

# INDICE

	Pág.
- PAZ INTERIOR .....	2
- REFLEXIÓN: LA LEY ES SIEMPRE LA MISMA .....	5
- LA HORA QUE VIVIMOS, por Félix Tolosa Bosch .....	6
- PARA MEDITAR UNA VEZ AL DÍA .....	7
- LA VIDA NO ES LUCHA, SINO ESFUERZO .....	8
- MEDICINA OBJETIVA .....	11
- COMO SE DEBE ORAR, por Alexis Carrel .....	12
- EJERCICIOS DIARIOS PARA EL CULTIVO DEL ALMA del libro <i>Cartas a los Estudiantes</i> , por Max Heindel .....	14
- POESÍA: EL PRECURSOR, por José H. Baseti .....	16
- REFLEXIONES SOBRE: ESPÍRITU MATERIA Y MATERIA ESPÍRITU .....	18
- EL PROBLEMA .....	22
- MEDICINA ALTERNATIVA .....	32



# *Paz Interior*

*Recopilaciones por el Hno. José Ocampos*

*Dice San Agustín: “La Paz no es otra cosa que la tranquilidad del orden. Ahora bien, en el hombre hay un triple orden, a saber: Del hombre consigo mismo; del hombre con Dios y del hombre con su prójimo”.*

*Si el mundo interior de uno es conocido por sí mismo; si has escudriñado sabiamente todos sus rincones ocultos, si ha afinado todas sus manifestaciones y ha descubierto el manantial inagotable de su poderío, podrá fácilmente ordenarlo todo en una suprema armonía, en una perfecta unidad que le hará doblemente fuerte y vigoroso y con una paz interior inigualable.*

*El proceder con amor, honradez, justicia y lealtad, limpia el alma de fanatismo, intolerancias o desmedidas ambiciones, pudiendo así descubrir el camino de la paz interior que conduce hacia la fuente de la íntima felicidad, fuente que está en nosotros, manando hacia los demás y dejando rastros de su cauce: belleza, paz, amor.*

*Donde hay conflicto no hay paz. Donde hay odio no hay paz. Donde hay resentimiento no hay paz. Donde hay amargura no hay paz. Donde hay incomprensión no hay paz. Paz interior hay donde hay amor, donde hay tolerancia, donde hay comprensión, donde hay acercamiento. Hay paz interior cuando sentimos a Dios dentro de nosotros.*

*Cuando una persona está triste o abatida, o se halla en la cúspide de la crisis, con frecuencia se deja llevar por la impresión de que esa situación pueda ser para siempre, y eso aumenta su angustia. No sucederá así si eleva sus pensamientos hacia Dios y pide ayuda. Todo pasará a las pocas horas. Desaparecerán los problemas y la paz volverá a renacer.*

*La paz del corazón está al alcance de todo ser humano, no importa en la posición que ocupe en la escala social. Esa paz es la recompensa para*

*aquellos que han puesto su vida en las manos de Dios y se inspira en las palabras del Evangelio: Pedid y recibiréis; llamad y se os abrirá.*

*El mejor confidente y amigo que una persona puede tener es nuestro amante Padre celestial. Dios quiere que compartamos con Él, de forma verbal, todos los problemas que nos producen tensión. El no solamente puede hacer algo para remediarlo, sino que forma parte de su plan el que nos comuniquemos con Él de este modo ¿Lo has pensado alguna vez? Dios nos conoce perfectamente, y cuando le hablamos de nuestras necesidades, no le estamos ofreciendo información nueva. Estamos, sin embargo, aprendiendo a aceptarlo como amigo íntimo. Al hablar con Él, estamos aprendiendo a conocerle de una manera más profunda y más personal. Cuando le hablamos acerca de nuestros problemas, el resultado es que: “La Paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, guardará vuestros corazones y vuestros pensamientos en Cristo Jesús (versículo 7).*

*A todos les dice Jesús: “Vengan a mí. Yo les aliviare” si transitamos por el duro camino de la vida, agobiados por el peso de nuestras penas, imperfecciones, enfermedades del cuerpo y del espíritu; desilusionados por las pobres frutos de los valores que hemos abrazado, debemos acudir a Cristo, abrirle nuestro corazón, así encontraremos alivio y paz para nuestras almas.*

*La paz no se regala. La paz se construye. La paz se edifica desde los cimientos de cada vida. Hay que educar la paz. La paz se fortifica, se levanta con las profundas comprensiones de los corazones evangelizados.*

*Paz en el alma y el corazón, son las armas poderosas que deben conquistar la ciencia, naciones y hombres. Paz que no se consigue, ni se conseguirá oprimiendo o matando. Esa paz interior se obtendrá solamente con la recta dirección de la vida.*

*La paz de Dios gravada profundamente en la mente puede tener un efecto tranquilizador y curativo de los nervios y de la tensión. La paz de Dios es por sí misma medicinal.*

*Los naturistas recomienda tomar baño antes de acostarse para dormir tranquilo. También se puede, en cambio, tomar baño de paz, de armonía y de perdón para hacer descansar la mente y el alma y así poder dormir en paz.*

*El peor mal que aqueja al hombre es la falta de paz interior.*

*Seamos manantiales de amor; en lo posible que se viertan aguas vivificantes sobre las llagas que producen el odio, para calmarlo y convertirlo en paz interior. Seamos centro de serenidad, guía, faro, brújula, en estas horas de confusión; todos sin odios ni egoísmos, El momento es de pruebas constantes; no de separatividad, sino de unión, no de perturbación, sino de paz interior. Si se quiere alcanzar la paz interna, hay que brindar amor por doquier. Si se quiere el beneficio de la recolección del fruto, tendrá que gustar el almíbar del sacrificio de la siembra.*

*La prosperidad no significa forzosamente opulencia, riqueza. Es un estado de conciencia. Se puede ser rico, muy rico por bondad, por el amor al prójimo, por acciones amorosas, por renunciar a algo a favor de los demás, ser bueno, muy bueno: “eso también es ser muy rico”.*

*La verdadera sabiduría, la verdadera bondad, el verdadero arte de ser bueno, está en saber encontrar a Dios, en descubrirlo en todas las cosas y acontecimientos.*

*Palabras de RUI BARBOSA (afamado jurista brasileño): De tanto ver triunfar la nulidad, de tanto ver prosperar la deshonra, de tanto ver crecer la injusticia: de tanto ver agigantarse los poderes de los malos; el hombre llega a desanimarse de la virtud, a reírse de la honra, a tener vergüenza de ser bueno y honesto”.*

*En cambio, en la Fraternidad Rosacruz, jamás renunciaremos a ser buenos, porque es la única forma de acercarnos realmente a Dios y a contribuir a una sociedad mejor.*

*Muchos se hacen los buenos para ir al cielo. Pero el cielo no se compra. El cielo es el estado de conciencia, de la actitud generosa ante la vida.*

*Hay que tener la mirada limpia y bondadosa como tenían: Don Antonio Paciello, Don Helios Canesa, Don Pedrito García, Doña Ema Cave, Doña Dora Alonso, Don Aurelio Ramírez, Don Gregorio Figueredo, eran limpias y puras porque había bondad, humildad, amor y paz en sus miradas y procederes.*

*No se podrá tener una notable capacidad intelectual para iluminar el mundo, pero se podrá tener un noble corazón, una gran bondad para hacer feliz a los demás.*

*Los buenos nunca son tontos, pues han sabido captar la verdadera sabiduría, que no es la del mundo sino la de la bondad.*

*La instrucción carece de importancia por sí misma. Mientras la educación no enseñe mediante una síntesis de la vida, resultará árida y su valor muy escaso, ¿Acaso no vemos como toda la enseñanza que se da en el mundo, resulta incapaz para conseguir que los hombres no se destrocen unos a otros, llenos de miedo? En lugar de alentar las diferencias entre los hombres, la educación debe mostrar el camino a la comprensión.*

