

Cauzele bolilor din perspectiva shamanica

Pe masura ce trecem prin viata in planul fizic, se intampla diverse lucruri. Contactam gripe, raceli si virusi, ne ranim fizic, ca de exemplu cand cadem de pe bicicleta in copilarie sau facem sport. Ca adulti, ni se poate intampla sa ne ranim la sira spinarii, sau sa avem accidente de masina si ne alegem cu vanatai, taieturi, luxatii, infectii, ulceratii si, cateodata, cu oase rupte.

Unii dintre noi pot sa aiba boli grave, cum ar fi cancerul sau hepatita, boli de inima sau scleroza multipla. Pana la urma, ajungem la batranete, infirmitate progresiva si moartea corpului fizic. Toate acestea sunt normale - ele sunt ceea ce este de asteptat, ca parte a ceea ce inseamna sa fii o fiinta intrupata. Dar acestea sunt toate doar efecte, iar shamanul este interesat in primul rand de cauze.

Cauza si efect

Privind prin ochii vindecatorului saman, cauza suprema a tuturor bolilor poate fi regasita in cadrul lumii din alte dimensiuni - in aceleasi regiuni din care boala isi extrage puterea initiala de a ne alesa. Din acest motiv, nu este suficient sa anihilam, pur si simplu, efectul bolii cu ajutorul medicatiei din planul fizic si sa speram ca totul va fi bine. Pentru ca adevarata vindecare sa se intample, trebuie sa abordam cauza bolii.

Din perspectiva shamanului, exista trei cauze clasice ale bolii, iar interesant este faptul ca acestea nu sunt microbii, bacteriile sau virusii. Ele sunt stari interioare negative, care apar in noi, ca raspuns la experientele de viata negative sau traumatice. Prima dintre ele este Lipsa de armonie.

Lipsa de armonie

Lipsa de armonie este ceea ce traim atunci cand viata isi pierde brusc sensul, sau atunci cand pierdem o legatura importanta cu viata. Sa consideram cazul unui cuplu de varstnici. Dupa o casatorie indelungata, subit, unul dintre ei moare. Este posibil sa nu fi avut o relatie perfecta. Cu toate acestea, intre ei exista o mare legatura, care a aparut in urma a tot ceea ce au trait impreuna. Supravietuitorul poate sa intre in criza, din cauza pierderii partenerului si, in scurt timp, el/ea poate sa aiba o boala grava, cum ar fi cancerul. Dintr-o data pleaca si el/ea. Aceasta este lipsa de armonie.

Starea de lipsa de armonie pe care o traim ca reactie la astfel de situatii de viata, duce la o diminuare a puterii personale. Acest lucru se poate intampla intr-un mod subtil, pe de o parte, sau intr-un mod catastrofic, care ne zguduie viata, pe de alta parte - ca de exemplu, cand ne pierdem serviciul si astfel, ne pierdem si mijloacele de trai. Cand traim experienta pierderii puterii, matricea noastra energetica este afectata si devenim vulnerabili in fata bolii.

Frica

A doua cauza clasica a bolii este frica. O persoana care trece prin viata, roasa de un sentiment cronic de frica, este de doua ori vulnerabila in fata bolii, pentru ca anxietatea diminueaza in mod agresiv si progresiv starea de bine, iar acest lucru, la randul lui, va afecta sentimentul de a fi in siguranta in lume.

Starea de bine este baza pe care e construit sistemul personal de sanatate. Cand aceasta baza este afectata in mod negativ, se diminueaza capacitatea de a functiona a sistemului nostru imunitar. Si cand sistemul imunitar cade, suntem in primejdie.

Nu este prea dificil sa vedem ca aici functioneaza un mecanism de feedback. Frica - si anxietatea pe care aceasta o creaza, produce lipsa de armonie. In acelasi mod, lipsa de armonie genereaza frica, si ambele daca ele lucreaza impreuna, afecteaza de doua ori mantia protectoare a sistemului imunitar al corpului, dar si matricea energetica. Boala urmeaza in mod inevitabil.

Pentru practicienii medicali din Occident, nu este o surpriza faptul ca lipsa de armonie si frica se materializeaza in boli care sunt recunoscute de catre stiinta. Cu aproape 500 de ani in urma, medicul renescentist Paracelsus a observat ca "frica de boala este mai periculoasa decat boala insasi".

Aceasta ne aduce la a lua in considerare a treia cauza clasica a bolii - fenomenul cunoscut vindecatorilor indigeni ca pierderea sufletului.

Pierderea sufletului

Printre vindecatorii traditionali, pierderea de suflet este privita ca fiind diagnosticul cel mai serios si cauza majora a mortii premature si a bolilor serioase, desi, in mod curios, in textele medicale vestice acest diagnostic nu este mentionat. Cel mai apropiat context cunoscut este "El/ea si-a pierdut dorinta de a trai".

In societatea vestica, pierderea de suflet este cel mai usor inteleasa ca fiind o deteriorare a esentei vitale a persoanei - un fenomen care se intampla, de obicei, ca reactie la o trauma. Cand traumele sunt severe, poate sa apara o fragmentare grupului de suflete a persoanei, cu disocierea partilor de suflet sfaramate, care fug de o situatie de ne tolerat. In circumstante coplesitoare, aceste parti de suflet pot sa nu mai revina.

Cauzele pierderii de suflet sunt multiple si variate. Poate sa fie vorba, de exemplu, de probleme traumatizante din perioada perinatale, care s-au intamplat in apropierea momentului experientei nasterii - ca, de exemplu, sa soseasca in viata si sa descopere ca nu este dorit, sau ca are sexul gresit - a venit ca fata, cand toata lumea spera sa vina un baiat.

Pierderea de suflet poate de asemenea sa se intample cand un copil este brutalizat sau tachinat fara mila, acasa sau la scoala, zi dupa zi, sau cand o persoana tanara este molestata de catre cineva care ar trebui sa aiba grija de ea. Cand cineva a fost violat sau atacat, a fost tradat, a trecut printr-un divort cumplit, un avort traumatizant, un accident de masina teribil sau chiar o interventie chirurgicala grava, este sigur ca pierde o parte de suflet.

Multi dintre tinerii, baieti si fete, care au fost trimisi la razboi in Afganistan, Irak, Kuwait, Vietnam, Korea si in alte locuri, s-au intors acasa afectati la nivel personal, pentru ca au suferit pierderi de suflet cumplite. Specialistii in medicina le-au diagnosticat afectiunile lor ca fiind sindrom de stres post-traumatic, dar au putut face foarte putin, in termenii adevaratei vindecari, pentru acesti "raniti pe doua picioare". Multi dintre cei care au supravietuit sunt in continuare profund traumatizati la nivel de suflet, din cauza celor traite in razboi.

