

LES CAUSES SPIRITUELLES DES MALADIES

Que devez-vous faire si votre température corporelle atteint 40°C ? – Vous prendrez un purgatif, ou vous ferez cuire quelques pommes de terre entières que vous mangerez chaudes ; et au bout d'une demi-heure, vous pourrez constater que votre température a diminué. L'erreur des gens est de penser que seuls les médicaments peuvent les aider. Les médicaments n'aident le malade que temporairement. C'est l'air – la force vivifiante du prana qui se trouve dans l'air, qui soigne et guérit. Il en est de même pour la lumière. C'est pourquoi l'homme doit choisir l'air, la lumière, l'eau et la nourriture pour se soigner. Pensez-vous qu'une nourriture riche en matière grasse puisse vous être utile ? – On a parfois besoin de matière grasse et d'autres fois non. En premier lieu, ne perdez pas la matière grasse que vous avez. Quelque fois, par manque de matière grasse la peau est sèche. Dans ce cas, ayez soin de rétablir la graisse de votre peau, non d'une manière externe et mécanique, mais par la voie organique, car une peau sèche est un mauvais conducteur de la vie. On ne peut avoir une longue vie si la peau est sèche. Si vous êtes riche et que votre peau devient rugueuse, c'est le signe que vous allez bientôt vous éteindre. Afin de prolonger votre vie, il vous faut rétablir la douceur de votre peau. Vous pouvez le faire par la respiration – par la voie de l'amour. Si vous voulez garder votre douceur et prolonger votre vie, réconciliez-vous avec les personnes à l'égard desquelles vous éprouvez de la haine. Les statistiques montrent qu'un fils qui éprouve de la haine pour son père ne peut vivre longtemps. Si un fils entre en conflit avec son père, la pensée

du père étant la plus forte, le fils partira plus tôt. Si le fils ou la fille éprouve de la haine à l'égard de leur mère, rien de bon ne les attend dans leur vie. S'il arrive à une mère d'éprouver de la haine à l'égard de ses enfants, ceux-ci ne vivront pas longtemps. De même, si des frères et sœurs éprouvent de la haine à l'encontre de l'un d'entre eux, cette personne ne pourra ni vivre heureuse ni longtemps. Pour cette raison, afin d'être en bonne santé, chacun doit aimer son père, sa mère, ses frères et ses sœurs. Car, dans le cas contraire, les pensées agissent de façon destructrice et brisent les voies de la vie. Quand on prêche l'amour, c'est pour être en bonne santé. Si les gens s'aimaient, nous ne connaîtrions pas les maladies. En l'absence d'amour mutuel, viennent les maladies, face auxquelles nous sommes démunis.

Maintenant, je dis : l'hygiène de la pensée est nécessaire dans la vie spirituelle. Même dans les plus grandes difficultés et contradictions, le croyant ne doit pas donner prise aux pensées négatives. Il doit savoir que Dieu n'a pas créé le monde pour nous tourmenter et pour que nous soyons malheureux. Il l'a créé pour étudier et veut nous inciter à avoir une pensée raisonnable. Les souffrances et les contradictions montrent que nous ne pensons pas et que nous nous sommes empêtrés dans nos erreurs. Pourquoi en accuser Dieu ? – Pour rester en bonne santé il suffit de manger lorsqu'on a faim. Celui qui a faim peut manger même s'il est minuit ; et à midi, qu'on ne mange pas si on ne ressent pas la faim.

