pietanze più semplici, entrambi goduti con profonda gratitudine.

3. SONNO PROFONDO, raggiunto in tre minuti, a qualunque ora e in qualunque luogo; privo di movimenti e di sogni⁸ – specialmente di incubi; e con la capacità di svegliarsi all’istante, a un’ora prefissata, in uno stato perfettamente vigile, come quello di un leone pronto a balzare su una lepre. Se un uomo dorme più di sei ore, è pigro, se non malato. Da tre a quattro ore di sonno sono più che sufficienti per le persone in buona salute. Dormire troppo è uno spreco di tempo. Se volete godere di un lungo sonno, ne avrete tutte le possibilità dopo la vostra morte.

Le suddette condizioni fisiologiche valgono 5 punti ciascuna.

4. BUONA MEMORIA, senza “dimenticare” nulla. Questo è molto importante. La buona memoria è fondamentale per la felicità e per la nostra stessa esistenza. Senza memoria non abbiamo giudizio. Senza giudizio non possiamo vivere una vita felice e divertente.

5. ASSENZA DI RABBIA, anche quando siete oggetto di orribili e sordide accuse, o attacchi o critiche volte a sminuirvi.

6. CHIAREZZA E PRONTEZZA DI PENSIERO E AZIONE. Coloro che sono rapidi, precisi e pronti a rispondere a ogni sfida sono in salute, e si distinguono per la capacità di stabilire ovunque l’ordine. Questo ordine, osservabile in tutto il regno animale e vegetale, è un’espressione di bellezza nell’azione e nella forma. Salute e felicità nelle nostre vite quotidiane sono anch’esse espressioni di bellezza.

Le suddette condizioni mentali e psicologiche valgono 10 punti ciascuna.

7. IL SENSO DELLA GIUSTIZIA PER L’UOMO

Se la popolazione del vostro paese è di 100.000.000, e la produzione di mele è limitata a 100.000.000 l’anno, allora dovrete mangiare solo una mela l’anno. Se mangiaste una mela al giorno, ledereste i diritti di 364 dei vostri vicini o connazionali, cosa che può avvenire non solo attraverso una diretta manifestazione di forza ma anche mascherata sotto una forma monetaria. Quindi, secondo questa

⁸ Scrive G. Ohsawa nel suo *Principe unique de la philosophie et de la science d’Extrême-Orient* (ed.it. *Introduzione alla scienza della macrobiotica*, Arcana ed. 1975 – pag. 54): «... il sonno è l’agitarsi della “conoscenza” residua. Nel sonno perfetto non esistono i sogni; la nostra “coscienza” è in totale comunicazione con le sue origini (...). Se esiste uno squilibrio fisiologico qualsiasi, la “conoscenza”, cioè la “coscienza” imperfetta, si impadronisce del nostro corpo (...). Secondo la medicina dell’Estremo Oriente sognare è un segno di malattia (...). [ndTrad.]»

concezione della giustizia, siete dei criminali. Siete, direttamente o indirettamente, disonesti coi vostri simili.

Se comprendete la giustizia per l'uomo e la vivete, assegnatevi 55 punti. Nel conteggiare i vostri punti, sappiate che più vi avvicinate a 100, più vi avvicinate alla consapevolezza della Felicità Eterna, della Libertà Infinita e della Giustizia Assoluta. Osservate, comunque, che dal punto di vista della consapevolezza di tali assoluti, o si è consapevoli di essi come assoluti oppure non lo si affatto, mentre per ciò che riguarda la salute individuale, esistono dei gradi.

Potete ottenere la salute attraverso la pratica della filosofia-medicina alimentare che io definisco "macrobiotica". Dal momento in cui ho iniziato a insegnarla cinquant'anni fa, sono state vendute molte milioni di copie delle mie diverse pubblicazioni.

Ricordate che la comprensione e l'applicazione della nostra filosofia-medicina non soltanto conduce alla salute fisica ma spalanca anche le porte verso la consapevolezza della Felicità Eterna, della Libertà Infinita e della Giustizia Assoluta. Siete anche protetti contro gli "incidenti" dal momento che essa fa affiorare la nostra percezione extrasensoriale o chiaroveggenza. (In Giappone, come in Europa e in America, ci sono molte testimonianze di questo tipo di fenomeno, ma vi suggerisco di sperimentare e imparare di persona, di modo che la vostra comprensione sarà più profonda. Semplicemente, praticate questa filosofia per un paio di settimane, un tempo sufficiente per assimilare i principi di base e verificare il valore di questo modo di vita pratico).

Nel capitolo tre (*Miracoli*) ho brevemente elencato le quindici scuole fondamentali che utilizzano la nostra filosofia dialettica-monistica nel solo Giappone. Inutile dire che questo piccolo libro può servire solo come lettera di presentazione al magnifico mondo che ha dato i natali a così tante scuole.

La nostra medicina dialettica e pratica, comunque, può essere ridotta a una semplice espressione: giustizia per l'uomo. Questo concetto non deve richiamare alla mente l'immagine del tribunale prevalente in tanti paesi occidentali: un edificio quadrato, freddo, rigido, austero all'esterno, e triste, freddo, perverso e crudele all'interno. La giustizia, come intesa in Oriente, è gioiosa, familiare, amichevole e divertente. La giustizia per l'uomo viene dalla Giustizia Assoluta: Amore onnicomprensivo, Amore Divino. La Giustizia Assoluta è la legge imparziale che si applica a tutto ciò che esiste. È l'Ordine dell'Infinito Universo, che crea, anima e trasforma tutte le cose. È l'anima dell'esistenza tutta. È la quintessenza dell'Infinito Universo, la Vita. La Giustizia Assoluta ci dà ogni cosa. Essa non fa eccezioni e non tralascia nulla. Ci dà il "cattivo" come il "bel" tempo,

il freddo come il caldo, la scarsità come l'abbondanza, la difficoltà e la semplicità, il "nemico" e l'amico.

La Giustizia Assoluta è assolutamente imparziale: e chi ne è consapevole è anch'egli imparziale. (Tuttavia, se avete preferenze molto forti, è più saggio, nel fare una scelta, cercare un appropriato equilibrio tra yin e yang. In Oriente, è stato a lungo ritenuto che non vi sia, nella vita, tentativo più virtuoso).

L'educazione familiare, scolastica, sociale, culturale, scientifica e tecnica dell'Oriente è incentrata sull'insegnamento di metodi tramite i quali si può riconoscere e raggiungere il vero equilibrio. Questa educazione inizia a tavola, non solo dal primo giorno dell'esistenza del bambino su questo pianeta ma nove mesi prima della nascita o prima ancora.

L'educazione orientale è fondamentale, biologica, fisiologica e, soprattutto, embriologica. Potete ben immaginare quanto sarebbe solida la salute derivata da una tale educazione, quanto sarebbe felice una famiglia costituita da coloro che godono di siffatta salute, quanto forte sarebbe una società composta di tali famiglie, e come la pace mondiale possa essere stabilita soltanto da simili società che operano all'unisono.

In ogni caso, questa sociologia è fondamentale per i principi orientali del governo.

Ma adesso che l'Est, yin e femminile, è stato invaso, colonizzato e virtualmente distrutto dall'Ovest, yang e maschile, è giunto il tempo perché risorga alla sua antica saggezza pratica, come esposta nei grandi libri dei saggi: *Il Ching*, *i Veda*, *il Tao Teh Ching*, *il Charaka Samita*, *il Codice di Manu*, *il Soman Reisu*, *la Bhagavad Gita*, ecc.

E qual è la mentalità di una nazione il cui modo di vivere è basato su tale saggezza? È ciò che Levy-Bruhl ha definito "mentalità primitiva". (Quarant'anni fa lessi i suoi libri, e fui così impressionato che non potei resistere dal recarmi in Francia per far visita a questo grande maestro di filosofia. Ma rimasi sconvolto nello scoprire che la sua patria-madre, e l'Occidente in generale, consideravano la nostra tradizionale saggezza "primitiva" del tutto incomprensibile).

La filosofia fondamentale dei popoli primitivi non civilizzati è molto semplice: accettare ogni cosa con gratitudine e senza la minima protesta. Questa è vera modestia: *umiliazione incondizionata*: l'"io" è riconosciuto come piccolo, ignorante, disonesto, avido e miserabile. Senza una tale comprensione, nessun essere umano può raggiungere la consapevolezza del vero Sé (l'Unità) (la gente "civile" che ho incontrato, quasi senza eccezioni, considera se stessa grande, saggia, onesta, generosa e felice).

Accettare ogni cosa umilmente e incondizionatamente significa esprimere fiducia nella Giustizia Assoluta, che non ci porta malattia

e angoscia per tormentarci, ma per rivelare alla nostra limitata comprensione gli errori che abbiamo commesso nella nostra ignoranza. "Se un uomo non è felice, è per sua colpa".

Gratitudine e fede sono virtualmente sinonimi. La gratitudine è gioia profonda, e la fede è profonda fiducia. Colui che non sente ed esprime completa fiducia nella Giustizia Assoluta è ignorante; e l'ignoranza è la causa di tutte le malattie, ansie e "incidenti". "Tutto quello che non viene dalla fede è peccato." (Romani: 14; 23).

Ancora nella Bibbia leggiamo:

"Beati i miti, perché erediteranno la terra... Avete inteso che fu detto: 'Occhio per occhio e dente per dente'; ma io vi dico di non opporvi al malvagio; anzi se uno ti percuote la guancia destra, tu porgigli anche l'altra; e a chi ti vuol chiamare in giudizio per toglierti la tunica, tu lascia anche il mantello' ... Avete inteso che fu detto: 'Ama il tuo prossimo e odia il tuo nemico'; ma io vi dico: 'Amate i vostri nemici, benedite coloro che vi maledicono, fate del bene a quelli che vi odiano, e pregate per quelli che vi maltrattano e che vi perseguitano, affinché siate figli del Padre vostro che è nei cieli; poiché egli fa levare il suo sole sopra i malvagi e sopra i buoni, e fa piovere sui giusti e sugli ingiusti. Siate voi dunque perfetti come è perfetto il Padre vostro celeste'" (Matteo 5: 5, 38-40, 43-45, 48).

"Non giudicate, affinché non siate giudicati... Perché guardi la pagliuzza che è nell'occhio di tuo fratello, mentre non scorgi la trave che è nell'occhio tuo? Ipocrita, togli prima dal tuo occhio la trave, e allora ci vedrai bene per trarre la pagliuzza dall'occhio di tuo fratello". (Matteo: 7; 1, 3-5)

Come sono stati fedeli a questi insegnamenti i popoli "primitivi"! E quanto velocemente hanno ceduto le loro terre ai bianchi conquistatori... Ma vi consiglio questo, miei cari amici: imitate questi primitivi – date via con grazia la vostra casa, la vostra terra, anche il vostro paese. Non perderete nulla. E se nuovi uomini "civilizzati" arrivano da Marte e vi chiedono la Terra, dategliela con la più grande gioia. Non avete nulla da perdere, perché non potete perdere ciò che in primo luogo non è mai stato vostro. Tutto ciò che chiamate "mio" sarà alla fine perduto, perché non c'è nulla di permanente in questo mondo costantemente mutevole – nulla, cioè, eccetto il Mutamento in sè, la sola costante.

Date tutto, e non domandate nulla, perché tutto ciò che avete vi è stato dato, inclusa la vostra vita.

Offro umilmente questa preghiera alla vostra attenzione:

Santo è il Tuo Nome.

Siamo in Te.

Tutte le cose sono realizzate secondo la tua volontà,

Sulla terra e in ogni luogo,

Costantemente.
Dacci il nostro pane quotidiano.
Dacci ogni cosa,
Senza limitazioni.
Dacci più tentazioni,
E scagliaci nelle mani del maligno!

Questa preghiera quotidiana è un po' diversa dalla versione biblica. Ma come riscritta dai miei amici occidentali nel campo studio francese la scorsa estate, è probabilmente più vicina all'originale che, nel corso dei secoli, è stato riscritto dai Gentili occidentali. La Bibbia (come la conosciamo oggi) è piena di molte contraddizioni.

Ridotta alla sua essenza, questa preghiera esprime un profondo riconoscimento della Giustizia Assoluta dell'Ordine dell'Infinito Universo a tutti i livelli della nostra vita quotidiana. Venerando la sublime costituzione della Vita come fondamento dell'amore e autentica sorgente di vita, ci rendiamo conto di essere più ricchi che se possedessimo il più grande diamante del mondo. Ci rendiamo conto che chiedere salute, libertà, o un giudizio non offuscato significa riconoscere che sappiamo poco o nulla della Giustizia Assoluta.

Noi siamo gli eredi dell'intero Infinito Universo (la Vita, che include la vita e la morte), e quindi non abbiamo mai bisogno di uccidere – nemmeno per “autodifesa”. In verità *nell'Infinito Universo non vi è alcun nemico, in nessun luogo*. Cancro, allergie, disturbi cardiaci, malattie mentali, crimine e anche l'imperialismo capitalistico sono tutti passatempi con cui il nostro invisibile Produttore-Regista-Istruttore (l'Unità) continuamente ci pone a confronto, così rivelandoSi a noi.

Perché le genti civilizzate considerano tali prove insopportabili o “ingiuste”? Perché sono così esclusive?

La notte si dispiega. Un anziano uomo solitario dalla pelle gialla medita in una stanza di bamboo. Vede nella sua mente tutti gli amici civilizzati che ama così profondamente, e pensa... Perché si invischiavano in discussioni violente? Perché la civiltà scientifica e tecnica ha prodotto così tanta paura e incertezza?...

A Tokyo vive un certo dr. Aimi. Oggi sessantenne, egli ha studiato la medicina sintomatica all'Università di Keio, l'ha esercitata fino all'età di 47 anni e infine l'ha completamente abbandonata a favore dello studio della Cristianità alla scuola protestante, dove si è diplomato a cinquant'anni. Da allora, si è occupato dei malati in qualità di ministro e ha curato con successo molte malattie “incurabili” insegnando ed esercitando la medicina di Gesù: la medicina dell'amore. Il dr. Aimi ha pubblicato molti libri, tra cui *The*

Key to Miraculous Cure (un best-seller), tiene conferenze in tutto il Giappone ed ha migliaia di seguaci.

Egli spiega i meccanismi della guarigione miracolosa nei termini delle teorie di Selye e Reilly — che sono oggi, credo, i più importanti ricercatori medici in Occidente, dopo Claude Bernard.

La teoria rivoluzionaria di Selye

Nel 1855, Pasteur scoprì che molti batteri sono patogenici (capaci di invadere un organismo e vivere in esso come parassiti). Nel 1892, Koch scoprì il germe della tubercolosi; da allora, ricercatori e dottori hanno scoperto molti germi che possono causare malattie. Ma il meccanismo per il quale essi producono i sintomi, come anche quello dell'immunità a tali microbi, rimane per loro un mistero. La patologia batteriologica non ha basi solide. Secondo la teoria di Selye, una persona non si ammala mai se il diencefalo (il centro della sensibilità e dell'adattabilità, composto dal talamo e dall'ipotalamo) è in buona salute – resistente a ogni “stress”. Ora, se ciò è vero, allora chi conosce una pace psichica permanente, grazie all'insegnamento religioso o morale, non si ammalerà mai, o almeno sarà in grado – in caso di malattia – di riprendersi molto rapidamente da qualunque danno fisico. (In questo modo il dr. Aimi costruisce la pace emotiva dei suoi pazienti utilizzando la Bibbia – e ha grande successo nel curare non solo le malattie fisiche ma anche quelle mentali e l'angoscia spirituale. Il fatto è che la teoria del dr. Selye è stata compresa e praticata in Oriente per centinaia di anni. La parola "malattia", sia in Cinese che in Giapponese, significa “squilibrio della mente e delle emozioni”).

