**A doença como caminho**

| | 

Este texto é uma indicação de leitura do livro "A Doença Como Caminho",  de Thorwald  Dethlefsen e Rüdiger Dahlke, que trata do conteúdo psicológico associado a vários tipos de doenças e incidentes, os quais, por não conseguirmos trabalhar  (montar adequadamente em nossa  psiquê), passam a fazer parte da nossa "sombra".

Esses traumas psicológicos não sendo percebidos conscientemente, acabam por se manifestar em nosso corpo físico, para que possamos vivenciá-los, para superar e integrar seus conseqüentes desafios e ensinamentos.
A nosografia é uma prática milenar que se constitui na descrição sistemática das doenças, que é exatamente do que trata o livro aqui indicado.

Focar a causa das doenças nos leva à questão de qual a memória/lembrança a ser resgatada pela pessoa  (bem como do entendimento do porque da experiência de vida dolorosa pela qual está passando), de modo a tornar-se novamente uma manifestação da perfeição universal.
Aqui estão apenas algumas das doenças listadas e num resumo muito geral, contendo apenas a parte de questões levantadas em alguns capítulos, além de um texto na íntegra sobre "depressão", para servir como exemplo.

**Infecção - um conflito que se materializou**
Quem mostra predisposição a inflamações está tentando evitar conflitos.No caso de contrairmos uma doença infecciosa, devemos nos fazer as seguintes perguntas:
1 - Qual o conflito existente em minha vida que até agora eu não vejo?
2 - Que conflito estarei evitando?
3 - Que conflito tento fingir que não existe?
Para descobrir que conflito se trata, basta prestar atenção ao
simbolismo do órgão afetado ou da parte doente do corpo.

**Alergia - uma agressividade que se materializou**
A pessoa alérgica deve fazer a si mesma as seguintes perguntas:
1 - Por que não suporto tomar consciência da minha agressividade, e a
transfiro para a manifestação corporal?
2 - Quais âmbitos da vida me inspiram tanto medo que procuro
evitá-los?
3 - Para que temas apontam os meus alérgenos?
4 - Até que ponto uso minha alergia para manipular o meio ambiente?
5 - Como encaro o amor, qual é a minha capacidade de amar?

**Respiração - Assimilação da Vida**
No caso de doenças que tenham relação com a respiração, a pessoa
doente deve fazer a si mesma as seguintes perguntas:
1 - O que me faz sentir falta de ar?
2 - O que me recuso a aceitar?
3 - O que estou evitando dar?
4 - Com o que não desejo entrar em contato?
5 - Acaso terei medo de dar o passo para uma nova liberdade?

**Asma**
Perguntas que a pessoa asmática deve fazer a si mesma:
1 - Em que âmbitos da vida quero receber sem dar nada em troca?
2 - Consigo confessar conscientemente minhas agressões?    Que
possibilidades disponho para expressá-las?
3 - Como lido com o conflito entre a vontade de dominar  e  a sensação
de inferioridade?
4 - Quais setores da vida valorizo e quais rejeito?    Posso sentir
algo do medo que fundamenta meu sistema de valores?
5 - Quais setores da vida procuro evitar por considerá-los sujas,
baixos, ignóbeis?

Não se esqueça:    Sempre que se sente uma limitação, ela de fato é medo!
O  único modo de combater o medo é expandindo-se.  A expansão ocorre se a pessoa deixar entrar aquilo que até agora rejeitou, ou seja pesquise, vá conhecer o que rejeita, e racionalizará as razões de seu medo!

**Males Estomacais e Digestivos**
No caso de males estomacais e digestivos devemos nos fazer as
seguintes perguntas:
1 - O que não posso ou não quero engolir?
2 - Algo está me moendo por dentro?
3 - Como lido com meus sentimentos?
4 - O que me deixa tão azedo?
5 - Como expresso a minha agressividade?
6 - Como fujo dos conflitos?
7 - Existe em mim, alguma saudade reprimida de um paraíso infantil,
livre de conflitos, em que eu só seja amado e cuidado, sem precisar me esforçar para nada?

