

# LE SETTE REGOLE DI PARACELSO



## **1- La prima è quella di migliorare la salute.**

Questo richiede una respirazione, il più spesso possibile, profonda e ritmica, riempiendo bene i polmoni, all'aperto o davanti a una finestra aperta. Bere ogni giorno a piccoli sorsi, circa due litri di acqua, mangiare tanta frutta, masticare i cibi il più perfettamente possibile, evitare alcool, tabacco e medicine, a meno che, per qualche motivo grave, non siate sottoposti a trattamento medico. Fare il bagno giornalmente dovrebbe essere

un'abitudine che dovete alla vostra dignità.

**2- Bandite assolutamente dalla vostra mente, per qualsiasi ragione, tutti i pensieri di pessimismo, rabbia, rancore, odio, noia, tristezza, vendetta e povertà.**

Fuggire come la peste ogni occasione di trattare con persone maldicenti, viziose, vili, mormoratori, pigre, pettegole, vanitose o volgari e inferiori per naturali limiti di comprensione o per argomenti sensuali che costituiscono la base dei loro discorsi o occupazioni. L'osservanza di questa regola è di decisiva importanza: si tratta di cambiare la trama spirituale della vostra anima. E' l'unico modo per cambiare il vostro destino, perché questo dipende dalle nostre azioni e dai nostri pensieri. Il caso non esiste.

**3- Fate tutto il bene che vi è possibile.**

Aiutate ogni infelice ogni volta che potete, ma non nutrite mai un debole per qualsiasi persona. Dovete tenere sotto controllo le vostre forze e fuggire da ogni forma di sentimentalismo.

**4- Dobbiamo dimenticare ogni offesa, anzi, sforzatevi di pensare bene del vostro più grande nemico.**

La vostra anima è un tempio che non dovrebbe mai essere profanato dall'odio. Tutti i grandi uomini si sono lasciati guidare da quella soave Voce Interiore, ma questa non vi parlerà immediatamente, ci si deve preparare per un certo tempo, distruggendo la sovrapposizione di strati di vecchie abitudini, pensieri ed errori che pesano sul vostro spirito, che è divino e perfetto nella sua essenza, ma impotente per la imperfezione del veicolo che gli si offre oggi per manifestarsi, la debole carne.

**5- Dovete raccogliervi ogni giorno, dove nessuno può disturbarvi, anche per mezz'ora, seduti più comodamente possibile, con gli occhi socchiusi e non pensare a niente.**

Questo rafforza fortemente il cervello e lo Spirito e vi metterà in contatto con influenze benefiche. In questo stato di meditazione e di silenzio, arrivano spesso le idee più brillanti, che a volte, possono cambiare un'intera esistenza. Con il tempo tutti i problemi che sorgono saranno risolti vittoriosamente da una Voce Interiore che vi guiderà in questi momenti di silenzio, da soli con la vostra coscienza. Questo è il demone di cui parlava Socrate.

**6- È necessario mantenere il silenzio assoluto su tutti i vostri affari personali.**

Astenersi, come se si fosse fatto un giuramento solenne, dal riferire agli altri, anche al vostro più intimo, di tutto quello che pensate, ascoltate, conoscete, imparate, sospettate o scoprite; per lungo tempo almeno, si dovrebbe essere come una casa murata o un giardino recintato. È una regola della massima importanza.

**7- Non temete gli uomini e non abbiate paura del domani.**

Mantenete il vostro cuore forte e puro e ogni cosa andrà bene. Non pensate mai di essere soli o deboli, perché ci sono dietro di voi potenti eserciti, che non potete concepire nemmeno nei sogni. Se vi elevate nello spirito, nessun male potrà toccarvi. Il solo nemico che dovete temere siete voi stessi. La paura e la sfiducia nel futuro sono le madri funeste di tutti i fallimenti e attraggono le cattive influenze e con esse il disastro. Se studiate con attenzione le persone di buona fortuna, vedrete che, intuitivamente, esse osservano gran parte delle regole sopra enunciate.

Molti di coloro che ammassano ingenti ricchezze, è certo che non sono del tutto delle buone persone, nel senso della rettitudine, però possiedono molte di quelle virtù che sono menzionate sopra. D'altro canto, la ricchezza non è sinonimo di benedizione, potrebbe essere uno dei fattori che conduce alla felicità, per il potere che ci dà per compiere grandi e nobili opere, però la benedizione più duratura può essere raggiunta solo attraverso percorsi diversi, dove non domina mai l'antico serpente della leggenda, Satana, il cui vero nome è Egoismo.