Il dr. Selye quindi è nel giusto, in teoria. Ma in pratica egli insiste, in quanto medico sintomatico, sulla somministrazione di un ormone renale (cortisone) per stabilire la pace mentale nel paziente. Non cerca di scoprire come attivare il meccanismo delle ghiandole surrenali, in modo che producano abbastanza ormoni *sotto ogni circostanza*.

Migliaia di anni fa la medicina-filosofia dialettica rivelò la causa della disfunzione surrenale, e prescrisse la cura: *macrobiotica*: cibi naturali in porzioni naturali.

La teoria di Reilly

Conosco solo quattro grandi scienziati di biologia e fisiologia in Occidente: (1) Claude Bernard; (2) il professore R. Quinon, che ha dedicato la vita alle ricerche sull'acqua marina, giungendo infine alla conclusione che tutte le creature viventi sulla terra hanno avuto origine nell'oceano; (3) L. Kervran, autore del meraviglioso

Trasmutazioni biologiche, e (4) il professor Reilly. Questi quattro (opposti a dualisti del calibro di Aschoff, Pasteur e Madame Curie) hanno sviluppato teorie monistiche. Voltando le spalle alla moderna scienza dualistica occidentale, hanno cercato qualcosa di più profondo e fondamentale – almeno inizialmente (sfortunatamente, essendo figli dei sistemi logici occidentali, aristotelici e cartesiani, sono infine ritornati al dualismo).

Nel maggio del 1954, Reilly consegnò i risultati dei suoi lunghi studi alla Société Biologique de France. Le sue notevoli tesi erano:

1. Non esistono germi specifici per ogni malattia.
2. Un germe può servire come stimolo meccanico solo per il sistema nervoso ortosimpatico.
3. I sintomi di tubercolosi, difterite, febbre tifoide, ecc. possono essere prodotti non solo da alcune varietà di germi, ma anche da un paio di pinzette o da un ago elettrico usati per eccitare certi punti sui nervi ortosimpatici.

(Questi enunciati minano le basi della batteriologia e della patologia molto più a fondo anche della teoria di Selye.) Inoltre, Reilly aggiunse:

4. L'uomo può essere immunizzato contro qualunque malattia "da germi" paralizzando oppure distruggendo il sistema nervoso ortosimpatico; questo può essere ottenuto chirurgicamente o attraverso l'uso di un farmaco come la clorpromazina.

Più importante è l'equilibrio e l'appropriato funzionamento del sistema nervoso ortosimpatico che, quando si trova in uno stato ultra-sensibile (yin), rende l'organismo vulnerabile a tutti i germi.

Non è magnifica la teoria di Reilly? Essa mostra che l'origine della malattia non è esterna ma interna. Noi stessi siamo la causa delle nostre malattie, non i germi.

Fin qui, Reilly aveva ragione; sfortunatamente il suo giudizio non rimase così elevato.

Nel 1883 Koch fece notizia dichiarando di avere scoperto il bacillo del colera. In una susseguente dimostrazione-discussione, Pettenkofer e uno dei suoi discepoli ingerirono un flacone con bacilli di colera per confutare la teoria di Koch. Pettenkofer sopravvisse, ma il suo discepolo morì. Perché? Perché il grande igienista, a differenza del suo discepolo, aveva una costituzione molto yang e un sistema nervoso simpatico estremamente robusto. Il discepolo, peraltro, aveva paura, il che sovraccitò il suo nervo simpatico. Il diencefalo di Pettenkofer, in buone condizioni, non era sotto "stress".

È ora ben chiaro che se il diencefalo e il sistema simpatico sono in buona salute possiamo resistere a qualunque "attacco". Non avvengono invasioni di microbi né stress.

Come si sviluppano un sistema simpatico e un diencefalo robusti? Solo la fame e la sete, le avversità, il lavoro duro, il freddo e

il caldo possono rafforzare questi sistemi. Essi devono essere allenati dalla prima infanzia, come anche nel periodo embrionale – tali sono gli insegnamenti della filosofia dell'Estremo Oriente. Tutti i grandi uomini nacquero da madri oneste e laboriose che avevano patito molte difficoltà, specialmente durante la gravidanza.

La ricerca di Reilly era piuttosto avanzata. Egli scoprì che i veleni metallici come zolfo, arsenico, nickel, piombo e nicotina non possono danneggiare il corpo se il sistema simpatico è stato prima trattato con la cloropromazina. Ma le sue idee erano note migliaia di anni fa in Oriente, come anche nel paese del Cristianesimo, lontano dal centro della civiltà:

"E questi saranno i segni che accompagneranno quelli che credono: nel mio nome scacceranno i demòni, parleranno lingue nuove, prenderanno in mano i serpenti e, se berranno qualche veleno, non recherà loro danno, imporranno le mani ai malati e questi guariranno." (Marco 16:17-18)

Che peccato che Reilly e Selye, essendo figli della filosofia occidentale, giunti a questo punto si fermarono, per persistere con i trattamenti sintomatici. Reilly raccomandò di immunizzarsi con la cloropromazina per *paralizzare* il sistema nervoso ortosimpatico. Piuttosto, avrebbe dovuto proporre mezzi per *rinforzare* i nervi, com'è per gli animali selvatici. Pensiamo al coccodrillo dell'Africa Nera, che vive così gioiosamente in uno sporco fiume pieno di germi e virus. Difficilmente si può dire che sia sotto "stress". E durante la Prima Guerra Mondiale ci furono molte meno perdite di vite, in un tempo in cui di antibiotici e medicine ce n'erano pochi, che nei moderni ospedali degli Stati Uniti e del Canada. L'abbondanza e l'abuso di antibiotici sono distruttivi.

La costanza dell'incostanza

Tutto è variabile in questo mondo relativo, e questa incostanza è la sola costante. Ecco perché la vita è così divertente, così interessante. La costanza dell'incostanza – che grande scoperta! Al confronto, tutte le altre scoperte dell'uomo non sono nulla – incluse la scoperta dell'America, di Urano e Plutone, del radio e del plutonio, dell'ipotetica legge del “magnetismo universale”, e di “ $E = mc^2$ ”. Tutto è nient'altro che un'immagine dell'eterna incostanza. Le leggi della conservazione della massa e dell'energia, dell'entropia – sono tutti “idoli” dualistici. La fede nelle “costanti” è l'origine di tutte le tragicommedie umane, di tutta l'infelicità. Perché non riconosciamo l'eterna costanza dell'incostanza, che è così ovvia? E perché non vediamo il Principio Unificante dello Yin e dello Yang che governa tutta l'incostanza?

Il Principio Unificante è la chiave verso la consapevolezza del fatto che ci troviamo sempre nel Regno dei Sette Cieli, i primi sei dei quali sono colonie dell'incostanza, e il settimo la Costanza Eterna e Infinita. Quando conosciamo la costituzione di questi sette cieli e comprendiamo la chiave yin-yang (conosciuta anche come Giustizia Assoluta), niente è più un mistero per noi in questo mondo relativo e finito.

Vorrei spiegarvi perché esistono “mille e un modi” per curare cancro, allergie, disturbi cardiaci e malattia mentale: dal momento che il metodo di cura si relaziona a ciascun individuo e ogni individuo è diverso, vi sono innumerevoli approcci.

Tale consapevolezza tiene conto dell'infinita molteplicità dei fenomeni. Questi innumerevoli metodi possono essere divisi in due categorie: sintomatici e fondamentali. L'ultimo approccio è efficace, laddove il primo fornisce un problematico e più temporaneo sollievo. Sebbene il metodo fondamentale (che ristabilisce un normale equilibrio umano) è fundamentalmente identico per tutte le malattie, le sue applicazioni sono personali e si traducono in innumerevoli sfumature e sottigliezze.

L'uomo sta facendo del suo meglio, anche se invano, per scoprire una cura sintomatica per il cancro. Se ne possono trovare migliaia, ma nella migliore delle ipotesi saranno tutte palliative e di scarsa efficacia. Alla fine non ci sarà altra scelta che adottare il metodo fondamentale.

Vi prego di comprendere due punti molto importanti: primo, che le cosiddette malattie “incurabili” o “croniche” possono essere guarite attraverso l'applicazione dell'antica filosofia-medicina dell'Estremo Oriente, sia come insegnamento morale che come alimentazione dialettica, o entrambi; e secondo, che dovete studiare

la filosofia pratica e dialettica se volete raggiungere una profonda comprensione delle sue applicazioni mediche, morali e alimentari (che si combinano per produrre i suoi poteri curativi). Questa filosofia è interessante ed estremamente utile nel valutare ogni idea e azione. Con essa, potete trasformare tutta l'infelicità in felicità, la difficoltà in gioia, la tristezza in gratitudine, il "cattivo" in "buono", tutta la povertà in ricchezza, la malattia in salute, la bruttezza in bellezza, l'ignoranza in saggezza, la debolezza in forza – e viceversa.

Sono riuscito a chiarire questi due punti? Avete afferrato il primo? E il secondo? Forse potete afferrarlo, almeno concettualmente – ma temo non sia così. Forse è un po' troppo difficile per voi, miei cari amici civilizzati – una conclusione che ho raggiunto a malincuore dopo aver provato così duramente per tanti anni.

E il problema è aggravato dal fatto che siete istruiti! Ma per adesso sarei contento se solo una manciata di persone in ogni paese prendesse interesse a questi studi.

È difficile, questa filosofia dialettica e paradossale. La sua concezione del mondo differisce dalla vostra. Ma perché è così difficile? A causa della sua semplicità! Non c'è altro che due concetti antagonisti, Yin e Yang. Questo è tutto. Ma voi dovete *applicare* questo principio polare unificante alla vita quotidiana. E anche se vi potrà sembrare imbarazzante, si dimostrerà di estremo interesse.

Dal momento dei suoi rivoluzionari primi passi nel diciassettesimo secolo, la scienza moderna è progredita con passi da gigante. Francis Bacon attaccò violentemente i quattro idoli della Tribù, la Caverna, il Mercato e il Teatro. La scienza sperimentale aveva avuto inizio. Seguì il positivismo. La teoria di Copernico sconvolse la nostra classica visione del mondo. Quindi fu il tempo del meccanicismo, della medicina sperimentale e del pragmatismo, i quali tutti richiedevano osservazione, descrizione, sperimentazione, precisione oggettiva ed esattezza. La scienza si ramificò. Specialità ed esperti abbondarono. E infine siamo stati testimoni della morte del concetto atomico e dell'inizio delle trasmutazioni, della cibernetica, degli sputnik e della produzione di 95.000 bombe idrogeno. L'incertezza e la paura dominano. Dove ci ha portato la nostra civiltà scientifica e tecnica?

Questo è un altro esempio dell'incostanza del nostro mondo finito e relativo. Presto vedremo una catastrofe scrivere la fine dell'intero genere umano o la nascita di un mondo tutto nuovo – un'era dell'uomo dopo l'era animale. Fino a oggi tutti i cambiamenti sono stati materialistici, sensoriali, sentimentali, fisici, chimici, intellettuali, economici e tecnici – ma per nulla umani. Adesso i cambiamenti scientifici e tecnici hanno raggiunto un vicolo cieco e ci si apre innanzi una strada nuova e completamente sconosciuta, che conduce allo sviluppo del giudizio umano.

L'intera nostra condotta dipende dal giudizio – pazzia o sanità mentale, guerra o pace, felicità o infelicità. Ma esistono sette gradi di giudizio: meccanico, sensoriale, affettivo, intellettuale, sociale, filosofico e supremo. Il giudizio responsabile della civilizzazione scientifica e tecnica è limitato al primo o al secondo stadio, meccanico o sensoriale. Adesso dobbiamo ascoltare le note più alte.

La rivoluzione fisica, economica e tecnica è grandemente avanzata. Abbiamo proceduto a una velocità fantastica. Perché non procedere anche verso una nuova direzione filosofica ed etica? La domanda è solo come.

È la domanda più importante.

Utilizziamo la bussola di Yin e Yang. Questa logica pratica e dialettica, una logica universale, è sufficiente (comunque, non confondete questo strumento così semplice che chiunque può fabbricare e gestire facilmente con l'autorità deificata di Aristotele o con la Bibbia).

La civiltà scientifica e tecnica, che è in procinto di collassare, cambierà rotta una volta dotata di questa bussola: Yin-Yang, e molto probabilmente realizzerà una rivoluzione senza precedenti e mille volte più sconvolgente – a causa della sua natura fondamentale – di quella provocata dalla teoria di Copernico. La scienza e le tecniche di oggi sono dualistiche e appartengono al sistema di Tolomeo. Sono esclusive, fisiche e chimiche. Ignorano la vita, la memoria, il pensiero, lo spirito, l'elettricità e il magnetismo. Soprattutto, sono inconsapevoli dell'Unità: Felicità, Libertà e Giustizia Infinite. Esse sono rese cieche da spesse mura nucleari.

La scienza e la tecnologia sono progredite alla maniera di Cook, Drake e Cristoforo Colombo, vale a dire navigando ciecamente a tentoni attraverso una geografia sconosciuta. Per ricostruire la civiltà scientifica e tecnica dobbiamo fare uso del Principio Unificante, bussola indispensabile per la navigazione verso il nuovo mondo di pace e gioia durature.

Ma non abbiate paura se sono in pochi ad ascoltarvi e seguirvi. Ci sono sette gradi di giudizio, e più basso è il giudizio, più alto il numero di seguaci.

Più grande il davanti, più grande il dietro.

Allo stesso modo, se il cancro è la malattia più "incurabile", essa è anche la più "curabile", la più facile da vincere se ne cercate la causa, che risiede dentro di voi. L'introspezione vi insegnerà come l'avete generata. Se scoprite il meccanismo, potete allora modificare l'orientamento della vostra sempre più oscura civiltà. In questo senso, il cancro può essere il vostro salvatore!

"Occhio per occhio e dente per dente".

"Diecimila chicchi di grano per un chicco".

L'atteggiamento rappresentato da "Occhio per occhio, dente per dente", è riconducibile alla mentalità infantile e feroce che sta al cuore della medicina sintomatica. È una mentalità piena di ostilità e di imprecazioni. Il suo habitat è l'Inferno.

Ma la filosofia e la biologia dell'Estremo Oriente proclamano: "Restituisci diecimila chicchi per un chicco". Nella pratica, un chicco rende circa 10.000 chicchi. Questa è la legge fondamentale della biologia. Così, se vi è stato reso un favore di un minuto, restituite un favore di 10.000 minuti come appropriata espressione della vostra gioia. Se il vostro benefattore è morto, restituite ciò che dovete ai suoi familiari. Se qualcuno vi cava un occhio, ritirtevi e chiedetevi qual è stata la causa di tanta crudeltà. Se il problema risiede nell'incomprensione dell'altro, cercate un modo per salvarlo attraverso un atteggiamento gentile. Se non riuscite a convincerlo con gentilezza, è colpa vostra.

Poi, dopo che avete trasformato il vostro nemico nel vostro benefattore, cercate 10.000 persone simili e trasformate anch'esse.