Ne paressez jamais. A votre lever, faites un exercice. Apprenez à dire la prière « Notre Père » accompagnée de la respiration. Inspirez d'abord profondément, remplissez bien vos poumons et retenez un peu l'air, et en expirant dites : « Notre Père qui est aux cieux ». Inspirez à nouveau, retenez un peu l'air et en expirant dites : « Que Ton nom soit sanctifié », et en faisant de même dites la phrase suivante, et ainsi de suite jusqu'à la fin. Quand vous retiendrez l'air dans vos poumons, vous remercierez Dieu pour les biens apportés par l'air et réfléchirez sur eux. Vous direz la prière en expirant. Ainsi, tout ira bien dans votre vie et vous n'aurez pas de maladies. Si vous ne dites pas ainsi la prière « Notre Père », plusieurs maladies surviendront

que vous ne pourrez surmonter. A l'avenir, dans la nouvelle époque, les médecins prescriront comment se maintenir en bonne santé. Le médecin viendra et vous prescrira une dose de bonnes pensées ; il vous fera une ordonnance concernant vos bons désirs, et une autre où il vous expliquera comment bien agir.

Tout ce qui a l'amour comme contenu agit favorablement. Si tu crois en les paroles d'un ami qui te dit que tu vas guérir, cela se réalisera. S'il te dit avec certitude que tu vas recouvrer la santé, et ce, pas seulement pour te tranquilliser, alors tu guériras. Il existe dans la nature un principe qui engendre des réactions opposées, et mieux vaut ne pas le connaître. Le principe de l'amour provoquera toujours le principe de la haine ; là où est la foi, naîtra l'absence de foi ; là où est l'espoir, naîtra le désespoir. Pourquoi en est-il ainsi ? – Vous l'étudierez quand vous serez davantage instruits. Si vous pénétrez dans un domaine avant d'être prêts, vous vous créez beaucoup d'ennuis.

En vérité, ce qui fait l'objet de notre préoccupation, c'est la vie réelle qui demande d'être en bonne santé. Vous ne souhaitez pas devenir neurasthéniques, avoir des maux de tête ou toute autre maladie ! Quelle est la raison des maux de tête ? – Cela dépend du plexus solaire. Si votre estomac ne fonctionne pas correctement, vous aurez mal à la tête. Et, si votre cerveau ne fonctionne pas bien, vous aurez mal au ventre. Afin que les maux de tête disparaissent, il faut tout d'abord rétablir le bon fonctionnement de l'estomac. Et le dérangement de l'estomac dépend de la partie postérieure du cerveau, en relation avec les sentiments. De nombreuses maladies débutent par une élévation de la température de la partie postérieure du cerveau. La température de la partie antérieure du cerveau – là où fonctionne la pensée, s'élève difficilement, et pratiquement aucune maladie ne prend naissance dans cette zone. La partie postérieure du cerveau tombe malade à la suite de sentiments anormaux, d'une manifestation incorrecte de l'amour, quand quelqu'un songe à s'emparer de ce qu'il aime et à le cacher. Mais la nature ne permet pas que l'on s'approprie ce qui a été créé. Elle permet de l'utiliser, mais non de

se l'approprier. Si, quand vous aimez une personne vous avez le désir de la soumettre, vous vous créez des états maladifs. L'homme a le droit d'aimer, mais pas celui de s'approprier celui qu'il aime. Il a le droit de manger, mais pas celui d'être gourmand. Il a le droit de sentir, mais pas celui d'exagérer ses sentiments ; il a le droit de pleurer, mais pas celui de crier pour qu'on l'entende. Il est bon pour l'homme de pleurer quand les larmes introduisent en lui la douceur.

Revenons sur la question de la santé. Quand vous avez mal à la tête, cela signifie que vous ne savez pas comment manger. Quand vous souffrez des poumons, cela signifie que vous ne savez pas comment respirer. Et si votre intelligence est troublée, cela montre que vous ne savez pas comment penser.

Si quelqu'un ne sait pas comment se nourrir, il doit s'éduquer en s'imposant une diète. Qu'il fasse l'expérience suivante durant une semaine : faire bouillir du riz et en prendre 2 à 3 cuillères matin midi et soir. Que cela soit sa nourriture durant une semaine. La semaine suivante, qu'il prenne un kilo de petits pois et fasse une soupe de laquelle il mangera 10 cuillères à soupe matin, midi et soir. La troisième semaine, qu'il se procure la meilleure farine, pétrisse son pain dans un nouveau pétrin en bois, qu'il se fasse un four et y cuise son pain et qu'il s'en nourrisse toute la semaine. Cette expérience est utile pour rétablir les fonctions normales de l'estomac.

