## 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>