

**Libris**.RO

Respect pentru oameni și cărți

**Jacques Martel**

**Marele Dictionar  
al BOLILOR și  
AFECȚIUNILOR  
Cauzele subtile ale îmbolnăvirii**

**EDIȚIA IV  
REVIZUITĂ**

**Editura Ascendent  
2019**

**BEST SELLER  
INTERNATIONAL**

## A

1. **A SCUIPA SÂNGE** *Vezi: SÂNGE*
2. **ACCIDENT VASCULAR CEREBRAL** *Vezi: CREIER*
3. **ACIDITATE GASTRICĂ** *Vezi: STOMAC-ARSURI*
4. **ACIDOZĂ** *Vezi: și GUTĂ, REUMATISM*

Acidul este adesea legat de ceea ce erodează metalul. Acidoza indică faptul că am refuzat să asimilez o situație care s-a acumulat la nivel inconștient, antrenând pe plan fizic un nivel mare de aciditate în sânge sau în lichidul în care înnoată celulele. A asimila înseamnă a rezolva, trata, regla problema, situația sau conflictul care mă deranjează, care îmi otrăvește existența. Este nevoie să mă întreb care este situația (adesea de natură emoțională) care mă erodează pe interior. Este posibil să trăiesc în prezent o situație care face să atingă în mine sentimentul de insatisfacție privind relațiile pe care le aveam cândva cu mama mea. Pot trăi o insatisfacție similară în raport cu copiii mei, cu prietenii sau angajații în fața cărora mă simt "ca o mamă". Am dificultatea de a mă opri, nu îndrăznesc să mă odihnesc, să-mi ofer timp. Acidoza respiratorie sau acidoza gazoasă provine din faptul că nu elimin suficient gaz carbonic prin respirația mea. Are legătură cu experiențele trăite în raport cu anturajul meu. În cazul acidozei lactice, regăsim o cantitate excesivă de acid lactic în sânge. Întrucât sângele transportă în mod normal bucurie, se întâmplă ca tot ceea ce este negativ în viața mea să mă afecteze în mod exagerat. În cazurile extreme, reumatismul este consecința directă și adesea inevitabilă a excesului de aciditate.

Accept ↓ ♥ să văd și să tratez la nivelul inimii situațiile agasante și iritante din viața mea. Concentrându-mi atenția pe un proces conștient de deschidere și acceptare, pot evita să suport fizic această boală dureroasă și tratamentul ei dureros. Aleg să trăiesc mai degrabă bucuria, libertatea și pacea interioară.

5. **ACNEE** *Vezi: PIELE*
6. **ACRODERMATITA** *Vezi: PIELE*
7. **ACROMEGALIE** *Vezi: OS*
8. **ACROKERATOZA** *Vezi: PIELE*
9. **ACUFENA** *Vezi: URECHI*
10. **ACUMULARE LICHID SINOVIAL** *Vezi: BURSA*
11. **AFAZIA** *Vezi și: ALEXIA CONGENITALĂ, VORBIRE*

**Afazia** este o tulburare de exprimare și/sau de înțelegere a limbajului oral sau scris (alexia), cauzată de o leziune cerebrală localizată. În general, afazia presupune pierderea memoriei semnelor obișnuite, prin care ne exprimăm ideile față de cei din jur. Centrii limbajului se află în emisfera stângă a creierului, în jumătatea rațională, specializată în citit, vorbit, numărat, analiză, reflecție și în stabilirea

relațiilor. Corespunde laturii mele Yang (emițător, acțiune). În cazul în care am o astfel de afecțiune, îmi analizez felul în care transmit mesajele. Inconștientul meu se teme că nu va fi înțeles? Am îndoieli legate de capacitatea mea de exprimare? Simt o angoasă la ideea de a mă exprima, nu îndrăznesc, de teamă că "voi crea valuri" în jurul meu. Astfel, rămân la un nivel superficial. Nu pot să merg mai în profunzime: astfel evit să descopăr lucruri care nu îmi plac. Mă simt ca într-o închisoare și, în același timp, mă simt eliberat, pentru că nu trebuie să explic totul, să mă justific. Îmi este teamă că voi fi judecat de ceilalți și pentru că nu am încredere, vreau să controlez totul.

