

CHRISTIAN FLÈCHE

LA ENFERMEDAD
ES UN LIBRO ABIERTO
A TU INCONSCIENTE

Del vacío a la vacuidad

Prólogo de Luigi Rignanesi



EDICIONES OBELISCO

Si este libro le ha interesado y desea que le mantengamos informado de nuestras publicaciones, escríbanos indicándonos qué temas son de su interés (Astrología, Autoayuda, Psicología, Artes Marciales, Naturismo, Espiritualidad, Tradición...) y gustosamente le complaceremos.

Puede consultar nuestro catálogo en www.edicionesobelisco.com

Los editores no han comprobado la eficacia ni el resultado de las recetas, productos, fórmulas técnicas, ejercicios o similares contenidos en este libro. Instan a los lectores a consultar al médico o especialista de la salud ante cualquier duda que surja. No asumen, por lo tanto, responsabilidad alguna en cuanto a su utilización ni realizan asesoramiento al respecto.

Colección Salud y Vida natural

LA ENFERMEDAD ES UN LIBRO ABIERTO A TU INCONSCIENTE
Christian Flèche

1.ª edición: abril de 2022

Título original: *La maladie est un livre ouvert sur notre inconscient*

Traducción: *Susana Cantero*
Corrección: *TsEdi, Teleservicios Editoriales*
Diseño de cubierta: *Enrique Iborra*

© 2021, Éditions Le Souffle d'Or
Derechos en español negociados a través de Abiali Afidi Ag.
(Reservados todos los derechos)
© 2022, Ediciones Obelisco, S. L.
(Reservados los derechos para la presente edición)

Edita: Ediciones Obelisco, S. L.
Collita, 23-25. Pol. Ind. Molí de la Bastida
08191 Rubí - Barcelona - España
Tel. 93 309 85 25
E-mail: info@edicionesobelisco.com

ISBN: 978-84-9111-837-4
Depósito Legal: B-3.882-2022

Impreso en los talleres gráficos de Romanyà/Valls S.A.
Verdaguer, 1 - 08786 Capellades - Barcelona

Printed in Spain

Reservados todos los derechos. Ninguna parte de esta publicación, incluido el diseño de la cubierta, puede ser reproducida, almacenada, transmitida o utilizada en manera alguna por ningún medio, ya sea electrónico, químico, mecánico, óptico, de grabación o electrográfico, sin el previo consentimiento por escrito del editor. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

Índice

Prólogo	11
Presentación	13
Manual de instrucciones de este florilegio	17

Primera parte:

De la inconsciencia a la presencia; del vacío a la vacuidad. . . .	21
1.ª sección: EL CUERPO	23
2.ª sección: ADAPTARSE	27
3.ª sección: LAS CONSCIENCIAS	32
4.ª sección: LAS NECESIDADES BIOLÓGICAS	34
5.ª sección: LA PERCEPCIÓN	36
6.ª sección: LOS DESEOS	41
7.ª sección: EL CONFLICTO	44
8.ª sección: LA EMOCIÓN	47
9.ª sección: EL INCONSCIENTE	53
10.ª sección: LA ENFERMEDAD	55
11.ª sección: LA REALIDAD	64
12.ª sección: EL INSTANTE	69
13.ª sección: EL PENSAMIENTO	70
14.ª sección: DUALIDAD	73
15.ª sección: LA IDENTIFICACIÓN	75
16.ª sección: IDENTIDAD	82
17.ª sección: DISOCIADO	84
18.ª sección: EL PASADO	86
19.ª sección: NUESTROS ANTEPASADOS	93

20. ^a sección: FUERA Y DENTRO	97
21. ^a sección: LA NORMA	100
22. ^a sección: EL ROL	102
23. ^a sección: EL EGO	105
24. ^a sección: ACEPTAR	108
25. ^a sección: LA TERAPIA	110
26. ^a sección: LA SALUD	116
27. ^a sección: LO IMPREVISTO	118
28. ^a sección: RECETA DE LAS CREPES	121
29. ^a sección: LO NUEVO	123
30. ^a sección: LA VIDA	125
31. ^a sección: LA PRESENCIA	130
32. ^a sección: EL DESPERTAR	132