Simptomele pierderii de suflet

Pierderea unei parti de suflet este usor de recunoscut, daca stii ce sa cauti. Iata o lista a unora dintre simptomele clasice:

- Sentimentul ca esti fragmentat, ca nu esti cu totul prezent
- Blocaje de memorie - o incapacitate de a-si aminti fragmente din viata
- O incapacitate de a simti iubire sau de a primi iubire de la altul
- Indiferenta/ indepartare emotionala
- Stari subite de apatie sau de neatentie
- Lipsa de initiativa si entuziasm
- Lipsa bucuriei
- Incapacitate de a progresa
- Incapacitate de a lua decizii
- Lipsa de discernamant
- Negativism cronic
- Dependente
- Tendinte de suicid
- Melancolie sau disperare

· Depresie cronică.

Deși termenul de 'pierdere de suflet' nu le este familiar vestiticilor, zilnic folosim multe expresii în acest sens, în limbajul folosit pentru descrierea încercărilor personale. Interviuurile din media și stările includ comentarii individuale, de genul: "Am pierdut o parte din mine, când s-a întâmplat acel necaz", sau "Nu am mai fost același, de atunci încolo". Când discutăm despre pierderea de suflet cu indivizi interesați de subiect, aproape toți au simțit că au pierdut "o parte" din ei, în anumite momente din viață – deși aproape nimeni nu știe că părțile pierdute ar putea fi recuperate.

Adevărul este că pot fi recuperate.

Psiho-somatica bolilor

Posted on 5 iunie 2010 by Solarris

Boala este o atenționare – ne semnaleză că ne manifestăm dizarmonios. Nu este o pedeapsă, ci o consecință a faptelor și atitudinilor noastre. Ne oglindește defectele, ne reflectă erorile. Ne pune față în față cu noi înșine. Ne îndeamnă să ne sesizăm neajunsurile și să ne mobilizăm pentru a le transforma în calități corespondente. De exemplu, teama este o caricatură a prudenței, mania o distorsiune a pasiunii, lenea o degradare a calmului. Boala nu este un dușman, ci, paradoxal, cel mai bun prieten, căci are curajul să ne spună verde în față ce, unde și cum greșim. De aceea atitudinea de a o nega, de a o ignora ca și efect al unui stil de viață dizarmonios este contra-productivă. Această atitudine poate avea ca rezultat camuflarea simptomelor și o falsă vindecare. Dușmanindu-ne boala, ne dușmanim pe noi, căci de multe ori în umbrele din noi se ascund energii puternice și profunde care asteptă să fie manifestate plenar.

Boala ne semnaleză înstrăinarea de sine. Nu o putem vindeca decât dacă ne reimprietenim cu noi înșine.

Boala este rodul unor convingeri false adânc înradăcinate în ființa celui bolnav. Atât de adânc încât ajung să ia forme materiale și să se manifeste la nivelul corpului fizic. În medicina holistică acest fenomen este numit somatizare. Esența tratamentului constă în dobândirea lucidității care permite descătușarea de aceste convingeri greșite, generatoare de atitudini și acțiuni greșite. Însa, dincolo de aspectul teoretic, lupta este personală, experiența individuală este singura eliberatoare. Nici o filozofie, nici o doctrină, nici o persoană nu vor putea vreodată să facă treaba pe care fiecare individ o are de făcut pentru el. Armonia nu poate fi redobândită decât individual, prin informare și experiența directă, prin explorare și constientizare. Numai astfel procesul vindecării devine o simplă chestiune de timp, cu singura condiție că acest timp să mai fie încă disponibil pentru

persoana afectata (modificarile din planul fizic, deci leziunile morfologice, sa nu fie deosebit de severe, iar timpul necesar reversarii bolii sa nu fie mai mare decat poate duce pacientul).

Boala este consecinta unor rezonante distructive pe care cel bolnav le intretine avand falsa convingere ca este una cu ele. Acestea isi au originea in subsolul constintei, inaccesibil in mod obisnuit, dar perceptibil de catre oricine sub forma gandurilor si traiirilor degradante. Acolo, in hrubele psihicului, mocnesc reprimare tendintele noastre ascunse, negate, condamnate, natura noastra primara pe care nu vrem sa o recunoastem din cauza prejudecatilor si a inhibitiilor rezultate din constrangerile sociale, familiale, religioase, politice, materiale, personale. Greseala esentiala pe care o comite cel susceptibil de boala este de a se confunda cu aceste manifestari psiho-mentale, de a se lasa cuprins cu totul de valtoarea lor, de a-si lasa claritatea constiintei inecata in mlastina.

Multi oameni adopta trairi si ganduri precum "sunt terminat de nervi", "sunt verde de invidie", "mi-e frica de mor", "mi-e lene de pic" deoarece considera ca asa este firesc - precum in cazul copiilor care ii imita pe cei mari si invata ca trebuie sa fie suparati, agitati, crispati, frustrati, etc. Adoptate initial in mod superficial, tiparele comportamentale devin cu timpul personalitatea omului adult si problema lui cea mai mare.

Boala are ca substrat ignoranta. Un om bolnav isi este siesi strain. Aceasta instrainare poate avea grade variate si se poate referi la diferite aspecte ale fiintei umane. Cea mai severa instrainare va genera si boala cea mai severa (si cea mai greu vindecabila). In acest sens, psihozele si mai ales schizofrenia, sunt considerate in medicina naturala bolile cele mai grave, chiar daca ele nu se asociaza cu modificari vizibile la nivelul corpului fizic. Practic, aceasta fata nevazuta a existentei noastre numita viata interioara face in cele din urma diferenta dintre sanatate si boala, dintre fericire si mizerie, dintre bucuria prezentului si toate conditionarile noastre. Menirea remediilor naturale este aceea de a cataliza procesul de patrundere, lamurire si prefacere interioara, de a directiona efortul launtric, de a-i da coerenta si focalizare. Este o iluzie sa consideram ca simpla administrare a unui remediu exterior sau a altuia poate elimina complet si permanent o anumita suferinta.

