

ERIC ROLF



La medicina del alma

EL CÓDIGO SECRETO DEL CUERPO
EL CORAZÓN DE LA SANACIÓN

 aquari

ERIC ROLF

La medicina del alma

El código secreto del cuerpo
El corazón de la sanación

CONCIENCIA EXPANDIDA

No se permite la reproducción total o parcial de este libro ni su incorporación a un sistema informático ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea este electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (arts. 216 y siguientes del Código Penal).

La editorial no se hace responsable por la información brindada por el autor en este libro.

La medicina del alma

El código secreto del cuerpo. El corazón de la sanación

© 2022, Eric Rolf

Primera edición en Zenith: octubre de 2015

De esta edición:

Diseño de portada e interiores:

Departamento de Diseño de Ediciones Aquari

Corrección de estilo: Sue Ellen Gora Prado

Derechos reservados

© 2022, Editorial Planeta Perú S. A.

Bajo su sello editorial **aquari**

Av. Juan de Aliaga N.º 425, of. 704

Magdalena del Mar,

Lima - Perú

www.planetadelibros.com.pe

Primera edición: agosto 2022

Tiraje: 1000 ejemplares

ISBN: 978-612-5083-02-9

Depósito Legal N.º: 2022-07122

Impreso en Industria Gráfica Cimagraf S. A. C.

Pasaje Santa Rosa 140, Ate-Vitarte, Lima 3, Perú

Lima – Perú, agosto 2022

Índice

Agradecimientos.....	11
Prólogo.....	13
El camino del sabor	17
130 principios de la medicina del alma	17
Introducción.....	27
¿En qué mundo vivimos?	39
Las cuatro preguntas básicas y algunas más.....	39
El idioma creativo interior	49
El código secreto del cuerpo.....	59
Los órganos externos: de los pies a la cabeza.....	61
Los pies.....	61
La canilla	73
Las pantorrillas.....	80
Las rodillas	87
La articulación de la rodilla (detrás de la rodilla)	101
Los muslos	103
Las piernas	105
La cadera	106
La pelvis.....	107
Los genitales	107
El área abdominal	123
El pecho	125
Los pechos.....	126
La espalda	128
Los hombros.....	156
El cuello.....	163
El cráneo	164

La cabeza.....	165
La piel.....	215
Los brazos.....	218
Los codos	219
Las muñecas	222
Las manos	222
Los órganos internos	227
Las arterias.....	231
Las articulaciones.....	233
El bazo.....	234
El cerebro	235
El sistema circulatorio	243
El clítoris	247
El colon	248
El corazón.....	248
Los dientes.....	253
Las glándulas endocrinas	256
Las enfermedades cardíacas	259
El estómago.....	261
La garganta.....	265
Las glándulas paratiroides	267
La glándula pineal.....	267
Las glándulas	267
El hígado.....	272
Los huesos	277
Los intestinos	280
La columna vertebral	285
La vejiga	287
Las glándulas linfáticas.....	289
La lengua	293
Los músculos.....	295
El nervio ciático	298
Los nervios	301
Los ovarios	304
El páncreas	306
Los pulmones	308
Los riñones	313
La sangre	317

LA MEDICINA DEL ALMA

Los senos paranasales	318
El sistema nervioso.....	320
Los tendones.....	322
Los testículos	325
La tiroides	337
El útero.....	342
Las venas	342
La vesícula biliar	346
Una lista de 52 condiciones	349
Alcoholismo	349
Alergias.....	349
Alzhéimer	350
Anemia.....	350
Anorexia.....	350
Artritis	351
Asma	351
Bronquitis.....	351
Cáncer.....	351
Cataratas.....	352
Ciática	352
Corazón.....	352
Depresión.....	352
Derrame cerebral	353
Diabetes.....	353
Diarrea.....	353
Dolor	353
Enfermedades de los niños en general	353
Epilepsia.....	354
Erupciones en la piel	354
Esclerosis múltiple.....	354
Esguince.....	354
Estreñimiento	355
Gastritis	355
Glaucoma.....	355
Hemorroides	355
Hepatitis.....	356
Herpes.....	356
Hipoglucemia	356

