



## A atitude transdisciplinar aplicada a Saúde e Sustentabilidade Uma abordagem multidimensional

por Fernando A C Bignardi \*

Diante do aumento demográfico da população idosa no mundo, constatamos que a medicina baseada numa concepção mecânica de homem não se mostra suficiente e satisfatória. Por ser um método topográfico que é acionado pela identificação da parte doente do corpo, para a qual atribui um diagnóstico e conseqüentemente a um tratamento, soma tratamentos diante da multiplicidade de diagnósticos.

Como a maioria dos idosos tem mais de um diagnóstico (75%), ocorre o sério problema da polifarmácia (como é conhecida a sobreposição de vários medicamentos simultâneos em um mesmo indivíduo), cujos efeitos colaterais levam a internação hospitalar, cerca de 12% dos idosos, sendo que cerca de 80% dos idosos tratados pela medicina convencional, tem pelo menos 1 efeito colateral em seu tratamento!

Além disso o estudo epidemiológico sobre o envelhecimento demonstra que a principal causa de perdas funcionais na velhice, em decorrência das doenças crônicas, é o **estilo de vida**, que **resulta de fatores multidimensionais** como escolhas alimentares, hábitos de sono e ritmo de vida, crenças, postura e atividade física, etc.

Em função disso, mudar do modelo mecânico newtoniano para uma concepção multidimensional inspirada na física quântica foi fundamental para compreender melhor o processo de adoecer do ser humano.

Neste modelo, que considera as dimensões: **física** (órgãos e sistemas), **metabólica** (fluido composto por sangue e linfa que integra e comunica os sistemas), **vital** (relacionado aos ritmos do corpo: sono, apetite, excreções, respiração, etc.) **mental** (postura física e atitude mental diante da realidade interna e externa) e **supramental** (espiritualidade como "arquivo" da missão essencial e da individualidade) do ser humano, pode-se identificar uma cascata de causalidade descendente que se inicia quando a pessoa se desconecta de sua vocação essencial (dimensão supramental ou espiritual) e constrói modelos mentais de vida ancorados numa percepção ilusória da realidade com valores circunstanciais como a ambição material baseada no poder alcançado pela violência, conhecido como Androcracia. Esta atitude de exploração baseada no desrespeito pelo outro e na dominação da Natureza é a principal causa da insustentabilidade que aflige o mundo contemporâneo.

Ao recorrermos a um protocolo terapêutico que valoriza e intervém em todas estas dimensões são criadas as condições para que a cura aliada ao bem estar sejam despertadas na pessoa. Em ensaios clínicos corporativos realizados utilizando-se este procedimento multidimensional obtivemos a cura de doenças crônicas decorrente da transformação de padrões patogênicos nos vários níveis da pessoa.

Para tanto uma especial importância é dada à prática da meditação, como uma metodologia científica de mudança voluntária do modo de operação cerebral. No estado de consciência meditativo, as ondas eletroencefalográficas beta, do estado de vigília habitual, cedem lugar para ondas teta, delta e gama, características do sono profundo, que passam a ocorrer em estado de alerta possibilitando a reconexão do praticante com as dimensões causais da realidade representadas por uma sutil rede de padrões sistêmicos que formata, por meio de informações, a matéria e a energia. Esta condição já era referida na Bíblia

quando se refere ao Verbo que existia no princípio e se fez carne, ao mesmo tempo em que relata que Deus **disse** (emitiu uma informação): Faça-se a luz!

A mente meditativa se conecta ao universo simbólico reconhecendo imagens carregadas de significado, entende-se assim, como procedimentos que se valem de técnicas imaginativas, costumam ser tão benéficos no resgate da saúde.

Este processo de reconexão do ser humano com esta dimensão espiritual ou causal da Realidade, possibilita o realinhamento de alguém com sua vocação essencial alinhada com o projeto cósmico de realização universal que resulta ações sustentáveis.

Esta condição era, como sugerem evidências arqueológicas obtidas na Grécia e na Amazônia, a estrutura cultural das civilizações primitivas, onde o espírito feminino de **parceria entre ser humano e Natureza** prevalecia e possibilitava o sucesso da espécie na sua jornada de sobrevivência no Planeta por centenas de milhares de anos.

O resgate da cultura de parceria apresenta-se como um pilar fundamental na reconquista da sustentabilidade pessoal e planetária. Para tanto a contemplação dos fenômenos e tomada de decisões envolvendo as funções do hemisfério encefálico direito (alcançado pela meditação e outras técnicas contemplativas) apresenta-se como etapa fundamental do resgate da saúde, bem estar, realização e cultura de paz e prosperidade.

Uma evidência deste fenômeno é observada em grupos de idosos que meditam, nos quais a reconexão com a dimensão supramental, viabilizada pela meditação, favorece o resgate da missão essencial da vida e possibilita o ressurgimento da motivação pela vida acompanhada da cura de doenças crônicas (hipertensão arterial e diabetes), assim como o resgate de bem estar e qualidade de vida na medida em que são retomados projetos de realização da vida.

Outra evidência, agora registrada no mundo corporativo, é que, executivos que meditam começam a produzir projetos sustentáveis num processo de respeito e parceria com a Natureza, ao mesmo tempo em que se tornam mais felizes, realizados e saudáveis!

A transdisciplinaridade é a atitude científica contemporânea que, reconhecendo a complexidade dos fenômenos assim como a multidimensionalidade da realidade, se dispõem a buscar soluções sustentáveis nos estratos mais sutis (informativos) da realidade o que possibilita encontrar situações de genuíno consenso coletivo, por meio da inclusão e respeito às diversidades, potencializando a utilização dos conhecimentos disciplinares de forma sinérgica e transformadora.

Esperamos que a disseminação desta atitude possa resgatar a dignidade da espécie humana recuperando a possibilidade de sua sobrevivência harmônica e pacífica no Planeta.

\* Médico gerontólogo, psicoterapeuta, homeopata e consultor pessoal e corporativo na área da sustentabilidade.

Coordenador do Centro de Estudos do Envelhecimento da UNIFESP e  
diretor fundador do Centro de Ecologia Médica "Florescer na Mata"

Email: [Fbignardi@superig.com.br](mailto:Fbignardi@superig.com.br) site: [www.florescernamata.com.br](http://www.florescernamata.com.br)