Ricordate, tuttavia, che in natura non esiste alcuna incomprensione. In natura, *siete sempre voi a sbagliare. È colpa vostra*. Se divenite preda del cancro, delle allergie o di qualunque altro male, guardate prima di ogni altra cosa voi stessi. Trovate i vostri errori, correggeteli, e poi insegnate a 10.000 persone ciò che avete scoperto sulla malattia.

"Diecimila chicchi per un chicco" è l'espressione di una profonda mentalità colma di infinita gratitudine, di infinita gioia. Nella sua pratica si può trovare la pace.

"Ma io vi dico di non opporvi al malvagio; anzi se uno ti percuote la guancia destra, tu porgigli anche l'altra". Questo stupendo consiglio è difficile da praticare a causa del basso giudizio intrappolato al livello sensoriale o affettivo. La nostra filosofia dell'Estremo Oriente insegna: "Se qualcuno vuole aggredirti o ucciderti, è per vostra colpa, perché voi lo avete adirato". Discussioni e proteste sono senza valore. Chiedetegli umilmente perdono, quindi ritiratevi, così che la vostra presenza non lo possa irritare ancora di più. Cercare di scoprire come comportarvi per conquistare il suo amore, la sua comprensione e la sua gratitudine. Se costui vi ama, accetterà tutto ciò che dite e vi darà tutto ciò che possiede invece di ferirvi o uccidervi. Tutto dipende da un approccio gentile. Dovete imparare come "convincere senza parlare" e "conquistare senza combattere".

La nostra filosofia insegna anche che non esiste alcun nemico o malfattore in questo mondo – natura e società umana incluse. Esistono soltanto malintesi, incomprensioni e comportamenti problematici.

Questa è la mia interpretazione delle parole “amate i vostri nemici e pregate per i vostri persecutori“. Le controparti biologiche e fisiologiche di questo principio sono le pietre fondanti della medicina orientale, laddove mi sembra che la medicina sintomatica “civile” sia l’opposto; essa maledice e condanna, rimanendo fino alla fine nemica giurata della malattia.

L’esclusivismo emotivo è l’Inferno stesso. Se uccidete il vostro avversario perdete, nel medesimo istante, ogni possibilità di vittoria. Non potete più essere il “vincitore”, dal momento che il “perdente” ha cessato di esistere. Forse apparirà un altro antagonista, che questa volta sconfiggerà *voi*. La vendetta è spontanea. Il primo diventa l’ultimo. La vittoria è sconfitta. Ogni cosa è paradossale in questo mondo relativo.

"La vita è morte", disse Claude Bernard. Intendeva dire che la vita conduce inevitabilmente alla morte o che vita e morte sono due nomi per un solo e identico mistero? La morte è la vera identità della vita? Cosa ne pensate?

La filosofia orientale presenta una visione panoramica dell’Infinito Universo e insegna che la Vita è eterna, che Vita significa esistere, e che l’idea di “morte” è semplicemente una illusione. La morte non esiste. La morte è una finzione creata da un uomo costretto alla paura dalla propria cecità mentale – il giudizio offuscato. Solo chi ha paura vede “nemici” e “morte”.

La filosofia universale pratica e dialettica ci insegna come vivere una vita bella, lunga e divertente – senza paura di *nulla*.

APPENDICE UNO
L'Ordine dell'Universo
e il Principio Unificante

I. L'Ordine dell'Universo: *Sette principi dinamici universali che descrivono il mondo relativo e le sue relazioni con l'Infinito Universo (Unità).*

- 1) Tutti i fenomeni visibili e invisibili sono manifestazioni dell'Unità.
- 2) Tutti i fenomeni visibili e invisibili sono diversi gli uni dagli altri.
- 3) Tutti i fenomeni visibili e invisibili sono in costante mutamento.
- 4) Tutti i fenomeni visibili e invisibili hanno un inizio e una fine.
- 5) Tutti i fenomeni visibili e invisibili hanno un davanti e un dietro.
- 6) Più grande il davanti, più grande il dietro.
- 7) Tutti gli antagonismi sono complementari.

II. Il Principio Unificante: *Dodici teoremi dinamici universali che descrivono la creazione e il funzionamento del mondo relativo.*

- (1) L'Unità (infinita espansione) si manifesta continuamente, in ogni luogo e momento, come divisioni di sè stessa che creano due forze: centrifugalità (espansività) e centripetalità (contrattività).
- (2) Definiamo centrifugalità "Yin" e centripetalità "Yang".
- (3) Yin e Yang mutano costantemente l'uno nell'altro.
- (4) All'estremo dello sviluppo, Yin produce o diventa Yang e Yang produce o diventa Yin.
- (5) Yin attrae Yang e Yang attrae Yin.
- (6) La forza di attrazione tra Yin e Yang è maggiore quando la differenza tra essi è maggiore, e minore quando è minore.
- (7) Yin respinge Yin e Yang respinge Yang.
- (8) La forza di repulsione tra Yin e Yang è minore quando la differenza tra essi è più grande, e maggiore quando è più piccola.
- (9) Yin e Yang, combinati in un'infinita varietà di proporzioni, producono l'energia e tutti gli altri fenomeni visibili e invisibili.
- (10) Nessun fenomeno è solo yin o solo yang; tutti i fenomeni sono composti sia di Yin che di Yang.

- (11) Nessun fenomeno è bilanciato; tutti i fenomeni sono composti di ineguali proporzioni di Yin e Yang.
- (12) Tutti i fenomeni sono yang al centro e yin in superficie.

"Uno produce due, e due produce tre", dice Lao Tzu. Il "tre" delle sue parole rappresenta tutto ciò che esiste in questo mondo relativo (dopo che l'Unità si divide, creando la polarità duale: Yin e Yang). Le divisioni successive producono continuamente un'infinita varietà di fenomeni. Quando una forza ne incontra un'altra (Yin e Yang si incontrano), si formano spirali, producendo così ancora più fenomeni. Questo processo si ripete senza sosta, ovunque, costantemente.

Yin è la centrifugalità: la forza di espansione, dilatazione e diffusione. Yang è la centripetalità: la forza di contrazione, restringimento e coesione.

Lo Yang genera il calore, la luce, la radiazione infrarossa, l'attività, la secchezza, la densità, la durezza. Lo Yin produce il freddo, l'oscurità, la radiazione ultravioletta, la passività, l'umidità, la leggerezza e la morbidezza.

Dire che qualcosa è "yang" significa che il suo Yang (forza centripeta) eccede il suo Yin (forza centrifuga), ed è vero il contrario quando parliamo di qualcosa come "yin". Ad esempio, a confronto della donna, l'uomo è più attivo, compatto e duro. Il suo corpo è in realtà meno elastico rispetto a quello di una donna. Inoltre la percentuale di globuli rossi nel suo sangue è più elevata. Questi fattori (assieme a molti altri) sono tutti indicativi del fatto che lo Yang (forza centripeta) è maggiore negli uomini che nelle donne.

Il Principio Unificante di Yin e Yang non è altro che la legge del Mutamento, base delle grandi religioni dell'uomo. La vediamo all'opera ogni giorno delle nostre vite, ma ne siamo spesso inconsapevoli. La notte diventa giorno. La malattia diventa salute. L'ignoranza diviene saggezza... E viceversa. Se lo Yin non diventasse Yang, allora cosa farebbe? Se gli scolari fossero già istruiti, come gli si potrebbe insegnare? Tale è il meccanismo della Giustizia Assoluta: la legge yin-yang, che governa tutti i fenomeni, visibili e invisibili.

APPENDICE DUE

Il raffreddore

Il comune raffreddore, la cui esistenza nota fin dai primi giorni della medicina, non può ancora essere curato. La moderna medicina sintomatica in tutta la sua gloria e il suo orgoglio non può fare nulla di più che ribattezzarlo "allergia generale". Questa parola, "allergia", una magica invenzione che non spiega nulla, rivela l'ignoranza, l'arroganza e l'irresponsabilità dei medici "scientifici" nel corso dei secoli.

Recentemente, il governo degli Stati Uniti ha deciso di stanziare 20 milioni di dollari per lo sviluppo di un vaccino contro il raffreddore. Non è ridicolo che un tale enorme ammontare di denaro sia speso nella ricerca di un rimedio che può essere solo sintomatico e palliativo, specialmente in considerazione del fatto che così tante invenzioni farmaceutiche, mediche e chirurgiche del passato, inizialmente acclamate, sono poi risultate al più di valore discutibile? E se si riuscisse a sviluppare un vaccino per i 1.100.000 americani che ogni giorno si ammalano di raffreddore, allora non si dovrebbe fare qualcosa per gli affetti da febbre da fieno, il cui numero raggiunge annualmente 30.000.000?

E questo è solo l'inizio. Il Presidente Eisenhower ha dichiarato durante una sessione del Congresso nel 1954 che "50 milioni di americani oggi in vita moriranno di disturbi cardiaci" e che, secondo le statistiche ufficiali, 128 milioni di americani soffrono di malattie croniche. Quanti vaccini dovranno essere inventati per portare a destinazione l'assurdo viaggio iniziato da Jenner e Pasteur? Non è un circolo vizioso che produce sempre più "meravigliosi" inibitori di un esercizio di sintomi in costante crescita?

Nonostante il raffreddore sia stato rinominato "allergia", esso esiste ancora ed è anche più diffuso. Curiosamente, nessuna specie vivente sul pianeta ne soffre come l'uomo; tigri, elefanti, uccelli e insetti non ne sono affetti, nè lo sono i pesci, i vermi o l'erba. Sopravvivono tutti senza raffreddori, e senza riscaldamento centralizzato nè calde vesti sottratte agli altri animali sotto forma di lana e pelliccia.

Perché invece la medicina sintomatica non cerca di comprendere il meccanismo dell'immunità mostrata da animali terrestri, uccelli, pesci e insetti? Ahimé! Quando l'uomo pensa ad essi, è solo con l'idea di ucciderli...

"Se devo uccidere per difendere me stesso", diceva Gandhi, "preferisco essere ucciso". Tutta la vita egli deplorò il fatto di essersi trovato nell'impossibilità di abbandonare completamente l'uso del latte di capra – in altre parole, di vivere senza sfruttare altri animali.

Uccidere altri esseri viventi significa uccidere sè stessi. Sfruttare altri esseri viventi, vivere a tutti gli effetti come uno schiavista, è ugualmente suicida. Sopravvivendo in modo parassitario, si inibisce e si lascia atrofizzare la propria creatività e produttività che (secondo la filosofia Vedanta) sono l'essenza della vita stessa. Il moderno uomo civilizzato, così costante nello sfruttare gli altri animali inclusi quelli della propria specie, contrae sempre più raffreddori a dispetto di un consumo annuale di aspirina di un migliaio di tonnellate nei soli Stati Uniti.

Ma un raffreddore non può essere definito solo come un disturbo passeggero e come la perdita di un certo numero di giorni lavorativi. Per ciascuno di tali malanni dobbiamo pagare un prezzo molto alto sotto forma di indurimento delle arterie e dei tessuti del corpo.

Secondo il Principio Unificante della Scienza e della Filosofia dell'Estremo Oriente, la causa di un raffreddore è la generale yinnizzazione. Consumiamo troppo cibo yin, vale a dire cibo ricco in vitamina C, potassio, calcio, fosforo, acqua, ecc., e non stabiliamo un normale equilibrio yin-yang nei nostri organismi. Invece di ristabilire proporzioni yin-yang corrette nella nostra dieta, ciò che curerebbe la *causa* della malattia, ingeriamo farmaci estremamente yin che eliminano i sintomi (paralizzando il sistema nervoso ortosimpatico), e portano di conseguenza a una condizione notevolmente peggiore. La medicina moderna non mostra nessun reale interesse per le cause della malattia. È completamente ignorante delle cause del comune raffreddore e di fatto non le cerca neppure. La sua preoccupazione principale è la terapia palliativa, che sopprimerà i sintomi del paziente. Non è neppure disturbata dal fatto che la ricerca di un rimedio sintomatico si è rivelata infruttuosa. Perché, invece di ricercare una soluzione fondamentale, unificante e definitiva ai problemi della malattia, la medicina ufficiale preferisce una serie interminabile di ricette sintomatiche, palliative e temporanee? La mia conclusione è che l'origine di questa mancanza è il dualismo o separatismo umano, variamente manifesto nelle contrapposizioni di spiritualismo-materialismo, egoismo-altruismo, scienza-filosofia, Dio-uomo, corpo-anima, *ad infinitum*. E da quale sorgente scaturisce tale dualismo? Da nulla di meno che una vera e propria sclerosi, *la morte delle cellule cerebrali*.

Lo "strumento di precisione" della civiltà moderna – la scienza – è cieco; le sue capacità di giudizio sono compromesse. (Senza una tecnica pratica, la filosofia diventa inutile, mentre al contempo una tecnica senza un principio guida è assurda e spesso pericolosa. La migliore dimostrazione di ciò è il pericolo sotto il quale oggi vive l'intera umanità – l'annientamento nucleare...).

Il monismo è la bussola, o il radiogoniometro, universale dell'uomo, che indica la strada verso la consapevolezza della Felicità Eterna, della Libertà Infinita e della Giustizia Assoluta. Ma occorre evitare attentamente equiparazioni con “regola della maggioranza”, libertà costituzionali, o concetti giuridici di “giustizia”.

Oggi stiamo assistendo alla fine drammatica di ogni autorità classica, al tramonto della fede nelle tecniche sperimentali di August Comte, nell'approccio empirico di Darwin, nella filosofia cartesiana di Kant, nelle teorie della logica formale, dell'atomismo e dell'interscambio economico.

Senza dubbio, Comte come altri pensatori del diciottesimo secolo era in torto nel predire che il potere opprimente e convenzionale della deformata e mummificata Chiesa Cattolica si sarebbe presto rovesciato. Molti secoli prima di Comte, Martin Lutero ed Erasmo da Rotterdam si erano ribellati. Eppure ancora oggi il Cattolicesimo rimane sicuro nel suo dominio, e lo stesso Protestantesimo è degenerato in un'altra forma di religione non meno opprimente e reazionaria. Inoltre, al termine della propria vita lo stesso Comte si volse verso la “religione”, come in precedenza aveva fatto anche Newton.

Fortunatamente, in questo momento critico della storia è apparso Louis Kervran ad aprire nuovi orizzonti di visioni senza fine dalle finestre infinitesimali della trasmutazione biologica. La sua scoperta non soltanto pone fine alla chimica classica, ma seppellisce anche il tradizionale pensiero scientifico. Il suo libro, *Trasmutazioni biologiche*, contiene una completa spiegazione delle sue idee.

La scienza ha ora raggiunto l'epoca della sua trasformazione in filosofia. Ma “... la scienza moderna appartiene ancora all'età della pietra”, afferma Rachel Carson nel suo libro *Primavera Silenziosa*. E tutti coloro che hanno letto o ascoltato Kervran saranno d'accordo. Cosa possiamo quindi attenderci, filosoficamente parlando, da una scienza che non ha ancora superato la sua “età di Neanderthal”? È plausibile che possa crescere e maturare fino al punto da assicurarci la consapevolezza della Libertà Infinita, della Felicità Eterna e della Giustizia Assoluta? Per quanto generosi potremmo voler essere, non possiamo attendere le migliaia di anni necessarie perché si compia una tale speranza.

