

64. Preservar a saúde e curar doenças deve estar em conformidade com as leis⁹⁶

衛生療病必ず法に適うを要す – *Eisei Ryoubou Kanarazu Hou Ni Kanau Wo You Su* – The preservation of health and the cure of diseases must conform to various laws.

[08.jun.2012] [17.dez.2020]

Esta máxima refere-se ao estado mental requerido para a preservação da saúde e cura de doenças.

Nós nos valemos de diversos métodos e terapias para preservar a saúde ou curar doenças. Em casos de graves enfermidades recorremos até mesmo aos métodos não convencionais baseados no xamanismo, ritos e magias. Dentre esses métodos, alguns podem não estar de acordo com as leis da natureza.

O ser humano é constituído de corpo e mente. Para manter a saúde, proteger-se da doença ou buscar a cura é muito importante que o corpo e a mente estejam em sintonia com a lei da natureza.

A sintonia com a lei da natureza significa a transformação interna para a moral suprema, corrigindo o sentimento baseado completamente no egocentrismo. Além disso, o nosso corpo é regido pelas leis fisiológicas. Comer e beber em excesso ou alimentação desbalanceada, por exemplo, contrariam essa lei. No cotidiano, por isso, os esforços voltados para a moderação são muito importantes, devendo-se buscar a harmonia de todos os itens de “alimentação – vestuário – moradia” com as leis da natureza.

Entretanto, por mais que tomemos os devidos cuidados, podemos ficar doentes. Nesse caso devemos consultar o médico e procurar tratamentos adequados. E não devemos lamentar a doença, nem

⁹⁶ Do *Tratado da Ciência da Moral*, inglês, Vol. 3, *Sinopse da Moral Suprema* (Número 8.106): *The preservation of health and the cure of diseases must conform to various laws*. Ver Texto em inglês no final da publicação.

ficar impaciente querendo a pronta recuperação, ou reclamar e ficar aborrecido; devemos sim, fazer uma autorreflexão silenciosa agradecendo a oportunidade que nos foi concedida para o treinamento mental. Aos médicos e às pessoas que se dedicam aos nossos cuidados, devemos também dirigir-lhes gratidão, e empenharmo-nos no tratamento médico com sentimento de humildade e sinceridade. A mente e o corpo possuem uma relação mútua direta; por isso, os sentimentos de humildade, gratidão e obediência eliminam o estresse e resultam em boas influências no corpo, acelerando a recuperação da saúde.

Na moralologia, em primeiro lugar vem sempre a correção dos sentimentos imperfeitos para transformá-los em benevolência, e não se trata de propor teorias ou ensinamentos tendenciosos. Por isso, na cura de uma doença, procura-se combinar as terapias clássicas com o melhoramento do lado mental, respeitando os métodos físicos, bioquímicos (medicamentos e dietas), e climatoterápicos, adequados à constituição de cada pessoa.

[Utilizar ambos, a natureza e a arte, em total harmonia⁹⁷]

Para preservar a saúde, curar a doença e alcançar a longevidade devemos – em primeiro lugar –, mudar o estado de espírito para a moral suprema e, em segundo lugar, submeter o corpo às leis da natureza.

Do *Kakuguen*, págs. 144 ~ 145

⁹⁷ Use both nature and art in good harmony: Social customs, religious faiths and moralities have been extremely limited in the methods they have employed for promoting the happiness of mankind; they employ only one or two methods for the purpose, so that everything becomes partial, and ceases to be really effective. Besides, the words and practices employed are all motivated by the selfishness of men. The method, for instance, of healing a disease differs according to different men; a man of religion recommends devotion to God, while a doctor recommends medicine alone; but even doctors disagree and recommend, one against another, a chemical, a physical or a natural method, their honour or gain being the sole criterion. The result, too, cannot but be partial. As to food, there are vegetarians who eat no meat and there are those who on principle eat only uncooked foods. Supreme morality, for all fields of human life, spiritual and material, excepting extremely particular cases, does not employ one certain method only, but makes it a rule to use in harmony whatever things are necessary for the man's happiness.