

## Saúde e Doença - Capítulo III – As causas da Doença

Duas são as razões que causam doença e sofrimentos. Uma delas é física – respiração e nutrição erradas; a outra é mental – pensamento e sentimento errôneos.

Cada doença tem sua própria causa interna e externa, que pode ser descoberta por qualquer um. Quem a encontra pode facilmente removê-la.

O motivo das doenças deve ser procurado nos pensamentos, sentimentos e desejos. Do modo como são os pensamentos e sentimentos, assim se torna o corpo do homem. Se uma pessoa saudável se afasta da via correta dos pensamentos e sentimentos, seu organismo se altera e ela adocece. E vice-versa: quem altera o rumo de seus pensamentos e sentimentos inexatos e volta para o caminho reto da Vida melhora as condições de seu organismo.

Ao impedir um desejo Divino dentro de si, você se bloqueia conscientemente e se arrisca a adoecer. Todas as doenças são devidas exatamente ao bloqueio que advém de não satisfazer o desejo Divino, que o impele à ação nobre.

Se você aceita um desejo que lhe é alheio, admitirá muitos outros. Cada desejo 'estrangeiro', não natural, produz no organismo uma reação que leva à doença. Esta é uma das explicações para a enfermidade.

Em geral, as enfermidades se devem aos desvios que os homens tomaram e continuam a tomar. Quando voltam ao caminho Reto, a doença gradualmente os abandona.

Hoje, muitas moléstias derivam de um pensamento impotente. O pensamento poderoso é capaz de curar a pessoa. Pensamento é cura.

Muitas doenças são causadas por perturbações dos sentimentos, e outras se devem a distúrbios da mente. Estas, derivadas de transtornos mentais, afetam o sistema muscular e também os pulmões. Quando o transtorno é de natureza sensível, afeta o coração, fígado e sistema respiratório, e os vasos sanguíneos.

As pessoas ficam doentes por sentir demais, nunca por pensar demais. O pensamento correto faz que o homem ganhe em saúde e não adoceça. Mas quanto mais os sentimentos tomam posse do homem, mais emotivo ele fica, tornando-se excêntrico. Para se fortalecer e não adoecer, é preciso criar harmonia entre os pensamentos e sentimentos.

A insatisfação interna provoca inflamação, que é a causa de muitas doenças.

Qualquer que seja a enfermidade, ela é causada pelo pensamento. Cada pensamento negativo dá origem a certas condições. Quando alguém se ocupa predominantemente das ações erradas de outras pessoas, começa a atrair bactérias astrais, que transtornam seu próprio organismo. Cada pensamento e sentimento mau atrai os respectivos seres inferiores.

A condição saudável no homem é dinâmica, enquanto o estado doentio é potencial. A maior parte das doenças tem a ver com bens e desejos inalcançados. Dê à pessoa enferma uma oportunidade de realizar seus desejos e ela se curará. No futuro os médicos curarão as pessoas de modo espiritual, e não com remédios, como hoje.

Em geral, os pensamentos desarmônicos transtornam o sistema nervoso cerebral [central], os sentimentos em desarmonia perturbam o sistema nervoso simpático [autônomo] e a ação desarmônica afeta o sistema músculo-esquelético.

A causa das doenças deve ser procurada no mundo astral, cujos efeitos se manifestam no plano físico. Essa é a razão pela qual as pessoas se queixam de dor de cabeça, mal-estar cardíaco, estomacal, problemas nos pulmões, etc. Quem deseja se curar deve, antes de tudo, descobrir a origem astral de sua perturbação. Quando a eliminar, a doença o deixará.

Se você se pergunta pela origem das doenças, precisa saber que elas resultam da falta de Amor, Sabedoria e Verdade. São consequência de uma diminuição da força de Vida, do Conhecimento e da Liberdade. Para ser saudável, aumente o Amor e energia em seu interior.

Existem doenças diferentes na Natureza: umas têm natureza física, outras, astral e ainda outras são de natureza mental.

Quando o fígado está transtornado, os sentimentos são feridos. Se o sistema nervoso está abalado, o homem sofre mentalmente. De modo geral, para não padecer, é preciso libertar-se dos sentimentos e desejos inferiores.

Por que as pessoas adoecem? – Porque são ingratas. O que fazer para se curar? Cultive a gratidão na vida. Seja agradecido mesmo pelo menor bem que receba.

Se alguém cai doente, significa que violou alguma lei Divina. Para não adoecer, e não envelhecer, procure ter uma vida que se harmonize com as leis da Natureza Sensível. Enquanto vive normalmente, o homem não fica enfermo.

As pessoas adoecem por uma única razão – por cortarem a conexão com o mundo Divino, privando-se assim de suas energias.

Quando se encontram no homem dois pensamentos, sentimentos ou ações contraditórios, gera-se um estado doloroso. A dor pode aparecer em qualquer parte do organismo nesse estado de desarmonia da mente, do coração ou da vontade.

A causa das doenças é o bloqueio dos sentimentos, a abstenção das expressões de Amor. Todas as enfermidades, como, por exemplo, reumatismo, ciática, dores de cabeça e muitas outras, são o resultado de sentimentos tolhidos. Dê passagem ao Amor e não o dificulte, não o impeça.

É o Amor que, ao chegar, equilibra a mente e o coração. E o pensamento Divino precisa ser acolhido. Alguns estados manifestam falta de harmonia entre mente e coração – transtorno, irritação, desânimo, medo, preocupação, ansiedade, inquietação, insatisfação, ódio, etc. Em tais casos, a respiração se desarranja, assim como a circulação sanguínea, a digestão e as funções do fígado.

Cada desarmonia no corpo físico mostra que a esperança diminuiu; e vice-versa, cada expressão incorreta da esperança causa um distúrbio físico.

Todas as doenças se devem à falta de harmonia. Um fígado em desordem mostra que existe algo errado nos sentimentos inferiores do homem. Quando ele sente dor de cabeça, é porque há desarmonia nas capacidades mentais, nos centros cerebrais: ele não está pensando corretamente. Quando o coração sofre contrações, isso significa que sua compaixão está em desarmonia. Portanto, se isso está lhe acontecendo, corrija seus sentimentos de compaixão.

Dúvida e descrença são depósitos que entopem o campo do corpo etéreo do homem, assim como seu cérebro. Pensamentos negativos de hesitação ou falta de fé fazem mal ao organismo inteiro – o cérebro, o pulmão e o fígado, o coração

e toda a vitalidade. Em consequência, o sistema nervoso fica totalmente exausto e enfraquecido. Por essa razão, o discípulo deve livrar-se completamente do peso desnecessário da dúvida. E como fazê-lo? – Por meio do Amor.

Muitas doenças resultam do desenvolvimento inadequado de sentimentos morais. É por isso que devemos aspirar a corrigir nossos defeitos.

Se você se permite um erro, sentirá dor no estômago, ou no coração, nos pulmões, nos pés, no cotovelo, nos intestinos, nos dedos, na coluna vertebral, no fígado, etc. A parte do corpo atingida pelo transtorno mostra qual foi o seu equívoco. A Natureza tem uma medicação especial.

Quanto mais o ser humano se distancia da vida natural, maior risco corre de adoecer. As doenças se relacionam com nutrição inadequada, respiração imprópria e pensamento deturpado. Quanto menor a Luz no pensamento, maior o perigo de uma enfermidade. A doença se deve à insuficiência de Luz na mente, à falta de Calor no coração e à carência de Força no organismo. Quando a Luz, o Calor e a Força aumentam, também a saúde melhora.

Quando os sentimentos são desarmônicos, aparecem perturbações tanto no sistema digestivo como no respiratório. A harmonia na vida humana depende do sistema nervoso cerebral [central] e do sistema nervoso simpático [autônomo]. Enquanto eles se mantêm em sintonia, a vida é harmoniosa.

Pensamentos e sentimentos não naturais são a origem de certos estados doentios. Por exemplo, quando seu pé está dolorido, isso significa que você violou algo no mundo Mental. Se é a tibia que dói, você infringiu uma lei do mundo Sensível. Se está com dor nos quadris, a transgressão se refere ao mundo físico. Sabendo disso, corrija seus erros no mundo respectivo e a dor passará. Se não o fizer, seja qual for o remédio que você tome, o mal-estar não desaparecerá. Conhecer a causa de uma doença torna a cura mais fácil.

A digestão não é apenas um processo orgânico, mas também mental. Observou-se que bons pensamentos e sentimentos afetam positivamente o sistema digestivo, ao passo que os maus o influenciam desfavoravelmente. A voracidade e o desejo excessivo de prazer transtornam o sistema do estômago. Quando ele não funciona adequadamente, o sistema cerebral [nervoso central] também é abalado.

A fim de se livrar de gorduras, o homem deve ter pensamentos, sentimentos e desejos naturais. Tudo que é excessivo, tudo que não é natural resulta em gordura.