Ma c'è un'altra strada – la strada del Principio Unificante della scienza e della filosofia dell'Estremo Oriente con la sua dialettica di Yin e Yang. Introdussi questo principio monistico polarizzabile nel mio primo libro in francese, scritto circa trentacinque anni fa sotto i tetti di Parigi quando ero un povero studente. Esaminiamo cosa può portarci.

Secondo la teoria del monismo polarizzabile, possiamo classificare in due categorie antagonistiche e complementari – Yin e

Yang – non solo tutti i composti chimici di uso agricolo e industriale, ma anche migliaia di prodotti commerciali, sanitari, alimentari, biologici e fisiologici.

La nostra salute e la nostra vitalità dipendono dalla simultanea assunzione di alimenti yin e yang in proporzioni che conducano allo stabilirsi di un normale equilibrio umano. Soltanto cibi yin, o soltanto cibi yang, portano alla morte. Proporzioni sbilanciate (anormali) di alimenti yin e yang si traducono in malattia, dolore, infelicità, crimine, ogni sorta di miseria e di avversità e, a coronamento, il più grande di tutti i mali: la guerra nucleare, una minaccia per l'esistenza dell'umanità intera.

Il gruppo di elementi chimici con caratteristiche yang è composto da idrogeno (H), carbonio (C), litio (Li), sodio (Na) e arsenico (As). In prima linea nel gruppo yin c'è l'ossigeno (O); quindi vengono azoto (N), potassio (K), fosforo (P) e la grande maggioranza di tutti gli altri elementi chimici. Nel mio libro prima citato, *Le Principe Unique de la Philosophie et de la Science d'Extrême-Orient* [ed.it. *Introduzione alla scienza della macrobiotica* – Arcana 1975], ho esposto la base spettroscopica di questa classificazione degli elementi chimici.

I biologi sanno che la vita sulla terra non può esistere senza sodio e potassio. Tutti gli esseri viventi li contengono entrambi – la proporzione, tuttavia, varia secondo le caratteristiche di ciascuna specie, la nascita e lo stile di vita. Sebbene alcune, poche, specie con strutture molto semplici vivono senza questi elementi, esse richiedono comunque una combinazione di due elementi principali (per esempio H e O oppure C e O) in una relazione di opposizione yin e yang.

Se lo Yin diviene assolutamente dominante nella costituzione di un essere vivente, tale essere scomparirà. Lo stesso risultato fa seguito all'assoluta dominanza dello Yang. Assicurare una proporzione bilanciata tra Yin e Yang è della massima importanza. Tenete a mente questo: possiamo asserire che *non esistono veleni in natura*, ma soltanto una mancanza di armonia, un inadeguato bilancio tra Yin e Yang (centrifugalità e centripetalità).

Un organismo con una costituzione stabile sarà in grado di assorbire e neutralizzare qualunque prodotto sbilanciato — fino a un certo punto. In realtà, possiamo anche estendere questa teoria al suo limite dicendo che gli organismi in salute possono assorbire e neutralizzare *ogni* veleno. Il caso storico del monaco Rasputin è un esempio di questa capacità portata all'estremo.

Anche nelle loro azioni, gli uomini mostrano opposte tendenze, anch'esse classificabili come yin o yang. Di fronte a un problema quale, ad esempio, una malattia congenita, alcuni uomini reagiscono con paura. Gradatamente o rapidamente, secondo l'individuo, questa *paura (yin)* evolve in *ostilità (yang)* che si esprime con violenti

attacchi volti alla totale soppressione dei sintomi. La causa, generalmente ignorata, trova presto altri mezzi per esteriorizzarsi. Così, una catena di sommari atti di violenza disturba e deteriora l'ambiente interiore e, se non controllata, conduce alla morte. Prospettiva infernale: la guerra nucleare è l'equivalente su scala globale della brutalizzazione dell'uomo originata dalla sua stessa paura.

Altri uomini reagiscono alla comparsa della malattia con sorpresa invece che con paura. Sono portati a riflettere e fare autocritica per scoprire la causa, che è sempre l'ignoranza della legge naturale. Questa ricerca è agevolata dal digiuno e dalla meditazione, che portano allo sviluppo di un giudizio chiaro, culminante nella pace.

Il primo di questi due atteggiamenti esemplifica il modo di vivere di una nazione yang, mentre il secondo quello di una nazione yin. La civiltà occidentale si è sviluppata lungo le prime linee, mentre la civiltà orientale ha scelto la seconda strada. Che siamo preoccupati del "biocidio" derivante dagli effluenti chimici oppure della minaccia dell'annientamento nucleare, stiamo ugualmente avendo a che fare con le conseguenze della prima mentalità.

Il dualismo della scienza non può, naturalmente, sintetizzare una concezione globale dell'universo. Tuttavia, oggi vengono fatti nel mondo profondi sforzi per sviluppare una filosofia che porti a integrare tutta la conoscenza, inclusa quella della scienza. In questo stesso istante una dozzina di gruppi sta lavorando nel solo Giappone a questo obiettivo. La morte della teoria di Comte è confermata. La scienza oggi aspira a diventare filosofia.

Negli Stati Uniti il professor Herbert Ratner, uno specialista in prevenzione e igiene pubblica, ha recentemente mostrato come l'America sia la nazione più ricca non soltanto in termini di denaro ma anche di persone malate. Ogni giorno 1.100.000 cittadini sono affetti da raffreddori, mentre al tempo stesso la nazione detiene il primo posto nel suo ricorso esagerato a vaccinazioni, chirurgia, medicine e farmaci.

"Perché siamo il più miserabile paese al mondo nel campo della salute?", si chiede il professor Ratner. E conclude: "... perché ci manca una filosofia".

Dopo tutto, la scienza è solo uno strumento, una tecnica sensoriale per percepire e con cui sperimentare, e per descrivere ciò che accade in questo mondo di relatività. Ma la Vita è infinitamente più vasta della scienza. Infatti, essa è l'Infinito, di cui il nostro mondo è solo un *punto geometrico infinitesimale*.

La vita offre un duplice aspetto: la materia "visibile" del mondo della relatività, e l'"invisibile" che la crea. Il visibile scaturisce sempre dall'invisibile.

"La materia viene dalla non-materia e l'energia è continuamente creata da nessun luogo", concluse il professor P. W. Bridgman, prima di abbandonare nel pessimismo le ricerche scientifiche di una vita e suicidarsi all'età di settantannove anni.

Oggi l'esistenza dell'uomo è minacciata dal "biocidio" chimico e dalla guerra nucleare. Perché questo duplice pericolo, senza precedenti nell'intero corso della storia umana?

La nostra risposta è semplice. Queste minacce non sono altro che i sintomi di una malattia universale, mortale in modo più fondamentale, una malattia del giudizio. L'uomo negli ultimi secoli è stato accecato, intossicato e paralizzato dalla medicina chimica, sintomatica e industriale, che è il prodotto della cosiddetta logica "formale" (dualistica).

APPENDICE TRE

Oltre i miracoli

Coloro che praticano la macrobiotica da anni, o che sono cresciuti sotto la sua tutela, possiedono una grande forza spirituale – che persone meno fortunate potrebbero intendere come “potere miracoloso”. Ma in realtà la parola “miracolo” appare soltanto nei vocabolari di coloro che non comprendono l’Ordine dell’Universo. La macrobiotica utilizza un’altra parola comunemente abusata, “Giustizia”, per designare la costituzione dell’Ordine dell’Universo e il principio dialettico dei suoi mutamenti. L’uso corrente di queste parole chiave, “miracolo” e “Giustizia”, nelle ordinarie conversazioni, rivela una profonda incomprensione.

Quelli che credono nei miracoli, che credono nell’irrazionale, e che rifiutano di risolvere i misteri, confinano se stessi al secondo o al terzo livello di giudizio – sensoriale o affettivo.

Originariamente, la scienza empirica apparteneva al quarto, il livello intellettuale, dove non si crede ai miracoli. Ma fintanto che gli scienziati danno credito a una finzione come “ $E = mc^2$ ”, assomigliano a degli ingenui che si accontentano di esclamare “miracolo!” senza capire⁹. Curiosamente, molti nel campo della scienza impiegano solo il giudizio sensoriale, il secondo livello, mostrando una sorta di bigottismo professionale. La maggior parte delle leggi scientifiche appartengono a un livello che non raggiunge nemmeno le conquiste di Einstein — le fantasiose ipotesi di Newton e Lavoisier, e la termofisica di Carnot, per esempio. La legge di Lechatellier¹⁰ è un’eccezione molto rara, così come la legge dell’asimmetria (che Pasteur ha lambito). Se queste leggi fossero state perfette e unificate, la verità e il principio di Yin e Yang che governa l’universo sarebbero stati più vicini all’essere compresi. Sono state fatte altre parziali scoperte di questo Ordine, ma – come è naturale provenendo da persone preoccupate solo della realtà visibile – da esse non è venuto nulla di più.

Nondimeno, il nostro disappunto potrebbe essere un po’ prematuro dal momento che, come risultato della legge “più grande il davanti, più grande il dietro”, devono certamente esistere indagatori

⁹ La traduzione americana fa riferimento all’organizzazione dei “miracle-watchers”. Si è preferito in questo caso ripristinare l’originale francese. [ndTrad.]

¹⁰ In ogni sistema in equilibrio, qualsiasi cambiamento nelle condizioni si traduce in un cambio di equilibrio in una direzione che annullerà parzialmente il cambiamento.

della natura del mondo invisibile intelligenti e sinceri. Non vi sono stati forse Goethe, Samuel Butler, Pierre Louÿs ed Élisée Reclus?

Molto più straordinari dei miracoli sono (1) La formidabile costruzione conosciuta come "l'universo": la scienza non ha la benché minima idea delle sue dimensioni; dopo tutto, per la scienza, tutto ciò che non può essere direttamente percepito deve essere inesistente; (2) Le trasmutazioni perpetue, l'Infinito Universo che promuove tutti i possibili cambiamenti per ognuna della sue unità e in ciascuna delle sue parti a velocità fantastica e sempre variabile; (3) Il Principio Unificante: che ci consente di spiegare questi cambiamenti e trasmutazioni; (4) La rapidità: in questo Incessante Universo di miliardi di miliardi di sistemi solari, ciascuno mantiene la propria orbita mentre si muove con velocità straordinaria.

Anche i cieli, i pianeti e questa Terra
che sta al centro di tutto l'universo
rispettano per primi, tra di loro,
grado, priorità, collocazione,
stabilità, stagione, forma, moto,
rapporto, impiego, ruolo di ciascuno;
il tutto in base ad un criterio d'ordine
(Shakespeare - *Troilo e Cressida* Atto I, Scena III)

(5) La vita, che è apparsa in questo cielo tra miliardi e miliardi di cieli! Non è il più grande di tutti i miracoli? "La nostra scienza è ancora una bambina nell'Età della Pietra", ha scritto Rachel Carson in *Primavera Silenziosa*. E questa scienza-bambina non sa nulla della storia, della natura e della funzione della Terra, la sua cosiddetta madre. La gioia della scoperta di circa 92 diversi elementi è infine svanita, perché questi elementi sono scomparsi come la nebbia, trasformandosi in labili gocce di rugiada chiamate "particelle subatomiche". D'un tratto sono state trasformate in elettricità yin ed elettricità yang. La scienza ha perso la sua ragion d'essere? Il mondo visibile è finito. Il mondo invisibile si è rivelato, spettacolarmente. Messa di fronte a questa scoperta, la scienza trattiene il respiro. Nel frattempo, la Vita va avanti, incessantemente. Colori meravigliosi appaiono nei fiori, e gli alberi consegnano frutti deliziosi. La grande sfera della Terra produce proteine e grassi, carboidrati, vitamine, enzimi e minerali. Plancton, pesci, uccelli e animali terrestri appaiono dal grembo della terra in una continua, incessante evoluzione! Oh! Quale miracolo!

(6) C'è un miracolo ancora più grande – la memoria. Senza dubbio una delle maggiori realizzazioni dell'era della tecnologia è stato il computer, una macchina che può fare il lavoro di molte migliaia di intellettuali e di alcuni milioni di matematici. Sta creando

una rivoluzione industriale. E tuttavia il cervello umano – che è un millesimo delle dimensioni delle più grandi macchine cibernetiche – ha una memoria miliardi di volte superiore, è dotato di immaginazione, intuizione, giudizio e volontà; ed è capace di comprendere la pace, la libertà, la giustizia, la felicità, la salute, la bellezza e anche l'amore. Chiaramente, è questo il più grande miracolo!

Tutto ciò che la scienza ha scoperto nel mondo visibile è solo un puntino, un mero granello di sabbia sulla spiaggia senza confini dell'Infinito Universo. Com'è ridicolo che l'umanità abbia seguito la scienza con una tale fiducia, con una docilità da vacca!

(7) La scienza sta attraversando una rinascita. Questo costituisce il settimo miracolo. Caduta nella disperazione allo svanire del mondo visibile, la scienza è in procinto di porre fine alla propria miseria. Ma una delle sue quindici miliardi di cellule cerebrali ancora funziona: il suo nome è Kervran. Yin (la scienza) ha prodotto yang (Kervran).

Kervran ha aperto i propri occhi. Si è alzato. Ha iniziato a camminare, ispezionando il nuovo mondo. In attenta osservazione per più di trent'anni, egli ha udito l'oracolo della trasmutazione. Nel nostro attuale ambiente sociale è praticamente impossibile che egli sia riconosciuto dalla scienza. Ciò che ha visto è quasi al di là delle sue stesse convinzioni, al punto che egli stesso inizialmente dubitò della propria visione. Ha scelto di rimanere in silenzio per trent'anni, riesaminando il meccanismo che aveva scoperto, dandosi pizzicotti per essere sicuro che non fosse un sogno.

Allo stesso tempo stava accadendo un altro miracolo. Un altro uomo, nato a seimila miglia di distanza, era in cerca di un occidentale che potesse intendere il mondo dell'invisibile. Dopo grandi difficoltà egli finalmente trovò Kervran – due anni fa all'età di sessantotto anni. Più grande il davanti, più grande il dietro: la gioia di quell'uomo dalla pelle gialla fu difatti molto grande!

"Tu hai aperto i cancelli attraverso i quali l'umanità può sfuggire al chiuso, piccolo mondo del visibile.. Di fronte al genere umano distendi la magnifica prospettiva della presa di coscienza del mondo invisibile. Le tue scoperte sono senza precedenti nella storia della scienza!"

Potranno i due stranieri, che si incontrano per la prima volta dopo sessanta e sessantotto anni di vita sulla Terra, capirsi l'un l'altro? Questa sarebbe una indicazione di un punto di partenza per una vera rinascita della scienza, che io auspico con tutto il mio cuore.

Ma ci sono miracoli ancora più straordinari. Com'è tragico che coloro i cui occhi sono velati non possano vederli. È come se fossero stati loro dati i biglietti per il teatro e si trovassero seduti, inermi,

davanti a un palcoscenico buio, mentre colui il cui giudizio è disvelato assiste a un'affascinante rappresentazione che non dura solo due o tre ore, ma cinque anni, dieci anni, cinquant'anni e anche miliardi di anni. Egli è consapevole della Verità Assoluta (Felicità Infinita).

I biglietti per questo spettacolo universale sono vostri, su richiesta. Tutto è gratuito per coloro che sono giunti alla comprensione dell'Ordine dell'Infinito Universo e del suo principio costitutivo: Yin e Yang.