Accept♥ evenimentele vieții, la nivelul inimii♥, fără să mai trec totul prin filtrul rațiunii. Îmi aleg, conștient, cuvintele potrivite pentru a exprima ceea ce trebuie spus, îmi eliberez astfel fricile, îndoielile și nesiguranța. Îndrăznesc să fiu eu însumi, îmi exprim suferințele și decepțiile, știind că acesta este modul cel mai eficient de a mă elibera de secrete și de suferință; îmi regăsesc pacea interioară și dorința de a exploata universul, de care m-am deconectat.

## 12. AFONIA SAU STINGEREA VOCII

Vocea reprezintă exprimarea de sine, creativitatea. O emoție prea puternică (depresie, neliniște) poate determina să nu mai știu ce spun sau în ce direcție să merg sau cum să interpretez acea direcție, în funcție de emoția trăită. Această emoție, este posibil să fi fost trăită pe plan sexual și are repercusiuni asupra vocii și a corzilor vocale, deoarece cel de al doilea centru de energie (sexuală) are legătură directă cu gâtul, cel de-al cincilea centru de energie. Sensibilitatea mea (hiperemotivitatea) a fost afectată și nu mai pot spune nimic, oricât aș încerca! Simt că "mi se taie răsuflarea". Dacă îmi risipesc prea mult energia, mai ales după un șoc emoțional, se va crea un gol interior, în locul disperării mele și sunetele vor fi "aspirate" de acest gol. Este ca și cum mi-aș înghiți cuvintele, în gât. Este important pentru mine să reiau contactul cu *sufletul comunicării interioare*. Este posibil ca această situație să mă protejeze, deoarece sunt într-o stare în care nu mai trebuie să vorbesc, nu îmi mai pot exprima secretele. Oare îmi folosesc într-un mod sănătos vocea și corzile vocale? Trebuie să fiu tăcut pentru un anumit timp? Se spune că "vorbele sunt bani" și "tăcerea e de aur"... Sau, cineva sau ceva m-a redus la tăcere, în mod forțat? Este posibil, să mă simt neputincios în exprimare, la modul general, deoarece am impresia că nu valorez prea mult. Cred că este mai bine să tac decât "să spun prostii". Aș vrea atât de mult ca ceilalți să asculte ceea ce am de spus, să fiu recunoscut pentru ceea ce sunt, să fiu respectat. Uneori mă simt foarte special, dar este o stare care durează foarte puțin și simt din nou neîncredere și culpabilitate și mă retrag în mine însumi. În loc să trăiesc pentru mine însumi, trăiesc în funcție de ceilalți și, pentru că nu știu ce să spun tot timpul, pentru a fi aprobat de ceilalți, prefer să tac: fie nu mai vorbesc, fie corzile mele vocale decid ele însele să nu mai emită sunete.

Accept♥ să îmi exprim emoțiile, creativitatea și ideile în felul în care mă simt cel mai bine, respectându-mi limitele.

