

Traducere: Bianca Tăzlăoanu

SCRIERILE ORIGINALE ALE

Dr. Edward Bach

Eliberează-te pe tine însuși

EDWARD BACH , *Doctor*
M.B., B.S., M.R.C.S., L.R.C.P., D.P.H.

Introducere

Este imposibil să pui adevărul în cuvinte. Autorul acestei cărți nu are nicio dorință să predice, într-adevăr lui îi displace foarte mult acea metodă de a transmite cunoștințe. El a încercat, în următoarele pagini, să ne arate pe cât de clar și simplu posibil scopul vieților noastre, folosul dificultăților care ne copleșesc și mijloacele prin care noi ne putem redobândi sănătatea; și în fapt, cum fiecare dintre noi putem deveni propriul nostru doctor.

Index

- I. Este atât de simplu, Povestea Vieții
- II. Sănătatea depinde de a fi în armonie cu sufletele noastre
- III. Sufletele noastre sunt perfecte, fiind copiii Creatorului și orice ne spun ele să facem este spre binele nostru
- IV. Dacă ne-am urma propriile instincte, propriile dorințe, propriile cereri, propriile gânduri, nu ar trebui să cunoaștem niciodată nimic altceva decât bucurie și sănătate
- V. Faptul că permitem amestecul altor oameni este ce ne oprește de a asculta poruncile sufletului nostru și aceasta aduce lipsa de armonie și boală. Când gândul unei altei persoane ne pătrunde în minte, el ne abate de la

adevăratul nostru drum

- VI. Tot ceea ce avem de făcut este să ne păstrăm personalitatea, să ne trăim propria viață, să fim comandantul propriei noastre nave și totul va fi bine.
- VII. Odată ce ne dăm seama de propria Divinitate, restul este ușor.
- VIII. Plantele vindecătoare sunt acelea cărora li s-a dat puterea să ne ajute să ne păstrăm personalitatea
- IX. Adevărata natură a bolii
- X. Pentru a câștiga libertate, acordați libertate
- XI. Vindecarea

ELIBEREAZĂ-TE PE TINE ÎNSUȚI

CAPITOLUL I

Este atât de simplu, Povestea Vieții

O fetiță a hotărât să picteze tabloul unei case la timp pentru ziua de naștere a mamei ei. În mintea ei de copil casa este deja pictată; ea știe cum arată până în cel mai mic detaliu, rămâne doar să o pună pe hârtie.

Tabloul este terminat la timp pentru ziua de naștere. După cum a putut ea mai bine ea și-a exprimat idea de casă într-o formă. Este o piesă de artă deoarece este în întregime a sa, fiecare tușă pusă din dragoste pentru mama ei, fiecare fereastră, fiecare ușă pictată cu convingerea că este destinată să fie acolo. Chiar dacă arată ca o căpiță de fân, este cea mai perfectă casă care a fost vreodată pictată; este un succes deoarece mica artistă și-a pus toată inima și sufletul, întreaga ei ființă în realizarea ei.

Aceasta este sănătatea, este succesul și fericirea și servirea adevărată. A servi prin dragoste în libertate perfectă în felul nostru propriu.

Astfel noi venim în lumea aceasta, știind ce tablou avem de pictat, având deja trasat drumul nostru prin viață și tot ceea ce ne rămâne de făcut este să-l materializăm. Noi călătorim plini de bucurie și interes, concentrându-ne toată atenția spre perfecționarea tabloului, și după cum putem mai bine transferând propriile noastre gânduri și scopuri în viața fizică din oricare mediu am ales noi să trăim.

Apoi, dacă noi ne urmăm de la început până la capăt propriile noastre idealuri, propriile noastre dorințe cu toată puterea pe care o avem, nu există eșec, viața noastră este un succes formidabil, una sănătoasă și fericită.

Aceși povestioară a fetei-pictor va ilustra cum, dacă noi le permitem, dificultățile vieții pot interfera cu acest succes, cu fericirea și sănătatea și ne vor reține de la scopul nostru.

Copila pictează vioaie și fericită când vine cineva și spune, „De ce să nu pui o fereastră aici și o ușă acolo; și bineînțeles aleea din grădină ar trebui să treacă pe aici.” Rezultatul pentru copilă va fi pierderea completă a interesului pentru lucrare; ea poate continua, dar acum doar punând ideile altcuiva pe hârtie: ea poate deveni supărată, iritată, nefericită, temându-se să refuze aceste sugestii; începe să urască tabloul și poate să-l rupă: în fapt, după cum este copila, așa va fi reacția.

Tabloul final poate fi o casă reconoscibilă, dar este una imperfectă și un eșec deoarece este interpretarea gândurilor altcuiva, nu ale copilei. Nu este de folos drept cadou de zi de naștere deoarece se poate să nu fie făcut la timp și mama poate să trebuiască să aștepte încă un an pentru cadoul ei.