Diferitele manifestari patologice sunt o expresie a armoniei universale, in particular a legii actiunii si reactiunii. Simplul fapt de a folosi niste plante, cristale, posturi, regimuri alimentare, diferite tehnici, nu ne anuleaza greselile si pornirile dizarmonioase. Desigur, unele procedee au efecte purificatoare profunde, la multiple niveluri, capabile sa aduca linistea si luciditatea necesare metamorfozarii launtrice. Efectele lor benefice sunt insa menite sa fie insotite intotdeauna de intelegerea traiirilor inferioare care au generat boala. Acesta si este scopul final. Odata ce obiceiurile noastre dizarmonioase

sunt aduse in campul constintei, intelese si sublimite, toate formele de suferinta generate de acestea incep sa se topeasca de la sine. Pana sa iti dai seama ce se intampla, suferinta va fi disparut cu totul. In momentul cand transformarea s-a produs, boala inceteaza.

Abordarea psiho-somatica a vindecarii are ca premisa corelatia potrivit careia manifestarile in plan psiho-emotional determina manifestarile in plan energetic, care determina la randul lor manifestarile in plan fizic. Asadar, problemele psiho-emotionale, neglijate, negate, reprimite ori incorect tratate vor constitui germenii viitoarelor dezechilibre la nivel energetic si, mai apoi, declansatorii feluritelor afectiuni in plan fizic. Tratarea efectelor grosiere (bolile propriu-zise), o deblocare energetica autentica si incursiunea cat se poate de serioasa si de constienta in tot ceea ce inseamna viata noastra interioara constituie premisele unei vindecari eficiente si durabile (chiar daca uneori lente).

Manifestarile dizarmonioase in plan psiho-emotional sunt evidente imediat, dezechilibrele produse de acestea in plan energetic au o latentă medie de aparitie si pot fi recunoscute atunci cand in corp apar dereglari functionale (adica desi nu exista leziuni la nivelul unor organe, acestea incep sa nu-si mai indeplineasca toate functiile in mod corespunzator), in timp ce manifestarile corespondente in plan fizic au un timp mult mai lung de instalare, devenind evidente dupa nenumarate traieri dizarmonioase in plan psiho-emotional si dupa indelungi disfunctionalitati la nivelul unor organe si sisteme. In aceasta faza - de manifestare fizica - apar leziunile organice iar boala poate fi deja depistata sub aspectul prezentei sale materiale in corp.

Terapia naturala autentica propune o abordare holistica, oferind solutii si remedii menite sa influenteze toate cele 3 planuri (psiho-emotional, energetic si fizic).

Sanatatea si boala din perspectiva spirituala

Posted on 21 aprilie 2010 by Solarris

Niciodata boala nu apare din senin. Intotdeauna ea este precedata de nenumarate semnale pe care viata ni le trimite, semnale subtile, sincronicitati, asa zise coincidente, care sa ne faca sa intelegem ca nu suntem armoniosi, ca mergem pe un drum gresit, dar de obicei noi le neglijam, ramanand orbi fata de aceste avertizari. Daca aceasta stare persista, intervine boala care este tot un semnal, dar de data aceasta mult mai clar, mai explicit, pe care nu mai putem sa-l ignoram cu atata usurinta.

A "asculta" boala, ca si cum ar fi un limbaj, un semnal al organismului catre noi, pentru a intelege cauzele ei, este o modalitate de autocunoastere, de comunicare cu noi insine, in aspectele noastre cele mai profunde si este un

prim pas catre vindecare. Boala este un semnal; semnalul ca ceva anume determina proasta functionare a organismului nostru. Boala pare un dusman dornic sa ne faca rau, dar daca ajungem sa intelegem ce a cauzat-o, se poate transforma intr-un element transformator pentru viata noastra. Ea ne ofera marea sansa de a afla mai multe despre cine si despre cum suntem. Daca intelegem mesajul spiritual al bolii, atunci ea va pleca singura, pentru ca ea nu a venit ca sa ne faca rau, ci ca un prieten care vrea sa ne spuna ca trebuie sa ne transformam, ca am stagnat in evolutia noastra spirituala, ca nu dorim sa ne ascultam vocea interioara si ca exista posibilitatea de a ne rata scopul existentei acesteia.

Ce este boala?

Boala este un semn de dezechilibru, semnalizeaza dezordinea care apare in universul nostru launtric. Aceasta dezordine generatoare de suferinte se naste din tendintele si obiceiurile noastre rele, din dorintele noastre nenumarate legate de aceasta lume, care ne indeparteaza de influenta binefacatoare a sufletului. De regula, boala apare atunci cand dorintele noastre trupești ajung sa domine natura noastra spirituala!

Orice durere, suferinta, boala reprezinta o experienta pe care o meritam, datorita greselilor pe care le-am facut si le mai facem. Trebuie sa intelegem ca Dumnezeu nu ne pedepseste, ca tot ceea ce traim este o consecinta a propriilor noastre actiuni anterioare.

Boala, desi pare greu de crezut, poate fi un mare ajutor. Ea este, din punct de vedere spiritual, pentru persoana respectiva ultima solutie de armonizare. Inteleptii spun ca Dumnezeu nu permite sa se produca nici un asa-zis rau, fara ca sa scoata din el un bine de doua ori mai mare. Depinde de atitudinea noastra mentala daca ne descurajam, devenim si mai nefericiti si consideram boala o nenorocire, sau daca privim lucrurile dintr-o perspectiva inteleapta, intelegand ca este o atentionare, ca boala ne arata unde gresim.

Boala poate fi un instrument care sa ne conduca catre o trezire spirituala. Adeseori bolile si suferintele ne purifica fiinta, ne trezesc sensibilitatea, ne fac receptivi fata de anumite aspecte ale realitatii, pe care inainte nici macar nu le bagam in seama, datorita orgoliului si a obtuzitatii noastre.

Medicina alopata, necrezand in existenta lumii spirituale, urmareste sa trateze efectele bolilor si nu cauzele reale, profunde ale acestora, urmarind in mare parte doar alinarea durerilor care, de cele mai multe ori, nu este durabila. Ea nu elimina cauza primara a bolilor. Adevarata cauza a bolilor se afla la nivelul mintii si sufletului si nu la nivelul trupului. Multi stim din propria experienta cit de dezarmonioasa poate fi o atitudine mentala gresita, sau invers cat de benefica si regeneranta poate fi asupra organismului o atitudine pozitiva.

Cauzele bolilor

Cauzele bolilor le putem clasifica in cauze: mentale, psihice si fizice. Cauzele invizibile ale bolilor, cele psihice si cele mentale, sunt numite generic cauze spirituale (plecand de la distinctia fizic-nonfizic, vizibil-invizibil, material-spiritual).

