



**XXII° CONVEGNO INTERNAZIONALE
DI AGRICOLTURA BIODINAMICA
FIRENZE**

Estratto intervento di Laura Borghi

Salutogenesi. Come una buona e sana agricoltura può aiutare la medicina

La resilienza indica la capacità di affrontare e superare gli eventi stressanti e potenzialmente patogeni della vita. In questo contesto, l'ereditarietà non è sufficiente a spiegare lo sviluppo delle forze di resilienza. Sostenere che eventi stressanti cronici o ripetuti possono aumentare il rischio di ammalarci in realtà non corrisponde al vero.

Da questo punto di vista il concetto di malattia va infatti modificato. La malattia diventa un mezzo attraverso il quale l'organismo, inteso come entità corporea, psichica e spirituale può evolvere. Inoltre la malattia non andrebbe soppressa, ma compresa e gestita per permettere lo sviluppo delle forze di resilienza. Importante è anche una adeguata prevenzione, che sostenga le forze di salute.

In un'ottica salutogenetica si può identificare il compito di sviluppare le forze di resilienza. Il sistema terapeutico antroposofico può essere uno straordinario strumento per lo sviluppo delle forze di resilienza, unitamente al rispetto della coerenza e dell'eterostasi a cui l'organismo biologico è sottoposto. Quello che si cerca in realtà è il rispetto dell'essere considerati uomini di fronte al prezioso bene della salute. E non è un atto formale esteriore evocare forze di guarigione. Si può affermare che si possono prendere provvedimenti terapeutici che non necessariamente devono abbassare le difese immunitarie, le quali devono poi in tal caso essere risollevate mediante ulteriori altri provvedimenti, che sono sempre mezzi che si sostituiscono lasciando l'uomo passivo, nel senso di non stimolare l'attività propria e dell'organismo, siano essi farmaci o altro. Questo accade oggi infatti con i cibi integrati anziché integri, con il moto sempre più frequentemente passivo cui si è sottoposti, con le attività - sia lavorative che di svago - sempre più predefinite nelle loro procedure di svolgimento.

Si può trovare un rapporto sano con questi temi in modo reale, nel momento in cui si è in grado di iniziare a cambiare le proprie convinzioni su salute e malattia. Comprendiamo così che la cura della salute comporta un'attenzione rinnovata verso il mantenimento o il cambiamento delle abitudini di vita, nel rispetto dell'organismo umano e della terra. Questo richiede però che ci si occupi con responsabilità e interesse del collegamento esistente tra mondo fisico-biologico, da una parte, e mondo dell'anima e dello spirito, dall'altra.