

*Vivere come
persona*



*Lettera a un giovane medico
nel giorno della laurea,
da un medico anziano
che sta ancora imparando.*

© 2017 iacobellieditore*
Tutti i diritti riservati
prima edizione: Marzo 2017

TREREFUSI srl
il marchio iacobellieditore* è di proprietà esclusiva della società TREREFUSI s.r.l.
info@iacobellieditore.it
www.iacobellieditore.it



MIO CARO,

oggi ti dovrei chiamare collega. Confesso che tutti i termini che significano aggregazione non mi sono mai piaciuti. Tu sei tu, capace di distinguersi proprio in virtù dell'unicità. Sei tu, libero di agire e di pensare, capace, spero, di superare i concetti imposti da un idioma che non è il tuo che, oggi, per estensione, si chiama *politically correct*, studiato per farti perdere la libertà di pensiero, privandoti, così, del tuo io. Non credere a "si dice", "si fa". Quel "si", uniformato da un collettivo esterno, vorrebbe che tu pensassi come vogliono altri. Il "si" è una privazione della libertà di espressione della tua per-

sonalità. Ti scrivo tenendo lontano da me l'idea di volerti insegnare qualcosa, scrivo solo perché sono avanti con gli anni, non ho avuto figli e dico a te quello che avrei voluto dire loro nel giorno della laurea. Ti racconto la mia esperienza di medico. Non si finisce mai di imparare se non quando si è rinchiusi tra sei assi, circondati da quattro ceri. Considera che oggi hai avuto solo una licenza, una patente per guidare la tua vita in funzione di altri, perché questa è la medicina. Quando 48 anni fa anche io uscii dall'aula magna, nella quale ero entrato, spinto dal personale che mi dava del "tu", per poi chiamarmi "dottore" all'uscita mentre avevo in mano un orgoglioso diploma, sollecitando una mancia, mio padre, mi recitò una piccola poesia. «Quando gli anni e l'esperienza ti avran dato la sapienza, dottorin che sai di culla, dirai sempre non so nulla». Un colpo al cuore per me, che mi vantavo del mio primo successo

guardando il mondo dall'alto. Che fosse necessaria la poesia lo capii solo molto tempo dopo e l'ho continuato a tener presente, non solo nel quotidiano dell'esistenza ma in particolare nella pratica della professione per la quale sono nato. Già, è proprio così. Devi capire che, da sempre, sei nato per fare il medico, è il "diventa ciò che sei" di Nietzsche, è la tua vocazione che devi difendere e tutelare perché, così facendo, proteggerai ciò che sei. Se non sei certo di questo, lo capirai subito alla prima difficoltà. Allora dedicati a qualunque altra cosa, ma non fare il medico, altrimenti procurerai un danno alla persona che per prima devi rispettare, te stesso e poi a chiunque incontrerai in una professione non convinta. Verrai giudicato dal rapporto che hai con gli altri. Io sto ancora imparando, da me stesso e dagli altri. Mi ritengo un attempato studente a vita. Ti voglio solo raccontare cosa ho appreso finora.

Cerca di essere libero di pensare e quindi di decidere, non entrare in un paradigma come ti è stato insegnato all'università, per semplificazione didattica. Usa lo schema ma non diventarne schiavo. Cerca di essere parola e non voce. La voce è solo un suono se non si trasforma in parola. È la parola, con la coscienza del sé, che rende l'uomo tale, superando la casualità opportunistica insegnata dall'evoluzionismo. Usa la statistica come mezzo, ma non come fine. Bertand Russel diceva che "la cultura è ciò che ricordi dopo aver dimenticato tutto quello che hai letto". Lo capirai nel prosieguo degli anni, quando trasformerai le nozioni in intuizione e sintesi, capaci di sostituirsi al nozionismo, spesso sterile. Sii curioso e dubbioso. Non giudicare a priori quello che non conosci, la verità di oggi può essere la bugia di domani. La scienza è una continua danza del progresso che avanza con passi avanti e indietro.

