

**CÚRESE USTED MISMO. LIBRO I.**

**UNA EXPLICACIÓN DE LA CAUSA REAL Y DE LA CURACIÓN DE LA ENFERMEDAD**

**EDWARD BACH**

**Dr. en Medicina**

**Licenciado en Ciencias**

**Dr. en Filosofía**

## CAPÍTULO I

No pretende este libro sugerir que es innecesario el arte de curar; lejos de nosotros semejante intención; pero sí esperamos humildemente que sea una guía para quienes sufren, y les ayude a buscar dentro de sí mismos el origen real de sus enfermedades para que así puedan ayudarse a curar. Aún más, esperamos que pueda estimular a aquellos, tanto en la profesión médica como en las órdenes religiosas, que se preocupan por el bienestar de la humanidad, a redoblar sus esfuerzos para aliviar los sufrimientos humanos, y de ese modo acelerar el advenimiento del día en que sea completa la victoria sobre la enfermedad.

La principal razón del fracaso de la ciencia médica moderna es que trata los resultados pero no las causas. Durante muchos siglos, la auténtica naturaleza de la enfermedad ha quedado enmascarada por el materialismo, y así la enfermedad ha tenido todas las oportunidades de extender sus estragos, puesto que no se han atacado sus orígenes. La situación es como la de un enemigo poderosamente fortificado en las colinas, enviando continuas guerrillas por el territorio de alrededor, mientras la gente, descuidando la guarnición fortificada, se contenta con reparar los daños causado en las casas y con enterrar a los muertos provocados por los guerrilleros. Así es, en términos generales, la situación en la medicina actual: se hace un remiendo en los atacados y se entierra a los degollados, sin pensar en la verdadera fortaleza.

Nunca se erradicará ni se curará la enfermedad con los actuales métodos materialistas, por la sencilla razón de que la enfermedad no es material en su origen. Lo que nosotros conocemos como enfermedad es el último resultado producido en el cuerpo, el producto final de fuerzas profundas y duraderas, y aunque el tratamiento material sólo sea aparentemente eficaz, es un mero alivio temporal si no se suprime la causa real. La tendencia moderna de la ciencia médica, al interpretar equivocadamente la verdadera naturaleza de la enfermedad y concentrarla en términos materiales en el cuerpo físico, ha aumentado enormemente su poder; primero, desviando los pensamientos de la gente de su auténtico origen y, por ende, el método de ataque efectivo, y segundo, al localizarla en el cuerpo, disminuyendo un gran complejo de miedo a la enfermedad que nunca debió existir.

La enfermedad es en esencia el resultado de un conflicto entre el Alma y la Mente, y no se erradicará a no ser con un esfuerzo espiritual y mental. Estos esfuerzos, si se llevan a cabo adecuadamente, con entendimiento, como veremos más adelante, pueden curar y evitar la enfermedad al eliminar esos factores básicos que son su causa primaria. Ningún esfuerzo dirigido únicamente al cuerpo puede hacer algo más que reparar superficialmente el daño, y no hay curación en ello, puesto que la causa sigue siendo operativa y en cualquier momento puede volver a demostrar su presencia en otra forma. De hecho, en muchos casos una aparente mejoría resulta perjudicial, al ocultarla al paciente la auténtica causa de su molestia, y con la satisfacción de una salud aparentemente mejorada, el factor real, no descubierto, puede adquirir renovadas fuerzas. Contrastemos estos casos con el del paciente que sabe, o que recibe luz de un buen médico, cuál es la naturaleza de las fuerzas adversas espirituales o mentales que actúan, y cuyo resultado ha precipitado lo que llamamos enfermedad en el cuerpo físico. Si ese paciente trata directamente de neutralizar esas fuerzas, mejora su salud en cuanto tenga éxito en su empresa, y cuando se complete el proceso, desaparecerá la enfermedad. Esa es la verdadera curación, y

consiste en atacar el baluarte, la auténtica base de la causa del padecimiento.

Una de las excepciones a los métodos materialistas en la ciencia moderna es la del gran Hahnemann, fundador de la homeopatía, que con su comprensión del benéfico amor del Creador y de la Divinidad que reside dentro de cada hombre, estudiando la actitud mental de sus pacientes ante la vida, el entorno y sus respectivas enfermedades, se propuso buscar en las hierbas del campo y en el terreno de la naturaleza el remedio que no sólo curase sus cuerpos sino que al mismo tiempo beneficiase a su actitud mental. Cuán deseable sería que los verdaderos médicos que aman a la humanidad extendieran y desarrollaran su ciencia.

