

Eric Rolf - La Medicina del Alma

LA MEDICINA DEL ALMA

¿Te has preguntado alguna vez por qué existen las enfermedades?

¿Por qué nos damos golpes o sufrimos accidentes?

Si hay una causa para un resfriado que solemos atribuir a cambios bruscos de temperatura o las acciones de los virus, ¿por qué no hay una causa para darnos un golpe en la rodilla?. ¿Crees realmente que las cosas ocurren porque si, que son fruto de la casualidad, o que somos víctimas del Universo?

La casualidad se define como aquello que sucede sin que conozcamos sus reglas, es decir que ocurre porque si. Estoy de acuerdo con la definición, porque cuando conoces las reglas la casualidad desaparece. Todo ocurre por algún motivo, tú mismo te darás cuenta de que las casualidades no existen.

Este libro te invita a explorar algunas respuestas a estas preguntas.

Este libro esta dedicado a mi padre, Ernesto Villanueva, barbero de profesión y que fue el primer sanador que yo tuve el gusto de conocer íntimamente.

PROLOGO

EL NUEVO PARADIGMA DEL CAMINO DEL SABOR

LAS CUATRO PREGUNTAS BASICAS

INTRODUCCION

CAPITULO I - El lenguaje de la vida.

CAPITULO II - Cuando el cuerpo te habla.

CAPITULO III - Los órganos externos.

CAPITULO IV - Los órganos internos.

CAPITULO V - Las enfermedades.

CAPITULO VI - La intuición. El secreto de tu curación.
INDICE TEMATICO

PRÓLOGO

La esencia conceptual de la Medicina del Alma se puede describir de la manera siguiente:

La vida es una sola y consciente totalidad que está en una constante y creativa comunicación con cada una de sus partes o aspectos. La vida sabe lo que hace y nos lo comunica.

La vida nos habla en susurros, si no podemos escuchar nos habla más alto. Si aún no podemos o sabemos entender o no queremos escuchar, nos sigue hablando más y más alto hasta que nos da un grito. Ese grito es el dolor, la enfermedad o el accidente.

Resulta curioso que en este modelo, en contra de lo que nos han enseñado, la enfermedad no es lo más importante, aunque es lo que más nos llama la atención. La enfermedad y su patrón de síntomas, el dolor y la incomodidad, están más relacionados con el tono de voz. En este sentido un cáncer es un grito bastante más alto que un resfriado. Lo que si tiene mayor importancia es el lugar en el cuerpo donde se han producido esos síntomas y los órganos relacionados con la condición. Estos nos pueden decir de forma muy específica la naturaleza y el sentido del mensaje.

A la vez que entendemos el mensaje, lo integramos y aceptamos su sabiduría o sugerencia, el órgano empieza a curarse rápidamente, tanto que a veces aparenta hasta como magia o un pequeño milagro.

El código secreto del cuerpo describe órgano por órgano la parte específica de nuestra vida con la que el órgano está relacionado metafóricamente y psicosomáticamente. También el código secreto del cuerpo explora los mensajes en unas treinta y cinco enfermedades entre las más comunes.

El idioma creativo interior es un modelo que nos ayuda a comprender, interpretar y aplicar los frutos de nuestra intuición. Nos aporta una forma práctica y efectiva para utilizar nuestro sexto sentido o famosa voz interior. Se trata de un vocabulario que cada persona conoce muy bien ya que se compone de sus propias experiencias y memorias pero vistas en forma metafórica.

El código secreto del cuerpo junto al idioma creativo interior forman un poderoso y creativo sistema de sanación y de bienestar. El código secreto del cuerpo nos ayuda a entender el sentido del mensaje y el idioma creativo interior nos ayuda a localizar intuitivamente esas creencias, resistencias o experiencias pasadas no asumidas que están bloqueando o distorsionando el mensaje y nuestra comprensión del mismo.

¿Aparte de su función a nivel operativo, cada órgano interno y externo es a la vez una especie de archivo metafórico de distintos aspectos de nuestra vida personal. Una dolencia en un órgano nos indica que esa parte de nuestra vida está fuera de equilibrio y por esto nos está llamando la atención.

Otra manera de decir o entender el párrafo anterior, es que nuestra atención consciente y en consecuencia nuestra personalidad está fragmentada y se dirige a distintos momentos de nuestro pasado impidiéndonos tener toda nuestra atención disponible en el presente. Como ejemplo imaginemos a tres personas que ven a un perro, un cachorro. La primera a los siete años fue atacada y seriamente herida por un perro. La segunda a la misma edad renta perros y cachorros en casa, y se pasaba las horas jugando con ellos. La tercera, por la razón que sea, jamás ha visto un perro, ni nada que se le parezca. Aunque el ejemplo es poco realista, nos sirve para darnos cuenta que sólo la tercera persona tiene toda su atención puesta en el perro del presente. Tanto la primera como la segunda reparten su atención entre el pasado y las distintas posibilidades futuras, sean negativas o positivas.

Para muchos de nosotros el futuro no es algo realmente nuevo. Más bien es el pasado arreglado o expandido pero sigue siendo más del mismo pasado. Vivir el presente es vivir tanto la novedad como el misterio del momento y para eso uno requiere ser nuevo en cada instante, tal vez como dicen los yoguis, con cada respiración.

La Medicina del Alma es una medicina de contexto no de contenido, no tiene forma visible. Es la base psicosomática de la enfermedad antes que aparezca algún síntoma. Esto convierte el código secreto del cuerpo y el idioma creativo interior en compañeros creativos y fuentes de apoyo para todo modelo o sistema de sanación. Permite que cualquier sistema de sanar que se use funcione mejor, más rápido y con mayor satisfacción personal y profesional.

La Medicina del Alma refleja y apoya los aspectos de bienestar en todos los sistemas de sanación, profundiza los efectos de tu sistema y expande el potencial de bienestar dentro del paciente.

Para una mejor comprensión de como la Medicina del Alma se relaciona con los otros modelos o tradiciones de sanación podemos mirar el cuerpo en términos de función, estructura, la bioquímica, el campo electromagnético, el campo magnetoeléctrico y el alma o el consciente personal total que a la vez se conecta directamente con el todo o el espíritu.

Un cambio en la función o uso de un órgano pudiera tener poco o ningún efecto en su estructura. Ahora un cambio en la estructura si suele tener mayor impacto en como pueda o no pueda funcionar un órgano. Un cambio en la parte bioquímica también pudiera cambiar de forma radical tanto la estructura como la función y así podemos seguir por los otros niveles energéticos hasta llegar al alma o el consciente personal total en donde un acto de poder creativo personal, puede producir un cambio que rápidamente se refleje en cada dimensión energética de la persona, a menudo hasta apareciendo milagrosa.

La gran mayoría de los sistemas de sanación funcionan en una de las categorías antes de llegar al alma o consciente personal total. El siguiente diagrama relaciona algunos de los sistemas más conocidos, con las dimensiones energéticas donde se enfocan principalmente.

ALOPATICA
NATUROPATA
QUIROPRACTICA
TERAPIAS CORPORALES
PLANTAS
HIERBAS
NUTRICION
ACUPUNTURA
DIGITOPUNTURA
IMPOSICION DE MANOS
REFLEXOLOGIA
LOGOTERAPIA (sonidos)
CROMOTERAPIA
HOMEOPATIA
MINERALES Y CRISTALES
REMEDIOS FLORALES
CODIGO SECRETO DEL CUERPO
CURACION A DISTANCIA

La Medicina del Alma, con sus dos componentes el código secreto del cuerpo y el idioma creativo interior, nos permite comprender las comunicaciones de nuestro interior, de nuestra alma y de la vida misma, y esto acelera la sanación sea cual sea el sistema de sanar usado siempre y cuando tanto el paciente como el sanador tengan conocimiento y confianza en su sistema.

Cada sistema de sanar es básicamente un modelo o una lente por la cual hemos escogido mirar el cuerpo humano y más allá la experiencia humana. También se puede decir que cada modelo de

sanar es una manera de ver la realidad o está directamente asociada a una manera de ver el mundo, a un paradigma particular.

La medicina alopática, por ejemplo, con sus enfoques básicamente mecánicos y bioquímicos, es claramente parte del paradigma de Isaac Newton y René Descartes, que proponen un universo objetivo y de objetos, de separación entre uno y el universo, con leyes causa-efecto como sucede en el juego del billar, donde uno puede ser víctima en términos absolutos.

La medicina de hierbas y plantas hace puente entre la bioquímica y el campo electromagnético y se basa principalmente en el paradigma de Einstein y de la física cuántica. Aquí entramos en lo que se llama la medicina energética o medicina vibracional incluyendo el campo electromagnético y el campo magnetoeléctrico. Este paradigma ve el cuerpo físico, los cuerpos energéticos y todo el universo como energía pura manifestando o vibrando a distintas frecuencias.

La Medicina del Alma opera y se enfoca en el consciente personal total o alma, pero también se puede decir que en lo que más se acerca un modelo de sanar al consciente personal total, más se relacionan con acontecimientos dentro del consciente o vida interior del paciente. La Medicina del Alma igual que varios otros modelos de sanar reconoce que el universo o la vida responde a nuestra consciencia creativa a través de nuestra capacidad de escoger.

El escoger creativamente con poder, a veces llamado intento, tiene impacto sobre los campos energéticos y es capaz de transformar y cambiar la experiencia física. Nuestra relación con el intento personal está directamente en relación con nuestra capacidad escuchar a la vida, para alinearla en mayor armonía con la totalidad y con el lugar que ocupamos en cada momento dentro de dicha totalidad. Cuando podemos escuchar a los niveles más profundos otras dimensiones o cuerpos energéticos también pueden escuchar o aceptar la sanación, sea cual sea el lenguaje o metodología utilizado, ya sea acupuntura, naturopatía, cromoterapia, medicina mineral, homeopatía, plantas y hierbas, dietas o alguna variación de trabajo corporal o imposición de manos.

He compartido y enseñado el código secreto del cuerpo y el idioma creativo interior a pacientes, sanadores, médicos y a otras personas y grupos interesados en el tema durante más de veinte años. La manera más eficaz para un profesional o persona interesada en familiarizarse con el código secreto del cuerpo y el idioma creativo interior y su metodología es asistir y participar directamente en un cursillo que se presenta en fines de semana. Estos cursillos incluyen además de información, experiencias prácticas.

También algunos profesionales de la sanación han encontrado útil y valioso sencillamente leer el manual del cursillo y las relaciones entre los órganos y las partes específicas de nuestra vida y explorarlo directamente con sus pacientes. Estos modelos son ideales para tipo de exploración creativa porque se practica a través de lo que aparenta una simple conversación y en ningún caso pueden ser ofensivos o peligrosos.

Esta versión publicada en castellano incluye la mayoría de los órganos internos y externos y comenta las treinta y nueve enfermedades más comunes. Si tienes interés en esta materia y deseas participar en algún cursillo, puedes informarte de cuando se realizarán en tu región llamando a Terapión al tel. (96) 380 67 67 ó también al (989) 42 85 02.

INTRODUCCION

La buena salud es el estado natural en cada uno de nosotros. Hasta se puede decir que sólo existe una enfermedad que llamo una especie de sordera espiritual. El alma no se enferma, pero si hay que alimentarla y hacerlo conscientemente. Si no alimentamos el alma, lo que pasa es que nos parece que nuestra vida se muere de hambre, que es frustrante y llena de problemas, aparentemente no creados ni escogidos por nosotros. Afortunadamente hasta esos problemas, sea cual sea su naturaleza, incluyen aspectos que nos apoyan, que nos enseñan y que nos pueden permitir volver a alinearnos con nuestro ser interior y escucharnos mejor a nosotros mismos y a la Vida, a sanar esa sordera espiritual, sea cual sea la densidad o la metáfora de la circunstancia. Si conseguimos escucharnos y actuamos de forma distinta, la vida nos deja de gritar, desaparece el problema y vuelve a hablarnos en voz baja.

El "Código Secreto del Cuerpo" y "El Idioma Creativo Interior". aparecen como una introducción al conocimiento del misterio de la existencia, dentro de un contexto espiritual que denomino "El Camino del Sabor".

Ambos modelos se pueden utilizar por separado, pero al utilizarlos juntos el efecto conseguido es mucho más amplio y se configuran como el pilar de "La Medicina del Alma".

La Medicina del Alma es una medicina de contexto no de contenido, no tiene forma visible. Es la base psicosomática de la enfermedad antes de que aparezcan los síntomas. Esto convierte el Código Secreto del Cuerpo y el Idioma Creativo Interior en compañeros creativos y fuentes de apoyo para todo modelo o sistema de sanación. Permite que cualquier sistema de sanar que se utilice funcione mejor, más rápido y con mayor satisfacción personal y profesional.

* * * * *

Para comprender el modelo, lo primero que hay que hacer es quitarle importancia al cuerpo y entenderlo como uno más de los medios que utiliza la vida para comunicarse con nosotros. El cuerpo es por fin un medio, un instrumento al servicio de la vida.

De todos los cursillos que hago, el "Código Secreto del Cuerpo" es el que abre más puertas, impacta con más fuerza y rompe más esquemas. Las primeras veces que los asistentes me oyen hablar de este tema, se quedan un poco extrañados y quizás hasta un poco molestos porque creen que me entretengo mucho en cosas que ellos no entienden, como ciertos conceptos básicos que amplían el contexto de su realidad individual, y en cambio cuando entro en el apartado de los órganos, me salto algunos o les doy un vistazo rápido. Esto parece contradictorio pero para el detalle de órganos ya está la guía, que es como un diccionario, lo que intento es que sepan escuchar y abrirse a la comprensión. Pueden recurrir a la guía de los órganos y enfermedades en el momento que quieran, pero no se trata sólo de leer, hay que comprender.

Es posible que cuando te duele la cabeza busques una solución rápida y sin complicaciones, pero este modelo no es comparable a una aspirina; por ejemplo, si a alguien le duele la rodilla derecha, recurriendo a la guía de órganos, podría interpretar que ha discutido con su padre, así que lo que hace es disculparse con él para que el dolor de rodilla desaparezca y ya no preocuparse más ni de su rodilla ni de su padre. No es tan sencillo, la vida anuncia con ese dolor que se deben emprender una serie de cambios en esa área concreta de su vida. En nuestro ejemplo la persona deberla profundizar en las relaciones con su padre, lo que no puede hacer es seguir viviendo de forma inconsciente, de espaldas a la vida; si no realiza ciertos cambios, los problemas en esa zona aumentarán.

* * * * *

Con este modelo tienes la posibilidad de curarte pero quizás eso no sea lo más importante. Cuando empiezas a cogerle el sabor, te das cuenta de que tienes la posibilidad de cambiar toda tu vida, ya dejas de ver las cosas con un solo enfoque y las ves de muchas formas. Cuando escuchas a la gente, estás escuchando muchas cosas, incluso sin hablar con ellos, los ves usar el cuerpo, tocar su cuerpo en cierta forma y estás viendo y recibiendo una información que te sirve. No sólo se trata de eliminar el problema, si tienes una enfermedad o un problema físico es como si tuvieras tu cuenta bancaria en números rojos; poder cambiar eso es como poner tu cuenta a cero, pero pasar de cero a saldo positivo, a tener dinero, es lo que yo llamo bienestar, no simplemente estar sano, aquí está la gracia de la vida, vivir mejor, disfrutar más del hecho que estás vivo.

Muchas personas que tienen un problema físico y enfermedades graves o no, están buscando una solución. Mientras lees este libro puede llegar un momento en el que te des cuenta de cuál es el secreto de tu curación.

Permítete tener la mentalidad lo suficientemente amplia para ver los acontecimientos del día o la vida entera de una forma distinta. Sólo prueba a incluir en tu mente la posibilidad de que pueda ser de otra manera, de que los acontecimientos diarios puedan ser más válidos como metáforas que como hechos físicos.

Cuando tropiezas y te das un golpe en la rodilla no te quedes solo pensando en quién ha puesto ahí la silla o quién ha apagado la luz. Te aseguro que hay mucho más, busca en ti mismo. Este libro no va a solucionar todos tus problemas, te va a poner en el camino, pero recuerda que sólo tú puedes andar, y si te mueves, muchos de tus problemas van a desaparecer.

Imagina que tienes los ojos cerrados y notas que te tiran piedras te sientes mal porque los golpes duelen y la vida te está haciendo daño, pero abres los ojos y te das cuenta que no son piedras lo que te tiran sino que son diamantes; ahora ya no te parece mal, dejas de cubrirte y abres los brazos intentando coger cuantos más diamante mejor, sabiendo que la vida te ha apoyado siempre porque te ha estado dando diamantes.

* * * * *

Un día, hace veinticinco años empecé a recibir información de forma sorprendente, una información que resonaba dentro de mí; yo no tenía una preparación a nivel de medicina alopática, pero notaba que esa información estaba bien, que tenía un sentido. La información venía de una forma comprensible para mí y empecé a notar ciertos cambios en los resultados de mis consultas y también dentro de mí. Una de las virtudes de este modelo es su sencillez, no se requieren conocimientos de medicina. Si yo lo entendí sin saber nada, también puedes entenderlo tú.

La base del libro es el Código Secreto del Cuerpo. No es que exista una medicina sino que cada forma de sanar se enfoca en su respectivo modelo. Un modelo es una forma de organizar un punto de vista hacia la realidad; un modelo de medicina es una forma de ver el cuerpo dentro de una forma de ver la realidad. La medicina oficial occidental igual que la forma occidental de ver la realidad se basa en el principio newtoniano de la "causa-efecto", sirve de ejemplo el juego del billar o los microbios como causa de las enfermedades.

Los modelos que conozco están organizados en los siguientes niveles ordenados de exterior a interior:

- FUNCIÓN

- ESTRUCTURA

- BIOQUIMICA
- ELECTROMAGNÉTICA
- MAGNETOELÉCTRICA
- CONSCIENTE

Para entender un poco más el concepto de medicina como distintos modelos o lentes para ver y relacionarse con el cuerpo, podemos utilizar los siguientes seis aspectos: Función, Estructura, Bioquímica, Campo Electromagnético, Campo Magnetoeléctrico y el Consciente Personal. También podemos imaginar que estos aspectos son como anillos que se van ampliando. El primero (Función), es el más pequeño y el último (Consciente Personal) es el más grande.

Un cambio en un nivel provocará instantáneos cambios en los niveles anteriores. Poniendo el ejemplo de la mano de una mecanógrafa que será fina y lisa, si cambia su función a trabajar en el campo, sus manos se volverán ásperas y se llenarán de callos, cambia muy poco, sólo ha cambiado la función pero la estructura de sus manos no cambia, si se produce un cambio en la estructura, si le amputan los dedos, la función de la mano cambia drásticamente; si se produjera un cambio en la química de la mano, si en lugar de estar compuesta por sangre, músculos y piel estuviera compuesta por arena y piedra, la estructura y la función volverían a cambiar drásticamente.

La medicina alopática se basa en la función, la estructura, la bioquímica y últimamente se está experimentando el electromagnetismo. En este último campo el Dr. Bjorn Nordenstrom del Instituto Karolinska de Estocolmo está experimentando la aplicación de corrientes eléctricas directamente sobre tumores, consiguiendo cierto éxito sobre casos de los denominados "incurables".

Las medicinas basadas en la curación por hierbas, se enfocan en la química y en el electromagnetismo. La imposición de manos se basa en la electromagnética y un cambio a ese nivel tiene efecto sobre todos los superiores. Las piedras, los cristales, los remedios florales y homeopatía se enfocan en el campo magnetoeléctrico. Este modelo trabaja con la conciencia, el último nivel, y eso significa que un cambio en el consciente de la persona puede afectar radicalmente y hasta aparentemente de forma milagrosa todos los demás niveles.

Las personas que profesionalmente se dedican a masajes u otras formas de trabajo corporal encuentran este modelo particularmente útil. Muchos se han dado cuenta de que reconocen su propio interior mientras masajean por ejemplo la espalda, entrando en contacto con el área de vida que representa el apoyo personal del paciente y el suyo propio, notando que los músculos se vuelven más blandos y flexibles aunque ninguna conversación se intercambie entre ellos. El cuerpo cambia y las curaciones son a menudo instantáneas y el terapeuta experimenta junto a su paciente una mayor satisfacción personal.