Aceasta este boala, reacția la intruziune. Ea este un eșec temporar și nefericire: și aceasta se întâmplă când noi permitem altora să se amestece în scopul nostru în viață și să ne sădescă în minte îndoiala, sau frica, ori indiferența.

CAPITOLUL II.

Sănătatea depinde de a fi în armonie cu sufletele noastre

Este de importanță esențială ca adevărata semnificație a sănătății și a bolii să fie clar înțeleasă.

Sănătatea este moștenirea noastră, dreptul nostru. Este uniunea completă și totală dintre suflet, minte și corp, și acesta nu este un

ideal îndepărtat, greu de atins, ci unul atât de ușor și natural încât mulți dintre noi l-au trecut cu vederea.

Toate lucrurile pământești sunt doar interpretarea lucrurilor spirituale. Întâmplarea cea mai mică și ne semnificativă are un scop Divin în spatele ei.

Noi toți avem o misiune Divină în această lume și sufletele noastre folosesc mințile și corpurile noastre ca instrumente pentru a înfăptui această lucrare, astfel încât atunci când toate trei lucrează la unison rezultatul este sănătate perfectă și fericire perfectă.

O misiune Divină nu înseamnă sacrificiu, retragere din lume, respingerea bucuriilor frumuseții și naturii; din contră, înseamnă să te bucuri mai mult și mai deplin de toate lucrurile: înseamnă să faci treburi gospodărești, lucrări la fermă, pictură, actorie sau să-i servești pe semenii noștri-oamenii în magazine sau case. Și această lucrare, oricare ar putea fi ea, dacă o iubim mai presus de orice, este porunca exactă a sufletului nostru, lucrarea pe care noi o avem de făcut în această lume și numai în care noi putem fi noi înșine cu adevărat, descifrând într-un mod obișnuit materialist mesajul aceluși Sine adevărat.

Prin urmare, noi putem să judecăm, prin sănătatea noastră și prin fericirea noastră, cât de bine descifrăm acest mesaj.

În omul perfect există toate însușirile spirituale; și noi venim în această lume ca să le exprimăm câte una pe rând, să le perfecționăm și întărim astfel încât nicio experiență, nicio dificultate să nu ne poate slăbi sau să ne abată de la îndeplinirea acestui scop. Noi alegem o ocupație pământească și circumstanțele externe care ne vor da cele mai bune ocazii ca să ne punem la încercare pe deplin; noi venim cu înțelegerea deplină a lucrării noastre speciale; noi venim cu privilegiul inimaginabil de a ști că toate bătăliile noastre sunt câștigate înainte de a fi duse, că victoria este sigură înainte chiar să vină încercarea, deoarece noi știm că suntem copiii Creatorului și că atare suntem Divini, de necucerit și invincibili. Cu această cunoaștere viața este o bucurie; vitregiile și experiențele pot fi considerate drept aventuri, căci nu avem decât să ne dăm seama de puterea noastră, să fim precum Divinitatea din noi, când acestea se topesc precum pâcla la soare. Dumnezeu într-adevăr a dat copiilor Săi stăpânire asupra tuturor lucrurilor.

Sufletele noastre ne vor îndruma, dacă noi doar vom fi atenți, în toate ocaziile, în toate dificultățile; iar mintea și corpul astfel direcționate vor trece prin viață radiind fericire și sănătate perfectă, la

fel de neîncătușate de griji și răspunderi precum copilul mic încrezător.

CAPITOLUL III.

Sufletele noastre sunt perfecte, fiind copiii Creatorului, și tot ce ne spun ele să facem este spre binele nostru

SĂNĂTATEA, este prin urmare, adevărata înțelegere a ceea ce suntem noi: suntem perfecți; noi suntem copiii lui Dumnezeu. Nu există străduință pentru a câștiga ceea ce am atins deja. Noi suntem aici doar pentru a manifesta în formă materială perfecțiunea cu care am fost înzestrați de la începutul tuturor vremurilor. Sănătatea înseamnă să ascultăm numai de comenzile sufletelor noastre; să fim încrezători precum copiii mici; să respingem rațiunea (acel copac al cunoașterii binelui și răului) cu judecățile sale, „pentru” și „împotriva”, fricile sale anticipatorii: ignorând obiceiurile, ideile triviale și ordinele altor oameni, astfel încât să putem trece prin viață neatinși, nevătămați, liberi să-i servim pe semenii noștri oameni.

Noi ne putem aprecia sănătatea prin fericirea noastră și tocmai prin fericirea noastră putem ști că ascultăm ceea ce ne dictează sufletele noastre. Nu este necesar să fii călugăr sau o călugăriță ori să te ascunzi de lume; lumea există pentru ca noi să ne bucurăm și să fim de folos și numai prin servirea din dragoste și fericire putem noi să fim cu adevărat de folos și să facem lucrarea noastră cea mai bună. Un lucru făcut dintr-un sentiment al datoriei, poate cu un sentiment de iritare și nerăbdare, nu are valoare de loc, este pur și simplu timp prețios risipit când altcineva ar putea avea cu adevărat nevoie de ajutorul nostru.