Quando o ser humano cumpre as leis Divinas, cada célula de seu organismo é apta a se renovar. Quando ele deixa de respeitar essas normas, suas células gradualmente começam a se dissociar. Cada pensamento ou sentimento negativo provoca nelas choques e explosões, que afetam dolorosamente o organismo. A causa de todas as doenças é a distorção e negatividade do pensamento.

Ao fortalecer a vontade, você torna também seu corpo mais forte. Todos os órgãos começam a funcionar bem. O enfraquecimento da vontade é uma condição para a doença. As enfermidades são necessárias para fortificar a vontade.

Para desenvolver e manter o calor, são necessários sentimentos positivos. Se os sentimentos não são bons ou normais, o calor do corpo será escasso. A pessoa se queixará de que os dedos da mão e dos pés estão frios o tempo todo. Ao adequar seus sentimentos, a circulação sanguínea se normalizará.

Sempre que os sentimentos são limitados, é gerada doença. Essa limitação produz um estado doentio e tem más consequências.

Quando teme por sua saúde, o homem se coloca sob a influência de micróbios mentais e adocece. Mantenha-se longe de bactérias, sejam mentais, emocionais ou orgânicas. Torne-se senhor delas, não o contrário. A dúvida e a suspeita são micróbios mentais. Fuja da dúvida para ser saudável.

Todas as doenças físicas aparecem primeiro no mundo Espiritual. Se você conseguir criar o oposto da ideia que causou a doença, não passará muito tempo – apenas dois ou três meses – e você se curará.

Quem não conhece a razão de sua doença não consegue curá-la. Cada uma tem uma causa, mais distante ou mais próxima. Descubra-a e elimine a moléstia. Quando suprimir o agente, a enfermidade desaparecerá.

Se, em certo momento da vida, você riu da doença de alguém, essa doença o visitará com certeza. Encontre a pessoa de quem zombou e peça-lhe perdão. Após se desculpar e provar que é compassivo com aqueles que sofrem, sua moléstia desaparecerá.

As causas das doenças e indisposições e de todas as desgraças na vida do homem são espirituais e não físicas. Se você quer ser saudável, não abrigue na mente ou no coração nenhum pensamento ou sentimento negativo.

A origem de muitas doenças está no subconsciente. Trata-se de remanescentes de seu passado, com os quais você precisa lidar hoje.

As pessoas adoecem porque violam a lei da Verdade. Quem quer corrigir a vida para recuperar a saúde precisa chegar a amar a Verdade. Deve aspirar a ela, conhecê-la e apreciá-la. Se não a aplicar, inevitavelmente usará a mentira, que é o polo oposto.

Todas as enfermidades da mente são causadas por deficiência de Luz. Todas as doenças do coração devem-se à carência de Calor. Todas as moléstias da alma se originam da falta de Verdade.

Por que o ser humano adocece? Porque tomou sobre si um fardo grande demais. Quando a Natureza observa que uma pessoa está excessivamente sobrecarregada, envia-lhe algum tipo de doença para retirar-lhe parte da substância.

Cada doença tem uma causa espiritual. As relações impróprias entre pessoas próximas – mãe e filhos, irmãos e irmãs, marido e mulher – são a razão de diferentes enfermidades. Quando esses relacionamentos são corrigidos, a doença desaparece.

Muitas enfermidades são ocasionadas por motivos mentais. Então, só podem ser tratadas nesse plano, isto é, com remédios mentais.

Sabendo que o funcionamento do cérebro é a causa de muitas doenças, mantenha-o em ordem. Quando falamos da boa ordem do cérebro, estamos nos referindo aos pensamentos que passam através dele. Eles são os responsáveis pelo estado saudável da mente, e os sentimentos, pelo coração sadio. Cada pensamento é portador ou de uma bênção, ou de um veneno. A mesma coisa é verdade para os sentimentos e desejos. Alguns pensamentos e sentimentos influenciam o organismo imediatamente, enquanto outros levam certo tempo.

As leis de Cristo, as leis do Amor são normas da grande Natureza Sensível. Quando o homem as infringe, é certo que ficará doente. Essa é a causa de todas as enfermidades. Por exemplo, a nutrição inadequada é responsável por perturbações do estômago. Os sentimentos distorcidos causam transtornos ao sistema respiratório. Por causa deles a pessoa contrai bronquite, asma ou

tuberculose. Atitudes inadequadas para com o sistema nervoso geram desordens nervosas, especialmente a neurastenia.

Muitos distúrbios e estados dolorosos são devidos à contração dos vasos capilares. Suas contrações e extensões são influenciadas pela eletricidade e pelo magnetismo. Vivendo uma vida normal, observando as leis da Natureza, o ser humano se previne de contrações capilares muito grandes.

Quais pensamentos e sentimentos motivam contrações nos capilares? Os negativos. Cada pensamento, cada sentimento ou ato mau os comprime e bloqueia as correntes no organismo humano. A eletricidade e o magnetismo se movem ao longo de certas linhas, têm um ritmo específico. Quando essas vias ou o ritmo se alteram, acontece uma desarmonia no organismo e dizemos que a pessoa ficou doente.

Não existe veneno mais forte que pensamentos, sentimentos e estados negativos. Medo, ódio, dúvida e desconfiança são toxinas desse tipo. São depósitos que se acumulam no sangue e o envenenam. Como seria possível manter a saúde?

Cada palavra, pensamento ou sentimento contém forças dinâmicas em seu interior. Alguns têm características de pólvora, de dinamite. Mas, mais assustadoras que essas explosões físicas, são as mentais. Quanto maior a energia dinâmica explosiva das palavras, maior é a região que ela afeta.

Cada palavra rude faz mal ao sistema nervoso. Por quê? Porque volta para quem a pronunciou.

É terrível conservar maus pensamentos sobre alguém. Pensamentos falsos se acumulam na mente como depósitos, e causam grandes dificuldades e sofrimentos. Ideias negativas tornam a pessoa nervosa e transtornada. Para se libertar de pensamentos ruins e negativos, cultive-se, faça experiências.

O que são feitiços? Os maus pensamentos e desejos humanos. Eles encerram energia destrutiva em seu interior.

Cada palavra perversa prejudica o fígado. A ciência da higiene proíbe ao homem usar palavras negativas, desarmônicas. Se a pessoa desconsidera essa restrição, transtorna seu fígado; se esse órgão se desorganiza, os sistemas nervoso e digestivo também entram em desordem. De modo geral, palavras más afetam a saúde. Se você deseja ser saudável, expresse-se de maneira positiva e amável.

Toda dor se deve à acumulação excessiva de energia em um ponto determinado do corpo. Esse acúmulo exerce pressão sobre o sistema nervoso. Para eliminar o mal-estar, a energia precisa ser dispersa. Depois que isso acontece, o sangue começa a circular adequadamente através de todo o organismo e a pessoa que estava doente melhora.

Se alguém encerra demasiada eletricidade no organismo, deve acrescentar umidade. O organismo precisa de certa quantidade de água. Se está privado dessa água necessária, deve supri-la de alguma outra maneira. Por um lado, a água facilita a digestão da comida e, por outro, é condutora de eletricidade. Pessoas magras e macilentas têm em si certa dose de eletricidade, e os gordos, uma quantidade extra de magnetismo. Para se libertar do excesso de energias em seu interior, os magros devem misturar-se com os rechonchudos, promovendo entre ambos um intercâmbio adequado. Energia em excesso, seja eletricidade ou magnetismo, enseja uma série de doenças. Quando uma pessoa gorda adocece, ela deve adicionar eletricidade a seu organismo; se é alguém esguio que fica enfermo, é o magnetismo que deve ser introduzido.

A dificuldade para conciliar o sono é motivada pelo excesso de energia no cérebro. Para diminuí-la, faça exercícios que a dirijam para outras partes do corpo: concentre os pensamentos no topo do nariz por cinco minutos, ou lave os pés em água morna para induzir parte do sangue a descer.

Com frequência se cria energia excessiva no organismo, mas ela deve ser usada com sensatez. Senão, a Natureza tomará de volta o excesso. Ela não tolera nada a mais, e esse extra pode ocasionar uma doença.

O mal é um excesso da Natureza. Se determinada energia não pode ser assimilada por seu organismo, ela produzirá um estado de desarmonia.

Trabalhe sobre si mesmo para transformar a energia excedente de seu cérebro, especialmente a que se aloja na parte de trás. Ela é a causa de todas as doenças e estados negativos. Às vezes se acumula atrás das orelhas, assim como ao redor dos ossos temporais, e torna a pessoa nervosa, irritável e pronta a ofender pelos motivos mais insignificantes.

O maior infortúnio que pode se abater sobre o homem é comer demais. Todas as doenças se originam dessa atitude.

Todo excesso no mundo físico, Espiritual ou Mental conduz à saciedade, que é a causa de muitos estados doentes. É preciso trabalhar bem, mas não mais que o necessário, pois mesmo no trabalho a saciedade não é conveniente. O ser humano deve trabalhar enquanto é prazeroso para ele. O trabalho real organiza suas energias.

A doença é devida à perda da energia vital. Aprenda a impedir que a energia do organismo escorra para fora. Você se mantém saudável enquanto é capaz de conservar as energias de seu organismo e na medida em que alcançou autodomínio.