Este modelo de ninguna manera está en conflicto básico con el modelo médico tradicional, aunque teniendo una comprensión limitada pueda parecer así, ni tampoco con los modelos de medicina alternativa como terapia por zonas, acupuntura o quiropráctica. De hecho, varios médicos y terapeutas desde las distintas especialidad han asistido a mis cursos y los han encontrado un complemento útil en sus tratamientos.

* * * * *

Los modelos que conozco se enfocan en la enfermedad como causa, pero las causas vienen siempre de dentro, la enfermedad y la dolencia son sus efectos.

Casi todos los modelos de medicina se basan en la enfermedad. Eso es comprensible ya que la enfermedad es como un grito y duele, nos llama la atención. Para muchos la enfermedad se convierte casi en una especie de ser maligno del cual somos víctimas y que hay que conquistar. Le ponemos nombres a las enfermedades y describimos sus síntomas y posibles efectos igual que cuando hablamos de un personaje y su posible impacto en nuestra vida. Un cáncer es muy fuerte y muy malo y un resfriado bastante menos malo. Es curioso que en la medicina alopática ya tienen nombres y perfiles de síntomas para enfermedades que aun no han aparecido.

Pero como cualquier grito, lo importante no es el grito, sino aquello que nos está llamando la atención, y si te puedes imaginar que el grito -la enfermedad y sus síntomas- tiene su origen en nuestro interior, entonces podemos considerar que es una parte de nuestra vida, de nosotros mismos, que nos estamos llamando la atención. El cuerpo es una extensión o expresión de nuestro interior en forma más densa y visible, no es un objeto mecánico, aislado en un mundo de causas y efectos externos. La Medicina del Alma y el Código Secreto del Cuerpo nos especifican a través de los órganos implicados, cuál es exactamente la parte de nosotros y de nuestra vida que reclama atención. El Idioma Creativo Interior nos da un esquema a través del cual podemos mirar y buscar en nuestro interior las causas y las creencias que en ese momento nos están limitando. Por fin, uno mismo es el creador de su enfermedad y también el creador de la sanación. Todo médico, sanador o terapeuta sólo es un participante útil en el propio proceso del paciente hacia la curación, como un espejo mágico que refleja y también habla. Sin un espejo, es difícil verse la nariz o la parte de la cara que tienes sucia, el espejo ni te ensucia la cara ni por fin te la limpia, pero sí es útil.

Cuando digo que creamos y también curamos nuestras dolencias, estoy hablando de cómo uno está o no está en armonía con su propia vida y con la vida en general. Fundamentalmente estamos hablando de las creencias del paciente. Un buen médico, sanador o terapeuta, un buen espejo, se define por su capacidad de reflejar de forma comprensible y eficaz lo que, o a quien tiene delante. La Medicina Alma es básicamente un modelo de sanación y bienestar basado la creatividad y la comunicación. Tener esto en cuenta siempre es importante. La mayoría de los pacientes no están conscientes de que ellos mismos se han creado el grito o la dolencia y para muchos esta ignorancia puede representar culpa o masoquismo y puede causar el rechazo como autodefensa. En toda comunicación lo que importa es el que te escucha y su sistema de creencias a través del cual va a interpretar lo que oye. Por dicho motivo, he encontrado útil compatibilizar este modelo con otras medicinas y terapias en función de creencias, estilos de vida y orientación espiritual del paciente como un individuo único. Por fin toda medicina, sustancia o terapia externa es una metáfora y un idioma que el paciente acepta y se permite creer. En la medida en que el punto de vista del paciente es más material y más externamente orientado, más resistencia tendrá en creer en su propia capacidad de crear y curar la enfermedad.

Este paciente aceptará más los cambios interiores si los puede relacionar con algo visible y material en lugar de lo que aparenta una simple conversación, aunque en realidad ésta se acerca más a la cirugía y a un viaje por el tiempo que al hecho de hablar.

Personalmente suelo utilizar las formas externas relacionadas con medicina mineral -los cuarzos y otros minerales y gemas-, imposición de manos de varias formas, recomendaciones de comida y dieta, terapias respiratorias. De vez en cuando, también recomiendo hierbas y remedios florales u homeopáticos.

* * * * *

Considero el "Código Secreto del Cuerpo" como un complemento fundamental al resto de modelos existentes incluido el modelo alopático de medicina oficial, ya que lo importante es que el mayor número de pacientes experimente la curación. Los profesionales de la medicina se expresan en un lenguaje que es fruto de los conocimientos adquiridos a través de sus estudios y experiencias.

No pretendo que este modelo sirva más que de mero complemento en el diagnóstico y tratamiento de la enfermedad, ya que puede usarse simplemente para obtener información. Cada profesional expresará sus conocimientos mediante el idioma aprendido, ya que no hay que olvidar que cuando una persona acude a un profesional de la medicina, sea cual sea el método curativo que éste utilice, el paciente acepta que será tratado por este profesional y además tiene cierta fe en el método que se utilizará para curarlo.

Después de trabajar con grupos de sanadores de cualquier especialización, su propio método funciona mejor y ellos mismos se sienten más creativos y satisfechos. Los dos colectivos que han experimentado esto con más fuerza, son los que utilizan terapias corporales y las enfermeras.

Me consta que las enfermeras están más directamente asociadas con la curación del paciente por su contacto personal que el propio médico, que puede ver al paciente como una colección de síntomas para los que se prescriben una serie de fármacos que los contrarresten.

* * * * *

El libro se estructura en seis capítulos. El primero "El lenguaje de la vida", trata de cómo y por qué la vida intenta comunicarse con nosotros. El segundo "Cuando el cuerpo te habla", trata de cómo la vida te habla mediante el cuerpo. Los capítulos tres y cuatro son una relación de cada órgano del cuerpo interno y externo con una parte muy específica y concreta de la vida que ofrecen la base para empezar a profundizar en tu problema físico o enfermedad. El capítulo cinco trata de esta misma relación con las enfermedades. El último "La intuición. El secreto de tu curación" explica cómo utilizar tu poder mediante la intuición para encontrar el acontecimiento concreto en tu vida que ha sido la causa de la enfermedad, dolencia o accidente, trata de cómo conocer el mensaje y cómo cambiar tu cuerpo y tu vida.

EL NUEVO PARADIGMA DEL CAMINO DEL SABOR

Medicina del Alma es la presentación de un modelo de sanación, un manual de relaciones psicosomáticas órgano por órgano y una nueva perspectiva sobre unas treinta y cinco enfermedades. Es también una esquematización sobre como funciona la intuición a nivel individual, quizás la única que existe en este momento, pero por encima de todo Medicina del Alma es una introducción operativa a un nuevo paradigma, a una nueva tradición espiritual que yo llamo "El Camino del Sabor".

Este libro es como un puente a una nueva concepción del mundo, a una nueva tradición espiritual. A partir de un nuevo enfoque de la salud, descubriendo como creamos nuestras condiciones físicas, podemos experimentar una nueva manera de sanar y a la vez una nueva forma de enfocar nuestra vida hacia el bienestar y la autorrealización. Si este es tu primer contacto con El Camino del Sabor, te doy la bienvenida a una relación más consciente, amistosa, creativa y apoyadora con ese misterio que llamamos la realidad.

No importa cuándo y dónde leas este libro, lo que si importa es el cómo y por extensión cómo vives el resto de acontecimientos del día, así que si puedes elegir te recomiendo buscar un espacio sin ruido, un espacio de paz interior. Esto parece más fácil de encontrar en un lugar tranquilo y solitario, pero el ruido al que me refiero no es exterior sino interior y no desaparece con la facilidad de encerrarte en tu habitación o apagar el televisor. Con el habitual ajeteo con el que circulan frenéticamente nuestras vidas, no es extraño que a veces resulte difícil encontrar ese ansiado estado de paz interior.

Es cierto que la mente occidental moderna está llena de ruidos, contaminada y alejada de su naturaleza silenciosa. Esto ocurre hasta el extremo de que hablar de silencio interior como algo natural, se convierte para la mayoría de la gente en algo extraño e inusual, cualquier cosa menos algo natural. La buena noticia es que hay una manera de encontrar ese silencio interior y es bastante sencilla. Es una práctica que se llama Respiración Consciente, y dentro del Camino del Sabor constituye el primer alimento del alma.

La respiración consciente es lo contrario de la respiración inconsciente, es decir, respirar sin darte cuenta; te propongo simplemente que te sientes y pongas toda tu atención en la respiración. Respira profundo por la nariz y observa como entra el aire hasta el final, hasta que para, retén dos tres segundos en vacío y suelta el aire; observa como el aire sale hasta el final y para. Ahora retén dos o tres segundos en vacío y repite el proceso. Se recomienda tener los ojos cerrados, por lo menos al principio, pero el secreto de toda técnica respiratoria es mantener tu atención en la entrada y salida del aire. Es sencillo de explicar pero cuando lo practiques te darás cuenta de que no de es fácil conseguir. La mente resiste, se va, se pone a pensar por hábito. No te pongas a juzgar si lo estás haciendo bien o no, simplemente cuando notes que te has enganchado en un pensamiento sacando tu atención de la respiración, vuelve a ponerla en el paso del aire y pronto te darás cuenta de que la respiración es para la mente lo que el ejercicio para el cuerpo. Esta práctica manifestará en ti relajación, tranquilidad y silencio. Si te apuntas debes hacerlo durante unos quince minutos seguidos diariamente en cualquier momento del día, más cinco minutos antes de acostarte. Para este proceso es mejor sentarse que estirarse, mantener la columna recta y libre de algún apoyo externo

* * * * *

Aprender es un proceso intelectual y aunque se lee de forma continua, el aprendizaje se realiza por partes. Mediante la repetición puedes, por ejemplo, aprender la tabla de multiplicar. Comprender es distinto, no es un proceso intelectual. Para aprender utilizas la cabeza, para comprender, el corazón; cuando comprendes lo haces de golpe y en su totalidad, es imposible comprender las partes porque aisladas carecen de sentido. A veces cuando intentas comprender algo en lo que estás involucrado diariamente te parece que no avanzas, que no sabes más cada día e incluso paradójicamente te puede parecer que sabes menos de lo que sabias antes. Pero si no abandonas y dejas pasar el tiempo, llega un día en el que te das cuenta de que realmente si sabes, que has dado un gran salto sin ser muy consciente de que avanzabas día a día. Así se avanza en la comprensión, de forma parecida a como lo hace el río de la vida, nunca en línea recta pero siempre en dirección al mar, aunque a veces parece que está parado o cuando hace una curva parece que retrocede, siempre está más cerca del mar.

Por ello, cuando leas, no debes preocuparte si no logras comprender el sentido. Ten en cuenta que la información irá quedando en tu interior y que llegará el día que lo comprendas. Hay un momento de buscar y otro de encontrar, pero no suelen coincidir.

* * * * *

El objetivo debe ser la experimentación personal porque sin experimentación no puede haber una comprensión verdadera, ¿crees que puedo explicar cómo canta un ruiseñor a alguien que jamás a oído cantar a un pájaro? Le diré que cantaba suave, melodioso y distinguido, que cantaba como lo hacen los ángeles, pero probablemente tampoco habrá oído cantar a los ángeles y por muchas explicaciones que le dé no le van a servir demasiado. Sólo le van a acercar, preparar o señalar, pero no lo va a saber hasta que él mismo oiga cantar al pajarillo. Busca la experimentación personal en las cosas sencillas. No pretendas llegar enseguida, la gracia está en el camino. Si te das cuenta de como el modelo funciona en las cosas sencillas, tendrás el poder para vencer grandes dificultades, ya sean problemas personales, físicos o graves enfermedades. Cuando lo logres te dará cuenta de que en realidad las cosas no son ni grandes ni pequeñas sino que sencillamente son.

Conozco una chica que lleva siempre este libro encima, en su bolso, y en cuanto se da un roce, golpe o siente cualquier dolor, acude inmediatamente a la guía de órganos y enfermedades para relacionar la parte afectada de su cuerpo con el área concreta de su vida, y eso le permite vivir el momento de una forma novedosa y cósmica. El libro ayuda también a relacionar los pensamientos con los acontecimientos y actividades externas. Si pones atención te podrás dar cuenta de que suelen llamarte la atención las mismas zonas de tu cuerpo, por lo que enseguida reconocerás las partes de tu vida con las que se relacionan. Si quieres empezar a tener esas primeras y sencillas experiencias, es una forma, llevar el libro encima y justo en el instante en que sufres el golpe o la dolencia, busques en la relación de órganos y observes, como tus pensamientos, sentimientos, ideas o creencias se relacionan con la parte afectada de tu cuerpo. Lo que te ha ocurrido es una metáfora de tus propias creencias.

* * * * *

Para interpretar correctamente la relación de cada órgano enfermedad con cada área concreta de la vida, que se expone en los capítulos tres, cuatro y cinco, se debe comprender la información obtenida dentro del contexto de las siguientes reflexiones, que forman parte de este paradigma:

- La fuerza de la vida, la energía vital también llamada en contextos orientales "kundalini", está presente en todos los cuerpos, ascendiendo desde la base de la columna vertebral. Si no hay bloqueos esa energía vital fluye hasta la cabeza, que es el punto de integración y se conecta con lo divino por la coronilla. A medida que asciende se vuelve más y más fina. Puedes notar dónde se bloquea el kundalini porque esa zona te produce molestias; las propias resistencias dificultan e interrumpen el paso de la energía. La zona que duele te da la pista para encontrar tus resistencias. La respiración consciente, que es el primer alimento del alma, es la base para canalizar el paso de esa energía bruta.

- Antes de nacer elegimos una serie de cualidades que vamos a desarrollar en esta vida. Estas cualidades son distintas para cada persona. Hay personas que vienen a manifestar aspectos más materiales y otras que vienen a manifestar aspectos más espirituales con ausencia de todo lujo o bien material. Para el desarrollo de dichas cualidades elegimos aquellas circunstancias que las apoyen, es decir, elegimos la fecha de nacimiento, los padres, el lugar y el resto de ingredientes y escenarios donde se desarrollará nuestra vida.

- A partir de ahí empieza la función. La vida es un arte y nosotros somos los artistas, los creadores, sin necesidad de sombras de culpabilidad. La vida no hay que ganarla, la vida es el premio. Todo lo que te trae la vida te está apoyando para desarrollar las cualidades que has elegido. Tus padres, el lugar del nacimiento y el resto de circunstancias de tu vida que te parece que te han sido impuestas, pueden dar una pista acerca de las cualidades que has elegido desarrollar en esta vida.

LAS CUATRO PREGUNTAS BASICAS

Dentro de cualquier paradigma o lente por la que escogemos mirar e interactuar con la vida, se puede decir que hay algunas preguntas básicas cuya respuesta nos permite acercarnos a saber la esencia del paradigma y también nos permite probar su sabor. El saber tiene sabor ya que el sabor es como un puente entre lo visible y lo invisible. Algunos ingredientes específicos, unas cien enseñanzas sobre el Camino del Sabor, se encuentran en el libro "Enseñanzas". Aquí lo que quiero explorar son lo que llamo las cuatro preguntas básicas, y te invito a que las respondas interiormente para que seas consciente de algunas de tus creencias.

La primera pregunta es si la vida es amistosa. En una entrevista que hicieron a Einstein le preguntaron sobre qué era lo más importante que se podía saber acerca del universo físico; tratándose de Einstein la respuesta esperada era una complicada formulación física y profunda, pero Einstein respondió:

- "La pregunta básica es si el universo es amistoso. Por supuesto -dijo- es infinito, misterioso y jamás sabremos todo lo que se puede saber sobre él, pero por fin lo más importante es saber si está de tu parte o está en contra tuya."

Uno cree que algo es amistoso cuando eso reacciona a sus expectativas. Si la vida está de tu parte es posible que siempre esté de tu parte, incluso en aquellos momentos en que parece todo lo contrario. Todos nosotros hemos vivido experiencias de forma negativa, pasa un tiempo y ocurre algo que vivimos de forma positiva, y reflexionando nos damos cuenta de que si no hubiera pasado lo primero tampoco habría pasado lo segundo; te pongo un ejemplo, te despiden del trabajo, como estás parado y no quieres quedarte en casa, te paseas por la calle en horas de oficina y te encuentras a un amigo que no veías desde hacía años que precisamente buscaba a alguien de tus características para un proyecto y te ofrece un trabajo mejor del que tenías antes; si no te hubieran despedido, lo más seguro es que no te habrías encontrado a ese amigo porque hubieras estado en la oficina. Esto le ocurrió a un amigo mío, pero estoy seguro que a ti te han ocurrido cosas parecidas.

Hay mucha gente que cree que el universo no es amistoso, y esto puede empezar en el mismo momento del nacimiento. Imagina que estás nueve meses muy cómodo, oscuro, te alimentan, estás calentito y un buen día, de golpe, empiezan unos movimientos bruscos, incluso a algunos bebés que vienen del revés los cogen con unos hierros fríos por la cabeza, los sacan, los cuelgan boca abajo y los sacuden para que lloren. Es posible que donde los llevan, lejos de su madre, no estén a la misma temperatura y pasen frío. Con toda la buena intención del mundo, les ponen un foco delante de los ojos para limpiarles -y no creamos que porque son muy pequeños no son conscientes, al revés, son más conscientes que los mayores-, en estas circunstancias es muy fácil que el bebé intuya:

"Yo no sé dónde estoy, pero sea lo que sea, estoy seguro de que este sitio viene a por mí, este sitio no es amistoso..Uno decide y así es. La vida tiene una cosa muy curiosa y es que siempre te da la razón. Si crees que la gente es mala y que va a por ti, te aseguro que esa será la gente que atraerás a tu vida. Si tenemos una percepción de la vida o una creencia concreta, la vida nos las confirma. Es muy cómodo decir que te pasan cosas malas por culpa de los demás. Nadie es responsable de todo lo que ocurre en tu vida, sólo tú. Si te ocurre algo que interpretas como desagradable es lógico que la primera reacción sea tristeza o enfado, lo importante es que esa reacción te dure el menor tiempo

posible y preguntarte cómo eso que te ha pasado podría apoyarte ahora mismo o en el futuro. Cuando te planteas esa pregunta, por lo menos estás admitiendo varias posibilidades y amplías tu campo de visión, no te limitas sólo a ese hecho que al principio habías considerado desagradable y dejas de juzgar. En esos momentos la vida te suele dar la contestación.

* * * * *

La segunda pregunta es si nosotros creamos nuestras propias experiencias o somos víctimas de ellas, y aquí tienes que definirte, o siempre eres víctima o siempre eres creador, las dos cosas no son posibles, o una u otra. Cuando uno hace algo que le sale bien, por ejemplo, alguien que emprende un negocio rentable, se siente orgulloso y se cree que es el mejor. Pero cuando sale mal, cuando no va como uno quiere, dice: "esto es la crisis, son los trabajadores que no cumplen, es el gobierno o la competencia". Uno prefiere dormirse y hacerse la víctima. Lo siento si es que te llevas un desengaño pero ambas cosas no son posibles; si piensas que eres el creador de las cosas buenas que te ocurren, aplicando la misma lógica, habrá que admitir que también eres el creador de aquellas experiencias de las que no estás tan orgulloso. Cualquier cosa que te ocurre, de alguna forma la has creado tú. Esto es fácil de explicar pero difícil de entender si te arrolla un camión. Si después de atropellarte un camión en un paso de peatones te digo que esta experiencia te la has creado tú, me responderás que estoy loco y que eso no es cierto porque, entre otras cosas, no eres masoquista. No, no es que seamos masoquistas, lo que ocurre es que la vida nos ha dado un grito simplemente porque no hemos escuchado sus anteriores mensajes. Tú has creado una fuerza en una dirección, has creado un movimiento energético, autodestructivo y la vida te ha respondido con el camión. Imagina que es un idioma y que el camión es la metáfora de ese idioma. Los acontecimientos externos son una metáfora perfecta de nuestras creencias interiores. Exteriormente los opuestos se atraen, interiormente lo igual se atrae, ahora ya sabes cómo se crean las cosas, si uno cree que el mundo y las personas son antagónicas, uno suele atraer este tipo de persona a su vida o juzgar cualquier gesto de otra persona como algo que n' te va a apoyar, normalmente cuando te ocurren cosas que interpreta que son desagradables, es porque has transgredido alguna ley espiritual (estos conceptos están desarrollados en Medicina del Alma II)

Todo lo que ocurre es una creación global que solemos ver de forma fragmentada, es decir, acontecimientos aislados y sin relación como sólo vemos los últimos pasos de todo el proceso, creemos que se trata de una relación causa-efecto, lo que nos convierte en víctima y parece que todo lo que ocurre está fuera de nuestro control. El proceso creativo tiene poder, que es lo que manifestamos y proyectamos en el mundo. Esta proyección del poder personal es como darle vida a nuestra creación, aunque como la vivimos no siempre es agradable. Hay mucha gente que no quiere aceptar que todo lo que nos ocurre lo hemos atraído nosotros, como tampoco aceptan que haya gente que elija nacer en India, o tener unos padres que le maltraten. Hay que tener en cuenta dos cosas a este respecto, primera no elige el ego sino el alma y segundo, una vida entera representa solo un pestañeo, un abrir y cerrar de ojos en el contexto de la eternidad. El alma es eterna.

