



Guarigione da problemi cardiaci A heart healing

Tradotto dal *Christian Science Journal*, ottobre 2009

Quando mio figlio era bambino cominciai ad avere delle crisi di vertigini. Il problema sembrava essere al cuore e si intensificò a tal punto che cominciai ad avere talvolta forti dolori al petto ed altri sintomi preoccupanti. Tutto ciò andò avanti per alcuni anni. Il problema diminuiva quando occasionalmente richiedevo il supporto in preghiera di un practitioner della Scienza Cristiana, ma poi ritornava fino a quando compresi che dovevo partecipare sinceramente anche io nel processo di questa guarigione: era come un duetto. Un practitioner mi ricordò che la definizione di cuore è esattamente come quella esposta nel Glossario di *Scienza e Salute*, a pagina 587. Mi disse che era proprio quello, niente di più, niente di meno. Questo ebbe un forte effetto su di me perché sembrò semplificare l'approccio alla guarigione e diminuì anche la mia paura. Iniziai uno studio approfondito della parola *cuore* nella Bibbia e negli scritti di Mary Baker Eddy; in particolare la definizione in *Scienza e Salute*. Ogni aspetto mi portava faccia a faccia con molti punti in cui avevo bisogno di spiritualizzare la mia vita e il mio pensiero: «CUORE. Sentimenti, moventi, affetti, gioie e afflizioni mortali».

Sentimenti: Riconobbi che avevo bisogno di guarire una mia propensione verso un'eccessiva sensibilità, rabbia ed emotività. Queste suscettibilità si manifestavano spesso quando ero tentata dalla paura, per la salute del mio bambino e per la mia, ed in particolare dalla paura del futuro. Tuttavia, mentre imparavo di più su ciò che Dio è e fa, compresi con maggiore chiarezza perché, in quanto Sua immagine e somiglianza, potevo rispondere a certe situazioni utilizzando il senso spirituale o l'intelligenza derivati dall'Anima, anziché reagire in base a quanto riportato dai sensi fisici. Imparai ad ascoltare le idee della Mente divina in modo da poter rispondere in modo appropriato anziché reagire emotivamente. Cominciai a capire che in realtà non c'erano circostanze che potessero disturbarmi o ferirmi; ma che la mia risposta ad esse era ciò che aveva importanza e determinava il mio benessere. Riconobbi di avere dominio spirituale sui miei pensieri e quindi di poter scegliere come volevo rispondere: potevo guardare alla vita come inquietudine e lotta costante o, come scrive Mary Baker Eddy, come «L'avventura divina dell'Amore» (*The First Church of Christ, Scientist, and Miscellany*, pag. 158).

Scelsi l'avventura divina dell'Amore! Incominciai a controllare il mio pensiero in modo più costante: quali pensieri avrei accettato, preso in considerazione e espresso, pensieri pieni di paura, preoccupati, tesi oppure illuminati da Dio, pacifici ed amorevoli? Mi esercitai ad ascoltare il Cristo, ovvero i messaggi dalla Mente e lo spirito dell'Amore e della Verità (vedi Salmi 62:5). Gradualmente compresi che, mentre assumevo il dominio sul mio pensiero, conquistavo il dominio sul mio corpo, e potevo farlo perché Dio mi aveva creata capace di sentirLo, di comprenderLo e di obbedire ai suoi messaggi.

Moventi: Compresi che i miei moventi dovevano venire spiritualizzati e purificati ed era essenziale un accresciuto altruismo: «la Tua volontà, Padre» prese la precedenza nei miei pensieri. Compresi anche che avevo bisogno di perdonare su molti fronti, «fino a settanta volte sette»; in altre parole e in ogni caso, come insegnato da Gesù (Matteo 18:22): un cuore gentile, forte e sano deve essere disposto a perdonare in modo naturale. L'inno che comincia con le parole «Dammi o Signor un cuore aperto a te» divenne un punto fermo (James J. Rome, *Innario della Scienza Cristiana*, N. 69).

Per altri articoli in italiano, accedere al link <http://www.spirituality.com/araldosc>

Affetti: I miei affetti dovevano venire ampliati ed espansi: questo includeva meno pensieri centrati sul sé e più pensieri verso i bisogni degli altri e verso il mondo. Divenni molto più familiare con gli attributi di Dio, quelli che Egli esprime in tutta la Sua creazione. Compresi che più avevo care queste qualità divine e mi corazzavo con esse, meno venivo tentata di venire intrappolata da pensieri di malattia. E imparai come fosse indispensabile «amare, amare, amare» veramente, come Mary Baker Eddy consigliava (*We Knew Mary Baker Eddy*, pag. 134).

Gioie: Comprendere tutto quello per cui dovevo essere grata divenne una priorità. Feci uno sforzo costante per sostituire la tendenza a concentrarmi su ciò che stava andando male con la gratitudine per tutte le cose buone e meravigliose nella mia vita. Meditai un passaggio della Bibbia: «Un cuore allegro è un buon rimedio » (Proverbi 17:22). Non avevo bisogno di medicine per il cuore né di esercizi speciali; dovevo dimostrare gioia per le continue benedizioni di Dio. Non c'era posto per un cuore aggravato o pesante nella creazione dell'Amore infinito.

Afflizioni mortali: Nel corso degli anni c'erano stati degli episodi debilitanti e deludenti riguardanti rapporti personali, questioni di salute, carriera professionale e così via. Il dolore e il dispiacere costituivano un bagaglio pesante, per cui mi sforzai di liberarmi dei ricordi dolorosi: la verità era che l'amore di Dio era disponibile e concreto allora come lo era sempre stato. Le Sue promesse di protezione e cura continue erano intatte e sicuramente c'erano «nuove opportunità ogni ora» per dimostrarlo, proprio come Mary Baker Eddy ci assicura (*Christian Healing*, pag. 19).

Tutto ciò che avevo imparato sembrò attivarsi in un momento specifico. Una notte ero a letto e avevo una grande difficoltà a respirare. A quel punto supplicai Dio: «Padre, ti prego, dimmi cosa ho bisogno di sapere». Giunse delicatamente la risposta di separarmi da un senso di identità nel corpo materiale, da un senso di corporalità, e di andare nel «ritiro dell'Altissimo» (Salmi 91:1). Capii che questo significava che dovevo completamente distogliere i miei pensieri dal corpo e rimanere presente con l'Amore. Mentre lo facevo, mi apparve un nuovo senso glorioso che la Vita non aveva assolutamente niente a che fare con la dimensione fisica e con un organo chiamato cuore. *Dio* era la mia Vita, era così chiaro! Da quel momento la guarigione procedette spedita e divenne completa e permanente.

Sono profondamente grata per i practitioner della Scienza Cristiana che mi hanno aiutata costantemente durante questo periodo. Quello che ho imparato, sia prima che dopo la guarigione, è di inestimabile valore ed ha confermato la mia fiducia permanente nel fatto che «a Dio ogni cosa è possibile» (Matteo 19:26).

Susan Collins, New York, NY, USA