Quinientos años antes de Cristo, unos médicos de la antigua India, trabajando bajo la influencia del Señor Buda, desarrollaron el arte de curar hasta un estado tan perfecto que pudieron abolir la cirugía, aunque la cirugía de la época eran tan eficaz, si no más, que la nuestra. Hombres como Hipócrates, con sus elevados ideales de curación; Paracelso con su certeza de la divinidad del hombre, y Hahnemann, que se dio cuenta de que la enfermedad se originaba en un plano por encima del físico -todos ellos sabían mucho de la auténtica naturaleza y remedio de los padecimientos-. Cuánta miseria y daño se habría ahorrado en los últimos veinte o veinticinco siglos si se hubieran seguido las enseñanzas de esos grandes maestros; pero, como en otras cosas, el materialismo invadió el mundo occidental con tanta fuerza, y durante tanto tiempo, que las voces de los obstaculizadores prácticos se alzaron por encima de los consejos de quienes conocían la verdad.

Afirmemos brevemente que la enfermedad, en apariencia tan cruel, es en sí beneficios y existe por nuestro bien, y, si se la interpreta correctamente, nos guiará para corregir nuestros defectos esenciales. Si se la trata de manera adecuada, será la causa de supresión de nuestros defectos y nos dejará mejor y más grandes que antes. El sufrimiento es un correctivo para destacar una lección que de otro modo nos habría pasado desapercibida y que no puede erradicarse hasta que no se aprende la lección. Digamos también que aquellos que comprenden y son capaces de leer el significado de los síntomas premonitorios pueden evitar la enfermedad antes de que aparezca o abortarla en sus primeras fases si se realizan los adecuados esfuerzos correctivos espirituales y mentales. Tampoco tiene que desesperar nadie, por grave que sea su caso, ya que el hecho de que el individuo siga físicamente vivo indica que el Alma que rige su cuerpo no carece de esperanza.

## CAPITULO II

Para entender la naturaleza de la enfermedad hay que conocer ciertas verdades fundamentales.

1º) La primera de ellas es que el hombre tiene un Alma que es su ser real; un Ser Divino, Poderoso, Hijo del Creador de todas las cosas, del cual el cuerpo, aunque templo terrenal de esa Alma, no es más que un diminuto reflejo: que nuestra Alma, nuestro Ser Divino que reside en y en torno a nosotros, nos da nuestras vidas como quiere Él que se ordenen y, siempre que nosotros los permitamos, nos guía, protege y anima, vigilante y bondadoso, para llevarnos siempre a lo mejor; que Él, nuestro Ser Superior, al ser una chispa del Todopoderoso, es por tanto invencible e inmortal.

2º) El segundo gran principio es que nosotros, tal y como nos conocemos en el mundo, somos personalidades que estamos aquí para obtener todo el conocimiento y la experiencia que pueda lograrse a lo largo de la existencia terrena, para desarrollar las virtudes que nos falten y para borrar de nosotros todo lo malo que haya, avanzando de ese modo hacia el perfeccionamiento de nuestras naturalezas. El Alma sabe qué entorno y qué circunstancias nos permitirán lograrlo mejor, y por tanto nos sitúa en esa rama de la vida más apropiada para nuestra meta.

3º) En tercer lugar, tenemos que darnos cuenta de que nuestro breve paso por la tierra, que conocemos como vida, no es más que un momento en el cuerpo de nuestra evolución, como un día en el colegio lo es para toda una vida, y aunque por el momento sólo entendamos y veamos ese único día, nuestra intuición nos dice que nuestro nacimiento estaba infinitamente lejos de nuestro principio y que nuestra muerte está infinitamente lejos de nuestro final. Nuestras Almas, que son nuestro auténtico ser, son inmortales, y los cuerpos de que tenemos conciencia son temporales, meramente como caballos que nos llevarán en un viaje o instrumentos que utilizáramos para hacer un trabajo dado.