Estas preguntas no son para analizarlas intelectualmente, son para experimentarlas. Ten en cuenta la posibilidad de que la vida funcione de otra manera y espera a ver que pasa. Imagina que te digo que hagas una lista con las diez mejores fiestas a las que has asistido en tu vida; has asistido a muchas, seguro que han sido más de diez las que estaban bien, pero te cuesta hacer memoria de ellas salvo una o dos que recuerdas fácilmente por lo excepcional. Pero si te digo que hagas una lista de todas las personas que te han hecho daño, que te han herido en algún momento de tu vida, seguro que con diez no tienes ni para empezar, encabezando la lista por ti mismo, tus padres, tus amigos y añadiendo además a los extraños. Uno está convencido de que esa persona le hizo eso, la otra aquello y se queda grabado en nuestra memoria, es como si una parte de nuestra energía se hubiera quedado enganchada en ese acontecimiento. Cuando pasa algo agradable no nos queda

grabado. Uno se abre y la energía fluye libremente, por eso es más difícil cuando uno se lo pasa bien acordarse de demasiados detalles.

* * * * *

La tercera pregunta es si estamos locos. Ningún médico dirá de uno de sus pacientes que está loco, a no ser de forma coloquial entre sus colegas, sino que dirá en sus informes que es esquizofrénico, paranoico o maniaco depresivo. Estar loco es una referencia social, entre lo aceptable y lo no aceptable. Si hace veinte años se hubiera visto a un punky con su cresta coloreada paseando por la calle, le habrían ingresado en un manicomio por manifestar un síndrome antisocial, y ahora aunque se le sigue viendo un poco como un bicho raro, ya no está tan mal como para ingresarlo. La locura es relativa, todos estamos un poco locos porque todos tenemos pensamientos, experiencias y reacciones distintas. Por definición estamos locos, somos diferentes de la misma manera que nos distinguimos por nuestras huellas dactilares.

Acerca de esta tercera pregunta hay que tener en cuenta dos aspectos, primero, se gasta una enorme cantidad de energía intentando convencerse uno mismo de que no está loco, igual que un borracho lo primero que dice es que no está borracho. Suelta el control de tu propia mente, acepta tus pensamientos y aprovecha esta energía perdida.

El segundo es que la aceptación de las locuras o de las ideas que te parecen locuras, son el primer paso para llegar a un nivel que está por encima de esta tercera pregunta, que es dejar de juzgar si estas loco o no. No tienes porque identificarte con tus pensamientos. Cuando se te ocurre algo, te parece que el cuerpo tenga que acompañar con alguna acción al pensamiento. Hay una identificación con los pensamientos que hace que te enganches a ellos. No hay que implicar al cuerpo siempre que se te pasa algo por la cabeza. Debemos vernos a nosotros mismos como almas, como seres energéticos. Un alma no está nunca enferma, no la puedes matar. Nuestras relaciones son energéticas, de alma a alma. Físicamente la relación puede ser de padre a hijo pero el amor no es una relación física, es energética. Puedes leer el libro desde el punto de vista de que eres un ser energético, no de que eres un cuerpo.

Pregúntate hasta qué punto eres lo suficientemente rico para darte cuenta de que todo lo que pasa por tu mente, incluso lo que llamas locuras, tiene un aspecto beneficioso para ti.

* * * * *

La cuarta pregunta es si somos estúpidos, que es quizás pregunta más importante. Hay personas, algunas incluso con varios títulos académicos a las que considero estúpidas porque ellas mismas se ponen limitaciones al ir de entendidas. Uno se cree que porque una cosa ha ocurrido cien veces de una manera ya no puede ser de otra distinta y eso es vivir el pasado. Una estadística sobre un determinado suceso, como por ejemplo, si lloverá o no, es una agrupación de datos que puede dar como uno de sus resultados la probabilidad de que llueva o no un día determinado; decir si lloverá o no mañana, es ir de enterado. A cada instante uno puede preguntarle a la vida sobre un hecho determinado y cada pregunta incluye la respuesta sí o no, las estadísticas no sirven. Ser estúpido es poner de antemano límites que no tienen porque estar.

Cuando debas tomar una decisión entre lo conocido y lo desconocido, elige lo desconocido y asume un grado de riesgo; piensa en lo peor que puede pasar, a veces lo peor no es tan malo y te puedes arriesgar. Si tienes que elegir entre saltar desde un tercer piso o no, lo peor que puede pasar es que te mates o te quedes inválido y quizás aquí el riesgo sea demasiado alto, pero ante las decisiones a las que enfrentas normalmente, el riesgo no suele ser tan alto y ahí sí que te la puedes jugar.

La educación y la experiencia tienden a hacernos estúpidos; la base de la educación es que el pasado trae el futuro y esto no es correcto, es el presente el que trae el futuro. La vida no intenta mantener sus secretos, tú debes tener ojos para verlos.

Si vives estas cuatro preguntas, uno de los resultados con mayor trascendencia es que empiezas a escuchar la información de tu interior. Si sabes cómo empezar a relacionarte con este idioma creativo interior, te parece que has montado en una nave espacial y estás en otro planeta, porque todo lo que antes no tenía vida ahora la tiene y además te habla.

CAPITULO I - El lenguaje de la vida

Mi experiencia es que la vida nos habla; le podemos llamar vida, voz interior, intuición, existencia o Dios, pero sea cual sea el nombre que le demos, creo que todos tenemos la experiencia de que hay momentos en que sabemos algo, y que aunque no sepamos muy bien de dónde procede ese saber, nos damos cuenta de algo, la vida nos habla.

Cuando digo de que la vida te habla no me refiero a que se trate simplemente de voces, se trata de un idioma; saber eso te abre muchas puertas. Imagínate que estás oyendo unas voces que no entiendes, si alguien te dice que están hablando un idioma conocido, te das cuenta de que sólo tienes que aprenderlo para entender lo que estás escuchando.

En cualquier idioma hay tres tipos de vocabulario: el activo, formado por las palabras que usas normalmente, el vocabulario pasivo, que son palabras que habitualmente no usas pero que si alguien las utiliza sabes lo que significan y, el resto del vocabulario, que son las palabras que no conoces; aunque el vocabulario activo suele ser mucho más pequeño que los otros dos, sólo con las palabras que usas normalmente puedes entender y expresar conceptos nuevos, con cosas que conoces puedes explicar cosas nuevas. Para comunicarse contigo la vida utiliza las experiencias que tienen sentido para ti. Cuando uno quiere saber algo, la vida se lo dice. Esta es la gracia de la vida, que siempre te habla, que siempre te guía. Te habla a través de experiencias que has vivido, pero no es que te esté indicando que esto que vives ahora sea igual a aquella experiencia que tuviste, sino que utiliza esa experiencia anterior como metáfora del instante actual.

Una metáfora es una relación consciente entre contexto y contenido; sin entrar a fondo en el tema de las metáforas, vale la pena que sepas que todo lo que ves o tocas y todas las cosas que te ocurren tienen más sentido como metáforas que como realidad física. Todas tus experiencias son el idioma que te permite enterarte de cosas nuevas; si quieres mirar dentro de ti mismo o dentro de otra persona, ya tienes el vocabulario.

La vida le habla a cada persona en términos que puede entender. Todas las vivencias, ideas, símbolos, todo lo que para uno tiene sentido, forma parte de su vocabulario. Esta es la forma en que empieza a venir información, y esta información es siempre correcta, siempre acierta, lo que ocurre es que nosotros no siempre sabemos cómo acierta. Si miramos dentro de una persona nos vendrá información, pero no siempre sabremos lo que significa, qué sentido tiene, sin embargo, la otra persona si sabrá interpretarla.

* * * * *

En una ocasión Edie Adams, una cantante con una voz extraordinaria, vino a visitarme cuando estaba en Florida. El problema de Edie era algo curioso porque mientras cantaba tenía una voz impresionante, pero cuando no cantaba tenía una voz tan fuerte y seca como la de un camionero,

con un continuo y molesto carraspeo. Era una mujer con mucho dinero y su marido era un trompetista muy famoso, músico de músicos. Había visitado a los mejores especialistas médicos y psiquiatras sin obtener resultado alguno. Me preguntó porqué padecía esa molestia. Después de interiorizarme unos instantes lo que vi fue un hombre mayor y a una niña pequeña, tuve el presentimiento de que era ella con su padre y además me venía el sabor de mostaza. Eso fue lo que le comenté:

- "Me parece que se relaciona con tu padre, cuando tú eras pequeña y el sabor de mostaza".

Ella me escuchó y pasados unos segundos rompió a llorar. Yo no tenía ni idea de lo que significaba la información que habla recibido, pero para ella sí tenía sentido, mucho sentido. Al recuperarse me contó que siendo pequeña, cuando se portaba mal, su padre le ponía unas semillas de mostaza debajo de la lengua, unas semillas que le picaban mucho, que le quemaban toda la boca y la garganta. Edie rentó el problema en la garganta y eso se relaciona con poder y con voluntad. El padre imponía su voluntad sobre la de la niña. Básicamente tenía un trauma de infancia, por muchos medicamentos que tomó y psiquiatras que visitó, ninguno de ellos había llegado a la raíz, al acontecimiento semilla que le provocaba el continuo carraspeo. Antes de que terminara la consulta el problema estaba casi resuelto y antes de que ellos llegaran a su domicilio se había curado completamente. Me invitaron a cenar esa misma noche en Disneyworld donde ellos actuaban entonces y después de la cena se me acercó un señor y me dijo:

- "Conozco a Edie desde hace muchos años, desde que éramos niños, fuimos al colegio juntos y desde entonces ella siempre ha tenido ese molesto carraspeo, ahora ya no lo tiene y dice que tú se lo has curado. ¿Crees que puedes hacer algo por la NASA?"

El era el director del Apolo XIV y fue a partir de aquella conversación que se inició mi colaboración con la NASA. El objetivo era detectar posibles anomalías en el funcionamiento de los cohetes. De la misma forma que no he tenido ninguna preparación médica tampoco he tenido preparación técnica espacial; mi relación con la NASA era toda por teléfono, les explicaba en términos sencillos desde el otro lado de la línea lo que intuía:

- "Frente al sillón del astronauta hay un botón rojo y por detrás un cable verde suelto, también veo problemas relacionados con agua y vapor en la parte izquierda de la cola de la nave".

Mi forma de detectar los problemas, sin ninguna metodología científica, hubiera causado el rechazo de los científicos encargados del proyecto y era ese el motivo de que al principio hablaba personalmente con el director. Posteriormente, al comprobar que mi método funcionaba detectando algunos problemas, me comunicaba directamente con los técnicos y ellos "traducían" lo que yo intuía. No vi el cohete hasta el día del lanzamiento, ni siquiera tuve sus planos, ambos me hubieran confundido. Sacaba casi toda la información de las experiencias de mi mismo y eso a ellos les servía.

Te explico todo esto, para que te des cuenta de que tus propias experiencias te van a servir para enterarte de lo que quieras. En realidad nunca expliqué a la NASA que contaba con la ayuda de "mis colaboradores" porque eran también mis alumnos, los asistentes a mis cursillos, personas como yo, sin ninguna preparación técnica, los que me ayudaban a localizar problemas. Cuando nos reuníamos, una de las prácticas que les proponía era: "Imaginaros un cohete y decidme dónde puede haber problemas", y ellos me lo decían.

* * * * *

Cuando estaba en Suecia no solía visitar a mis pacientes en su domicilio, prefería que viniesen a verme aunque no se encontraran muy bien; el que quiere curarse de una enfermedad debe tener una actitud activa respecto a ella y metafóricamente una de las formas de manifestarlo es moviéndose. En una ocasión me llamó el marido de una de mis pacientes rogándome que acudiera a su domicilio porque su mujer estaba enferma. Aunque no era mi costumbre algo me dijo que aceptara, así que accedí a visitarla. Recuerdo que en aquella época iba buscando una cazadora que me gustaba mucho pero no había forma de encontrarla. Algo especial ocurría con ella porque había buscado en multitud de tiendas y grandes almacenes de Estocolmo y de las pocas veces que encontré el modelo, no tenían mi talla, se había terminado. Al salir de la estación del metro, cuando me dirigía a visitar a la señora enferma, tuve el presentimiento de que debía ir a su casa dando un ligero rodeo. Como iba sobrado de tiempo, hice caso de mi intuición. Pasé por delante de un escaparate y allí estaba expuesta mi cazadora. Entré a preguntar la talla; era la única que quedaba, era de mi talla y además estaba rebajada. Quiero que repares en que si quieres entender los mensajes de la vida, para empezar, debes ir con tiempo sobrado a todas partes. Si hubiera ido con el tiempo justo no podría haber ido paseando, dando un rodeo, a visitar a la señora o aun pasando por delante de la tienda, como hubiera ido tan pendiente del reloj por mi retraso, lo más probable es que no hubiera visto mi cazadora y esta vivencia que ahora os explico me hubiera pasado desapercibida, entrando a formar parte de un vasto saco de experiencias que no digo que sean ni buenas ni malas pero si sin sentido o con ese amargo sabor de la absurda rutina.

Para darte cuenta de que la vida está siempre de tu parte no es necesario que te ocurran grandes acontecimientos. Es más difícil encontrar el sentido de la vida en lo cotidiano que cuando participas en algo que te hace sentir importante o realizado.

* * * * *

Conocí a una chica en una fiesta estando en Barcelona. Estuvimos hablando unos minutos, pero como su conversación me parecía superficial y no me apetecía decírselo entonces, preferí marcharme. Antes de despedirme insistió en que quedáramos al día siguiente para tomar un café y comentar unos proyectos de trabajo y sin muchas ganas acepté, aunque sin saber muy bien por que lo hacía, quizá para perderla de vista en ese instante.

A las cinco de la tarde del día siguiente estaba sentado en una cafetería de Las Ramblas donde hablamos quedado. Pasaron unos minutos y pedí un café. Mientras me tomaba el segundo, ya algo frío, seguía esperando a la chica. Allí permanecía escuchando los ruidos de mi mente que ganaban intensidad a medida que pasaban los minutos. De la serie de ruidos emitidos por mi mente recuerdo algunos sueltos que se parecían mucho a estos:
Además de que no me apetecía venir...

... la chica no me cala bien...

y resulta que encima no viene....

Después de superar los ruidos decidí que tenía dos opciones, la primera era acumular esa experiencia como una más de las absurdas y sin sentido que habían ocurrido en mi vida, pensar que era la víctima de las circunstancias y que la culpa era de la chica; la segunda era descubrir porqué la vida me habla llevado allí, a ese lugar, ese día determinado y en ese preciso instante. Naturalmente elegí la segunda opción; empecé buscando a mi alrededor, en las otras mesas, en la barra, en el resto de la cafetería y no encontré nada que me llamara la atención; entonces salí a Las Ramblas y justo delante de mi al otro lado de la calle, allí estaba, mi regalo, en el cine se proyectaba un clásico que ya en Estados Unidos me había quedado con ganas de ver, una película que habla buscado en videoclubes especializados sin encontrarla y además la sesión empezaba en unos minutos. Es posible que para vosotros este hecho no sea más que una simple anécdota producto de la

casualidad, en cualquier caso las cosas sólo tienen valor para uno mismo y no importa de donde vengan, para mí fue un formidable regalo y por supuesto la película mucho más divertida que la reunión con aquella chica, aunque sin ella es posible que no hubiese estado allí.

* * * * *

La vida empieza hablándonos de forma cariñosa, en voz baja. A veces hay dificultad de escuchar, a menudo nosotros no oímos, no entendemos, no queremos o no sabemos escuchar, y entonces la vida nos habla un poco más alto. Si seguimos sin enterarnos, la vida nos sigue hablando más alto hasta que nos da un grito y esa experiencia del grito, que provocamos al no ser receptivos es lo que llamamos enfermedad, dolencia o accidente. Es más importante fijarse en el órgano o zona del cuerpo afectada que en la enfermedad en sí. Lo que he descubierto es que la zona donde tienes la dolencia no es ninguna casualidad, que hay un esquema, un código mediante el que tienes la oportunidad de encontrar cuál es la creencia o el hecho concreto de tu vida que ha producido ese problema en tu cuerpo. Si encuentras la clave y no sólo la encuentras sino que la aceptas, la vives de otra manera, superas el juzgar si eso es bueno o malo y te das cuenta de cómo este hecho te está apoyando, entonces la dolencia se desvanece, no hay que hacer nada más, el problema desaparece.

Hace unos años trabajaba en Barcelona con un grupo de afectados de esclerosis múltiple, nos veíamos todas las semanas y en las terapias incluía la respiración y la conversación. Entre ellos habla un mexicano que vivía en Catalunya y era productor de televisión. Estaba casi paralizado, andaba muy mal. Para cruzar calles anchas como la Gran Vía, tenía que esperar que el semáforo empezara el ciclo verde porque no le daba tiempo a pasar. En una de las terapias le pregunté qué significaba para él un perro, qué experiencias había tenido él de pequeño con un perro o si le había mordido alguno. Tardó un poco en responder, y noté que mientras hablaba su cara iba cambiando. Nos dijo que cuando tenía ocho años sus padres fueron encarcelados en México por motivos políticos, y que él tuvo que acompañarles. Explicó que en la prisión habla perros guardianes muy feroces y que aunque no le mordieron nunca, pasó aterrorizado todo el tiempo que estuvo allí. Le comenté que los problemas en las piernas estaban relacionados con nuestras creencias acerca de nuestra habilidad y el poder de ir hacia adelante cuando uno cree que no puede ir hacia adelante. Metafóricamente los perros de la prisión le impedían avanzar y esto podía estar relacionado con su enfermedad. La semana siguiente, antes de empezar la sesión, me pidió ser el primero en intervenir; al corresponderle el turno nos dijo que no se trataba de hablar sino de demostrar, se levantó y empezó a correr por la habitación. Nos contó que dos días después de la sesión anterior, estaba en la Gran Vía esperando el cambio de semáforo para cruzar, que no sabía cómo había ido pero que en mitad de la calle el semáforo cambió a rojo y que lo siguiente que recordaba era que estaba corriendo.

Hay quien exclamaría ¡Milagro! No, o por lo menos no más milagroso que la vida misma. Si uno observa algún hecho del pasado, un momento de decisión con consciencia, lo transforma, es como hacer un viaje en el tiempo. No es que uno se acuerde, es que lo vive como presente, lo vive de corazón, uno nota ciertos cambios interiores que se manifiestan también exteriormente y entonces el cuerpo cambia.

* * * * *

Llega un momento en que te das cuenta que las casualidades no existen. Vas a empezar a notar con este modelo y lo notarás en tu propio cuerpo, que mucho antes de que ocurra un problema o un accidente que afecta a un órgano o a una parte concreta de tu cuerpo, quizás semanas, meses o incluso años antes de que tu problema se manifieste, poniendo simplemente tu atención y haciendo

memoria, podrás darte cuenta de que esa zona de tu cuerpo te ha ido avisando, que antes del accidente te habrás tocado, rozado o golpeado esa zona varias veces. A esto me estoy refiriendo cuando te digo que la vida te habla en voz baja al principio y poco a poco va subiendo el tono. Si logras enterarte de lo que está ocurriendo, si reflexionas sobre esa parte de tu vida que te está llamando la atención, te darás cuenta de que en esa área de tu vida representada por ese órgano o parte de tu cuerpo, puedes ser más generoso, dar más y ser más rico.

