



AntropOlos

Associazione culturale di promozione sociale per la ricerca e la diffusione, informativa e pratica, della cultura olistica in una visione antropocentrica applicata

La Nuova Medicina: Il paziente diventa terapeuta

INTRODUZIONE. TRASFORMAZIONE E RESPONSABILITA' DI SE STESSI

Voi e soltanto voi siete responsabili della vostra salute. Quando vi ammalate, spetta a voi la decisione finale su quale terapia seguire e tale decisione merita la massima attenzione. Per cominciare, avete a disposizione tutta una serie di operatori e di specialisti fra i quali scegliere. Di chi fidarvi? Per quanto tempo seguire una cura quando non è chiaro se è efficace oppure no? Le risposte a queste domande possono derivare soltanto da un'accurata ricerca di ciò che è bene per voi. Se non vi fidate di una diagnosi, non c'è niente di male nell'ascoltare una seconda o una terza opinione, o nel considerare una metodologia del tutto diversa. Se siete confusi su quanto vi è stato detto a proposito della vostra malattia, rivolgete al medico altre domande, trovate dei libri e informatevi direttamente su ciò che vi riguarda così da vicino. Fatevi carico della vostra salute e, soprattutto, non lasciatevi bloccare da una prognosi negativa. Interpretatela piuttosto come un messaggio, un invito a guardare più a fondo in voi stessi e più in là nel panorama dei metodi terapeutici alternativi. La medicina tradizionale occidentale fornisce molte risposte, ma non tutte. Se non è in grado di guarire una certa malattia, allora cercate altrove. Non escludete nulla: vi sorprenderà constatare quanto vi sia da apprendere su se stessi e sulla propria salute. Questa ricerca porterà nella vostra vita cambiamenti del tutto inattesi. Ho conosciuto persone che dalla loro malattia hanno tratto, a lungo andare, una grande gioia, perchè sono approdate a una comprensione e apprezzamento della vita e a una realizzazione di sé che prima non conoscevano. Se solo potessimo cambiare il nostro atteggiamento verso la malattia, accettandola e comprendendola finalmente come un messaggio dal quale possiamo imparare qualcosa, la nostra paura della malattia stessa diminuirebbe molto, non soltanto a livello personale, ma forse anche nazionale e mondiale. Questa parte del volume contiene una serie di suggerimenti su come salvaguardare la salute, comprendenti l'alimentazione, le pratiche quotidiane da seguire, l'uso dello spazio, la scelta degli indumenti ecc. Ma soprattutto **avete bisogno di amore, per mantenervi sani; l'amore di sé è il più grande guaritore e richiede una pratica quotidiana.**

TRATTO DA: **MANI DI LUCE**

Come curarsi e curare tramite il campo energetico umano
Barbara Ann Brennan