Quando a vida gradualmente se derrama para fora do organismo humano, está preparado o terreno para o aparecimento da esclerose. A seiva vital das articulações para de circular e aparece o reumatismo. Não tenha medo. Você tem à disposição um potencial interno, que pode usar em qualquer doença.

Qualquer lugar do organismo em que as correntes energéticas não fluam adequadamente está sujeito a adoecer. Todas as enfermidades são causadas pela deficiência de energia vital no órgão respectivo. Você pode colocar a mão sobre o órgão doente para renová-lo. Ele pode ser revitalizado não só pela mão, mas também por um pensamento que percorra os nervos desse órgão, enviando-lhe energia.

O que determina o aparecimento de uma moléstia? Uma das causas é a acumulação de mais energia do que o necessário em determinados locais. Por exemplo, a dor de cabeça origina-se do excesso de energia na cabeça; o transtorno estomacal é devido à presença de energia a mais no estômago. Para se libertar desse excedente, você precisa entender a razão de seu armazenamento. Se a descobrir, fica mais fácil liberar-se. O motivo pode ser a combinação inadequada de pensamentos. Corrija a relação entre seus pensamentos e a dor desaparecerá. Em geral, mesmo a mais leve desarmonia entre pensamentos, sentimentos e ações leva à doença.

As enfermidades das pessoas são geradas por obstáculos à circulação das energias em seu organismo. Para se desembaraçar desses bloqueios, é necessário Fé. Como atualmente as pessoas sofrem de incredulidade, precisam ser curadas pela Fé.

Quando dirige as energias de seu organismo para o centro da Terra, você adocece. Para se curar, precisa redirecioná-las para o centro do Sol.

Cada bloqueio nos sentimentos introduz alguma anormalidade nas funções do coração, que muda seus batimentos. Para restaurar seu funcionamento normal, o homem precisa se alinhar com a Natureza, conectar o coração com a pulsação universal do coração Cósmico. O coração de nosso sistema Solar é o Sol. Os movimentos rítmicos do sangue no coração humano são determinados pelas ondas rítmicas do Sol. Portanto, quando o coração funciona inadequadamente, isso é sinal de que a pessoa violou sua relação com o Sol, que é o coração do sistema Solar em que ela vive.

As diferentes enfermidades que acometem o ser humano (dor de cabeça, de estômago, de coração, etc.) não passam de condições de tensão. Essas condições se devem a travamentos tanto no sistema nervoso como nos outros sistemas do corpo.

Ao estudar os processos do organismo humano, percebe-se que determinadas energias saem do centro de cada célula e vão para o espaço. Outras vêm de fora e se dirigem para o núcleo celular. É em seu ponto de encontro que se dão as atividades da Vida. Se uma das correntes, externa ou interna, é travada, surgem diferentes estados enfermos. Cada bloqueio perturba a circulação adequada do sangue, expondo o organismo a diversas doenças.

Os pensamentos do homem penetram no espaço intermolecular do sistema nervoso cerebral [central], e os sentimentos, dentro do espaço interatômico do sistema nervoso simpático [vegetativo]. Esta é a diferença especial entre pensamento e sentimento. Se a pessoa inibe alguns de seus pensamentos e não lhes dá a oportunidade de se realizarem, isso pode causar uma explosão no sistema nervoso cerebral. Se, por outro lado, algum sentimento é tolhido, a explosão é no sistema nervoso simpático. Por isso, para proteger o ser humano da ação desastrosa de forças que estão ocultas nos espaços interatômico e intermolecular de seu sistema nervoso, a ciência oculta aconselha: “Não lute contra seus bons sentimentos e desejos. Não vá contra seus pensamentos sublimes.”

As fases da Lua afetam pessoas de natureza mais sensível. Quando nosso satélite está crescendo, tais indivíduos se sentem inquietos e não conseguem dormir bem. Quando começa a minguar, eles se acalmam. O desassossego na fase crescente da Lua se deve à energia excedente, que afeta o cérebro, os pulmões e o estômago. Como lidar com isso? – É preciso trabalhar conscientemente sobre o próprio desenvolvimento para encontrar um meio de administrar esse excesso.

Certas doenças são causadas pela quantidade excessiva de água no organismo. Se a dose de ferro é demasiada, outros tipos de enfermidade ocorrerão. O exagero de qualquer elemento no corpo causa doenças. Para curá-las, o organismo precisa ser colocado sob grande pressão, um grande fogo que remova os elementos em demasia, que são um obstáculo ao desenvolvimento adequado.

Muitas doenças resultam da pressão da eletricidade ou do magnetismo naturais sobre certos órgãos. Por exemplo, um homem se queixa de dor de cabeça, no coração ou nos pulmões. Essas dores são desencadeadas pela influência da eletricidade atmosférica sobre esses órgãos. É preciso saber transformar a energia excessiva no organismo. Às vezes o magnetismo é maior que o necessário e, em consequência, a pessoa passa por determinados estados doentios. Quando o ser humano estuda seu organismo, torna-se ciente de que muitos de seus estados dolorosos dependem de influências atmosféricas.

Muitas enfermidades se devem à falta de ouro orgânico no sangue. A astenia e a anemia resultam da quantidade insuficiente de ferro em circulação. Uma maneira inflexível de pensar mostra que o sangue está carente de fósforo.

Quanto maior a quantidade de ouro no sangue, mais saudável a pessoa. A insuficiência desse metal é causa de doenças. A fim de aumentar sua dose, leve uma vida limpa e nobre. O ouro é símbolo do Sol, da vitalidade, de saúde e pureza.

Alguns olhos humanos emitem raios de luz especiais, que agem destrutivamente. Uma pessoa com esse tipo de olhar gera infelicidade. Quando ela se vai, quem recebeu seus raios fica doente. Existem também aqueles cujos olhos são portadores de bênçãos para o ambiente: os doentes se curam, os deprimidos se animam. Quem tem olhos maus usa a Luz inadequadamente, ao passo que os de olhar bom a empregam com propriedade.

Muitas de suas moléstias são estados alheios a você, absorvidos por sugestão. Cultive-se conscientemente para não se render a condições que lhe são estrangeiras. Ajude também seu próximo a se livrar de influências estranhas, de sugestões a que ele cede, consciente ou inconscientemente.

Ainda hoje, as pessoas se perguntam por que as doenças aparecem. É uma questão do espírito. É como se você perguntasse por que há pedras sobre os trilhos do trem. São obstáculos. Quem as colocou lá? – Uma pessoa insensata as depositou, e precisa vir alguém esclarecido para removê-las.

Portanto, se um ser humano não entende as leis da Natureza e come um alimento difícil de digerir, venenoso, de quem é a culpa? Ou se alguém mora durante muito tempo em um quarto com gases venenosos sufocantes e seu peito adoece, quem é responsável? Ou se uma pessoa lê apenas livros pessimistas e, em consequência, seu cérebro é preenchido com tais pensamentos deletérios que ela perde o sentido da vida, onde está o defeito?

A saúde depende de três coisas: alimentação, respiração e pensamento. Se você se alimenta, respira ou pensa inadequadamente, suas células se individualizam e você adoece. E vice-versa, o ser humano é saudável quando come, respira e pensa propriamente.

Quando o homem anda pelo verdadeiro caminho da Vida, resolve facilmente todos os seus problemas e não viola as leis da Natureza. Cada transgressão ou divergência leva à doença. O desvio pode ter acontecido anos atrás, mas os efeitos chegam hoje. Quem é capaz de descobrir a causa de sua doença pode curar-se facilmente. Se não encontra a razão, a moléstia permanece.

Cada herpes, cada furúnculo, cada nódulo ou qualquer coisa estranha no corpo mostra que a pessoa está vivendo de modo anormal, não está agindo de acordo com as leis da Natureza Sensível.

Muitos estados doentios refletem as energias e correntes na Natureza. Quando estas ascendem, a dor desaparece.

Assim como a Natureza influencia o homem, também ele a afeta com seus pensamentos e sentimentos.

A acumulação de energia Solar em determinadas partes do corpo gera um estado enfermo para o resto dos órgãos. Em geral, um órgão fica doente quando se desmagnetiza, isto é, quando lhe falta a quantidade necessária de energia. Para curá-lo, o pensamento deve transferir-lhe essa energia.

O ser humano cujas linhas de movimento são desarmônicas está condenado a ficar doente. De modo geral, todas as doenças se devem à exaustão do sistema nervoso.

Observe crianças pequenas, de até seis ou sete anos: seus movimentos são verdadeiros, naturais; mas depois, dos sete aos 14, começam a se tornar artificiais. Em consequência dessa limitação da naturalidade, aparecem as doenças.

Quem não tem harmonia e beleza nos movimentos precisa suportar as consequências negativas desse desconcerto interno.

Esforce-se para que seus olhos, braços e todo o corpo se movam com harmonia. Mantenha-se longe da dissonância nos movimentos, que é estranha e não natural. Evite imitar os outros. Movimentos desarmônicos transtornam o organismo do mesmo modo que a comida ruim e estragada.