Es importante que distingas si vas de rico o de pobre por la vida y no me refiero al concepto económico sino al concepto espiritual. El propósito fundamental de la vida es dar y lo más valioso que tenemos es nuestra atención consciente y creativa. El desafío del pobre es utilizar su imaginación creativa de forma consciente y generosa. El desafío del rico es organizar la calidad y cantidad de su tiempo y de su vida. Ser rico significa que en cada momento tienes algo que aportar a lo que tienes delante, y que esa aportación la haces con gusto, placer y entusiasmo, no hay que cargar con nada más, eso es todo lo que te toca hacer.(1)

Nota (1): Los conceptos de rico y calidad del tiempo han sido desarrollados en la publicación "Calidad de vida y tiempo" por Eric Rolf.

CAPITULO II - Cuando el cuerpo te habla

Inadvertidos, pasan sin darnos cuenta, no les prestamos atención; son los mensajes que la vida nos envía momento a momento, en cada instante. De todos ellos hay un reducido grupo a los que les prestamos más atención que al resto, son los que nos tocan el cuerpo, aunque la atención que les prestamos no es una atención consciente. Les prestamos atención porque nos duelen, nos pican, nos golpean o nos hacen daño; curiosamente seguimos sin entender su verdadero significado y la verdad es que no me extraña que vayamos por la vida dándonos golpes, sufriendo accidentes y teniendo enfermedades. Si tú fueras la vida y quisieras ponerte en contacto conmigo, posiblemente actuarías de la misma forma; empezarías con un tierno susurro, seguirías hablándome con suavidad, continuarías con una firme voz y acabarías con un grito seco. Este grito sería la dolencia, la enfermedad o el accidente.

Cada parte de nuestro cuerpo, tanto los órganos externos como internos, representan simbólicamente una área específica de nuestra vida. Dentro de este contexto, una enfermedad o una lesión es como una parte de nosotros que intenta dirigir nuestra atención hacia alguna área concreta de nuestra vida.

* * * * *

Hace tiempo se produjo un acontecimiento en tu vida que está en relación con la zona afectada de tu cuerpo. Imagina que este acontecimiento es como una semilla que se ha quedado enganchada en esta área de tu vida y que ha generado una creencia.

Nuestro sistema de creencias es el resultado de la opinión que tenemos sobre las experiencias que han ocurrido en toda nuestra vida. Algunas de estas creencias nos han sido impuestas, otras las tenemos por costumbre, pero la mayoría han sido formadas por la percepción que hemos tenido sobre la sucesión de acontecimientos que hemos vivido, creencias sobre si ir a la escuela es bueno o malo, si se debe confiar en la gente o no, si somos personas de suerte o algo tan sencillo como la opinión que tenemos sobre los perros, probablemente determinada por si nos mordió alguno cuando éramos niños.

Todos tenemos algunos campos donde nuestras creencias tienen menos límites y otros donde tienen más. Observa lo que hay detrás de las palabras cuando te identificas con esa voz que dice "eso va a salir mal", "debe ser carísimo", "es imposible", "no me voy a curar" y otras muchas más.

Prueba a creer que las cosas que te ocurren te las has traído tú. Deja de juzgar, "esto es bueno", "esto es malo", las cosas no son ni buenas ni malas, sencillamente son. Uno le da sentido a las cosas que ocurren.

El Maestro Arnó es un famoso hipnotizador que en sus espectáculos utiliza unas gafas parecidas a las que todos llevamos; unas gafas invisibles. Explica a los hipnotizados que son unas gafas especiales y que cuando se las pongan verán a todo el público desnudo y así ocurre efectivamente, Arnó bromea haciéndoles mirar sus propios cuerpos y ellos avergonzados intentan cubrir su desnudez. También les da a comer cebollas crudas diciéndoles que son sabrosos melocotones e incluso en el escenario se quitan los hilillos del melocotón que se les han quedado entre los dientes.

Por supuesto estas gafas son imaginarias, pero te aseguro que no hay ningún truco, uno ve lo que espera ver, la vida siempre te da la razón. Llevamos puestas unas gafas y creamos nuestra realidad y nuestra vida a través de ellas. Estas gafas se construyen a través de las creencias, tenemos miles de creencias, redes de creencias.

Pero volvamos a nuestra semilla que con el tiempo ha ido creciendo alimentándose de nuestra subjetividad. Llevar las gafas puestas acerca de una creencia concreta plantea dos posibilidades, la primera es permitir que esa creencia se siga manifestando, y por este camino probablemente la semilla terminará floreciendo en enfermedad o dolencia en el futuro, es sólo una cuestión de tiempo. La segunda, más agradable, es escoger cambiar la creencia.

Para la mayoría de nosotros cambiar drásticamente nuestro sistema de creencias parece requerir largos períodos de tiempo, un gran número de intensas experiencias dolorosas reviviendo el pasado o años de terapia profunda y difícil. Esto también no es más que otra creencia. Puedes cambiar tus creencias por opción o compromiso, puedes cambiarlas tan rápido como te cambias de ropa. La forma más rápida y efectiva de cambiar una creencia es sencillamente darte cuenta de que estabas equivocado, darte cuenta de que aquello no era o no funcionaba como tú creías. Ahora acompaña este cambio de creencia con un acto de poder, que es solo actuar de otra forma en la misma circunstancia, una forma que refleja lo que ahora escoges creer. Por ejemplo si escoges creer que el universo es amistoso y ocurre algo desagradable, en lugar de quejarte o enfadarte o sentirte víctima, escoge preguntarte cómo esto te pudiera estar apoyando y escucha lo que te viene. El proceso de cambio profundo es básicamente sencillo de comprensión pero no necesariamente fácil de realización. Todo cambio implica un desafío, una posible dificultad. Todos tenemos opiniones que cambiamos drásticamente, quizás de la noche a la mañana. Nuestras experiencias diarias producen cambios en la percepción que tenemos sobre nosotros mismos o sobre nuestras vidas. Hay personas que pueden tardar varios años en cambiar estas mismas creencias u opiniones o no cambiarlas nunca. Lo cierto es que cada cual crea su propia realidad, física y espiritualmente, según sus creencias y el poder que les da en su vida.

El proceso siempre empieza en el presente, que es nuestro punto de poder. En el presente escogemos, creamos el futuro y también cambiamos el pasado. No podemos cambiar los hechos pero si nuestra opinión sobre ellos y esto tiene un valor infinitamente mayor que cambiar los hechos, ya que estos tienen más realidad como metáforas que como hechos en sí.

* * * * *

Este proceso de cambiar nuestra opinión o nuestra forma de ver los hechos del pasado también se puede entender como un cambio o ampliación del contexto o cuadro dentro del cual hemos ubicado y relacionado unos acontecimientos. Hace varios años vivía en la isla de Maui en Hawai. En abril de 1979 tuve un accidente de coche cuando un borracho se durmió al volante y cruzó al otro lado de la vía. Físicamente sólo viví el momento del impacto y el susto, pero el coche quedó completamente destrozado. En mayo me invitaron a Honolulu en la isla de Oahu donde ocurrieron una serie de mensajes interiores, acontecimientos sincrónicos que determinaron mi mudanza al siguiente mes a Honolulu después de haber vivido en Maui desde el año 1975. También unos meses después me divorcié ya que mi pareja prefería quedarse en Maui. Poco tiempo después de mudarme me di cuenta que ya hacía tiempo que deseaba tener más actividad, que mi vida estaba cambiando de dirección pero yo no le había hecho caso y que el destrozado de coche fue una metáfora de que la forma en como iba por la vida se había terminado y que otra forma ya tocaba. Curiosamente, en el momento en que acepté cambiarme de Maui a Honolulu, de una isla rural a una ciudad de casi un millón de habitantes y con mucha más actividad, se presentaron ofertas tanto de vivienda como de un programa de radio y todo el cambio procedió de forma fluida incluyendo el trámite del divorcio que fue amistoso. Así que lo que al principio había visto como un accidente por culpa de un borracho, se amplió a otro tipo de mensaje de la vida que me apoyaba completamente aunque al principio no lo había comprendido o escuchado.

Cuando observas conscientemente esas áreas de tu vida, esas experiencias o acontecimientos semilla con la ayuda de la intuición y de la memoria personal desde la perspectiva de tu vida presente y te das cuenta de cómo ese acontecimiento que tú recuerdas como desagradable realmente te estaba apoyando entonces y sigue apoyándote ahora, el problema empieza a cambiar, el enfermo a sanar.

Hay muchas cosas que pertenecen al pasado y seguimos llevando encima, unas creemos que son medallas y otras pesadas cargas; en realidad no hay distinción entre ellas, todas forman nuestro particular saco de piedras, y el saco pesa tanto que nos cuesta hasta andar y hay algunos que ni siquiera pueden moverse. Lo que llamamos cargas son aquellas cosas que nos han pasado y que consideramos como desagradables, aquellos hechos que nos han dejado marcados porque creemos que lo hicimos mal, que nos equivocamos, o que no nos lo merecíamos, que todavía hoy no llegamos a comprender porqué tuvo que ocurrirnos a nosotros esa desgracia. Lo que consideramos medallas es aquello que hemos sido y que ya no somos, y sólo por el hecho de no serlo nos sentimos tristes y deprimidos, nos impide vivir el presente en el aquí y ahora y nos ancla en el pasado haciéndonos infelices por lo que tuvimos y que ya no tenemos, ya sea juventud, poder, fama y qué se yo cuantas cosas más.

Recuerda todo lo que has vivido, has metido muchas cosas en un saco sin sentido, y a ese saco le has puesto el nombre. "¿Por qué?". Olvídate del "por que" y si quieres ponerle nombre ponle "¿Para qué?", observa las cosas que te han pasado y que no has comprendido su significado, escúchalo ahora, tu cuerpo las mantiene vivas para que recibas el mensaje; descubre cómo todas y cada una de tus experiencias, tanto las que has etiquetado de buenas como de malas te estaban apoyando a otro nivel, a un nivel más sutil.

Una forma práctica de darle sentido a tu vida es ir descubriendo cómo una a una todas las cosas que te han ocurrido se relacionan inspiradas en un propósito más elevado, dándote cuenta de que tienen sentido, viendo como encajan perfectamente en un contexto más amplio, por ejemplo el contexto de que todo nos apoya es más amplio que la idea de que somos víctimas.

* * * * *

Conozco la historia de un buen jugador de tenis que tenía la obsesión de subir de categoría. Se esforzaba mucho en conseguirlo, entrenando al límite muchas horas al día, incluso más de las recomendables. En un partido se rompió una pierna, la derecha; estuvo inmovilizado unas cuantas semanas y apartado de las pistas mucho más tiempo. Como no podía jugar tuvo que conformarse con leer sobre su deporte favorito y leyó cuanto cayó en sus manos, libros, manuales y revistas, descubriendo una faceta del tenis que hasta entonces había sido casi desconocida para él, su parte técnica. Cuando se recuperó se convirtió en un gran jugador y mejor entrenador. La vida siempre estuvo de su parte, apoyándole, aún cuando parecía todo lo contrario. Las piernas, metafóricamente representan las creencias en nuestra habilidad y poder para ir hacia adelante; recuerda que él no conseguía subir de categoría por mucho que entrenaba. La vida, además de darle ese valioso mensaje, le proporcionó los instrumentos para alcanzar y replantear sus objetivos.

Cuando has comprendido el mensaje que hay detrás de cada una de tus experiencias, la misión de la vida estará cumplida y esta zona de tu cuerpo dejará de llamarte la atención, de molestarte, ya no hay motivo para que siga doliendo.

Todo lo que pertenece al pasado pero que seguimos llevando encima está escrito en nuestro cuerpo. Todos nosotros hemos creado nuestras condiciones corporales como un reflejo de la comunicación con nuestro yo interior. Cuando aprendemos a escuchar estas señales, podemos oír el susurro antes de que llegue a ser un grito, una dolencia, un accidente o una enfermedad. Ni siquiera es necesario que manifestemos la enfermedad en nuestro propio cuerpo, podemos vivirla en otro cuerpo, en el de un conocido, un vecino o incluso en el de una persona que nos crucemos por la calle. Una pierna rota observada en un desconocido puede ser como un susurro acerca de nuestras propias creencias sobre la habilidad para ir hacia adelante. Una enfermedad como el asma padecida por un amigo puede ser un aviso acerca de nuestra propia autocrítica, autoculpabilidad o autoimagen muy baja. Si no oímos, no entendemos o no queremos escuchar, es posible que esta enfermedad llegue a nuestro propio cuerpo. Es un proceso de no escuchar, quién sabe si la única enfermedad que existe es la sordera espiritual, la primera a la que hay que poner remedio.

* * * * *

A través de los años, mientras trabajaba tanto en casos individuales como con grupos grandes, he desarrollado un diagrama de anatomía física y psicosomática que se ofrece en los tres próximos capítulos, y que relaciona cada uno de los órganos del cuerpo y enfermedades con áreas concretas de la vida de cada persona.

Buscar la raíz, la semilla de la enfermedad, es como buscar una llave perdida; si sabemos que la hemos perdido en nuestra habitación es más fácil encontrarla que si sólo sabemos que la hemos perdido; hay que entrar en la habitación y empezar a buscar. Para descubrir la raíz de la enfermedad hay que entrar en el área de la vida relacionada con la parte del cuerpo afectada y empezar a buscar allí el acontecimiento semilla concreto que ha generado nuestro estado actual, utilizando básicamente la memoria personal y la intuición.

Muy a menudo, una simple exploración del área de la vida representada en el paciente mediante algunas preguntas generales, tiene suficiente impacto para desencadenar una serie de comentarios y recuerdos concretos. Esta liberación de sentimientos y experiencias cargadas de emociones es a veces suficiente para aliviar el dolor o molestia y empezar el proceso de curación.

En una ocasión, mientras visitaba a unos amigos en España ocurrió que su empleada estaba enferma en cama con un fuerte dolor de riñones. Al tercer día vino a trabajar pero aún sufría un intenso dolor, tenía los riñones inflamados. Nos sentamos y hablamos en la cocina. Le mencioné que

los problemas de riñones están generalmente te asociados con hermanos y hermanas. Empezó a hablar de ello y resultó que tenía dos hermanos mayores, uno a quien veía escasas veces y otro que había sido una fuente de martirios y hasta de abusos físicos en su vida. Durante los siguientes treinta o cuarenta minutos retrocediendo a su infancia, me contó historia tras historia todos los episodios en los que su hermano la había maltratado y abusado ella. Terminó su relato con una experiencia que había ocurrido días antes de que se le inflamaran los riñones; mientras ella me lo explicaba había ido liberando gran parte de su odio acumulado y reprimido acompañado de lágrimas, lloros y otros sentimientos inexpresados. Le pregunté que cómo se sentía.

"Se ha ido -me dijo confusa entre la sorpresa y el alivio- no siento ningún dolor"

"¿fue culpa de mi hermano mi dolor de riñones?".

No era una cuestión de culpa, se trataba de cómo reaccionó a lo que le dijo o le hizo. Le recomendé también una limpieza de riñones con aceite de oliva. Durante el mes que estuve allí sus riñones no volvieron a molestarla.

Tendemos a hacer responsables a los demás de nuestros problemas. Siempre buscamos al culpable. No hay otro responsable que nosotros mismos de todo lo que nos ocurre, pero no como culpables sino como creadores, como artistas. Cuando alguien pinta un cuadro no se dice que es el culpable del cuadro sino el autor.

Traté a un chico que padecía diariamente terribles migrañas desde hacia varios años. La fuerza de la vida, el kundalini, asciende desde la base de la columna hasta la cabeza. La migraña es el resultado de que esta energía llega a la cabeza sin pasar por el proceso de refinado, es energía bruta. Hay acontecimientos en la vida de las personas que hacen saltar su nivel energético, aunque a veces ocurre también por causas naturales. Es como si a una instalación eléctrica de 125 v. le suministran corriente de 220; la instalación vieja no sirve. No es que la nueva corriente sea mala o que la instalación antigua sea mala, no se trata de juzgar, simplemente no sirve. Si conectamos un electrodoméstico de 125 v. a una corriente de 220, lo más probable es que el aparato se funda; pero eso no significará que la culpa sea del aparato, o del fabricante, o de la compañía eléctrica, o de que hoy todo nos ha salido mal, o de que nuestra vida es un fracaso. Nada de eso, sólo significa que queremos ir contra la corriente de la vida y eso, naturalmente, trae problemas.

Por un proceso natural aquel chico había saltado de nivel energético. El esperaba que la solución viniera del exterior, algún fármaco que aliviara su continuo dolor, pero sólo se trataba de refinar la subida bruta de energía, y eso sólo podía hacerlo él. ¿Y cómo? Muy sencillo, en primer lugar aceptando el cambio energético que se había producido en su vida, y en segundo, practicando la respiración consciente, la meditación, así se refina esta energía. Sus migrañas desaparecieron casi inmediatamente, y aunque han pasado ya varios años, no creo que hayan vuelto a molestarle.

* * * * *

Sólo podemos admitir la gravedad de una enfermedad en términos médicos alopáticos, es decir, de medicina oficial occidental. Para la mayoría de la gente, un cáncer o una esclerosis múltiple es mucho más seria que una inflamación de riñones o una migraña. No hay enfermedades graves, su proceso de creación es básicamente el mismo. La diferencia reside en su magnitud y en las causas específicas de los acontecimientos. Podríamos comparar un dolor de riñones con la producción de un cortometraje y un cáncer con una película de tres horas. El proceso de producción es el mismo pero el guión es más complicado, los escenarios son distintos y la duración es mayor.

Mi experiencia es que no hay condiciones físicas que no se puedan cambiar. He visto tumores del tamaño de una naranja convertirse al tamaño de una canica en un sólo día y luego desaparecer. He visto dolores de espalda y de rodillas calificados como crónicos, incluso con varias operaciones, repentinamente desaparecer después de lo que aparenta simplemente como una conversación. He visto afectados de esclerosis múltiple correr y saltar como niños.

En Hawai traté el caso de una leucemia en un niño de nueve años, pasé una hora y media trabajando en profundidad con los padres. El niño estaba presente pero pronto se durmió en el sofá. La sesión tuvo lugar el lunes y cuando el médico visitó al niño el viernes siguiente había experimentado una remisión total. Se había curado completamente. He tratado muchos casos de problemas con niños y cuando los padres asumían una responsabilidad profunda en el campo que reflejaba la enfermedad y hacían un cambio en el área de la vida relacionada con los síntomas del niño, el problema se aclaraba rápidamente. Estos cambios, en particular los de un instante a otro, pueden aparecer como milagrosos, especialmente si nos ceñimos al modelo de medicina alopática, sin embargo ocurre que creamos nuestros cuerpos momento a momento. Nuestro cuerpo físico no es más que una manifestación, un reflejo de nuestras condiciones interiores.

* * * * *

En mis cursos suelo comparar la evolución del cuerpo como si fuera una serie de fotocopias, tenemos el original dentro y la fotocopia lo refleja. Si cambiamos el original, no importa lo pequeño que sea el cambio, la próxima fotocopia lo refleja también. Este modelo rechaza el concepto clásico de que las enfermedades, trastornos o accidentes, son debidos a gérmenes, descuidos o a la simple casualidad. Este modelo trata la enfermedad como el resultado de una comunicación creativa del ser interior que no escuchamos o no entendemos. Quizás esto no resulte ahora comprensible, pero antes de la aparición del microscopio, pocas personas entendían que pequeños organismos invisibles al ojo humano podían participar en el desarrollo de la enfermedad. Este modelo puede compararse también a una especie de microscopio psicosomático a través del que puedes observar con detalle cómo has creado tu cuerpo o estado de salud y cómo puedes cambiarlo.

Los gérmenes participan en la creación de la enfermedad, pero lo hacen sólo bajo nuestros propósitos y con unas instrucciones muy concretas. La creación de una enfermedad a nivel físico es como la construcción de una casa. Es verdad que los ladrillos, el cemento y la madera se utilizan para la construcción, pero no los hacemos responsables de la creación de la casa. Solemos decir que nosotros construimos la casa y esto significa que nosotros utilizamos todos estos materiales y conseguimos la colaboración de otras personas como arquitectos, albañiles, etc. para construir la casa. De la misma forma, aunque no completamente consciente, utilizamos los gérmenes para crear nuestra enfermedad, del mismo modo que utilizamos un agujero en la acera para torcernos el tobillo o un cajón para pillarnos un dedo; no podemos verlos ni mucho menos cogerlos con los dedos y colocarlos en un punto concreto dentro de nuestro cuerpo, sin embargo, los gérmenes se sitúan allí donde nosotros queremos a través de una orden creativa interior. Ellos saben lo que hay que hacer como parte del proceso natural. Una gran cantidad de gérmenes habitan nuestro organismo, pero ello no quiere decir que lleguemos a manifestar sus respectivas enfermedades. Sólo desarrollaremos aquellas enfermedades que nos vayan a servir, aquellas que apoyándonos no hayamos escuchado cuando aún sólo eran susurros; el resto de gérmenes que no desarrollaremos también nos están apoyando, ya que nos protegen contra esas mismas enfermedades por el efecto de la inmunidad.