4º) Sigue entonces un cuarto principio, que mientras nuestra Alma y nuestra personalidad estén en buen armonía, todo es paz y alegría, felicidad y salud. Cuando nuestras personalidades se desvían del camino trazado por el alma, o bien por nuestros deseos mundanos o por la persuasión de otros, surge el conflicto. Ese conflicto es la raíz, causa de enfermedad y de infelicidad. No importa cuál sea nuestro trabajo en el mundo -limpiabotas o monarca, terrateniente o campesino, rico o pobre-, mientras hagamos ese trabajo particular según los dictados del Alma todo está bien; y podemos además descansar seguros de que cualquiera que sea la posición en que nos encontremos, arriba o abajo, contiene esta posición las lecciones y experiencias necesarias para ese momento de nuestra evolución, y nos proporciona las mayores ventajas para el desarrollo de nuestro ser.

5ª) El siguiente gran principio es la comprensión de la Unidad de todas las cosas: el Creador de todas las cosas es Amor, y todo aquello de lo que tenemos conciencia es en su infinito número de formas una manifestación de ese Amor, ya sea un planeta o un guijarro, una estrella o una gota de rocío, un hombre o la forma de vida más inferior. Podemos darnos una idea de esta concepción pensando en nuestro Creador como en un sol de amor benéfico y resplandeciente y de cuyo centro irradian infinitos rayos en todas las direcciones, y que nosotros y todos aquellos de los que tenemos conciencia son partículas

que se encuentran al final de esos rayos, enviadas para lograr experiencia y conocimiento, pero que en última instancia han de retornar al gran centro. Y aunque a nosotros cada rayo nos parezca aparte y distinto, forma en realidad parte del gran Sol central. La separación es imposible, pues en cuanto se corta un rayo de su fuente, deja de existir. Así podemos entender un poco la imposibilidad de separación, pues aunque cada rayo pueda tener su individualidad, forma parte sin embargo del gran poder creativo central. Así cualquier acción contra nosotros mismos o contra otro afecta a la totalidad, pues al causar una imperfección en una parte, ésta se refleja en el todo, cuyas partículas habrán de alcanzar la perfección en última instancia.

Así pues, vemos que hay dos errores fundamentales posibles: la disociación entre nuestra alma y nuestra personalidad, y la crueldad o el mal frente a los demás, pues ése es un pecado contra la Unidad. Cualquiera de estas dos cosas da lugar a un conflicto, que desemboca en la enfermedad. El entender dónde estamos cometiendo el error (cosa que con frecuencia no sabemos ver) y una auténtica voluntad de corregir la falta nos llevará no sólo a una vida de paz y alegría, sino también a la salud.

La enfermedad es en sí beneficiosa, y tiene por objeto el devolver la personalidad a la Voluntad divina del Alma; y así vemos que se puede prevenir y evitar, puesto que sólo con que pudiéramos darnos cuenta de los errores que cometemos y corregirlos de forma espiritual y mental, no habría necesidad de las severas lecciones del sufrimiento. El Poder Divino nos brinda todas las oportunidades de enmendar nuestros caminos antes de que, en último recurso, se apliquen el dolor y el sufrimiento.

Puede que no sean los errores de esta vida, de este día de colegio, los que estamos combatiendo; y aunque en nuestras mentes físicas no tengamos conciencia de la razón de nuestros sufrimientos, que nos puede parecer cruel y sin razón, sin embargo nuestras almas (que son nuestro ser) conocen todo el propósito y nos guían hacia lo que más nos conviene. No obstante, la comprensión y la corrección de nuestros errores acortarán nuestra enfermedad y nos devolverán la salud. El conocimiento del propósito de nuestra alma y la aceptación de ese conocimiento significa el alivio de nuestra angustia y sufrimiento terrenal, y nos deja libres para desarrollar nuestra evolución en la alegría y en la felicidad.

Existen dos grandes errores: el primero dejar de honrar y obedecer los dictados de nuestra alma, y el segundo, el actuar contra la Unidad. Respecto al primero hay que dejar de juzgar a los demás, pues lo que es válido para uno no lo es para otro. El comerciante, cuyo trabajo consiste en montar un gran negocio, no sólo para beneficio suyo sino de todos aquellos que trabajan para él, ganando conocimiento de eficiencia y control y desarrollando las virtudes relacionadas con ambos, necesariamente tendrá que utilizar cualidades y virtudes diferentes de las de una enfermera, que sacrifica su vida cuidando enfermos; y sin embargo ambos, si obedecen los dictados de sus almas, están aprendiendo adecuadamente las cualidades necesarias a su evolución. Lo importante es obedecer los dictados y órdenes de nuestra Alma, de nuestro Ser Superior, que conocemos a través de la conciencia, del instinto y de la intuición.