Cauzele mentale tin de existenta unui mod gresit de a gandi, de prezenta unor idei fixe, a unor obsesii, care ne fac sa gandim in mod negativ, pesimist. Degeaba vom trata cu medicamente o boala care isi are originea in planul mental. Cel mai bun medicament este sa intelegem mecanismele imbolnavirii si vindecarii. Cand se va intelege acest lucru, prin programare mentala pozitiva ne vom putea vindeca singuri.

Cauzele psihice vizeaza o gresita perceptie, abordare si atitudine in plan sentimental. Tin de existenta unor sentimente si emotii negative, cum ar fi tristetea, sentimentele de nefericire, de ura, de mahnire, invidia, sentimentele reprimare, furia mocnita etc.

Cauzele fizice sunt cauze usor detectabile si vizeaza un gresit tratament aplicat organismului in ceea ce priveste respiratia, alimentatia, sau "programul" sau, cum ar fi lipsa de odihna, munca fizica in exces, alcoolul sau conditii neprielnice organismului nostru, de exemplu, a-l tine excesiv in frig, etc.

Orice boala ar fi fara sens daca ar putea fi vindecata fara sa i se cunoasca cauza. Daca, de exemplu, unei persoane care a fost plina de resentimente si ura intreaga viata, i se va face un transplant de inima, fara ca sa-si schimbe atitudinea si fara ca sa inteleaga ce a dus la situatia in care se afla (care a determinat necesitatea transplantului), cu siguranta, chiar daca se gaseste un donator si interventia chirurgicala de succes, inima donata va fi rejectata de organism care este, cum spuneam, otravit de ura.

O adevarata vindecare poate avea loc numai in momentul in care am inteles mesajul bolii si dorim sa ne implicam activ in rezolvarea conflictului launtric care l-a generat. De multe ori, oamenii cand se imbolnavesc urmaresc sa modifice ceva in atmosfera exterioara, ceea ce nu este rau. Dar esential ar fi sa modifice ceva in modul in care ei gandesc, urmarind sa elimine gandurile rele care au declansat boala si sa gandeasca cu putere exact opusul.

Daca, de exemplu, o persoana a nutrit o perioada lunga ganduri negative de lipsa de incredere in sine, de lipsa valorii proprii si a utilitatii, trebuie sa gandeasca acum cu putere contrariul, adica sa fie increzatoare in ea, intelegand ca puterea ii vine permanent de la Dumnezeu, totul este sa o foloseasca in mod intelept, ca fiecare dintre noi are rolul sau in creatia divina si ca nimic din ceea ce a creat Dumnezeu, deci inclusiv noi, nu este inutil si

fara valoare.

Este important sa intelegem ca am fost creati de Dumnezeu si ca suntem in permanenta sustinuti de catre El si ca, in consecinta, datorita Energiei atotputemice a Divinului, pe care o putem atrage fulgerator in universul nostru intr-o mare cantitate, nimic si nimeni nu ne poate face rau. Boala urmareste sa ne elibereze, prin intermediul durerii, de emotia negativa care a generat-o.

Durerea din planul fizic este intotdeauna rezultatul unei "dureri" psihico-mentale care nu a gasit alt mijloc de a se face cunoscuta. Daca fiinta doreste sa se puna la adapost de aceasta de aceasta durere psihica, vrea sa se "ascunda" de ea, atunci aceasta durere se va cuibari in corpul fizic intr-o anumita zona. Durerea nu permite sa ne anesteziam sau sa ne rigidizam fata de nevoile noastre sufletesti, dar si fata de ale celorlalti.

Fiinta umana este adesea masochista. Se ataseaza de boala si suferinta ei si vrea sa i se ofere nu numai atentie si compasiune, dar chiar si o anumita consideratie pentru pentru cate boli "duce".

Unii oameni se lauda la propriu cu numarul si gravitatea bolilor pe care le au, fiecare urmarind sa fie primul in "top", considerand ca este un lucru "meritoriu".

Daca oamenii ar intelege ca fiecare boala pe care o duc este rezultatul unei greseli pe care o fac repetat si in care se incapataneaza sa se cantoneze, nu ar mai considera ca este ceva de lauda. Dar nici nu trebuie sa ne culpabilizam pentru ca ne-am imbolnavit, pentru ca nici asta nu ajuta la nimic. Trebuie doar sa intelegem unde am gresit si sa nu mai repetam greseala.

Asa ca nu sunt atat de importante evenimentele prin care trecem, cit atitudinea noastra interioara fata de ele, modul in care le intelegem.

Pasi spre vindecare

Un prim pas spre vindecare este sa recunoastem ca o problema (un gand negativ, un sentiment negativ, cum ar fi incapacitatea de a ierta pe cineva) pe care o tot ducem cu noi este cea care a generat boala si ca noi suntem autorii ei si ca ceva sau cineva din exterior doar au declansat-o.

Un alt doilea pas este sa fim capabili sa mergem mai departe si sa abandonam gandul sau sentimentul negativ care a generat boala, sa iertam sau sa ne iertam, sa ne detasam si sa urmarim sa privim din alt unghi situatia care ne-a prins ca intr-o capcana.

Al treilea pas este sa avem vointa sa ne transformam modul de a gindi si a fi,

sa avem atitudine inteleapta si plina de dragoste si rabdare fata de noi si fata de oamenii cu care interactionam.

Iar ultimul pas, dar nu cel din urma, este sa avem totala incredere in noi, ca vom reusi, cu ajutorul lui Dumnezeu, sa ne vindecam. Exista proverbul care spune ca: "Dumnezeu ne da, dar nu ne pune in traista", adica Dumnezeu ne ajuta in masura in care ne ajutam si singuri, si ca eforturile personale sunt esentiale.

Credinta in vindecare este o rezonanta care declanseaza procese de punere in legatura cu energii tainice, vindecatoare, care exista in univers. Cat timp nu ne vom deschide cu adevarat fiinta fata de aceste energii benefice, vindecatoare, acestea nu vor patrunde cu forta in fiinta noastra. Credinta absoluta in vindecarea noastra genereaza rezonanta cu energiile subtile ale vindecarii din Univers si reprezinta temelia oricarei vindecari. In medicina alopata, efectul placebo nu face decat sa evidentieze puterea tainica a credintei.