Tanto o excesso como a falta de atividade se refletem de modo nocivo sobre o estado físico do homem, assim como sobre suas condições mentais. O organismo é compelido a intensificar as atividades de um órgão à custa de outros a fim de equilibrar as forças que atuam internamente. Em tais casos, um órgão libera mais secreção por determinado período de tempo, neutralizando assim as energias no organismo. Isso se denomina purificação do corpo, que é alcançada através de diferentes enfermidades.

Da perspectiva Divina, os micróbios são vassouras com as quais os Seres Racionais limpam os quintais e casas sujas das pessoas.

Você precisa saber que os micróbios que se introduzem em seu organismo são aqueles para os quais você tem certa predisposição. Eles se tornam seus sócios e começam a sugar-lhe as energias. Sem perceber, você adoece e se torna presa deles. Não é possível a uma bactéria penetrar em seu sangue se você não estiver de acordo com ele.

Ao se deparar com pensamentos nocivos ou experimentar estados negativos, tome cuidado para não os manter muito tempo no organismo, porque eles espalham pelo sangue venenos dos quais você precisa livrar-se. São toxinas semelhantes aos venenos gerados pelos bacilos durante sua reprodução.

De modo geral, as doenças e suas causas aparecem em uma vida humana distorcida e desnaturada. O modo equivocado de viver propicia o desenvolvimento de enfermidades.

Muitas doenças são causadas por um coração e sangue impuros – por exemplo, moléstias venéreas, escrófula, etc. Assim como em instituições bacteriológicas se cultivam diferentes bacilos em condições específicas para propósitos científicos, também na Natureza existem forças ocultas que são perigosas para o organismo humano. Com o coração deturpado, o homem aspira especialmente a essas energias, insere-as em si mesmo e prejudica não apenas seu próprio sangue, mas também o de uma série de gerações depois dele. Essas são as doenças perigosas e incuráveis que corrompem o sangue da humanidade hoje.

O ser humano deve vigiar para não ficar submetido aos micróbios. Assim, eles devorariam apenas o que não é útil ao organismo – e depois disso a pessoa desligaria sua atividade com o pensamento e a vontade. Existe algo mais destrutivo do que bactérias: é o ódio humano.

A única segurança contra os micróbios é um sangue puro. Quando ele é absolutamente cristalino, sem depósitos orgânicos, a pessoa pode resistir a todos

os micróbios. Mesmo se estes entrarem em seu corpo, não encontrarão condições para se reproduzir.

A primeira coisa exigida do homem é purificar o próprio sangue. Isso só é possível se depurarmos nossos pensamentos, sentimentos e ações. Pela respiração profunda, você também limpa o sangue e se livra de muitas doenças. A alimentação inadequada espalha depósitos e impurezas no estômago, que gradualmente envenenam o sangue e geram enfermidades.

O sangue contaminado causa não apenas doenças, como também más condições mentais, humor pessimista e inércia. O homem com o sangue puro se distingue por grande energia e vitalidade.

A hereditariedade existe, mas afeta o homem apenas enquanto ele vive no mundo físico. Quando deixa este plano, sua influência cessa.

A pessoa carrega características herdadas que não lhe pertencem, e deve libertar-se delas. Elas lhe são dadas como tarefa. Enquanto trabalha para transformá-las, o ser humano transforma seu próprio organismo.

As questões humanas são completadas de acordo com a lei da hereditariedade, ao passo que as Divinas se regulam pela lei do Amor.

Quando o pai é mais forte, nascem meninas; quando a força maior é da mãe, ela gera meninos. Se o pai é frágil fisicamente, ele transmite essa fraqueza à filha; ela poderá ser fisicamente fraca pelo lado do pai e inteligente pelo lado da mãe. Quando o pai é saudável, a filha terá um corpo saudável. Se a mãe não é muito inteligente, a filha também não o será. Quando uma família se forma, as leis da Natureza Sensível devem ser respeitadas.

Seres de diversos níveis de desenvolvimento se ocultam em cada doença – fortes e fracos, bons e maus. A maioria deles é má, com baixo nível de cultura. Embora muitas pessoas possam considerar isso uma falácia, pois não é uma explicação científica, afirmo que, por trás de cada enfermidade, há seres encobertos, cujo nível de desenvolvimento espiritual é inferior.

Existem seres invisíveis cujo interesse é despertar as energias no homem a fim de atraí-las para si. Quando um ser humano se encoleriza, eles usam essa energia dele e o enfraquecem. Eu vejo o modo como eles vêm: chegam em bando, sentam-se ao redor da pessoa e começam a sugerir-lhe pensamentos negativos, até conseguir colocá-la em um humor negativo. Quando atingem o objetivo, eles se afastam e observam o que ela faz.

Alguns males, assim como pensamentos e desejos ruins que você tem, são causados por certos mamíferos. Para se livrar desses sofrimentos, seja compassivo com os animais. O rancor de um cachorro pode ter tanta influência como o de um homem. Não imagine os animais como fracos; não, eles podem ser perigosos.

Construa a seu redor uma aura poderosa, com pensamentos e sentimentos saudáveis, e não se submeta a influências negativas. Evite apertar a mão de pessoas que não conhece, ou abraçá-las e beijá-las. Não precisa ter medo, mas seja cuidadoso. Cada um tem em si energias positivas e negativas com as quais precisa lidar. Assim como a eletricidade é transferida por influência, o mesmo acontece com muitas moléstias.

Algumas doenças originam-se em maldições do passado. Quem causa mal, injustiça ou prejuízo a outra pessoa recebe de volta sua insatisfação e um efeito 'mágico', que cria desarmonia no organismo e o predispõe a adoecer. Qualquer

desejo que você dirija ao próximo, bom ou mau, em última análise o atingirá. O pensamento é poderoso.

As doenças das quais as pessoas sofrem hoje não apareceram neste momento. Seu cerne está oculto no homem e espera pela menor ocasião para se manifestar.

Se deseja livrar-se de enfermidades e indisposições, volte-se para seu passado, em que está encerrada a causa. Quando a descobrir e eliminar, ficará livre dos efeitos.

Lembre-se de que cada enfermidade é o resultado de um crime cometido no passado ou no presente. Por não saber disso, os médicos acreditam que podem fazer face às doenças. Entretanto, em vez de diminuir, elas aumentam. Quanto tempo isso continuará? – Até que as pessoas se conscientizem de que precisam procurar a causa da moléstia em si mesmas – e removê-la.

Existem doenças orgânicas cuja origem está oculta em algum lugar no passado do ser humano. Quando uma delas se instala firmemente no corpo astral, penetra gradualmente em seu pensamento e, a partir daí, no corpo físico. Para ser curada, precisa ser extirpada da mente. Um sentimento de amargura, um pensamento contraditório causa doenças físicas. Quando o agente é eliminado, a doença desaparece.

Do ponto de vista mental, qualquer doença se deve à desarmonia entre o sistema nervoso simpático [vegetativo] e o cerebral [central]. O sistema nervoso simpático relaciona-se com a digestão e a respiração. Só pode ser saudável quem pensa, sente e atua com propriedade. A saúde depende desses três determinantes – pensamento, sentimento e ação sadios. Onde existe Amor, não há doença.

A má disposição é como uma infecção que ataca o organismo. Se você ocupa o pensamento com as indisposições das pessoas, isto é, com o veneno emanado delas, está se destruindo conscientemente.

Um problema básico e importante da Vida é a respiração. É necessário respirar ao mesmo tempo com os pulmões e a pele. Você se pergunta: “Por que estou doente?” Porque não absorveu o ar que a Natureza lhe forneceu. Fazê-lo significa extrair dele a energia necessária tanto para você como para a Natureza. Todas as criaturas estão conectadas em um todo, como as células de um organismo.

Uma das causas da doença é a preguiça. A pessoa indolente come mais do que o necessário – um crime que prejudica seu corpo.

Do ponto de vista oculto, as doenças se originam de investimentos de outros que você armazenou em seu organismo de modo ilegal. Um dia os proprietários virão para retomá-los à força. Aí, você começará a ficar doente. O que é a enfermidade? – O empobrecimento do rico.

Se existe desacordo entre o homem e a mulher, os filhos sofrerão indisposições. Quando a mãe e o pai vivem em harmonia, as crianças são saudáveis e bem-educadas.

O que causa a doença? Ar insalubre, água impura e má alimentação. Para ter saúde, busque pureza no ar que respira, na água que bebe e nos alimentos que ingere; estes devem também ser de fácil digestão e não se deve comer em excesso.

As pessoas de hoje adoecem por causa da pressão, estresse e medo constantes. Atualmente não existe uma única pessoa sem problemas na Terra. Acordado ou dormindo, o homem está sob constante pavor.

Cada preocupação limita os sentimentos do ser humano e perturba-lhe a circulação sanguínea. Quem se preocupa demais adoece facilmente e pode ser acometido de paralisia.