Adevărul nu are nevoie să fie analizat, argumentat în privința lui, sau îmbrăcat în multe cuvinte. Îți dai seama de el într-o secundă, este parte din tine. Numai în privința lucrurilor complicate neesențiale ale vieții avem noi nevoie atât de mult să fim convinși și aceasta a condus la dezvoltarea rațiunii. Lucrurile care contează sunt simple, ele sunt cele care te fac să spui, „cum așa, aceasta este adevărat, pare că eu am știut asta întotdeauna” și astfel îți dai seama de fericirea care vine la noi când suntem în armonie cu Sinele nostru spiritual și cu cât este mai strânsă uniunea, cu atât mai intensă bucuria. Gândiți-vă la strălucirea pe care o vedem câteodată la o mireasă în dimineața nunții ei, încântarea unei mame cu un copil nou

născut; extazul unui artist terminând o operă de artă: astfel sunt momentele când există uniune spirituală.

Gândiți-vă cât de minunată ar fi viața dacă noi am trăi-o toată într-o astfel de bucurie; și aceasta este posibil când ne pierdem noi înșine în lucrarea vieții noastre.

CAPITOLUL IV.

Dacă ne urmăm propriile instincte, propriile dorințe, propriile gânduri, propriile pasiuni, nu ar trebui să cunoaștem niciodată nimic altceva decât bucurie și sănătate.

NICI nu este o realizare dificilă a auzi vocea propriului nostru suflet; totul a fost făcut atât de simplu pentru noi dacă noi nu vom face decât să o recunoaștem. Simplitatea este ideea fundamentală a întregii Creații.

Sufletul nostru (vocea micuță, calmă, din interiorul capului nostru, propria voce a lui Dumnezeu) ne vorbește prin intuiția noastră, instinctele noastre, prin dorințele, idealurile noastre, preferințele și antipatiile noastre obișnuite; în orice fel este mai ușor pentru noi din punct de vedere individual să auzim. Cum altfel ne poate vorbi El nouă? Instinctele noastre adevărate, dorințele, preferințele sau antipatiile ne sunt date astfel încât să putem desluși ordinele spirituale ale sufletului nostru prin mijloacele percepțiilor noastre fizice limitate, căci încă nu este posibil pentru mulți dintre noi să fim în legătură directă cu Sinele nostru Superior. Aceste porunci sunt destinate a fi urmate orbește, deoarece numai sufletul știe ce experiențe sunt necesare pentru acea anume personalitate. Oricare ar putea fi porunca, neînsemnată sau importantă, dorința pentru o altă ceașcă de ceai, sau o schimbare completă a tuturor obiceiurilor de-o viață ale cuiva, ea ar trebui să fi ascultată de bună voie. Sufletul știe că sașietatea este singurul leac adevărat pentru tot ceea ce noi, în această lume, considerăm ca păcat și greșit, căci până când întreaga ființă nu se revoltă împotriva unui anume fapt, acea greșală nu este eradicată, ci pur și simplu latentă, la fel precum este mult mai bine și mai rapid să continui să-ți bagi degetele în borcanul cu gem până când ți-e atât de rău încât gemul nu mai prezintă nicio atracție.

Dorințele noastre adevărate, dorințele sinelui nostru adevărat, nu trebuie confundate cu dorințele și cererile altor oameni atât de des sădite în mințile noastre, sau ale conștiinței, care este un alt cuvânt

pentru același lucru. Nu trebuie să dăm atenție interpretării pe care o dă lumea acțiunilor noastre. Numai propriul nostru suflet este răspunzător pentru binele nostru, reputația noastră este în păstrarea Sa: noi putem rămâne încredințați că există numai un singur păcat, acela de a nu asculta ceea ce ne dictează propria noastră Divinitate. Acela este păcatul împotriva lui Dumnezeu și a aproapelui nostru. Aceste dorințe, intuiții, cereri nu sunt niciodată egoiste; ele ne privesc numai pe noi înșine și sunt întotdeauna corecte pentru noi și ne aduc sănătate în corp și minte.

Boala este rezultatul în corpul fizic a rezistenței personalității la îndrumarea sufletului. Când nu ne plecăm urechea la „vocea micuță calmă” și uităm de Divinitatea din noi; când noi încercăm să ne impunem dorințele noastre altora sau permitem sugestiilor, gândurilor și ordinelor lor să ne influențeze.

Cu cât devenim mai liberi de influențe exterioare, de la alte personalități, cu atât mai mult sufletul nostru ne poate folosi ca să-și facă lucrarea Sa.