Recuerda que al principio de la comunicación interior la intención era positiva y protectora, aunque cuando se transforma en enfermedad física, los síntomas pueden ser incómodos o dolorosos. Si alguien se rompe un hueso, sangra o siente dolor, está claro que debe hacer todo lo posible para calmar el dolor inmediatamente. Lo importante es no detenerse ahí; es conveniente parar el síntoma

pero sin olvidar que el dolor estaba ahí porque intentaba decirnos algo. Cuando la emergencia o la condición ruidosa está bajo control, entonces debemos explorar en profundidad la causa creativa para que el problema no vuelva a ocurrir o, al menos, no por la misma razón. Es como si un fuego se declara en tu casa, primero apagas las llamas y después buscas el motivo que lo causó para que no vuelva a repetirse.

El cuerpo humano es un saco herméticamente cerrado que excepto por las siete u ocho aberturas naturales ha sido creado con la intención de permanecer cerrado. Una intervención quirúrgica es el acto físico de abrir el cuerpo, mirar dentro y reparar, cambiar, añadir o eliminar lo que está ahí. A veces consideramos necesaria la cirugía simplemente porque no sabemos cómo escuchar dentro y entonces escogemos no conservar este espacio interior limpio, dejando la solución en manos de terceras personas olvidando que somos nosotros quienes debemos mantener nuestros órganos internos y externos disponibles para poder vivir a cada instante con libertad de elección y proyección en el futuro.

Cuando no seguimos nuestra voz interior, nuestra guía, que es la expresión individualizada de la voz de la vida, surgen los problemas. Aunque nos damos cuenta, no queremos o no creemos que es posible hacer algo y cambiarlo. Ese adormecimiento o esa resistencia hacia nosotros mismos y hacia nuestro propio consejo interno produce una serie de gritos o impactos físicos en el cuerpo, en nuestros órganos internos o externos. En este sentido podemos considerar este modelo como una especie de cirugía pero con la diferencia de que somos nosotros mismos quienes, sin abrir físicamente el cuerpo, miramos dentro y arreglamos, cambiamos o eliminamos lo que ya no nos sirve.

Los conocimientos quirúrgicos y su tecnología han evolucionado mucho en estos últimos años; esto es positivo y apoya esas situaciones en las que realmente es aconsejable utilizarlos, pero también siento como un alto porcentaje de intervenciones no son necesarias. Ese tipo de operaciones llevan a menudo consigo un precio mucho más alto para nuestras vidas de lo que refleja la factura del cirujano. Esto es así incluso en Suecia, donde todas las intervenciones quirúrgicas son gratuitas; sin embargo el precio de la calidad de vida no se mide en términos económicos y el impacto sobre el equilibrio de nuestro cuerpo en el futuro es imprevisible.

* * * * *

No solemos ser conscientes tampoco del sentido del tacto en nuestro cuerpo y no me refiero sólo al de las yemas de los dedos. Olvidamos el sentido del tacto en nuestro cuerpo a no ser que nos cause dolor o un placer inusual. Este modelo pretende que agregues a tu conciencia todas aquellas situaciones, ninguna casual, en que otras personas, objetos o tú mismo tocáis el cuerpo. Con sólo tu voluntad, si le pones simplemente atención, reconocerás que hay una comunicación simbólica que relaciona la parte del cuerpo tocada con el área de la vida representada. Recuerda dónde tenías puesta la atención en el mismo instante en que tu cuerpo fue tocado, en qué estabas pensando en ese preciso instante y qué creencias siguen sosteniendo ese pensamiento.

La base del modelo, es que estamos constantemente hablando con nosotros mismos de nosotros mismos y nuestras vidas. La vida utiliza para estas comunicaciones un lenguaje simbólico que incluye la enfermedad. Este modelo pretende una decodificación de ese lenguaje simbólico, una traducción, relacionando cada parte del cuerpo con un área concreta de nuestra vida. Establece que la enfermedad es un proceso creativo y hasta casi milagroso, tan milagroso como la curación en sí. En el centro del modelo está el individuo, quien a través de su potencial creativo realizado o no, es en último término, el creador tanto de su enfermedad como de su curación. El modelo resalta el inmenso poder personal que se encuentra dentro de cada uno de nosotros y proporciona métodos

para utilizar ese poder creativo para obtener una mayor calidad de vida y así contribuir al bienestar de nuestros semejantes.

CAPITULO III - Los órganos externos

Este capítulo y los dos siguientes relacionan cada órgano del cuerpo y cada enfermedad, con un área muy concreta de la vida. Nuestras creencias interiores se manifiestan físicamente en distintas partes del cuerpo. La parte afectada te da la pista para encontrar la creencia.

Cuando uno empieza a poner atención a una parte de su vida, a aceptar, participar, emprender o integrar los cambios indicados, entonces el cuerpo cambia, y lo puede hacer de una manera brusca, de un instante a otro. Uno tiene la creencia de que la vida es continua por este motivo parece sorprendente que algunos cambios ocurran de una forma tan rápida, también en el cine la película parece continua pero sabemos que está formada por una sucesión de fotogramas. Una de las características del Universo es que se expande y se contrae, que se enciende y se apaga alternativamente, y éste es el momento del cambio que puede ocurrir en cualquier instante. Es posible que tengas creencias acerca de lo que se puede y no se puede curar, esas creencias no hacen más que limitar tu potencial de curación y pueden impedir, en ocasiones, que el cambio se produzca.

La estricta relación de cada órgano con la parte de la vida afectada, se limita a dos o tres conceptos básicos. Soy consciente de que para la persona enferma dichos conceptos parecerán demasiado breves y en la mayoría de los casos después de leerlos no sabrá por donde empezar. Con la intención de facilitar al usuario el paso de la teoría a la práctica, he ampliado las explicaciones de algunos órganos más allá de lo estrictamente relacionado con ellos. A medida que me he extendido en dichos órganos, se ha hecho inevitable que las explicaciones coincidieran en algunos de ellos, y cuanto más he profundizado, más común ha sido la base de los principios a los que hago referencia, hasta que por fin se unifican en un todo. Imaginemos el planeta Tierra y supongamos que los órganos del cuerpo están en el exterior, es decir, en la superficie del planeta, que es la parte que se ve. Estos órganos actúan de metáfora de nuestros principios interiores y a medida que profundizamos y nos acercamos al centro de la Tierra, esas explicaciones -del por qué ocurre lo que ocurre en la superficie-, se van haciendo más comunes y se concretan en las enfermedades originales. Adentrándonos, por fin llegamos al centro de la Tierra, que es nuestra alma, el ser interior que lo abarca todo. Si buscamos una causa para explicar porqué suceden las cosas, ese todo es la causa de todo.

Sabemos que muchos de los problemas que afectan a nuestros cuerpos tienen su origen en una equivocada concepción de nuestra vida, de forma que una creencia limitada se puede manifestar en muchas partes del cuerpo. No se trata tanto de aliviar las manifestaciones sino de llegar hasta el fondo, para encontrar la creencia y cambiarla. A esta creencia se podrá llegar de muchas maneras, profundizando desde cada una de las manifestaciones en el cuerpo. Por ejemplo, si una persona está muy enfocada al pasado y se siente víctima de las circunstancias, esta creencia se podrá manifestar físicamente en problemas en el pecho, espalda, nalgas y varios órganos y enfermedades más; profundizando en cualquiera de los problemas físicos mencionados, probablemente llegaremos a la conclusión de que la persona enferma vive en el pasado y se siente víctima.

El siguiente paso será conseguir cambiar esta forma de ver la vida porque si no se cambia, la creencia se seguirá manifestando en problema físico, de una forma o de otra.

Un problema de riñones no debiera abarcar mucho más que los conceptos de relaciones cercanas con hermanos y similares. Lo que parece que se necesita para profundizar en este órgano es una

especie de minicursillo en ese tipo de relaciones. De esta forma, al ampliar también otros órganos, el libro se convierte en una tesis sobre el arte de saber vivir, la salud y el bienestar.

Se aconseja al usuario ya sea sanador, paciente o simple interesado seguir los siguientes pasos:

- El punto de partida deben ser las relaciones contenidas en el recuadro que corresponde al órgano o la parte del cuerpo afectada.
- Buscar en la vida del paciente los acontecimientos concretos que se puedan relacionar con los conceptos expuestos en el recuadro, utilizando la intuición personal.
- Analizar las creencias, consecuencias y decisiones tomadas a partir de dichos acontecimientos.
- Relacionar la información obtenida con otras partes del cuerpo en las que aparezcan problemas y acudir a la guía de enfermedades para matizar la raíz del problema.

En cualquier caso es necesario tomar la decisión de ser más consciente, es decir, estar atento y agudizar el oído interior, el corazón, para que la vida no tenga que hablar más alto.

ORGANOS EXTERNOS (de los pies a la cabeza)

El presente código divide el cuerpo humano en las partes derecha e izquierda, y también por la cintura. La parte derecha representa la parte externa y masculina; cada persona, hombre o mujer, tiene su parte femenina y su parte masculina. Cualquier golpe o enfermedad que afecte a la parte derecha estará metafóricamente relacionado con la parte externa, masculina, física o material de la vida de la persona en el aspecto que indique esa parte concreta del cuerpo. Un golpe en la mano derecha podrá estar relacionado con dar o recibir a nivel externo, directo y material, mientras que el mismo golpe en la mano izquierda estará relacionado también con dar o recibir pero a nivel interno, indirecto y espiritual. La parte izquierda del cuerpo está relacionada con los aspectos interiores, intuitivos y es la metáfora del principio femenino del Universo. Dividiendo por la cintura, la parte inferior representa la parte bruta, la parte de instintos animales que todos llevamos dentro; la parte superior, desde la cintura hasta la cabeza está relacionada con aspectos más humanos y sutiles.

PIES.- Comprensión y creencias básicas. Fundamento del ser. Los pies representan el mundo donde nos paramos, el conjunto de todo lo que entendemos, nuestra comprensión total. Representan metafóricamente todas las formas en que nos permitimos alimentarnos de la vida. Toda nuestra vida se enfoca en los pies. Cualquier problema de pies está abarcando la totalidad de la persona. Cuando se habla del todo o de la totalidad de nuestra persona, esto puede parecer demasiado general para ser útil y operativo pero sí sirve de punto de partida. Por lo menos uno se puede plantear si realmente es el que piensa que es o si los valores que hemos tenido en el pasado realmente son nuestros valores del momento. Aquí lo de enfocar de nuevo (o por primera vez si es el caso) las cuatro preguntas básicas siempre es provechoso. Otra pregunta que nos sirve es ¿qué me parece que está entre yo y mi experiencia de satisfacción, realización o lo que para nosotros aparenta como la felicidad? Una vez tienes la respuesta míralo como la metáfora que es y cómo nos relacionamos con esa cualidad de vida.

PLANTAS.- Conciencia del alma. Totalidad. Se requiere conocer al alma como el punto de partida de nuestra vida o consciente personal total que se conecta con el todo o el espíritu. Tendemos en nuestro adormecimiento a vivir nuestra vida desde el cuerpo hacia fuera o desde fuera hacia

nosotros. También sabemos que tenemos pensamientos y sentimientos o emociones, pero eso también parece estar condicionado por lo que ocurre en el exterior aunque se vive de forma no visible aunque si presente. Si hemos estudiado algo de psicología es posible que tengamos conceptos de algo que llaman el subconsciente o inconsciente, que por fin son conceptos bastante limitados de la forma en que se utilizan en la psicología moderna. Vale la pena por lo menos imaginarnos que hay algo más, ese consciente personal total, el alma, y que esa alma siempre se está expresando, que no se enferma pero si tenemos esa expresión limitada a través de nuestras creencias personales. Esas limitaciones son específicas y se relacionan con aspectos de nuestra vida.

Algunos sitios específicos pueden relacionarse con órganos internos. Es útil el modelo de reflexología para determinar la relación con otros órganos del cuerpo cuando hay molestia de plantas.

EMPEINE.- Alineamiento con el propósito personal de la vida. Nuestro propósito es explorar esa serie de cualidades que hemos elegido para esta vida; problemas en el empeine manifiestan el no alineamiento con esas cualidades. ¿Pero cuáles pudieran ser esas cualidades que hemos elegido antes de nacer? Una pista aquí puede ser mirar nuestros intereses más profundos viéndolos como metáforas. También podemos ver las cosas, personas y acontecimientos a que más resistimos, observa tus resistencias porque detrás de cada una de ellas tienes un regalo, hazte una lista y apúntate a ellas con alegría y compromiso y después mira como se alinea tu vida en el momento con eso. Es un proceso de contemplación en forma relajada y sobre todo de escuchar y ser honesto con uno mismo.

ARCO.- Acuerdo personal con la misión de la vida. Propósito individual. Problemas en el arco representan no asumir o no darse cuenta de que todos tenemos una misión en la vida. El arco representa como nos relacionamos con la idea de que no estamos aquí por casualidad. Lo curioso es que tarde o temprano y de una forma o de otra todos vamos a cumplir esa misión, ninguno de nosotros la dejará de cumplir. Los que tienen pies planos necesitan darse cuenta de que el Universo está regido por ciertas leyes que no son casualidad y necesitan elevar su espiritualidad. Las personas con arcos muy levantados: traer la parte espiritual al nivel de la tierra. El arco pronunciado indica desapego a las cosas. Lo que conocemos como auto-estima. se entiende más en relación con la manera en que enfocamos nuestra misión de vida. En lo que la auto-estima está más baja, más materialista es nuestro enfoque, cuando más alta es nuestra auto-estima, más espiritual creativo y poético es nuestro enfoque.

TALON.- Es la parte donde uno aterriza; cuando andas es la primera parte que toca el suelo, luego viene el resto del pie. Problemas en los talones indican la necesidad de asentar los pies en el suelo, personas poco asentadas. También indican un sentimiento de desconexión o aislamiento de los demás o de la vida misma, la necesidad de estar aquí y de tener una relación relajada con el tiempo y espacio presente incluyendo las personas y las cosas.

DEDOS DEL PIE.- Cada dedo representa un área de la vida, tanto de los pies como de las manos; las áreas son las mismas pero los dedos de los pies representan aspectos más básicos, más brutos (ver los dedos de la mano).

TOBILLO.- Distribución y salida de energía personal. Necesidad de calmar la mente y de estar en el momento de una manera más física. Fantasía excesiva y apego tanto mental como emocional.

TENDON DE AQUILES.- Calma y el sentirse cómodo con tus medios de expresión creativa. Problemas en esa zona representarían énfasis exagerada, también pueden indicar aspectos sexuales fuera de equilibrio, tanto exagerados como reprimidos.

PANTORRILLA.- Naturaleza infantil o inocencia. Derecha o izquierda relacionada con niño o niña respectivamente. Es la parte niño/niña consciente que por fin se da cuenta que todos somos hijos de la existencia, que todo es uno y que nos apoya en cada instante.

ESPINILLA.- Representa la visión, que es apuntarse a un proceso, alimentar el camino, vivir el presente, la visión te anima para entrar en el proceso. Problemas indican fantasía, que es no apuntarse al proceso y sólo desear el resultado porque crees que lo necesitas, que te hace falta, que te debe alimentar.

RODILLAS.- Tus padres. La rodilla derecha es el padre y símbolo de autoridad, poderes no materiales. La rodilla izquierda es la madre y las fuentes de poder materiales. La parte de atrás de las rodillas, representa a los abuelos que son nuestros padres verdaderos. De alguna manera, sea físicamente o no, todos tenemos o hemos tenido algún problema de rodilla ya que es uno de los lugares en el que se manifiesta a menudo el ego y nuestra conciencia de la relación espiritual con nuestros padres y con la fuente de la vida.

MUSLOS.- La necesidad de alzar tu conciencia y el foco de energía. Adoptar niveles de desafío creativo más altos y valores personales más altos. Hay distintos tipos de voluntad, el proceso se inicia en los muslos al darse cuenta de ciertas cosas, se trata de alinear nuestra voluntad personal con la voluntad del todo y así nos damos cuenta que es la misma.

PIERNAS.- Idea que tenemos sobre la capacidad para ir hacia adelante, y el sentimiento de que nuestra vida va hacia adelante o evoluciona. Creencias en nuestra habilidad y poder para ir adelante. Depende de donde tenemos el problema en la pierna se puede afinar más pero estará relacionado con esto. Los problemas en las piernas pueden relacionarse con trabajos no satisfactorios, porque el trabajo es una de las metáforas básicas del desarrollo del camino espiritual.

CADERA.- Un salto en la conciencia personal. Recuerda que la cadera es el salto de la naturaleza animal a la humana. Los problemas manifiestan la necesidad de un cuadro nuevo ya existente que necesita ser reconocido, aceptado e integrado. Personas con prótesis u operaciones de cadera experimentan grandes cambios en su vida, como si la operación o el cambio físico les dieran permiso para ser otra persona y expresarse de otra manera más flexible y alegre.

AREA SEXUAL.- Creatividad, relación y utilización de las fuerzas creativas. Relación con la muerte; la creatividad incluye vida y muerte, cuando algo nace, algo muere. Cualquier idea o creencia nueva representa la muerte de otras viejas. La vida incluye vida y muerte como el día incluye noche y día. La vida es un arte y todos somos artistas ya que estamos inmersos en un océano de creatividad consciente. En las sociedades occidentales suele haber muchas creencias que reprimen la expresión sexual y que a la vez limitan nuestra expresión creativa en la vida.

GENITALES.- El sentido de nuestra creatividad, su poder, su expresión y el grado de gozo, satisfacción y placer en nuestras vidas.

PENE.- El sentido de nuestra voluntad de crear y de operar libremente a través de formas físicas y de experiencias físicas. También hay relación con el escoger y el compromiso que tenemos con nuestra visión de la vida y de nuestra vida en particular, ya que todos tenemos aspectos masculinos

y femeninos, se puede decir que tanto penetramos en la vida como que la vida nos penetra, en una compenetración.

VAGINA.- Nuestra aceptación de los ciclos de la vida. Que la vida ocurre desde dentro hacia fuera y entonces el proceso y el resultado cambian el artista. Tanto la armonía que experimentamos como la calidad y cantidad de vida que permitimos que pase y se exprese a través de nuestra individualidad. Aquí tiene sentido lo que dice Jesús que para encontrarse hay que perderse o disolver la personalidad rígida.

TESTICULOS.- Nuestro sentido del humor, nuestra seriedad y nuestra conexión con todo lo que es tal y como lo percibimos. Nuestro sentido del humor, realmente es un sentido interior (hay por lo menos 10) y es fundamental para lo que se llama vivir y disfrutar del presente. La seriedad es una de las enfermedades originales (Medicina del Alma II), muchas personas usan la palabra "seria" como si fuera algo positivo. "Es una persona seria" cuando lo que quieren decir es que sincera o responsable. Todo acontecimiento y especialmente los que vivimos de forma negativa incluyen un chiste cósmico. Saber eso y buscarlo es un gran paso a la curación.

NALGAS.- Es un símbolo de poder que se refleja en las hembras de muchas especies de mamíferos. El macho se tiene que expresar para demostrar su poder, a la hembra no le hace falta. Además de área de poder personal, representa el centrarse y las visiones o percepciones de nuestro pasado, nuestra relación con ellas. Mirar hacia atrás en lugar de vivir el aquí y ahora, tener el pasado en el presente. Las nalgas son como un almacén, una especie de amortiguador o cojín de la fuerza de la vida, el llamado "kundalini".

AREA ABDOMINAL.- Es una área de emociones y estas son el motor de la vida. Es de donde viene la fuerza. Las emociones son amor a un nivel más bajo. Cuando notamos las emociones es que nos falta amor, lo que notamos es el bloqueo de una energía que no pasa libremente. Las emociones son como unos zapatos, si te van bien, no los notas. Es una zona de mucha fuerza a nivel personal. Los eructos son fuerza que proviene de esa zona. Hace falta tomar contacto con los sentimientos y eso da poder. Sentido y utilización del poder personal. La vulnerabilidad que es la ausencia del poder, es un sentimiento que produce cambios creativos y físicos.

