## PsiconeuroendocrinoinmunologiaEntrevista a: Stella Maris Maruso, terapeuta que aplica la > psiconeuroendocrinoinmunología: >  >    Tengo 55 años. Nací en Buenos Aires, donde vivo. Educo a personas > que atraviesan crisis severas. Estoy casada y he criado cuatro hijos. > ¿Política? Ayudar a los demás a vivir hasta el último instante. ¿Dios? > No soy religiosa, soy espiritual: experimentar la trascendencia me > sana >  > ¿Cuántos pacientes? > Casi 30.000 en los últimos 30 años, con enfermedades de todo tipo, cánceres... >  > ¿Cómo los ayuda? > No tratando de no morir, sino de vivir hasta morir. De morir bien. > ¿Qué es morir bien? > Vivir hasta el último instante con plenitud, intensamente. Vivir más > no es más tiempo, sino sentirte alegre por estar aquí y ahora. >  > ¿Acaso no vivían antes de enfermarse? > ¡Muchos agradecen que su cáncer les haya enseñado a ser felices, a > vivir! La enfermedad es una oportunidad de enriquecerse. >  > Mejor que no llegue. > ¡Pero llega! El dolor entra en todas las casas. ¡Y esto hay que > saberlo! Deberíamos aprender desde niños que morir es parte de la > vida, y a fortalecernos en cada contrariedad. >  > No nos lo enseñan, es verdad. > Al no aprender a dominar la mente, vivimos arrastrados por ella. Eso > es malvivir. ¡La mente es demasiado loca para confiarle tu vida! > Confíale tus negocios, ¡pero no tu vida! >  > ¿Por qué no? > La mente va de excitación en excitación, te impide gozar la vida. Los > médicos dicen que padecemos "síndrome de déficit de deleite": ¡no > sabemos gozar de lo que nos da la vida! > Yo lo procuro. > Un 10% es lo que te pasa y un 90% es lo que haces con lo que te pasa. > Cuestión de actitud. ¿Cuál es la mejor? > Sentir pasión ante la incertidumbre de la vida, ante lo que sea que > vaya a traerte. >  > ¿Sea lo que sea? > Sí. Los psiquiatras detectan que hoy padecemos de neurosis noógena: > falta de responsabilidad y sentido de la propia existencia. >  > Pues sí que andamos mal. > Sí, pero la ciencia vanguardista trae buenas noticias: acudiendo a tu > interior puedes obtener todo lo que necesites, producir endógenamente > todas las drogas analgésicas, euforizantes... ¡Puedes aprender a > sanarte! >  > ¿Y prescindir de la medicina? > Hablo de la tercera revolución de la medicina: después de la cirugía y > los antibióticos, llega la psiconeuroendocrinoinmunología. >  > A ver si me cabe la palabra en una línea. > Es la disciplina que integra psiquismo y biología, tras treinta años > de investigaciones de sabios como Carl Simonson, Robert Ader, Stanley > Krippner... >  > ¿Qué postulan? > La interconexión del sistema nervioso central, el nervioso periférico, > el endocrino y el inmunológico. Te lo resumo: ¡las emociones modifican > tu capacidad inmunológica! >  > ¿O sea que una emoción puede enfermarme? > La angustia ante lo incierto, el miedo, la desesperanza, el > remordimiento, la rabia... ¡Cada una tiene su bioquímica! Y es > venenosa, es depresora del sistema inmunológico. >  > ¿De un día para otro? > La salud no es un estado: es un proceso, y muy dinámico. ¡Por tanto, > siempre puedes reforzar tu salud si trabajas tus emociones! >  > ¿Las trabaja usted con sus pacientes? > Sí. Hay pacientes ordinarios, sumisos a creencias establecidas, y > pacientes extraordinarios, que generan creencias sanadoras. >  > Creer que puedes curarte... ¿puede curarte? > Hay un viejo experimento famoso: a cuarenta mujeres con cáncer de > mama, el médico les contó que la quimioterapia las dejaría calvas. > Luego, sólo suministró quimioterapia a veinte mujeres y dejó que las > otra veinte creyesen recibirla... >  > Y no me diga que... > Sí, sí: el 60% de las segundas quedaron tan calvas como las tratadas > con quimioterapia. ¿Qué modificó la bioquímica interna de esas > mujeres? ¡Sus propias creencias! >  > Inducidas por el médico. > Lo que demuestra el enorme poder del médico. ¡El médico puede > estimular con su actitud la capacidad autocurativa del paciente! Un > hijo mío es médico: a él y a todos los médicos les ruego que jamás le > digan a un paciente que su condición biológica es irreversible. Ese es > el único pecado médico. >  > Pues hay diagnósticos que desahucian. > Son condenas: matan más que el tumor. Acepta el diagnóstico que sea, > ¡pero jamás aceptes un pronóstico! Jamás: si abandonas la esperanza de > mejorar, de luchar por tu propia salud..., activas el suicidio > endógeno. >  > Pero sembrar falsas esperanzas... > ¿Falsas? A mi padre le pronosticó el médico tres meses de vida por un > diagnóstico de cáncer de próstata diseminado al hígado. Trabajamos > juntos con amor, relajación, meditación, nutrición... y al año no > tenía células cancerosas. Vivió 18 años más. >  > ¿Qué dijo su médico? > "Milagro", dijo. Remisión espontánea. Desde ese día cerré mi empresa y > me volqué a ayudar a otros como a mi padre. Y yo hoy vivo en la > frontera del milagro: la remisión es un efecto colateral en enfermos > que han abrazado las fuerzas de la salud, la vida. >  > ¿Cómo han dado ese abrazo? > Sintiendo que la enfermedad enriquece su vida y que morir no es un > castigo, ampliando el círculo de lo que les importa y poniéndose al > servicio con amor por la vida que nos traspasa, escapando de su cabeza > y empezando a sentir: a reír, a llorar... Se han permitido asombrarse > y han experimentado estados de trascendencia. >  > ¿Qué entiende por trascendencia? > Liberarte de tu historia pasada y del temor por la futura. La > meditación ayuda mucho. Y eso cambia tu bioquímica: estás sano, > ¡vives! Por el tiempo que sea, estás vivo. > ----------- El cáncer de su padre le enseñó cómo ayudar a miles de > pacientes desde su Fundación Salud (www.fundacionsalud.org.ar), en > Argentina, avalada por científicos de primera fila que la invitan a la > facultad de Medicina de la Universidad de Harvard a participar en > seminarios de curación espiritual (sic): por aquí aún no nos suena, > pero ella me asegura que será el nuevo paradigma médico, en el que el > paciente dejará de ser visto como una máquina estropeada que tenga que > ser reparada o desahuciada. Esta señora entusiasta me enseña que todo > lo que como, pienso y siento va tejiendo mi salud, y que puedo > aprender a tejer. >  > "Hay emociones que pueden matar y otras que te SANAN" >  > Salud >