Numai atunci când încercăm să controlăm și să conducem pe altcineva suntem noi egoiști. Dar lumea încearcă să ne spună că este egoism să ne urmăm propriile noastre dorințe. Aceasta deoarece lumea dorește să ne înrobească, căci cu adevărat numai când putem să ne dăm seama de propriul Sine și să fim neîngrădiți, doar atunci putem fi folosiți pentru binele omenirii. Este marele adevăr al lui Shakespear „Pentru tine propriul tău Sine să fie adevărat, și el trebuie să (te) urmeze, precum noaptea zilei, tu nu poți atunci să fii fals față de niciun om.”

Albina, prin însăși alegerea unei anumite flori pentru mierea ei, este mijlocul folosit de a aduce polenul necesar pentru viitoarea viață a tinerelor ei plante.

CAPITOLUL V.

Permiterea interferenței altor oameni este cea care oprește ascultarea comenzilor sufletului nostru și ea aduce lipsă de armonie și boală. Momentul în care gândul unei alte persoane intră în mințile noastre ne îndepărtează de la adevărata noastră cale.

DUMNEZEU ne-a dat fiecăruia dreptul nostru din naștere, o individualitate proprie; El ne-a dat fiecăruia propria noastră lucrare de înfăptuit, pe care numai noi o putem face; El ne-a dat fiecăruia

propria cale de urmat, care nu trebuie să interfereze cu nimic. Haideti să ne îngrijim ca nu numai să nu permitem niciun amestec, dar, chiar și mai important, ca noi în niciun fel, oricare ar fi, să nu stânjenim nicio altă ființă umană. În aceasta se află adevărata sănătate, adevărata servire și îndeplinirea scopului nostru pe pământ.

Interferențe se întâmplă în viața de zi cu zi, ele sunt parte a Planului Divin; ele sunt necesare astfel încât noi putem să învățăm să le rezistăm: în fapt, noi le putem considera drept oponenti cu adevărat folositori, existând pur și simplu ca să ne ajute să câștigăm în putere și să ne dăm seama de Divinitatea noastră și de invincibilitatea noastră. Și noi putem de asemenea să știm că numai atunci când le permitem să ne afecteze ele câștigă în importanță și au tendința să ne împiedice progresul. Depinde numai de noi cât de repede progresăm; dacă noi permitem interferența în misiunea noastră divină; dacă noi acceptăm manifestarea interferenței (numită boală) și o lăsăm să limiteze și să ne vatăme corpurile; sau dacă noi, copiii ai lui Dumnezeu, le folosim ca să ne instalăm mai ferm în scopul nostru.

Cu cât sunt mai multe dificultățile aparente în calea noastră, cu atât mai mult noi putem fi siguri că misiunea noastră este valoroasă. Florence Nightingale și-a atins idealul în ciuda opoziției unei națiuni; Galileo a crezut ca pământul era rotund în ciuda neîncrederii întregii lumi și rățușca cea urâtă a devenit lebădă deși toată familia sa o disprețuia.

Noi nu avem niciun drept, de niciun fel, să ne amestecăm în viața niciunuia din copiii lui Dumnezeu. Fiecare dintre noi are propria sa lucrare, numai în îndeplinirea căreia avem noi puterea și cunoașterea de a o aduce la perfecțiune. Numai atunci când noi uităm acest fapt și încercăm și impunem lucrarea noastră asupra altora sau îi lăsăm să se amestece în ale noastre, apar în ființa noastră dezacordul și lipsa de armonie.

Această lipsă de armonie, boala, se manifestă ea însăși în corp, căci corpul servește numai pentru a reflecta lucrările sufletului; la fel cum fața reflectă fericirea prin zâmbete, sau supărarea prin încruntări. Și la fel în lucrurile mai mari; corpul va reflecta adevăratele cauze ale bolii (care sunt cele precum frica, nehotărârea, îndoiala etc.) prin dereglarea sistemelor și țesuturilor sale.

Boala, prin urmare, este rezultatul interferenței: stânjenind pe altcineva sau permițând ca noi să fim stânjeniți

CAPITOLUL VI.

Tot ce avem de făcut este să ne păstrăm personalitatea, să ne trăim propria viață, să fim comandantul propriei noastre nave și totul va fi bine.

Există calități mari în care toți oamenii se perfecționează singuri treptat, posibil concentrându-se asupra uneia sau două la un moment dat. Ele sunt acelea care s-au arătat în viețile pământești ale Marilor Maeștri care, din când în când, au apărut în lume ca să ne învețe și să ne ajute să vedem căile ușoare și simple de a depăși toate dificultățile noastre.