Si vous avez des angoisses, dirigez votre esprit vers Dieu et faites de profondes respirations. Inspirez l'air par la narine gauche, (car les courants qui y passent sont liés à la Lune, qui est liée avec l'argent, métal qui purifie) et expirez l'air par la narine droite – lieu du courant solaire. Ce que vous avez accepté, vous le redistribuez après l'avoir élaboré. Vous inspirerez par la narine gauche et expirerez par la narine droite. Faites ces exercices trois fois par jour afin d'être en bonne santé et pour que tout se déroule bien dans votre vie.

La première chose que Dieu veut de nous est que nous soyons en bonne santé et que nous ayons de pures pensées et de purs sentiments. Les sentiments dépendent de la respiration, alors que les actes

dépendent de l'estomac. Une personne dont l'estomac est dérangé, ne peut bien agir, et si ses poumons sont malades, elle ne peut avoir de sentiments purs. Celui qui ne peut penser, ne peut dire la vérité. Et s'il ne peut dire la vérité, grâce à son intellect, s'il ne peut manifester l'amour grâce à ses poumons et s'il ne peut manifester ses bonnes actions grâce à son estomac, il ne peut être en bonne santé. Pour qu'un malade guérisse, il lui faut apprendre à bien agir, à bien respirer et à bien penser. L'homme doit s'élever au-dessus des peines et savoir qu'il est maître de tous ses états. Et quand ces états sont convaincus que tu es leur maître, ils commencent à te servir. Actuellement c'est eux qui sont les maîtres, et vous qui êtes leurs serviteurs.

Ne réagissez pas face à un homme qui a certains désirs. Faites preuve d'amitié à son égard, et montrez-lui que d'autres ont aussi les mêmes désirs, qu'il va entrer en compétition avec eux et que le résultat n'en sera que négatif.

Toutes les maladies proviennent de l'intellect, elles sont entretenues par le cœur et se matérialisent par la volonté. Pour cette raison, utilisez votre pensée pour guérir. Ne faites appel au médecin qu'en dernier recours et dans les cas extrêmes. Vous devez tous savoir vous donner les premiers secours.

L'homme doit devenir le maître de ses maladies, et s'il est malade, savoir comment en venir à bout. Mais, à cette fin, vous devez connaître l'origine de ces maladies. – Par exemple, la peste est due à de petits microbes qui se multiplient à cause des impuretés qui séjournent et qui entraînent la mort. Pour vaincre la peste, il faut boire 10 à 20 verres d'eau chaude, afin de modifier le sérum dont ces microbes se nourrissent. Alors leur multiplication sera stoppée et si elle s'arrête, l'homme sera sauvé de la peste.

Pour être protégé contre toutes les maladies, il est nécessaire d'améliorer la qualité de notre sang, car les microbes ne peuvent vivre dans un sang pur. Le sang se purifie par une respiration profonde d'air pur, par une nourriture saine et si on ne donne pas accès à des pensées négatives dans l'intellect. Et l'essentiel, c'est la pensée. C'est pourquoi – pensez, et la santé viendra quand vous éliminerez les

pensées amères, les sentiments amers et les actes amers. Et l'homme en bonne santé sera frais et dispos. Celui qui est sain, partout où il va répand vie et force.

Pense bien, sens bien et agis bien !

Nourris-toi bien, respire bien et ne charge pas ton cerveau avec ce qui n'est pas important et qui risque de déranger les processus intérieurs. C'est en cela que réside le secret de la santé et que vous devez apprendre à faire.

Conférence tenue le 26 août 1934, Sofia.
(Editions Alpha-Dar, Sofia, 2002.)