Per questo è scienza. Non ti far prendere dalle sirene della novità, sbandierate, molte volte, con intenti più di profitto che di reale miglioramento e rispetto di chi ti chiede aiuto. La storia è piena di questi esempi. Pensa a Galileo. Per tutto l'apparato scientifico dell'epoca, aveva ragione Tolomeo, Galileo era una novità da combattere, ma aveva ragione. Sii prudente, giudica con la tua esperienza che, figlia di anni e anche di errori, è la più vicina alla verità. Quando prescrivi pensa che ogni sostanza ha risposte differenti in ogni singolo individuo, che ogni prescrizione è una sperimentazione, non ti fidare delle indicazioni comuni, scritte in un bugiardino che, già nel nome, è etimo di una verità apparente nata in un laboratorio, un freddo resoconto privo dell'atto d'amore che è la medicina. La sostanza ha certo una farmacodinamia che agisce con un rapporto di causa effetto, ma solo su un terzo dell'essere uomo,

il corpo, non prende in considerazione la mente, che non è il cervello dove si limita ad abitare, e infine lo spirito, l'etica che ti fa vivere secondo principi sia assoluti che personali. Guarda i fatti, capaci sempre di smentire le teorie. Non pensare che la maggioranza sia sempre dalla parte della ragione. Interpreta e in questo inserisci la medicina. Sii un umanista. Pensa che per conoscere qualcosa c'è bisogno di qualcosa d'altro, che si può giungere alla vetta da più sentieri tutti di pari dignità. Estendi la tua cultura, non solo quella medica. Per essere medico si deve essere artisti, nel senso di sviluppare un'*ars*, non solo una tecnica. Entrambe *ars* e *techné*, sono utili solo se interagiscono. Credi a una scienza aperta e non solo alla rigida dottrina che ti fa entrare nel tunnel del protocollo, nel quale spesso, interessi economici vogliono che tu rimanga. Cerca altre vie, senza mai dimenticare che devi scegliere la migliore per quell'in-

dividuo in quel preciso momento. Non fidarti degli “ismi”, e di tutti gli etimi che si concludono in “ismo”. Sono solo e sempre, degenerazioni. Pensa, per esempio, al pacifismo che spesso è violento nelle sue manifestazioni, mentre il pacifico vive calmo e sereno nel rispetto delle opinioni altrui. Mi riferisco allo scientismo che non è scienza, arroccandosi su posizioni estreme, dogmatiche che nulla hanno a che vedere con il vero sapere. Credi nella scienza che, per avvicinarsi alla verità, è dubbiosa, quindi è libera. Considera la differenza tra una scienza medica che, cerca con mezzi e principi che vivono di progresso continuo e una medicina scientifica dove, accanto all'*ars* che rende un medico tale, si unisce un pragmatismo che vede tutto e tutti in chiave numerica, commensurabile, dimenticando che l'uomo è essere e non cosa. Le certezze rassicuranti, ormai, si hanno con i numeri, ma pensa che que-

sti non sono solo aritmetica ma anche raffinata matematica che può giungere a una stessa soluzione per via diversa, spesso utilizzando la più elegante. In sintesi, non ti far condizionare da pressioni esterne. Spesso gli “ismi” fanno rima con il *politically correct* perché uniformano, catalogandoti in dentro o fuori. Meglio essere fuori. Quella degli scientismi e del *politically correct* non è verità assoluta, ma strumento che vuole omologarti in una massificazione di pensiero che allontana dalla libertà. Sono arrivato all’argomento che vorrei suggerirti come il più importante, la libertà. Questa non deve essere solo la tua, non deve diventare licenza. Devi lottare perché appartenga tutti, anche ai tuoi futuri pazienti che ti chiederanno aiuto. Leggi i loro sintomi e non quelli standardizzati dal nome di una malattia. Leggi la libertà di espressione del malato. Lui pensa, lui soffre. Anche tu devi pensare e soffrire se non riesci a capirlo.

Questo non ti è stato insegnato nelle aule universitarie, viene dall'esperienza e credo che anche tu, quando raggiungerai la mia età, consiglierai le stesse cose. A che serve leggere di tutte le ultime ricerche se non conosci a chi le devi applicare. Lui, il paziente, non è un asettico laboratorio, lui è come te e vorrebbe essere trattato come tu tratteresti te stesso. Vivi il tuo prossimo, cito Kant, "come fine e non come mezzo". Il rapporto con il paziente è uno straordinario viaggio che ti fa uscire dal quotidiano per sperderti nel dove. Cerca di essere viaggiatore e non turista. Così diventerai interiormente diverso in una intima metamorfosi. Inserisci la tua tecnica nell'*ars*. Intorno e dentro a noi pulsa un mondo che non riusciamo a escludere. Ricordiamo e dimentichiamo. Consciamente o inconsciamente, avviciniamo o allontaniamo ciò che ci piace o ciò che ci fa soffrire. Siamo il centro del nostro universo, gli altri vivono sulla