Infección urinaria	356
Infecciones	357
Leucemia	357
Meningitis.....	357
Migraña	358
Neumonía.....	358
Paperas.....	358
Párkinson.....	358
Pérdida de cabello	358
Pérdida de capacidad auditiva (sordera leve o completa)	359
Picores.....	359
Psoriasis.....	359
Quistes	359
Resfriados	360
Reuma.....	360
Sarampión.....	360
SIDA.....	360
Tartamudeo	361
Tos.....	361
Tumores.....	361
Úlcera.....	361
Verrugas.....	362
Viruela.....	362
Las doce enfermedades originales.....	363
Cómo aplicar esta información a tu propia vida	365
Un resumen sobre los alimentos del alma.....	373
Los veintidós alimentos del alma más específicos.....	373

*Dedico este libro a Carmen Augusto, mi compañera de camino,
esposa y mejor amiga durante los últimos 25 años.
En todo momento sabía que podía contar contigo.*

ERIC ROLF

Agradecimientos

Quiero dar las gracias a Carmen Augusto por sus esfuerzos incansables.

También quiero reconocer y agradecer a Mónica Gronchi por su trabajo extenso en el proceso de corrección, no solamente en este manuscrito, sino también en otros en los que participa con gusto y dedicación, como cuando me piden artículos para distintas revistas.

Prólogo

Contexto: la nueva visión, el camino del sabor y el paradigma de la medicina del alma.

Todos los humanos, en todos los lugares, buscamos resultados similares, aunque estos puedan aparecer en formas muy variadas. En su raíz, estos son salud vital, poder creativo —o lo que llamamos «riqueza» o «abundancia»— y relaciones maravillosas. Estos resultados comienzan con uno mismo, con la vida misma, y también con otros seres. En resumen: salud, dinero y amor o felicidad.

En el fondo de esa trinidad también está el simple hecho de que hemos venido aquí con un propósito que cumplir, y lo cierto es que lo estamos realizando. También es verdad que la mayoría de nosotros no somos conscientes de cómo realmente está ocurriendo. Pero, aun así, detrás de todo, ya somos lo que estamos buscando. La visión del «camino del sabor» reconoce y clarifica esta verdad viviente.

El camino del sabor es el marco más amplio que describe esta nueva visión del mundo que yo he ido compartiendo durante muchos años, a través de cursos, conferencias, artículos y libros. Como al principio, el interés estaba enfocado principalmente hacia el «código secreto del cuerpo» y «el idioma creativo interior» —lo que

después se conoció como la «medicina del alma»—, la visión entera se llegó a identificar en esos términos.

El camino del sabor se convirtió en casi una referencia secundaria, ya que lo que había obtenido popularidad por su cuenta era la información sobre la medicina del alma. Esto ocurrió en especial porque gracias a ella muchas personas vivieron sanaciones extraordinarias en distintos aspectos de su vida, incluyendo lo físico, aunque no limitado a esto.

Visto de manera un poco distinta también podemos decir que una crisis personal captura nuestra atención y es cierto que la energía fluye en donde ponemos nuestra atención.

Los síntomas corporales y el grado de urgencia física como resultado del dolor y la incomodidad hacen que las personas estén más dispuestas a tomar nuevas y novedosas acciones hacia su sanación física.

El hecho es que la sanación se produjo por los cambios que hicieron en sus vidas personales —como hemos indicado en nuestro modelo para vivir y sanar— y no porque pasaran por algún tipo de tratamiento físico o terapia. En alguna ocasión yo he llegado a comparar esto con que uno esté dispuesto a mudarse a otro planeta y a aprovechar las distintas leyes físicas de ese nuevo mundo.

Uno de mis libros, *Nanow*, lo describe en esos términos cuando explora el proceso creativo individual. En *La numerología del alma*, otro de mis libros, describo cómo nos movemos a través de varios tipos de ciclos y cómo esto puede afectar la experiencia de vivir en nuestro día a día.