Segunda parte: Te propongo una cita en la realidad	137
---	------------

Tercera parte: Esto se está produciendo	153
¿Dónde está tu consciencia ahora?	155
El recuerdo olvidado y magnífico	158
Alá baby y los 40 ladrones	160
Vas a morir mañana	163
Ahora nunca ha existido hasta hoy	165
¿Qué es lo que te da la certeza de tener este nombre?	167
Diatriba de un paciente impaciente en el hospital general de los especialistas	168

Postfacio. Palabra del no-fin	169
Bibliografía	171

*La vida es un viaje,
el de tu alma navegando de nuevas experiencias
a nuevas tomas de conciencia
a través del paisaje emocional
de tu historia que no es la tuya.*

*Dedico este libro a todas
y a todos los que no han leído esta dedicatoria.*

Prólogo

*«En el corazón de la Paciencia, la Presencia.
Y en el corazón de la Presencia, la Consciencia;
y en el corazón de la Consciencia, la Potencia;
y en el corazón de la Potencia, la Inocencia».*

Aforismo 124

2.^a parte de este libro.

Se diría un estribillo infantil, una tonadilla tradicional que exhalase el *la* del lenguaje de los pájaros, el hallazgo de un manantial durante la canícula.

Una sensibilidad que resuena con mi práctica de contador de cuentos.

Cuando me cruzo con adultos, me dicen que los cuentos son formidables para los niños.

Yo les pregunto: «¿Por qué?».

«¡Porque ellos sí que creen en las historias!».

Y nosotros, los mayores, ¿en qué creemos?

En francés, decimos: «Yo creo... en Dios, sea cual sea su nombre, o en el dinero o en la ciencia o...».

Me gusta ese doble sentido, con el Yo, de creer y de crecer.¹

¿En qué creencias creo?

1. En francés, las primeras personas del singular del presente de indicativo de «creer» y «crecer» se escriben y se pronuncian de manera idéntica: «je crois». (*N. de la T.*)

A veces, creo en tantas cosas que me disperso tejiendo bosques inextricables de problemas en los que el Yo me extravía.

Creo que no soy el único, aunque en estos momentos me sienta tan solo...

En los cuentos, la heroína o el héroe encuentran por providencia una ayuda, una vieja repulsiva o un hada, a veces un libro.

Tenéis en las manos una brújula insensata para podar el bosque de nuestros imaginarios tan reales, para mantener el rumbo hasta la Inocencia primigenia que nos conecta más allá de nuestras preguntas y de nuestras percepciones.

Gracias a Christian Flèche por haber encarnado, negro sobre blanco, tantos colores restallantes, un juego para niños no infantil, una rayuela en desorden cuyo Paraíso se encuentra en el centro y en el infinito.

Luigi Rignanese

Presentación

Creo que todo enfermo es un dormido. (*Dormición, inconsciencia, negación, ilusión, ignorancia...*). Desde el momento en que tienes un problema, un sufrimiento, un límite, algo es no consciente dentro de ti.

Sanar de eso es despertar puntualmente de un secreto sepultado que se expresa en esa solución que es la enfermedad física, emocional, comportamental.

Así, sanar el cuerpo es más que sanar el cuerpo. Es curarse de lo que hay detrás, de su causa, ¿es despertarse!

Tratar una enfermedad no es tratar una enfermedad, es tratar al enfermo, tratar su historia, sus emociones, sus creencias, sus identificaciones, llevarlas a plena luz.

Asimismo, la salud es más que la salud; si no, ¿por qué Cristo y otros místicos, al igual que él, se iban a interesar por el cuerpo material enfermo, no siendo que percibieran el paralelo entre salud y despertar a la iluminación, entre enfermedad y error espiritual?

Al principio, uno se cura para sí mismo; con frecuencia uno se cura del otro, de sus manipulaciones, de sus buenas intenciones, de sus proyecciones sobre sí.