Acestea sunt unele precum:

DRAGOSTEA
SIMPATIA
PACEA
TENACITATEA
BLÂNDEȚEA
FORȚA

ÎNȚELEGEREA
TOLERANȚA
ÎNȚELEPCIUNEA
IERTAREA
CURAJUL
BUCURIA

Și prin perfecționarea acestor calități în noi înșine fiecare dintre noi ridică întreaga lume cu un pas mai aproape de țelul său final glorios extraordinar. Atunci noi ne dăm seama că noi căutăm nu câștigul egoist al meritului personal, ci că fiecare ființă umană, bogată sau săracă, importantă sau umilă, are aceeași importanță în Planul Divin și i se dă același privilegiu formidabil de a fi un mântuitor al lumii prin simplul fapt de a ști că ea este un copil perfect al Creatorului.

Precum există aceste calități, acești pași spre perfecțiune, tot așa există piedici, sau interferențe care servesc să ne întărească în hotărârea noastră de a rezista.

Acestea sunt adevăratele cauze ale bolii, și sunt cele precum –

CONSTRÂNGEREA
FRICA
NELINIȘTEA
NEHOTĂRÂREA
INDIFERENȚA
SLĂBICIUNEA

ÎNDOIALA
ENTUZIASMUL EXCESIV
IGNORANȚA
NERĂBDAREA
TEROAREA
DUREREA

Acestea, dacă le dăm voie, se vor reflecta în corp cauzând ceea ce noi numim boală. Neînțelegând cauzele adevărate noi am atribuit lipsa de armonie influențelor externe, germenilor, răcelii, căldurii și am dat nume rezultatelor, artrită, cancer, astm, etc.: gândind că boala începe în corpul fizic.

Există apoi anumite grupuri ale omenirii, fiecare grup îndeplinind propria sa funcție, adică, manifestând în lumea materială lecția specifică pe care a învățat-o. Fiecare individ din aceste grupuri are o personalitate definită a sa proprie, o anumite lucrare de făcut și un anumite mod individual de a face acea lucrare. Există de asemenea cauze ale lipsei de armonie, care, dacă nu ne ținem de personalitatea și lucrarea noastră definite, pot reacționa asupra corpului sub forma bolii.

Adevărata sănătate înseamnă fericire și o fericire atât de ușor de atins deoarece este o fericire în lucruri mici; făcând lucrurile care într-adevăr ne place să le facem, fiind cu oamenii pe care îi placem cu adevărat. Nu există forțare, nici efort, nici zbatere pentru cele de neatins, sănătatea este acolo pentru noi să o acceptăm oricând vrem. Înseamnă să găsim și să facem lucrarea pentru care suntem într-adevăr potriviți. Atât de mulți își suprimă dorințele reale și devin nepotriviți pentru poziția lor: prin dorințele unui părinte un fiu poate deveni un avocat, un soldat, un om de afaceri, când adevărata lui dorință este să devină un tâmplar: sau prin ambițiile unei mame de a-și vedea fiica căsătorită bine, lumea poate pierde o altă Florence Nightingale. Acest simț al datoriei este atunci un fals simț al datoriei și un contra-serviciu adus lumii; el rezultă în nefericire și, probabil, cea mai mare parte a unei vieți irosite înainte ca greșeala să poată fi remediată.

A fost odată un Maestru Care a spus, „Nu știi tu că Eu trebuie să mă ocup de afacerea Tatălui Meu?”, adică El trebuie să-și asculte Divinitatea Sa și nu pe părinții Săi pământeni.

Haideți să găsim acel unic lucru din viață care ne atrage cel mai mult și să-l facem. Să lăsăm acel unic lucru atât de mult să fie parte din noi încât să fie tot atât de natural precum respirația; atât de natural precum este pentru albină să adune miere și copacului să-și lepede frunzele vechi toamna și să dea naștere unora noi primăvara. Dacă studiem natura noi aflăm că fiecare creatură, pasăre, copac și floare are rolul său anumite de jucat, lucrarea sa proprie și specifică, prin care ea ajută și îmbogățește întreg Universul. Însuși viermele,

văzându-și de lucrarea sa zilnică, ajută să dreneze și să purifice pământul; pământul furnizează hrana tuturor lucrurilor verzi; și, la rândul ei, vegetația susține omenirea și fiecare creatură vie, restituind la momentul cuvenit pentru a îmbogăți solul. Viața lor este una de frumusețe și folos, lucrarea lor li se potrivește atât de bine încât ea este viața lor.

Și propria noastră lucrare, când o găsim, așa ne aparține, așa ni se potrivește, încât ea este fără efort, ea este ușoară, ea este o bucurie: nu ne obosește niciodată, este hobby-ul nostru. Ea scoate la lumină adevărata noastră personalitate, toate talentele și aptitudinile așteptând în fiecare dintre noi a fi arătate: în ea noi suntem fericiți și în largul nostru; și numai când suntem fericiți (ceea ce înseamnă că ascultăm comenzile sufletului nostru) putem face noi lucrarea noastră cea mai bună.

