

nostro essere, fonte della nostra consapevolezza e della nostra auto-espressione.

Questa non accettazione viene spesso attivata da esperienze dolorose e dal nostro modo di reagire ad esse, comportando qualche volta un processo di graduale intorpidimento, di difesa o di fuga.



Col procedere questa visione distorta di noi stessi e del mondo circostante, prepara lo scenario ad una sofferenza sempre più profonda.



Eventi quali malattia o perdite, possono provocare dolore in misura diversa, il nostro livello di sofferenza è invece basato sulla percezione di questi eventi nella nostra vita.

La nostra saggezza interna, usa la via della sofferenza per ricordarci che è necessario cambiare la nostra prospettiva. Ci avverte che il punto di vista dentro il quale eravamo abituati a vivere, non è più reale.



Quando semplicemente ci permettiamo di vivere la sofferenza, si manifesta un importante cambiamento a livello della coscienza e della consapevolezza permettendo alla vera guarigione di occorrere.

Bibliografia:

- Dr. Donald Epstein, La Via: I 12 stadi della guarigione, editore Sergio Schiberna

Christian Vendrame dottore in chiropratica sagl

Via Henri Guisan 6 CH 6500 Bellinzona
Tel. +41 91 825 55 50 Fax +41 91 825 55 51
E-mail: info@mondochiropratico.com
Web: www.mondochiropratico.com

mondo
chiropratico



La MALATTIA e la GUARIGIONE



Un mondo di benessere al servizio dell'uomo, della sua salute e della guarigione

La MALATTIA e la GUARIGIONE

Quanti di noi nell'arco della loro vita si sono trovati a dire "Cavoli anche quest'anno mi sono ammalato" oppure "Ma possibile che non riesco a guarire questa malattia"...



"Malattia" una parola che troviamo sulla bocca di tante persone, ma cosa significa veramente essere ammalati? Wikipedia definisce così **malattia**: **un'alterazione dello stato fisiologico e psicologico dell'organismo, capace di ridurre, modificare negativamente o persino eliminare le funzionalità normali del corpo.**

Ma perché ci si ammala? Quali sono le ragioni di tali alterazioni dell'organismo? Ci ammaliamo a causa di un indebolimento del nostro corpo oppure a causa di un eccessivo numero di agenti patogeni che attaccano il nostro sistema immunitario?

Dall'approccio adottato da alcune persone ci si potrebbe addirittura chiedere in modo provocatorio se ci si ammala a causa di una deficienza di medicinali...

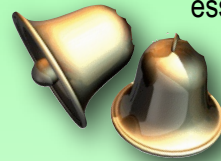
La malattia, i sintomi, le situazioni penose del quadro sia fisico che emotivo, sono

espressioni di ritmi inibiti, mal guidati o in conflitto all'interno del corpo-mente. Creano il bisogno di guardare (anche se, generalmente in modo inconscio) a tutte le nostre risorse e tutti i nostri percorsi energetici.

La malattia o i sintomi non sono una forma di punizione o di sfortuna, **sono** invece, essenzialmente, **dei campanelli d'allarme che indicano che qualcosa è in condizione precaria.** Ci avvertono che abbiamo bisogno di imparare da ciò che potrebbe aver condotto alla malattia (pensieri, abitudini, relazioni) che ci ha reso incapaci di evolvere e di dare una svolta alla nostra vita.

La guarigione è un processo che racchiude ogni aspetto del nostro essere. Riguarda l'armoniosa integrazione degli aspetti fisici, emotivi, mentali e spirituali del nostro essere e del nostro rapporto col mondo. La guarigione comporta la resa alle nostre esperienze interne ed esterne. **Questo processo di guarigione è essenziale per il nostro organismo perché vi apporta un'esperienza di maggiore completezza, benessere e salute.**

Spesso la guarigione è un processo scomodo, anche perché, nella maggior parte dei casi, è associata al dolore. Ogni processo di guarigione ci rafforza ulteriormente e ci permette di affrontare nuove sfide. Questo è un



concetto davvero essenziale perché vi è una gran bella differenza tra curare e guarire...

Per le persone che guarigione, il qualche cosa di soffocare, da sconfiggere possibile poter solita routine senza rendersi conto che la causa di questo dolore e di questa malattia erano le azioni compiute sino all'altro giorno...



Le persone non vogliono cambiare, vogliono continuare a fare le stesse cose, ma senza sentire che fanno male. Il dolore non è una cosa da eliminare, il dolore è la coscienza che ci dice che è necessario cambiare qualche cosa.

La sofferenza è spesso legata al dolore, ma non è la stessa cosa: **il dolore è la consapevolezza di un disagio sul piano fisico, emotivo, mentale o spirituale.** Al contrario **la sofferenza** è legata all'**esperienza della mancanza di rispetto e di accettazione, del nostro vero sé,** nucleo del