*Quien conserva un rostro bondadoso y amable, llena de alegría los corazones de los demás.*

*El egoísmo, la vanidad, el aire de grandeza, el complejo de superioridad, de sabelotodo, corresponde a un estado de evolución inferior; en cambio, la modestia, la sencillez, la bondad, el aire de humildad, significan: evolución superior.*

*Amanece cada día solo para los buenos que da la impresión de que siempre están despiertos. Los seres superiores viven siempre despiertos. Aun cuando están durmiendo, pareciera que siempre están forjando ideas superiores porque no aceptan nada que no sea para realizar algo superior para brindar a la comunidad. Eso es verdaderamente: SER BUENO.*

*Decía Luther King: Dios es capaz de proporcionarnos recursos íntimos para hacer frente a los problemas y tormentos de la existencia. Que la siguiente afirmación sea nuestro grito de aliento cuando negros nubarrones quieran ensombrecer nuestros días y nuestras noches. Recordemos que existe una poderosa y benévola providencia capaz de abrir camino donde no hay camino y llenarlo de amor y bondad.*

**LA LEY ES SIEMPRE LA MISMA. ES AMOR Y LA VIDA QUE SE DA, LLEVA A CONQUISTAR MÁS AMOR Y MÁS VIDA, COMO EL MEZQUINO NO PUEDE RECOGER MAS QUE MEZQUINDADES Y DESPRECIO. EL QUE NO DA NO RECIBE – POR LEY DE CAUSA Y EFECTO.**

# ***LA HORA QUE VIVIMOS***

---

***Por Félix Tolosa Bosch***

*Ante las caóticas explosiones de barbarie desenfrenada que en estos momentos conmueven al mundo, ante la manifiesta impotencia de los gobiernos – salvo honrosas excepciones – para frenar el avance de la inmoralidad y el fraude, el desquicio y los atropellos contra la persona humana; su indiferencia ante el hambre y la miseria de millones de hogares que han dejado de ser tales, para convertirse en cubiles donde fermenta el odio que luego se convierte en crimen, debemos hacer un alto en el camino para pensar con seriedad y altura, porque así lo exigen las circunstancias y nuestra condición de hombres libres con derecho a expresar lo que pensamos.*

*Y aquí está lo que pensamos.*

*Hace VEINTE SIGLOS, cuando la llamada “civilización occidental” se hallaba en un estado de aguda crisis, como consecuencia de las prolongadas luchas provocadas por el ansia de expansión y dominio de unos pueblos y la depravación de las costumbres de otros, apareció el Cristianismo, Religión de Amor y de Paz, opuesta a toda violencia. Ya existían otras religiones. Todas ellas enseñaban a los hombres a ser buenos, a no mentir, ni robar y menos a matar. Los pueblos del mundo adoptaron una u otra religión según la raza e idiosincracias propias de cada comunidad. Todas se extendieron y casi no queda lugar habitable del planeta donde no existan iglesias, monasterios, misiones y hasta escuelas religiosas.*

*En todas se ha enseñado y enseña lo mismo: HACER EL BIEN. Los gobiernos, por su parte, dictaron todas las leyes que estimaron necesarias para castigar el mal. Todo bien escrito y bien “hablado”... pero el mal, no solo no fue frenado sino que creció, se extendió y se organizó. Ello pone de manifiesto la censurable inoperancia de todas las religiones*

*y sectas y de todos los castigos establecidos por las leyes. Y aquí sentimos que nos invade la duda del instante al tener que preguntarnos, con dolor y vergüenza: si las religiones y las leyes no han servido para encausar a los hombres por la senda del BIEN, ¿PARA QUÉ HAN SERVIDO? Conocemos la Repuesta. Pero es tan dura, que exponerla, sería como cruzar de un latigazo la cara de muchos – muchísimos – mentidos conductores, mentidos políticos, mentidos prelados y sicarios de todos los credos.*

*Aclaremos que somos conscientes de que hay muchas honrosas excepciones, pero no son mas que eso: “excepciones”. Ahora, sólo nos resta afirmar que mientras no haya una acción mancomunada de iglesias y gobiernos que impida a cualquier costa que haya guerras, miseria y hambre en el mundo, niños analfabetos y descalzos y programas televisivos que enseñan al adolescente como se comete un crimen, todo cuanto se escriba, se hable y se prometa... SERA INÚTIL..*

*Si Tú, Amigo que me lees, eres espiritualista, cualquiera sea la religión o credo que profeses, PIENSA, después de haber leído este Mensaje, - doloroso pero REAL – cual es tu situación y cual la actitud que se debe adoptar ante hechos y situaciones que a todos NOS AVERGÜENZAN COMO SERES PENSANTES.*

## PARA MEDITAR UNA VEZ AL DIA

*Me hallo absorbido simplemente en la Idea espiritual . Existe en mí, el principio, el medio y el fin. No hay nada parecido ni podrá nunca haberlo y mi anhelo, mis ansias, es realizarlo cada vez más, y hacer algo por la humanidad; por todos los hombres y mujeres que son mis hermanos en espíritu.*

*Este deseo del que estoy hablando no me vino solamente de mi mente concreta sino también del corazón, templo divino donde radica mi Ego inmortal.*

## **LA VIDA NO ES LUCHA, SINO ESFUERZO**

*El concepto de que la vida es lucha, que es una batalla constante, nace del innegable hecho de que la experiencia de los hombres está en general salpicada de dolor y naturalmente, lo que duele se siente más y su recuerdo se graba más profundamente en la conciencia. No podemos negar, por otra parte, que la vida nos ofrece también muchos momentos placenteros, los cuales olvidamos con más facilidad que los sufrimientos y el dolor.*

*La realidad, sin embargo, es que la vida del común de los hombres es una combinación de placer y de dolor, en la cual unas veces predomina el uno y otras veces el otro. El concepto sería más exacto, si en vez de decir que la vida es lucha, dijéramos que es esfuerzo; porque el desenvolvimiento de la vida exige esfuerzo aun de los mejor dotados. Vivir significa acción, desenvolvimiento e implica siempre el vencimiento de resistencia de alguna clase, mediante el esfuerzo.*

*Ahora bien, hay una gran diferencia entre el concepto lucha y el concepto esfuerzo. Uno se ve forzado a luchar contra alguien o algo que se le opone con ánimo de abatirlo o vencerlo. Se encuentra en este caso con una resistencia activa agresiva. Es decir que no es sólo la inercia de las cosas lo que uno tiene que vencer, sino una inteligencia que se defiende y ataca.*

*Esfuerzo, en cambio, rara vez implica otra cosa que la acción que se ejerce sobre algo pasivo, que requiere perfeccionamiento en algún sentido. La vida, en realidad, es un desenvolvimiento progresivo hacia una perfección, y para comprenderla debemos empezar por abandonar la idea de lucha por la más lógica y más exacta de esfuerzo, el cual es inherente a todo progreso.*

*Quizás alguien dirá que esto es un juego de palabras y que estas no tienen importancia ante la realidad, que para la inmensa mayoría de los humanos, la vida es dura y que todos deseáramos que fuera más fácil.*



*Exacto. Pero, permítase que se diga a quienes así se expresen , que las palabras tienen verdadera importancia, porque sugieren a nuestra mente ideas que influyen en nuestro modo de pensar y de obrar.*

*Pensar que se tiene que luchar con algo o alguien que se defiende y ataca, no predispone nuestro ánimo de la misma manera que pensar que sólo tenemos que habérmola con un obstáculo pasivo, que podemos vencer con nuestro esfuerzo sin mayor peligro, y para lo cual podemos tomar nuestras medidas con cierta tranquilidad. En verdad, las palabras tienen su valor!*