nostra galassia, talmente estesa che molti, pur facendone parte, non riusciremo mai a conoscere, fanno parte del nostro esteso corpo celeste ma non coincidono con la nostra stella. Come arriviamo a capire tutto questo? Conoscendo, ricordando, dimenticando, intuendo, sintetizzando. Tutto si riduce a uno. Per fare questo spesso immaginiamo. Per immaginare si deve prima conoscere, avere un'idea. Poi tante immagini si sintetizzano e per immaginare si deve intuire. L'immaginazione è creare. In quel momento si è artisti anche se non si dipinge, si scrive o si compone. Siamo artisti anche se non ci esprimiamo con i canoni classici di ciò che consideriamo arte. Per questo il medico è un artista quando vuole intuire l'altro, sintetizzarlo in un individuo al di fuori della diagnosi di malattia. Tutto è utile a capire. Suoni, odori, colori. I sensi sono in allerta per aiutare il "sesto", quello più complesso, non codificato dall'anatomia,

figlio dell'esperienza che, poi, vuol dire cultura. Unire diversità per arrivare all'essenza. Qualcosa per qualcosa d'altro, un rinvio continuo, come risposta a una memoria involontaria proustiana, porta a vedere il mondo che ci circonda, in altro modo oltre la terapia e la malattia. È lo studio dell'individuo. Lontano dall'individualismo che è negazione dell'individuo ed egoistico narcisismo. È vedere l'uomo come singolarità con le sue abitudini, buone o cattive, inserito nel suo quotidiano, fatto di interessi di sogni, di gusti alimentari, di sessualità... Tutto ciò che sto descrivendo, che sembra antico, che fa dire «come faceva il medico di un tempo», è contenuto in un testo del 1810. È la prima di sei edizioni del *Organon* di Samuel Hahnemann il padre dell'omeopatia. Sembra antico, ma lo è solo per l'epoca in cui è stato scritto. È invece talmente moderno, a saperlo leggere senza pregiudizi, da contenere quanto la

scienza medica di oggi studia come novità. Facciamo un esperimento. Dimentica l'età anagrafica del libro e immagina che sia uscito ieri. Trovi un grande contenitore dove intuizioni, sempre più attuali, si uniscono a conferma delle scoperte più recenti. Così, vivere l'omeopatia non è solo terapeutica, ma saper guardare con occhi diversi con uno sguardo che abbraccia la persona nella sua quotidianità.

Qualche anno fa scrissi *Il paziente, il medico e l'omeopatia*. Vorrei ricominciare da dove ho finito, con maggior esperienza avendo vissuto più anni. Desidero non considerare il paziente in quanto tale, ma estendere il *modus* omeopatico a come si vede il mondo, a come ci si rapporta agli altri e ciò che li circonda. La ricerca dei dettagli, dei particolari, dei sommessi sussurri che cercano di parlarci dello svelamento continuo dell'altro che è intorno a noi. Sono proprio questi dettagli che

fanno intravedere l'essere, peraltro irraggiungibile che, si svela con la sua ombra, l'ente, ciò che appare. Una ricerca che definirei impressionistica, cercando di vedere l'insieme nei dettagli, tentando un'identificazione. Tutto questo l'insegna l'approccio omeopatico. Qualunque clinico che facesse propria quest'impostazione aggiungerebbe al "come" avviene un fatto, il "perché", capace di accrescere la sua cultura, un completamento che lo porterebbe alla vera sintesi dell'altro. "Come" avviene un fatto, prescinde dall'individuo, mentre "perché", rimette al centro la persona. "Come", gestendo nel paradigma la risposta, porta al protocollo che è standardizzazione del problema. Il protocollo va aperto secondo le risposte al "perché". Questo modo di ragionare si oppone a frammentazioni e a schematismi capaci di generare protocolli. Gallerie senza uscite laterali dove si intravede una luce al fondo. Omaggio

alla statistica, scienza dell'incertezza, se vista come fine e non come mezzo. Ogni sintomo se collegato ad altri, sapendo unire fisiologia e patologia, aiuta a capire la malattia che in quel momento si manifesta in quell'individuo. È il superamento delle specializzazioni, che sono una fase solista, in un concerto dove si devono riunire i suoni di tutti gli strumenti. L'importanza di riassumere, porta alla sintesi. Le fisiologie degli apparati si intrecciano alla ricerca del *primum movens* di una patologia. L'uomo corpo, mente e spirito si riunisce arrivando al paradosso di una fisioterapia della mente e una psicoterapia del corpo.