Mai este si situatia in care persoana spune ca s-a saturat sa fie bolnava si ca va face eforturi sa se insanatoseasca, indreptand unde greseste, dar dupa cateva zile, vazind ca pierde atentia celorlalti si "avantajele" generate de boala, se opreste din eforturi pentru o zi sau mai multe, dupa care iar reia un tratament naturist, de exemplu. Este ca atunci cand avem o masina si un moment acceleram si urmatorul moment punem cu putere piciorul pe frana. Nu o sa facem decat sa deregulam motorul.

Mesajul trimis organismului nostru este paradoxal, nu stie daca vrem cu certitudine sa ne vindecam, sau ca vindecarea va aparea mult mai lent, sau aproape deloc. La fel este cand alternam perioadele in care avem incredere ca ne vom insanatosi si luptam pentru aceasta, cu perioadele in care suntem convinsi ca am pierdut batalia cu boala.

Pentru vindecare este foarte importanta o atitudine pozitiva constranta, plina de incredere in succesul vindecarii noastre.

Pentru a putea sa ne vindecam, trebuie sa ne luam viata in propriile maini si sa nu mai amanam pe miine momentul in care ne hotaram sa ne transformam, pe ideea ca astazi ne este dificil sa incepem, din doua motive: unul - pentru ca maine va fi intotdeauna miine, adica intr-un viitor incert, si al doilea motiv pentru ca maine ne va fi si mai greu, pentru ca intre timp ne afundam si mai tare, ceea ce ne poate face sa fim si mai descurajati si mai neputinciosi. Asa ca, transformarea atitudinii noastre trebuie sa inceapa Aici si Acum.

Vindecarea noastra este posibila pentru ca suntem in permanenta inundati de energia infinita tainica a lui Dumnezeu, fata de care, daca ne deschidem

spiritual si o primim in fiinta noastra, atunci orice stare de dizarmonie, durere, suferinta, dispare. Apar vindecările spontane, miraculoase, ca urmare a conectării fiintei noastre la Oceanul tainic nesfarsit al Vietii. Fiinta noastra are posibilitati miraculoase de regenerare, de vindecare.

Iertarea este unul dintre pasii importanti catre vindecare. La fel cum noi asteptam de la ceilalti iertare si intelegere atunci cand gresim voluntar sau involuntar, la fel si noi trebuie sa-i iertam pe ceilalti cand ne gresesc noua.

Daca am gresit, trebuie sa devenim constienti de aceasta si sa intelegem ca vom suporta consecintele. Daca am mai fi pusi in fata aceleiasi conjuncturi sau uneia asemanatoare, am decide altfel, dar, pentru ca timpul nu poate fi dat inapoi, singurul lucru pe care-l putem face acum este sa ne iertam.

Iertarea propriei noastre fiinte ne va ajuta sa rupem firele care ne leaga de respectiva decizie gresita, pentru a reusi sa redevenim liberi. Evident ca, daca este posibil vom indrepta greseala sau vom urmari sa compensam relele ce au decurs din ea, pentru a anula consecintele ei karmice.

A doua alternativa - de a nu putea sau a nu dori sa ne iertam - desi pare a apartine unui om corect, intransigent cu propriile greseli, nu face altceva decat sa ne mentina prizonierii propriilor greseli.

Sensul real al iertării este acela de a ne elibera, de a deveni liberi. Acelasi lucru este valabil in ceea ce priveste relatiile noastre cu cei din jur.

Concluzie

Putem spune ca este foarte important sa ne iertam si sa iertam pe cei care consideram ca ne-au gresit. Vom vedea ca, din momentul in care o vom face, ne vom simti cu inima usoara si doar din acea clipa o sa ne simtim total increzatori in posibilitatea de a ne vindeca.

Fiinta umana trebuie sa inteleaga ca, daca lipseste aspiratia catre bine, iubire, adevar, dreptate, optimism, incredere, este imposibil sa ne bucuram de o stare de sanatate perfecta, pentru ca gandurile si actiunile noastre gresite, rele, vicioase conduc la aparitia si intensificarea unor dezechilibre energetice si inclusiv somatice, facand sa apara anumite otravuri generatoare de boli.

Multe dintre persoanele bolnave se intreaba de ce boala i-a ales tocmai pe ei?

Pentru o intelegere corecta trebuie enuntat un principiu spiritual care spune ca nimic nu e intimplator. Nu este intimplator faptul ca noi si nu altcineva, suntem cei care ne-am imbolnavit.

Prin intermediul bolii adeseori ne justificam noua insine faptul ca suntem victima unei situatii exterioare neplacute si urmarim sa atragem atentia celor din jurul nostru, uneori considerandu-i chiar vinovati de ceea ce ni se produce.

Albert Einstein spunea "Intimplarea este o alta masca a Divinului, atunci cand nu doreste sa fie recunoscut." Vom intelege ca neintimplator boala ne-a aparut noua si nu unei alte persoane si ca asta ne arata ca noi suntem cei care gresim in mod clar ceva.

Este important sa intelegem ca noi avem intreaga responsabilitate in viata in legatura cu ceea ce ni se produce, atat bine cat si rau. Ca noi am insamantat odata, in aceasta viata sau intr-o viata anterioara, roadele pe care le culegem acum. Acest adevar il regasim in spusele lui Iisus: "daca semeni vant, culegi fortuna."

Trebuie sa devenim constienti ca, in realitate noi insine si nimeni altcineva, suntem singura cauza a pierderii starii de sanatate, bucurie, armonie, ca noi in permanenta alegem sa rezonam cu tristetea, sau cu bucuria, cu frica sau cu starea de curaj, cu neincrederea sau cu starea de incredere, cu neputinta sau cu sentimentul ca atita timp cat facem voia lui Dumnezeu, El ne ofera o stare colosala de forta launtrica, cu lipsa de vointa sau cu o vointa puternica de a ne transforma, cu stare de pesimism sau cu stare de optimism, cu starea de suferinta si boala sau cu starea de sanatate, de bine launtric.

Vindecare si autovindecare

Posted on 4 martie 2010 by Solarris

Cartea Vindecare spirituala si nemurire. Caile terapeutice ale viitorului de Patrick Drouot* trateaza toate aceste subiecte dintr-o perspectiva stiintifica, insa poate fi inteleasa si de persoanele care nu au cunostinte in domeniu si sunt pur si simplu interesate de noi modalitati de vindecare si de spiritualitate.

Cartea trateaza subiecte de mare interes din domeniul vindecarii spirituale: terapiile energetice, tehnici de baza ale palparii vibratorii, principii de baza ale structurii energetice a fiintei omenesti, chakrele si anatomia subtila a fiintei umane, corpul astral, corpul mental si corpul cauzal.