*De lo dicho podemos deducir la primera de las reglas para triunfar en la vida, la que expresamos diciendo: Dad a las palabras su exacto significado y así formaréis conceptos ajustados a la verdad. A poco que se piense, se verá la enorme diferencia que en nuestro ánimo se establece cuando consideramos las dos palabras: lucha y esfuerzo.*

*La primera siempre implica sufrimiento, porque nos vemos obligados a luchar; no luchamos por nuestra voluntad sino que algo nos fuerza a ello y preferiríamos no luchar. En cambio, el esfuerzo es siempre voluntario. Es algo que hacemos por propia voluntad, y casi siempre, el mero acto de esforzarse nos proporciona placer.*

*En la lucha, aunque triunfamos, la satisfacción no es completa; lleva en sí algo de amargo, especialmente si uno es de sentimientos nobles, porque nuestro triunfo implica dolor y sufrimiento para el vencido. Por el contrario, cuando alcanzamos la meta objeto de nuestros esfuerzos, sentimos una satisfacción pura y libre de todo amargura, porque en nuestro triunfo, no sólo hay dolor para nadie, sino que hay mejoramiento de alguna clase puesto que el esfuerzo es siempre constructivo.*

*La vida es desenvolvimiento, es crecimiento y es creación. El hombre es esencialmente creador. Prueba de esto tenemos en la satisfacción más grande que el hombre puede sentir, al saber que ha producido o creado algo; ya sea una obra de arte o un objeto cualquiera, por insignificante que sea.*

*Necesitamos un concepto más exacto y más noble de la vida; un concepto más en consonancia con la realidad. Mientras consideremos a la vida como lucha con nuestros semejantes o contra las circunstancias, necesariamente tendremos que sentir descontento y sufrir; porque tal lucha no puede ser inspirada más que por el temor o por el egoísmo ; temor de vernos desposeídos o el egoísmo de acaparar.*

*Pero la vida no es eso! La vida es el desenvolvimiento de un Plan hacia la perfección de todas las cosas, tanto en el cielo como en la tierra...!!!*

*Plan en el que el hombre tiene un lugar de gran importancia y de influencia decisiva. Para el desenvolvimiento de este Plan, son un entorpecimiento el temor y el egoísmo. En cambio, son nuestros mejores auxiliares la comprensión, la buena voluntad y la determinación para cooperar con nuestros semejantes en la obra común del progreso.*

*Decimos que para el desenvolvimiento del Plan de nuestras vidas, la comprensión, la buena voluntad y la disposición a cooperar con otros, serán nuestros más valiosos auxiliares. Esto sugiere la segunda de las reglas para triunfar en la vida.*

*A esta regla la llaman la Regla de Oro, según la cual no debemos querer para los demás lo que no queremos para nosotros. Esta regla es susceptible de una ampliación importante, y es que debemos desear para los demás todo el bien que deseamos para nosotros.*

*En nuestra preocupación para defendernos, en lo que llamamos la lucha por la vida, perdemos de vista que ésta implica una acción recíproca de dar y recibir; y que recibimos exactamente lo que damos. Y aquí viene bien aquello de que “lo que el hombre siembra, eso recoge” y el dicho vulgar, no menos cierto, de que “quien siembra vientos recoge tempestades”.*

*Naturalmente, con la idea de que tenemos que luchar, sembramos odio, rencor, mala voluntad, egoísmo, destrucción, y, en consecuencia, recogemos lo mismo que hemos sembrado, casi siempre multiplicado.*

*En cambio, sino nos diéramos cuenta de que las leyes naturales tienden hacia un progreso y perfección de todo lo creado, mediante el esfuerzo armónico, nos daríamos cuenta también que, en ese esfuerzo, cada uno tiene un lugar específico que ocupar, que nadie más que él puede llenar.*

*Eso nos haría ver que nuestra prosperidad, nuestro bienestar y nuestra felicidad dependen de que ocupemos ese lugar y llenemos esa función. Entonces todo nuestro interés sería descubrir cuales son, para llenarlos correctamente y no tendríamos necesidad de luchar para despojar a otros.*

*Así perderíamos el motivo y razón para abrigar temores, egoísmos, odios y rencores y en cambio sembraríamos la porción de campo, que nos ha caído en suerte, de sentimientos de caridad, de amor, de buena voluntad, de benevolencia y de todo cuanto produce verdadera satisfacción y felicidad; las cuales cosecharíamos también multiplicadas y las compartiríamos con nuestros semejantes.*

## **MEDICINA OBJETIVA**

---

*Veamos lo que dijera un médico que completó sus estudios buscando las causas de las enfermedades:*

*“Nunca afirméis o repitáis respecto a vuestra salud lo que no deseéis que sea verdad. No tratéis de vuestras dolencias ni examinéis vuestros síntomas. No cedáis jamás al convencimiento que no sois dueños de vosotros mismos. Afirmad resueltamente vuestra superioridad sobre las enfermedades corporales y no os reconozcáis esclavos de ninguna potestad inferior”.*

*Lástima que no se haya enseñado a los niños desde pequeños a levantar una barrera contra las enfermedades por medio de tan saludable ejercicio mental de elevados pensamientos y pureza de vida, quisiéramos enseñarles a rechazar todo pensamiento de muerte, toda imagen de enfermedad, toda emoción nociva como el odio, la ruindad, la venganza, la envidia, etc. , para que vencieran toda mala tentación, y concluya por comprenderse aquello de en mente sana, cuerpo sano.*

*Los pensamientos saludables son tan necesarios a la salud del cuerpo como para la pureza de la conducta.*

*Habría que enseñarles desde pequeños a fortalecer poderosamente la voluntad y luchar por todos los medios contra los enemigos de la vida, que son los vicios y malos pensamientos, y a los enfermos a tener esperanzas, resolución y ánimo para triunfar.*

# CÓMO SE DEBE ORAR

(ALEXIS CARREL)

*¿Como se debe orar? Aprendamos la técnica de la oración con los místicos cristianos desde San Paulo hasta San Bento, y hasta esa multitud de apóstoles anónimos que durante 20 siglos iniciaron a los pueblos de Occidente en la vida religiosa. El Dios de Platón era inaccesible en su grandeza; el de Epicteto se confundía con el alma de las cosas y Jehová era un déspota oriental que inspiraba terror y no amor. El cristianismo, por el contrario, colocó a Dios al alcance del hombre. Le dió un rostro; lo hizo nuestro padre, nuestro Hermano y nuestro Salvador. Para llegar a Dios, ya no hay necesidad de un ceremonial complicado ni sacrificios sangrientos. La oración se hace fácil, y su técnica simple.*

*Para orar, basta solamente el esfuerzo de elevarnos hasta Dios; tal esfuerzo, sin embargo, debe ser afectivo y no intelectual. Una meditación sobre la grandeza de Dios, por ejemplo, no es una oración, a no ser que sea al mismo tiempo, una expresión de amor y fé. Y así la oración, según el proceso de La Salle, parte de una consideración intelectual para luego tomarse afectiva. Sea corta o larga, sea vocal o apenas mental, las preces deben ser semejante a la conversación que una criatura tiene con su padre. "Cada uno aparenta conforme es", decía una pobre hermana de caridad que ha treinta años quemaba su vida al servicio de los pobres. En suma: se ora como se ama – con todo nuestro ser.*

*En cuanto a la forma de oración, varía desde la corta elevación a Dios hasta la contemplación; desde las simples palabras pronunciadas por la campesina que se arrodilla ante la cruz en un cruce de camino, hasta la magnificencia del canto gregoriano bajo las bóvedas de una catedral.*

*La solemnidad, la grandeza y la belleza no son necesarias para la eficacia de la oración. Pocos hombres han sabido orar como S. Juan de la Cruz o como S. Bernardo de Clairvaux, no habiendo necesidad de ser*