Luego, uno ya no se cura para sí, se cura para el otro, para todos los demás. Si tu sanación no cambia tu manera de estar en el mundo, si no cambia el mundo y no es un plus para la sociedad, no estás curado, no del todo.

Existen los enfermos porque se olvidan a sí mismos, se descuidan. Existen los enfermos porque son egocéntricos. Tienen que transformar todas sus relaciones con el fin de descubrir el nuevo yo interno, tanto en el interior como en el exterior de sí.

La mayor parte del tiempo, ¡¡¡quien busca la sanación es aquello mismo que ha creado la enfermedad!!! Y esa sanación se convierte en otra forma de enfermedad. Con demasiada frecuencia estar vivo es una enfermedad, porque es una dependencia de nuestro ego, de nuestros deseos, de nuestras huidas, de nuestras drogas, de los demás.

«Cámbieme de células, por favor». El que estaba encarcelado por las células del hígado pasa a estarlo por las células del pulmón, del cerebro o de la sangre. Nada ha cambiado realmente, sigo identificado con la materia.

Entonces, ¿cómo podría una mente enferma conceptualizar, imaginar, saber qué es el estado de salud? Es inconcebible. ¿Cómo podría un embrión decidir qué oficio desempeñará más tarde?, ¿cómo podría un adolescente preparar su jubilación?

¿Cómo ve un enfermo la curación? Desde el centro de su enfermedad, con una lógica, un inconsciente que ha creado la enfermedad y la mantiene viva. Así pues, la salud está en binomio con la enfermedad, en la misma lógica; la vida, no.

Existe un estado más allá de la salud. Déjate encontrar por él.

Así que cúrate de lo que está detrás del síntoma,
cúrate para ser tú,
cúrate para los demás, por el planeta,
cúrate de aquello que quiere curarse y te ha puesto enfermo,

cúrate mucho más allá de la salud,
cúrate de tu dormición,
cúrate de no ser tú,
cúrate de ser tú,
... hasta experimentar que no hay nadie a quien curar.

Manual de instrucciones de este florilegio

Tenemos una mente, un cuerpo y una vida sin necesidad de hacer o de haber hecho nada de nada, de pagarlos o de merecerlos. Está hecho. ¡Todo está aquí! Nosotros, el mundo, los demás. Pero ¿qué hacer con todos esos tesoros? ¿Cómo funciona, cuáles son las instrucciones de uso de nuestra vida, de nuestro cuerpo, de nuestra conciencia?

Las claves de la felicidad...

Lo único que sabemos se refiere a las consecuencias de nuestras decisiones. Estamos contentos o contrariados.

Así que, entonces, nos decimos: «Fíjate, será que he apretado el botón que no era, el motor está atascado, la tele ya no funciona, el ordenador está echando humo, mi marido se ha marchado, me supura el colon, me raspa la garganta, el cerebro ha entrado en barrena y me pongo nervioso cada dos por tres».

En pocas palabras, algo falla. Tengo el presentimiento de que cuando las cosas no van bien es que estoy más abajo de la causa real. El agua sale embarrada en París porque la han contaminado aguas arriba. Mi hija me pone mala cara y mi hijo me sonrío. ¿Qué ha pasado anteriormente? ¿Por qué esta úlcera, este cáncer que me oprime, para qué sirve, maldita sea, esta leucemia?

Instrucciones de uso, tutorial, *please*, me urge, que ya tengo un pie en la mediocridad de una vida banal e insípida. Llevo cuarenta años dando vueltas como loco por mi pecera y no hay nadie para cambiarme el agua. Me canso.

No nos llamemos a engaño, lo visible, al igual que lo consciente, tan sólo representa una parte minúscula de lo que es. El que lo llaméis el inconsciente, el subconsciente, la vida real, la realidad objetiva, lo absoluto, el sentido, Dios sabe qué, no nos sirve para gran cosa. Miramos el universo por un catalejo pegado a la retina. Muchas cosas se nos escapan.