**Doenças Hepáticas**
A pessoa que sofre do fígado deve fazer a si mesma as seguintes
perguntas:
1 - Em que âmbitos perdi a capacidade de fazer uma avaliação e uma
discriminação corretas?
2 - Onde é que não consigo mais decidir entre aquilo que posso
suportar e aquilo que é um "veneno" para mim?
3 - Em que sentido ando cometendo excessos?    Até que ponto estou
voando alto demais" (ilusões de grandeza) e onde venho ultrapassando os
limites?
4 - Acaso me preocupo comigo mesmo e com o âmbito da minha religiosidade”, de minha religação com a fonte primordial? Ou o mundo da multiplicidade está impedindo minha percepção  intuitiva?  Os temas filosóficos ocupam uma parte muito pequena na minha vida?
5 - Confio nos outros?

**Doenças dos Olhos**
Quem tiver problemas com os olhos, ou seja, com a visão, deve em primeiro lugar abandonar por um dia seus óculos (e/ou lentes de contato) e viver conscientemente a situação honesta de vida  criada pelo fato.
Depois desse dia, deve fazer um relatório honesto, descrevendo o modo como viu o mundo e  as experiências que teve, o que pôde e o que não pôde fazer, no que foi impedido pela falta de  visão, como lidou com o ambiente exterior etc. Um  relatório como esse deve fornecer-lhe material suficiente para poder conhecer melhor sua personalidade, seu mundo e seu modo de ser.
Essencialmente, deve responder às seguintes perguntas:
1 - O que não desejo ver?
2 - Minha subjetividade tem impedido meu auto-conhecimento?
3 - Deixo de ver a mim mesmo nos acontecimentos?
4 - Uso a visão para obter uma percepção mais elevada?
5 - Tenho medo de ver os contornos rígidos (definidos) das coisas?
6 - Posso suportar, afinal, ver as coisas como elas são?
7 - Qual o âmbito de minha personalidade de que procuro desviar o olhar?

**Doenças do Ouvido**
Quem tem problemas com os ouvidos, ou seja, com o ato de ouvir, deve de preferência fazer a si mesmo as seguintes perguntas:
1 - Por que não estou disposto a prestar atenção ao que os outros
dizem?
2 - A quem ou a que não desejo obedecer?
3 - Há equilíbrio entre os dois pólos de minha personalidade, o
egocentrismo e a submissão?

**Dores de Cabeça**
Quem sofrer de dores de cabeça o tiver enxaquecas deve fazer a si mesmo as seguintes perguntas:
1 - Com que estou "quebrando a minha cabeça"?
2 - O "em cima" e o "embaixo" estão num equilíbrio dinâmico dentro de mim?
3 - Estou me esforçando demais para subir?  (cobiça)
4 - Sou um cabeçudo e tento derrubar os obstáculos com a cabeça?
5 - Tento substituir a ação pelo pensamento?
6 - Estarei sendo honesto no que se refere aos meus problemas sexuais?
7 - Por que transfiro o orgasmo para a cabeça?

**Doenças de Pele**
Quem teve afecções cutâneas deve fazer a si mesmo as seguintes perguntas:
1 - Acaso estarei me isolando demais?
2 - Qual é a minha capacidade de estabelecer contatos?
3 - Por trás da minha atitude defensiva não haverá um desejo de intimidade?
4 - O que será que deseja atravessar os limites a fim de se tornar visível (sexualidade, desejo, paixão, agressividade, satisfação)?
5 - O que é que de fato está "coçando" dentro de mim?
6 - Acaso resolvi viver no ostracismo?