*elocuente para ser atendido. Cuando se aprecia el valor de la oración por sus resultados, nuestras más humildes palabras de súplicas o de loor son tan aceptables al Señor de todos los seres como las más bellas invocaciones. Fórmulas, recitadas maquinalmente son, también, de cualquier forma, una oración. Sucede lo mismo con la llama de un cirio. Basta para eso que esas fórmulas inertes y esa llama material simbolizen el arrobamiento de un ser humano para Dios. Y también se ora por medio de la acción, pues ya S. Luis Gonzaga decía que el cumplimiento del deber equivaldría a una oración. La mejor manera de comunicarse con Dios es, incuestionablemente, cumplir integralmente Su voluntad.*

*“Padre nuestro, venga a nos el tu Reino, hágase tu voluntad así en la tierra como en los cielos...” Hacer la voluntad de Dios consiste, evidentemente, en obedecer las leyes de la vida, tales como ellas se encuentran grabadas en nuestros tejidos, nuestra sangre y nuestro espíritu.*

*Las oraciones que se elevan como una pesada nube de la superficie de la Tierra, difieren tanto unas de las otras, como difieren las personalidades de aquellos que rezan, pero consisten en variaciones sobre estos dos mismos temas: amargura y amor. Es enteramente justo implorar el auxilio de Dios para obtener aquello que necesitamos; sin embargo sería absurdo pedir la realización de un capricho o solicitar aquellos que debemos procurar por nuestros propios esfuerzos. El pedido inoportuno, obstinado y agresivo puede obtener resultado. Un ciego, sentado a la vera del camino lanzaba sus súplicas cada vez más alto, a pesar de las personas que querían hacerlo callar; “Tu fe te ha curado”, dijo Jesús que pasaba por el camino.*

*En su forma más elevada, la oración deja de ser una petición; el hombre declara al Señor por sobre todas las cosas que lo ama, que le agradece las dádivas y está pronto a realizar Su voluntad, sea ella cual fuera. Así la oración deviene contemplación y adoración.*

*Un viejo campesino estaba sentado solito en el último banco de la Iglesia vacía. “¿Qué esperáis?” preguntáronle. “Lo miro a Él”, respondió el hombre, “y El me mira a mí”. El valor de una técnica se aprecia por sus resultados. Toda la técnica de la oración es buena, cuando pone al hombre en contacto con Dios.*

## EJERCICIOS DIARIOS PARA EL CULTIVO DEL ALMA.

*De Cartas a los estudiantes  
por Max Heindel*

*Cuando Cristo visitó a Marta y María , la primera estaba preocupada mucho más de los preparativos de sus comodidades materiales que en atender a los asuntos espirituales que El enseñaba; de aquí el reproche que ella atendía a muchas cosas de menor importancia en vez de “la única necesaria”. Es indudable que ha de considerarse positivamente malo el descuidar el cumplimiento de los deberes propios o de las obligaciones que se nos presenten en nuestra vida cotidiana . Pero muchos de nosotros cometemos la gran equivocación de rotular como primordiales” nuestra tarea y nuestros deberes de la vida material, pensando que la parte espiritual de nuestro desarrollo puede aguardar hasta un tiempo propicio en que no tengamos otra cosa que hacer. Un número cada día mayor de individuos admite que debería prestar mucha más atención a los asuntos espirituales, pero encuentra siempre una excusa para no empezar enseguida, inmediatamente. “Mis asuntos requieren toda mi atención” – dirá alguno – “Tengo los momentos tan contados y mi negocio es tan exigente, que para mantener la casa a flote debo trabajar desde las primeras horas de la mañana hasta muy tarde por la noche. Una vez que los tiempos mejoren me preocuparé de estos otros asuntos y les prestaré más atención”. Otros pretextan el que determinados parientes están a su cargo y que una vez que quede libre de estas obligaciones para con sus familiares estarán en disposición de consagrar su tiempo al desarrollo del alma.*

*Es indudable que en muchos casos y hasta cierto punto, estas excusas son legítimas, y que los que las presentan están sacrificándose real y verdaderamente por algún otro. Acude a mi memoria el caso de una probacionista que, llena de congoja, escribió en una oportunidad, que sus dos niñitos requerían su atención especialmente cuando ella debería realizar sus ejercicios matutino y vespertino .Deseaba ardientemente*

*avanzar en el camino de la vida superior, pero el cuidado de sus hijos parecía un obstáculo y preguntó que debía hacer. Cuidar de sus hijos, naturalmente, fue lo que yo le contesté. El sacrificio que representaba descuidar su propio progreso por la seguridad y el cuidado de sus hijos, le proporcionaría indirectamente un desarrollo del alma mil veces mayor que si hubiera desatendido a sus hijos por su propio y egoísta interés.*

*Pero por otra parte existen muchos que carecen del vigor mental necesario para este esfuerzo sostenido. Por muy agotadoras que sean las condiciones del negocio de cada uno, es siempre posible dedicar un pequeño lapso de tiempo cada día, mañana y noche, al alcance de la espiritualidad. Es una práctica extraordinariamente buena la de concentrar nuestra mente en un ideal durante el tiempo empleado en ir de casa al despacho en tranvías o coches. El mismo hecho de que exista tanto ruido y confusión, lo que hace más dificultoso el esfuerzo, es en sí mismo una ayuda, puesto que el que llega a dirigir su pensamiento hacia un solo punto bajo tales circunstancias, no encontrará dificultad alguna en obtener iguales o mejores resultados en condiciones más favorables. El tiempo así empleado resultará mucho más provechoso que si se utiliza en leer un periódico o una revista que llamará nuestra atención hacia condiciones que quizás estén muy lejos de ser elevados.*

*La mente de la mayoría es como un colador o un tamiz. Los pensamientos se filtran a través de sus cerebros lo mismo que el agua a través del colador. Estos pensamientos son buenos, malos o indiferentes, estos últimos en gran mayoría. La imaginación no retiene ninguno de ellos suficientemente para poder conocer su naturaleza, y sin embargo alimentamos la idea de que no podemos impedir que nuestros pensamientos sean como son. A causa de este error muchos individuos han tomado la costumbre de pensar con toda negligencia, lo que les vuelve incapaces de concentrarse en un objeto determinado hasta no estar bien dominado. Puede ser algo difícil de lograr, pero cuando se ha conseguido el control del pensamiento, aquel que lo haya logrado tiene ciertamente en su mano la llave maestra del éxito en cualquier camino que emprenda.*

*Por consiguiente y en relación con estas series de lecciones que está recibiendo: °El efecto oculto de las emociones°, yo le estimularía a reflexionar seriamente sobre estos puntos y a elegir algunos momentos de cada día para dedicarlos al decidido propósito de conseguir el control de su pensamiento. Existen muchas valiosas instrucciones y métodos dados por varios autores*

## EL PRECURSOR

---

*Los que aprisionan la luz, no tienen suerte:  
corren desesperados, sin saber adonde van;  
han perdido la brújula;  
han entregado el alma ya, sin estar muertos,  
porque han dejado sucumbir la fe.  
El ruido del mundo y las angustias  
por las cosas que han de sobrevenir,  
sus continuos fracasos,  
sus tremendos conflictos,  
su soledad sin rumbo en la distancia,  
todo eso es un mal que los espanta.  
No pueden aceptar el cambio,  
ni mirar de frente la gran aurora  
que ya se anuncia en todos los confines,  
y oyen con estupor al hermano  
que dice: "Es nuestro, y ya no hablemos más  
del "tuyo" y "mío",  
porque aquí todos tenemos una sola Patria,  
y un solo amor nos une,*