Poate noi am găsit deja lucrarea potrivită pentru noi, atunci ce distractivă este viața ! Unii din copilărie au cunoștința a ceea ce sunt destinați să facă și se țin de ea toată viața lor; și alții știu din copilărie, dar sunt împiedicați de contra sugestii și circumstanțe și descurajarea altora. Totuși noi toți putem să ne întoarcem la idealurile noastre și chiar dacă nu putem să le realizăm imediat, putem continua să căutăm să facem așa, atunci însăși căutarea ne va aduce mângâire, căci sufletele noastre sunt foarte răbdătoare cu noi. Dorința corectă, motivul corect, nu contează ce rezultat, lucrul este cel care contează, adevăratul succes.

Astfel dacă dv. ați fi mai degrabă un fermier decât un avocat; dacă dv. ați fi mai degrabă un frizer decât un șofer de autobuz, sau un bucătar decât un negustor de zarzavaturi, schimbați-vă ocupația, fiți ceea ce vreți să fiți; și atunci dv. veți fi fericit și bine, atunci veți munci cu însuflețire și atunci veți face o muncă mai bună ca fermier, frizer, bucătar decât ați fi putut realiza vreodată în ocupația care niciodată nu v-a aparținut.

Și atunci dv. veți fi ascultat poruncile sinelui dv. Spiritual.

CAPITOLUL VII.

Odată ce ne dăm seama de propria noastră Divinitate, restul este ușor.

La început Dumnezeu a dat omului stăpânire peste toate lucrurile. Omul, copilul Creatorului, are un motiv mai profund pentru lipsa sa de armonie decât curentul de la o fereastră deschisă. „Greșeala noastră nu se află în soarta noastră, ci în noi înșine” și cât de plini de recunoștință și speranță putem noi fi când ne dăm seama că vindecarea de asemenea se află în noi înșine! Să îndepărtăm lipsa de armonie, frica, teroarea sau nehotărârea și noi recâștigăm armonia dintre suflet și minte, iar corpul este încă o dată perfect în toate părțile sale.

Oricare ar fi boala, rezultatul acestei lipse de armonie, noi putem fi de-a dreptul siguri că leacul este cu totul în puterile noastre de înfăptuit, căci sufletele noastre niciodată nu ne cer mai mult decât putem noi face cu ușurință.

Fiecare dintre noi este un vindecător, deoarece fiecare dintre noi are în inimă o dragoste pentru ceva, pentru semenii noștrii oamenii, pentru animale, pentru natură, pentru frumusețe într-o anume formă și noi, fiecare dintre noi, dorim să o protejăm și să o ajutăm să crească. De asemenea fiecare dintre noi are simpatie față de cei în necaz, și așa în mod natural, pentru că noi toți am fost în necaz la un moment dat în viețile noastre. Astfel încât nu numai că ne putem vindeca singuri, dar noi avem marele privilegiu de a putea să-i ajutăm pe alții să se vindece singuri, și singurele calificări necesare sunt dragostea și simpatia.

Noi, ca copii ai Creatorului, avem în noi toată perfecțiunea, și noi venim în această lume doar ca să putem să ne dăm seama de Divinitatea noastră; astfel toate încercările și toate experiențele ne vor lăsa neatinși, căci prin acea Putere Divină toate lucrurile sunt posibile pentru noi.

CAPITOLUL VIII.

Ierburile vindecătoare sunt acelea cărora li s-a dat puterea de a ne ajuta să ne păstrăm personalitatea.

LA FEL precum Dumnezeu în mila Sa ne-a dat hrană să mâncăm, la fel a pus El printre ierburile câmpurilor plante frumoase să ne vindece când suntem bolnavi. Acestea sunt acolo ca să întindă o mână de ajutor omului în acele ore întunecate ale uitării când el pierde din

vedere Divinitatea sa, și permite norului fricii sau durerii să-i întunece viziunea.

Astfel de plante sunt -

Chicory	(<i>Chicorium Intybus</i>) - cicoare
Mimulus	(<i>Mimulus Luteus</i>) - crețișoară
Agrimony	(<i>Agrimonia Eupatoria</i>) – turiță mare
Scleranthus	(<i>Sclerantus Annus</i>) - porumbar
Clematis	(<i>Clematis Vitalba</i>) – curpen de pădure
Centaury	(<i>Erythraea Centaurium</i>) - țintaură
Gentian	(<i>Gentiana Amarella</i>) - gențiană
Vervain	(<i>Verbena Officinalis</i>) - verbină
Cerato	(<i>Ceratostigma Willmottiana</i>) - cerato
Impatiens	(<i>Impatiens Royalei</i>) - slăbănog
Rock Rose	(<i>Helianthemum Vulgare</i>) – trandafir de stâncă
Water Violet	(<i>Hottonia Palustris</i>) – viorea de baltă

Fiecare plantă corespunde unei calități, și scopul ei este să întărească acea calitate astfel încât personalitatea să se poată ridica deasupra greșelii care este acea anume piatră de încercare.

