

## Guarire tramite l'umorismo di Hugh Lynn Cayce



Sull'argomento dell'umore o umorismo abbiamo un'intera lettura di Edgar Cayce, la lettura 3359-1 del 16/11/1943 per un uomo di 25 anni. Cayce non aveva mai visto l'uomo che scrisse per avere quella lettura. Nella sua lettera l'uomo non indicò di cosa soffriva, stava semplicemente male ...

Quasi subito la lettura specificò che questo uomo aveva disturbi delle forze metafisiche del corpo che in parte erano karmici e per questo avrebbe dovuto applicarsi spiritualmente e mentalmente e fare inoltre un trattamento fisico. A parte l'applicazione fisica la lettura indicò che ci fosse bisogno di un grande risveglio spirituale per questa persona. Quando si legge il rapporto successivo su questo uomo che arrivò dopo la lettura, si scopre che soffriva di eczema cronico e che aveva delle difficoltà con la zona dei bronchi, come p.e. una congestione ricorrente e forti attacchi di asma che gli facevano quasi perdere i sensi. Aveva la febbre da fieno da quando aveva sei mesi. Ora Edgar Cayce descrisse tutto questo ...

Poi tornò indietro e ripeté l'importanza del fatto che l'uomo doveva cambiare l'intera attitudine spirituale, perché quello sarebbe stato il modo per affrontare e correggere il problema in questo corpo: eliminando tutti i veleni che contribuivano all'"umore", allo stato d'animo, nel sistema. Questo è uno dei tipi di umore di cui Cayce parlava e che poi venne incluso nell'indice in un modo interessante.

### Il punto di vista di Cayce sull'umore

Prendiamo però in considerazione un altro tipo che si trova in tutte queste letture. Ci sono centinaia di riferimenti alla gioia e alla felicità prodotte da un buon senso dell'umorismo. Cayce ne parlava come p.e. nella lettura 2995-1:

Non come uno col muso lungo. Poiché la terra è del Signore e la sua pienezza - nella gioia!

Non vedere troppo spesso il lato oscuro. Ribaltalo - per ogni questione c'è un altro lato. Coltiva in te l'umorismo, il senso umoristico. Lo gradiamo negli altri, gli altri lo gradiscono in te. Ma troppo spesso per te diventa sciocchezza. Sappi che il tuo Signore, il tuo Dio, rise - persino sulla Croce."

Quando smettiamo di ridere, c'è evidentemente qualcosa che sta morendo in noi. Dovremmo essere capaci di ridere persino quando emergono nuvole di dubbio e quando si presenta ogni forma di disturbo; dovremmo cercare di vedere l'aspetto umoristico nelle situazioni difficili così come nei tempi sereni, quando ridere è facile.

"Sii felice," disse ad un'altra persona. "... mantieni l'attitudine di essere sempre utile agli altri. Questo porterà quella pace dentro di te che è la promessa fatta da Lui." (1968-7)

“L’entità è quindi una,” Cayce disse, parlando ad una donna di 35 anni, “che, quando visita la camera di un malato, può rendere la giornata tanto più luminosa, ma non come infermiera, piuttosto come una persona che sa parlare con chi è malato. Poiché sa ridere con coloro che ridono e piangere con coloro che si addolorano. In tutte le tue attività rimani vicino a questa attitudine.” (3374-1)

Quando cominciamo a pensare ai valori e all’importanza dell’umorismo, cominciamo a riconoscere che ha due aspetti. Il primo è ciò fa per voi, quale effetto ha su di voi individualmente. A questo proposito possiamo considerare il tipo di persona che sembrate essere agli altri quando avete sviluppato e lavorate con un senso dell’umorismo e come influisce su di voi personalmente. Poi c’è la faccenda dell’effetto che ha sulle persone che incontrate, che toccate, a cui pensate, che amate, con cui lavorate per guarirle.

Ora, nella mente di chiunque non vi è alcun dubbio che l’umorismo riduca la tensione, ogni tipo di tensione. Lo sapete per esperienza personale. Di certo il vostro atteggiamento verso voi stessi è fortemente collegato con la vostra capacità di vedere il ridicolo, il lato divertente delle vostre stesse azioni, delle vostre attività e fissazioni. Se interpreto queste letture in modo corretto, chi non riesce a sviluppare un senso dell’umorismo è nei guai come persona, e anche chi gli sta intorno è altrettanto nei guai.

### L’anti-umorismo

Di sicuro ammettete, naturalmente, che c’è un certo pericolo in alcuni tipi di umorismo. Forse a volte avete osservato un bambino e avete sogghignato quando non avreste dovuto farlo, dato che il bambino aveva infranto una legge e l’ha passata liscia; o forse altre persone l’hanno passata liscia e avete sogghignato loro, non sorriso, ma perdonato con un ghigno. Se fate questo per un po’ di volte, sogghignando per le debolezze di una persona, forse fate di più per incoraggiare quelle debolezze di quanto ve ne rendiate conto. Questo è un dato di fatto della buona psicologia di base.