## 13. AFTĂ *Vezi: GURĂ — AFTĂ*

#### 14. AHILE *Vezi: TENDONUL LUI AHILE*

#### 15. ALCOOLISM *Vezi și: ALERGII [ÎN GENERAL], CANCER LA LIMBĂ, FUMAT, DEPENDENȚĂ, DROGURI, SÂNGE — HIPOGLICEMIE*

Abuzul de băuturi alcoolice provoacă un întreg ansamblu de tulburări: pe plan fizic, corpul se schimbă și este crispat, capacitățile și funcționarea creierului se diminuează, sistemul nervos și cel muscular devin tensionate și supratensionate. Asemenea altor forme de dependență, **alcoolismul** se manifestă mai ales în momentul în care am nevoie să **umplu un gol afectiv sau interior profund**, un aspect din mine care îmi "otrăvește cu adevărat existența"! Pot să beau în mod abuziv, din mai multe motive: pentru ca să fug de realitate, oricare ar fi situația (conflict sau altceva) pentru că nu îmi convine; să fac față fricilor mele sau autorității (mai ales paterne) și oamenilor pe care îi iubesc, deoarece îmi este teamă să mă dezvălui așa cum sunt în realitate; să mă încurajez să merg mai departe, să vorbesc, să înfrunt oamenii (atunci când sunt *amețit* sunt, de obicei, mai deschis și mai puțin focalizat pe inhibițiile mele); să îmi dau un sentiment de putere și de forță; să am mai multă putere în relația mea afectivă deoarece starea mea îl va deranja, cu siguranță, pe partenerul meu. În această stare nu mai văd situațiile care ar putea fi periculoase pentru mine. Trăiesc o stare de singurătate, de izolare, de **culpabilitate**, de **angoasă interioară**, de **neînțelegere** și o anumită formă de **abandon** (familiar sau altfel) și am sentimentul că sunt o persoană fără valoare, inutilă, inadaptată, inferioară și incapabilă de a acționa pentru mine însumi și pentru ceilalți. Mă simt prizonierul unor principii foarte rigide. Deoarece cred că nu merit **iubirea** și fericirea, mă regăsesc într-un mediu rece, unde nimeni nu mă înțelege. În loc să construiesc relații solide cu ceilalți, fac acest lucru cu alcoolul, care devine "cel mai bun prieten al meu". Nu îmi găsesc locul în societate. În trecut, aveam obiceiul să trăiesc din plin, cu intensitate: aveam o **beție** a vitezei, de exemplu, a înălțimilor, a naturii, dar toate acestea au dispărut din viața mea. Am avut nevoie de un mic "stimulent". Uneori, vreau să evadez dintr-o situație conflictuală sau care mă face "să-mi înec suferința" sau orice altă emoție pe care îmi este greu să o înfrunt.

Nu mă simt ajutat, într-o anumită situație și alcoolul devine "cârja" mea. Alcoolismul poate avea legătură cu una sau mai multe situații care creează o tensiune. Atunci când beau un pahar de alcool, la început, tensiunea se micșorează și se înregistrează o mișcare de genul: tensiune → alcool → stare de bine. Altfel spus, atunci când trăiesc o tensiune, beau un pahar de alcool și mă simt mai bine. Mai departe, este posibil să dezvolt un automatism și, de fiecare dată când trăiesc o tensiune, informația înscrisă în creierul meu este să iau un pahar de **alcool**, pentru a mă simți mai bine. Una dintre cauzele alcoolismului este dificultatea pe care am avut-o, în copilărie, de a comunica cu o familie în care un membru al acesteia (de obicei, mama sau tata) era alcoolic; în astfel de familii, există mai multe certuri, uneori violență fizică și psihologică și abuzuri de toate felurile. Este posibil să încerc să mă disociez de familia mea, care nu îmi convine. Există o scădere a simțului meu moral: certurile frecvente provocau o devalorizare a imaginii parentale și o lipsă a structurilor etice. Aș fi vrut să îi reconcilies pe părinții mei și