Así pues, vemos que, por sus mismos principios y en su misma esencia, la enfermedad se puede prevenir y curar, y es labor de médicos

y sanadores espirituales el dar, además de los remedios materiales, el conocimiento del error de sus vidas a los que sufren, y decirles cómo pueden erradicarse esos errores para que así los enfermos vuelvan a la salud y la alegría.

### CAPITULO III

Los que conocemos como enfermedad es la etapa terminal de un desorden mucho más profundo, y para asegurarse un éxito completo en el tratamiento, es evidente que tratando sólo el resultado final no se logrará una eficacia total a no ser que se suprima también la causa básica. Hay un error primario que puede cometer el hombre, y es actuar contra la Unidad; esto se debe al egoísmo. Por eso también podemos decir que no hay más que una aflicción primaria -el malestar o enfermedad-. Así como la acción contra la Unidad puede dividirse en varias clases, también puede dividirse la enfermedad -el resultado de esas acciones- en varios grupos que corresponden a sus causas. La propia naturaleza de una enfermedad es una guía muy útil para poder descubrir el tipo de acción que se ha emprendido contra la Ley Divina de Amor y Unidad.

Si tenemos en nuestra naturaleza suficiente amor para todas las cosas, no podemos hacer el mal; porque ese amor detendrá nuestra mano ante cualquier acción, nuestra mente ante cualquier pensamiento que pueda herir a los demás. Pero aún no hemos alcanzado ese estado de perfección; si lo hubiéramos alcanzado, no se requeriría nuestra existencia aquí. Pero todos nosotros buscamos ese estado y avanzamos hacia él, y aquellos de nosotros que sufren en la mente o en el cuerpo son guiados por ese mismo sufrimiento hacia esa condición ideal; y con sólo leer correctamente esta lección, aceleramos nuestro paso hacia esa meta, y también nos libraremos de la enfermedad y de la angustia. En cuanto entendemos la lección y eliminamos el error, ya no es necesaria la corrección, porque tenemos que recordar que el sufrimiento es en sí beneficioso en tanto que nos dice cuándo estamos tomando caminos equivocados y encarrila nuestra evolución hacia su gloriosa perfección.

Las primeras enfermedades reales del hombre son defectos como el orgullo, la crueldad, el odio, el egoísmo, la ignorancia, la inestabilidad y la codicia; y cada uno de estos defectos, tomado por separado, se verá que es adverso a la Unidad. Defectos como éstos son las auténticas enfermedades (utilizando la palabra en su sentido moderno), y es la continuidad y persistencia de esos defectos, después de que hayamos alcanzado esa etapa de desarrollo, en la que nos damos cuenta de que son inadecuados, lo que precipita en el cuerpo los resultados perjudiciales que conocemos como enfermedad.

El orgullo se debe, en primer lugar, a la falta de reconocimiento de la pequeñez de la personalidad y de su absoluta dependencia del alma, y a no ver que los éxitos que pueda tener o no se deben a ella sino que son bendiciones otorgadas por la Divinidad interna; en segundo lugar, se debe a la pérdida del sentido de proporción, de la insignificancia de uno frente al esquema de la Creación. Como el orgullo se niega invariablemente a inclinarse con humildad y resignación ante la Voluntad de Gran Creador, comete acciones contrarias a esa Voluntad.

La crueldad es la negación de la unidad de todos y uno no logra entender que cualquier acción contraria a otra se opone al todo, y es por tanto una acción contra la Unidad. Ningún hombre pondría en práctica sus efectos perniciosos contra sus allegados o seres queridos, y por la ley de la Unidad tenemos que desarrollarnos hasta entender que todos, por formar parte de un todo, han de sernos queridos y cercanos, hasta que incluso quienes nos persiguen evoquen sentimientos de amor y

compasión.

El odio es lo contrario del Amor, el reverso de la Ley de la Creación. Es contrario a todo el esquema Divino y es una negación del Creador; lleva sólo a acciones y pensamientos adversos a la Unidad y opuestos a los dictados por el Amor.