APPENDICE QUATTRO

La settima condizione della salute: giustizia per l'uomo

Ci sono molte cose in questo mondo che “vediamo senza vedere”, “ascoltiamo senza ascoltare”, e “non comprendiamo, anche se ne parliamo costantemente”. La giustizia è una di queste.

Libertà, felicità, vita, pace, eternità, salute, armonia, bellezza, verità – queste così come la giustizia sono oggetto di discussione e di desiderio di tutti. Eppure è come se la maggior parte delle persone fosse intenta a ricercare i loro opposti, nel tentativo di vivere “in sicurezza”.

Schiavitù, infelicità, morte, guerra, malattia, incertezza, bruttezza, menzogna e legge – hanno tutte i loro praticanti, professionisti che si specializzano nella produzione di massa o nella commercializzazione di queste imitazioni della verità: venditori di farmaci, educazione, religione, munizioni, assicurazioni, diplomi, tecnologia, ecc. Le ricerche di scienza, filosofia e rivoluzioni sono ugualmente fuorviate.

Esistono sia il “visibile” che l’“invisibile”, il primo misurabile nei fenomeni del mondo che possiamo vedere, il secondo nascosto oltre la portata degli strumenti. Alcuni, come Democrito, Epicuro, Aristotele, Cartesio e Darwin decisero che il “visibile” costituiva l’unica vera realtà e che l’invisibile era inesistente. I loro oppositori sostennero che l’“invisibile” è la vera realtà e che il “visibile è solo un’ombra o un’illusione”. Esempi sono filosofie come Koku-u-zo-o (infinita espansione), Sunyata e Vedanta, e individui come Lao Tzu, Gautama Buddha, Nagarjuna, Asanga, e Gesù Cristo (come in ogni cosa, si possono distinguere due opposti che producono il dramma della vita in divertenti scene che mutano costantemente).

Dopo migliaia di anni, i fautori di “visibilità” e “invisibilità” hanno iniziato a disprezzarsi e combattersi l’un l’altro. Tuttavia, quelli che hanno optato in favore del “visibile”, negando l’“invisibile”, sono rimasti sconvolti nello scoprire nel trentesimo anno del ventesimo secolo che il “visibile” è stato probabilmente generato dall’“invisibile”. Il mondo degli elementi sembrava evolvere da particelle subatomiche, e queste sembravano venute da “nulla”.

Ma quelli sul lato dell’“invisibile” avevano così tanto negato il “visibile” da non sapere nulla, o quasi nulla, sulla scienza. Essi stavano passivamente in disparte mentre ricercatori e tecnici offendevano la materia e portavano il mondo sull’orlo della distruzione. Tenendo nascosti i loro segreti, rifiutando di parlare il linguaggio della scienza, hanno privato l’umanità dei mezzi per uscire dalla situazione in cui si è messa.

E di una situazione difficile si tratta. L'America, la Dinastia dell'Oro, grande propugnatrice del "visibile", è persa in una tormenta di rabbia, incertezza e paura. Anche i suoi principali scienziati sono consapevoli della precarietà dei tempi. Alcuni orientali, figli della civiltà del "Bummei" (spiritualità), che sono stati attratti dalla civiltà del "Butsumei" (materialità), hanno cercato di illuminare le loro terre adottive. Sessant'anni fa Kakuzo Okakura, autore de *Il libro del tè*, e Etsu Sugimoto, autore di *A Daughter of the Samurai*, pubblicarono le loro storie sulla civiltà dell'Estremo Oriente. Nello stesso periodo, un giornalista americano dal nome Lafcadio Hearn, che aveva sposato una ragazza giapponese e si era stabilito nel suo paese, scrisse sull'Oriente nel tentativo di esportarne la filosofia a beneficio della Dinastia dell'Oro. Sfortunatamente, come Okakura e Sugimoto, il suo giudizio apparteneva al terzo livello (affettivo). Così, le vite e gli sforzi di queste persone sono commemorati solo in pochi lavori di letteratura, e i loro tentativi non hanno prodotto effetti duraturi.

Riassumendo brevemente, l'Enciclopedia Americana definisce la giustizia "qualcosa come la felicità; non può mai essere raggiunta dall'uomo" (questo tipo di giudizio è prevedibile da parte di coloro che percepiscono solo il "visibile").

La giustizia dell'uomo è realizzabile. Ma per raggiungerla dobbiamo prima comprendere la *Giustizia Assoluta*.

La Giustizia Assoluta non è soltanto la base della giustizia per l'uomo; è la base di tutta l'esistenza; è la sorgente di tutti i fenomeni visibili e invisibili. Senza di essa, non possiamo vivere, nemmeno per un istante. È stata chiamata con molti nomi in Oriente, tra i quali "Amanominakanonushi" (Signore dell'Universo), "Tao" o "Michi" (La Via della Vita), "Taido-o" (La Grande Strada), "Taiko-o" (La Grande Legge), "Taikyoku" (L'Uno Infinito), "Taigi" (La Grande Giustizia), e così via. Essa è ciò che io chiamo l'Ordine dell'Universo. Esso è ovunque, sempre. Chi lo comprende, comprende pure – e pratica – la giustizia per l'uomo...

I re del mondo della "visibilità" sono materia, forza e guerra; quelli del mondo dell'"invisibilità" sono spirito, accettazione e pace. Lo scopo del mondo della "visibilità" è *relativo* (soddisfazione dei desideri), mentre quello del mondo dell'"invisibilità" è *assoluto* (consapevolezza dell'Unità). Ecco perché Est ed Ovest hanno così poco in comune.

Un saggio osservatore occidentale (Bergson) osservò in coscienza che "La caratteristica più sorprendente della moderna scienza occidentale è la più completa ignoranza della Vita". E che cos'è la Vita? È la Giustizia Assoluta!

Entrando nell'Impero Occidentale del ventesimo secolo, in cui l'oro regna supremo, mi sono spesso sentito come se fossi uno dei pochi "primitivi" rimasti del mondo dell'invisibilità, un comanchero,

un sopravvissuto vichingo, o forse anche l'ultimo dei mohicani. Sono stato considerato un orientale con doti spirituali o "mistiche", ma considero questa classificazione completamente sbagliata o addirittura comica. Sei anni fa, durante il primo incontro di filosofia (macrobiotica) orientale in Francia, si verificarono un certo numero di guarigioni, e le persone che erano lì iniziarono a essere conosciute come "Gruppo dei Miracoli". Ecco come tutto ebbe inizio. Dopo i "miracoli", le persone irrazionali comparvero come mosche attorno a un barattolo di marmellata. Sembrava incredibile che in questo paese di cosiddetta "civiltà scientifica" potessero venire al mondo così tanti indifesi cercatori di idoli. Ma dopo tutto, mi dissi, questa era anche la terra dei fumetti, dei cruciverba, della propaganda e della pubblicità. Qui, la televisione e il cinema hanno prosperato al punto che la medicina, la politica, l'arte e perfino la religione li hanno usati come mezzi di comunicazione per l'immagine pubblica. I Ching, Zen, Tao, Hana (disposizione dei fiori), Cha (cerimonia del tè), Haiku (poesie di diciassette sillabe) — nessuno di questi si presta a una facile spiegazione alla vasta maggioranza tramite i media pubblici. Ci sono argomenti che i denti della "comunicazione di massa" non possono masticare — impossibile! Eppure mi si consiglia di parlare alla radio o in televisione! Effettivamente ci sono persone che mi chiamano "dottore". Com'è fastidioso, triste e patetico! Se Gesù fosse stato chiamato malavitoso o assassino, come si sarebbe sentito?

Sono un uomo che si è divertito tutta la vita mentre si godeva un lavoro diametralmente opposto a quello svolto dai cosiddetti "dottori". Quale dottore non rimarrebbe sconcertato a essere chiamato omicida? Io sono anche più umiliato a essere definito "dottore".

Questa è la tristezza di un vecchio uomo dell'Estremo Oriente che ha insegnato i segreti attraverso la cui applicazione si può guarire da "malattie incurabili", come verruche, reumatismi, bugie, rapine, malattie mentali e anche guerra. Ho trascorso la mia intera vita dormendo poco, senza una casa, godendo soltanto dei più piccoli piaceri della famiglia, e ora ho settant'anni! È una cosa molto penosa in questo mondo essere considerati a questo punto della vita degli specialisti in medicina sintomatica...

Tuttavia, non importa. Che io sia considerato un guaritore, un esecutore di miracoli o un mago, o che sia chiamato "dottore" — bene! dopo tutto, visto che vendo il "mondo invisibile", c'era anzi da aspettarsi che venissi preso per malfattore o ciarlatano.

La settima condizione della salute e della felicità è la completa comprensione e applicazione della giustizia per gli uomini. Questa condizione è molto più importante delle altre — così tanto che, se non soddisfatta, rende priva di significato la realizzazione delle altre sei.

Non molto tempo fa la rivista *Time* ha riferito il caso di una donna che era riuscita a sollevare un'automobile sotto la quale era incastrato il figlio. Nel far questo la donna riportò una lieve contusione muscolare – niente di più. Questo potere misterioso e inatteso è stato spesso definito “spirituale”. È capitato a tutti di sentire di qualcuno che, durante un incendio o un'altra grave emergenza, è stato capace di sollevare un carico di gran lunga più pesante di quanto normalmente possibile; o di altri che, una volta trovata la fede, sono guariti da mali incurabili, o hanno improvvisamente trovato una risposta che avevano invano cercato per anni. Questo “potere della fede” o “potere spirituale” – qual è la sua fonte?

I miracoli di Mosè e Gesù sono diventate fantasie, meraviglie incredibili del passato. Com'è tipico della Dinastia dell'Oro! Eppure in Estremo Oriente si raccontano storie che sono un migliaio di volte più straordinarie. Sai-Yu-Ki (*Il Re Scimmia*), una lunghissima novella vecchia di molti secoli, è ancora letta in Cina e Giappone. La sua traduzione in francese ha richiesto uno sforzo di diciassette anni. Sai-Yu-Ki — una narrazione originale e divertente che nasconde un profondo significato filosofico – guida i pensieri del lettore nella giusta direzione senza che questi ne sia consapevole, insegnando il piacere e la gioia suprema della scoperta delle meraviglie dell'Universo e la chiave per la consapevolezza del fatto che ci troviamo sempre in Paradiso. Potrebbe essere paragonata a *La Lampada di Aladino*, *Alice nel Paese delle Meraviglie*, *I Viaggi di Gulliver* o *La Macchina del Tempo*. Dopo averla letta, si avverte il mondo della “visibilità” come semplicistico, superficiale e insapore; si rimane stupefatti dall'idiozia e dalla banalità stereotipata della maggior parte dei film e dei cartoni animati. Ed esaminando le idee di Maeterlinck, Uspenskij, Gurdjieff, Coué, Kinsey, Freud o Swedenborg, si resta colpiti dalla superficialità di gran parte del misticismo e della spiritualità occidentali.

Le opere di Baudelaire, Mallarmé, Valéry, Rimbaud e Poe, come quelle di una quantità di pittori astratti, sono molto diverse dai lavori simbolici dell'Oriente. Mi sembrano fughe dalla realtà, come se le menti che in esse si esprimono fossero intrappolate nella disperazione al secondo livello di giudizio, soffocate dal “mondo fisico”, e cercassero freneticamente di raggiungere l'“invisibile”. L'impressione che trasmettono è che la vita sia un tragico manicomio di funerali, malattie e disordine.

All'età di cinquant'anni ho scoperto che avrei potuto uccidere le persone con la sola forza di volontà, e ne sono stato scosso. All'oscuro di un tale potere, uccisi effettivamente due o tre persone. Volevo solo abbandonarle, non ucciderle, ma loro sono morte. Sono

scomparse come aquiloni al vento. Avvertii molto distintamente che il responsabile ero io.

Da allora mi sono dedicato completamente alla diffusione di questo metodo di cura del corpo e dell'anima: la macrobiotica. Nel perseguire il mio obiettivo ho spesso dimenticato di dormire e mangiare. Alla fine sono giunto alla seguente conclusione: Niente è *più facile* da curare delle cosiddette malattie "incurabili", ma niente è *più difficile* da curare dei pazienti in sè.

Più tardi ho compreso l'importanza, il piacere e la suspense che derivano dal combattere contro una difficoltà così grande, e ho dedicato tutta la mia anima e tutte le mie forze a quest'impresa. Il tempo è passato, la Terra ha proseguito il suo corso, e io ho raggiunto l'età di settant'anni. È ora, a questo punto della mia vita, che io sono giunto a conoscere la Giustizia Assoluta, l'Ordine dell'Universo, la sorgente di tutto il potere spirituale e delle capacità "magiche".

La coscienza della Giustizia Assoluta non è raggiungibile nel giro di una notte. Corpo e anima devono essere addestrati per trenta o quarant'anni. Bisogna scalare le più ripide montagne innevate, morsi dal gelo a ogni passo del cammino. Se si è molto rigorosi è possibile arrivare alla totale comprensione e alla pratica della giustizia per l'uomo in soli dieci o venti anni. Ma se si dipende da una guida o da un istruttore, si perderà la propria indipendenza. È necessario studiare da soli per raggiungere la mèta ultima. Le seguenti regole possono servire come segnali sulla strada verso la comprensione e l'esercizio della giustizia per l'uomo.

(1) Non adiratevi mai. Accettate ogni cosa con gioia e gratitudine illimitate, anche se è estremamente avvilente e penosa, o causa di grande fastidio. Accettate la terribile disgrazia o l'ansia profonda con gratitudine sempre crescente. Rimanete in una condizione tale che dal mattino alla sera le vostre parole riflettano infinita gratitudine.

(2) Non conosciate mai la paura. Con un atteggiamento mentale pienamente preparato ad accettare qualunque cosa accada, cercate ciò che è orribile, ripugnante o irto di difficoltà.

(3) Non dite mai: "Sono stanco; sono nei guai; è difficile; che cosa posso fare?" o altre espressioni simili.

(4) Mentre mangiate una qualunque cosa, continuate a ripetere: "Che gioia, com'è delizioso!"

(5) Dormite profondamente e in pace. Non sognate mai¹¹, non agitatevi mai. Accontentatevi di quattro o cinque ore di sonno, svegliandovi con un sorriso all'ora prefissata.

¹¹ v. nota a pag. 68.

- (6) Non dimenticate mai nulla – in special modo lo spirito inerente la massima “Da un chicco, diecimila chicchi”.
- (7) Non mentite mai per proteggere voi stessi.
- (8) Siate precisi.
- (9) Appreziate tutti nello stesso modo.
- (10) Non dubitate mai degli altri.
- (11) Legatevi completamente e unicamente alla Giustizia Assoluta, l’Ordine dell’Universo (il mutamento in sè, la sola costante).
- (12) Scoprite e contemplate ciò che significa veramente essere vivi; comprendete che la vita è il tesoro più grande e prezioso del mondo.
- (13) Ora dopo ora, giorno dopo giorno, gioite del piacere e dell’emozione di scoprire il sublime Ordine dell’Universo.
- (14) Non lavorate mai (non vendete mai il vostro tempo o la vostra vita, per denaro). Divertitevi e godetevi fino alla fine. Ogni giorno, tutti i vostri giorni, vivete da uomo libero, allo stesso modo degli uccelli e dei pesci nei cieli e nei fiumi.
- (15) Vivete il principio “Da un chicco, diecimila chicchi”, distribuendo gioia e gratitudine a tutti coloro che incontrate.