nu mai suportam să trăiesc în acel cămin, care era distrus sub ochii mei. În unele familii, consumul de alcool este favorizat de educație, adulții pot duce copilul cu ei, atunci când beau, în joacă sau pentru a arăta că este ceva **normal**, obișnuit pentru ei. Tulburările nevrotice și alterările de personalitate, care decurg din acestea, sunt factori puternici ai alcoolismului, care se manifestă, odată cu vârsta adultă. Este posibil ca, unele carențe alimentare să poată provoca o completare suplimentară, oferită de alcool. **Alcoolismul** poate induce stări de hipoglicemie, cu atât mai mult cu cât, moleculele de alcool se pot transforma repede în glucoză (doar temporar). Acest lucru explică de ce, dacă sunt alcoolic și nu mai consum alcool, este posibil să încep să consum cantități foarte mari de cafea (cafeina este tot un stimulent) și să mă îndop cu dulciuri sau produse de patiserie. Uneori pot să și fumez foarte mult, deoarece fumatul îmi oferă un stimul (prin creșterea ritmului cardiac) de care am nevoie pentru a mă simți în formă. Este important să descopăr ce anume îmi provoacă această tristețe legată de hipoglicemie, deoarece nu am rezolvat cauza. O altă cauză a **alcoolismului** poate fi constituită de diverse forme de alergie. Astfel, pot să beau doar anumite băuturi, precum coniac, gin, rom, whisky etc. Se pare că doar unele băuturi mă pot satisface. Este posibil să fiu alergic la unul sau mai multe dintre ingredientele componente ale acelei băuturi, de exemplu grâu, orz, secară etc. În acest caz, mă pot întreba la ce sau la cine sunt alergic. Alcoolismul poate fi provocat, de asemenea, de o persoană sau o situație, pe care nu am acceptat-o ↓♥ când eram copil. Dacă, în copilărie, am fost victima unui abuz sexual (sau m-am simțit vinovat din această cauză) este posibil ca acest lucru să mă determine să beau. Dacă nu am acceptat ↓♥ furia tatălui meu alcoolic, este posibil ca, printr-o asociere, să am crize de furie la fel ca tatăl meu și să devin și eu **alcoolic**. Astfel, pot să beau pentru a-mi uita grijile, trecutul, viitorul și, mai ales **prezentul**. Vreau să evadesc tot timpul și îmi creez un univers iluzoriu și fantastic, o formă de exaltare artificială, pentru a fugi de lumea reală și pentru a disocia astfel o realitate de multe ori dificilă de un vis nesatisfăcător. Nu mai văd adevăratul sens al vieții mele. Trăind conform normelor părinților mei sau ale societății, mă îndepărtez de mine însumi. Mă simt diferit, neadaptat la restul lumii. La ce folosesc diplomele, titlurile importante? Percep lumea ca fiind foarte materialistă și nu știu cum să fac parte dintr-o astfel de lume. Trebuie să mă îndepărtez de creativitatea mea, de imaginația mea și "să fac ca toată lumea". Dar dacă fac acest lucru am impresia că "îmi pierd sufletul". Prin alcool, pentru un timp, pot să mă uit de sentimentele de singurătate, de neînțelegere, de neputință, de a fi diferit de ceilalți, de respingere față de mine însumi. Îmi pot abandona responsabilitățile și mă pot simți "eliberat", pentru moment. Această situație nu face decât să se înrăutățească, pe măsură ce dependența mea de alcool (sau de droguri) crește, deoarece devin tot mai nesatisfăcut de existența mea.

Vreau să mă separ de realitate și evadesc într-o lume a iluziilor, dar când "mă trezesc" realitatea mi se pare și mai greu de trăit și de multe ori am o stare de depresie. Vreau să părăsesc realitatea exterioară, pentru a trăi în propria mea realitate. Mă **clatin**, nu am mintea limpede, mai ales atunci când devin dependent, am același tip de dependență afectivă, **al cărui obiect poate aș fi vrut să fiu și pe care cred că, mama sau tatăl** meu nu mi-au mărturisit-o niciodată. Vreau atât de

libris  
Respect pentru oameni și cărți

mult să fiu iubit necondiționat. Poate vreau să fuzionez cu mama mea, care îmi lipsește sau, din contra, să mă îndepărtez de ea, deoarece nu am primit dragostea ei și mă opun acesteia. De asemenea, **conștientizez** că, atunci când beau, pot spune lucruri pe care, în restul timpului nu le pot exprima. **Alcoolul** devine un fel de modalitate de a face "să vorbească inconștientul meu". În aceste momente de criză exprim tot ceea ce nu pot să spun sau să fac, când sunt treaz.

Accept↓♥ ca, începând de acum să privesc viața în față, să nu mă mai distrug și să mă responsabilizez. Este momentul să mă concentrez pe calitățile mele fizice și spirituale, chiar dacă trecutul a fost dureros pentru mine și, într-un anumit fel, alcoolul a fost cel mai bun prieten al meu. Începând de acum, accept↓♥ să îmi fac ordine în viață, să încep să îmi apreciez calitățile și ceea ce sunt. Sunt pe calea spre reușită. Voi ști să mă respect mai mult și să găsesc mai ușor soluția la problemele mele (experiențele mele) în loc să fiu într-o stare temporară sau aproape permanentă de fugă și de disperare.

Accept↓♥ faptul că sunt diferit și îmi asum din plin acest lucru. Îmi las să se exprime calitățile mele unice, știind că nu trebuie să împlinesc așteptările societății. Lăsând să se dezvolte plenitudinea mea interioară, fiind deschis față de **iubirea** și tandrețea pe care mi le oferă oamenii și universul, nu voi mai avea nevoie să mă "umplu" cu băutură.