As energias no cérebro precisam ser distribuídas adequadamente. Pode acontecer de afluir mais sangue para determinados centros; se não consegue fazer face a esse acúmulo, a pessoa fica doente.

À medida que envelhece, o ser humano armazena gordura, gerando no organismo depósitos que causam doenças. As gorduras devem passar pelo fogo digestivo para que o organismo se purifique.

A doença se deve a certas insuficiências. Por exemplo, a anemia resulta da quantidade deficiente de corpúsculos no sangue. Do número de glóbulos depende a energia vital.

Qual é a razão para a doença? A ausência de determinadas cores. Quando faltam ao ser humano a cor vermelha do Amor, o amarelo da Sabedoria e o azul da Verdade, ele adoece. Portanto, distribua essas cores no seu organismo, assim como na mente, isto é, na vida emocional e mental.

A má conduta das pessoas em relação aos animais é a causa de muitas enfermidades. Seja cuidadoso e delicado com eles.

O homem é um ser em duas partes. Do umbigo para baixo, é um ser físico e, daí para cima, mental. Enquanto as duas naturezas estão equilibradas, ele permanece inteiramente normal. Se a harmonia é perturbada, ocorre uma anormalidade e, em consequência, aparecem dores: de cabeça, de estômago, etc. Elas são um sintoma de que a pessoa violou o equilíbrio entre suas energias físicas e mentais.

Se você não inspira e expira adequadamente, não consegue fazer uso de um ar limpo. Se não respira com propriedade e seu cérebro não assimila bem as energias do ar, está condenado à doença.

Qual é a causa das enfermidades? A principal é a desarmonia entre o corpo físico e seu duplo.

Se você observar a palma da mão como um clarividente, perceberá uma palma de luz que se move, que é o duplo da mão física. Enquanto ele funciona adequadamente, a mão física se mantém normal. Se o duplo se distorce, a mão física ficará incapacitada. Não apenas a mão, mas também o corpo do homem tem seu duplo. Se este se separa prematuramente, de maneira completa ou parcial, resultam lesões e doenças. A separação precipitada do duplo se deve à assimilação incorreta das energias da Natureza pelas mãos e pés.

O homem recebe a energia mental do espaço, o que o distingue dos animais, que absorvem energia principalmente da Terra, pelas quatro patas. O homem a assimila pelos pés, mãos e cabeça. É uma bênção ter os braços livres da influência da Terra.

As doenças e estados doentios são causados pela falta de música e harmonia. Quando o ser humano perde a inclinação musical, ele adoece, fica triste, e a vida perde o significado.

Estude as leis da transferência de energia de um órgão para outro. Todas as doenças se devem à distribuição desigual de energia no organismo, que causa a circulação inadequada do sangue.

Quando não há concentração, as pessoas caem doentes com facilidade, porque têm medo. A concentração intensa da mente expulsa o medo.

Modernamente, as pessoas sofrem de diferentes moléstias. É raro encontrar alguém saudável. A causa é o bloqueio dos poros: onde ele acontece, aparecerá a doença. O organismo não tolera impurezas nem substâncias que lhe são alheias. Se essas sujeiras se acumulam em qualquer parte, vem a enfermidade, como um meio de libertar o organismo do que não lhe pertence. Se ocorre um impedimento em algum dos canais da coluna vertebral, perde-se a vivacidade. A medula espinal tem a capacidade de absorver o prana ou energia vital do ar e enviá-lo a todo o organismo.

Às vezes você sente o estômago pesado, mas não sabe a causa. Se conhecesse as funções do sistema nervoso simpático [autônomo ou vegetativo], compreenderia que o peso vem dali, está ligado a seus sentimentos. Você ingeriu algum alimento cujas vibrações não estão de acordo com o sistema nervoso simpático, o que provoca desarmonia. Quando o estado doentio se vai, aparece uma indisposição mental. A dor foi transferida para a cabeça, gerando pressão. Por isso, seja bastante cuidadoso com a nutrição e estude o tipo de alimento de que necessita.

Muitos sofrimentos das pessoas de hoje devem-se à alimentação inadequada e realizada sem participação do pensamento. Enquanto come, fique atento ao que está ingerindo. Alimente-se e agradeça. O ser humano sadio se distingue pela continuidade dos processos. Nele, o pensamento, a respiração e a alimentação estão interconectados. Sem conhecer o significado desses três processos, a Vida se torna incompreensível.

Comer ou respirar sem a participação do pensamento é insalubre. Do mesmo modo como o pensamento, os sentimentos e as ações são inextricavelmente ligados, assim também devem relacionar-se os atos de pensar, respirar e nutrir-se.

Existe no ser humano um elemento grosseiro que deveria ser afastado. Ele encurta a vida, provoca doenças, e priva a pessoa de sua força. É o princípio masculino inferior, distinto do masculino superior – a Sabedoria. O princípio inferior está presente naqueles que apreciam o poder, que desejam dominar e controlar os outros. Quem faz isso receberá o mesmo tratamento.

Às vezes, ao bloquear dentro de si um desejo inferior, a pessoa sente um grande choque. Se ela não abre um caminho para o desejo, certamente se deparará com o desastre. Se abrir caminho para ele, a energia interatômica acumulada passará através dos espaços intermoleculares. O travamento dessa energia no espaço intermolecular é acompanhado de uma grande explosão. Esta é a causa da morte súbita de algumas pessoas.

Quando a planta se desenvolve bem, a energia e a seiva das raízes vão para cima, para os ramos, e a dos galhos desce até a raiz. Esta troca estimula o crescimento e expansão do vegetal. Tal intercâmbio tem lugar também no homem. As energias de sua vida física são transferidas para a espiritual, e as da vida espiritual se transmitem para o físico – promovendo a permuta e transformação adequadas. As energias inferiores precisam subir para a vida superior e ser processadas lá. Assim trabalhadas, elas voltam para baixo e elevam a vida inferior. Durante esses dois processos, descobre-se o significado da Vida real.

A degeneração sugere um estado anormal do organismo humano, em que essa transferência mútua é inadequada. É por isso que, se uma pessoa não sabe como transformar a energia de seus desejos inferiores, ela pode adoecer. A enfermidade afetar a seus sentimentos e sua vida espiritual. É necessário estudar a anatomia e a fisiologia tanto do corpo físico, como do astral.

De modo algum comprometa sua pureza. Enquanto se mantém límpido, todas as fontes de sua vida fluem regularmente. Quando perde esse estado cristalino, os canais de sua vida são bloqueados, privando-o de força e saúde; você começa a sofrer e a se irritar, deixa de ser livre, passa a depender da ajuda de outros, e assim por diante. Quem deseja ser saudável deve ser puro.

A causa da doença é a má disposição de espírito. Cada estado de ânimo negativo espalha depósitos, excessos e substâncias inativas no organismo, e a pessoa adocece. As forças da inércia, os sedimentos e precipitações precisam ser assimilados de algum modo. Por isso a Natureza permite o aparecimento da enfermidade como método de cura. A doença não é uma punição; é um estímulo, um impulsionador, que leva o homem a eliminar as impurezas de seu organismo.

Se você sente dor de cabeça ou de estômago, se suas costas padecem, se tem problemas nos batimentos cardíacos ou angina, a causa é clara: não está no coração ou na cabeça, mas em outro lugar. Sua vida está em desacordo com as grandiosas leis que regem o Ser, as normas que ordenam a Vida Sensível. Quando a cabeça não está alinhada com as correntes da mente, surge a dor de cabeça. Caso o estômago não esteja em sintonia com os fluxos da digestão, ele sofre. Isso mostra que existe um poder racional na Natureza, que age de diferentes modos. Os hindus o chamam de *tattvas* – palavra sânscrita para a energia vital que penetra todo o espaço e é o fundamento do movimento dos corpos celestes e a razão da Vida no Universo. O prana é uma modificação da energia *tattvas*. E *pranayama* é o modo científico de usar essa energia viva.

Não permita que o cérebro perca o magnetismo. Diante de um choque muito grande – seja de natureza mental, emocional ou física –, ele pode ficar sem força vital.

Muitas pessoas me procuram para curá-las, querendo saber por que foram acometidas pela doença. A origem é a ignorância.

Para satisfazer a lei de Deus, dedique a si mesmo no máximo metade do seu tempo, e pense nas pessoas próximas os outros cinquenta por cento. Não se negligencie, mas também não se descuide de seus irmãos. O descumprimento dessa lei gera a doença.

Há no ser humano dois sistemas. O primeiro, que se localiza em cima, na cabeça, é dinâmico; o outro é o sistema nervoso simpático [vegetativo ou autônomo], onde estão as raízes da Vida. Um se liga ao Sol, o outro à Terra. O Sol tem um efeito benéfico sobre nós.

A Terra às vezes passa através de certas esferas, no espaço, que a influenciam desfavoravelmente, causando perturbações. Isso frequentemente afeta as pessoas e provoca doenças epidêmicas, às vezes levando milhares à morte.

A ciência oculta afirma que, milhões de anos atrás, o efeito da Terra sobre o homem foi tão nocivo que a humanidade esteve a ponto de perecer totalmente, de perder o caminho.