Intr-un capitol distinct, sunt tratate noile terapii alternative: medicina corpului - spirit, care vorbeste despre o retea unificata de vindecare care se afla in corpul nostru si care duce la crearea unei comunicari corp - spirit, intalnita in intelepciunea orientala; medicina tibetana, care isi are radacinile in sistemul medical traditional Ayurveda din India care inseamna "stiinta vietii lungi". Din aceasta perspectiva, boala, infirmitatea sau orice alta slabiciune sunt

inacceptabile. Pentru a mentine insa o stare de sanatate perfecta, este necesar sa se dobandeasca treptat noi cunostinte bazate pe o intelegere mai profunda a existentei. Apoi, sunt tratate conceptiile medicinei sioux si hopi, care se bazeaza pe ritualuri samanice si pe o viziune spirituala asupra vietii.

In cuprinsul cartii gasim si cateva sfaturi de o valoare inestimabila, prin care ne putem da seama care este relatia dintre spirit si aparitia bolilor in corp si ce putem face pentru a intelege cauza profunda a bolilor si a ne mentine sanatatea.

Precepte de imbolnavire:

1. Nu dati atentie corpului vostru. Mancati cat mai multe alimente de proasta calitate. Beti mult alcool. Daca sunteti stresati si obositi, ignorati acest lucru si consumati-va ultimele forte, depasindu-va limitele.
2. Cultivati experienta vietii ca fiind fara scop si fara valoare.
3. Faceti lucrurile care nu va plac, evitand sa le faceti pe cele care v-ar face placere. Urmati sfaturile si respectati parerile celorlalti, privindu-va pe voi insiva ca mizerabili si inutili.
4. Fiti ranchiunosi si hipercritici, in special cu voi insiva.
5. Umpleti-va spiritul cu imagini ingrozitoare si apoi fiti obsedati de ele. Fiti ingrijorat, daca nu tot timpul, macar majoritatea lui. Evitati relatiile intime, profunde, cu ceilalti.
6. Acuzati-i pe ceilalti de toate problemele voastre.
7. Nu va exprimati sentimentele si parerile intr-un mod sincer si deschis. Celelalte persoane s-ar putea sa nu le aprecieze. Daca este posibil, incercati mai ales sa nu va cunoasteti sentimentele profunde.
8. Scoateti-va din minte orice are vreo legatura cu umorul. Viata nu este o gluma.
9. Evitati sa faceti schimbari care ar putea sa va aduca satisfactii mai mari si bucurii in viata.

Cum sa deveniti si mai bolnavi (in cazul in care sunteti deja):

1. Ganditi-va la toate lucrurile rele care vi s-ar putea intampla. Alegeti imagini ingrozitoare si aduceti-le cat mai frecvent in minte.
2. Fiti deprimati, invidiosi si furiosi. Acuzati pe oricine si pe toata lumea pentru boala voastra.
3. Cititi articole, carti, priviti programe la televizor si ascultati personaje care

va intaresc punctul de vedere ca nu exista nici o speranta, ca nu aveti nici o putere de influenta in desfasurarea bolii voastre.

4. Separati-va de toata lumea. Priviti-va ca pe un paria. Zavorati-va in camera voastra si contemplati moartea.

5. Urati-va ca v-ati distrus viata. Acuzati-va fara mila si fara incetare.

6. Duceti-va la diferiti medici, la specialist. Alergati de la unul la altul. Pierdeti-va jumatate din timp in salile de asteptare. Obtineti mai multe opinii contradictorii si multe medicamente experimentale si incepeti un program dupa altul fara nici un rezultat.

7. Parasiti-va ocupatiile profesionale, incetati sa lucrati la orice proiect, intrerupeti orice activitate care v-ar putea da vreun sentiment de bucurie si un tel.

8. Compatimiti-va pentru propria soarta. Daca va intovarasiti cu cineva, asociati-va in special cu persoane nefericite si pline de amaraciune. Intensificati-va reciproc sentimentele de disperare.

9. Sa nu aveti grija de voi insiva; ce folos ar avea? Cereti celorlalti sa faca ceea ce ar trebui sa faceti voi si apoi infuriati-va ca nu au procedat bine.

10. Ganditi-va cat de inspaimantatoare este viata si deveniti constienti ca intr-o zi veti muri, poate chiar foarte curand.

Precepte pentru mentinerea sau regasirea sanatatii:

1. Faceti lucruri care sa va dea un sentiment de implinire, de bucurie si de sens in viata, care sa va recompenseze eforturile. Vedeti-va viata ca fiind o creatie proprie si faceti in asa fel incat sa devina pozitiva.

2. Fiti atenti la voi insiva, ascultati-va nevoile interne la toate nivelurile, aveti grija de voi insiva, incurajati-va neincetat.

3. Eliberati-va de toate emotiile negative, de temeri, de invidie, de tristete si de furii. Exprimati-va sentimentele intr-un mod corespunzator, nu le retineti si invatati sa va iertati.

4. Mentineti in minte imagini si teluri pozitive, imaginea a ceea ce vreti cu adevarat in viata. Atunci cand apar imaginile inspaimantatoare reconcentrativ pe imaginile ce evoca sentimente de pace si bucurie.

5. Iubiti-va si iubiti-i pe ceilalti. Faceti din acest sentiment telul si expresia primordiala a existentei voastre.

6. Creati-va relatii oneste, calduroase cu ceilalti. Incercati sa vindecati ranile

legaturilor trecute cu insotitorii de viata sau insotitorii de drum.

7. Faceti fapte altruiste in mijlocul unei comunitati, al unui grup, sau la modul general fata de ceilalti.

8. Angajati-va in posibilitatea si in credinta existentei unei bunastari totale. Dezvoltati-va propriul program de vindecare, atragand spirjinul si sfaturile expertilor (terapeuti vizibili si invizibili), fara sa deveniti sclavul lor.

9. Acceptati-va fiinta impreuna cu tot ceea ce vi se intampla in existenta ca pe o oportunitate de a evolua si de a invata. Invatati tot ce se poate din fiecare experienta buna sau rea, apoi mergeti inainte.

10. Pastrati-va simtul umorului”

Efectele rugaciunii “Tatal nostru”

Posted on 19 februarie 2010 by Solarris

“Edgar Cayce, celebrul medium american considera ca modalitatile de patrundere a bolilor si suferintei corpului uman, sunt urmare a “otravurilor cognitive”, secretate de gandurile negative. Astfel in Statele Unite s-a lansat o adevarata campanie a optimismului si celebrul indemn “think positive” s-a popularizat tot mai mult in randul oamenilor.