El egoísmo nuevamente es una negación de la Unidad y de nuestro deber para con nuestros hermanos los hombres, al anteponer nuestros intereses al bien de la humanidad y al cuidado y protección de quienes nos rodean.

La ignorancia es el fracaso del aprendizaje, el negarse a ver la Verdad cuando se nos ofrece la oportunidad, y lleva a muchos actos equivocados como los que sólo pueden existir en las tinieblas no son posibles cuando nos rodea la luz de la Verdad y del Conocimiento.

La inestabilidad, la indecisión y la debilidad resultan cuando la personalidad se niega a dejarse gobernar por el Ser Superior y nos lleva a traicionar a los demás por culpa de nuestra debilidad. Tal condición no sería posible si tuviéramos en nosotros el conocimiento de la Divinidad Inconquistable e Invencible que es en realidad nuestro ser.

La codicia lleva al deseo de poder. Es una negación de la libertad y de la individualidad de todas las almas. En lugar de reconocer que cada uno de nosotros está aquí para desarrollarse libremente en su propia línea según los dictados del alma solamente, para mejorar su individualidad y para trabajar con libertad y sin obstáculos, la personalidad codiciosa desea gobernar, moldear y mandar, usurpando el poder del Creador.

Esos son ejemplos de enfermedad real, origen y base de todos nuestros sufrimientos y angustias. Cada uno de esos defectos, si se persevera en ellos pese a la voz de nuestro Ser Superior, producirá un conflicto que necesariamente se habrá de reflejar en el cuerpo físico, provocando un tipo específico de enfermedad.

Ahora podemos ver cómo cualquier tipo de enfermedad que podamos sufrir nos llevará a descubrir el defecto que yace bajo nuestra aflicción. Por ejemplo, el orgullo que es arrogancia y rigidez de la mente, dará lugar a esas enfermedades que producen rigidez y entumecimiento del cuerpo. El dolor es el resultado de la crueldad, en tanto que el paciente aprende con su sufrimiento personal a no infligirlo a los demás, desde un punto de vista físico o mental. Los castigos del odio son la soledad, los enfados violentos e incontrolables, los tormentos mentales y la histeria. Las enfermedades de la introspección -neurosis, neurastenia y condiciones semejantes-, que privan a la vida de tanta alegría, están provocadas por un excesivo amor a sí mismo: egoísmo. La ignorancia y la falta de sabiduría traen sus dificultades propias a la vida cotidiana, y además, si se da una persistencia en negarse a ver la verdad cuando se nos brinda la oportunidad, la consecuencia es una miopía y mala visión y audición defectuosa. La inestabilidad de la mente debe llevar en el cuerpo a la misma cualidad, con todos esos desórdenes que afectan al movimiento y a la coordinación. El resultado de la codicia y del dominio de los demás son esas enfermedades que harán de quien las padece un esclavo de su propio cuerpo, con los deseos las ambiciones frenados por la enfermedad.

Por otra parte, la propia zona del cuerpo afectada no es casual, sino que concuerda con la ley de causa y efecto, y una vez más será un guía para ayudarnos. Por ejemplo, el corazón, la fuente de vida y por tanto de amor, se ve atacado especialmente cuando el lado amable de la naturaleza frente a la humanidad no se ha desarrollado o se ha utilizado equivocadamente; una mano afectada denota fracaso o error en la acción; al ser el cerebro el centro de control, si se ve afectado, eso indica falta de control en la personalidad. En cuanto se establece la ley, los demás la van siguiendo de este modo. Todos estamos dispuestos a admitir los muchos resultados que siguen a una explosión de ira, al golpe recibido con una mala noticia; si cosas triviales pueden afectar de ese modo al cuerpo, cuánto más grave y profundamente arraigado será un conflicto prolongado entre el alma y el cuerpo. ¿Cómo asombrarnos de que el resultado dé lugar a padecimientos tan graves como las enfermedades que hoy nos afligen?

Sin embargo, no hay por qué desesperar. La prevención y curación de la enfermedad se logrará descubriendo lo que falla en nosotros y erradicando ese defecto con el recto desarrollo de la virtud que la ha de destruir; no combatiendo el mal, sino aportando tal cantidad de la virtud opuesta que quedará barrido de nuestras naturalezas.