*para que una sea nuestra vida,  
 y Una la Humanidad.  
 ¡Ay de los que han quebrado las alas,  
 y ya no pueden volar!  
 ¡Ay de los que llevan la noche en sus entrañas!  
 Un pan se le dará al que sembró el trigo;  
 pero a quien de abrojos el camino llena,  
 ¿qué destino le espera? ¿Cuál el premio  
 del que no tuvo amor ni supo nunca  
 de la humildad sincera, el hilo de agua  
 que refresca la frente y vitaliza?  
 ¡Ay de los que apresuran su lamento,  
 porque saben que el tiempo está llegando!  
 Naves de sol ya bajan por los aires;  
 el grito acusa su sentencia; el miedo  
 se despierta voraz, y en cada esquina  
 hay un hombre blandiendo el frío acero.  
 Nada puede impedir ya la alborada  
 ni que florezcan rosas en el huerto,  
 mientras la nieve cae desde la cima,  
 se levantan los muertos  
 ¡Y se escucha a los lejos el llamado  
 del que viene a fundar un Orden Nuevo!*

*José H. Baseti.*

## REFLEXIONES SOBRE: ESPÍRITU MATERIA Y MATERIA ESPÍRITU

De la Fraternidad Rosacruz de la  
Habana para Joyas Espirituales

*Vengo con la luz de la verdad a engrandecer los espacios del pensamiento humano que se siente ya estrechado en este aspecto concreto del planeta Tierra.*

*En el Universo sólo existen dos grandes principios creados por la admirable Sabiduría: Principio espiritual y su derivación física como espíritu cristalizado. En cuanto al segundo aspecto, la ciencia asegura y el Rosacrucismo confirma, que todas las variaciones existentes de la materia, no son sino transformaciones de la única substancia, llamada "Fluido Universal".*

*La ley de atracción universal es la gran ley, dentro de la cual cabe toda la creación material. Todos sus mundos y sus moléculas son tan solidarias que ni el pensamiento puede segregar uno solo de sus átomos. La ciencia cree, pues, que la materia es única en su principio. Este es el camino trazado para buscar la verdad a través de la variedad indefinida que se observa en todas las cosas.*

*Y si esto creemos del principio material, podremos deducir otra cosa en cuando al principio espiritual? Sabemos que toda la naturaleza física, en virtud de sus admirables leyes, evoluciona y se transforma en el espacio infinito, sin que puedan ser indiferentes los mundos ni los átomos más apartados; y por qué, faltos de lógica y criterio, hemos de creer que esta gran ley de solidaridad no es posible aplicarla al principio espiritual de la creación?*

*Si la materia inerte e inconsciente de su rol y su destino, toda absolutamente marcha unida, por qué el principio inteligente de la creación*

*podría marchar aislado en los infinitos mundos que le sirven de morada, cuando su ley en vez de ser de repulsión y aislamiento, es de ATRACCIÓN Y AMOR? Se puede imaginar al espíritu humano marchando hacia su Ideal, en pequeñas agrupaciones llamadas mundos, creando afectos y vínculos sagrados para que se extingan con la muerte? No estamos viendo que la tendencia de la humanidad es estrechar más y más los vínculos de confraternidad, cerrando constantemente las huellas profundas entre raza y raza, y entre nación y nación?*

*No es el sentimiento de caridad el que nos hace olvidar que el necesitado no es nuestro enemigo? Pues bien, si todo esto es cierto y todo pasa en este bastante atrasado planeta que es la Tierra, ¿cómo no los hemos de encontrar tan sublimes sentimientos por doquiera que extendemos nuestra mirada y hallamos un ser inteligente, libre y perfectible? Tan solidaria es la materia como el espíritu, y por lo tanto la primera se halla fuertemente eslabonada por su gran ley de atracción; y el segundo, indestructiblemente unido a su gran Ley de Amor.*

*Convencida la Humanidad de este tan significativo hecho, su inteligencia se aclarará y podrá comprender por qué está en el mundo, por qué sufre el rigor de los hombres y muchas veces la fatalidad se ceba sobre su existencia.*

*Ve claro que es hija de sus obras y que en sus manos está el dejar cuanto antes estos mundos de expiación y de prueba, pero sin que por esto haya de echar un velo eterno a todas sus caras afecciones que la ligan a estos y que la han ayudado a progresar.*

*Concibe que la actividad es una condición de su naturaleza muy necesaria y que no se comprende la felicidad de los escogidos sin la práctica constante del bien.*

*Y dada la necesidad de esta actividad, en dónde mejor la ejercerá que ayudando a los hermanos más atrasados y que arrastran en los mundos la pesada cadena de la encarnación?*

*Con tales ideas y sentimientos, que los grandes filósofos han venido proclamando y el Rosacrucismo confirmando con la razón de los hechos, el hombre ve la justicia y misericordia de Dios, tal cual es y tal cual debe ser.*

*Esta es la gran obra que viene a realizar la Filosofía Rosacruz en estos momentos en que muchas religiones llamadas positivas, con sus absurdos sobre Dios y Sus Leyes y Su Justicia, han conducido fatalmente a las grandes mayorías pensantes a descartarlas y dejarlas de lado, propinándole su negación más absoluta y la indiferencia más perjudicial.*

*Su lucha será inmensa, porque no viene a demoler sino a reedificar sobre las ruinas de las antiguas creencias; pero triunfará, porque no trae como armas de combate, los dogmas ni la infalibilidad humana, sino la razón y los hechos que con verdadero asombro de nuestros adversarios se manifiesta en todas partes.*

*El día que el Rosacruismo se difunda en toda la sociedad, sólo el sentimiento del deber hará palpar su corazón, porque sólo en él podrá encontrar la suficiente aunque relativa felicidad humana que, dado su atraso le será dable alcanzar. Lógicamente se deduce que se habrá dado un gran paso en la senda de la evolución, porque estaremos ya convencidos de que la felicidad no se encuentra dedicándonos exclusivamente a la adquisición de bienes terrenales y haciendo de esta posición el ideal único de nuestras existencias.*

*El convencimiento del Movimiento Rosacruz ha modificado precisamente los gustos y las inclinaciones humanas, puesto que él nos inclina al verdadero Amor a la Religión sagrada del deber; deber que hoy se practica a medias, no como una misión de la vida y la existencia, sino como una carga fatigosa que nos mortifica y nos agobia. La verdadera moral cristiana es la Verdad; y las enseñanzas de los Hermanos Mayores, la Sabiduría del Occidente, que la proclaman bien ancho y alto, es también verdad. Y es ese el verdadero objeto por el cual nos ha sido dable conocerla: para que sirva de supremo Ideal a toda la Humanidad, que constantemente mejore y perfeccione, siguiéndola indefinidamente.*

*Si Cristo, Hermes, Pitágoras, Sócrates, Platón y tantos otros espíritus avanzados que vinieron a la humanidad como precursores y Maestros en el Sendero de la virtud y la Ciencia Espiritual, practicaron las grandes verdades que todavía hoy nos parecen imposibles de practicar, ¿por qué no nos hemos de esforzar en alcanzar el grado de perfección al que ellos han llegado? ¿Qué nos falta para seguir sus elevados ejemplos?*

*La Escuela de la Fraternidad Rosacruz, la Escuela de Misterios del Occidente, viene a esclarecer muchos puntos nebulosos de la historia, restableciendo verdades proscriptas y aboliendo errores adoptados. Como orientación científica y suprema observación, traza rumbos ciertos a las ciencias naturales, hoy divididas en escuelas antagónicas, malgastando tiempo y esfuerzos que su progreso reclama.*

*Abre nuevos campos a la investigación, dilata los horizontes actuales, penetra en las oscuridades originarias de nuestro globo y con su lenguaje filosófico nos dice:*

*“Vengo con la luz de la Verdad a engrandecer los espacios del pensamiento humano, que se siente ya estrechado en este aspecto concreto del planeta Tierra.*

*Vengo con los cántidos alegres del alma inmortal, a anunciar la vida eterna en esta necrópolis humana que se llama mundo material.*

*Vengo con la antorcha luminosa de las enseñanzas ocultas, de la Ciencia Espiritual, a extinguir las sombras pavorosas del sepulcro.*