CAPITOLUL IX.

Adevărata natură a bolii.

În vindecarea adevărată, natura și numele bolii fizice nu au nicio importanță. Boala corpului în sine nu este altceva decât rezultatul lipsei de armonie dintre suflet și minte. Este numai un simptom al cauzei, și întrucât aceeași cauză se va manifesta diferit în aproape fiecare individ, căutați să îndepărtați această cauză, și rezultatele ulterioare, oricare ar putea ele fi, vor dispărea automat.

Noi putem înțelege aceasta mai clar luând ca exemplu sinuciderea. Nu toți sinucigașii se îneacă. Unii se aruncă de la înălțime, alții iau otravă, dar în spatele tuturor este disperarea: ajutați-i să-și depășească disperarea și găsiți pe cineva sau ceva pentru care să trăiască și ei sunt vindecați permanent; doar să îndepărtați otrava îi va salva numai pe moment, mai târziu ei pot încerca din nou. Frica, de asemenea, reacționează asupra oamenilor în moduri foarte diferite: unii vor păli, alții se vor înroși, unii devin isterici și unii rămân

fără cuvinte. Explicați-le frica, arătați-le că sunt suficient de mari pentru a depăși și a înfrunta orice, atunci nimic nu-i poate înspăimânta din nou. Copilului nu-i va păsa de umbrele de pe perete dacă i se dă lumânarea și i se arată cum să le facă să danseze în sus și în jos.

Am dat atât de mult vina pe microbi, vreme, hrana pe care o mâncăm drept cauze ale bolii, dar mulți dintre noi sunt imuni la o epidemie de gripă, multora le place voioșia unui vânt rece și mulți pot mânca brânză și bea cafea neagră noaptea târziu fără efecte rele. **Nimic din natură nu ne poate vătăma când suntem fericiți și în armonie, din contră toată natura există spre folosul și desfătarea noastră.** Numai când permitem îndoielii și depresiei, nehotărârii sau fricii să se insinueze atunci suntem noi sensibili la influențe exterioare.

Prin urmare, adevărata cauză din spatele bolii este cea care are cea mai mare importanță: starea mentală a pacientului, nu starea corpului său.

Orice boală, oricât de serioasă, oricât de demult, va fi vindecată restaurând pacientului fericirea și dorința de a-și continua lucrarea în Viață. Foarte adesea este numai o ușoară modificare în modul său de a trăi, vreo mică idee fixă care îl face intolerant față de alții, vreun simț greșit al răspunderii care îl ține în robie când el ar putea face o așa lucrare bună.

Există șapte etape frumoase în vindecarea bolii, acestea sunt -

PACEA
SPERANȚA
BUCURIA
CREDINȚA

SIGURANȚA
ÎNȚELEPCIUNEA
DRAGOSTEA

CAPITOLUL X.

Pentru a câștiga libertatea, acordați libertate.

Scopul final al întregii omeniri este perfecțiunea și pentru a atinge această stare omul trebuie să învețe să treacă neatins prin toate experiențele; el trebuie să întâmpine toate interferențele și tentațiile fără a fi abătut de la drumul său: atunci el este liber de toate dificultățile, vitregiile și suferințele vieții: el și-a înmagazinat în suflet

dragostea perfectă, înțelepciunea, curajul, toleranța și înțelegerea care sunt rezultatul cunoașterii și vederii a toate, căci maestrul perfect este acela care a trecut prin fiecare ramură a meseriei sale.

Noi putem face această călătorie o aventură scurtă plină de bucurii dacă ne dăm seama că eliberarea din robie este câștigată numai prin acordarea de libertate; noi sântem eliberați dacă îi eliberăm pe alții, căci noi îi putem învăța pe alții numai prin exemplu. După ce am acordat libertate fiecărei ființe umane cu care suntem în contact; după ce am dat libertate fiecărei creaturi, la totul din jurul nostru, atunci noi înșine suntem liberi: când vedem că noi, chiar și în cea mai mică măsură, nu încercăm să dominăm, controlăm, sau să influențăm viața altuia, vom constata că intruziunea a ieșit din propriile noastre vieți, deoarece aceia pe care îi înrobim sunt cei care ne înrobesc. A fost un anume tânăr care era atât de legat de posesiile sale încât el nu a putut accepta un dar Divin.

Și noi putem să ne eliberăm de dominația altora atât de ușor, mai întâi acordându-le libertate absolută și în al doilea rând, foarte ușor, foarte drăgostos, refuzând să fim dominați de ei. Lordul Nelson a fost foarte înțelept în a-și pune ochiul orb la telescop. Nicio forță, niciun resentiment, nicio ură și nicio asprime nu sunt necesare. Oponenții noștrii sunt prietenii noștrii, ei dau valoare jocului și noi toți ne vom strânge mâinile la sfârșitul meciului.