A que se deve a neurastenia? A uma vida humana não natural, privada do elemento Divino. De modo geral, quando falta ao homem algo essencial, ele se torna neurastênico.

Por meio do autocontrole, o ser humano assimila o excesso de energia em seu organismo. O neurastênico não o consegue, e então a energia se dispersa e vaza para fora. A neurastenia é causada por fendas no sistema nervoso, através das

quais a energia escorre. Para se libertar dessa enfermidade, é preciso fazer cessar o desperdício de energia nervosa.

Muitas pessoas hoje sofrem de neurastenia. Por quê? – Perderam muito de sua energia, de sua vitalidade; em consequência, aparece uma rachadura no sistema nervoso. Com isso, o magnetismo que as revigoraria e a eletricidade, doadora de vida, jorram para o exterior e elas sentem uma fraqueza, um desfalecimento interno.

Alguns seres humanos são nervosos por causa do bloqueio da Luz neles. Por terem fechado o caminho da Luz, gera-se neles uma eletricidade interna, que os torna secos, fracos, finos como um torno, muito nervosos e impacientes.

De modo geral, a doença surge quando a eletricidade e o magnetismo não fluem adequadamente no organismo. Se você não consegue administrar as energias elétricas em seu corpo, fica neurastênico.

A neurastenia se deve à desarmonia nos sentimentos.

Uma pessoa que não consegue satisfazer seus desejos e sentimentos torna-se neurastênica. O impedimento à realização de seus esforços e anseios é o motivo. Remova a barreira de seu caminho e a enfermidade desaparecerá.

Calor e Luz, criados pelos pensamentos e sentimentos humanos, afetam o organismo de modo favorável ou destrutivo, dependendo de suas vibrações. Quanto mais altas e múltiplas elas são, mais benéficas. Muitas pessoas se tornam neurastênicas por causa do calor que certos sentimentos geram na parte posterior do cérebro. Esse calor afeta negativamente também os sistemas digestivo e respiratório. A cura se dá pela transformação energética do calor em magnetismo, que aumenta a energia vital. Existem médicos-magnetizadores, que libertam o doente do calor nocivo. Mas o curador precisa estar em boa disposição – adquirida por meio de seus bons pensamentos e sentimentos –, a fim de transmiti-la ao doente.

A neurastenia é simplesmente o resultado do funcionamento irregular dos vasos capilares, que provoca grande acumulação de eletricidade no sistema nervoso. Como se ajudar nesse caso? Desligando as chaves do sistema para impedir a entrada de eletricidade.

Atualmente todos querem desenvolver-se rapidamente, aprender tudo de uma vez. Não suspeitam dos perigos acarretados por essa velocidade. A própria neurastenia, tão difundida, é como um descarrilamento do caminho reto da Vida. Muitas doenças se devem à tentativa de conseguir um progresso prematuro.

Hoje há tanta gente neurastênica por causa da raiva. Tente barrar sua ira se quer curar-se. Como? – Usando a vontade.

Quando uma pessoa fica com raiva, excitada, quando se irrita, a vesícula biliar é prejudicada, o que desencadeia o aparecimento de diversas desordens. Para transformar os sentimentos e assimilar as secreções desse órgão, consuma alimentos de sabor agradável, frutas por exemplo.

Quando a atividade mental se intensifica, a do corpo decresce. Por esta razão muitas pessoas hoje são tão nervosas. Quanto maior a atividade da mente, mais fraco fisicamente é o ser humano. Para não exaurir o sistema nervoso, parte das energias mentais deve ser transferida ao coração: se ele é estimulado, o organismo adquire poder. A energia do organismo resulta da soma da mente e do coração.

Às vezes as correntes elétrica e magnética do organismo fluem perpendicularmente à coluna vertebral, o que causa um choque no cérebro. Observa-se esse fenômeno em pessoas que pisam com muita força ao andar. Seus calçados se desgastam nos calcanhares, e elas são neurastênicas.

A que se deve a neurastenia? À exteriorização do duplo [etéreo]. Ele se mantém frequentemente um a dois centímetros para fora, e às vezes mais. Quando sai mais que o necessário, a pessoa fica muito impaciente. Para não se encolerizar, ela precisa construir uma couraça mental – a suavidade. É por isso que, quanto mais sensível a pessoa se torna, mais branda deve ser sua linguagem.

O ser humano de hoje se queixa de perturbação do espírito, de exaustão, de nervosismo. O que causa esses estados mentais? – O excesso de desejos.

Atualmente as pessoas são muito nervosas, mas isso apenas reflete o aumento de sua energia – que precisa ser transformada e transferida para um estado superior de matéria.

Uma das causas da neurastenia é a ligação frágil entre a energia solar e o organismo humano. Ao fortalecer esse elo, você se cura. Quem está em contato com o Sol leva uma vida boa, sábia e ética.

Ainda hoje o ser humano não sabe como caminhar adequadamente. Ao andar, ele sacode o corpo, o que provoca uma concussão da coluna vertebral. Esse abalo é transmitido ao cérebro e, a partir dele, a todo o sistema nervoso. Depois, as pessoas se perguntam por que ficam nervosas...

Quem caminha oscilando da esquerda para a direita não tem harmonia entre a mente e o coração, entre pensamentos e sentimentos – do que resulta a neurastenia.

A vida de hoje se caracteriza por grande intensidade; disso se originam as doenças nervosas. Como as pessoas não compreendem as leis, a intensidade, essa enorme agitação e veemência produz o resultado oposto: ocorre um bloqueio, que afeta a mente e o coração.

Quem quer viver muito intensamente, quem deseja demais, envelhece rapidamente. Quem cresce aceleradamente envelhece com igual velocidade; esse envelhecimento precoce causa um empobrecimento. Esta é a lei da natureza.

Se há insuficiência de água no organismo, o ser humano fica nervoso e seco. Ele começa a se irritar, torna-se rude e pronto a brigar com todo o mundo. O que fazer? – Tome água quente. Apanhe um copo de água quente e beba uma colher de cada vez. Observe quantas colheradas são necessárias para que você se acalme. Se não tiver água quente, faça a experiência com água fria.

O calor do cérebro deve ser constante. É perigoso elevar a temperatura interna – dessa elevação resultam diferentes estados doentes que a Medicina classifica como desordens cerebrais. Mesmo o menor aumento de temperatura afeta dolorosamente o estômago, os pulmões, as glândulas e outros órgãos; prejudica o sistema nervoso e o organismo inteiro. Esta é a causa da neurastenia. Como lidar com essa temperatura alta? – Com o pensamento. O pensamento adequado diminui gradualmente a temperatura do cérebro, até chegar ao normal.

Quando o sangue não é corretamente distribuído ao longo de todo o organismo, ocorre uma série de estímulos nervosos. Os estados desarmônicos do sistema cerebral – e, conseqüentemente, muitas doenças – são causados por essa distribuição desigual.

Portanto, trabalhe conscientemente sobre si mesmo para controlar a circulação do sangue e sua distribuição apropriada e uniforme para todo o organismo. Quando o sangue chega à cabeça, esteja vigilante e dirija-o principalmente para a parte da frente do cérebro. Quando se sentir agitado ou raivoso, retire o excesso de sangue dos centros cerebrais que causaram esse estado e direcione-o para os centros que estão com falta.

Lembre-se de que os distúrbios do fígado causam muitas doenças. A neurastenia [neurose] é uma delas. Corrija o órgão a fim de ajustar seu pensamento. Suas desordens afetam as capacidades mentais e os sentimentos humanos, assim como suas atividades espirituais. Ao me referir ao fígado, estou falando das funções do mundo inferior do ser humano. Os sentimentos inferiores atuam nesse órgão como cupins que devoram tudo.

Se você é nervoso hoje, isso se deve à enorme quantidade de ácido carbônico que inspiramos e expiramos no ar, e que quase envenena nosso organismo.

Uma disfunção do sistema nervoso pode originar-se de excesso de trabalho. A tensão demasiada pode ser causada por dois desejos contrários. Às vezes você passa eletricidade demais através do sistema nervoso, e seus nervos se enfraquecem.

É preciso conhecer a resistência de seu sistema nervoso; do contrário, podem aparecer fendas nele, o que gera um derramamento de energia nervosa.

Você pergunta o que causa os desastres da vida. Uma das principais razões é a extinção indiscriminada dos mamíferos, o homicídio indiferenciado de pessoas. Quando as almas dos assassinados chegam ao mundo astral, elas criam condições para doenças e distúrbios mentais. Uma pessoa má que foi morta movimenta-se livremente entre pessoas de caráter fraco e induz nelas sentimentos de vingança.

Em nenhum outro país no mundo há tanta neurastenia quanto nos Estados Unidos. A causa é o desmatamento dos pinheiros.