*Vengo a mostrar, abiertas de par en par, las puertas de la inmortalidad, y enseñaros, claro, franco, espacioso y fácil, el dichoso derrotero.*

*Vengo con las luces de la ciencia espiritual a iluminar los corazones oscurecidos por el dolor, la duda y las vacilaciones.*

*Vengo, en fin, a dulcificar el trance terrible de la muerte, a fortalecer las inspiraciones de la FE, a confirmar las legítimas aspiraciones de la Esperanza, a verter a raudales en los corazones la caridad, a impulsar la obra de la perfección humana y la Fraternidad universal”*

*Historia, Ciencia, Filosofía y Religión: Han de marchar UNIDOS, ARMÓNICOS y CONCORDANTES, iluminando el pasado, aproximándonos al porvenir, ilustrando el entendimiento, colmando de felicidad los corazones, alentando al hombre en el ejercicio de todas las virtudes.*

*Tal es nuestro Movimiento Rosacruz, las enseñanzas dadas al mundo por los Hermanos Mayores a través de su mensajero, Max Heindel.*

*Dios es Luz, Dios es Amor, Dios es paz.*

## **EL PROBLEMA**

*Algunos podrán pensar que cualquier intento de formular un argumento científicamente lógico para la substanciación de la creencia en la inmortalidad es superfluo, pero no debemos descuidar el asunto porque mientras más firme sea nuestra creencia y más axiomática pueda pareceremos la proposición, estaremos en mejores condiciones para explicar a los demás las razones básicas de nuestras convicciones. Si aquellos que ven no pueden ayudar a los que no ven, no se puede negar entonces que esto es una desgracia, porque el número de aquellos que no ven es enorme, y no podemos evadir la responsabilidad de ayudarlos si por cualquier circunstancia encontramos el medio de hacerlo.*

*Los dogmas religiosos basados en suposiciones, cuya validez no están sujetas a la prueba lógica, a menudo encuentran oposición porque en estos días estamos acostumbrados a pensar por inducción más bien que por deducción; del efecto a la causa y no de la causa al efecto. La ciencia no conoce otro método más que el análisis, y éste es el método a que estamos acostumbrados en relación con los asuntos cotidianos. Una aseveración dogmática no tiene que ser necesariamente incierta, pero por lo general no estamos dispuestos a admitir su verdad a menos que pueda ser probada por la observación y la experiencia.*

*Al considerar la constitución humana, no podemos escoger mejor punto de partida que nuestra propia individualidad. Yo conozco algo de mis propios pensamientos, sentimientos y experiencias. Yo creo que conozco algo sobre las demás personas, pero francamente sólo estoy conjeturando, quizás yo vea en los otros un reflejo de mí mismo.*

*Volviendo a mí, encuentro que soy un miembro de las más avanzadas razas de seres vivientes en este planeta, y que todo a mi alrededor es un vasto océano de criaturas vivientes de todas formas y en distintos grados. Aun dentro de mi propia clase encuentro a muchos que parecen*

*estar en un grado elemental de desarrollo y existe una gran variedad de caracteres y habilidades, muchas de las cuales parecen estar ya latentes al nacer el individuo, o ser atribuibles a accidentes del medio ambiente sobre el que no se puede tener control.*

*Estas son las condiciones entre las que nos encontramos, y la cuestión es: ¿Por qué surgen? ¿Por qué somos lo que somos? ¿Cómo venimos a esta vida algunos en grados bajos y otros en superiores? La única explicación que parece ser generalmente asequible es, que esto es un asunto de destino ciego, o de acuerdo con la voluntad arbitraria del creador del Universo.*

*La verdad acerca de estos dos dilemas no es demostrable, y ambas tienden a obstruir la investigación; muchos, sin embargo, parecen estar satisfechos con ellas o sin duda algunos creen que no existen otras respuestas posibles. No vamos a discutir si es o no adecuada para aquellos que están dispuestos a aceptarlas, pero, ¿qué diremos de los que no lo están?*

*Si miramos las condiciones que reinan a nuestro alrededor, encontraremos a un Universo físico gobernado por leyes que operan con absoluta precisión. El compás es perfecto; dentro del campo de acción de nuestro orden limitado de observación no podemos descubrir variación alguna.*

*Es verdad que debemos tomar algo como suposición, pero todos tenemos el derecho de indagar, que ese algo se establezca por la experiencia, y no meramente por una suposición arbitraria. Yo sé que existo; yo sé que al fin de cuentas, en parte estoy sujeto a una ley de “Causa y Efecto”, e instintivamente, que tiene que haber alguna causa justa.*

*Hoy en día se acepta que las condiciones que encontramos en este planeta son los resultados de largas edades de evolución, y que todo lo que ahora existe es el producto de lo que existió en el pasado. A pesar de esto, la mayor parte de nuestros líderes ortodoxos insisten en que la eternidad se extiende infinitamente en el futuro, pero tiene un límite definido en el pasado; en otras palabras, se nos dice que debemos creer en una eternidad finita.*

*Todos estamos de acuerdo en que en una dirección la eternidad no puede ser limitada, pues no sería eternidad. ¿No sería igualmente ilógico predecir un límite en la otra dirección? La concepción de una eternidad con un fin es un absurdo matemático.*

*En este caso, el método lógico de aproximarse sería el volver la atención al presente y al pasado en vez de al futuro. Este método ha sido aplicado en todos los terrenos de investigación, relativos al Universo físico. No sería razonable suponer que el mismo método sería igualmente aplicable a la investigación, tanto física como espiritual, de la naturaleza del hombre?*

*Antes de discutir cualquier asunto, existen ciertas suposiciones que debemos hacer, o por lo menos ensayar, y aquellas que admitiremos son: que éste es un Universo de ley y orden, y que existen pruebas evidentes de la existencia de una justa ley que nos gobierna. Sin embargo, no aceptaremos esto sin antes hacer algún esfuerzo para investigar si pueden ser comprobadas por medio de la observación y de la experiencia.*

*Generalmente se concede que el Universo físico está gobernado por leyes inmutables. Si encontramos excepciones aparentes, sólo indica que nuestra comprensión de la ley es incompleta. Pueden existir pequeñas dudas en algunas ocasiones al observar la operación de la justa ley que controla los asuntos humanos, y nos parece que es injusta.*

*Si tratamos de analizar nuestro concepto de la justicia, probablemente encontraremos que está basada sobre definiciones más o menos convencionales de lo justo y de lo injusto. Al mismo tiempo sentimos que si hacemos el bien debemos ser recompensados, y que si hacemos mal debemos ser castigados.*

*En nuestra relación con la naturaleza física, encontramos que el bien es guardar la ley física, y que el mal es quebrantarla. Si la guardamos, ganaremos; pero si la infringimos perderemos. Si salimos a la calle vestidos con una cáscara de naranja solamente, nos golpearán o castigarán por violar la ley. Las buenas intenciones no cuentan para nada; la ley de "Causa y Efecto" opera, y si creamos una causa mala, recibiremos un efecto malo.*



*Sabemos que esto es inevitable y no reparamos en la justicia de ello, pero cuando entramos en el reino del pensamiento y del sentimiento, a menudo pensamos que alguna otra forma de justicia debe prevalecer. La mayoría de nosotros piensa que las buenas intenciones deben ser premiadas y las malas castigadas, y que no debemos estar sujetos a la operación de la inevitable ley; pero de nuevo aquí tenemos que no hemos definido lo bueno y lo malo. Por lo general suponemos que todo el mundo debe tener las mismas ideas sobre este asunto, las que desde luego son las nuestras.*