Hoy, el mundo entero está en proceso de cambios radicales y dimensionales. Es obvio que las maneras de ver y relacionarse con el mundo, empezando por la relación con nosotros mismos, ya no funcionan como antes. Ya sabemos que podemos tener poca confianza tanto en lo que nos dicen los medios como, en particular, en lo que dicen los políticos. Sin duda esto genera más inseguridad, ya que parece que no hay una fuente en la cual podamos confiar. Por fortuna

eso no es cierto. Al contrario, ahora sabemos que nos corresponde a cada uno determinar lo que es mejor y las acciones nuevas y novedosas que llevar a cabo. La única cosa necesaria es mirar el mundo con unas lentes nuevas.

Es conocido el dicho sobre que un niño nace con un pan bajo el brazo, pero sin libro de instrucciones. Yo siento que el paradigma del camino del sabor y los libros sobre la trinidad de áreas de conocimiento —salud, dinero y amor— son, en esencia, esa guía para vivir en esta nueva era.

Dentro del camino del sabor hay unos doscientos conocimientos específicos o lentes de percepción. Varios de ellos (unos 130, concretamente) se relacionan con el marco de la medicina del alma, y cuando se ven como una unidad en sí misma también pueden considerarse un nuevo paradigma para sanar condiciones corporales.

El camino del sabor

130 principios de la medicina del alma

(El idioma creativo interior para responder a nuestras preguntas)

Todos podemos reconocer ese idioma cuando nos permitimos ampliar nuestro paradigma o visión del mundo.

A esta capacidad de utilizar y entender el idioma creativo interior la llamamos «intuición».

La intuición produce la metáfora que sirve para interpretarla.

Existe un código secreto del cuerpo que está detallado dentro de la medicina del alma.

La enfermedad (los síntomas) indica el tono de voz.

El patrón de síntomas también aporta información adicional.

Los síntomas son la curación vivida de espaldas.

Las consecuencias en tu vida, vistas como metáfora, indican el proceso o camino activo hacia la curación. Por ejemplo, una pierna rota indica, entre otras cosas, que es necesario parar y reflexionar.

Lo importante es la localización, es decir, qué órgano y qué zona están implicados en la condición.

El paciente es el que viene a curar al médico, terapeuta o sanador.

En muchísimos casos el enfermo no se quiere curar, es decir, que no quiere tomar la acción nueva y novedosa requerida (pagar el precio en su vida); él te dirá todo lo contrario.

Si el paciente no se quiere curar, no habrá nadie que pueda curarlo realmente.

Toda enfermedad tiene un beneficio para el enfermo. Si el enfermo no está dispuesto a renunciar a ese beneficio, no habrá nadie que lo pueda curar.

Por lo general, el enfermo suele querer que cambien las cosas sin que él tenga que cambiar cómo percibe y dirige su vida.

Las condiciones para que la sanación sea rápida son las siguientes:

- Encontrar el momento creador, la semilla que luego florece como un patrón de síntomas.
- Observar ese momento conscientemente.
- Vivir las emociones relacionadas tal como fueron en ese momento.
- Que el paciente realmente quiera curarse y que esté dispuesto a pagar el precio necesario por ello. En esencia, se trata de tomar las acciones nuevas y novedosas indicadas.

Si se encuentra el momento creador, se observa de forma consciente y se viven las emociones relacionadas, y el paciente realmente quiere curarse —o sea, renunciando al beneficio y pagando un precio por ello—, la enfermedad se cura.

Es posible vivir estas condiciones en un solo momento, y cuando esto ocurre, las sanaciones suelen ser rápidas y pueden parecer mágicas y hasta milagrosas.

Tanto la medicina como la vida misma son más un arte que una ciencia.

Ni en la vida ni en la medicina del alma existen causas físicas, aunque pueda aparentar que así sea. Parece que el Sol se mueve y cruza el cielo, pero somos nosotros quienes nos movemos entre el día y la noche.

La medicina del alma es más una medicina de contexto que de contenido, más de causas que de síntomas.

Tu cuerpo ya está adecuado para vivir el propósito de tu vida, es decir, el safari espiritual de tu alma en este mundo.

Las doce enfermedades originales no son enfermedades físicas ni mentales, sino marcos de percepción, campos de cultivo en los que pueden darse o florecer síntomas o enfermedades.