## CAPÍTULO IV

Así pues, vemos que en la enfermedad no hay nada de tipo accidental, ni en su tipo ni en la parte de cuerpo a que afecte; como todo lo demás resultado de la energía, obedece a la ley de causa y efecto. Algunas enfermedades pueden ser causadas por medios físicos directos, como los asociados con ciertos venenos, accidentes y heridas, y grandes excesos; pero la enfermedad en general se debe a algún error básico en nuestra constitución, como en los ejemplos que dábamos antes.

Y así, para lograr una curación completa, no sólo habrá que utilizar medios físicos, eligiendo siempre los mejores métodos que se conozcan en el arte de la curación, sino que tendremos que actuar nosotros mismos dedicando toda nuestra capacidad para suprimir cualquier defecto en nuestra naturaleza; porque la curación final y definitiva vienen en última instancia de dentro, del Alma en sí, que con su benevolencia irradia armonía a través de la personalidad, en cuanto se le deja hacerlo.

Dado que hay una raíz principal en toda enfermedad, a saber el egoísmo, así también hay un método seguro y principal para aliviar cualquier padecimiento: la conversión del egoísmo en dedicación a los demás. Con sólo que desarrollemos suficientemente la cualidad de olvidarnos de nosotros mismos en el amor y cuidado de quienes nos rodean, disfrutando de la gloriosa aventura de adquirir conocimiento y ayudar a los demás, nuestros males y dolencias personales terminarán rápidamente. Esa es la gran meta final: la pérdida de nuestros propios intereses en el servicio de la humanidad. No importa en qué situación de la vida nos haya colocado la Divinidad. Ya tengamos un negocio o una profesión, seamos ricos o pobres, monarcas o mendigos, a todos nos es posible llevar a cabo la tarea en nuestras respectivas vocaciones y llegar a ser auténticas bendiciones para quienes nos rodean, comunicándoles el Divino Amor Fraternal.

Pero la inmensa mayoría de nosotros tenemos mucho camino que recorrer antes de alcanzar ese estado de perfección, aunque sorprende lo rápidamente que puede avanzar un individuo por ese camino si se esfuerza seriamente y si no se confía simplemente en su pobre personalidad, sino que tiene fe implícita; con el ejemplo y las enseñanzas de los grandes maestros del mundo, es capaz de unirse con su propia Alma, con la Divinidad que lleva dentro, y todas las cosas son posibles. En casi todos nosotros hay uno o más defectos adversos que obstaculizan nuestro avance, y es ese defecto, o defectos, lo que tenemos que afanarnos por descubrir en nosotros, y mientras tratamos de desarrollar y extender el lado amoroso de nuestra naturaleza hacia el mundo, debemos esforzarnos al mismo tiempo para borrar ese defecto particular llenando nuestra naturaleza con la virtud opuesta. Al principio acaso nos resulte difícil, pero sólo al principio, porque es sorprendente lo rápidamente que crece una virtud auténticamente buscada, unido al conocimiento de que con la ayuda de la Divinidad que llevamos dentro, a poco que perseveremos, el fracaso es imposible.

En el desarrollo del Amor Universal dentro de nosotros mismos, tenemos que aprender a darnos cuenta cada vez más de que todo ser humano es hijo del Creador, aunque en grado inferior, y de que un día, en su momento, alcanzará la perfección como todos esperamos. Por bajo que parezca un hombre o una criatura, debemos recordar que dentro lleva la Chispa Divina, que irá creciendo lenta pero segura hasta que la gloria del Creador irradie de ese ser.

Por otra parte, la cuestión de verdad o error, de bien y mal, es puramente relativa. Lo que está bien en la evolución natural del aborigen, estaría mal en lo más avanzado de nuestra civilización; y lo que para nosotros puede incluso ser una virtud, puede estar fuera de lugar, y por tanto ser malo, en quien ha alcanzado el grado de discípulo. Lo que nosotros llamamos error o mal es en realidad un bien fuera de lugar, y por tanto es algo puramente relativo. Recordemos así mismo que también es relativo nuestro nivel de idealismo; a los animales podemos parecerles auténticos dioses, mientras que nosotros nos encontramos muy por debajo de la gran Hermandad de Santos y Mártires que se entregaron para servirnos de ejemplo. Por ello hemos de tener compasión y caridad con los más bajos, porque si bien nos podemos considerar muy por encima de su nivel, somos en nosotros mismos insignificantes y nos queda aún un largo trecho que recorrer para alcanzar el nivel de nuestro hermanos mayores, cuya luz brilla por el mundo a través de los tiempos.