Así que aquí tienes este florilegio para guiarte hacia el espacio entre líneas, lo inefable, lo inaudito, lo nunca oído porque nunca se dijo, y nunca se dijo porque era impronunciable, indescriptible, ilegible; en una palabra, en este libro nada es para leer.

¿Su sentido? Todo es posible. Podéis abrirlo al azar (que no lo es), como un juego adivinatorio, y leer.

Podéis leerlo en el orden de las páginas. Está construido como un viaje que va de lo tangible, lo observable, cuerpo, psiquismo, pensamientos y emociones, la identidad, lo real, el sentido, al más allá del apego febril a nuestras pueriles ilusiones.

El viaje es espacial, no es lineal.

- ✓ Por esta razón, puedes empezarlo en la página que elijas (y no terminarlo nunca).
- ✓ Tienes una preocupación, una enfermedad, una pregunta, una búsqueda, así que lo abres al azar.
- ✓ O bien puedes elegir un número entre 1 y 32 y dirigirte a la sección elegida (hay 32 en la 1.^a parte).

- ✓ Para ello, puedes servirte de los números aleatorios situados al final del libro. Cierra los ojos, respira hondo y coloca un dedo intuitivamente en el espacio en el que se encuentran los números, luego abre los ojos y descubre qué número es. O bien arroja un objeto pequeño, el que tú elijas, a ese mismo espacio y lee el número sobre el que ha caído.
- ✓ Luego, elige tu párrafo dentro de la sección.
- ✓ Lo primero, pones la mano encima del texto antes de leerlo, con el fin de verificar en tus sensaciones lo atinado de esa elección.
- ✓ Lo lees con tu cabeza, tu corazón, tu cuerpo y luego tu sexo.
- ✓ Para ello, copias el texto y pones la hoja del texto encima de una parte de tu cuerpo.
- ✓ Muchas veces es interesante ponerla encima de la parte que está conectada con tu pregunta, ahí donde sientes la pregunta en tu cuerpo.
- ✓ ¿Viene de tu corazón, de tu estómago, de tus piernas?
¿Dónde se manifiesta la problemática que hace que tú te hagas preguntas hoy?
- ✓ Si no aparece la huella desagradable de un problema, es que no es un problema y puedes irte a la compra y llenar el frigorífico, o ir al cine, en fin, algo concreto, normal, útil. Como estar disponible para la novedad. Nada conocido, consciente, te servirá para iluminar, para cambiar, para responder, para evolucionar. Todo cambio nace de lo imprevisto.

Dos partes constituyen esta obra, este opúsculo, dos ramajes de páginas, uno para las hojas, el otro para las flores. El primero más para lo mental, el segundo para el corazón. El primero para reflexionar, dar sentido, poner palabras, abrir pistas. El segundo para dejarse emocionar, derretir, conmover.

Los textos del segundo están numerados con el fin de que puedas elegir el número de manera aleatoria, azarosa, fuera de control, adivinatoria. Y del mismo modo, seguirás, si lo deseas, las etapas del protocolo anterior:

- ✓ elección aleatoria: abriendo una página al azar o un número;
- ✓ manos encima del texto o dedos (si tu mano es demasiado grande o el texto pequeño);
- ✓ escucha tus sensaciones;
- ✓ lee con tu cabeza;
- ✓ coloca el texto encima de tu cuerpo, lee con tu cuerpo;
- ✓ colócalo encima de tu corazón, lee con tu corazón;
- ✓ colócalo encima de tu sexo, léelo con tu sexo;
- ✓ colócalo en la parte de tu cuerpo de la que viene la pregunta;
- ✓ ¿cuáles son las respuestas, las imágenes, las reacciones, las novedades que germinan, brotan, aparecen?;
- ✓ acoge todo esto y amplifícalo;
- ✓ y después ¡lee el texto con los ojos!

La tercera parte es otra manera de poner en práctica este libro mediante experiencias guiadas muy simples, experiencias para interiorizar. Porque, por mi parte, creo que una teoría, por muy bonita que sea, sólo tiene utilidad cuando te permite cambiar tu vida.