En algunos casos, la numerología del alma puede darte información valiosa cuando tu cuerpo te habla.

El alma no enferma, pero sí hay que alimentarla.

Cualquier acción generosa, realizada desde el alma, con consciencia total, también alimenta el alma.

A continuación detallo los veintidós alimentos del alma más específicos:

- Respiración consciente.
- Meditación.
- Oración.
- Gratitud.
- Actividad creativa consciente (tus artes personales activas y pasivas).
- Tomar responsabilidad personal y total de todos los acontecimientos de tu vida.
- Planificar por escrito.
- Humor y risa.
- Movimiento corporal consciente.
- Espacios claros y limpios.
- Conciencia de metáforas.
- Usar y arriesgar la intuición.
- Actos de poder, de intento.
- Beber y usar agua pura vaporizada.
- Sonido, música y canto.
- Viajar por el mundo.
- Atender conscientemente a lo que la vida te pone delante.
- Aceptar desafíos, tomar riesgos, sobre todo arriesgar el ego.
- Escuchar, sentir y dar.

- Dar conscientemente, ser generoso.
- Escoger, comprometerte, actuar.
- Apuntarte, atreverte, arriesgarte.

Cuanto más contacto tenemos con la naturaleza, más estamos en contacto con nuestra naturaleza humana y la naturaleza del alma.

Cuanto más nos relacionamos con nuestra naturaleza como almas y la alimentamos, más bienestar experimentamos en todos los niveles.

¡En el principio, Dios río! Nosotros somos como ondas de esa risa original.

La risa siempre es nueva.

La risa para y tranquiliza la mente.

En el momento en que reímos, entramos en el estado de ondas alfa.

El ego puede resistir cualquier desafío menos la risa.

El humor y la risa son espirituales y sanadores.

La vida tiene mucho humor negro.

El miedo es fuerza creativa en estado bruto.

Enfrentarse a él o huir no son las únicas alternativas para relacionarse con el miedo.

El miedo no es malo, pero hay que transmutarlo.

Hay que localizar el miedo en el cuerpo para empezar a transmutarlo.

La atención consciente es el elemento catalizador, alquímico, de esa transmutación a través de la respiración consciente.

El miedo viene del futuro. No hay miedo en el momento presente.

El estado natural de la mente es el de estar vacía y silenciosa.

Los pensamientos son materia sutil y requieren transmutación.

Nosotros mismos creamos nuestra experiencia de la realidad física de acuerdo con nuestras creencias.

Cada persona, basándose en sus creencias, establece los límites de cómo se manifiesta su vida.

No existe nadie más que tú en lo que percibes en cada momento:
«Mirarte es ver mi arte».

El cuerpo está dentro de tu mente y tu mente crea tu mundo.

La materia da confianza y facilita el dar y el desapego.

Creamos y tenemos un cuerpo nuevo de instante en instante.

Las cosas de tu pasado no te pasaron a ti. Tú eres realmente nuevo.

Tu pasado es solo una información que tú posees como si la hubieses
vivido en el cine; lo sabes, pero no dices: «Mira lo que me pasó».

El agua es la gran metáfora de las emociones, de sentir.

Tanto nosotros como el planeta somos un 70 % de agua.

Hemos venido aquí para sentir.

Beber agua pura, vaporizada, es un compromiso con tus emo-
ciones y con la buena salud.

Tener un destilador de agua al vapor en casa es la mejor in-
versión que puede hacer una familia; es como tener el médico, el
maestro y la abuela en casa.

En el futuro todo lo que se pueda llamar «medicamento» será
agua manipulada y transformada de alguna manera.

Los alimentos que comemos son metáforas emocionales.

Nosotros comemos básicamente por motivos emocionales.

Los hijos vienen a criar espiritualmente a los padres.

Los verdaderos padres son los abuelos.

Las enfermedades de los niños son un reflejo de aspectos de los
padres.

El amor es para dar.

No existe el dar y recibir, solo el dar activo y el dar pasivo.

La vida externa, el mundo material, tiene más sentido como
metáfora que como algo «real».

El idioma creativo interior se compone de todas las palabras,
imágenes, olores, sonidos u otros símbolos que tengan algún sen-
tido para ti.

