

# ERIC ROLF



CREADOR DE *LA MEDICINA DEL ALMA*

# LA MEDICINA DEL ALMA

EL CÓDIGO SECRETO DEL CUERPO  
EL CORAZÓN DE LA SANACIÓN

EDICIÓN AMPLIADA  
Y REVISADA

zenith

Eric Rolf

LA  
MEDICINA  
DEL ALMA

El código secreto del cuerpo  
El corazón de la sanación

zenith

La lectura abre horizontes, iguala oportunidades y construye una sociedad mejor. La propiedad intelectual es clave en la creación de contenidos culturales porque sostiene el ecosistema de quienes escriben y de nuestras librerías. Al comprar este libro estarás contribuyendo a mantener dicho ecosistema vivo y en crecimiento.

En Grupo Planeta agradecemos que nos ayudes a apoyar así la autonomía creativa de autoras y autores para que puedan seguir desempeñando su labor. Dirígete a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesitas fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puedes contactar con CEDRO a través de la web [www.conlicencia.com](http://www.conlicencia.com) o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

© Eric Rolf, 2015; Herederos de Eric Rolf, 2017

© Editorial Planeta, S. A., 2024

Zenith es un sello editorial de Editorial Planeta, S.A.

Avda. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

[www.zenitheditorial.com](http://www.zenitheditorial.com)

[www.planetadelibros.com](http://www.planetadelibros.com)

© de las ilustraciones/fotografías del interior, Carmen Augusto, 2015

Primera edición: octubre de 2015

Primera edición en esta presentación: septiembre de 2024

Depósito legal: B. 12.580-2024

ISBN: 978-84-08-29105-3

*Printed in Spain* – Impreso en España



## SUMARIO



Agradecimientos .....	13
Prólogo .....	15
El camino del sabor.....	19
<b>130 principios de la medicina del alma.....</b>	<b>19</b>
Introducción.....	29
¿En qué mundo vivimos? .....	39
<b>Las 4 preguntas básicas y algunas más... ..</b>	<b>39</b>
El idioma creativo interior .....	49
El código secreto del cuerpo.....	59
<b>Los órganos externos: de los pies a la cabeza .....</b>	<b>59</b>
LOS PIES .....	59
<i>La planta</i> .....	60
<i>El arco</i> .....	61
<i>El talón</i> .....	63
<i>La parte central del pie</i> .....	64
<i>El empeine</i> .....	65
<i>Los dedos</i> .....	65
<i>El tendón de Aquiles</i> .....	66

LOS TOBILLOS .....	68
LA ESPINILLA .....	72
LOS GEMELOS .....	79
LAS RODILLAS .....	86
LA ARTICULACIÓN DE LA RODILLA (detrás de la rodilla)	101
LOS MUSLOS .....	103
LAS PIERNAS .....	106
LA CADERA.....	106
LA PELVIS .....	107
LOS GENITALES .....	107
EL PENE .....	111
LA VAGINA .....	114
LAS NALGAS .....	115
EL ÁREA ABDOMINAL .....	124
EL PECHO .....	126
LOS PECHOS.....	128
LA ESPALDA .....	129
<i>La parte baja de la espalda</i> .....	130
<i>La parte media de la espalda</i> .....	137
<i>La parte alta de la espalda</i> .....	157
LOS HOMBROS .....	158
EL CUELLO .....	166
EL CRÁNEO .....	167
LA CABEZA.....	167
<i>El cabello y el cuero cabelludo</i> .....	172
<i>La cara</i> .....	178
<i>La frente</i> .....	179
<i>Los ojos</i> .....	181
<i>Las cejas</i> .....	183
<i>Las pestañas</i> .....	184
<i>Los párpados</i> .....	198
<i>Los oídos y las orejas</i> .....	199
<i>La nariz</i> .....	207
<i>Los pómulos</i> .....	214
<i>La boca</i> .....	214

<i>Los labios</i> .....	215
<i>La mandíbula</i> .....	216
<i>La barbilla</i> .....	217
LA PIEL .....	221
LOS BRAZOS .....	223
LOS CODOS .....	225
LAS MUÑECAS .....	227
LAS MANOS .....	228
<i>La palma de la mano</i> .....	229
<i>Los dedos</i> .....	230
<b>Los órganos internos</b> .....	230
LAS ARTERIAS .....	235
LAS ARTICULACIONES .....	237
EL BAZO .....	238
EL CEREBRO .....	239
EL SISTEMA CIRCULATORIO .....	247
EL CLÍTORIS.....	251
EL COLON .....	253
EL CORAZÓN.....	253
LOS DIENTES.....	258
LAS GLÁNDULAS ENDOCRINAS .....	261
LAS ENFERMEDADES CARDÍACAS .....	264
EL ESTÓMAGO .....	266
LA GARGANTA .....	270
LAS GLÁNDULAS PARATIROIDES.....	272
LA GLÁNDULA PINEAL.....	272
LAS GLÁNDULAS .....	272
EL HÍGADO.....	277
LOS HUESOS.....	283
LOS INTESTINOS.....	286
LA COLUMNA VERTEBRAL .....	291
LA VEJIGA .....	293
LAS GLÁNDULAS LINFÁTICAS .....	295
LA LENGUA.....	300
LOS MÚSCULOS.....	302

EL NERVIIO CIÁTICO .....	305
LOS NERVIOS .....	308
LOS OVARIOS .....	310
EL PÁNCREAS .....	313
LOS PULMONES .....	315
LOS RIÑONES.....	320
LA SANGRE .....	324
LOS SENOS PARANASALES .....	326
EL SISTEMA NERVIOSO.....	327
LOS TENDONES .....	330
LOS TESTÍCULOS .....	333
LA TIROIDES .....	345
EL ÚTERO .....	350
LAS VENAS.....	350
LA VESÍCULA BILIAR.....	354
 Una lista de 52 condiciones (y algunos comentarios breves) .....	 357
 Las 12 enfermedades originales <b>Con sus elementos correspondientes</b> .....	 369
 Cómo aplicar esta información a tu propia vida <b>Para tener una salud vital y dinámica</b> .....	 371

## 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, visto 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, lo que significa no 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 hay 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 hay 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 puede 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 22 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 emociones y con la buena salud.

Tener un purificador al vapor en casa, una destiladora, es la mejor inversión 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 tienen algún sentido 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:

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

Nota: para una exploración completa de las enfermedades originales, puedes leer el libro *La medicina del alma II. Las enfermedades originales*, de Eric Rolf. Está disponible en formato electrónico y en papel en <[www.ericrolf.com](http://www.ericrolf.com)>.

Los principios de la medicina del alma reflejan solo la parte del camino del sabor relacionados 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.

En el paradigma del arte de vivir, el camino del sabor-medicina del alma, he combinado estas dos ideas en lo que llamo «imagin-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 para por exceso de velocidad y le pregunta: ¿usted sabe lo rápido que iba? A lo que él responde que no, pero que sí sabe exactamente dónde está.

¡Ah, localidad! Vuestro nombre es «vida».

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

En la vida se trata mucho del ¿dónde estoy? y ¿adónde voy? Aunque más específico sería decir: ¿cuál es tu próximo paso?, ¿dónde escoges o esperas estar en el futuro? Quizás hasta quisieras considerar, como ya he observado, que la viabili-

dad de una acción es más a menudo, por no decir siempre, determinada por ¿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 estando 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 de la magnífica vista de la naturaleza 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 el 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 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 de este 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 concebible 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 no es solo una entrada magnífica a una vida saludable y satisfactoria, ya que a la vez nos abre, 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 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.