## 16. ALEXIE CONGENITALĂ (cecitate verbală)

**Alexia congenitală** sau **cecitatea verbală** este o incapacitate patologică de a citi<sup>1</sup>. Fie pot citi literele, dar nu și cuvintele întregi, fie citesc toate cuvintele dintr-o frază, dar nu înțeleg sensul. Dacă sunt afectat de această boală, este posibil să am o **preocupare** mare sau o atenție exagerată față de gândurile mele. Dacă îmi concentrez atenția (în mod exagerat) pe aspecte din viața mea mai puțin importante, risc să sufăr și să fiu închis înfrânându-mi astfel evoluția. Am o mare nesiguranță față de necunoscut. Nu am putere asupra vieții mele și simt un gol imens.

Accept↓♥ faptul că am nevoie să fiu mai deschis, în interiorul meu, față de intuiția și imaginația mea, două capacități minunate pe care sufletul meu le deține pentru a se exprima. Dacă vreau să vindec această boală trebuie doar să observ aspectele în care viața mea este deranjată, ce anume mă împiedică să fac această boală sau ce mă împiedică să spun sau să văd. Având inima deschisă, voi putea rezolva această situație, într-un mod **conștient**. Pentru mine, ca și copil, este mai ușor să îmi exersez ascultarea interioară, deoarece sunt mai "conectat" decât adulții, **citesc mai ușor mesajele de iubire ale inimii♥ mele!** Îmi deschid mai mult intuiția și îmi manifest din plin creativitatea.

## 17. ALERGIE *Vezi și: ALCOOLISM, ASTM*

**Alergia** este starea unui subiect care, prin contactul anterior cu un anumit alergen dobândește proprietatea de a reacționa în urma unei agresiuni următoare, cauzată de acel alergen, într-un mod diferit, de obicei mai violent și mai incontrollabil. **Alergia** este răspunsul exagerat al sistemului imunitar la un factor exterior

<sup>1</sup> Patologică: o boală, științific vorbind

(alergen). În cazul în care sunt alergic, substanța alergenă nu produce reacții la majoritatea oamenilor, dar sistemul meu imunitar o consideră periculoasă. Acest răspuns, rezultat dintr-o cauză interioară este de multe ori mijlocul prin care corpul îmi semnalează faptul că trăiesc o stare de agresivitate și de ostilitate față de o persoană sau o situație oarecare, în funcție de interpretarea pe plan mental a ceea ce trăiesc. Alergia este o formă de apărare și un semn că Eul meu se protejează. Sensibilitatea mea prea mare îmi transmite mesajul că există ceva sau cineva ostil față de mine, că există un pericol. Nu mă mai simt în siguranță. **Alergiile** (inclusiv febra fânului) sunt asemănătoare cu astmul, dar reacția apare mai mult la nivelul ochilor, al nasului, al gâtului, decât la plămâni sau la piept. La ce anume sunt alergic? Ce mă deranjează atât de mult? Ce provoacă iritația și răspunsul emoțional atât de puternic al corpului meu (îmi curge nasul, curg ochii, îmi vine să plâng)? Toate aceste manifestări sunt răspunsul **sistemului meu emoțional**, eliberarea emoțiilor suprimate de către o reacție a corpului meu. Acesta reacționează la ceva, la un fel de simbol mental, deoarece încearcă să respingă, să ascundă sau să ignore ceea ce îl deranjează. Prin urmare, resping o parte din mine care mă irită. Este mijlocul pe care îl folosesc pentru a-mi exprima emoțiile, pentru a **scoate ceea ce este rău!** Deocamdată nimic nu poate opri această reacție de refuz și această reacție nu este rațională, ci are legătură cu instinctul și inconștientul. Este ca și cum ar exista ceva ce nu își are locul aici, un **inamic**, care îmi deranjează barierele de protecție. Acest inamic îmi ia puterea de a face sau de a fi ceva, lucru care mă afectează. Sunt **afectat** de puterea celorlalți asupra mea. Mă simt amenințat de o anumită frică inconștientă, pe care refuz să o exprim. Alergiile indică un **profund nivel de intoleranță**, poate din frica de mă implica din plin în viață, de a mă elibera de toate "cârjele" emoționale, care mă sprijină și care mă fac să fiu autosuficient. Prin **alergie**, mă separ de cei din jurul meu și trăiesc tot timpul în stare de alertă, deoarece nu vreau să intru în contact cu factorul alergen, sursa reacțiilor mele alergice. Păstrez distanța și comunic puțin. Este posibil să am o dificultate în a discerne lucrurile, a alege, a mă poziționa, a-mi ocupa locul cuvenit. Pot simți nevoia de a reuni membrii familiei, prin comunicare verbală și pe plan fizic. O caracteristică proprie unei persoane **alergice** este, de multe ori, impresia că nu este suficient de corectă! Vreau să atrag atenția, simpatia și suportul celorlalți. Oare folosesc **alergia** pentru a obține **iubirea** celorlalți? Este posibil. În orice caz, un lucru este sigur: am o **alergie** deoarece refuz o parte din mine însumi și am un conflict, inconștient, puternic. Prin alergie îmi exprim **opoziția**, este felul meu de a spune *nu* la ceva. Din cauza faptului că resping o parte din mine însumi (de obicei dorințele mele sexuale, pe care le reneg), simțurile mele se revoltă, deoarece vor să trăiască viața din plin. Când învăț să spun nu anumitor situații, sunt mai deschis să spun DA unor situații noi. Am puterea de a decide ceea ce este convenabil pentru mine, în propriul meu univers. Oamenii pot fi alergici la diverse lucruri: alimente, obiecte, forme, mirosuri. Toate acestea, implică cele cinci simțuri (mai ales mirosul, care este simțul cel mai puternic legat de memorie). **Mentalul** meu înregistrează o mulțime de impresii, **bune sau rele** pentru mine. Este foarte posibil să fiu alergic la ceva, un lucru pe care mentalul meu l-a asociat cu o amintire **rea** și pe care instinctul meu îl refulează în acel moment. **Alergia** se