Se duas energias negativas ou duas positivas penetram ao mesmo tempo no organismo de um ser humano, ele pode ficar louco. A loucura não passa de uma interrupção das correntes vitais do organismo. Esse colapso se deve à saída do duplo etéreo. Quando este abandona a pessoa, ela passa a viver quase em estado animal: só se interessa por comer, beber, e não se preocupa com nada. Sabendo disso, cuidem-se para não se assustarem um ao outro durante o sono. Quando a pessoa dorme, seu duplo vai para o espaço, mantendo-se conectado ao corpo por um filamento. Quando você acorda uma pessoa e ela se alarma, o duplo não consegue voltar para o corpo, e pode entrelaçar-se com outros no espaço. Se a pessoa não souber como desembaraçar o seu duplo, ela enlouquece.

As pessoas ficam mentalmente doentes quando penetra em sua mente um pensamento contrário àquele ao qual estão presas.

A cisão da mente causa doenças e infelicidade, incluindo a insanidade.

A origem da loucura nas pessoas de hoje está em suas vidas passadas. Nesta vida apenas ocorre um gatilho que desencadeia a demência, mas a causa está oculta dentro delas.

Muitas vezes, o medo e o terror geram o colapso da mente. Isso ocorre sempre que o duplo sai do corpo. A fim de que ele volte, alguns movimentos de energia devem ser feitos ao longo da coluna vertebral da pessoa.

A enfermidade mental é gerada quando as duas partes do cérebro estão na mesma polaridade, positiva ou negativa. No estado normal, em um dos hemisférios cerebrais deve fluir energia positiva, e no outro, negativa. Quando a pessoa fica áspera demais, isto é, altamente elétrica, ela deve introduzir certa suavidade no hemisfério esquerdo, ou seja, magnetismo. Se colocar sua mão sobre a cabeça de uma pessoa saudável, você sentirá duas correntes – uma tépida, a outra fria. Mas se fizer o mesmo na cabeça de alguém instável, perceberá apenas a corrente quente. Para se ajudar, peça a um amigo sadio que ponha a mão dele sobre sua cabeça e regule as energias de seu cérebro.

Quando transtornada ou desequilibrada, a pessoa pode socorrer-se usando apenas o pensamento. As energias da Natureza só conseguem influenciar o homem quando seu pensamento é concentrado. Para ser bem-sucedido em tudo, é preciso ter uma fé perfeita.

Qual é a causa da dor de cabeça? A presença de dois pensamentos contrários, mas iguais quanto à sua natureza.

O fluxo centrífugo de energia é chamado pela ciência de desmagnetizador. Muitas doenças modernas se devem a ele. A cefaleia, por exemplo, deriva ou da acumulação no cérebro de uma energia que não pode ser investida, ou da falta de energia no estômago. Isso mostra que há certa conexão entre os dois órgãos. Sabendo disso, a pessoa deve regular as energias de seu organismo através da conexão com a Mente Cósmica. Apenas desse modo é possível curar-se adequadamente.

A energia da Natureza vem principalmente de duas fontes – do centro do Sol e do centro da Terra. Predomina na Natureza a que vem do Sol – que é positiva. Quando a energia solar é recebida principalmente na cabeça, o cérebro se torna mais ativo. Se o estômago absorve maior quantidade, ele é estimulado, e então o cérebro se desmagnetiza e enfraquece, sobrevivendo a dor de cabeça. Por isso, o excesso de energia no estômago deve ser redirecionado para o cérebro. Certos exercícios de ginástica oculta permitem a distribuição equitativa de energia para todas as partes do corpo.

Por que acontece a cefaleia? Por causa da ingestão de um alimento difícil de digerir, que deixa resíduos no estômago. Com isso, este órgão não consegue se purificar adequadamente, e resulta a dor, além do mau cheiro exalado pelo estômago e pela boca.

Sofremos de cefalalgia pela acumulação de energia cósmica no cérebro.

A causa da dor de cabeça está nos intestinos, delgado e grosso. Se eles não funcionam bem, o estômago também não o consegue. Se o estômago está mal, surge a cefaleia. Para administrar essa dor, primeiro ponha as pernas na água quente, e então purifique os intestinos. Se aliviar os intestinos e o estômago, a dor de cabeça cessará.

A cefaleia é causada por pensamentos contraditórios, e a dor de estômago, por duas emoções que não combinam. A tuberculose é gerada pelo conflito entre pensamentos e sentimentos que colidem.

A tuberculose é uma doença das emoções. O pensamento reto purifica o coração dos sentimentos venenosos e nocivos, que diminuem a imunidade dos pulmões, levando-os a sucumbir facilmente ao bacilo da tuberculose. É por isso que se recomenda ao ser humano que se alimente de pensamentos de luz e sentimentos nobres. Quando os jovens se decepcionam com o/a namorado/a, estão criadas as condições para o aparecimento de uma desordem nervosa ou da tuberculose.

As pessoas hoje sofrem de diferentes doenças e, desconhecendo-lhes a causa, não conseguem curá-las. A origem está na mente. Por exemplo, o que gera um tumor é a distorção dos atos de Amor. Quando há cobiça, certo número de células se diferencia e quer viver de modo independente, sem obedecer à lei comum do organismo. Assim, elas criam seu próprio alojamento, formando um estado novo, com um governo autônomo. E assim trabalham durante dias, meses e anos, até que os médicos vêm com sua artilharia contra esses sujeitos desobedientes e começam a bombardeá-los. Às vezes eles têm êxito e conseguem expulsar as células rebeldes, mas há ocasiões em que aparecem complicações e isso envia o paciente para o além. Existe um meio de tratar o tumor através do enxerto, do mesmo modo como se faz em árvores frutíferas, para que as seivas ascendam. Quando as energias do organismo vivo são travadas, aparece no lugar do bloqueio um edema, que os médicos chamam de tumor. Quem compreende as leis do enxerto pode dirigir suas energias por este ou aquele caminho, mesmo através do inchaço. Se elas conseguirem fluir por ali, o edema desaparecerá totalmente. Então, se as novas células conseguirem obter o fluido vital daquelas que formaram o tumor, este perderá a possibilidade de se desenvolver e será completamente eliminado.

A pessoa é saudável quando todos os seus órgãos rejuvenescem ao mesmo tempo. Quando um se desenvolve a expensas dos outros, ela adocece. Isso explica a aparição de tumores em diferentes partes do corpo humano.

As doenças resultam de uma anormalidade no mundo mental ou emocional. Algumas células se tornam fortemente individualizadas, e iniciam uma vida separada do resto do organismo. Outras vezes, determinadas células rejuvenescem enquanto outras envelhecem. Aquelas que se renovam guardam os nutrientes só para si mesmas, a fim de se alimentar, crescer e se desenvolver, e não deixam nada para as outras – conseqüentemente, os órgãos que têm essas células adoecem. As células jovens começam a organizar banquetes no organismo e aumentam rapidamente em número e tamanho. Nesse lugar aparece um grande crescimento, ao qual a medicina dá o nome geral de tumor.

Quando um órgão se desenvolve melhor que os outros, está sendo criado um estado doentio. A Natureza não tolera tal situação. Ela não permite que a estrutura de suas formas seja alterada.

Que espécie de doença é o câncer, e qual é sua causa? Ele vem da contradição entre sentimentos. Se a pessoa começa a ter uma vida imoral, certamente ficará com câncer.

Os seres humanos frequentemente contraem câncer por causa da avidez por dinheiro e riquezas. As células de alguns órgãos se individualizam, tornam-se independentes e não se submetem a seu senhor.

Do que depende a vista? Da clareza e intensidade dos pensamentos. Quanto mais lúcidos e vivos eles são, melhor a visão. Se o pensamento é penetrado por inquietação e sentimentos distorcidos, esse órgão do sentido se enfraquece. Quando sentimentos perturbadores e desvirtuados se entranham no pensamento, a vista se torna embaçada. Tais sentimentos endurecem os nervos, que perdem a flexibilidade. Quanto mais rígidos eles se tornam, maior a dificuldade de reagir às vibrações da luz. Para não enfraquecer a vista, evite a excitação sensual.

Duas razões levam os olhos a se tornarem baços: as preocupações e o pensamento errôneo.

Por que o ser humano fica cego? Porque não vive de acordo com as leis da Natureza Senciente [= sensível e consciente]. Quando ele se preocupa demais, a inquietação primeiro perturba o sistema digestivo, depois passa aos pulmões, daí para o cérebro e para o nervo ocular. Se este nervo se debilita, a pessoa começa gradualmente a perder a visão. Para recobrá-la é necessário restaurar as condições normais dos órgãos: primeiro o cérebro, então os pulmões e finalmente o estômago, de onde veio o transtorno. É preciso descobrir a causa da desordem e aboli-la.

Os olhos são frequentemente prejudicados pela ingestão de um alimento que intoxica o sangue, que, por sua vez, causa dano à vista, às vezes a ponto de demandar uma cirurgia.

Os olhos ficam turvos quando não exercitados. Muitas pessoas não os usam como deveriam. Quando você olha algo, não movimente a cabeça para um lado ou outro, mas apenas os olhos. Mova os olhos para cima, para baixo, para os lados, na direção do objeto que está focalizando.