Ocurra lo que ocurra y por encima de todo, cuídate a ti mismo, porque ¡eres la única persona con la que vas a vivir todo lo que te quede de vida, en cada instante! ¡Ámate –margarita de cinco pétalos– *con locura!*

Primera parte

*De la inconsciencia a la presencia;
del vacío a la vacuidad*

1.^a sección: EL CUERPO

1

Tenemos un cuerpo.

Tenemos una mente.

Vemos el cuerpo.

No vemos la mente, no vemos los pensamientos de los demás ni su pasado; ¿acaso por ello todo eso no existe?

Te miro y te oigo; y no veo ni oigo ni tus pensamientos, ni tu pasado, ni tu consciencia, ni tus emociones, solamente su expresión.

2

El cuerpo físico es material, químico.

Recibe informaciones y las transmite.

No decide nada.

Un libro no decide abrirse ni un ordenador encenderse.

El cuerpo reacciona por automatismo, al igual que las hojas de la mimosa púdica, que se cierran cuando la tocamos, o el agua del lago que se agita cuando cae en ella una piedrecilla.

Nuestro cuerpo no tiene iniciativa para fabricar informaciones y luego enviárnoslas. El cuerpo hace lo que se le pide que haga.

¿Quién se lo pide?

La decisión no procede de la materia, sino de la mente, que utiliza la materia.

El cuerpo no decidió crearte, traerte de la inexistencia a la existencia.

El cuerpo no decidió crearse, traerse a sí mismo de la inexistencia a la existencia.

¿Quién decide aguas arriba de la materia, de la forma?

3

A – El cuerpo recibe informaciones que le vienen del mundo exterior. Informaciones limitadas por las posibilidades de sus órganos sensoriales y de nuestra educación.

Nosotros vemos, oímos... lo que somos capaces de ver, de oír..., no más.

B – El cuerpo recibe asimismo informaciones que le vienen de su mundo interior, bioquímico.

C – Y el cuerpo recibe informaciones almacenadas que le vienen de su pensamiento y de su memoria.

A-B-C – De ellas transmite una pequeña parte a nuestro consciente y todo el resto a nuestro inconsciente.

Inconsciente porque a nuestra mente personal le es imposible ser consciente de todo lo que ocurre a cada instante en el cuerpo y a su alrededor y de todo lo que ocurrió en el pasado.

El consciente y el inconsciente reaccionan a estas informaciones procedentes del cuerpo emitiendo órdenes que el cuerpo recibe y luego ejecuta de manera concreta.

4

El cuerpo es personal, inconsciente de casi todo.

El espíritu es impersonal, consciente de todo, consciencia absoluta.

5

Mi cuerpo ¿está en el interior o fuera de *mi*?

6

Al comienzo, te dices: «Tengo conciencia y está en mi cuerpo. Después, un día, caes en la cuenta de que es exactamente a la inversa: ¡el cuerpo está en el campo infinito, permanente, de la conciencia!».

7

«Sin conciencia, nada se percibiría. ¿Para qué serviría entonces la materia?»

Sin materia, no habría nada que percibir. ¿Para qué serviría entonces la conciencia?».¹

8

La enfermedad es cuerpo transformado, materia de más, o de menos, o averiada (pólipo, úlcera, sordera, por ejemplo).

1. Franck Boval en *Sapiens! tu pionces. Matière et Conscience: le temps du réveil*, Ediciones Anovi.

El cuerpo químico no decide estar enfermo. No tiene voluntad propia, lo único que sabe es reaccionar.

9

Al cuerpo le duelen las muelas; a la mente no le duelen las muelas, no tiene. La conciencia no tiene cáncer ni dolor, es conciencia consciente de dolores.