referă la trecutul, care irită prezentul. Uneori, nu mai vreau să păstrez anumite evenimente în memoria mea, iar corpul meu încearcă să îmi amintească ceea ce vreau să uit. **Alergia** poate apărea de multe ori, în urma unui eveniment în care m-am simțit **separat** de un lucru, un animal, o persoană. De exemplu, poate fi vorba despre o **iubire de vară**, care s-a terminat brusc. Atunci când trăiesc o situație care îmi amintește acel eveniment trist pentru mine, voi avea acea alergie, deoarece, pe undeva, corpul meu (simțurile mele) își amintește totul și înregistrează în celulele mele. Atunci când o persoană iubită își părăsește corpul fizic, iar doliul nu a fost făcut, pot deveni alergic la ceva care îmi amintește de acea persoană și de separarea definitivă, pe care nu am acceptat-o. ♡. **Pielea** mea poate reacționa la supărarea cauzată de despărțire. Dacă situația trăită este însoțită de o angoasă puternică, atunci sinusurile mele vor fi afectate (**răceală**, strănut). Sau, în cazul în care, o situație "nu miroase bine" și încerc să o evit sau să mă țin la distanță de ea. Dacă apare o **sinuzită**, am impresia că nu pot scăpa sau nu pot ieși din acea situație, mă simt prizonier. Dacă am o frică puternică, alergia se va exprima mai ales prin **tuse** (dificultatea de a respira), iar dacă ceea ce am trăit cel mai dificil, a fost separarea în sine, reacțiile alergene vor apărea mai ales pe **piele** (eczemă, urticarie, dermită etc.)