Si nos asalta el orgullo, tratemos de darnos cuenta de que nuestras personalidades no son nada en sí mismas, incapaces de hacer nada bueno o de hacer un favor aceptable o de oponer resistencia a los poderes de las tinieblas, si no nos asiste esa Luz que nos viene de arriba, la Luz de nuestra Alma; esforcémonos por vislumbrar la omnipotencia, el inconcebible poder de nuestro Creador, que hace un mundo perfecto en una gota de agua y en sistemas y sistemas de universos, y tratemos de darnos cuentas de la relativa humildad nuestra y de nuestra total dependencia de Él. Aprendamos a rendir homenaje y a respetar a nuestros superiores humanos. ¡Cuán infinitamente más deberíamos reconocer nuestra fragilidad con la más completa humildad ante el Gran Arquitecto del Universo!

Si la crueldad o el odio nos cierran la puerta al progreso, recordemos que el Amor es la base de la Creación, que en toda alma viviente hay algo bueno, y que en los mejores de nosotros hay algo malo. Buscando lo bueno de los demás, incluso de quines primero nos ofendieron, aprenderemos a desarrollar, aunque sólo sea, cierta compasión, y la esperanza de que sepan ver mejores caminos; luego veremos que nace en nosotros el deseo de ayudarles a mejorar. La conquista final de todos se hará a través del amor y el cariño, y cuando hayamos desarrollado lo suficiente esas dos cualidades, nada podrá asaltarnos, pues siempre estaremos llenos de compasión y no ofreceremos resistencia; pues, una vez más, por la propia ley de causa y efectos, es la resistencia la que perjudica. Nuestro objeto en la vida es seguir los dictados de nuestro Ser Superior, sin dejarnos desviar por la influencia de otros, y esto sólo puede conseguirse siguiendo suavemente su propio camino, y al mismo tiempo sin interferir con la personalidad de otro o sin causar el menor perjuicio por cualquier método de odio o crueldad. Debemos esforzarnos denodadamente por aprender a amar a los demás, empezando quizá con un individuo o incluso un animal, y dejando que se desarrolle y se extienda ese amor cada vez más, hasta que sus defectos opuestos desaparezcan automáticamente. El amor engendra amor, igual que el odio engendra odio.

La cura del egoísmo se efectúa dirigiendo hacia los demás el cuidado y la atención que dedicamos a nosotros mismos, llenándonos tanto de su bienestar que nos olvidemos de nosotros mismos en nuestro empeño. Como lo expresa una gran orden de hermandad: "Buscar el solaz de nuestra aflicción llevando el alivio y el consuelo a nuestros semejantes en la hora de su aflicción", y no hay forma más segura de

curar el egoísmo y los subsiguientes desórdenes de ese método.

La inestabilidad se puede erradicar con el desarrollo de la autodeterminación, tomando decisiones y actuando con firmeza en lugar de dudar y vacilar.

Aunque al principio cometamos errores, siempre es mejor actuar que dejar pasar oportunidades por falta de decisión. La determinación no tardará en desarrollarse; desaparecerá el miedo a echarse de cabeza a la vida, y las experiencias guiarán nuestra mente hacia un mejor juicio.

Para acabar con la ignorancia, no hay que temer a la experiencia, pero con la mente bien despierta y los ojos y oídos bien abiertos para captar cualquier partícula de conocimiento que pueda obtenerse. Al mismo tiempo, debemos mantenernos flexibles de pensamiento, para que las ideas preconcebidas y los prejuicios no nos priven de la oportunidad de obtener un conocimiento más amplio y más fresco. Debemos estar siempre dispuestos a abrir la mente y a rechazar cualquier idea, por firmemente arraigada que esté, si la experiencia nos muestra una verdad mejor.