—¿*Quién está enfermo?*

2.^a sección: ADAPTARSE

1

Para poder *vivir experiencias* en el mundo concreto y material, El Espíritu, la Conciencia, la Vida utiliza un cuerpo concreto, material. La mente debe, pues, someterse a las necesidades biológicas del cuerpo material, del que se ha hecho dependiente.¹

Y el cuerpo, para *sobrevivir*, tiene que adaptarse a cada instante al mundo exterior, del que es dependiente, con el fin de encontrar en él alimento, oxígeno, de protegerse...²

El «Yo» conoce a través del cuerpo.³

No es el cuerpo, pero lo utiliza.⁴

Tampoco es el alimento que el cuerpo necesita.⁵

2

El mundo exterior cambia sin cesar.

Las necesidades biológicas no cambian, son fijas y universales: comer, dormir, tener un territorio, referentes, seguridad...

-
1. Al igual que el conductor se somete a las leyes de su automóvil para poder disfrutar de un viaje.
 2. Al igual que el automóvil tiene sus necesidades para poder continuar funcionando (gasolina, aceite, agua...).
 3. A través de su automóvil.
 4. El conductor no es el automóvil.
 5. Ni la gasolina de ese automóvil.

La manera de satisfacer *socialmente* las necesidades cambia de una cultura a otra, de una época a otra: vegetariano, carnívoro, cazador-recolector, caverna, castillo fortaleza, monógamo, polígamo...

La manera de satisfacer *biológicamente* las necesidades estables en este mundo cambiante es siempre la misma: adaptarse.

La adaptación quiere decir que «*el cuerpo se transforma*»: bronceado porque hace demasiado sol, vómito por alimento indigesto, poliglobulia en altura debido a la falta de oxígeno...

3

El universo vegetal, animal, humano, evoluciona mediante los conflictos. Sin conflicto, nada cambia. Con el frío aparecen la tiritona, las pieles, la ropa, y se inventa el fuego.

Todo ha aparecido gracias a la resolución de los conflictos. Las sillas, los cubiertos, la música, los teléfonos, todo. Y las enfermedades también.⁶

Si existe esta forma concreta de mundo es porque hay conflicto. El que haya habido conflictos personales, transgeneracionales, es lo que hace que tu mujer o tu marido sea como es.

4

La evolución solamente es posible gracias a los accidentes.

El accidente y el imprevisto dramático son los únicos factores de evolución y de transformación de lo vivo: adaptarse, cambiar y evolucionar.

6. Éste es el tema del Proyecto-sentido descubierto por Marc Fréchet.

El accidente que rechazamos la mayoría de las veces, el imprevisto dramático, es el único factor de evolución, de transformación de lo vivo. Un único principio: la aceptación.

5

El accidente, lo imprevisto, ocurre a cada instante. Creemos que amenaza nuestra supervivencia, cuando es la Vida misma.

6

El único problema es el siguiente: mediante la enfermedad, el cuerpo del enfermo se adapta a un momento pasado, ya no lo está a la realidad, porque la realidad cambia a cada instante.

7

Adaptarse es cambiar, dismantelar, desestructurar lo que hasta ese momento funcionaba y ahora nos impide evolucionar.

8

Lo que hace posible el cambio es que todo es nuevo a cada instante.

9

«Todo se adapta a todo o desaparece».

«El que sobrevive no es el más fuerte, sino el que se adapta».⁷

7. Charles Darwin.

10

Adaptarse al cambio permite sobrevivir, mantenerse con salud, despertarse.

11

El cuerpo de hoy es el conjunto de todos los procesos eficaces de adaptación realizados desde su origen, desde su creación.

12

El cuerpo no es otra cosa que un conjunto de logros.

13

La razón del cambio: adaptarse al mundo exterior.

El mundo se mueve y nosotros con él, so pena de desaparecer.

14

El rechazo a cambiar es el crisol de los conflictos. El conflicto atrae nuestra atención sobre nuestro límite, nuestra inadecuación, nuestra negación a evolucionar, a aceptar.

15

El conflicto revela la distancia que hay entre la halagadora imagen que tenemos de nosotros mismos y el comportamiento.

to real que es el nuestro, comportamiento emocional antes que ninguna otra cosa.

16

Lo ilusorio es lo más estable que hay, «el cambio es lo único constante».⁸

8. Siddhârta Gautama Buddha.