**Doenças Renais**
Quando temos alguma coisa nos rins devemos fazer a nós mesmos as seguintes perguntas:
1 - Quais problemas me afligem no âmbito conjugal?
2 - Acaso tenho tendência a estagnar na projeção e, desta forma, a
considerar os erros do meu parceiro como problemas que só dizem respeito a ele?
3 - Deixo de ver a mim mesmo no modo como o meu parceiro se comporta?
4 - Ando me apegando a velhos problemas e, deste modo, interrompendo o fluxo do meu próprio desenvolvimento?
5 - A que salto para o futuro meu cálculo renal está tentando me estimular?

**Os males da Bexiga**
Doenças na bexiga sugerem as seguintes perguntas:
1 - A quais âmbitos me apego, embora ultrapassados, e só à espera de
serem eliminados?
2 - Em que ponto me coloco sob pressão e a projeto para os outros
(exames,  o chefe)?
3 - Que assuntos gastos devo abandonar?
4 - Por que choro?

**Doenças Cardíacas**
No caso de perturbações e doenças cardíacas devemos fazer as
seguintes perguntas:
1 - Há equilíbrio entre meu coração e minha cabeça, entre a
compreensão e o sentimento?    Eles estão em harmonia?
2 - Dou espaço suficiente para meus próprios sentimentos, me atrevo a
demonstrá-los?
3 - Vivo e amo de todo coração ou apenas participo, sem grande
entusiasmo?
4 - Minha vida transcorre num ritmo animado ou a forço a dotar um
ritmo rígido?
5 - Ainda há combustível e explosivos suficientes em minha vida?
6 - Tenho escutado a voz de meu coração?

**Distúrbios do Sono**
A insônia deve servir de motivo para se fazer as seguintes perguntas:
1 - Até que ponto dependo do poder, do controle, do intelecto e da observação?
2 - Acaso posso me desapegar?
3 - Como desenvolvo minha capacidade de entrega e minha sensação de uma  confiança básica?
4 - Acaso me preocupo com o lado sombrio da minha alma?
5 - Quão grande é o meu medo da morte? Já me reconciliei o suficiente com ela?

**Uma necessidade exagerada de dormir suscita as seguintes questões:**
1 - Ando fugindo da atividade, da responsabilidade, da conscientização?
2 - Vivo num mundo quimérico e tenho medo de acordar para a realidade da  vida?

**Lista das Correspondências Psíquicas dos Órgãos e Palavras-chave para as partes do Corpo**
Bexiga - Pressão, desapego.
Boca - Disposição para receber.
Cabelos - Liberdade, poder.
Coração - Capacidade de amar, emoção.
Costas - Correção.
Dentes - Agressividade, vitalidade.
Estômago - Sensação, capacidade de absorção.
Fígado - Avaliação, filosofia, religiosidade.
Gengivas - Desconfiança.
Intestino delgado - Elaboração, análise.
Intestino grosso - Inconsciente ambição.
Joelhos - Humildade.
Mãos - Entendimento, capacidade de ação.
Membros - Movimentos, flexibilidade, atividade.
Músculos - Mobilidade, flexibilidade, atividade.
Nariz - Poder, orgulho, sexualidade.
Olhos - Discernimento.
Ouvidos - Obediência.
Órgãos genitais - Sexualidade.
Ossos - Firmeza, cumprimento das normas.
Pele - Delimitação, normas, contato, carinho.
Pênis - Poder.
Pés - Compreensão, firmeza, enraizamento, humildade.
Pescoço - Medo.
Pulmões - Contato, comunicação, liberdade.
Rins - Parceria, discernimento, eliminação.
Sangue - Força vital, vitalidade.
Unhas - Agressividade.
Vagina - Entrega.
Vesícula biliar - Agressividade.