Ricorda l'ultima volta che sei salito su un aereo. La voce stereotipata di un'assistente di volo ripete, «in caso di depressurizzazione mettetevi la maschera sul volto e aiutate il vicino». Proviamo a srotolare come una pellicola la frase, cercando

di comprenderne il senso. Si evidenzia che, un individuo per aiutare un altro, si deve mettere per primo in sicurezza, come un capocordata. Inoltre evidenzia che c'è un altro da me. Il primo aiuto a se stessi, l'equilibrio che si deve ottenere, non è egoismo ma riconoscimento di individualità capace addirittura di aiutare l'altro. È dialogo. Io e l'altro nel rispetto di due individualità. Ma questi sono principi omeopatici applicati nel quotidiano! Potremmo così chiamare l'omeopatia terapia dell'individuo. È questo il principio fondamentale dell'omeopatia, gli altri sono conseguenze metodologiche e quindi terapeutiche. Ognuno vive diversamente l'etichetta di una malattia, somministrazione di sintomi per una rapida identificazione, a volte legata al nome di chi, per primo li ha riuniti con logica ottocentesca, spesso per essere ricordato, come uno scalatore che dà il nome a una nuova via. Nella realtà, poi, pur essendo

inserito in uno schema, ognuno vive il proprio differente disagio, così che la misurabilità delle risposte cliniche si fanno diverse nell'individualità della persona sia riferita a se stessi o all'altro sofferente. Vivere l'altro è sapersi adattare, cambiando "maschera", "persona", in antico etrusco. È vivere in reciprocità. Che ha in sé il concetto di dovere e diritto senza una prevalenza. Il concetto di individuo si esprime nel non avere la patologia di una sola maschera, ma la salute del costante cambiamento, uniformandosi all'ambiente e alle nuove conoscenze.

L'uomo ha in sé la possibilità di autocurarsi, conferma sono le cellule autofagiche che eliminano spontaneamente gli elementi danneggiati del nostro corpo. Il premio Nobel 2016 allo scopritore Ohsumi, è il riconoscimento scientifico di una nuova tendenza in medicina. Egli sollecita addirittura il digiuno come sol-

lecitazione delle cellule autofagiche, divenute affamate puliscono ulteriormente il nostro corpo. Come tutti i cambi di direzione il percorso è e sarà lento ma è già un importante segnale nel cercare di vedere l'uomo in un'altra maniera. Un uomo libero e non determinato da una sollecitazione esterna farmacologica. È spostare uno sguardo su un nuovo punto di vista, l'uomo che si autodetermina nella salute e che ha potenzialità di sconfiggere la malattia ripristinando un equilibrio. Quando l'uomo non ha più fiducia in sé e si rivolge alla chimica diventandone dipendente si ammala fino a morire come confermato dal Nobel per la medicina 2015, Deaton. Questo non vuol dire negare il progresso o la farmacologia, ma porla nella giusta considerazione e nel corretto utilizzo. Ma l'uomo, come ti ho detto, è corpo mente e spirito e anche le sue ultime due parti incommensurabili per guarire devono ricorrere a un "au-

tofagia psichica”. Si deve «mangiare la nostra ombra», dice Robert Bly, i nostri rifiuti, i cambiamenti che hanno oscurato la mente, elaborando e riconoscendo il problema non più psicologicamente metabolizzabile.

Il considerare l'uomo composto di corpo, mente e spirito mi portano a farti riflettere su un altro argomento. Vero e falso, bene e male, scienza e religione sono così distanti? L'oggettivo della scienza si può scindere dal soggettivo della religione? “Il positivismo” offre una soluzione semplice. Il mondo diviso in due parti, da un lato ciò di cui possiamo parlare con chiarezza, dall'altra ciò che deve essere passato sotto silenzio. Ma è concepibile una più inutile filosofia, visto che ciò che possiamo dire con chiarezza assomma pressoché a nulla? «Se gettiamo via tutto ciò che non è chiaro, rischiamo di rimanere con un pugno di tautologie vuote

e ripetitive», dice Heisenberg (Agnoli 2016). Ammettere che la natura è fatta secondo un disegno d'ordine fa sfiorare un'esperienza religiosa che porta verso i valori, «Il mondo delle nostre azioni, dei nostri fini e dei nostri criteri morali (...) la bussola che dobbiamo seguire per mostrare la rotta della vita», prosegue Heisenberg. A lui si unisce Planck «A questa bussola, le religioni e la filosofia hanno dato nomi diversi: chi la chiama felicità, chi volontà di Dio, chi senso della vita, chi altro varie formulazioni che cercano di rendere l'idea di un rapporto tra l'uomo e un principio d'ordine, un ordine generale».