APPENDICE CINQUE

Il cuore fisiologico e il cuore psicologico

L'esistenza dipende dal cuore. Finché il cuore continua a battere, viviamo; quando non batte più, il corpo cessa la sua esistenza fisiologica. Nessun motore può essere paragonato al cuore. Le nostre vite affettive, intellettuali, sociali e ideologiche (gioia, tristezza, paura, fiducia, conoscenza, ignoranza, ecc.) dipendono da esso.

Non diciamo forse “con tutto il mio cuore”, come se mettessimo sul piatto il nostro possedimento più grande e prezioso?

Ma in realtà noi possediamo due cuori – due cuori antagonisti – che vengono comunemente confusi: uno è fisiologico e l'altro psicologico. Il primo è un meccanismo semplice, fedele, onesto e potenzialmente immortale, mentre il secondo è estremamente complicato, capriccioso, a volte disonesto, e a volte brutale, crudele ed esclusivo. (La potenziale immortalità del nostro cuore fisiologico e di tutte le nostre cellule e degli altri organi è stata stabilita biologicamente dal dr. Alexis Carrel; vedi *L'uomo, questo sconosciuto*). Tutto ciò di cui essi hanno bisogno è un ambiente ordinato; cioè, un nutrimento appropriato e idoneo.

Allora perché il cuore fisiologico muore?

È ucciso dal nostro cuore psicologico, altrimenti noto come giudizio. Dal momento della nascita, il nostro giudizio progredisce verso lo stadio ultimo chiamato “Giudizio Supremo”. L'educazione biologica e fisiologica ci conduce attraverso le fasi intermedie. (Ho dato a questa educazione un nome più o meno incomprensibile: “macrobiotica”. Essa è semplicemente un'applicazione del Principio Unificante Yin-Yang della Filosofia e della Scienza dell'Estremo Oriente). Il giudizio offuscato – e questo è il segreto – distrugge il cuore fisiologico.

Nei paesi civili, predominano tre piaghe: disturbi cardiaci, cancro e malattie mentali. Un americano su quattro muore per disturbi cardiaci, e nel mondo molte centinaia di milioni di persone devono lottare con le loro conseguenze giorno e notte. Coloro che sono afflitti da malattie mentali superano di gran lunga tutti gli altri malati, contribuendo in modo sostanziale alla conflittualità sociale e agli sconvolgimenti che affliggono l'uomo moderno.

Il cuore psicologico può, potenzialmente, raggiungere il Giudizio Supremo, ma il cuore fisiologico è limitato dallo spazio e dal tempo.

L'uomo dev'essere impavido e avventuroso; altrimenti la sua vita non è divertente. Io ammiro il coraggio. Ma deploro il coraggio in

coloro che mancano del Giudizio Supremo (consapevolezza della propria vera identità: l'Unità). Niente è più facile che controllare il mondo finito per mezzo del Giudizio Supremo.

Tutti i disturbi cardiaci, inclusa l'angina pectoris, riflettono una condizione generalizzata di vagotonia (predominio del sistema nervoso parasimpatico) o di simpaticotonia (predominio dell'ortosimpatico). Si possono curare queste malattie sintomaticamente con il cortisone o la cloropromazina (con la macrobiotica, accuratamente compresa e applicata, si possono curare in modo molto più duraturo – in circa un mese). Eppure, le morti per angina pectoris sono aumentate di questi tempi del 70%.

Forse siete tra coloro che sono guariti da ogni sorta di malattie cosiddette "incurabili" attraverso la macrobiotica. Non senza rischi e difficoltà vi ho dato liberamente questo strumento. Ma se voi lo *prendete* liberamente state commettendo un grosso errore. Dovete studiare e comprendere appieno *perché* avete avuto una malattia "incurabile" e *perché* siete guariti; leggete e rileggete le nostre pubblicazioni molte volte; pensate e meditate; siate un esempio vivente di una guarigione macrobiotica "miracolosa" e insegnate il Principio Unificante ai vostri bambini e al vostro prossimo. Se non insegnate a tutti coloro che incontrate, se fallite nel diffondere questa filosofia che garantisce consapevolezza della Libertà Infinita, della Felicità Eterna e della Giustizia Assoluta, la vostra guarigione rimarrà un debito, e presto o tardi dimenticherete questa chiave per la consapevolezza del Regno dei Sette Cieli. Oppure, se la introducete come una mera tecnica sintomatica, vi ammalerete di nuovo, e gravemente.

APPENDICE SEI

I reni: più di un meccanismo idraulico!

Il rene, il più prezioso e fedele dei nostri organi, è il chimico del corpo. Nella medicina dell'Estremo Oriente, si afferma esistere una relazione diretta tra le sue funzioni e la vita sessuale umana: sotto questo aspetto è il nostro organo più importante. Ma la medicina occidentale non conosce tale relazione. Quale punto di vista è corretto?

Nel corso di quasi mezzo secolo ho personalmente incontrato migliaia di pazienti. Tutti, indipendentemente dal tipo di malattia, soffrivano con reni che erano malfunzionanti, bloccati o grandemente esausti. Eppure soltanto a pochi di loro era stata diagnosticata una disfunzione renale. In confronto ai reni, gli altri organi possiedono strutture e funzioni più semplici e sono quindi soggetti a minori difficoltà: stomaco, cuore, fegato, milza, ecc. La parte giocata dal rene è molto più complessa e delicata.

Il rene è il sistema filtrante del sangue, che trasporta ossigeno e nutrimento ai trilioni di cellule che popolano il corpo e al contempo porta via impurità e prodotti di scarto da esse escreti. Se paragoniamo il sangue al combustibile di un'automobile o del motore di un aereo, capiremo meglio l'importanza dei reni. Rispetto alla meccanica grossolana di un motore, l'attività del corpo si svolge a un livello microscopico. Sappiamo che se mescoliamo particelle estranee al carburante, l'auto si fermerà e l'aeroplano cadrà e si schianterà. Ma i nostri due piccoli reni (100 gr. ciascuno) filtrano e purificano il nostro sangue notte e giorno, anche durante il sonno, e quando lavoriamo sono ancora più attivi. Diverse migliaia di litri al giorno, diversi milioni l'anno, e questo per cinquanta o anche cento anni – il tutto con la dovuta regolarità e costanza, senza fatica nè insuccessi.

Il lavoro giornaliero dei nostri reni può essere paragonato allo sforzo necessario per trasportare una tinozza da mille litri in cima alle Alpi. Il rene è un gigante-nano, un lavoratore instancabile, un chimico scrupoloso che non si riposa mai. Da quale fonte scaturisce questa inesauribile energia? Chi controlla la produzione di questo strumento di precisione? È "automatico"? Ma chi o che cosa potrebbe essere responsabile di un tale "automatismo"? Nessun professore è in grado di rispondere.

Il rene processa acidi, impurità e veleni, rinnovando a ogni istante la sua costituzione. Com'è resistente! Com'è piccolo! Com'è creativo! È come un orologio immerso in una soluzione chimicamente impura che riesce a lavorare diligentemente senza mai rompersi. Abusare o distruggere questa macchina vivente, questo gigante-nano, è un atto molto estremo. Danneggiarlo anche solo un poco vi

marchia come ingrati, ignoranti, brutali, crudeli e arroganti – ingrati perché non avvertite la gioia di possedere un simile tesoro, e arroganti perché arroganza e ignoranza sono sinonimi, come lo sono brutalità e crudeltà. La vostra ignoranza è colossale. Siete ignoranti di tutto e di Tutto. Non ci sono scuse. Amate la vita ma non la Vita. Non comprendete ciò che attiva la vita. Non avete idea della sua origine, meccanismo, valore e significato. Siete all'oscuro del modo in cui li deteriorate. Ignorate completamente e assolutamente l'Unità, che immagina, realizza, crea e anima tutte le cose. Siete sordi alla Voce che parla attraverso queste scene mutevoli, effimere e illusorie. Migliaia di anni fa l'Unità venne chiamata Dio. Dio era stato scoperto. Ma ahimé! nel corso dei secoli Dio è stato dimenticato o incompreso, proprio come lo sono stati Gesù, Buddha e Lao Tzu.

Anima, Causa, Tao – l'occhio riconosce queste parole ma nessuno ne conosce il significato, la realtà. Qui risiede la miseria della nostra "conoscenza".

Consideriamo "pensatori" come Camus e Sartre che affermano con voce forte e tono altero: "La vita è assurda, completamente assurda; noi esistiamo senza sapere perché. Dobbiamo quindi creare la nostra ragione d'essere". Che deplorabile dichiarazione di ignoranza! L'esistenzialismo è una bomba costruita per distruggere l'Infinito, un congegno pateticamente limitato. Si potrebbe ugualmente sperare di demolire New York, Londra e Tokyo con un petardo.

Né questo è tutto. Vi sono cosiddetti medici professionisti che affermano di essere in grado di riparare o ringiovanire la vita danneggiata o stagnante. Come? Senza comprendere la Vita? O anche la vita? Senza comprendere l'Infinito Universo? O anche i finiti universi? Non sono costoro come calzolai goffi e ignoranti che, avendo sviluppato i loro affari di ciabattini, pensano di poter creare un piede umano?

Questa ignoranza-arroganza regola e governa il mondo moderno. L'uomo si sta preparando alla distruzione, dilettandosi con ogni nuova invenzione che risulti più letale di quella del suo vicino. Le bombe termonucleari scaturiscono dalla medesima mentalità che produce medicine mirate alla distruzione del germe-vita.

Ma torniamo ai nostri poveri, ignoranti, arroganti, ingrati, semplicistici, avidi, brutali e criminali pazienti che hanno rovinato i loro meravigliosi reni.

Guarire i vostri reni, anche da malattie "incurabili", è la cosa più semplice del mondo. Così forti da poter svolgere il loro delicato lavoro per cento e più anni, i reni sono controllati e attivati, giorno e notte, dal sistema nervoso autonomo. Per guarirvi, osservate questi due passi:

(1) Imparate l'Ordine dell'Infinito Universo, rivelato attraverso gli universi finiti, e conoscete la sua Giustizia Assoluta, il Principio Unificante di Yin e Yang. L'applicazione biologica e fisiologica di questo Principio Unificante (che qualunque scolaro può facilmente imparare in un'ora) è la medicina dell'Estremo Oriente. È semplicemente un'arte istintiva della vita. Ogni cosa, dagli organismi monocellulari all'elefante, la mette in atto senza mai aver frequentato scuole di medicina.

(2) Considerate i sette stadi di giudizio e apprendete a quale stadio (o stadi) vi trovate. Vi suggerisco di cuore e con affettuosa sollecitudine di non dare ascolto ai semplicistici professionisti della salute che vi raccomandano (a pagamento) di bere quanto più possibile: "Questo è un metodo necessario ed efficiente per ripulire i reni", sostengono. Ma molti sono coloro che hanno conosciuto la distruttività di questo consiglio, dopo aver sprecato anni e speso fortune. Questi professionisti hanno in apparenza dimenticato tutto quello che hanno mai saputo (appreso nei loro studi) sulla funzione straordinaria dei glomeruli di Malpighi (estremamente minuti: dieci millesimi di centimetro di spessore), capaci di differenziare tra acqua, zucchero e molecole proteiche.

Come può qualcuno equiparare questi meccanismi microscopici meravigliosamente delicati e precisi a dei grossi tubi di vetro – o a reti fognarie cittadine? Che insolenza! Con una tale mentalità, c'è forse da meravigliarsi che essi non possano scorgere il possente ordine dell'Infinito Universo?

APPENDICE SETTE

La morte dell'atomo

Il tempo passa. L'atomo, il prezioso gioiello acclamato dai fisici, ha avuto una vita breve, da venti a trenta secoli soltanto. "L'indivisibile unità dell'esistenza", gioiello-giocattolo e cimelio di famiglia del Re Atomico, si è separato ed è scomparso.... .

Questi ultimi quindici anni hanno dimostrato alla scienza che il 99% dell'universo non è nè solido nè liquido nè gassoso. Stelle, galassie e universi sono costituiti in gran parte di particelle subatomiche, che non sembrano seguire alcuna legge scientifica conosciuta. Il Re Atomico, grazie alle strategie di Epicuro, Democrito, Platone, Aristotele, Locke, Cartesio, Kant e altri, ha conquistato il primo cielo, o campo *umano*; quindi il secondo cielo: il regno delle *piante*; quindi il terzo cielo: *gli elementi*. Ma la ragione e la logica del Re Atomico hanno perso tutto il loro potere di fronte alla via d'accesso al quarto cielo: le particelle subatomiche. Qui, il suo salvacondotto non è più valido. Egli deve ottenere un nuovo visto se vuole proseguire il suo viaggio attraverso i tre cieli relativi rimanenti.

Così, i tre cieli conquistati sono svaniti, e gli atomisti hanno perduto la loro "raison d'etre". Forse il prossimo passo sarà il loro suicidio assieme all'umanità intera in una grande convulsione atomica.

Ma "tutti i fenomeni visibili e invisibili hanno un fronte e un retro". Dall'altra parte del pianeta esiste un popolo governato da una Regina Unificante che governa non solo il quarto cielo (particelle subatomiche) ma anche il quinto (energia). Il suo unico sovrano è il settimo cielo, "Shin" (Vita, Eternità, Libertà Infinita, Giustizia Assoluta).

La Regina Unificante è il veicolo o madre di tutta l'esistenza. Essa governa miliardi e miliardi di universi. È la rappresentante della Giustizia Assoluta in questo mondo relativo. Produce, anima e trasmuta tutte le cose, incessantemente e per sempre.

Duemilacinquecento anni dopo Lao Tzu, un rappresentante della Regina è stato inviato nel mondo occidentale, dove fervono i preparativi per la distruzione dell'umanità e della Terra, di questo pianeta infinitesimale nell'Infinito Universo. La sua missione è quella di distribuire gli occhiali magici che permettono di vedere le due mani della Regina da cui tutto promana — in altre parole, gli opposti: bellezza e bruttezza, grandezza e insignificanza, forza e debolezza, salute e malattia, felicità e infelicità, ecc. Questi occhiali magici, chiamati Yin e Yang, disvelano i segreti della creazione. Con essi si può trasformare l'infelicità in felicità, la bruttezza in bellezza, la debolezza in forza. La legge della Regina è il Principio Unificante di

tutte le trasformazioni, base fondamentale dell'I Ching o Libro dei Mutamenti.

Tre scienziati, Crick, Watson e Wilkins, hanno vinto il Premio Nobel per la loro scoperta del codice segreto della materia vivente: Yin e Yang in forma di spirale, la doppia elica del cromosoma. Ma essi hanno completamente ignorato l'aspetto più significativo della loro scoperta, Yin e Yang. Invece, erano alla ricerca dell'"unità base della materia" – proprio come gli atomisti! Non solo, essi hanno cercato l'Infinito (la Vita) all'interno del finito (la vita), *invece che viceversa...*

Questi tre vincitori del Premio Nobel hanno infine scoperto l'importante antagonismo tra sodio e potassio (di nuovo, Yin-Yang), che io vado spiegando da cinquant'anni come applicazione biochimica del Principio Unificante.

APPENDICE OTTO

Spirali

Se sfogliate un libro di cristallografia, non vedrete altro che spirali di ogni forma e dimensione. Lasciate cristallizzare la paraffina fusa ed essa formerà spirali. Il bianco dell'uovo (albume), una volta seccato, produce spontaneamente le spirali naturali della proteina. E se esaminate il materiale plastico – polietilene – con un microscopio elettronico, potrete vedere le sue spirali quadrate.