Nu trebuie să așteptăm ca alții să facă ceea ce vrem noi, ideile lor sunt ideile juste pentru ei și deși drumul lor poate duce într-o direcție diferită de a noastră, țelul de la capătul călătoriei este același pentru noi toți. Constatăm că atunci când vrem ca alții „să fie de acord cu dorințele noastre” atunci noi de despărțim de ei.

Suntem precum cargourile, cu destinații spre țări diferite ale lumii, unele pentru Africa, unele pentru Canada, unele pentru Australia, apoi întorcându-se în același port de înregistrare. De ce să urmăm o altă navă spre Canada când destinația noastră este Australia? Înseamnă o întârziere atât de mare.

Din nou, poate nu de dăm seama ce lucruri mici ne pot lega, aceleași lucruri de care dorim să ne agățăm sunt lucrurile care ne țin: pot fi o casă, o grădină, o piesă de mobilier; chiar și ele au dreptul lor la libertate. Posesiunile lumești, la urma urmelor, sunt trecătoare, ele dau naștere la anxietate și grijă deoarece în sinea noastră cunoaștem pierderea lor inevitabilă și finală. Ele există ca să ne bucurăm de ele, să le admirăm și să le folosim la capacitatea lor deplină, dar nu ca să

capete o așa de mare importanță încât să devină lanțuri care să ne lege.

Dacă noi eliberăm pe toți și totul din jurul nostru, constatăm în schimb că suntem mai bogați în dragoste și posesii decât am fost vreodată înainte, căci dragostea care acordă libertate este marea dragoste care unește mai strâns.

CAPITOLUL XI.

Vindecarea.

DIN timpuri imemorabile umanitatea a recunoscut că al nostru Creator în dragostea Sa pentru noi a pus ierburi pe câmpuri pentru vindecarea noastră, la fel cum El ne-a dat grăunțele și fructele pentru hrana noastră.

Astrologii, cei care au studiat stelele și botaniștii, cei care au studiat plantele, au căutat mereu acele remedii care să ne ajute să ne păstrăm sănătatea și bucuria.

Pentru a găsi iarba care ne va ajuta noi trebuie să găsim obiectivul vieții noastre, ceea ce ne străduim să facem și de asemenea să înțelegem greutățile din drumul nostru. Greutățile le numim greșeli sau lipsuri, dar să nu ne pese de aceste greșeli și lipsuri, deoarece ele sunt chiar dovada că ajungem la lucruri mai mari: greșelile noastre ar trebui să fie încurajările noastre, deoarece înseamnă că noi țintim în sus. Haideti să găsim pentru noi care dintre bătăliile pe care le ducem în mod deosebit, care adversar încercăm în mod special să-l învingem și apoi să luăm cu recunoștință și mulțumire acea plantă care a fost trimisă să ne ajute spre victorie. Ar trebui să acceptăm ierburile frumoase ale câmpurilor ca un dar sacru, drept darul Divin al Creatorului nostru ca să ne ajute în necazuri.

În adevărata vindecare nu există niciun gând de vreun fel la boală: este starea mentală, numai dificultatea mentală, de a se lua în considerare: contează când noi procedăm greșit în Planul Divin. Lipsa de armonie cu Sinele nostru Spiritual poate produce o sută de lipsuri diferite în corpurile noastre (căci la urma urmelor corpurile noastre pur și simplu reproduc starea minților noastre), dar ce contează? Dacă ne îndreptăm mintea, corpul va fi vindecat curând. Este precum ne-a spus Christos , „ Este mai ușor să spui, iertate fie păcatele tale sau ia-ți patul și umblă?”

Astfel din nou haideți să înțelegem clar că boala noastră fizică nu are nicio consecință: este starea minților noastre, și aceea, și numai aceea, care are importanță. Prin urmare, ignorând în întregime boala de care suferim, avem nevoie să considerăm numai la care din următoarele tipuri aparținem.

Dacă s-ar găsi vreo dificultate în a vă alege propriul remediu, vă va ajuta să vă întrebați pe care din virtuți o admirați cel mai mult la alți oameni; sau care din lipsuri este, la alții, cea față de care aveți aversiunea cea mai mare, căci orice greșeală din care poate noi încă mai avem o urmă și ne tentează în special să o eradicăm, aceea este cea pe care o urâm cel mai mult să o vedem la alți oameni. Este modul în care suntem încurajați să o îndepărtăm din noi.

Noi suntem toți vindecători, și cu dragoste și simpatie în firile noastre noi suntem de asemenea în stare să ajutăm pe oricine care într-adevăr dorește sănătatea. Căutați conflictul mental preeminent din pacient, dați-i remediu care îl va ajuta să depășească acea anume greșeală, și toată încurajarea și speranța care puteți, atunci virtutea vindecătoare din el va face tot restul de la sine.