Sapiente è vicino all'etimo di sapere, *sophòs*, saggio è vicino a sapio, gustare, *sapiens*, il gustante. È Nietzsche che, giovane filologo, dà questa interpretazione. Gusto è forma speciale di «sapere che gode dell'oggetto del bello» (Agaben 2016). È

un sapere che non può dare ragione del suo conoscere, secondo Montesquieu. La conoscenza del sapere e il sapere della conoscenza. La scienza conosce la verità ma non ne gode e il gusto gode della bellezza senza poterne dare ragione. Il pensiero di possedere integralmente il proprio oggetto diventa amore della sapienza, filosofia. La sapienza non può essere percepita dalla vista, la bellezza è invece ciò che è più visibile. La bellezza è l'apparizione sensibile dell'idea. È l'invisibile che si vede. Dalla bellezza corporea alla scienza del bello fino al bello in sé. L'amore è nesso e differenza tra bello e verità. La bellezza non è conoscibile, la verità non è visibile. Amore del sapere. L'invisibilità dell'evidenza, la verità e l'evidenza dell'invisibile, la bellezza. Il bene supremo è l'unione di scienza e piacere, di verità e bellezza. La scienza che gode, il piacere che sa. Ciò che piace ha un indefinibile «non so che», dice Montesquieu. Il bello come oggetto del gusto

diventa oggetto della sapienza. La rappresentazione è riferita al soggetto, il piacere è l'accordo dell'oggetto con la facoltà conoscitiva. Questo porta al desiderio estetico come rappresentazione dell'immaginario. La scienza è sapere che si sa che può essere appreso e trasmesso, il piacere è un avere che non si fonda sul sapere. Per il bello non c'è scienza, ma solo amore. Filosofia, desiderio di sapere. Il rapporto di tale desiderio è il filosofo. Il significante è il significato individuato, devono restare in un rapporto complementare. E l'uomo è un'opera d'arte. Una singolarità di bellezza.

L'omeopatia è lo studio del singolo. Ciò porta al concetto di individuo, di persona. Tutto ciò parte dalla sintesi dal cercare di capire caratteristiche individuali che corrispondono alla prescrizione di un rimedio unico che le comprenda il più possibile. Questo modo di pensare logico è estensibile in ogni aspetto del

vivere e nella ricerca della causa prima in ogni pensiero e attività quotidiana. Elimina ora l'equivalenza omeopatia rimedio, per arrivare al *primum movens* di ogni azione. Cioè intuire e sintetizzare quanto avviene intorno a noi. Una figura chiasmatica che parte dal particolare al generale e poi di nuovo al particolare. Per fare tutto ciò, la vera conoscenza che dà la vera libertà, è la coscienza del sé. Il ritirarsi, come *L'imboscato* di Junger, nel bosco, dove c'è nascondimento e libertà non è fuga ma riflessione. Se non mi conosco o cerco almeno di farlo, non potrò conoscere l'altro, in funzione del quale io esisto. L'uomo è parola che vuol dire scambio con l'altro.

In questa visione si deve agire sempre in maniera etica, rivolgendosi al singolo con il supporto terapeutico qualunque esso sia, più utile in quel momento, pronti poi a uscire dal paradigma secondo le ri-

sposte individuali. In sintesi, considerare che esiste il malato e non la malattia, fa cambiare l'atteggiamento terapeutico e individuale verso l'altro. È evidente come sia più facile restare nel paradigma piuttosto che ogni volta chiedersi quando se ne debba uscire. Questo non vuol dire prescrivere un farmaco o un rimedio. La mentalità aperta può e deve esistere anche in chi non crede molto all'omeopatia che pur prescrivendo farmaci, ha una visione complessiva del paziente, slegandosi dall'argomento che meglio si conosce, la propria specialistica. Non singoli feudi ma una nazione. Aprire il paradigma significa considerare che una prescrizione può aiutare una funzione ma danneggiarne un'altra. Il medico questo lo dovrebbe sempre ricordare, rivolgendosi alla totalità delle funzioni e non adagiandosi su un effimero localistico temporaneo risultato. Questa è, a prescindere dal tipo di prescrizione, la

mentalità omeopatica, che studia il malato e non la malattia.