*Aunque no podamos todos estar de acuerdo en nuestras definiciones del Bien y del Mal, podemos convenir en la definición de la justicia basada en la suposición de que el Bien y el Mal existen, aunque no podamos definir su naturaleza exacta. Pudiera ser que cuando concentráramos todas las opiniones útiles sobre la justicia, el principio sugiera de que la naturaleza del efecto debe participar de la naturaleza de la causa; si creamos buenas causas, tenemos que obtener buenos efectos; y si creamos causas malas, obtendremos malos efectos. Así es que los grandes problemas que confronta la Humanidad, aparentan ser el desarrollo de un sano juicio de lo que es malo y bueno.*

*No hay duda alguna de que podemos discernir en muchas ocasiones sobre como opera la ley de justicia en relación con los asuntos humanos. Al igual que en otros reinos encontramos que no hay ley que opere parte del tiempo, sino siempre, de lo contrario parecería que estamos bajo la distinta obligación de investigar si es posible o no, formular una teoría de existencia personal que no sea antagónica con la suposición de que estamos gobernados por una ley justa. Si podemos formular esta teoría, se debe aplicar a las condiciones de nuestro nacimiento, así como también a toda otra condición de nuestra existencia.*

*Aparentemente existen tres teorías en relación con el nacimiento. La primera que la defienden muchos médicos y fisiólogos y que parece llenar la satisfacción intelectual de muchos científicos, es que nuestros padres producen una maquinaria física para la conversión de la energía contenida en el alimento y en el aire, en energía y en forma de actividad física, mental y emocional. Así como una caldera de vapor convierte la*

*energía latente en el fluido activo y poderoso; la maquinaria humana hace lo mismo pero en forma más complicada. Esta teoría es, desde luego, enteramente materialista.*

*La segunda teoría es la de que los padres producen el cuerpo físico y que en cierto estado del proceso, el Creador inyecta dentro de ese cuerpo, un germen espiritual que se moldea y desarrolla hasta conformar las tendencias hereditarias del cuerpo. Esto hace que los padres sean no solo creadores del cuerpo físico, sino los productores inconscientes del molde en que el elemento espiritual debe ser vaciado. Pero como se supone en esta teoría, que el elemento espiritual no tiene historia pasada, éste no puede tener responsabilidad moral por las condiciones de su origen, aunque está completamente claro de que dicho elemento espiritual está hecho para sentir los sufrimientos ocasionados por esos defectos morales.*

*La tercera teoría es la de que los padres proveen el cuerpo físico y producen un elemento espiritual, parecido al bulbo del tulipán que origina la flor, y generalmente parece haber dudas sobre si todos los cuerpos producirán flores espirituales y de qué clase. Todo esto parece ser un asunto de oportunidad y del medio ambiente, y como las otras, esta teoría difícilmente puede concordar con las demandas de la justicia.*

*Es difícil que cualquiera de nosotros pueda completamente creer en estas teorías. Quizás nadie sienta realmente que es una máquina automática. Es prácticamente imposible para cualquiera concebirse a sí mismo como un ser sin existencia en cualquier tiempo, pasado, presente o futuro, y a pesar de todas las dificultades intelectuales, la mayor parte de nosotros, instintivamente, sentimos que debemos de algún modo estar sujetos a una ley justa.*

*Si estudiamos el caso bajo un punto de vista intelectual, debemos considerar la existencia física y espiritual como un todo. Ambas partes, la física y la espiritual, deben resistir la prueba del análisis crítico; ambas deben estar sujetas a los mismos métodos de investigación intelectual.*

*Si consideramos al hombre bajo este punto, encontramos que, aparentemente se sostiene por sí mismo, se restaura por sí mismo, y opera*

*por sí mismo. Pero he aquí que el enigma se presenta: ¿Son estas actividades funciones de la máquina o son funciones de una entidad independiente? Si son funciones de la máquina, ésta debe ser algo mucho más grande que una pieza del mecanismo, según entendemos el término.*

*Debe admitirse libremente que en nuestra presente condición, la materia física se introduce en nuestra constitución, pero la materia en la forma en que la vemos no existe en realidad, a menos que imaginemos que los electrones, protones, neutrones, etc., puedan clasificarse como tales, pero aún así esa materia sólo sirve como conductora para una carga de energía, y es una fracción tan mínima del todo que debemos mirar al Universo físico como un campo de fuerzas más bien que como un campo de materia.*

*La única manera por la que podemos tener algún conocimiento de la existencia del Universo físico es por medio de las indicaciones de nuestros instrumentos de observación, y el decisivo instrumento de observación es nuestra propia conciencia. Aquello que no nos afecta en manera alguna, o la existencia que no puede ser deducida de la observación, es real en lo que a nosotros se refiere; y ambos, nosotros y nuestros instrumentos de observación, son afectados solamente por la energía o la fuerza. Por lo tanto, no podemos tener conocimiento de la existencia del Universo físico, excepto como un vehículo de fuerza.*

*Siendo este el caso, los materialistas deben admitir que en lo que ellos creen no es materia, sino fuerza (ellos dirán probablemente, que es una fuerza ciega, sin inteligencia consciente) pero no pueden negar que ellos mismos tienen una conciencia e inteligencia; por lo tanto, si ellos son un campo de fuerza, y son conscientes e inteligentes, podemos presumir que el campo de fuerza que ellos representan son ambas cosas: conciencia e inteligencia; o aquella parte de ellos que es alguna otra cosa más que un campo de fuerzas, es también conciencia e inteligencia. En otras palabras, existe alguna parte del cuerpo que no es una función del cuerpo físico.*

*Tenemos un cuerpo físico que se desarrolla de un germen; crece, muere y se disuelve dentro de su elemento. Pero al parecer, tenemos algo que es mucho más que eso, algo que es vital, que siente, piensa,*

*ama, odia y teme, que tiene una conciencia, que distingue entre lo bueno y lo malo, y quizás no “muere” cuando el cuerpo muere. Este es el hombre verdadero, esto es lo que se puede decir el Yo. Es este Yo, acaso una función de la fuerza física? Si es así, la fuerza física no es ciega, porque el total no puede ser menor que la suma de sus funciones; eso tiene que ser una fuerza inteligente, una fuerza consciente, una fuerza ética, pues de otro modo no podría tener estas funciones. En honor a la brevedad llamaremos a esta fuerza el Yo.*

*Ahora bien, si examinamos al Yo, encontraremos que tiene ciertas peculiaridades, ciertas necesidades que todos tenemos en común. Una de ellas, es el anhelo de justicia; sentimos que si no existiera eso que se llama justicia, la existencia sería caótica. O estamos sujetos a una ley justa, o somos juguetes de un poder errático.*

*Si miramos atrás sobre nuestras experiencias en la vida, nos veremos obligados a confesar que una ley justa, parece operar con frecuencia; causas justas produjeron efectos correctos, causas erróneas produjeron malos efectos – no siempre en apariencia – pero muchas veces se ha ignorado esto. Cuál es la ley que gobierna estas cosas?*

*Como se dijo antes, no hay excepciones para cualquier ley natural. Si encontramos cualquier excepción aparente, ello significa simplemente que nuestro concepto de la ley no es correcto, o mejor dicho incompleto. Si existe alguna ley justa que opera en algunas ocasiones tiene necesariamente que hacerlo en todo tiempo. Esto es axiomático: o estamos sujetos a una ley justa o no lo estamos.*

*Vamos a suponer por lo menos a modo de ensayo, que estamos sujetos a una ley de justicia, y por justicia queremos decir que la naturaleza del efecto participa de la naturaleza de la causa.*

*Nuestra teología ortodoxa ha previsto esto para el futuro. Las cosas buenas que ahora hacemos traerán su recompensa, y las malas su castigo, y tenemos toda la eternidad para recoger nuestras recompensas y castigos; pero las desigualdades que existían al tiempo de nuestro nacimiento son generalmente ignoradas.*

*Si a pesar de esto, creemos que un hombre empieza su existencia eterna al tiempo del nacimiento, sería imposible sujetar nuestra creencia a las pruebas científicas usuales, basadas en la serie de sucesos a través de las presentes condiciones desplegadas.*