**A Depressão**
Depressão é um termo geral para um quadro sintomático que vai de um mero sentimento de abatimento até uma perda real da motivação para viver, ou a assim chamada depressão endógena, que é acompanhada de apatia absoluta.
Ao lado da inibição total das atividades e de uma disposição abatida de ânimo, encontramos na depressão sobretudo um grande número de sintomas colaterais físicos, como cansaço, distúrbios do sono, falta de apetite, prisão de ventre, dores de cabeça, taquicardia, dores na coluna, descontrole menstrual  nas mulheres e queda do nível corporal da energia.

A pessoa depressiva é atormentada pela sensação de culpa e vive se auto-repreendendo; está sempre ocupada em voltar às boas (fazer as pazes) com tudo.    A palavra depressão deriva do verbo latino deprimo, que significa "subjugar" e "reprimir".    A questão que surge de imediato se refere ao que  a  pessoa deprimida sente, se está sendo subjugada ou se está de fato reprimindo alguma coisa.    Para responder à questão temos de considerar três âmbitos relativos ao assunto:

**1 - Agressividade:**
Num trecho anterior do livro dissemos que a agressividade que não é exteriorizada acaba por se transformar em dor física.    Poderíamos completar essa constatação ao dizermos que a agressividade reprimida leva, no âmbito psíquico, à depressão.    A agressividade cuja manifestação é impedida, bloqueada, volta-se para dentro de tal forma que o agressor acaba por tornar-se a vítima.

A agressividade reprimida acaba sendo responsável não só pela sensação de culpa, mas também pelos inúmeros sintomas que a acompanham, com seus vários tipos de sofrimento.    Já dissemos, num momento anterior, que a agressividade é tão-somente uma forma específica de energia vital e de atividade.

Sendo assim, aqueles que ansiosamente reprimem seus impulsos agressivos reprimem ao mesmo tempo toda sua energia e atividade.Embora a psiquiatria tente envolver as pessoas deprimidas em algum tipo de atividade, elas simplesmente acham isso uma ameaça.
De forma compulsiva, elas evitam tudo o que possa suscitar desaprovação e tentam  ocultar seus impulsos destrutivos e agressivos, vivendo de maneira irrepreensível.    A agressividade dirigida contra a própria pessoa chega ao auge no caso do suicídio.    Tendências suicidas sempre são um alerta para que observemos a quem são dirigidas de fato as intenções assassinas.

**2 - Responsabilidade:**
À exceção do suicídio, a depressão sempre é, em última  análise, um modo de evitar responsabilidades.    Os que sofrem de depressão já não agem; meramente vegetam, estão mais mortos do que vivos. No entanto, apesar de sua contínua recusa em lidar de forma ativa com a vida, os depressivos são acusados pela responsabilidade que entra pela porta de trás, ou seja, por seus próprios sentimentos de culpa. O medo de assumir responsabilidades passa para o primeiro plano exatamente quando essas pessoas têm de entrar numa nova fase da vida, tornando-se bastante visível, por exemplo, na
depressão puerperal.

**3 - Recolhimento - solidão - velhice - morte:**
Estes quatro tópicos intimamente relacionados servem para resumir as áreas mais importantes dos três temas anteriores, mostrando quais são os nossos pressupostos básicos para refletir sobre eles.    A depressão provoca o confronto dos pacientes com o pólo mortal da vida.

As pessoas que sofrem de depressão são privadas de tudo o que de fato está vivo, como o movimento, a mudança, o companheirismo e a comunicação. Em sua vida, é o pólo oposto que se manifesta, ou seja, a  apatia, a rigidez, a solidão, os pensamentos voltados para a morte.

Na verdade, embora esse aspecto mortal da vida seja sentido com intensidade na depressão, ele nada mais é do que a própria sombra do paciente.
Nesse caso, o conflito está no fato de a pessoa deprimida ter tanto medo de viver como de morrer.    A vida ativa traz consigo uma culpa e uma responsabilidade inevitáveis e esses são sentimentos que o deprimido faz questão de evitar. Aceitar responsabilidade é o mesmo que abandonar todas as projeções e aceitar a própria singularidade, ou o fato de estar só.