In realtà non esiste omeopatia e allopatia; esiste solo una medicina con approcci terapeutici diversi, da applicare secondo le indicazioni del momento. Esistono buoni e cattivi medici in entrambe le metodologie. Buono è quello che mette al centro il paziente, eliminando ideologie dogmatiche di preclusione nei confronti dell'altra metodica.

Vivere l'omeopatia è quindi considerare l'uomo e non la malattia. Potrei tradurre omeopatia in "terapia dell'individuo", così forse questo pensiero sarebbe più accettato. Le soluzioni terapeutiche sono individuali nelle applicazioni e non standardizzate da una asettica statistica, diventata ragione e fine della terapeutica accademica.

Dopo una prima fase che, va dagli anni

'30 fino agli anni '60 del secolo scorso, si doveva dare una definizione dell'omeopatia e spiegare il suo significato e la sua terapeutica, è stato questo il lungo e faticoso lavoro di Antonio Negro. Senza questo fondamentale momento non si sarebbe arrivati a una fase più scientifica dell'omeopatia quando si è cercato di storicizzarla, e la storia è scienza. È il primo momento utile per sapere da dove veniamo, cosa è successo quando non eravamo presenti, cosa è stato fatto prima di noi, chi erano i nostri padri, sia fisiologici che culturali. Ognuno ha il dovere di camminare sui passi dei padri facendo un passo in più. A questa seconda fase ne seguirà una terza. È più facile riferirsi al grande, al visibile, al telescopio piuttosto che al microscopio. Anche se, invertendo il lato di visione delle lenti, si passa dal grande al piccolo, per cui un telescopio diventa microscopio. Il piccolo è sconosciuto, invisibile, meno rassicurante e interessante,

nell'immediato. Se il piccolo ha bisogno di un pensiero preparatorio, una cultura più sofisticata, il grande è più facile, immediato. Secondo Heisenberg e il suo principio di indeterminazione, «la fisica ci può dare un'immagine del mondo reale elaborata dal nostro pensiero (...) ma non il mondo reale in sé» (Agnoli 2016), anche se l'immagine dei due mondi, macroscopico e infinitamente piccolo, grazie alla quantistica è sempre più vicino. La ricerca che va dalla quantistica alla chimico-fisica sta dimostrando che le piccole dosi infinitesimali possono stimolare ai fini terapeutici ciò che noi abbiamo presente normalmente nell'organismo. Allora la grande industria farmaceutica si approprierà dell'idea omeopatica, ovviamente senza riconoscerla, si dedicherà allo studio dell'infinitesimale solo come sostanza, del resto tra un rimedio e un farmaco non c'è filosoficamente differenza, sono entrambi una cosa. Diversa

sarà la visione del paziente e l'individuo tornerà a essere solo una malattia. Ma tutto questo non interesserà un'industria dove l'unico fine è la prescrizione. Avrà vinto l'infinitamente piccolo, probabilmente perché all'efficacia aggiungerà la mancanza di tossicità, ma la somministrazione sarà secondo patologia e non secondo persona. In sintesi il principio per cui oggi si ridicolizza l'omeopatia, l'infinitesimale, avrà trionfato ma si perderà il concetto di individualità, scomodo per tutti, perché relega la statistica al ruolo di mezzo e non al *primum movens* della terapeutica, essendo numerosissime le variabili che si aggiungono in una sperimentazione individuale.

Cerca di trovarti un maestro e sii orgoglioso di essere un discepolo. Evita tutti coloro che rifiutano di aver avuto un maestro. È come negare di aver avuto un padre. Pieni del loro egotismo si beano dell'autoascolto, sono uomini dogmatici

“da un libro solo”. Inutili per gli altri, pensano solo a se stessi mascherandosi spesso di finta umiltà. Forma e sostanza hanno entrambe il loro valore. Considera che la persona intelligente sa di essere tale e non nasconde le proprie capacità. È l'intelligenza che non si impone con arroganza che viene messa a disposizione dell'altro. Cura il corpo rispettando la sua fisiologia, la mente imparando ogni giorno qualcosa di nuovo e lo spirito aiutando il tuo prossimo. Ricordati, per concludere, che dobbiamo sempre fare il meglio di cui siamo capaci.

Ti ho voluto raccontare la mia esperienza. Era mio dovere dirti dove sono arrivato dopo tanti anni. Un grande abbraccio e una vita di pace con te stesso.

ROMA 2017

Francesco Eugenio Negro



1 euro