AREA RESPIRATORIA.- Ganas de vivir y de estar presente, estar aquí y ahora, en este instante. Aceptar la vida y contribuir.

PECHO.- El pecho es como un armario y los problemas aparecen porque lo llenamos de piedras. El pecho todo lo guarda, incluso lo que no sirve. Llevamos en el pecho experiencias personales y acontecimientos del pasado hacia los que todavía estamos enfocados y que interfieren con el poder ser total y completo, es decir sin cargas, desde el presente al futuro. Las piedras son resistencias, significan la no aceptación de lo que hemos vivido. Una manera eficiente de empezar a disolver cualquier problema de pecho es hacer una lista de todas las cosas a las que nos resistimos y apuntarse a ellas con compromiso y alegría. Cada resistencia es una metáfora de aspectos nuestros que resistimos.

SENOS.- La necesidad de estar con uno con aceptación de quién eres ahora sin comparación con el pasado como juicios negativos, de estar, vivir y disfrutar el momento, de estar tranquila sin ansiedad. Mujeres con problemas de senos requieren apuntarse de forma total a los alimentos del alma como algo imprescindible. Hacer una conexión real con el corazón y el alma y parar los ruidos internos.

ESPALDA.- La espalda es el área de apoyo, se relaciona con nuestras creencias sobre el apoyo que tenemos de los demás, de las circunstancias y en general de la vida. (Explorar la 1ª pregunta básica

¿La vida es amistosa?..Todos los problemas de espalda se relacionan con apoyo. Se distinguen tres zonas según el área de la vida afectada: Parte baja, media y superior.

PARTE BAJA DE ESPALDA. - Está relacionada con las necesidades básicas, supervivencia, trabajo, competencia, agresión, creencias sobre que no cubrimos nuestras necesidades básicas económicas y de otros aspectos, escasez a nivel físico o material. Puntos de vista limitados acerca de como encaja tu trabajo en tu vida, relacionado con aspectos básicos de dinero, de obligaciones o del ambiente familiar. Quejarse es una expresión o síntoma de algún sentimiento de impotencia.

PARTE MEDIA DE ESPALDA.- Representa el soporte emocional, apoyo a nivel sentimental. Quizás la parte más importante. Creencias sobre si nos quieren, si somos apreciados a nivel sentimental. Un remedio seria "hagas lo que quieras te quiero igual". Esta zona es la parte más agradable y tierna de la espalda, recuerda que por delante tiene el corazón y los pulmones; las emociones son el motor de la vida. A veces alguien critica algo que has hecho y como nos identificamos con lo que hacemos, tomamos la critica a nivel personal. Uno quiere utilizar lo que hace para negociar, como instrumento de poder; cuando alguien lo critica no quiere decir que no está de acuerdo contigo, sólo que no lo está con lo que has hecho. Volvemos al problema de aceptarse a si mismo. Siempre que alguien afecta tus emociones, ya sea a favor o en contra, nos lo tomamos muy en serio como una alabanza o como una puñalada, sólo recuerda que no es la otra persona quien da el sentido de si es bueno o es malo sino que eres tú. También afecta a esta zona querer controlar las respuestas de los demás.

PARTE ALTA DE ESPALDA.- Parte mental, ideas que no te apoyan. En esta zona hay a veces dolor y otras sólo conciencia de molestia. Representa creencias acerca de la necesidad de sufrir, sacrificarse y esforzarse para conseguir lo que se desea. Es una zona de mucha información y poco conocimiento, aquí está la ley causa-efecto y la estupidez (Explorar la 4ª pregunta básica). El estado natural de la mente es estar vacío, limpio y silencioso. La mente suele estar siempre haciendo ruido, por ejemplo, si te digo que no pienses en un vaso de leche, ya estás pensando. La mente es la fuente de problemas, no intentes solucionar todos y cada uno de tus problemas por separado, es más sencillo solucionar la fuente. No hay conflicto entre corazón y mente, es como un conflicto entre un perro y su rabo, el corazón es el perro y la mente es el rabo y es el perro el que mueve el rabo y no al revés. No tienes mente, normalmente la mente te tiene a ti. La mente es agresiva, no sabe amar, no es su función.

La mente crea formas e instrumentos que nos apoyan, pero si uno cree que la vida es una lucha, entonces crea armas.

¿Recuerdas la historia de Atlas, el que llevaba el mundo encima? Nosotros somos igual que él, lo llevamos todo encima porque queremos y además nos quejamos "siempre soy yo quien debe hacerlo todo". La responsabilidad está siempre involucrada en dolores en esta zona. (Explorar la relación responsabilidad - riqueza al final del cap. 1º). Acepta que no eres nada, cuando están el bueno y el malo hay lucha, pero cuando no están ninguno de los dos, no hay nada y ese es el estado natural. No tienes que ser importante, que no lo seas no significa que no seas necesario, la vida necesita que estés aquí en este instante y tú te has preparado toda tu vida para estar aquí, instante a instante. Si todo es igualmente necesario, lo de ser importante ya deja de tener sentido.

OMÓPLATOS.- En inglés se les llama cuchillos de los hombros y metafóricamente nos ayudan a cortar entre una realidad y otra, entre un punto de vista total y otro punto de vista total. Cada punto de vista aporta una realidad distinta. Problemas en los omóplatos representan apegos a realidades pasadas y no la realidad del momento, apegos a puntos de vista que limitan las distintas realidades a las cuales podemos acudir y todas están interconectadas, como habitaciones en la misma casa. Ver parte media de la espalda para información. adicional.

HOMBROS.- Cargas y responsabilidades que nos ponemos encima. Los hombros son una zona muy fuerte del cuerpo, las cosas que colocamos allí son brutas, poco refinadas. El dinero es la metáfora del poder. Las personas que tienen "stress" suelen tener problemas en esta zona. Esta zona indica la importancia personal. Recomiendo explorar lo que llamo la gama "lástima-importancia"; el que lleva cargas es porque quiere ser importante, y quiere ser importante porque se tiene lástima, y se tiene lástima porque se ha dado importancia. Esto se soluciona trabajando a partir del "no hacer", y esto es muy fuerte, para no hacer se necesita poder. Cuando uno disfruta haciendo cualquier cosa es un "no hacer" o un hacer sin esfuerzo, que es lo mismo. Quita la importancia a todo lo que no tengas delante en cada instante.

CUELLO.- Es el puente que conecta las experiencias físicas, emocionales y mentales con la cabeza es decir con su estado integrado, limpio y vacío. A cada instante nos estamos integrando. Se suelen notar síntomas en la nuca antes de que aparezcan en la cabeza. Los bultos por detrás del cuello son querer controlar pero sin sentirse con el poder para hacerlo.

CABEZA.- El punto de integración. La cabeza simboliza el objetivo, el lugar al que nos dirigimos, como la cima de la montaña. Uno cree que ser inteligente es tener muchas cosas en la cabeza para poder utilizar, pero la cabeza es para estar vacía y limpia. Eso se consigue cuando uno se integra, cuando se siente despierto, en ese momento desaparece, en cambio cuando las cosas no están integradas chocan, producen bloqueos, son las migrañas, los dolores de cabeza, que son energía bruta que ha subido sin refinar y quema. Un golpe en la cabeza te para el pensamiento, reclama toda tu atención.

CRÁNEO.- La relación con el concepto del vacío, del espacio y de cómo uno vive y utiliza los distintos espacios en su vida. Necesidad de limpiar, aclarar y regenerar espacios personales.

FRENTE.- Parte de delante de la cabeza. La mujer cuando por fin acepta su fuerza se convierte en musa, es decir en una fuente de inspiración. Es un "no hacer". Los problemas aparecen cuando se va hacia las cosas en lugar de atraerlas hacia ti. Problemas en la frente a menudo indican que tenemos resistencia y luchamos con lo que tenemos de frente, cuando lo que ocurre suele ser que vamos por la vida de espaldas. Entra en una habitación de espaldas y lo más probable es que te des un golpe con una mesa y eso duele pero la mesa no está allí para hacernos daño, es que vamos de espaldas.-

CABELLO.- Ideas viejas o ideas con historia. Los cambios en el pelo (peinado, corte, color) indican cambio de persona, renovación, cambio de ideas. Es como una declaración hacia el mundo, mucho más fuerte que un cambio en el estilo de ropa. Vale la pena darle atención a tu pelo, lavarlo diariamente, al limpiarlo, dejas más espacio para otras cosas. Caída: mucha actividad mental que no te favorece. Te alimentas de ideas de una forma poco provechosa. Las ideas son externas, son cosas que tienen su propia realidad, no son tuyas. Cuando se produce interiormente un escoger, siempre encontrarás fuera las ideas que necesitarás para vivirlo exteriormente, pero si ese escoger no es interior, viene esa tormenta de ideas que paraliza, lo que se llama coloquialmente "comerse el coco". La caspa es el residuo de las ideas "que te has comido". La grasa en el pelo es la metáfora de una mayor fuerza creativa. El pelo seco como retención de ideas. La respiración consciente cada día, el primer alimento del alma, es el mejor remedio para problemas de cabello. También sirve beber agua de diamante (poner agua en una botella verde introduces un diamante y la pones en la terraza 24 horas, día y noche).

CARA.- No es un órgano en si, es un conjunto de órganos con sus metáforas respectivas: tu personalidad, la dinámica del yo, la intuición, el escuchar y las formas, el total de darle la cara a las cosas.

CEJAS.-Las creencias y la conciencia personal relacionado con ser parte de una totalidad que es amistosa, poderosa y abundante. Autoimagen de limitación o pobreza. Necesidad de utilizar y compartir la propia creatividad.

OJOS.- Los ojos representan el yo. Son las ventanas del alma. El derecho es como nos gustaría que nos vieran los otros, ego externo, identidad, como creemos que nos integramos en el mundo.

El "YO" izquierdo es como nos vemos nosotros, el ego interno, la fuente de quién somos es interior, como me veo, como veo mi vida. Nadie tiene los dos ojos iguales. Somos una dualidad, un mundo exterior y un mundo interior. Todos los artes son puentes desde el interior al exterior, el arte se disfruta aunque haya mucha energía. Todo lo que está en este mundo tiene una relación metafórica con el mundo interior. En los sueños estamos más despiertos porque tenemos menos limitaciones.

Los problemas en el ojo izquierdo manifiestan dificultades en ver el mundo interior, como se ve cada uno a si mismo y a su vida.

Para resolver cualquier problema de ojos, lo mejor es apuntarse a los alimentos del alma cada día, sobre todo la respiración consciente, el arte y la creatividad y la meditación/oración.

La miopía es sólo poder ver las cosas que están muy cerca y no poder ver de lejos. Los que no pueden ver de lejos quieren controlar y cuanto más lejos está menos pueden controlar, ser responsable sin intervenir, sin controlar, es un acto de poder. La miopía indica que uno se identifica demasiado con lo material y pierde flexibilidad de enfoque. Hay que desarrollar una visión más amplia de la vida y enterarse que como el águila, uno puede ver tanto de lejos como de cerca, pero que lo que se ve y como se relaciona es distinto.

El astigmatismo es tener la visión de la realidad entre interior/ exterior. Personas muy pesimistas o muy optimistas suelen tener algún grado de astigmatismo. Contra el astigmatismo hay que explorar el "no hacer", el hacer sin resistencia y sin deseo de recompensa, aumentar el poder personal real basado en lo espiritual para poder estar sin identificarse.

Conjuntivitis crónica: dificultades en como uno ve y se ve en las relaciones. Creencias limitadas sobre como se deben de comportar los demás y también uno en relaciones determinadas. Juzgar demasiado. Ojo vago. No se quiere ver uno mismo. Miedo a uno mismo.

PESTAÑAS.- Sentimientos de culpabilidad. Cuando uno pestañea cambia la realidad, el pestañear es la metáfora de que la vida cambia instante a instante. Hay una relación entre las pestañas y los sentimientos de culpabilidad y autoestima, es decir dejar de autojuzgarte.

OREJAS.- Escucharnos, escuchar los acontecimientos y circunstancias que nos reflejan y reflejan nuestra vida simbólicamente. Oreja izquierda: escuchar dentro y necesidad de estar en contacto con sentimientos y creencias. Oreja derecha: escuchar en términos de nuestras acciones y los acontecimientos y circunstancias externas.

NARIZ.- Nuestra intuición y sentido de conocimiento. Es la parte que sabe. El saber es un sentido interior, la metáfora de este sentido interior es la nariz, es la metáfora de un enterarse total, de saber que es así.

BOCA.- Nuestro sentido de poder creativo expresado a través de formas físicas. La boca da la forma a lo que sale de dentro. Dice cosas pero tienen que salir solas, sin esfuerzo.

LABIOS.- Nuestro flujo externo de ideas y palabras.

MANDIBULA.- Puntos de vista fijos o rigidez en la percepción, identificaciones y experiencias pasadas, que no son apropiadas ahora. Punto de vista cuadrado.

BARBILLA.- Símbolo de los aspectos internos de una situación. La clave de lo que buscas está dentro.

PIEL.- Cantidad de espacio en nuestra vida. Es el órgano más grande del cuerpo, lo incluye todo. Su metáfora es que lo que está detrás de la piel es un vacío y uno no quiere que sea un vacío, entonces salen cosas de dentro por la piel. Buscar en la guía de órganos lo que representa la zona donde está el problema de piel. Cuando los jóvenes tienen problemas de identidad les salen granos, pero les salen en la cara.

La piel es como una broma, parece que cubre algo pero no hay nada debajo. Su función es transpirar y desintoxicar las cosas interiores que salen. Es como una refinería. Algunos aspectos de la piel se relacionan con poder. Cuanto más relajado estás, menos problemas en la piel sueles tener. Uno se pregunta quién es y la respuesta es que no es nada, un vacío. La piel es como el cielo, lo contiene todo. Rabia, odio, ira, etc.

BRAZOS.- Participación y protección. Son como armas o instrumentos de poder. Todo el brazo, incluida la mano se relaciona con el proceso de dar, según la fuerza que necesites. Si necesitas mucha fuerza utilizas todo el brazo, si necesitas poca la mano o sólo los dedos. Los problemas aparecen cuando uno utiliza los brazos para protegerse, y no hay que protegerse más que de las tonterías de uno mismo. Son también metáfora de distancia. Hay una distancia entre las cosas que coges, esa distancia es el desapego.

CODOS.- Libertad, independencia. Imagina que el codo es como el arco del pie en la parte alta del cuerpo. Cuando se siente bien, libre, es porque está cumpliendo con su misión. El codo izquierdo es la metáfora de la libertad interior que es la capacidad de desaparecer, el final de la gama "lástima-importancia". Dejar de buscar y encontrar; hay que buscar para dejar de buscar, y cuando lo dejas encuentras. Uno deja de buscar, cuando "el buscar" no le parece importante. La libertad interior te permite ser responsable de todo y a la vez despegado de todo. Puedes ser responsable de todas las galaxias, sólo ocupándote de lo que tienes delante, tú tienes el mango de la sartén.

Codo derecho: es el final de la duda, el hacer porque toca, el estar, el no justificar. Estar convencido que pase lo que pase, lo has traído tú, lo has creado tú, que eres la causa de tu vida. También es la metáfora de la libertad y de la independencia exterior, también superar la idea de la mente, demasiado mental.

MUÑECAS.- Flexibilidad en puntos de vista y acercamientos. Perspectivas rígidas y delimitaciones no muy claras de tu punto de vista o perspectiva. Tiene una conexión con las creencias básicas o con la visión del mundo.

MANOS.-La metáfora de la mano es dar y recibir. Los pies son más un estar, las manos un dar. Venimos al mundo a dar, a contribuir, el dar es el motivo de nuestra existencia. Las manos curan (imposición de manos). Hasta lo que llamamos recibir es un dar pasivo. Como dice el refrán "hasta el mendigo tiene que estirar la mano". Todo dar indica dar atención de alguna manera y eso siempre es activo/consciente.

DEDOS.- Hay un gran paralelismo entre los dedos de las manos y los dedos de los pies. Los dedos de las manos son instrumentos de magia, mueven energías.

PULGAR.- Pulgar derecho: Voluntad exterior. Uno percibe una circunstancia y realiza una acción a partir de dicha percepción aunque sólo sea tomar una decisión. Esto es el ejercicio de la voluntad. Lo que popularmente llamamos voluntad es la cantidad de poder y disciplina personal que uno dedica a una actividad, pero voluntad no es nada más de cómo uno percibe y decide sobre algo. La única voluntad que tenemos es la de acoplarnos o no acoplarnos a la voluntad divina. La voluntad es la parte más individualizada del intento, cuando uno evoluciona la voluntad se convierte en intento. Mientras hay voluntad hay mente, cuando no hay mente hay sólo acción, este es el intento.

Pulgar izquierdo: Voluntad interior. Es el mismo proceso pero dirigido a uno mismo, a su propia base de voluntad, sin darse cuenta se enfrenta a sus límites de aceptación.

INDICE.- Expansión. Todos tenemos límites en nuestras creencias. A veces se traspasan y eso lleva a una expansión interior, eso es lo que llamo "impansión". Primero uno se expande interiormente y luego eso se manifiesta exteriormente. Cualquier acción interior es la base de una acción exterior. Lo exterior refleja lo interior, no hay árbol sin raíces. El derecho indica traspasar límites físicos y crecimiento exterior.

CORAZON.- Organización, estructuras físicas, formas.

Izquierdo: Representa la interrelación de creencias, las redes de creencias. La percepción del mundo de un humano es distinta a la percepción de un insecto. La culpabilidad es parte de nuestra estructura interior. Cuando se pierde el sentido de culpabilidad hay grandes cambios en nuestra vida.

Derecho: Las estructuras de creencias internas se manifiestan físicamente en el exterior mediante metáforas. Si uno se siente limpio interiormente, su espacio exterior también lo refleja.

ANULAR.- Creatividad. Si hay algo esencial en la vida, una etiqueta común, es la manifestación de la creatividad, cada cambio, cada movimiento indica creatividad. El acto básico de la creatividad del ser humano es respirar, el apellido te une con toda tu familia, la creatividad es el apellido del universo, es un poder divino. Hay un nervio que conecta directamente este dedo con el corazón, la creatividad pura se relaciona más directamente con el corazón que con la mente; la mente es el instrumento que se utiliza después que uno se relaciona con las cosas a través del mundo.

Izquierdo: Los problemas en este dedo manifiestan una crisis espiritual, pretender crear la vida como uno la quiere; entonces se producen enfrentamientos, hay un bloqueo que se relaciona con falta de poder.

Derecho: El que asume su creatividad y su poder no necesita manifestarlos exteriormente. Cuando una persona no tiene dinero (metáfora de falta de poder) tiene que ser más creativo. Hacemos las cosas para provocar cambios, estos cambios se manifiestan en el mundo y la creatividad es nuestro medio para cambiar el mundo. Las personas que se sienten artistas utilizan todos sus sentidos para expresarse al mundo, son más alegres, se enferman menos. El arte requiere intento más que voluntad. Ser artista no depende de tus actividades sino del enfoque a tus actividades.

MEÑIQUE.- Mente. El estado natural de la mente es silencio, vacío y presente eterno.

Izquierdo: Mente intuitiva. Conexión con la mente que se relaciona con todo a la vez. Lo que llamamos el mundo tiene más sentido como metáfora del interior que como algo real.

Derecho: Mente analítica. Parte que divide, distingue, racionaliza y que organiza en forma material. La mente es un aspecto de separación hacia la vida.

Como en el resto de órganos hay que distinguir el lado del cuerpo al que afectan. El lado izquierdo indica la dirección interna. El lado derecho indica la dirección externa.

PALMA DE LA MANO.- Es como la planta de los pies. Es la expresión de nuestro dar total. Dar sin resistencia, sin condición.

UÑAS.- Conexiones y apego al pasado. Las uñas deben estar cortas o en buen estado. Representan pasado en tiempo y presente en ti. Comerse las uñas son creencias del pasado, miedos que has creído que eran de verdad.

