

## A CHRISTIAN SCIENCE PERSPECTIVE ON DAILY LIFE

## Mental disorders – the burden must lift

FOR THOSE WHO ARE SAID to suffer from the many different disorders categorized as mental illness, life can seem like a terrible prison from which there is no hope of escape; they often feel alone, stigmatized, and misunderstood. Those who yearn to help loved ones and neighbors with mental disorders can feel helpless as to what they can do for them and burdened with a heartbreaking responsibility.

According to the National Institutes of Mental Health, based in Bethesda, Md., “The burden of mental illness on health and productivity in the United States and throughout the world has long been underestimated.” Mental disorders are the leading cause of disability in the US and Canada for ages 15 to 44, and many people suffer from more than one disorder at a given time.

Across this grim scene a bright light waits to shine truly hopeful and transformative rays. The world will be a better place for our having given the matter attention and prayer, because the issues surrounding mental illness are so central to the ills facing humanity.

In the 142 years since Mary Baker Eddy discovered it, Christian Science has delivered many people from mental torment (see report of healing of bipolar disorder in the *Christian Science Sentinel*, July 14, pp. 12-13). Christian Science treatment doesn't begin with conventional methods of addressing mental illness – including prescription medications with their host of side effects, or psychoanalysis – all of which assume that the cause of the trouble exists in the brain. In fact, Christian Science asserts that healing answers lie in the opposite direction. “Every concept which seems to begin with the brain begins falsely,” wrote Mrs. Eddy. “Divine Mind is the only cause or Principle of existence. Cause does not exist in matter, in mortal mind, or in physical forms” (“Science and Health with Key to the Scriptures,” p. 262). *Mind and Principle*, as used here, are synonymous with God.

The authority for that statement comes from the teaching of Jesus. Two of the Gospels tell about a man he healed who had the symptoms of severe mental illness and how Jesus

restored him to “his right mind.” No longer a tormented recluse, he became a functioning member of society – and an advocate of Jesus and his healing power (see Mark 5:1-20; Luke 8:26-39).

If Jesus had seen only an emotionally disturbed man who needed to be changed into a sound one, he wouldn't have been able to heal him. As Christian Science explains, Jesus healed by seeing everyone as God created them – perfect as He is, whole, free, always in their right mind. And his example shows us how we can approach the issue of mental illness and help alleviate it. To Jesus,

**Jesus' example  
shows how  
we can help  
alleviate mental  
illness.**

even the most difficult of human circumstances were not hard and fast realities. They were situations to be spiritually confronted – and overcome. He specifically urged his followers to “Heal the sick, raise the dead,

cleanse the lepers, cast out demons: freely ye received, freely give” (Matt. 10:8, American Standard Version). And Christian Science teaches that, as we follow Jesus' example, it's possible to maintain spiritual facts in the face of the most discouraging material appearances. This is the Christlike model for attacking any problem through prayer.

The Christ is God's transforming message of hope and healing. It speaks individually to each consciousness, without exception. When entertaining the Christ in one's thought – that is, willingly seeking to understand God's power to see His creation as He knows it – healing must result. We can all help make a difference in the lives of those who struggle to find mental peace.

On behalf of those who suffer from mental illness, we can refuse to believe that God has destined lives of pain for them. We can refuse to believe that heredity or imbalance or stigma define their identities and instead advocate for the spiritual wholeness and freedom of each individual. We can see more in the way that Jesus saw, and work at adopting the Christ consciousness, in support of these fellow beings and their families.

*Adapted from the Christian Science Sentinel.*

A Spanish translation of today's article on Christian Science

Veamos la vida diaria desde una perspectiva de la Ciencia Cristiana

## Trastornos mentales, la carga debe desaparecer

PARA AQUELLOS QUE, según se dice, sufren de diferentes tipos de trastornos mentales, la vida puede parecer una terrible prisión de la cual no tienen esperanza de escapar, y a menudo se sienten solos, condenados e incomprendidos. A su vez, quienes ansían ayudar a sus seres queridos o vecinos que sufren de esos trastornos, pueden sentirse incapaces al tratar de decidir cómo ayudarlos y sentir la carga de tan abrumadora responsabilidad.

Los Institutos Nacionales de Salud Mental, que se encuentran en Bethesda, Maryland, Estados Unidos, afirman que: “Por mucho tiempo, se ha subestimado la carga que las enfermedades mentales imponen a la salud y a la productividad en los Estados Unidos y en el resto del mundo”. Los problemas mentales son la causa principal de discapacidad en los Estados Unidos y Canadá, entre las edades de 15 a 44 años, y muchas personas sufren de más de un problema mental a la vez.