**Alergia la un aliment** (de exemplu: zahăr și alcool, la o persoană alcoolică) are legătură cu o experiență în care, m-am aflat în situația de a spune nu, față de ceva ce iubeam foarte mult, iar frustrarea trăită a dus la apariția **alergiei**. De multe ori, poate fi vorba despre o frică de nou și de aventură, o lipsă de încredere față de viață. Mă simt obligat să mă privesc de această bucurie, de veselie, crezând că viața este ceva monotom, fără nicio provocare. Oare ce vreau să evit să înfrunt? Ce mă face să reacționez atât de puternic? Ce mă sperie atât de mult? Există ceva de care îmi este teamă și vreau să îndepartez acel lucru de mine? Asupra a ce aș vrea să am control (sau o anumită putere) dar simt că îmi scapă acel lucru? (ca și în cazul anorexiei, trebuie să controlez cu grijă ceea ce mănânc, cu riscul de a muri, mai ales în cazurile acute de **alergii alimentare**). În unele cazuri, este posibil ca, mentalul meu să asocieze anumite situații cu anumite substanțe, cu nume asemănătoare. Astfel, dacă, de exemplu, am fost nevoit să îmi părăsesc locul de muncă (în limba franceză *boulot*) pentru totdeauna și să mă consacru vieții religioase, pot deveni alergic la mesteacăn (în limba franceză *bouleau*). După câțiva ani, după ce am acceptat ♡ și am integrat această schimbare, alergia poate dispărea. Iată un exemplu: un nou-născut este alergic la piersici (*pêche- piersică*, în limba franceză). Din ce cauză? Pentru că, mama lui, nerăbdătoare și pe punctul de a naște i-a spus soțului ei: "*Grăbește-te (dépêche-toi*, în limba franceză), vom întârzia la spital!" Astfel, la baza alergiei există întotdeauna o emoție de iritare sau frustrare asociată cu un produs sau o situație, pentru a-mi aminti situația pe care o am de integrat sau de conștientizat. **Alergia** se poate manifesta atunci când cadrul vieții mele se schimbă, este reevaluat. Reperele mele se schimbă, chiar dacă este vorba despre un eveniment fericit pentru mine. Un nou loc de muncă, o mutare, de exemplu, determină o anumită insecuritate și este posibil să vreau să mă protejiez. Încrederea mea scade, simt că amețesc. Faptul de a nu-mi recunoaște valoarea înseamnă că îmi supraapreciez partenerul, copilul, cel mai bun prieten sau un alt

apropiat. Inconștient, acest lucru mă irită și pot deveni alergic față de acea persoană.

Dacă îmi accept♥, la nivelul inimii♥ viața și fricile mele, procesul de integrare va avea loc și **alergiile** care îmi complică existența vor reveni în univers. Am nevoie de pace interioară și mai ales, de **iubire**. Sunt deschis și totul va fi bine. Accept♥ să îmi recunosc valoarea, să caut în profunzimea lucrurilor. Voi descoperi fericirea mea interioară. Acceptându-mi ♥ frumusețea și toate calitățile mele divine, voi fi în armonie cu ceilalți și frustrarea va dispărea.

### 18. ALERGIE LA ANIMALE (în general)

Animalele au un instinct și o sexualitate înnăscute și fiecare animal reprezintă o formă a **iubirii**. Astfel, o **alergie la un animal** (sau la blana lui) corespunde, în general, unei opoziții față de aspectul instinctiv sau sexual pe care îl reprezintă acel animal.

Accept♥ toate aspectele sexualității. Îmi accept, de asemenea, dorințele, atât pe cele conștiente, cât și pe cele inconștiente, deoarece fac parte integrantă din mine.

### 19. ALERGIE LA ANTIBIOTICE

**Antibioticul**<sup>2</sup> (anti=împotriva, bio=viață) este un corp (de origine bacteriană sau altceva) specializat în lupta împotriva microbilor. Microbii reprezintă însă și ei viață. Există astfel o contradicție. Iar cum rolul antibioticului este să "omoare" o anumită formă de viață din mine, atunci cum se face că sunt alergic la antibiotice? Poate pentru că refuz anumite forme de viață, anumite situații **vii** din existența mea (experiențe diverse, mai mult sau mai puțin plăcute).

Este nevoie să **conștientizez** că trebuie să accept♥ aceste experiențe, chiar dacă sunt dificile, deoarece am de învățat ceva din ele. Am încredere în potențialul meu creativ.

### 20. ALERGIE LA ARAHIDE (unt sau ulei)

Atunci când mănânc **unt sau ulei de arahide**, acest lucru activează în mine amintirea unui eveniment din copilărie, în care m-am simțit "exploatat" și față de care am regrete acum. Am avut impresia că eram pus să fac anumite lucruri pentru care nu consideram că sunt suficient de bine recompensat (material, sau cu afecțiune etc.) Chiar și astăzi pot munci pe brânci pentru foarte puțin și această situație mi se pare respingătoare, oribilă.