CAPITULO IV - Los órganos internos

Los órganos internos están relacionados con los externos de su misma zona o área. Las zonas en las que se divide el cuerpo, ya expuestas en el capítulo anterior son las piernas, el área sexual, el área abdominal, el área respiratoria y la cabeza. Todos los órganos dentro de la misma zona tienen aspectos en común a nivel psicosomático. A modo ejemplo, todo lo referente al estómago debe encuadrarse dentro del área emocional.

ORGANOS INTERNOS

ARTERIAS.- Amor activo, entrega, potencia creativa, expresión y su fluidez natural.

ARTICULACIONES.- Dificultades en las articulaciones indican un punto de vista o creencia asociado a como uno se relaciona con los aspectos de los órganos implicados. Por ejemplo una artritis en las manos y dedos es distinto que una artritis en el codo o en las rodillas. La artritis indica ira antigua y resentimiento pero en el codo se trata de aspectos de libertad y en las manos con el dar y la generosidad.

BAZO.- Dependencia excesiva, circunstancias que usamos de "muletas". Si te quieres recostar en algo, hazlo en tu columna vertebral. Se relaciona con excesos, pasarse en la dependencia de esas muletas.

CEREBRO.- Nuestra percepción global del flujo de la vida y de la variedad de experiencias y relación creativa. Nuestras creencias y su espacio. Grado de limitaciones que escogemos. Prueba como ejercicio, con los ojos cerrados, incluir la infinidad del cielo.

CLITORIS.- Nuestra relación con la calidad y las cualidades más que cantidades. Nuestro sentido del placer, gozo, satisfacción, belleza. Aunque no suele haber demasiados problemas con el clítoris, si se puede decir que mujeres anorgásmicas necesitan relacionarse más con las cualidades y los placeres internos que con cantidades u objetos. También es importante relajarse y no hacer tanto esfuerzo interior.

COLON.- Nuestra relación con la totalidad. La posibilidad de identidad individual y conexión universal. La ola es una expresión individual y sin embargo nunca está desconectada del océano. Es una de las muchas expresiones de la idea o cualidad del océano. Nuestra habilidad para cambiar, liberarse o dejarse ir.

COLUMNA VERTEBRAL.- Nuestra aceptación (o resistencia) del poder de la vida, circulando y expresándose a través de nosotros. Nuestra conexión con la tierra y el cosmos. Una visualización que le sirve a todo el mundo es el ver su columna recta y llena de un fluido activo de luz.

CORAZON.- Sentido de amor en tu vida. Sentirte amado, dar amor y sus opuestos. Si lo dibujas, es como dos oídos, escucha sólo con el oído del corazón, es el único órgano que hace su propio sonido. Problemas de afectividad, las personas que tienen infartos no se sienten amados. El corazón tiene más relación con el alma de la que tiene la mente. Realmente no hay conflicto mente/corazón aunque si lo aparenta. El corazón y la mente no están al mismo nivel. La mente es un instrumento del corazón pero cuando el egoísmo es excesivo nos parece que la mente es más importante. Terapias respiratorias son recomendables

DIENTES.- Transformación de emociones, ira y violencia enjaulada. Aspectos de identidad. Encías: simboliza las raíces. Al masticar se pasa de lo visible a lo invisible, nos alimentamos del sabor no de la materia. Somos seres emocionales, problemas con dientes representan emociones no saboreadas, no vividas, enfados viejos, cosas que has resistido, que no te has permitido saborear. En esas experiencias no vividas hay problemas relacionados con la identidad.

Los niños dicen "esto no me gusta" y ni siquiera lo han probado, los mayores hacemos lo mismo en nuestra vida, los niños sólo en la comida. La caries es un agujero en el diente, un espacio que se crea. Uno tiene algo que quiere vaciar en su vida, si no lo hace de una manera lo hace de otra, entonces te salen caries.

Pon toda tu atención al cepillarte los dientes, es una técnica muy antigua, si lo haces el proceso de cepillarse los dientes y el beneficio se unen.

ENDOCRINAS.- Liberación de los viejos sentimientos negativos. La necesidad de ver y aceptarse como una nueva persona. Aceptar tu poder y potencial en el momento para mirar adelante y aceptar los nuevos desafíos y posibilidades y empezar a vivirlos a través de una acción positiva. Mirar delante tuyo con intensidad. Se relaciona con la gama "lástima e importancia".

ESTOMAGO.- Nuestra voluntad a aceptar y transformarnos y nuestras experiencias..El estómago se relaciona con el comer, y el comer con las emociones. Lo que se come es sólo una parte del acto de comer. Cuando saboreas no sueles comer demasiado. El estómago transformador, una refinería de emociones. Puede digerir cualquier cosa menos una idea, las ideas no son emociones. Cuando comemos demasiado rápido, o no masticamos bien, es porque uno va "a cien" (es el ruido de la mente que no para ni un instante). Entonces entra aire, que es la metáfora de la mente "ideas-gases". Este es un planeta de emociones, hemos venido a sentir. Los ardores son fuego. A veces uno se acostumbra a sabores fuertes, pero eso no es un problema en si; cuando uno se mete en una circunstancia fuerte y la quiere retener, la resiste, entonces se convierte en ardor. Masajes abdominales o a menudo simplemente poner las manos sobre el abdomen es muy beneficioso.

GARGANTA.- Voluntad, poder, compromiso. Esfuerzo como falta de poder. El esfuerzo cansa, agota, si tienes poder haces sin esfuerzo. Explorar el no hacer. Es un punto de fuerza, de comunicación, de expresión. El camino de dentro para afuera. Lo que bloquea esa expresión interior es la lengua, el ego. Para problemas de garganta, aparte de encontrar la causa y creencias interiores, minerales que van muy bien son el zafiro azul y el lapislázuli.

GLANDULAS.- Habilidad o voluntad de ver y aceptar lo divino o universal como se expresa a través de las formas en la realidad física

HIGADO.- Filosofía de la vida actual. La suma total de tus creencias personales. Todos somos filósofos, tenemos nuestra propia filosofía, pero sólo algunos se dan cuenta. La suma de creencias que uno tiene crea lo que uno ve y lo que uno es. Cuanto más te interiorizas y más te relacionas con conceptos espirituales, menos problemas de hígado vas a tener. Problemas reflejan creencias como "todo es una lucha", "todo es problema". Personas con problemas de hígado requieren darse cuenta y experimentar el hecho de que la vida realmente es una aventura espiritual y que todo lo demás es un metáfora de esa aventura o camino que uno siempre está atravesando.

HUESOS.- Nuestro sentido de unidad. Metáfora de que el universo es una unidad. Nosotros también somos una unidad. Los huesos te mantienen unido. Cuando uno se siente separado de las cosas (egoísmo) puede tener problemas en los huesos. Problemas de huesos también pueden indicar que uno vive demasiado en sus fantasías y se separa del cuerpo. La fantasía es una interiorización basada en un rechazo del presente, de la propia vida.

INTESTINOS.- Como afrontar los desafíos personales. Voluntad resistencia.

LENGUA.- Ego, participación, nuestro gusto de la vida. Vale la pena tocar, apretarse la lengua, es un encuentro directo con tu ego. Es un punto vulnerable. El ego también lo es. Personas que se obsesionan por comer, una terapia es cogerles la lengua. Cuando no hay ego por medio, la lengua ayuda a crear palabras y tonos, a cantar. El tartamudo: la lengua no se quiere mover. Los sabores están en la lengua. El ego es lo que separa lo que llamamos dentro de afuera, y como nos relacionamos con esa separación, si nos amenaza es problemático o si nosotros queremos conquistarla, que es lo contrario; una metáfora que sirve para el ego es la corteza de un árbol, que no debe ser ni demasiado rígido, ni demasiado flexible. No es pretender no tener ego, sino que esa separación no existe, o sólo existe en términos no relevantes, cuando la vida se convierte en un "no hacer". Cuando te muerdes la lengua es que no tenías puesta tu atención donde debía de estar.

LINFA.- Nuestra relación con la verdad y con los hechos. Nuestro sentido de ganar o perder. Problemas de linfa a menudo indican faltas en nuestra percepción de los hechos. Puntos de vista de limitación. Lo que se puede llamar "ir de enterado".

MÚSCULOS.- Transformación, expresión creativa, grado al que sentimos la habilidad de crear nuestra propia realidad. Parte del cuerpo que permite transformar energía de un estado a otro. Problemas musculares a menudo indican falta de flexibilidad en los puntos de vista o creencias.

NERVIOS.- Valentía, coraje, sensibilidad personal, vulnerabilidad, sentido del poder personal. Para cualquier problema de nervios, las terapias respiratorias son recomendables y también escoger desafíos de forma consciente y con alegría.

NERVIO CIÁTICO.- Asociado con las creencias y puntos de vista básicos. Nuestra relación con el tiempo. Personas con problemas del nervio ciático suelen estar enganchadas al pasado y son posesivas de sus experiencias. Refleja la tendencia a ir por la vida de espaldas.

OVARIOS.- Nuestra habilidad de relajarnos en el flujo de la vida y seguir sintiendo que nuestras vidas contribuyen. Participar sin esfuerzo. Vale la pena el hecho de estar vivo, que Dios no se equivocó al enviarnos, que la vida no hubiera sido igual si no hubiéramos estado aquí. Es útil explorar la relación cuando dices "sí", el "sí pero", no es un sí. Experimenta decir que sí a casi todo durante una semana.

PÁNCREAS.- La variedad o la amplitud de tu expresión creativa. Creer que hay compartimentos en la vida: "esto es trabajo", "esto es diversión". Realmente no los hay. Todo lo que haces es un arte,

todos somos artistas, no hay obligaciones, respirar es un acto creativo. Todos los "¿por qué?" afectan al páncreas. Los diabéticos suelen ser personas muy activas, personas que trabajan duro y se sienten no valoradas, no apreciadas, lo hacen a cambio de algo y la balanza nunca está equilibrada. La parte dulce de la vida es que no es dura, no es un castigo, es un placer.

PARATIROIDES.- La capacidad y resistencia de uno para entregarse a la voluntad de la existencia, para desaparecer como personalidad o ego individual y convertirse en el momento como un punto de conciencia.

PELVIS.- La necesidad de darse cuenta o reconocer que tanto el mundo como la existencia es como un gran océano de creatividad consciente y que responde y manifiesta nuestra creatividad individual. Terminar con creencias de limitación como "El mundo es de verdad y algo distinto a mi y mis procesos". Ideas de víctima ya caducas.

PULMONES.- La elección de mover hacia adelante y la resistencia a tomar acción. Problemas en los pulmones manifiestan resistencias a los desafíos de la vida, falta de ganas de vivir. Si uno va directo al arte, se puede curar muchas cosas. La tos significa ganas de sacar.

Cáncer de pulmón: lo que vivimos es muy duro y queremos entenderlo: la vida no es para entenderla, es para vivirla, de este modo viene la comprensión. Problemas de pulmones suelen indicar la necesidad de más actividad con gusto, alegría y compromiso.

RIÑONES.- Hermanos, hermanas y relaciones similares o cercanas con amigos. Los cálculos "piedras" en los riñones significan bloqueos en las relaciones. También indica que uno proyecta demasiado hacia fuera y suele ir de víctima.

SANGRE.- Movimiento, fluidez, circulación y su fuerza o velocidad. Lo más recomendable para cualquier problema de sangre es una relación activa y comprometida con lo que llamo "los alimentos del alma".

SINUS.- Nuestra comprensión y sentido de creencia personal o la relación con el concepto que todas las respuestas o la principal fuente de nuestra experiencia de la vida está dentro de cada uno de nosotros. La respiración consciente y la meditación y oración son imprescindibles para personas con problemas de sinus.

TENDONES.- La relación entre el alma, la realidad física y la unidad universal o la totalidad.

TIROIDES.- Visión equilibrada, integración de los opuestos, relación entre niveles de elección y de voluntad "Thy will not just my will". Diferencia entre la voluntad individual y la voluntad divina. Saber que la voluntad de la vida y la de uno es la misma. Personas muy obstinadas que aparentan lo opuesto; es como la persona que usa su fuerza para poner el pie en el freno.

VEJIGA.- Nuestra habilidad y consentimiento en autorizar a otros, a compartirles poder.

VENAS.- Ego, vanidad, apegos "esto es bueno", "esto malo", "esto lo he hecho yo", "esto me falta por hacer". Las venas llevan la sangre sucia al corazón, que es todo lo que nos ha apegado, se purifica y sale por las arterias que es la parte artística y creativa. El fluido en las venas es continuo, pero en las arterias es más parecido a la vida, se enciende y se apaga (vida y muerte), al ritmo del corazón. Los artistas suelen ser vanidosos, pero son los que todavía no son artistas de verdad, aunque pueden tener mucho éxito. El arte se hace en beneficio del artista, el resultado es para otros, se comparte. Hay un secreto en las venas: lo que te ensucia las venas es tu propio punto de vista.

Uno está convencido de que le han pasado cosas malas; si puedes descubrir que te apoyaban, te vas a desintoxicar, no vas a tener varices. La "causa-efecto" es para la mente económica, "todo tiene su precio", "esto a cambio de lo otro". Esta es tu oportunidad de dar, porque la vida es gratis. A las personas con varices les sirve un cambio de vida total meterse en un mundo en el que se sientan sin poder y recuperarlo dentro de ellos mismos.

VESICULA BILIAR.- Coraje y sentimientos de poder o de impotencia.

CAPITULO V - Las enfermedades

Una enfermedad es como un golpe que se mantiene en el cuerpo hasta que se le hace caso. Alguien te toca para que te gires, si te giras te deja de tocar. Cuando ya hace tiempo que te está tocando y no prestas atención, se manifiesta una enfermedad que expresa lo que está ocurriendo.

No es tan importante la enfermedad en sí, como el órgano afectado. Los datos sobre enfermedades expuestos a continuación deben interpretarse dentro del contexto del órgano y parte del cuerpo afectada. La enfermedad anuncia variaciones personales con referencia al órgano concreto, sirve para afinar el aspecto concreto de la vida de la persona con el que se relaciona la dolencia. A modo de ejemplo, la acidez o la úlcera de estómago son distintos matices, pero las causas se relacionan con el estómago dentro del área abdominal.

Se suele poner la atención en el problema, no en la solución y mientras se mantiene la atención en la enfermedad se está bajo el efecto de su poder. La solución a la enfermedad no es enfrentar la enfermedad sino encontrar la solución a través de la enfermedad.

ENFERMEDADES

ALCOHOLISMO.- Una relación desequilibrada con su propio espíritu. Una percepción negativa de su cuadro de vida básico. Creencia extrema en culpabilidad y el ser víctima. Imagen de si muy baja y repugnancia a aceptar la responsabilidad de su vida pasada, presente o futura.

ALERGIA.- Lo que te provoca alergias es el símbolo o la metáfora de lo que aparenta que provoca la alergia, es decir, lo que uno resiste, o uno rechaza participación. Las alergias son resistencias, falta de aceptación propia.

Algunos ejemplos son:

- Gatos - Independencia

- Perros - Devoción

- Caballos - Poder personal

- Polen - Cambio creativo. La vida como una serie de nacimientos

- Polvo - Miedo a la muerte, cambio, desconocido.

- Alimentos - Generalmente relacionados con aspectos emocionales. Cada alimento representa un aspecto específico de nuestra vida emocional. Ver el cocinar y el consciente en el libro "Enseñanzas El Camino del Sabor" por Eric Rolf.

ANOREXIA.- Revelación emocional contra tus propias emociones y sentimientos. El miedo y negación a tratar con tus sentimientos, viniendo de un sentido o creencia en impotencia personal.- A menudo conectado con la relación con un padre (madre) particularmente dominante o débil - crisis de identidad profunda.

APOPLEJIA.- Sentirse pegado o azotado por la vida. Sentido profundo de ser un perdedor. Soledad y aislamiento. Sentirse no amado. Necesidad de afección y de ser acariciado emocional y físicamente.

ARTRITIS.- Ira antigua y resentimiento, particularmente como uno lo experimenta dentro del medio de dar y recibir. Sentido de que la vida nos ha tratado mal e injustamente.

ASMA. - Autocrítica. Autoculpabilidad y culpa de otros. Autoimagen muy baja. Sentido de identidad personal fragmentado. Miedo de ser tragado por la vida y pérdida de sentido de identidad. Sentido empobrecido de tu propia habilidad para dar a los demás sin limitar el propio ser y condición de vida propia. Codicia emocional.

CÁNCER.- Nuestra habilidad para ver y entender, percibir nuestras respuestas interiores personales a tales preguntas básicas como:

¿Es el Universo amistoso?

¿Quién soy?

¿Creo yo mi propia realidad?

¿Tengo libertad de elección?

Mirar atrás. Creatividad estancada y percepción negativa de tus formas para la expresión creativa: Desesperanza. Amargura profunda a menudo conectada con trauma de nacimiento. El cáncer es un crecimiento interior enfocado negativamente, al cual no te quieres acoplar.

CIÁTICA.- Viejas ideas, opiniones y creencias, particularmente la visión de uno mismo, sentir esa necesidad de liberarse y dejarse ir. Necesidad de una transformación drástica y profunda de tu visión del mundo y de tu estilo de vida.

DEPRESION.- Resistencia a mirar tu interior. Miedo a lo desconocido. Miedo a la muerte. Resistencia al cambio. Verte a ti mismo y al mundo como una serie de objetos. Ver la vida como una batalla en vez de series de interacciones cooperativas y dinámicas. Seriedad. Pérdida de tu sentido del humor. Sentimientos estancados, especialmente la risa.

DIABETES.- Nuestra percepción de la calidad de "dulzura" de la vida. Dar esperando recibir a cambio aunque sólo sea esperar recibir las gracias, porque esto está basado en ideas de falta o de miedo. Dar con motivos escondidos. Seriedad. Falta de felicidad. Autoimagen baja. Sentirte subestimado y estancado en tus circunstancias.

DISLOCACIONES.- Expresiones y salidas de energías no muy claramente enfocadas o dispersas. Identificación con la fantasía.

DOLOR.- El dolor se relaciona con el volumen que está empleando la vida para comunicarse contigo. Golpes en espinillas, nariz, dedo gordo del pie, testículos, pechos en la mujer son muy dolorosos aunque por lo general no graves pero si importantes en el contexto espiritual.

EMBOLIA.- Sentirse con falta de caricias y apoyos emocionales, creer que la vida es una lucha y que uno está solo y hasta aislado y abandonado. Requiere mejor relación con los gustos personales de uno, divertirse más y disfrutar con amigos.

ENFERMEDAD DEL CORAZON.- Conflictos entre el corazón y la mente. Una batalla interna entre el amor como una conducción universal o cuadro. Creencias, ideas y opiniones limitadas. Percepción, apreciación desequilibrada de la corriente de amor en tu vida. Visión de la vida como una lucha, mayormente una batalla perdida y poco amistosa o protectora. Necesidad de abrir o desbloquear más tu expresión emocional positiva y de arriesgarte a ser vulnerable en el mundo.

ENFERMEDADES EN NIÑOS.- Las enfermedades en niños generalmente un reflejo de la condición emocional y del estado de padres, así como indicador de experiencias que el niño mismo trabajando. A menudo relacionado con nacimiento a muchos niveles.

EPILEPSIA.- Conflictos con tus propias creencias y tu visión del mundo en relación con tu poder personal. Balance entre sentimientos de impotencia e inutilidad. Falta de valor hasta extremos de egoísmo y evaluación personal irrealista. Altos grados de fantasía negativa. Apegos emocionales fuertes, represión, autojuicio y autocrítica. Opresión de tu fluidez creativa. Miedo a la muerte, conectado, menudo con el trauma al nacer.

ESCLEROSIS MULTIPLE.- Creencia extrema en ser la victima. Desconfianza y negación a tratar con la dimensión física. Resistencia a la realidad de los hechos físicos, el tiempo, el espacio, los compromisos. Actitud de control y creencias a menudo relacionado con trauma de nacimiento.

ESTREÑIMIENTO.- Apego. Adicción. Miedo. Negación a dejar ideas erróneas que no funcionan a sentimientos o circunstancias. Atadura emocional. Creencia en la vida como lucha. Codicia emocional. Auto-odio.

HERPES.- Desgajaduras internas. Ruido interno. Falta de paz interior. No estar en conexión con tus sentimientos, emociones y perspectivas interiores. También relacionado con nuestra visión de cosas materiales y del mundo material en general, incluyendo nuestras ideas y creencias como cosas. Fantasías visuales y negativas.