*La historia del desarrollo de la humanidad puede volver a los más antiguos orígenes. Esto es una verdad en cuanto a la raza, pero ¿y en cuanto al individuo?*

*Una de nuestras características más prominentes es nuestro sentido de individualidad. El mayor impulso social es hacia el mejoramiento del individuo; justicia colectiva significa poco realmente, sin la justicia individual. Si yo me encuentro en mi posición presente por causas de las que yo no soy responsable, entonces no puede haber una ley universal de justicia individual.*

*Supongamos que un individuo no empiece su existencia al tiempo del nacimiento, sino que ha existido siempre, dentro de los límites de nuestra concepción del tiempo. Supongamos también, que la ley de “causa y efecto” es inviolable, y que la naturaleza del efecto participa de la naturaleza de la causa, en todos los mundos, físico, mental y espiritual. El problema se convierte ahora en el cambio de suposiciones por las experiencias de la vida y juzgarlas si son valiosas o no.*

*Inmediatamente que reconozcamos la posibilidad de existencias anteriores, no seremos compelidos a presumir que las condiciones de nuestro nacimiento sean puramente accidentales y no sujetas a una justa ley. Aun cuando no tengamos conciencia de las causas que nos condujeran a estas condiciones, la posibilidad razonable de que la ley es justa, remueve una de las grandes barreras en el sendero de la investigación inteligente.*

*Si consideramos nuestra condición presente, nos damos cuenta que es en grado sumo, el resultado de los pensamientos y actos de esta vida, muchos de los cuales han sido borrados de nuestra memoria, y después de todo, ¿por qué ha de pedir la justicia que recordemos todas nuestras faltas del pasado, si nos exige que suframos por ellas? Es muy*

*natural que si el recuerdo de todos nuestros actos del pasado se mantuvieran frescos en nuestra memoria, nuestras mentes estarían tan sobrecargadas, que una existencia sana e intelectual sería imposible. Hasta que no hayamos desarrollado un amplio y claro estado de visión, no podremos soportar semejante carga.*

*Esto nos conduce a considerar la posibilidad que aunque la memoria de pasadas experiencias no pueda permanecer con nosotros, las lecciones que han sido aprendidas de esas experiencias, puedan hacerse sentir en forma de instinto o conciencia.*

*Generalmente se admite que el instinto de conservación y el desarrollo de características físicas en las diferentes razas de los animales, incluyendo al hombre, evolucionaron grandemente a partir de la experiencia racial y del medio ambiente en el pasado, y que entramos en esta vida con esos instintos y características latentes en nosotros; pero ¿no es razonable suponer que las experiencias de razas no son sino la suma de las experiencias individuales y que la línea de transmisión es individual? En cuyo caso, el individuo debe haber vivido actualmente por medio de experiencias que han impulsado a su espíritu.*

*Uno de nuestros instintos más fuertes es el orgullo e interés en el pasado. Orgullo de nuestros antepasados, orgullo en la historia de nuestro país, orgullo en el desarrollo de la raza humana. Aparejado con esto está el sentimiento de que esto es correcto y que debemos compartir con las acciones del pasado y sobrellevar la carga de los fracasos. Pero si no se ha tomado parte en esfuerzos pasados, en el mejoramiento de la familia o en el desarrollo de una nación, ¿con qué derecho nos hemos de sentir orgullosos de estas cosas? Si nada hemos hecho en favor de la familia y la nación, es sólo un mero hecho de destino ciego que nos beneficiemos por ellas; por otro lado, si hemos sido miembros de la familia humana desde el principio, si hemos tomado parte en su desarrollo tanto en el plano físico como espiritual, si nos encontramos en las condiciones presentes debido al resultado de nuestras actividades pasadas, entonces sin duda, el pasado y el futuro nos pertenecen, y no solamente nuestros instintos son verdaderos sino que la ley es justa.*

*Si hemos existido en el pasado, no hay razón para suponer que no continuaremos existiendo en el futuro. Si estamos ahora en las presentes condiciones como un producto de incontables edades de evolución, seguramente no hay razón para pensar que nuestro período de evolución esté terminado y que ahora estamos como productos terminados sólo para ser destruidos en pocos años porque los dioses ya se han consumido y el trabajo está acabado.*

*Si por otro lado, somos seres espirituales, inmortales, puestos en una jornada eterna, siempre progresando personalmente, aunque nuestro sendero fuera torcido y nuestros deslices muchos, la existencia asume infinitos significados y potencialidades no soñadas.*

*Nos encontramos con unidades individuales en un océano infinito de existencia espiritual. Mirando desde nuestro centro individual podemos concebir sin límites al océano espiritual que nos rodea y del que somos una parte en el cual vivimos, nos movemos, y tenemos nuestro ser. Todos insisten en que se les defina lo infinito y que se condicione lo no condicionable, porque este océano se extiende fuera del medio de nuestro intelecto y trasciende toda definición que podamos hacer. Si somos seres inmortales, somos tan inmortales ahora como lo hemos sido antes y lo seremos en el futuro.*

*La eternidad es una interminable sucesión de días, e inmortalidad es una interminable continuidad de aquello que existe y ha existido siempre. Lo que somos ahora es la resultante de todas las fuerzas que obraron sobre nosotros en el pasado, de todos nuestros contactos y de todas nuestras actividades.*

*Durante mucho tiempo se nos ha enseñado que el objeto de nuestra existencia es escapar de algo, o ganar algo; este algo pertenece al kindergarten de nuestro desarrollo. La cuestión no es conseguir algo, sino ser algo; nosotros mismos somos nuestra recompensa o nuestro castigo. En nosotros está la ley manifestada, y la ley es eterna y justa.*

*Cada hombre tiene que labrar su propio destino, debe ganar fuerzas para sobrellevar sus cargas, debe encontrar la solución de sus propios problemas, pero no necesita buscarlo ciegamente; dentro de cada uno está la Luz de su propio ser Inmortal. Buscad conocimiento de lo eterno y observad sus leyes, y toda la sabiduría os será agregada.*

## MEDICINA ALTERNATIVA

*El doctor Andrew Weil, director de una clínica modelo en la Universidad de Arizona, médico titulado en 1968 en la Universidad de Harvard y autor de libros famosos como La Mente Natural, el Matrimonio del Sol y la Luna y con uno de los sitios en internet más visitados para información sobre tratamientos naturales, da las siguientes recomendaciones en cuanto a estilo de vida para curarse a sí mismo.*

- *Desechar todo tipo de aceite de cocina excepto el de oliva prensado en frío, los edulcorantes, la sacarina y los productos a base de colorantes artificiales.*
- *Compre flores para su hogar*
- *Coma cereales integrales*
- *Sustituya el café y el té negro por aguas aromáticas*
- *Trate de ayunar un día de noticieros*
- *Tome 250 miligramos de vitamina C dos veces al día; 400 unidades de Vitamina E si tiene menos de 40 años y 800 miligramos si es mayor; 200 a 300 microgramos de selenio diarios y 25.000 unidades de carotenos mixtos.*
- *No tome nunca agua con sabor a cloro. Tampoco use agua caliente del grifo para beber o cocinar.*
- *Compre o cultive verduras orgánicas. Desconfíe de las verduras rociadas con insecticidas.*
- *Haga una lista de los amigos que lo hacen sentir más feliz y vivaz: pase esta semana un tiempo con alguno de ellos.*
- *Coma más ajo*
- *Observe un momento de acción de gracias por sus alimentos antes de comer.*
- *Haga trabajo voluntario por unas horas en un hospital u organización caritativa.*
- *Camine para ejercitarse, aumentando gradualmente hasta 45 minutos al día, cinco días a la semana.*
- *Reemplace las margarinas por mantequilla*
- *Sustituya la leche de vaca por leche de soya.*