Non potete ridere a spese degli altri senza ferirli gravemente. La nostra comunicazione salta completamente quando deridiamo altre persone. A volte le colpisce di più, è più distruttivo che criticarle, sgridarle o essere arrabbiati con loro. Edgar Cayce ci diceva di sorridere, anche quando ci costa fatica. Non parlava di sorrisi a tutti i denti, è quel tipo di sorriso che giustifica una cattiva condotta, bensì di un sorriso – un sorriso vero – che comunica. Voi sorridete con gli occhi, non solo col viso, e questa faccenda dell’umorismo diventa una parte molto importante del sistema di comunicazione.

### Il lapsus freudiano

Ora dovremmo esaminare il tipo di riso che ha a che fare con noi. Cayce diceva che è importante per noi “farci da parte e osservare il sé passare accanto”, riprodurre nella mente delle situazioni che abbiamo vissuto, osservare noi stessi, comprendere noi stessi. Spesso, quando facciamo questo, possiamo vedere quanto siamo stati ridicoli o assurdi e quanto sono strane e curiose le parole che usiamo a volte. Gli esempi classici di questo, naturalmente, sono quelli che vengono chiamati lapsus freudiani. Se vi ascoltate con attenzione, a volte vi sentite dire delle cose che non avevate intenzione di dire, cose che vi escono dalla bocca senza che volerlo.

Una volta feci un discorso sulla simbologia e cominciai a parlare delle varie cose che le persone indossavano, oggetti con cui portavano con sé tutto il tempo i loro simboli di se stessi. Questi simboli potevano mostrare con che cosa stavano lavorando e le situazioni che stavano affrontando. Dissi: “Qui ci sono delle persone che hanno

addosso ogni tipo immaginabile di simboli interessanti. Qualcuno di voi forse indossa delle croci, ma altri indossano molte altre cose - indossate un sacco di simboli interessanti." Dicevo tutto questo mentre indossavo una cravatta che era coperta di draghi!



## Gli effetti risananti dell'umorismo

Gli effetti psicosomatici che derivano dalla rabbia e dalla gelosia si possono guarire in un modo che è strettamente collegato con le capacità risananti del riso e della gioia e di vedere il lato comico delle cose, particolarmente di noi stessi. Edgar Cayce disse ad una persona:

"Leggi i fumetti. Studia quelle cose (anche se nel presente puoi essere contrario) che si riferiscono all'umorismo di tutti i tipi spiritosi ed impara a ripeterle e a dirle; non soltanto come passatempo, ma dove c'è una storia; e possono essere una forza utile ... per suscitare le speranze degli altri. E suscitando la speranza, ispirando gli altri l'entità può riuscire al meglio ad ispirare ed elevare le vibrazioni in se stessa ..." (3197-1)

Ad un'altra persona la lettura consigliò di "... usare piuttosto gli scompigli e gli scoraggiamenti come un mezzo per mantenere la mente sveglia, e si troverà che le energie creative, le forze creative presto supereranno gli scompigli materiali." (2421-2) Qui troviamo molta buona psicologia di base sui nostri atteggiamenti nei nostri confronti e nei confronti degli altri. Cercate il ridicolo, cercate le cose di cui si può ridere, sorridere, ridacchiare nelle situazioni che vivete. In quel senso diventa un'esperienza di guarigione.

Viviamo in un periodo interessante. Non vi è alcun dubbio che, per qualche strana ragione, stiamo ora entrando in una nuova era, una nuova esperienza. Molti cambiamenti stanno avendo luogo nelle nazioni del mondo e nelle condizioni politiche, sociali ed economiche. Il mondo, la Terra stessa, si sta dimenando e muovendo. Questo è un tempo in cui dobbiamo essere molto consapevoli dei modi in cui possiamo far fronte alle sollecitazioni e tensioni della vita. Risate, umorismo, cercare e vedere il ridicolo, diventa un modo importante, come Cayce lo vedeva, di affrontare le tensioni, le pressioni, la confusione e la sofferenza di chi vi sta intorno e di voi stessi.

Guarire ha a che fare con un'interezza, un allineamento e un bilanciamento. L'umorismo è un modo per aiutare a determinare quell'equilibrio a livello psicologico. Influisce direttamente sul nostro intero atteggiamento verso il sé e l'ego che spesso può essere affrontato al meglio se usiamo il nostro senso di umorismo, con la nostra capacità di esaminare noi stessi e di ridere.

Ancora più importante è comprendere, quando il corpo è allineato, quando le tensioni del corpo sono scaricate, che comunichiamo con gli altri senza blocchi e barriere e che c'è un modo di arrivare agli altri e di toccare; e poi una preghiera, un tocco di mano, un sorriso e una parola hanno il loro effetto e fanno guarire. Così l'energia scorre e tocca la vita degli altri.

Da: Venture Inward, ottobre-dicembre 2014