HIPOGLUCEMIA.- Sentido de falta de "dulzura" y de poder expresivo personal con afección. Intolerancia. Apego a nuestras experiencias creativas y resultados. Imagen de ti mismo muy baja, particularmente cuando se refleja a través de tus relaciones. Sentido profundo de falta.

HONGOS DE PIES.- Indica la necesidad de subir el nivel de la visión personal en los aspectos indicados por los dedos en cuestión, de asumir nuevos desafíos conscientes y de dar más atención creativa a valores menos materiales y más espirituales o no materiales.

INFECCION URINAL.- Nuestra relación con experiencias interiores y con nuestra propia experiencia de la vida vista desde dentro hacia fuera y creencia en falta de afección genuina.

INFECCIONES.- Generalmente asociadas con experiencias que percibimos con falta de afección personal. Creer que los demás no se preocupan por ti. Sentido profundo de aislamiento y falta de afección.

LEUCEMIA.- Necesidad de aceptar y tener una mayor relación consciente con la vida. Cambiar las posibilidades de lo que podríamos llamar la voz interna y la luz interna de cada persona (ver cáncer).

NEUMONIA.- Apego al pasado, una vieja resistencia al cambio al afrontarse y aceptar nuevos desafíos. Guardar rencores. Querer vengarse y "pagarse", como perspectiva general con o sin objeto de odio específico, aunque odio hacia los padres es frecuente, normalmente conectado con experiencia al nacer, alto auto odio.

PAPERAS.- La relación con el mundo externo y el proceso de manifestar nuestras ideas y compartirlas con el mundo y los demás. Autoimagen baja y creencias de falta de poder y apoyo. Necesidad de darse cuenta de que lo externo es un reflejo de procesos y creencias internas. Más y mejor relación con el arte y la creatividad.

PARKINSON.- Incapacidad para relacionar acontecimientos diarios específicos y de actividad vital con algunos propósitos o importantes visiones personales. Creencia imprintada muy profundamente en la impotencia o inferioridad personal.

PICORES.- Juicio de condiciones o comportamientos como propósito no consciente o no sostenible. Comportamiento irracional o inconsciente. Acciones moteadas por miedo. Autocrítica relacionada con acontecimientos o experiencias externas. Autoculpabilidad. Dejar que los acontecimientos se metan bajo tu piel. Intolerancia. Ver zonas relacionadas con los picores.

QUISTES.- Actitudes de tozudez o insistencia a pegarse la cabeza contra la pared, basada en la creencia de que la vida es una lucha o una batalla. Miedo de tus propias debilidades. Ira reprimida y frustración.

REUMA.- Demasiadas creencias restrictivas de uno mismo, de otros y de como funciona el mundo. Esperanzas negativas. Sentir que uno no tiene suficiente espacio en su vida para experimentar la satisfacción y la felicidad.

RESFRIADOS.- Sentimientos heridos. Experiencias que percibimos como antagónicas o falta de calor emocional y apoyo. Sintiendo frío emocionalmente Aislado.

SARAMPION.- Nuestro sentido de la generosidad en relación con nuestras creencias en la pobreza, falta y limitaciones materiales y emocionales. Codicia emocional hacia la relación entre nuestros padres y sus vidas respectivas (ver enfermedades en niños).

SIDA.- Una creencia profundamente gravada de no ser apoyado por la vida. Una víctima, la vida como una batalla en la cual uno pierde más que gana y siempre sale profundamente marcado en el simple proceso de ser uno mismo. Odio hacia uno mismo.

SORIASIS.- Autoimagen baja, autocrítica alta, resistencia a la creencia en propia impotencia personal sin escoger de cambiarla dando así más poder a su vida.

TOS.- Percepción errónea de tu entorno inmediato, de circunstancias o relaciones. Resistencia a elecciones que son de amor propio, autoafirmación. Algunas creencias o afectos específicos altamente restrictivos, sentimientos reprimidos.

TUMORES.- Sentido de identidad fragmentado. Sentido personal, de falta y de pobreza. Confusión profundamente asentada de tu relación personal con la vida. Necesidad de nuevas respuestas a las

cuestiones básicas sobre la vida y de escoger y establecer nuevos sistemas de creencias basados en valores y valor personal más altos.

ULCERAS.- Visión y creencias limitadas sobre tu creatividad personal, y sobre las opciones disponibles. Un punto de vista a menudo dominante es, que uno es su trabajo y algunas otras identificaciones extremas que se trata de luchar y sobrevivir en la vida. Emociones reprimidas y sentimientos heridos.

VARICELA.- Creencias y actitudes de ser miserable, creencias lucha, limitación y pobreza. Necesidad de relajarse, de auto aceptarse y de no resistir cambios. Los padres requieren una relación más activa con los alimentos del alma.

VERRUGAS.- Estar en guerra o lucha interna en relación con la cantidad y calidad de tiempo/espacio personal. Culpar el presente. No estar a gusto. El presente parece insuficiente, baja autoimagen. Este enfoque se manifiesta por una parte como falta de tiempo/espacio y por otra parte que el tiempo/espacio disponible no nos satisface. Requiere escoger, planificar y comprometerse a sus actividades más consciencia y alegría y soltar resistencias al cambio.

CAPITULO VI - Las intuición. El secreto de tu curación

La intuición es un tema que merece por si mismo la extensión no sólo de un capítulo sino de un libro entero. No obstante, nos limitaremos en este apartado a su introducción para la aplicación directa al modelo del Código Secreto del Cuerpo como parte del proceso curativo.

El objetivo de este capitulo es tomar contacto y familiarizarnos con nuestra intuición utilizando su idioma, que son nuestras propias experiencias, para mirar dentro de los cuerpos, en las vidas de cada uno incluida la nuestra, como si fuéramos una máquina de rayos X.

Cuando hablamos de intuición las explicaciones son bastante difíciles. Una explicación es como un dedo apuntando a una manzana, no es para morder el dedo, es para probar la manzana.

Sueñas con algo y ocurre. Tienes a alguien en mente que hace tiempo que no ves y al poco tienes noticias suyas. Vas a un sitio al que nunca has estado y te parece totalmente familiar. Suena el teléfono y se te cruza una persona por la mente. Si no fuera por el temor al ridículo, hasta contestaríamos muchas veces "hola ... sabia que eras tú". Todos estos ejemplos son experiencias intuitivas, probablemente todos las hemos tenido, pero también probablemente las hemos ido atribuyendo a la casualidad. Observa estas experiencias en las que interviene tu intuición y date cuenta de lo que significan para ti, cuál es el mensaje que te dejan.

Si ves a una persona que te recuerda a algún conocido, llámale por teléfono, es posible que esa persona que te ha venido a la mente por medio de un parecido físico, esté intentando comunicarse contigo. Lo importante no es si se parecen mucho o poco, esto es tan subjetivo como la individualidad, seguro que otra persona que iba contigo te ha dicho que no se parecían en nada. Lo importante es que te ha recordado a algo o a alguien y eso no es casualidad.

Tu información interior es el idioma de la intuición, esos recuerdos que vienen en forma de pensamientos son los símbolos de tu comunicación con la vida, como si fueran las palabras, ese es tu "vocabulario activo" en el idioma de la intuición. No utilizo la palabra pensamientos en el sentido

de pensar sino como memorias, esas experiencias que han ocurrido en tu vida que vistas de otra forma te dan información nueva. No te confundas pensar es buscar, escuchar es encontrar y el que busca no suele encontrar, relájate y déjate llevar, cualquier cosa que se te ocurra en el instante que te haces la pregunta, por absurda que parezca es la clave para encontrar la respuesta.

* * * * *

Hace unos años, en un curso que hice en Gothenburgo, recuerdo que había una persona con un problema físico y lo utilizaba de ejemplo para demostrar como se podía encontrar la raíz de su problema. Vi una iglesia, la parroquia a la que yo iba cuando tenía 12 ó 13 años y le dije que el problema podía estar relacionado con una iglesia a la edad de 12 ó 13 años. El respondió que recordaba que efectivamente por aquella época tuvo un problema grave con el párroco de su iglesia. Le comenté que ciertas decisiones, ciertas creencias que el había asumido al respecto de aquello, años después le habían producido la enfermedad. No vi a su párroco ni a su iglesia, sólo me vino a la mente la iglesia que yo conocía.

Cuando queremos saber algo de otra persona y nos empiezan a venir nuestras memorias, la tendencia que tenemos es que las descartamos y decimos: no, esto es lo que me ha ocurrido a mí, yo quiero saber lo que le ocurrió a esta otra persona.. Efectivamente serán tus memorias las que te vendrán y de forma simbólica a través de metáforas te dirán lo que quieres saber.

Cuando quieres saber algo la vida te lo dice exteriormente en forma de metáforas; te estarás preguntando que cómo es posible, que cómo puede ocurrir y la clave vuelve a estar en algo que nos ha pasado a todos alguna vez, es el sincronismo, que significa que cada cosa que está ocurriendo dentro de ti se manifiesta a la vez externamente. Por supuesto hay quien llama a eso casualidad como también debe ser una casualidad el hecho de que hayamos venido a este mundo o de que estés leyendo este libro. La casualidad no existe, hay demasiadas casualidades para que le sigamos llamando casualidad. Todo ocurre por algún motivo. Si estás hablando de alguien y en ese momento aparece la persona, es fácil entender el sincronismo. Si lo comparas con un espejo, en el momento en que te miras en él, el espejo refleja tu cara; me gusta esta metáfora porque sirve para comprender como todo lo que ocurre a tu alrededor es como un espejo de ti mismo. Tus condiciones físicas, las de los cuerpos de los demás y el resto de acontecimientos de tu vida son la manifestación externa de lo que ocurre dentro de ti. Cada persona que aparece en tu vida en cada preciso instante, esta ahí para reflejar algo de ti mismo. Si te das cuenta de eso, los demás aparecen como un regalo que la vida te trae instante a instante. Es entonces cuando empiezas a ver la vida de otra manera, eres más agradecido y te sientes más cerca de los demás, los escuchas más y los juzgas menos.

Tendemos a negar nuestras posibilidades y a limitar nuestro potencial, las excusas que ponemos son la falta de experiencia o de titulación adecuada, pero lo que se manifiesta detrás de eso es nuestra propia estupidez, esa misma estupidez que se describe en la cuarta pregunta básica. Si una persona te pregunta si sabes algo, imagínate que es la vida la que te ha traído a esa persona para que te pregunte eso por algún motivo, quizás tu tengas algo que compartir con esa persona, quizás el motivo no sea el que aparenta, pero sin duda lo hay. Podrías responderle "no sé, pero explícamelo", pero solemos responder un "no se" de forma negativa o un "no puedo hacerlo", entonces manifestamos nuestras creencias y nos salimos del momento, olvidándonos de que fue la vida la que trajo a esa persona con esa pregunta en ese momento. Sólo acordándote de eso, puedes interiorizarte y simplemente escuchar, te aseguro que cualquier respuesta que venga es correcta.

En el año 1974 fui nominado para el Premio Geni, que es como un oscar esotérico, junto con Uri Geller y Olaf Johanson. En una entrevista por radio, el locutor nos preguntó sobre el porcentaje de aciertos que teníamos en nuestras predicciones:

- "el cien por ciento, yo acierto siempre" -le respondí.-

No hacia falta ser un gran clarividente para darse cuenta de lo que el locutor estaba pensando de mi en ese momento. Si yo hubiera respondido un ochenta o un noventa por ciento, el locutor hubiera pasado sin más a la siguiente pregunta. Para aclararlo un poco continué explicando un caso que me ocurrió en San Francisco. Vino a visitarme una señora que tenía a su hijo en la cárcel cumpliendo una larga condena y me preguntó cuándo quedaría en libertad. Después de interiorizarme unos instantes le dile:

- "pronto, muy pronto..."

Yo lo veía libre en semanas o meses, pero en ningún caso me parecía que iba a cumplir toda su condena. La señora se fue muy contenta. A los diez días su hijo sufrió un ataque de apendicitis, fue intervenido, hubo complicaciones y dejó su cuerpo en el hospital. No hay duda de que "libre" estaba, pero no era ese el tipo de libertad que esperábamos

* * * * *

Si te preguntas porqué está enferma una persona en concreto, vas a tener deseos de acertar, pero no dejes que esto sea un obstáculo para escuchar tu voz interior porque siempre aciertas, la información que te viene siempre es correcta. No se trata de acertar sino de comunicarte con la información que te viene, de refinarla concretando lo más posible, una imagen, un color, un nombre, no es necesario ni siquiera interpretarlo, también puede ser una figura de ensueño. La persona enferma será quien encuentre el sentido a tu visión, es decir quién sabrá interpretar la información que te ha venido, relacionándola con su vida pasada. Mientras realizas el proceso de encontrar el origen de la enfermedad, debes interiorizarte, porque cuanto más lo estés, más clara te irá apareciendo la información hasta que por fin des en el clavo. Ten en cuenta que cuando viene información, te puede venir tanto de dentro, como de fuera, volvemos al sincronismo.

En los cursillos suelo hacer un ejercicio para que empecemos a probar cómo funciona la intuición. Se necesitan dos personas que no se conozcan y se formula una pregunta a una de ellas acerca de un periodo de su vida del que recuerde algunas cosas concretas que sucedieron. La otra persona responde sin pensar lo primero que le viene. Recuerdo que en una ocasión, en Estocolmo, realicé este ejercicio con una señora y un chico entre los asistentes a un cursillo; ella preguntó qué le ocurrió en agosto de 1967. El joven dijo un par de cosas, pero luego se calló, decía que no se le ocurría nada más. Yo insistía:

- "abre la boca, di lo primero que se te ocurra...."

Hacia unos instantes que sonaba una sirena del exterior y le pregunté:

- ¿ que oyes ?

- "una sirena" -dijo-

Recuerda que la información te viene de todas partes, del interior y del exterior. Cuando terminamos le pregunté a la otra persona acerca de cómo cada una de las cosas que el chico habla dicho se relacionaban con lo que le ocurrió en ese periodo de su vida. Cuando llegó a la sirena la señora se echó a llorar. Resultó que en agosto de 1967 se había ido de vacaciones en autocar con sus padres, la madre enfermó durante el viaje y tuvieron que llevársela en ambulancia. Aunque ella era muy pequeña se acordaba de la sirena y de las luces; era una de las últimas imágenes que recordaba de

su madre. Era una experiencia cargada de emociones que permanecía en su cuerpo como si no hubiera sido liberada. No es que eso debiera necesariamente crearle un problema físico, simplemente la vida le indicó que permanecía ahí a través de la sirena que sonó en ese mismo instante, sincrónicamente. El joven manifestó la última fase del canal que utilizó la vida para responder la pregunta, eso era todo lo que le tocaba hacer, esa sirena no significaba nada para él, ni siquiera le hizo caso al principio, la respuesta simplemente pasó a través de él.

Lo que te estoy explicando, es la clave para que tú mismo o en compañía de otras personas, puedas empezar a investigar cual es la raíz de cualquier problema físico o enfermedad que te esté afectando, tanto a ti como a cualquier otro. Pero para que funcione tienes que practicarlo, te propongo una experiencia; mira los dedos de tus manos o de tus pies y elige uno cualquiera, el que menos te guste, aquél en el que tienes alguna marca o él que te rozó el último zapato que te compraste. Acude ahora a la guía de órganos y aprende lo que significa ese dedo en concreto. Acuérdate a menudo de lo que significa ese dedo para familiarizarte con él, ahora sólo tienes que esperar. La próxima vez que te roces o golpees ese dedo concreto, analiza lo que estés pensando en ese instante y las creencias que están apoyando esos pensamientos, porque están directamente relacionadas con el área concreta de tu vida que representa el dedo que has elegido. Observa que sucede de forma simultánea, como a ambos lados del espejo, es el sincronismo.

Cuando te ocurra, no te excuses diciendo que no pensabas en nada porque no es cierto; la mente, excepto cuando entra en meditación, está siempre ocupada.

La única forma de que comprendas esto, es apoyándote en tu propia experiencia. Si quieres empezar a tener esas primeras y sencillas experiencias, analiza tus pensamientos, sentimientos, ideas o creencias en el mismo, exacto y preciso instante en el que sufras un golpe o una dolencia en cualquier parte de tu cuerpo. Lo que te ha ocurrido es sencillamente una metáfora de tus propias creencias.

Pon atención y escucha con ganas el mensaje, recuerda que la vida utiliza el idioma del cuerpo, no necesariamente el idioma del dolor; es posible que no lo entiendas, no importa, no es un proceso intelectual, sigue escuchándolo. Sólo el hecho de reconocer que el golpe no ha sido un hecho fortuito y casual, es suficiente. La vida sabe que aunque no lo has entendido, lo estás escuchando y no hace falta gritar, te lo dirá otra vez, de otra manera.

La clave del idioma creativo es que se compone de todas las imágenes o símbolos que tienen algún sentido para ti y que suelen venir a través de lo que aparenta simplemente memorias. Cuando uno quiere saber algo, la vida responde a sus preguntas. Le responde a través de esa forma creativa que conocemos como metáfora. La respuesta es la metáfora de la memoria completa que te ha venido a través de ese símbolo o imagen. Te responde a cualquier nivel ya sea físico, mental o emocional y enfoca lo más importante o relevante.

Este hecho desde el punto de vista social o científico actual no tiene ningún sentido, es completamente absurdo y carece de base alguna, no obstante, la experiencia me ha demostrado que el funcionamiento de la vida se parece más a esto, que a lo que posiblemente te hayan explicado hasta ahora. No tienes que creerme, sólo probarlo, no se trata de fe sino de tu propia experiencia. Ni siquiera te hablo ya de enfermedad, fíjate tan solo en la cantidad de vidas que no funcionan. Una de las razones por las que no funcionan es el desconocimiento del sentido de la vida. Darle sentido a la vida no significa quitarle misterio, la vida siempre tiene misterio, sólo que transforma su naturaleza. Si soy tu amigo y te doy una bonita caja con un lazo para tu cumpleaños, tu pensarás "¡que bien, un

regalo!" y como no sabes lo que hay dentro, el misterio sigue existiendo. Cámbiate las gafas o mejor quítatelas, si sabes que el universo es amistoso sólo te dará regalos. La vida siempre te está apoyando aún cuando parece que no lo hace, cada objeto trae su metáfora, la respuesta a tus preguntas está en lo que tienes justo delante, ese es el regalo, está allí donde se dirige tu atención en cada instante. Cada experiencia que vives tiene su mensaje, puedes almacenarla en el inmenso paquete de lo cotidiano y sin sentido o puedes encontrar su significado por encima de lo aparente. Imagina que estás comprando en un supermercado, y aunque hay cientos de productos en los lineales y eres incapaz de asimilar todos los mensajes que contienen, no te vuelves loco, sólo un producto te llama la atención cada vez. Lo mismo ocurre con los mensajes de la vida, una sola cosa te llama la atención a cada instante, síguela, entrégate totalmente a ella. Haz como el niño que en la orilla de la playa encuentra una concha. En ese momento la concha es lo más maravilloso que existe en el universo, se la acerca al oído y escucha el sonido del mar, entregado totalmente, con toda su atención enfocada en la concha.

Hay gente a la que consideras afortunada, puede que incluso tú mismo te consideres una persona de suerte y tus amigos suelen decir de ti que las cosas te son más fáciles. Pero tú sabes que la suerte no existe y que lo único que haces es estar atento, estar despierto, darle atención a la vida. Es como nadar en un río cuando te lleva la corriente, te mueves pero sin hacer ningún esfuerzo. No insistas en ir contra corriente, es ir contra la fuerza de la vida, escucha como te habla y déjate llevar, no te pongas en medio, la vida sabe.

No creas que el camino más corto entre dos puntos es una línea recta. Recuerda que las únicas líneas rectas que conocemos son las creadas por el hombre. Si insistes en ir en línea recta vas a encontrar obstáculos. Si lo que buscas es un camino, deja de buscar, la vida te lo muestra, estate atento y sigue su curso. El río de la vida no suele avanzar en línea recta, cuando encuentra una montaña la bordea, a veces va deprisa, otras despacio y a veces parece que está parado, pero siempre avanza en dirección al océano de la existencia, cada instante más cerca. Por extraño que parezca y tanto si lo aceptamos como si no, todos acabamos cumpliendo nuestra misión.

Eric Rolf - La Medicina del Alma