

## Capitolo 3

# La causa della malattia nell'uomo

*Quando nascondete i pensieri e i sentimenti negativi, evitando di prestarvi attenzione, non ne ricavate abbastanza esperienza per rendervi conto che la negatività umana è solo **temporanea**. Non imparate dall'esperienza diretta che i pensieri e i sentimenti negativi non possono danneggiare il vostro **essere**. Rischiate invece di stabilire le condizioni per cui la vostra negatività interiore potrebbe nuocere al **corpo fisico**.*

**F**inora abbiamo solo considerato brevemente come la personalità può svolgere un ruolo nel compromettere la salute. Per iniziare un'analisi più approfondita della *causa* della malattia nell'uomo, esporremo un semplice principio generale che concili le numerose e divergenti idee e opinioni umane riguardo alle sue cause e ai sistemi per guarirla.

Cominciamo col prendere in esame una condizione di buona salute, quindi vi dimostreremo che cosa la turba.

Osservando una persona sana vedrete, naturalmente, un corpo fisico libero da qualunque sintomo anomalo - un organismo

che funziona perfettamente, senza infermità o disfunzioni. È però importante rendersi conto che in questo corpo non vi sono necessariamente energie personali *perfette*. *In realtà attualmente sulla faccia della terra si trovano parecchi corpi fisici sani entro cui fluiscono energie di personalità piuttosto negative*. Ma in questi corpi sani e normali possono esistere forze umane distruttive che hanno la *potenzialità* di compromettere la salute. Parecchi elementi, che prenderemo ora in considerazione, possono determinare se le energie personali negative metteranno o meno a repentaglio la salute fisica.

## I PENSIERI, LE EMOZIONI E IL CORPO

Tra le numerose e diverse energie personali che influiscono sull'organismo degli esseri umani, quelle che maggiormente determinano la salute fisica sono le energie *intellettuali* ed *emotive*. Potremmo dire che, nella maggioranza dei casi, un organismo sano resterà tale se i pensieri e le emozioni vengono elaborati in determinati modi, che analizzeremo più oltre. Tuttavia prima di poter effettuare questa elaborazione dovreste comprendere con chiarezza il rapporto tra i pensieri, i sentimenti e il corpo fisico.

Anche se alcuni di voi già comprendono di non essere semplicemente un corpo, tuttavia, almeno finché vivete temporaneamente nella realtà materiale, esso riveste un'estrema importanza. In un certo senso è naturale identificarsi con il proprio corpo, e questo aiuta a valutare la propria esistenza fisica quotidiana. L'identificazione con il corpo porta però a una certa confusione su chi *siete* veramente.

Identificandovi con il corpo fisico, nell'esperienza quotidiana generalmente non lo separate dai pensieri e dai sentimenti, o dal vostro senso di voi stessi. Quando il corpo è danneggiato, vi sentite danneggiati; quando è minacciato, vi sentite minacciati e

quando pensate che il corpo rischia di essere distrutto, avete la sensazione che sarete distrutti *voi*. Il corpo e le sue condizioni fisiche possono anche suscitare vari pensieri ed emozioni che si mescolano dentro di voi, formando un'esperienza che in genere considerate come la *realtà* del vostro essere.

Per andare oltre il comune groviglio di corpo, pensieri e sentimenti, vi chiediamo ora di controbilanciarlo con una maggiore consapevolezza del vostro *vero* essere. Dovete innanzitutto considerare che in realtà siete venuti al mondo sotto forma di parecchi corpi umani e che *avete lasciato ognuno di questi con la morte*. Eppure *voi* non siete sminuiti o danneggiati, ma continuate a esistere come un magnifico essere eterno. E, ancora una volta, in quanto individuo *umano*, siete ora solo temporaneamente ospitati da un corpo fisico, che lascerete con la morte.