A pesar de este cuadro tan desalentador, hay una luz brillante a la espera de poder resplandecer y así ayudar y transformar la vida de la gente con sus rayos. El mundo sería un mejor lugar si prestáramos más atención a esta situación y oráramos por ella, porque los problemas que plantean las enfermedades mentales son parte esencial de los males que aquejan a la humanidad.

Hace 142 años que Mary Baker Eddy descubrió la Ciencia Cristiana, y durante todo ese tiempo esta Ciencia ha liberado a mucha gente de tormentos mentales (véase relato de curación de trastorno bipolar publicado en el *Christian Science Sentinel* del 14 de julio de 2008, págs. 12-13). El tratamiento en la Ciencia Cristiana no comienza como los métodos convencionales para tratar trastornos mentales —entre los cuales se encuentran los medicamentos recetados con sus numerosos efectos secundarios, y el psicoanálisis— los cuales suponen que la causa del problema se encuentra en el cerebro. De hecho, la Ciencia Cristiana afirma que las respuestas sanadoras se encuentran en la dirección opuesta. La Sra. Eddy escribe: “Todo concepto que parezca empezar con el cerebro, empieza falsamente. La Mente divina es la única causa o Principio de la existencia. No hay causa en la materia, ni en la mente mortal, ni en cuerpos físicos” (*Ciencia y Salud con Clave de las Escrituras*, pág. 262). *Mente y Principio* como se usan aquí son sinónimos de Dios.

La autoridad para hacer esta declaración proviene de las enseñanzas de Jesús. Dos de los Evangelios relatan cómo un hombre fue sanado de una grave enfermedad mental y cómo Jesús lo devolvió a “su juicio cabal”. Su tormento terminó y volvió a ser un hombre valioso para la sociedad, y comenzó a divulgar las grandes cosas que Jesús había hecho con él y su poder sanador (véase Marcos 5:1-20; Lucas 8:26-39).

Si Jesús sólo hubiera visto a un hombre emocionalmente perturbado que necesitaba ser vuelto a la normalidad, no habría podido sanarlo. La Ciencia Cristiana explica que Jesús sanaba viendo a todos como Dios los creó: perfectos como Él es, completos, libres, siempre en su sano juicio. Y su ejemplo nos enseña cómo podemos enfrentar el tema de las enfermedades mentales y ayudar a mitigarlas. Para Jesús, ni siquiera las circunstancias humanas más difíciles eran realidades terminantes e inamovibles, sino situaciones que debían enfrentarse espiritualmente y superarse. Instó especialmente a sus seguidores, diciendo: “Sanad enfermos, limpiad leprosos, resucitad muertos, echad fuera demonios; de gracia recibisteis, dad de gracia” (Mateo 10:8). Y la Ciencia Cristiana enseña que al seguir el ejemplo de Jesús es posible afirmar los hechos espirituales ante las más desalentadoras apariencias materiales. Éste es el modelo del Cristo para enfrentar cualquier problema mediante la oración.

El Cristo es el mensaje transformador de esperanza y curación que Dios imparte. Habla individualmente a cada conciencia, sin excepción. Cuando hospedamos a Cristo en el pensamiento —es decir, cuando estamos dispuestos a comprender el poder de Dios para percibir Su creación como Él la conoce— el resultado es la curación. Todos podemos ayudar a hacer una diferencia en la vida de aquellos que luchan por estar mentalmente en paz.

En nombre de aquellos que sufren de enfermedades mentales, podemos negarnos a creer que Dios haya planeado para ellos una vida llena de dolor. Podemos rehusar creer que la herencia, el descontrol o el estigma puedan definir su identidad, y abogar en cambio en pro de la salud espiritual y la libertad de cada persona. Podemos ver más de la manera en que Jesús veía y orar para adoptar la conciencia del Cristo, en apoyo de ellos y sus familias.

*Adaptado del Christian Science Sentinel.*



Get a FREE copy of the  
*Christian Science Sentinel*, a  
magazine of practical spirituality.

CHRISTIAN SCIENCE  
**Sentinel**

Get a FREE copy!

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

*Ciencia y Salud con Clave de las Escrituras* escrito por Mary Baker Eddy, está disponible en inglés y en otros 16 idiomas, entre ellos español. Todas las traducciones tienen el texto en inglés en la página opuesta. Usted puede adquirir *Ciencia y Salud* y otra literatura de la Ciencia Cristiana en las Salas de Lectura de la Ciencia Cristiana, establecidas en todo el mundo, o puede escribir a: The Christian Science Publishing Society, P.O. Box 1875, Boston, MA 02117-1875 E.U.A.