Personalidades depressivas, no entanto, têm medo de fazer isso e, portanto, precisam apegar-se aos outros.    A separação que, por exemplo, a morte de pessoas íntimas lhes impõe, pode servir de estímulo para a depressão.
Os depressivos são, antes de mais nada, abandonados por conta própria e viver por conta própria, assumindo responsabilidades, é a última coisa que querem fazer.
Ter medo da morte é um outro fato que não lhes permite suportar a
condicionalidade da vida.
A depressão nos torna honestos: ela revela a nossa incapacidade tanto para viver como para morrer.

Segundo a psicóloga americana Lois todas as doenças que temos são criadas por nós.    Ela afirma que somos 100% responsáveis por tudo de ruim que acontece no nosso organismo.    "Todas as doenças têm origem num estado de não-perdão", diz a psicóloga.
Sempre que estamos doentes, necessitamos descobrir a quem precisamos
perdoar.
Quando estamos empacados num certo ponto, significa que precisamos perdoar mais.
Pesar, tristeza, raiva e vingança são sentimentos que vieram de um espaço onde não houve perdão.    Perdoar dissolve o ressentimento.
A seguir, você vai conhecer uma relação de algumas doenças e suas prováveis causas, elaboradas pela psicóloga Lois.

**DOENÇAS / CAUSAS:**
AMIGDALITE: Emoções reprimidas, criatividade sufocada.
ANOREXIA: Ódio ao externo de si mesmo.
APENDICITE: Medo da vida.    Bloqueio do fluxo do que é bom.
ARTERIOSCLEROSE: Resistência.    Recusa em ver o bem.
ARTRITE: Crítica conservada por longo tempo.
ASMA: Sentimento contido, choro reprimido.
BRONQUITE: Ambiente em família inflamado.    Gritos, discussões.
CÂNCER: Mágoa profunda, tristezas mantidas por muito tempo.
COLESTEROL: Medo de aceitar a alegria.
DERRAME: Resistência.    Rejeição a vida.
DIABETES: Tristeza profunda.
DIARRÉIA: Medo, rejeição, fuga.
DOR DE CABEÇA: Autocrítica, falta de autovalorização.
ENXAQUECA: Medos sexuais.    Raiva reprimida.    Pessoa
perfeccionista.
FIBROMAS: Alimentar mágoas causadas pelo parceiro.
FRIGIDEZ: Medo.    Negação do prazer.
GASTRITE: Incerteza profunda.    Sensação de condenação.
HEMORROIDAS: Medo de prazos determinados.    Raiva do passado.
HEPATITE: Raiva, ódio.    Resistência a mudanças.
INSONIA: Medo, culpa.
LABIRINTITE: Medo de não estar no controle.
MENINGITE: Tumulto interior.    Falta de apoio.
NÓDULOS: Ressentimento, frustração.    Ego ferido.
PELE (ACNE): Individualidade ameaçada.    Não aceitar a si mesmo.
PNEUMONIA: Desespero.    Cansaço da vida.
PRESSÃO ALTA: Problema emocional duradouro não resolvido.
PRESSÃO BAIXA: Falta de amor em criança.    Derrotismo

PRISÃO DE VENTRE: Preso ao passado.    Medo de não ter dinheiro
suficiente.
PULMÕES: Medo de absorver a vida.
QUISTOS: Alimentar mágoa.    Falsa evolução.
RESFRIADOS: Confusão mental, desordem, mágoas.
REUMATISMO: Sentir-se vítima.    Falta de amor.    Amargura.
RINITE ALÉRGICA: Congestão emocional.    Culpa, crença em perseguição
RINS: Crítica, desapontamento, fracasso.

SINUSITE: Irritação com pessoa próxima.

TIREÓIDE: Humilhação.

TUMORES: Alimentar mágoas. Acumular

**Compartilhe este artigo**