La vida responde a tus preguntas a través de tu idioma creativo
interior.

Esa información metafórica siempre es correcta. La cuestión es: ¿es correcta mental, física o emocionalmente?

Tenemos cinco sentidos externos y diez internos. De los internos, cinco se corresponden con los externos: ver, oír, tocar, oler y saborear. Los otros cinco son la identidad verdadera, el tiempo, el saber, la conciencia multidimensional y el humor.

Hay unos marcos de percepción a los que llamo «enfermedades originales».

Hay doce enfermedades originales y se corresponden con las metáforas de los cuatro elementos.

Las enfermedades originales no son enfermedades. Son más bien campos de cultivo donde pueden crecer una o más enfermedades. Las doce enfermedades originales son las siguientes¹:

- Elemento fuego: la seriedad, la culpabilidad, el control.
- Elemento aire: el apego, el juzgar, el pensar.
- Elemento tierra: la resistencia al cambio, la soledad, el materialismo.
- Elemento agua: la depresión, la lástima/importancia personal, la inconsciencia.

Los principios de la medicina del alma reflejan solo la parte del camino del sabor relacionada con la sanación; en total, son bastante más de doscientas enseñanzas.

Dos de los físicos más grandes del siglo xx, Albert Einstein y Werner Heisenberg, también ofrecieron dos de las mayores perspectivas relacionadas con la alineación de tu vida en sincronización con el momento. Einstein dijo: «En este Universo nada ocurre hasta que algo o alguien se mueve». Bastante sencillo y muy correcto. Einstein también dijo que la imaginación es la fuerza más poderosa del Universo. Yo estoy de acuerdo.

¹ Para una exploración completa de las enfermedades originales, puedes leer el libro *La medicina del alma II. Las enfermedades originales*, de Eric Rolf.

En el paradigma del arte de vivir, el camino del sabor-medicina del alma, he combinado estas dos ideas en lo que llamo «imagen-acción». He encontrado que, explorando las profundidades del proceso creativo humano, una idea inspirada observada con claridad siempre incluye una motivación a algún tipo de acción o por lo menos a un nanomovimiento.

Heisenberg, por su lado, observó que en la vida —como parte del marco fundamental de la naturaleza— siempre hay incertidumbre. En la física esto se refiere a la imposibilidad de medir con la misma precisión tanto el movimiento como la localización de una partícula subatómica. Cuando hay más precisión en medir el movimiento (masa por velocidad), menos precisa o incierta es la medición de su localización, y viceversa.

De hecho, hay un chiste sobre Werner Heisenberg: un policía lo detiene por exceso de velocidad y le pregunta «¿Usted sabe lo rápido que iba?». Y él le responde: «Ni idea, pero sé exactamente de dónde salí. Por eso, sé exactamente dónde estoy».

¡Ah, el lugar! Su nombre es «vida».

Quizá las agencias inmobiliarias sean las únicas que claramente consideran la ubicación o el lugar como algo esencial. Todos hemos oído la frase según la cual para estas empresas solo hay tres cosas importantes que considerar: la zona, la zona y la zona.

En la vida se trata mucho del «¿dónde estoy?» y el «¿adónde voy?». Aunque más específico sería decir: ¿cuál es tu próximo paso?, ¿dónde escoges o esperas estar en el futuro? Quizá hasta quisieras considerar, como ya he observado, que la viabilidad de una acción está más a menudo, por no decir siempre, determinada por el «¿cómo espero sentirme de haberlo hecho o de haberlo evitado?» (el principio de placer de la vida).

El «adónde voy», en un sentido abstracto y metafórico, ya está dentro de nosotros; un tipo de genética espiritual que podemos considerar como nuestro motivo esencial para encarnar nuestro propósito creativo, camino y exploración en términos cualitativos

que se manifiestan de distintas maneras y lugares en el Universo de tres dimensiones. Este es el juego de lentes esenciales a través de las cuales percibimos todas las experiencias en las que participamos, sea esa participación primariamente física, mental o emocional (las experiencias siempre incluyen a las tres, aunque en distintos grados).