Come abbiamo affermato prima, per mantenere uno stato di piena salute dovrete essere capaci di sentire, o almeno immaginare, la vostra esistenza eterna, che non dipende dal vostro fisico. D'altro lato, per impegnarvi a vivere la vostra vita terrena e per attribuirvi un senso e uno scopo, dovrete riconoscere e rispettare il fatto che temporaneamente il corpo riveste per voi un'estrema importanza.

Valutando mentalmente questi due aspetti di voi stessi, ripensate al principio che abbiamo esposto nel capitolo precedente: quando ospitate in voi per un lungo periodo pensieri e sentimenti negativi senza elaborarli con onestà, essi rischiano di colpire la salute fisica. Da qui potete cominciare a capire che il rapporto tra i pensieri, le emozioni e il corpo fisico, e il modo in cui questo rapporto influisce sulla salute potrebbero essere semplicemente espressi in questo modo: *i pensieri e i sentimenti negativi possono produrre nella personalità energie distorte che danno origine a malattie e infermità*. Le energie umane del dubbio, della paura, del dolore e di altre esperienze personali

negative, essendo in interazione con l'organismo fisico, costituiscono l'origine dei danni alla salute. Sono proprio queste energie a trasformare la personalità in una barriera tra le perfette forze spirituali e il corpo fisico. Diventano cioè la polvere che oscura la lente di ingrandimento, impedendo temporaneamente alla piena forza delle energie eterne di raggiungere il corpo.

Per chiarire meglio il concetto, a provocare la malattia non sono la paura, il dubbio, il dolore e le esperienze personali negative in se stesse, bensì *la repressione e il soffocamento di queste* senza onestà e chiarezza, negandosi la possibilità di portarle in superficie e viverle pienamente, di esprimerle e di rendersi conto che si tratta *solamente* di pensieri e sentimenti.

Immaginate per esempio una donna profondamente innamorata di un uomo che si dimostra crudele e insensibile e che la rifiuta. Lei comincia a cadere nella disperazione, provando sentimenti di depressione e dolore. Ma invece di permettere a questi sentimenti di affiorare in superficie, dice a se stessa: "Adesso devo essere forte e indipendente. Non ho bisogno di lui. Non gli permetterò di farmi del male." Quindi si irrigidisce, rifiutandosi di soffrire e fingendo che non le importi nulla. Chiude il suo cuore nei confronti dell'uomo. Con questa reazione reprime e nasconde i sentimenti negativi, mettendo così a repentaglio la salute fisica.

Adesso immaginate un uomo che prova spesso sentimenti di rabbia nei confronti della sua compagna. Egli non ha il coraggio di esprimerli, perché teme che facendolo la donna smetterà di amarlo e lo abbandonerà. Quindi reprime continuamente la rabbia e finge di essere calmo e felice quando è insieme a lei. Anche lui soffoca forti sentimenti negativi che dovrebbero invece venire in superficie, aprendo in tal modo la strada a possibili malattie.

Quando nascondete i pensieri e i sentimenti negativi, evitando di prestarvi attenzione, non ne ricavate abbastanza espe-

rienza per rendervi conto che la negatività umana è soltanto *temporanea*. Non imparate di persona che i pensieri e i sentimenti negativi non possono danneggiare il vostro *essere*. Rischiate solo di stabilire le condizioni per cui la vostra negatività interiore potrebbe nuocere al *corpo fisico*.

## LA CAUSA DELLA MALATTIA

Considerando più attentamente la causa della malattia nell'uomo, notiamo che questa si manifesta in un corpo sano quando la personalità di quel corpo, nel corso di un lungo periodo di tempo, non è stata capace di portare in superficie pensieri e sentimenti negativi, in modo da viverli pienamente, comunicarli e guarirli. Come principio generale diremo quindi che *il processo che maggiormente provoca malattie e debilita l'organismo si mette in moto quando, per un lungo periodo di tempo, ci si reprime costantemente e si trattengono paure e pensieri negativi senza curarli e guarirli.*

Potremmo definire questo processo "scissione di personalità", e si verifica quando le esperienze interiori negative della vita vengono costantemente trattenute. Esso di solito avviene perché la personalità è ancora troppo inesperta per capire che è necessario portare in superficie la negatività interiore e curarla.