Ogni cosa nel mondo esiste nella forma di spirale – anche voi. Potete vedere spirali alla radice dei capelli alla sommità del cranio, sui polpastrelli delle mani, e sulle piante dei piedi. Più le vostre spirali sono complete, più siete in salute – cosa per la quale potete essere grati a vostra madre.

Usando i microscopi elettronici, i biologi hanno studiato la struttura dei muscoli, l'utero e le pareti intestinali. Tutti sono in spirali, di variabile complessità. L'acqua che fugge via attraverso un canale forma mulinelli, e la direzione della spirale dipende dall'emisfero. Se avete visto un gruppo di bambini tenersi per mano in cerchio, forse avete notato che questo cerchio diventa sempre più piccolo; i bambini devono ogni volta riallontanarsi l'uno dall'altro. Se fossero bendati, si riunirebbero tutti al centro. Lumache e molluschi possiedono forme a spirale. Foglie e alghe crescono a spirale. Le mosche, dopo essere state a contatto con una sostanza velenosa, volteggiano con moto a spirale su sè stesse prima di morire. Gli uccelli non atterrano mai direttamente, ma discendono verso la terra con ampie spirali. I pianeti si muovono con orbite a spirale. Aeroplani e automobili formano spirali dietro di sè, e la loro parte posteriore è costruita in modo da trarre vantaggio da questi turbini (o neutralizzarli).

Tutte queste spirali mimano la spirale universale (logaritmica). I Romani, i cui edifici erano tirati su quadrati e impassibili, erano ignoranti di questa chiave per comprendere l'universo (i Celti, invece, usavano le spirali nella loro architettura).

Le spirali centripete si accompagnano sempre a spirali centrifughe. Attraverso la spirale centripeta le cose condensano e solidificano. Attraverso la spirale centrifuga, le cose evaporano e si disseminano nello spazio.

Conoscete qualche spirale centrifuga?

E i tifoni?

Gli scienziati hanno costruito un dispositivo estremamente potente – il ciclotrone, che produce spirali centrifughe. Ecco a voi l'Occidente; che cerca di adempiere ai propri sogni egocentrici

proiettando la sua distorta visione della Vita sul resto dell'umanità, costruendo... un'altra macchina!

Alcuni astronomi affermano che l'universo è in uno stato di espansione. Questo è vero. Ma come? Perché? Silenzio... non sono in grado di spiegarlo. Sostenendo che tutte le spirali celesti sono centrifughe e che tutti i pianeti sono venuti dal sole, concludono che dev'esserci stata qualche fantastica esplosione: il "Big Bang". Ma che cosa è esploso? Questo, uno dei grandi "misteri" della scienza moderna, rimane anch'esso senza risposta.

Nella vita umana, ci sono due spirali fondamentali: centripeta (yang) e centrifuga (yin), la prima delle quali è il processo di materializzazione dell'uomo attraverso i sette stadi dell'evoluzione, e la seconda il processo di dematerializzazione o spiritualizzazione attraverso i sette stadi di giudizio. E sebbene quelli che diventano ricchi e potenti possono ancora compiere quest'ultimo processo, coloro che già in partenza hanno denaro e potere e che più tardi raggiungono la consapevolezza dell'Unità (settimo stadio della spiritualizzazione: il Giudizio Supremo) sono rari, molto rari.

Una volta vidi un libro occidentale di etnografia in cui l'evoluzione dello sviluppo sociale umano era rappresentata con una grande spirale. Al centro era la famiglia; quindi venivano il villaggio, le città, gli stati e le nazioni, e tutte le civiltà erano posizionate al limite estremo di questa espansione.

Ci offre una visione simile la spirale degli elementi: l'Idrogeno è piazzato nel centro, e nello svolgersi della spirale sono aggiunti gli elementi sempre più pesanti come l'Elio, il Litio, ecc., con il gruppo dell'Uranio posizionato alla fine.

Un terzo esempio di spirale centrifuga è la radiazione degli atomi. La centrifugalità di queste spirali è evidente nella feroce capacità distruttiva della bomba atomica. La centripetalità (Yang) diviene subitaneamente centrifugalità (Yin). Ha luogo una terribile esplosione, e ogni cosa si disperde nella disintegrazione radioattiva. (Anche l'aikido, pure basato sulla centrifugalità, genera grande potenza.)

L'universo intero è composto da spirali, che appaiono sempre a coppie. La spirale centripeta yang convola verso un punto di materializzazione, mentre la sua "sposa" yin si dispiega nella dematerializzazione (spiritualizzazione). Le chiese, ad esempio, sono quiete, fresche e azzurrognole (yin), accentuando così lo spirituale. Se fossero allegre, calde e rosse, potreste essere portati a ballare piuttosto che a pregare mentre siete lì dentro.

Qualche volta, mentre vi trovate a passeggiare lentamente vicino alla sponda di un fiume, osservate le molte spirali che lì si formano. Le collisioni tra l'acqua in movimento e le pietre o i rami formano spirali centripete. Ma allo stesso tempo le loro

antagonistiche spirali yin girano vorticosamente attraverso di esse. Queste due sono fronte e retro...

Tutto esiste in forma spirale. Pensiamo a come l'acqua scompare in un lavandino; gira a vortice. Questo è un esempio vivido dell'incontro di Yin e Yang nelle nostre vite quotidiane. Che meraviglia!

Nell'aria che circonda un aeroplano in volo o un'automobile in movimento, vi sono infiniti incontri di questo tipo, che formano una spirale dietro l'altra.

Un elettrone non è nè un granello nè una particella; è piuttosto una corrente, una manifestazione dell'infinita espansione che forma un'altra spirale attraverso l'incontro di Yin e Yang. Verso il centro della spirale l'energia si raccoglie e si accumula, così che nel centro vero e proprio gli elettroni formano i protoni che, a loro volta, diventano neutroni. (Che l'elettrone *negativo* produca un protone *positivo* è sconvolgente per la mente scientifica moderna. Eppure nella storia trasformazioni di questo genere sono più o meno date per scontate. Ogni grande nazione, per esempio, come Toynbee e altri hanno osservato, finisce nell'insignificanza, mentre quelle prima insignificanti assurgono più tardi alla grandezza.)

Nel formulare la sua "legge" del "magnetismo universale", Newton ha assunto che lo spazio tra i corpi celesti fosse vuoto (ha detto: "È assurdo considerare lo spazio come vuoto"; e nondimeno egli ha fatto i suoi calcoli sulla base di tale supposizione!). Che enorme errore! Non c'è alcun vuoto – solo infinita espansione. La teoria di Democrito che l'universo sia composto di "vuoto e atomi" dev'essere fermamente respinta. Se lo spazio è vuoto, e l'atomo (come la scienza ha scoperto) è inesistente, allora che cosa esiste? Nulla?

All'equatore la terra ruota su sè stessa a circa 1.000 miglia l'ora, compiendo una rivoluzione attorno al sole a circa 70.000 miglia l'ora, mentre il sole si muove più o meno al centro di questa galassia all'incirca alla stessa velocità e la stessa galassia è pure in volo. A queste velocità formidabili, come facciamo a restare sulla terra? Secondo Newton, la risposta è "gravità". Ma cos'è la gravità? Nessuno scienziato lo ha mai spiegato; essa può solo essere misurata. La risposta, secondo il mio modo di pensare, è che la "gravità" è una manifestazione dell'Infinita Espansione, che spinge ogni cosa che si trova sulla superficie della terra verso il suo centro. Gli elettroni, come abbiamo detto, non sono particelle di materia; sono una corrente, un flusso, che scorre dall'eterna sorgente (Infinita Espansione) e arriva a una fermata in una forma chiamata "protone". Tra gli elettroni e i protoni ci sono molte altre fermate, chiamate "particelle subatomiche". (Yukawa ha ricevuto il Premio Nobel per la scoperta del "neutrino", ma ora il neutrino è messo sotto accusa; non riceve più l'approvazione scientifica ufficiale. Quindi la moderna

scienza occidentale adesso ammette che Yukawa ha ricevuto il suo ambito Premio Nobel per aver esposto una falsità). Ogni cosa procede dagli elettroni ai protoni, e quindi “svanisce”.

Perché per i moderni scienziati è difficile capire che gli elettroni *negativi* diventano protoni *positivi*? Analogamente, i *poveri* sono i più atti a diventare *miliardari* (se vedete qualcuno che rimane povero, è per sua colpa). È il più *oscuro* che diventa il più *famoso* (per esempio Disraeli, il cui compleanno è ancora celebrato in Inghilterra, era un immigrante insignificante, un ebreo giunto a Londra sconosciuto e senza un soldo). Gli uomini più grandi vengono sempre dalle più umili origini. Tale è il meccanismo della Giustizia Assoluta: Yin diventa Yang, e Yang diventa Yin. Gli elettroni diventano protoni, i pianeti diventano soli, la notte diviene giorno, la povertà ricchezza, l'infelicità felicità, la malattia salute... e tutto viceversa.

APPENDICE NOVE

Sessualità: l'alba della vita

La malattia più difficile da curare è la perdita della sessualità. Se l'uomo perde la sua mascolinità e la donna la sua femminilità, la vita diventa indicibilmente triste. Una vita senza passione, emozione, amore, avventura, ambizione, gioia, tradimento, gelosia, inganno, lotta o competizione è come il sale senza sapore o un chicco senza dolcezza. Una vita così è fredda, grigia e tetra.

La vita è una sonata appassionata eseguita da due mani invisibili di Yin e Yang; anche la morte è una fuga – o un notturno...

La sessualità è l'alba della vita! È il *fondamento di tutta l'esistenza* – la chiave della genesi. Anche gli atomi, le particelle elementari e nucleari possiedono sessualità – nella forma di attrazione e cosiddetta "forza forte"¹². È tanto più è così per tutti gli esseri viventi. (Nell'uomo, l'amore sensoriale è il fiore della sessualità).

L'amore tra le stelle e i pianeti è stato chiamato, falsamente, "magnetismo universale". Questa nozione (di Newton) è divenuta la base della fisica moderna. Essendo la sessualità il primordiale Ordine dell'Universo, tutta la vita ne dipende. Né esenzialismo né essenzialismo (né nessun'altra visione della Vita) sarebbero potuti nascere senza di essa. In effetti, tutti gli esseri viventi, come anche gli inorganici atomi, stelle, galassie e universi, possiedono sessualità. Ogni cosa che ha inizio e fine si muove in risposta alle sue forze.

In Estremo Oriente c'è una storia molto bella riguardo l'amore tra le stelle. Esse hanno un affascinante incontro una volta all'anno, ogni anno. Immaginate – relazioni amorose celesti! Gli orientali celebrano questi incontri con maggior grazia di quanto fanno gli occidentali a Natale e Pasqua. Su canne di bamboo lunghe da cinque a dieci metri, vengono allineati dei pezzetti rettangolari di carta di sette colori. Su di essi sono scritte le poesie di ragazze e giovani donne che sognano l'amore eterno. Si possono vedere le canne di bamboo piantate davanti a ogni casa, ricca o povera, alla settima sera del settimo mese di ogni anno, poste lì, nella speranza che il vento della sera porterà queste preghiere in poesia su fino alle stelle tanto lontane. L'amore è la vita!

Esistono sette stadi dell'amore: cieco, sensoriale, sentimentale, intellettuale, sociale, ideologico e universale. Con poche eccezioni, gli occidentali conoscono soltanto i livelli cieco e sensoriale, e non hanno mai neppure sentito parlare delle sette parole che descrivono i vari stadi dell'amore. Molto raramente si incontra una persona

¹² è la "binding force" della fisica [ndTrad.]

capace dell'amore del livello più alto (che accetta ogni cosa, sempre, senza fare domande). È questo ciò ch'io più deploro in Occidente. Ogni mattina i giornali raccontano di tragiche storie d'amore – tutte cieche, meccaniche, sensoriali, sentimentali o sociali, tutte di breve durata e culminanti in omicidio, scandalo o suicidio. Basate sull'amore per il denaro, la fama, la bellezza, la conoscenza o il potere, esse si concludono nella disperazione. Sebbene tali lacci possano legare le persone in modo potente, noi dovremmo ricercare l'amore dei livelli più alti – altrimenti le nostre vite sono come quelle degli animali inferiori, incapaci dei livelli più alti dell'amore.

Perché ci sono così tante tragedie sessuali nel mondo, oggi?

La risposta, molto semplicemente, è la malattia. Un buon 75% di tutte le persone "civili" soffre di qualche disfunzione delle ghiandole o degli organi genitali! L'educazione sessuale, sebbene sia altamente avanzata nell'Ovest e nei paesi occidentalizzati, è basata sul giudizio sensoriale, affettivo o intellettuale. Tale educazione manca completamente dell'addestramento biologico, fisiologico e logico necessario per insegnare i sette stadi dell'amore e portare lo studente verso la comprensione dell'Ordine dell'Universo.

Nel corso degli ultimi anni, in Europa e negli Stati Uniti, ho esaminato centinaia di persone tormentate da problemi sessuali. Ho visto casi di impotenza; omosessualità; emorragie vaginali; ermafroditi; anomalie sessuali morfologiche e psicologiche; donne senza mestruazioni o con mestruazioni irregolari, lunghe, dolorose o maleodoranti; donne "frigide"; donne senza sex appeal, e donne "mascoline" che protestano, obiettano, attaccano, ringhiano, strillano e combattono. Alfred de Musset, Albert Samain e molti altri poeti oggi si pentirebbero di aver scritto i loro elogi del sesso opposto. Potrebbe ancora esistere una Rosemonde Gerard che scriva un poema sull'amore eterno? E Pierre Louys, autore di "Astarte" (la vergine eterna), la mia poesia francese preferita, non rimarrebbe allibito a incontrare una giovane e sterile ragazza, o una zitella trentenne o anche cinquantenne?

Ci sono numerose malattie delle ghiandole e degli organi genitali, e chiunque soffra di una malattia cronica è afflitto anche da qualche problema di questo tipo. Questo spiega la grande incidenza di matrimoni falliti in Occidente. Anche la Chiesa Cattolica, *originariamente* una religione di tolleranza, è stata costretta a vietare il divorzio al fine di tutelare la donna. In Giappone, al contrario, esiste un tempio Buddista chiamato "En-Kiri" (letteralmente, taglia-matrimoni), dove ogni donna può liberarsi di un marito crudele. A dispetto delle apparenze, la società dell'Estremo Oriente è femminista, e riconosce la superiorità della donna su basi biologiche e fisiologiche. La madre è vista come creativa, il padre distruttivo. La

donna non fa mai guerre sanguinose, mentre il maschio è l' "enfant terrible".

Se il maschio diventa effeminato e la femmina mascolina – lo yang perde le sue qualità yang (specialmente la sua forza di volontà) e lo yin perde le sue qualità yin (specialmente la sua grazia e la sua tolleranza) – il matrimonio finisce in tragedia, segnando la fine di una unità dell'umanità. Su una scala più ampia, sommando il numero crescente di tali tragedie, possiamo prevedere il potenziale declino e la finale cancellazione dell'intera vita umana.