Cayce spunea: Gandind pozitiv putem vindeca, gandurile optimiste avand puterea de a actiona benefic asupra organismului regland activitatea glandelor vitale. Cayce recomanda pentru aceasta un mijloc simplu si fundamental de meditatie, prin intermediul rugaciunii Tatal Nostru. Totodata, el explica corespondenta dintre fiecare verset al rugaciunii si respectivii centrii glandulari ce sunt influentati de aceasta. Trebuie sa incerci sa resimti fiecare val de semnificatie al fiecarui verset, sa extragi sensul energetic al acestuia si sa il directionezi catre organul in cauza, sa simti cum acest verset curge prin corpul tau. Caci se produce in corpul fizic un raspuns la reprezentarile corpului energetic: se construiește astfel o reactie chimica, fiind posibila vindecarea”, concluzioneaza autorul .

Iata dar dupa Edgar Cayce, corepondenta intre versetele rugaciunii si principalele glande endocrine stimulate:

Tatal nostru care esti in Ceruri actioneaza asupra glandei pituitare, cu rol de declansator al procesului

Sfinteasca-se numele Tau actioneaza asupra glandei pineale

Vie Imparatia Ta deschide tiroida si regleaza functia acesteia

Faca-se Voia Ta, precum in Cer deschide tiroida

Asa si pe Pamint actioneaza asupra timusului

Piinea noastra cea de toate zilele, da-ne-o noua astazi deschide gonadele, glandele sexuale masculine si feminine

Si ne iarta noua greselile noastre, precum si noi iertam gresitilor nostri actioneaza asupra glandelor suprarenale

Si nu ne duce pe noi in ispita actioneaza asupra celulelor Lyden

Si ne izbaveste de cel rau actioneaza din noi asupra timusului

Ca a Ta este Imparatia actioneaza din nou asupra tiroidei

Si puterea actioneaza asupra glandei pineale

Si Marirea redeschide pituitara

AMIN formula de inchidere a acestor centri energetici si de reconectare la planul terestru.

Astfel Cayce este de parere ca riscul aparitiei unor boli sau afectiuni nervoase este mai scazut pentru persoanele care gandesc pozitiv sau se roaga in mod frecvent..

Este adevarata aceasta informatie, adica legatura vibrationala intre rugaciunea Tatal Nostru si glandele endocrine, ea fiind recunoscuta astazi si de preoti.

Ce este de adaugat, este faptul ca rugaciunea aduce in cimpurile energetice umane, in aura, energia divina, lucreaza asupra sistemului nervos, apoi pe glandele endocrine in special pe hipofiza, apoi starea informationala de bine este transmisa tuturor celulelor cu ajutorul aparatului circulator si, in special, al sistemului sanguin.

Parintele Arsenie Boca, arata in cartea sa Mare indrumator al sufletelor in sec.XX ca: Adevarat este ca o baza biologica a patimilor si a urmarilor lor o formeaza si glandele endocrine al caror echilibru sau dezechilibru functional se rasfringe in toata fiinta omeneasca.

Mai adauga parintele: „Oamenii au ajuns in robia patimilor, cenzura mintii lor a slabit si omul si-a pierdut libertatea. Fiecare patima poate fi o caramida a unui zid care il indeparteaza pe om de Creatorul sau”.

Sa alegem sa incetam a construi ziduri, sa incercam a darima ceea ce a fost construit gresit pentru a ne resacraliza, asa cum am venit in chip de copil, plini de Dumnezeu.

Putem face acest lucru prin rugaciuni si post, asa cum frumos ne indeamna

parintele Arsenie Boca: Trupul nu se poate trata decit prin post, caci el nu stie si nu recunoaste convingerile, pentru ca atunci puterile potrivnicului slabesc si porcii patimilor nu mai vin sa se scalde, nemaiavind locas, postul putind lucra chiar si asupra patimilor mintii – ochii vad lucrurile, mintea vede gindurile. Postul curățește ochiul, rugăciunea curățește mintea. Rugăciunea are și stări superioare, când izbăvindu-se patimile, se deapănă de la sine fără cuvinte, într-o nesfârșită dragoste de Dumnezeu, de oameni și de toată făptura.”

De ce nu ne vindecam si cum o putem face?

Posted on 21 ianuarie 2010 by Solarris

Cartea De ce nu ne vindecam si cum putem sa o facem? a autoarei Caroline Myss, porneste de la conceptul de “ranologie”, un concept inventat de catre autoare, pentru a numi acel simptom/boala care se manifesta la oamenii care isi folosesc ranile/traumele/evenimentele nefericite din viata/supararile pe care le traiesc, pentru a-i manipula pe ceilalti, pentru a provoca simpatia si compasiunea, pentru a obtine putere asupra celorlalti, pentru a putea conduce si pentru a li se permite sa actioneze intr-un mod dezagreabil si sa fie iertati.

Acesta este un proces foarte important, din cauza caruia nu ne vindecam – definirea si identificarea noastre cu ranile noastre. Din aceasta cauza, foarte multi oameni aflati in mijlocul unui proces de vindecare, se simt, in acelasi timp, blocati. Ei se straduiesc sa se confrunte cu ranile lor, lucrând constiincios ca sa dea un sens experientelor si traumelor groaznice din trecut si practicand intelegerea cu compasiune a altora, care impartasesc propriile rani. Dar ei nu se vindeca. Si-au redefinit vietile in jurul propriilor rani si al procesului de a le accepta. De fapt, ei sunt blocati in propriile rani. Important de stiut este insa ca noua nu ne este dat sa ramanem raniti. Daca ramanem blocati in puterea propriilor noastre rani, ne blocam propria transformare.

De cele mai multe ori, oamenii nu se vindeca pentru ca, la nivel constient sau inconstient, ei au mai multa incredere in modele de credinte foarte puternice, care intra in conflict cu vindecarea, decat in abilitatea lor de a se vindeca.