Trăiesc o furie interioară, pentru că sunt nevoit "să muncesc pentru arahide" (expresie folosită în Québec, care înseamnă, "să muncesc pentru nimic"). Încercând să găesc situația în care am trăit un astfel de sentiment, voi putea să îmi schimb memoria afectivă și să rezolv problema.

Accept♥ să **conștientizez** toate aspectele din viața mea în care mă simt ajutat și în care, viața este ușoară, îmi amplific sentimentul de bine, pentru a mă ajuta să-mi echilibrez sentimentele dureroase pe care le-am trăit în copilărie.

<sup>2</sup> **Antibiotic:** Sir Alexander Flemming este medicul și bacteriologul britanic (Darve 1881 – Londres 1955) care l-a descoperit în anul 1928, din penicilina care nu a putut fi extrasă decât în anul 1939 și testată pe oameni în 1941, deschizând astfel epoca antibioticelor

## 21. ALERGIE LA CAI .RO

Calul este asociat cu aspectul instinctiv al sexualității. Iar cum instinctul este legat de prima chakra<sup>3</sup> (coccisul), frica poate fi aceea "de a avea instincte sexuale primitive", care se manifestă printr-o alergie față de acest animal puternic. Poate cred că sexualitatea nu este destul de spirituală pentru mine, dacă simt, în sinea mea, dorința de a trăi aceste experiențe pentru a aduce mai multă spiritualitate pe plan material.

Accept↓♥ să fiu deschis față de experiențe noi, care mă vor ajuta să mă împlinesc.

## 22. ALERGIE LA CÂINI

Se spune despre câine că este "cel mai bun prieten al omului" (al ființei umane), prin urmare, dacă am o astfel de alergie, mă pot întreba ce persoană, sau ce situație mă face să trăiesc o furie, legată de prietenie? Dacă sunt alergic la câini, pot să simt o agresivitate și chiar o anumită violență față de sexualitate, pe care o leg de prietenie. Am o stare de disconfort, neștiind prea bine ce loc ocupă pentru mine sexualitatea, prietenia și **iubirea**. Această stare mă înfurie, iar furia se manifestă sub formă de **alergie**.

Accept↓♥ să îmi delimitez granițele prieteniei, o definesc pentru a clarifica anumite situații din viața mea, care pentru moment nu sunt prea bine definite. Mă respect în alegerile mele și în nevoile mele.

## 23. ALERGIE LA CĂPȘUNI

**Alergia la căpșuni** este asociată cu o frustrare, care pune în contradicție sentimentul de **iubire** și cel de plăcere, acesta din urmă fiind o nevoie fundamentală pentru mine, la fel de importantă ca mâncarea sau somnul. Această alergie își poate avea originea într-un eveniment pe care l-am trăit sau pe care, din contră, nu l-am trăit, în legătură cu o persoană sau o anumită situație. Sentimentul de ură și de culpabilitate poate duce la apariția acestei alergii. Plăcerea este atât de importantă pentru mine, în calitate de ființă umană, încât crizele puternice provocate de **alergia la căpșuni**, pot declanșa o incapacitate de a respira, care poate cauza moartea. Plămânii simbolizează viața și, prin această alergie, scot în evidență o nevoie fundamentală pentru mine, care nu este împlinită. Este important să îmi **conștientizez** nevoile fundamentale, știind că atunci când mănânc ceva, acesta este un mesaj de **iubire** față de mine însumi; atunci când dorm, este tot un gest de **iubire** față de mine, atunci când simt o plăcere, este tot o formă de **iubire** pentru mine însumi. **Alergia la căpșuni** poate proveni, de asemenea, dintr-un sentiment pe care l-am avut pentru cineva sau un sentiment pe care acea persoană l-a avut pentru mine. De exemplu, într-o situație în care am spus: "*Nu-mi place expresia acelei persoane*", în sensul că nu îmi place ce pune la cale. Poate fi vorba despre un membru al familiei în raport cu care mă întristează neînțelegerile dintre noi.

<sup>3</sup> **Prima chakră:** prima chakră este unul dintre cele șapte centre principale de energie din corp, situată la nivelul coccisului, la baza coloanei vertebrale