Questa scissione genera le energie umane negative che si manifestano sotto forma di malattie e disfunzioni organiche.

Anche se chi crea questa scissione è in certi casi consapevole della paura e degli altri sentimenti negativi che ne sono all'origine, il vero e proprio processo di repressione della negatività è in genere inconscio.

Spesso gli uomini non si accorgono di avere sviluppato una simile abitudine e quindi continuano su questa strada senza rendersene neanche conto. In questi casi, prima di procedere alla

guarigione, sarà necessario svolgere un lavoro interiore per diventare consapevoli di questa abitudine.

Immaginiamo per esempio un uomo che si sente infelice perché il suo capufficio lo critica continuamente; prova quindi molta rabbia nei suoi confronti e comincia ad odiarlo. Teme però che, mostrando questi sentimenti, perderà il lavoro. Quindi, senza accorgersene, li reprime costantemente, fino a convincersi che in realtà stima il capufficio. In questo modo riesce a mantenere l'impiego, ma inconsciamente prende l'abitudine di soffocare forti sentimenti negativi che richiederebbero invece la sua attenzione. Per guarirli infatti dovrebbe innanzi tutto accorgersi che li sta reprimendo, e poi trovare il modo di portarli in superficie, esprimerli e superarli.

## COME SI MANIFESTA LA MALATTIA

Abbiamo parlato delle energie eterne dell'anima che alimentano costantemente la personalità e il corpo. Per comprendere come la malattia si manifesta nell'organismo, ricordatevi innanzi tutto che il vostro attuale corpo fisico è sostenuto da diversi tipi di forze spirituali, non fisiche. Nel loro insieme queste forze possono essere intese come le energie provenienti da Dio. Esse comprendono le energie della vostra anima eterna, quelle di anime che vi guidano, quelle di alcuni straordinari esseri ultraterreni che sarebbe difficile descrivere a questo punto, e le grandiose, creative e amorevoli energie vitali che potreste considerare come Dio stesso. Dunque, quando descriviamo la personalità umana come una lente di ingrandimento che la luce deve attraversare per illuminare il corpo, potete pensare che il raggio luminoso rappresenta le energie combinate di tutte queste fonti. Quando i turbamenti della personalità oscurano la lente, state temporaneamente interferendo con tutte le energie eterne

che cercano di infondersi nel vostro corpo.

Queste energie eterne sono completamente diverse da tutto ciò che conoscete nel mondo fisico. Per il momento, però, non ci addentreremo nella descrizione della natura di queste forze. Ci limiteremo a ricordarvi che esse fluiscono sempre nella matrice di personalità e sempre la sostengono. Tentano inoltre di attraversare la vostra personalità umana e di penetrare nella *materia* stessa del corpo fisico, entrando nel sangue e circolando in ogni cellula dell'organismo.

Tenendo questo bene a mente, torniamo a considerare un corpo sano. In un bambino in buona salute si può vedere come le energie eterne appena descritte entrano nel corpo, animando il sangue e tutte le cellule. Quando non ci sono interferenze, queste energie alimentano perfettamente ogni parte dell'organismo infantile istillando *una certezza che esiste solo il bene e non c'è alcun pericolo, che nulla può distruggere l'essere*. E di questa verità sono impregnate tutte le cellule del bambino.

Quando questo bambino crescerà, sorgeranno le paure per la vita presente, esasperate da strutture inconsce ereditate da passate vite terrene. Si creerà quindi nella personalità quella scissione che darà origine al tipo di energia da noi definita energia negativa mentale ed emotiva. Si tratta comunque di forze *temporanee*, che esistono *solo* nell'esperienza interiore degli uomini e che fundamentalmente cessano con la morte del corpo fisico.