Iata principalele mituri despre vindecare:

1. Viata mea este definita de rana mea

Este imposibil sa rami neinfluentat de o istorie personala ce contine suferi rani emotionale sau psihice. Multa lume ajunge sa creada ca vietile lor sunt doar o compilatie de rani psihice, pentru care simt ca pot sa faca putin ca sa le vindece. La sugestia ca se pot elibera de ranile lor, astfel de oameni raspund deseori: Tu nu intelegi. Eu n-am mai fost niciodata la fel, de cand mi

s-a intamplat acel lucru. Cum as putea sa schimb acum asa ceva? este greu de renuntat la acest mit, pentru ca el este foarte util: ne permite sa simtim ca orice esec sau lipsa de realizare a noastra reprezinta vina altcuiva. Singura cale de eliberare din stransoarea acestui mit, este sa ne asumam mai multa responsabilitate pentru calitatea vietii noastre. Cand ne surprindem zicand sau gandind: As fi putut sa..., dar trecutul meu ranit m-a impiedicat sa realizez asta, atunci sa facem ceva sa incepem sa realizam acel vis imposibil.

Iata cateva intrebari pentru autoexaminare, pentru a vedea daca alimentati acest mit:

Gasiti scuze pentru faptul ca nu faceti mai multe lucruri pozitive cu viata voastra?

Obisnuiti sa comparati istoria ranilor voastre cu ale altor persoane? Daca da, de ce?

Daca va simtiti mai ranit decat altcineva, va face acest lucru sa simtiti ca primiti mai multa forta?

2. A fi sanatos inseamna a fi singur

Multi oameni cred ca, odata vindecati, vor fi vindecati pentru totdeauna – si astfel, odata cu refacerea sanatatii, nevoia de sprijin emotional si psihologic se va evapora cumva cu totul. Oamenii care se vindeca si care sunt vindecati au nevoie de companie si de prietenie, ca toti ceilalti. Boala si suferinta nu sunt o conditie pentru prietenie.

Va este teama ca, daca va vindecati, grupul vostru de sustinere va va abandona sau va va arata mai putina compasiune?

Atunci cand va vizualizati ca fiind vindecati, sunteti singuri in incapere?

Vedeti ranile emotionale ca pe un mijloc de a va lega de o alta persoana, iar vindecarea inseamna ca trebuie sa va despartiti de acea persoana?

3. A simti durere inseamna a fi distrus de durere

E normal sa credem ca durerea este ceva negativ. Durerea este si un invatator, care ne indica sa fim atenti cu corpurile noastre, sa renuntam la comportamente si situatii in care suntem slabi si sa adoptam unele in care dam dovada de integritate si forta. Studiati-va pe voi insiva. Luati aminte la cate ganduri si atitudini dureroase adoptati zilnic. Notati-le, ca sa le vedeti clar si sa va dati seama de ravagiile cumplite pe care le pot aduce in corpul vostru. S-ar putea sa va dati seama ca zaboriti asupra unor imagini dureroase despre sine, sau in credinte de viata pline de durere. Ati putea ajunge la concluzia ca ce suportati nu e durerea voastra, ci necazul altora, pe

care vreți să îi protejați.

Va gândiți totdeauna la durere ca fiind un dusman?

Ati invatat vreodata ceva din durerea fizica? Daca da, ce?

Ca să treceti peste durere, sunteți mai inclinați să luați medicamente chimice, sau să folosiți meditația sau o altă disciplină interioară?

Ati fost cândva dependent de calmante sau de somnifere?

4. Toate bolile sunt rezultatul negativității, iar noi suntem vătămați în esența noastră

Totuși, la rădăcina bolii nu se află întotdeauna modele negative, iar vina pentru nereușita de vindecare n-ar trebui căutată neapărat în experiențele negative din trecut, sau în credințele negative sădite adânc în inconstiență. Vindecarea bolilor s-ar produce mai ușor, dacă ne-am investiga trecutul, căutând atât tiparele negative, cât și cele pozitive. Când oamenii își concentrează atenția doar pe tiparele negative, tot ce este bun în ei și învietațiile lor poate fi eclipsat.

Sunteți întotdeauna în căutarea a ceea ce ați făcut ca să vă meritați boala?

Credeti că, până nu veți descoperi unde ați greșit, nu veți reuși să vă vindecați?

Va treziți ca retraiți experiențele negative din trecut, crezând că în acest fel, de fapt, intensificați procesul de vindecare?

5. O schimbare reală este imposibilă

Motivul pentru care credem că schimbarea este imposibilă este simplu: nimeni nu-i place schimbarea și nimeni nu-i place să se schimbe. Chiar și în situațiile foarte grele, noua ne place ca totul să rămână așa cum stim, neschimbat. Credem că raul pe care îl stim este mai bun decât cel pe care nu-l stim – astfel privim procesul de schimbare cei mai mulți dintre noi. Adevărul este că schimbarea și vindecarea sunt unul și același lucru. Ele sunt compuse din aceeași energie și noi nu putem să căutăm vindecarea unei boli, fără ca mai întâi să ne uităm care modele de comportament și atitudini din viața noastră trebuie să fie modificate. Pentru asta e nevoie de acțiune – iar acțiunea aduce cu sine schimbarea. Nu e o sarcină ușoară, căci nu ne place să ne cufundăm în partea noastră întunecoasă și nu ne place să scoatem la lumină fricile și trasaturile negative.

Se întâmplă să vă gândiți la schimbare, mai mult decât să acționați decât să o înfaptuiți?

Va imaginati intotdeauna ca schimbarea va fi mai degraba neplacuta si deprimanta, decat aventuroasa sau captivanta?

Credeti ca schimbarea este ceva care va face sa va simtiti viata ca scapata de sub control si haotica?

In partea a doua a cartii suntem ajutati sa intelegem cum sa aplicam cu succes anumite tehnici de vindecare in viata noastra. Pentru aceasta, este nevoie sa fim permanent constienti de faptul ca nici o problema nu este rezolvata la nivelul la care a aparut; pentru a gasi o solutie, trebuie sa urcam la un nivel superior. Aceasta carte ne invata cum sa urcam la un nivel superior, de la care sa avem acces la cheia vindecarii noastre totale.

“ La nivel fizic, invatarea unui lucru prin boala este, in mod evident, un proces mult mai anevoios decat invatarea prin citirea unei carti. Dar, la nivel simbolic, ambele devin simple experiente, prin care invatati.

Trebuie sa va obisnuiti sa va vedeti propria boala in felul in care v-ati vedea mergand inapoi la scoala. De fapt, atingerea unei stari de detasare a mintii – chiar si numai pentru cinci minute pe zi – este atat de pretioasa, incat poate sa-i insufle corpului vostru energia echivalenta a sase luni traite in speranta veritabila.

Nu lasati oprelistile pe care le traiti astazi sa va influenteze ceea ce ati putea trai maine.

Orice este posibil, iar Cerul asculta tot timpul!”