Resumiendo un poco más este asunto del propósito personal y yendo desde lo individual a lo universal, podemos indicar lo siguiente: estamos aquí para **escuchar** (un tipo de comprensión visionaria, mental), **sentir** (relacionar el presente a nuestra visión futura y al principio de placer de la vida, emocional) y **dar** (realizar una acción que aporte valor y que sirva de manera apropiada en el momento, físico). También podemos decir que estamos aquí para despertar o acordarnos de quiénes somos realmente para ser más conscientes de nuestro potencial y de nuestras posibilidades creativas. Nosotros nos parecemos al príncipe que comienza su vida creyendo que es un mendigo.

Otra manera de mirar esta cuestión del lugar personal es siendo más consciente de lo que ves delante de ti o de cuál es tu visión de vida o visión personal en este momento. Cuando hablo de visión me refiero al término *visión* en cuanto a cualidades físicas, emocionales y mentales, o aspectos, ya que los tres siempre están presentes. Tengo un amigo que hace poco se mudó a una casa nueva y me envió una fotografía del magnífico paisaje natural que tiene desde su terraza. Él también está en un punto en su vida en el que su visión y la visión de la naturaleza —incluida la naturaleza humana— son expansivas, bellas y lo apoyan.

En términos personales, claridad es realidad, y viceversa. Cuanto más claro se pone algo o alguna situación, o en lo que más claramente se define, más real se hace para nosotros.

De un modo curioso, la idea de estar aquí, ahora, o simplemente estar en el ahora, se entiende mejor en términos de cuál parece ser tu próximo paso. Dicho de otra manera, la comprensión de tu presente es más relevante si la relacionas con dónde esperas estar en

el futuro y con cómo encaja eso con tu presente. Nuestra visión del presente está muy determinada por el adónde creemos que vamos. Y es desde ahí desde donde tomamos una decisión nueva o escogemos algo nuevo.

Y ¿qué es lo más significativo de esta idea de que la vida y nuestra vida se relacionan con el lugar? Por muy extraño y curioso que pudiera sonar, nuestra salud, abundancia y felicidad están enteramente conectadas con nuestra conciencia del concepto de lugar.

Nosotros vivimos y somos parte de un Universo que puede ser descrito como un océano de conciencia creativa y comunicativa que está constantemente cambiando. Es una unidad expresada como una trinidad y, a la vez, es más o va más allá de la suma de sus partes. Por fin, es un misterio no conocible desde nuestra perspectiva humana; siempre se está renovando y revelando ante nosotros. Como resultado, cada parte se va haciendo más consciente de sí misma y de sus posibilidades, y nosotros, como todas las cosas y seres, somos fragmentos de una primera fuente. De hecho, somos por naturaleza creadores y comunicadores conscientes.

El código secreto del cuerpo es solo un secreto aparente, porque es difícil como individuos aceptar la idea de que hay una parte de nosotros que sabe que está conectada a algo más grande que nuestro físico limitado, es decir, a esa primera fuente misteriosa o unidad.

Acción: es a través del movimiento como expresamos nuestro amor.

Si es nuestro movimiento o acción de dar lo que nos lleva al próximo paso o nivel, entonces un factor importante es la generosidad. Naturalmente, esto comienza a partir de cómo nosotros escuchamos o no escuchamos; nuestro intento o claridad al escoger adónde vamos, a sentir o resistir; a tomar o no tomar acción y con qué grado de intensidad. Dicho de otra manera: la autoaceptación y la aceptación de la vida generan un estado de gratitud. Dando generosamente se manifiesta tu gratitud expresada. Diciendo «gracias» y sintiendo gratitud se produce la manifestación del estar aquí, ahora.

El código secreto del cuerpo es más que una entrada magnífica a una vida saludable y satisfactoria, ya que a la vez nos hace disponibles a escuchar la vida en todas sus múltiples comunicaciones creativas. Podemos comenzar a darnos cuenta dentro de nuestra propia experiencia de vida de que los acontecimientos físicos y los objetos, y sí, hasta las personas, se entienden mejor como metáforas que como algo real. Y aún más allá de esto, que la vida nos habla a cada uno de forma personal en cada momento.