Sul tema della patologia – e dal momento che io sono un "sostenitore della supremazia femminile" – consideriamo prima la donna. Essendo superiore all'uomo, la comparsa di peli sul corpo delle donne rappresenta un autentico declino e il primo sintomo di una malattia fatale per l'umanità. Le donne che hanno del pelo sulle gambe hanno perduto le naturali caratteristiche del più bello tra i sessi: e ciò è tanto più vero per le donne con le braccia pelose, essendo il braccio più yin del piede. Uno sguardo al piede peloso di una donna dà la pelle d'oca a un maschio giapponese.

La differenza tra uomo e animale è stata espressa biologicamente nel linguaggio giapponese. L'uomo è una creatura senza peli, o "hito", mentre gli animali sono "kedamono" (pelosi). Un segno distintivo dell'evoluzione umana dagli stadi animali è stata la perdita dei peli del corpo nel corso di miliardi di anni. La donna, essendo più evoluta dell'uomo, ha una pelle liscia e splendida. E anche se la sua pelle non è coperta di peli quanto quella dell'uomo, la donna è più resistente al freddo.

Le donne con gambe pelose hanno distrutto o mascolinizzato le loro ghiandole sessuali e non sono in effetti più donne. Quando tutte le donne diverranno pelose, la fine del mondo sarà prossima. Un tale stato di cose (un'esistenza ermafrodita) sarebbe peggio dell'inferno, e costituirebbe una disgrazia molto più grande della guerra termonucleare perché quest'ultima, pur distruggendo l'umanità, lo farebbe almeno in modo molto veloce.

Come può una donna essere resa bella? Come può la Madre dell'Umanità risorgere? Questo è uno dei miei segreti. Io lo cedo, non per un migliaio di milioni di dollari, ma gratuitamente: la macrobiotica! E soprattutto: un modello alimentare con pochissime proteine animali, che elimina così i peli in due o tre settimane. Incredibile – è magia nera! Osservatelo da voi.

L'essere umano è sessuale; la vita è sessuale; essere senza sesso significa morte. Ecco com'è che la Francia, il paese dell'amore, della vera sessualità, attrae tanti occidentali alla sua capitale. Infatti, gli stranieri che nei loro paesi non hanno mai goduto dell'amore appassionato, amore che insegna il profondo significato e la gioia di essere, cadono sotto il suo incantesimo – specialmente in primavera

(yang). Nel loro paese, l'amore è quasi inesistente. Quattro uomini su cinque hanno un disperato bisogno di soddisfazione sessuale, e soffrono una vita coniugale che vivono come una tortura. Uno su diecimila, o addirittura su centomila, gode veramente del matrimonio.

Ci fu una volta un americano molto coraggioso venuto in Francia in cerca dell'amore eterno. Era pronto a rimanere a Parigi per il resto della sua vita. Il suo nome era Henry Miller. Presto, tuttavia, capì che l'Amore Infinito, così come le gioie dell'amore sensoriale illimitato, non si poteva trovare qui, e rimase deluso. Ogni cosa gli si manifestò come relativa, effimera e illusoria, perché lui stava cercando l'Infinito e l'Assoluto all'interno del mondo finito e relativo. Questo tipo di ricerche terminano sempre in tragedia: spreco di tempo e di vita. E tale è l'incanto della sessualità – che ci fornisce le più divertenti tragicommedie immaginabili.

La scienza cerca, anch'essa, delle "K" (costanti). Fino a poco tempo fa, la costante più ricercata era l'atomo, l'unità di base – sperabilmente indivisibile – della materia. Recentemente, comunque, dietro impulso dei fisici nucleari, questa costante ha "ufficialmente" cambiato il suo nome in "particella subatomica". Ma l'idea che tali particelle elementari siano "costanti" è ridicola.

Allo stesso modo, in questo mondo fluttuante e incostante, in questo mondo di illusione, *la fonte di ogni tragedia umana risiede nella domanda di immutabilità*. La nostra specifica colpa nel campo della sessualità è la cecità di fronte alla polarizzazione primordiale dello stesso universo. Difatti, *l'universo è sessuale; non è asessuale. La sessualità permea ogni cosa*.

È impossibile progredire dal dualismo verso una visione monistica della realtà; la direzione è inversa. Piuttosto dobbiamo iniziare, come fa la Bibbia, col monismo per esplorare il mondo dualistico. In sistemi cartesiani come quello di Teilhard de Chardin, essendo dualistico il punto di partenza, è impossibile approdare a un monismo capace di unificare materia e non-materia, conosciuto e ignoto, illusione e realtà o visibile e invisibile. I figli della "visibilità", come i filosofi, rigettano tutto ciò che è invisibile a dispetto del fatto che il loro grande maestro, Cartesio, aveva scoperto l'"ego pensante", *che è invisibile!* Memoria, giudizio, volontà e fede – fondamentali della nostra esistenza – esistono e sono conoscibili nonostante la loro *invisibilità*.

La natura antagonista ma complementare (monistica) della sessualità è un grande mistero per il nostro Dio Moderno, lo scienziato (che ha rimpiazzato l'onnipotente, onnisciente e onnipotente ma sorpassato Dio dei tempi andati). Tutte le disgrazie, le malattie, le tragedie, i problemi, i disastri e i crimini derivano dall'ignoranza della sessualità e della sua legge: la dialettica.

Dal momento che come esseri umani vogliamo condurre vite sempre più felici, eccitanti e divertenti (altrimenti, perché preoccuparci?), dobbiamo contemplare il potente Ordine dell'Universo e il suo Principio Unificante del monismo polarizzato. Assistere in questa contemplazione è, o piuttosto dovrebbe essere, il solo scopo della Chiesa, ma questo sfortunatamente è stato dimenticato. Prima la Chiesa Greca, poi la Romana e infine la Chiesa occidentale sono ugualmente colpevoli di essere divenute ritualistiche, professioniste e convenzionali.

La sessualità è il segreto essenziale della vita, dell'esistenza, dell'essere, dell'adattabilità. Essa consiste di due forze – Yin e Yang – che sono contraddittorie e complementari. Possedendo questa chiave, possiamo raggiungere la consapevolezza del fatto che siamo sempre, che lo sappiamo o meno, nel Regno della Pace, della Libertà e della Giustizia Assolute.

L'uomo rappresenta lo Yang e la donna rappresenta lo Yin. L'uomo è attivo, aggressivo, distruttivo, avido e desideroso di possesso. La donna è passiva, ricettiva, creativa, generosa e desiderosa di essere posseduta. L'uomo è selvaggio; la donna è raffinata. Lei è di gran lunga superiore all'uomo biologicamente e fisiologicamente.

Gli uomini vogliono amare tutte le donne che sono femminili. Le donne sono più felici quando sono attratte e dominate dall'uomo più capace, avventuroso, audace e ambizioso. Un uomo che non ha né ambizione né spirito avventuroso è un essere misero e decadente: uno schiavo. Uomo e donna scelgono l'un l'altro in accordo con un giudizio che è influenzato o governato, sempre e senza eccezione, dalla ricerca dei tratti opposti. Questa è la legge yin-yang di affinità ("La forza di attrazione tra Yin e Yang è maggiore quando la differenza tra essi è maggiore, e minore quando è minore"). L'attrazione dell'uomo verso la donna è più difficile da controllare e, quindi, è anche più eccitante! Il forte ama sempre il debole, il fragile e l'innocente. L'erudito ama lo sciocco, l'ignorante e lo stupido. Quelli che sono distruttivi amano coloro che sono costruttivi, il ricco ama il povero, e così via. Tali sono le divertenti, e a volte ridicole, soddisfazioni dell'uomo.

Ma la Felicità Eterna include amore e odio, forza e debolezza, conoscenza e ignoranza, distruzione e costruzione, ricchezza e povertà, salute e malattia. Così, per essere fortemente uniti, un marito e una moglie devono possedere qualità antagonistiche.

La vita è paradossale. Tutto ciò che è creato viene poi distrutto. Le anguille depongono milioni di uova, che sono poi mangiate da altri pesci. Gli uomini producono miliardi di spermatozoi, tutti i quali eccetto uno moriranno prima di raggiungere l'obiettivo.

"Ma ciò non ha senso; è irragionevole", direte.

"Sbagliato", rispondo. La vita è paradossale. Ogni cosa possiede una duplice struttura. "È brutto il bello; e bello il brutto" (Shakespeare). *Amare e odiare sono sinonimi*. Un uomo coraggioso non conosce il coraggio. Molto spesso un uomo uccide la donna che ama di più.

Questi concetti possono sembrare difficili da comprendere di primo acchito; ma essi sono in realtà molto semplici, perché sono meri riflessi delle due forze antagonistiche che governano il mondo.

Amare ed essere amati è essere coinvolti. Essere il più istruito e il più ignorante è raggiungere la modestia. Essere ricco e spendaccione è essere distaccati (in effetti, una tale persona potrebbe essere chiamata l'immagine di Dio).

In primo luogo, imparate il Principio Unificante, digeritelo, assimilatelo, e utilizzatelo nella vostra vita quotidiana. Per esempio, sedetevi allo stesso tavolo con il vostro consorte e consumato un pasto contenente proporzioni bilanciate di yin e yang (relativamente alla vostra condizione e alla situazione ambientale). Diverrete entrambi sempre più felici. (Se una donna vuole diventare bella e felice, deve rendere sè stessa più yin del marito. Sopra ogni altra cosa, dovrebbe fortemente evitare i prodotti animali, perché la maggior parte sono così yang da essere indegni di una costituzione così delicata come quella della donna. I cibi animali sono più accettabili per l'uomo, una creatura più ruvida e selvaggia.)

In effetti, siamo quello che mangiamo. La sessualità, la qualità più primordiale e bella dell'uomo, il fiore della sua esistenza, dipende dalla dieta. Le mucche – vegetariane tipiche – sono pacifiche, docili e obbedienti. Trascorrono le loro vite sfruttate e finiscono come bistecche o vestiti. Incondizionatamente obbedienti, come i cani di Pavlov, esse sono meno yang dell'uomo, che è normalmente molto diverso da un animale domestico.

Se vi nutrite di sole verdure crude come le mucche, e siete stati alimentati dal latte di questi animali servi nella vostra infanzia, tenderete a diventare come una mucca, e a trascorrere tutta la vita da sfruttati come "contabili", "professionisti", o funzionari pubblici che servono fedelmente il proprio dittatore, il "*Denaro*". Il vostro giudizio rimarrà al livello cieco o meccanico, come quello di una mucca.

Se consumate grandi quantità di prodotti animali, il vostro giudizio diverrà sempre più animalesco.

Tutti mangiano, ma pochi sanno come mangiare. Solo una persona che si alimenta in modo da conseguire un normale equilibrio umano vive una vita felice. La disgrazia colpisce coloro i cui corpi e le cui menti non sono in salute. Queste persone spesso mostrano, tra i molti altri sintomi, deviazioni sessuali. In realtà, l'omosessualità è

alquanto comune in Occidente, forse un migliaio di volte più che in Oriente. La deviazione sessuale è la più miserabile tra le malattie, e il giudizio offuscato ne è la causa.

Nella galleria dei desideri umani, l'appetito sessuale è secondo solo all'appetito per il cibo. Noi viviamo per l'appetito, una ghiottoneria infinita che genera desiderio sessuale. Controllare questi appetiti gemelli è estremamente difficile. Chi comprende l'Ordine dell'Universo e il Principio Unificante di Yin e Yang se vuole può farlo.

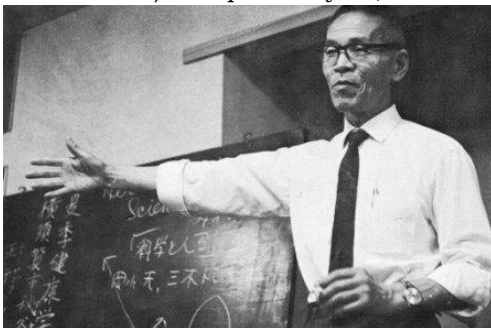
Considerate la vita meccanica dell'operosa ape. Deve l'uomo, per l'intera sua vita, accontentarsi allo stesso modo soltanto di riempirsi lo stomaco e soddisfare le sue necessità sessuali? Se soffrite di desideri sessuali anormali, non siete nè umani nè animali. Gli esseri omosessuali e asessuati sono tragici, e la letteratura occidentale ne è piena: *Il ritratto di Dorian Gray* e le storie del Marchese De Sade sono solo due esempi.

Potete curare la deviazione sessuale con la macrobiotica. Certamente godete l'amore alla maniera animale, al primo stadio di giudizio, meccanico o cieco. Ma sviluppate voi stessi, il vostro amore, al secondo livello (sensoriale) (che, comunque, finisce sempre in tragedia, come mostrato, per esempio, da De Maupassant). Quindi portate il vostro amore al terzo livello (sentimentale) (che finisce sempre in allucinazione – v. *La biografia di Stephan Zweig*). Affrettatevi poi per raggiungere l'amore intellettuale (come illustrato nelle biografie di numerosi scienziati), l'amore sociale (rivoluzionari e riformatori) e l'amore ideologico (filosofi). Infine, raggiungere il settimo stadio di giudizio – Supremo, Infinito, Eterno Amore, dove si osservano, si sentono e si conoscono solamente felicità senza fine e infinita libertà. Questa è la mèta, e il risultato, della macrobiotica.

L'Autore

George Ohsawa (Yukikazu Sakurazawa) nacque a Kyoto, l'antica capitale del Giappone, il 18 ottobre 1893.

Fu autore di oltre trecento libri, dieci dei quali sono stati pubblicati in Francia a partire dal 1926. La sua opera *A New Theory of Nutrition and Its Therapeutic Effect*, scritta e pubblicata in Giappone nel 1920, è giunta alla sua settecentesima edizione.



Trascorse trent'anni della sua vita a introdurre la cultura orientale in Europa, e allo stesso tempo interpretò la cultura dell'Occidente per il Giappone. Tra le sue molte traduzioni in giapponese vi sono *L'uomo, questo sconosciuto* di Alexis Carrel e *The Meeting of East and West* di F. S. C. Northrup.

Morì il 24 aprile 1966, rattristando profondamente le innumerevoli persone che gli sono eternamente debitrice per aver donato loro non meno che la Vita stessa. La loro infinita gratitudine si esprime nella continuazione del lavoro vitale che egli ha intrapreso e così abilmente portato avanti per più di cinquantaquattro anni.

Indice

Lettera introduttiva dell'autore	pag. 4
Il dr. Schweitzer rappresenta la mentalità occidentale?	pag. 8
Il cancro: nemico o benefattore dell'umanità?	pag. 22
Mille e un modi per curare il cancro	pag. 30
Miracoli	pag. 36
Medicina sintomatica e medicina fondamentale	pag. 42
Una critica delle terapeutiche sintomatiche	pag. 50
Medicina dialettica	pag. 63
La costanza dell'incostanza	pag. 76
<i>App. I: L'Ordine dell'Universo e il Principio Unificante</i>	pag. 81
<i>App. II: Il raffreddore</i>	pag. 83
<i>App. III: Oltre i miracoli</i>	pag. 89
<i>App. IV: La settima condizione della salute:</i> giustizia per l'uomo	pag. 93
<i>App. V: Il cuore fisiologico e il cuore psicologico</i>	pag. 99
<i>App. VI: I reni: più di un meccanismo idraulico!</i>	pag. 101
<i>App. VII: La morte dell'atomo</i>	pag. 104
<i>App. VIII: Spirali</i>	pag. 106
<i>App. IX: Sessualità: l'alba della vita</i>	pag. 110
<i>Nota biografica</i>	pag. 117