Sebbene abbiano solo un'esistenza temporanea, in quanto esperienza umana nella realtà fisica, queste energie negative vengono *percepite* come molto più potenti di quelle perfette ed eterne che alimentano costantemente la matrice di personalità. E anche se le energie eterne hanno *creato* la realtà fisica e sostengono il corpo, essendo la natura dell'esistenza umana fondata sulla libera scelta, le anime consentono alle energie mentali ed emotive umane di esercitare *temporaneamente* sul corpo

un effetto più forte delle energie eterne. In altri termini, il pensiero e le emozioni prendono momentaneamente il sopravvento sulla perfezione delle forze spirituali. Per questo le energie personali negative possono diventare la polvere sulla lente di ingrandimento, la barriera che si interpone tra le perfette energie eterne e l'organismo.

Quando, man mano che cresce, il bambino inizia a trattene-  
re e soffocare la paura e le esperienze negative, non essendo in grado di portarle in superficie, viverle pienamente, comunicarle e guarirle giorno per giorno, e continua a farlo per un certo periodo di tempo, allora si verifica la scissione della personalità che genera le potenti energie negative che temporaneamente ostacolano le forze eterne destinate a nutrire ogni cellula del corpo. In questo modo le energie negative umane iniziano a danneggiare il perfetto funzionamento delle cellule del corpo fisico, creando un'involontaria distorsione.

Per descrivere questa distorsione in un modo semplice, diremo che prima di essa le perfette energie eterne alimentavano costantemente le cellule del corpo come se dicessero a ognuna: "Tutto è bene" e "Sei al sicuro". La distorsione creata dalle energie mentali ed emotive non risanate si sovrappone a questa influenza e suggerisce a ogni cellula: "*Qui c'è pericolo*".

Sottoposte alla pressione di questi "avvertimenti di pericolo", le strutture cellulari iniziano a rispondere in modi che definiamo *patologici*. Le cellule sviluppano infatti una sorta di reazione *d'emergenza*, in cui entrano in funzione fattori non previsti per la normale vita e crescita cellulare. Per esempio, la malattia che chiamate "cancro" costituisce una delle reazioni patologiche messe in atto da questo stato di emergenza.

È questo un modo molto semplice per spiegare come i pensieri e i sentimenti negativi rischiano di turbare il perfetto funzionamento del corpo umano, anche se questo viene costante-

mente alimentato dalle energie divine. In un capitolo successivo esamineremo più a fondo la questione.

## L'INFLUSSO DELL'ANIMA

Dobbiamo ora aggiungere a quanto esposto il principio generale di cui parlavamo: gli uomini hanno creato la propria forma fetale quando si trovavano oltre il mondo fisico in forma di anima immortale, e cioè prima della nascita. Mescolando e fondendo le complesse e illimitate energie spirituali, voi, in forma di anima, avete scelto il tipo di corpo fisico con cui vivere questa vita. E molte anime, per motivi che spiegheremo in seguito, hanno scelto di danneggiare il perfetto funzionamento della loro forma fetale ancora prima della nascita.

Esistono corpi infantili che fin dalla nascita presentano funzioni fisiche imperfette. Si può trattare di evidenti deformità, infermità o patologie, oppure di una *predisposizione* per la malattia o la debolezza costituzionale che si paleserà nel corso della vita. Quindi alcuni bambini *non* creano il tipo di energie umane negative e distruttive che abbiamo descritto, eppure non godono della piena forza delle energie eterne, perché la loro anima ha deciso di attribuire alla personalità un corpo imperfetto. Chiaramente in casi simili le limitazioni alla salute dell'individuo *non* sono state causate dalle energie mentali ed emotive negative prima descritte. Approfondiremo la questione nel prossimo capitolo.