A luz nutre e desenvolve os olhos. Ao recebê-la, eles a dirigem para o cérebro, que se alimenta dela e se desenvolve bem.

A vista se torna embaçada por certas razões: luz muito intensa, medo, sentimentos negativos e emoções fortes.

Se uma pessoa está constantemente preocupada, se mantém na mente e no coração pensamentos e sentimentos sempre iguais, sua vista não poderá ser cristalina. Pessoas que choram muito e vivenciam grandes aborrecimentos e transtornos têm olhos fracos.

Se seu coração tem problemas de pulsação, isso revela uma cisão, uma contradição em seus sentimentos. Elimine-a e a pulsação se normalizará.

A circulação imprópria do sangue se deve ao pensamento inadequado.

Uma das causas da arteriosclerose é a avidez. Se a pessoa distribuir todas as suas riquezas, a doença a deixará.

Quando um ser humano venera a própria mente e deseja adquirir o máximo de conhecimento possível, seu estômago adoece. Quando cultua o estômago, é a cabeça que se torna enferma. Portanto, entre o estômago e a cabeça existe certa relação.

A causa de todas as úlceras gástricas é a mentira. Ela altera os elementos químicos do sangue e os tecidos do organismo. Como explicar essa mudança? – Pelo temor. Quando conta uma mentira, a pessoa começa a temer e o medo causa uma contração dos vasos sanguíneos, assim como dos tecidos.

Os dentes precisam ser sadios. Mesmo que você tenha 120 anos, seus dentes precisam ser saudáveis e manter-se enfileirados como as telhas de um teto. Eles se arruínam e caem precocemente por causa da vida de uma série de gerações passadas, cujo modo de viver danificou as gengivas.

A constipação se deve à falta de água no sangue. A dor torácica, à insuficiência de Calor das emoções. Quando a pessoa tem sentimentos cálidos, os braços e todo o seu corpo são quentes, e ela se sente bem.

Os distúrbios do fígado estão ocultos em outra parte. A pessoa se alimentou quando estava muito atormentada, em um estado negativo da mente ou dos sentimentos. Ela se deita, se levanta, come e caminha, mas pensa de maneira pessimista a respeito de tudo. Ela diz: “Nada vai resultar disso”.

A dor aguda, em qualquer parte do corpo, é causada pela contração dos vasos capilares. Quando isso acontece no peito, a eletricidade do organismo, portadora de luz, não pode atuar bem em todo o corpo. Então, ela é armazenada em certas regiões, como o vapor de água em uma caldeira a vapor, e gera dores agudas nesses lugares. Em termos científicos, essas dores são cargas elétricas. Muitas vezes a eletricidade da atmosfera se combina com a do organismo humano e se dá uma pequena explosão, que causa dor. O que fazer para aliviá-la? – Forneça calor ao organismo. Ou seja, transforme o estado de seus sentimentos; ao fazê-lo, você envia mais sangue à parte dolorida. O ser humano pode curar a si mesmo com um pensamento vigoroso, com sentimentos positivos e elevados, e também com água quente.

O resfriado acontece quando o organismo absorve um tipo particular de energia, que não está em harmonia com ele. Para transformá-la, é necessário procurar ajuda externa.

Se você fica resfriado ou com o nariz escorrendo, tente descobrir a causa da doença. Verá que o problema é a presença de energias predominantemente negativas no organismo. Você não tem escolha a não ser transformá-las em positivas. A energia negativa é um convidado indesejado, do qual você deve livrar-se.

O que faz o nariz escorrer é a respiração sem profundidade. Esse modo de respirar está distorcido, não é rítmico e, em consequência, não entra ar suficiente. Se você regular a respiração, o nariz será curado. Isso é um aviso da Natureza de que é preciso trabalhar. Quando a pessoa não leva em conta a advertência, a Natureza envia-lhe febre.

A tosse é sintoma de certa desarmonia nos pensamentos do Mundo Mental. Durante uma epidemia de tosse, sempre existe alguma desarmonia geral – não o pecado de um homem, mas um crime comum a todos. Então as naturezas mais fracas contraem tosse. O mal precisa sair por algum lugar – ele é eliminado através daqueles que estão doentes.

A tosse resulta da desmagnetização parcial ou total do organismo. Se um órgão adocece, ele fica desmagnetizado. Isso pode acontecer com a garganta, com os pulmões ou com o corpo inteiro. Então sentimos fraqueza e o magnetismo precisa ser restaurado. Naturalmente, a excessiva intensidade das condições atuais da vida cria condições propícias ao adoecimento.

O frio nos membros se deve ao sangue impuro. Esse estado produz eletricidade, ao passo que o sangue puro gera magnetismo. A eletricidade provoca frio, e o magnetismo, calor.

Tanto a eletricidade celeste como a terrena têm polaridade positiva. Esta eletricidade é mantida ao longo da superfície da Terra, mas, como nosso organismo é positivo, com tempo nublado a maioria das pessoas apanha resfriado. A atmosfera inteira está cheia de eletricidade, que em geral esfria, é condutora de frio. Nesse caso, nosso organismo não está suficientemente magnético para transformar a umidade; está positivo, de modo que se inicia uma contradição e nos resfriamos.

A pessoa contrai reumatismo e começa a procurar médicos para se curar. Tudo bem, mas, antes de se voltar para os profissionais, busque em seu passado os motivos da doença. Descobrirá que, quando seu avô tinha 60 anos, ficou com reumatismo. E que sua avó apanhou a mesma doença quando tinha 50 anos. Finalmente, verá que sua mãe, aos 45, também ficou reumática. De acordo com a

mesma linha – masculina ou feminina –, na mesma idade você desenvolverá a mesma enfermidade. Ao encontrar a causa de seu reumatismo, volte ao tempo em que sua avó, por exemplo, adoeceu, e procure a razão da doença dela. Perceberá que a causa são determinados pensamentos e sentimentos inadequados; tente achar um meio de removê-los de seu subconsciente por sugestão. Quando se libertar desses pensamentos e sentimentos, o reumatismo desaparecerá.

Aprenda a diferenciar as manifestações de espécies distintas de matéria – sólida, líquida, gasosa e luz – e a lidar com elas. Por exemplo, se você não sabe como administrar a matéria sólida, não pode curar as doenças geradas por ela. O reumatismo se origina de partículas duras armazenadas ao redor das articulações – é causado pela insatisfação. Sabendo disso, procure sentir-se satisfeito com a situação de sua vida. Se lhe falta algo, você o adquirirá com o tempo. Permaneça puro de mente e coração, seja saudável, mantenha boa disposição. O sangue limpo depende de pensamentos e sentimentos puros. Com tal sangue, você se torna invulnerável – nem a doença, nem qualquer outro tipo de perturbação pode subjugar-lo. Você se conserva estável, mental e fisicamente.

A mulher grávida deve manter desejos e pensamentos puros para não envenenar o sangue do filho. Se ela transferir seu sangue contaminado para a criança, esta carregará seus efeitos por toda a vida. E você se pergunta por que seu filho é doente e tem o rosto amarelado.

Por que uma pessoa vai se envergando? Se alguém quer ocultar-se, faz o quê? – Curva-se. Quando principiamos a esconder coisas, seja em nossa vida de pensamento ou de sensibilidade, começamos a nos inclinar, até que, finalmente ficamos completamente encurvados. Procure manter as costas eretas.

O mesmo se observa em relação aos pés. Às vezes você percebe que o calcanhar de um sapato começa a enviesar; o pé do dono também se entorta. Quando os calçados ficam mais desgastados em uma parte do que em outra, isso indica que há alguma forma de distorção: o movimento das linhas de energia dos pensamentos está deturpado e desarmônico. Pela forma de seus sapatos, você pode adivinhar a enfermidade que está a caminho.

A ciência da humanidade futura, que é a ciência da sexta raça, terá como ponto de partida a lei da coordenação. Cada órgão do ser humano precisa funcionar de acordo com todos os outros.

Segundo essa lei, é necessário caminhar três, cinco ou 10 quilômetros por dia. Se a pessoa fica com medo e não cumpre o que a Natureza determina, não passará muito tempo sem que esta lhe cobre uma multa pela falha em obedecer a suas leis. A Natureza estabelece também que o homem se alimente com comida simples e pura. Tendo-o enviado à Terra, ela especificou o que ele deve ingerir. Assim, opte pela nutrição que lhe foi designada. Se você é insubmisso e não o faz, os outros órgãos não se combinarão com seu estômago e seu estado geral será transtornado. O ser humano também recebe atribuições sobre quantas vezes por minuto deve respirar – inspirar e expirar. Algumas pessoas têm uma respiração irregular, o que perturba a coordenação com os outros órgãos. E desse desarranjo sobrevêm uma série de estados doentios.

(extraído do livro: The Master BEINSA DOUNO. *Health and Sickness*. Sofia: Vsemirno Bialo Bratstvo Publishers, 2002)

Tradução: Maria Eugênia da Rocha Nogueira  
e-mail: mariaeugeniarn@yahoo.com.br  
WhatsApp: (11) 9.9140.0649