Al igual que el orgullo, la codicia es un gran obstáculo al progreso, y hay que suprimir ambos defectos sin contemplaciones. Los resultados de la codicia son bastante graves, pues nos lleva a interferir con el desarrollo anímico de nuestros semejantes. Debemos darnos cuenta de que todos los seres están aquí para desarrollar su evolución según los dictados de su alma, y sólo de su alma, y de que ninguno de nosotros tiene que hacer nada que no sea animar a su hermano en ese desarrollo. Debemos ayudarlo a esperar, y si está en nuestra mano, aumentar su conocimiento y sus oportunidades en este mundo para lograr progresar. Así como nos gustaría que los demás nos ayudasen a ascender por el empinado y arduo camino de montaña que es la vida, así debemos estar siempre dispuestos a tender una mano y a brindar la experiencia de nuestro mayor conocimiento a un hermano menor o más débil. Así deberá ser la actitud del padre para con su hijo, del maestro para con el hombre, o del compañero para con sus semejantes, dando cuidados, amor y protección en la medida en que se necesiten y sean beneficiosos, sin interferir ni por un momento con la evolución natural de la personalidad que debe dictarle el alma.

Muchos de nosotros en la infancia y primera juventud nos encontramos mucho más cerca de nuestra alma de lo que estamos después con el paso de los años, y tenemos entonces ideas más claras de nuestra labor en la vida, de los esfuerzos que se espera que hagamos y del carácter que hemos de desarrollar. La razón de ello es que el materialismo y las circunstancias de nuestra época, y las personalidades con las que nos juntamos, nos alejan de la voz de nuestro Ser Superior y nos atan firmemente al lugar común con su falta de ideales, lo cual es evidente en esta civilización. Que el padre, el educador y el compañero se afanen siempre por animar el desarrollo del Ser Superior dentro de aquellos sobre los que tienen el maravilloso privilegio y oportunidad de ejercer su influencia, pero que siempre dejen en libertad a los demás, igual que esperan que a ellos les dejen en libertad.

Así, en forma semejante, busquemos los defectos de nuestra constitución y borrarémoslos desarrollando la virtud opuesta, suprimiendo así de nuestra naturaleza la causa del conflicto ente el alma y la

personalidad, que es la primera causa básica de enfermedad. Esa sola acción, si el paciente tiene fe y fortaleza, dará lugar a un alivio, proporcionando salud y alegría; y en aquellos que no tengan tanta fortaleza, el médico ayudará materialmente a la curación para obtener prácticamente el mismo resultado.

Tenemos que aprender sin engañarnos a desarrollar la individualidad según los dictados de nuestra alma, a no temer a ningún hombre y a ver que nadie interfiere o nos disuade de desarrollar nuestra evolución, de cumplir con nuestra obligación y de devolver la ayuda a nuestros semejantes, recordando que cuanto más avanzamos, más constituimos una bendición para quienes nos rodean. Tenemos que guardarnos especialmente de errar al ayudar a los demás, quienesquiera que sean, y estar seguros de que el deseo de ayudarles procede de los dictados de nuestro Ser íntima, y no es un falso sentido del deber impuesto por sugestión o por persuasión de una personalidad más dominante. Una de las tragedias que nos afligen hoy día obedece a este tipo, y resulta imposible calcular los miles de vidas desperdiciadas, los millones de oportunidades que se han perdido, la pena y el sufrimiento que se han causado, el enorme número de niños que, por sentido del deber, se han pasado años cuidando de un inválido cuando la única enfermedad que aquejaba al familiar era un desequilibrado deseo de acaparar la atención. Pensemos en los ejércitos de hombres y mujeres a los que se ha impedido quizá hacer una gran obra en pro de la humanidad porque su personalidad quedó dominada por un individuo del que no tuvieron valor de liberarse; los niños que desde edad muy temprana sienten la llamada de una vocación, y sin embargo por dificultades de las circunstancias, disuasión por parte de otros y debilidad de propósito, se adentran en otra rama de la vida, en la que ni se sienten felices ni capaces de desarrollar su evolución como de otro modo podían haber hecho. Son sólo los dictados de nuestra conciencia los que pueden decirnos dónde está nuestro deber, con quién o con quiénes, y a quién o a quiénes hemos de servir; pero en cualquier caso, hemos de obedecer sus mandatos hasta el máximo de nuestras capacidades.

Por último, no tengamos miedo a meternos de lleno en la vida; estamos aquí para adquirir experiencia y conocimiento, y poco aprenderemos si no nos enfrentamos a las realidades y ponemos todo nuestro empeño. Esta experiencia puede adquirirse en la vuelta de cada esquina, y las verdades de la naturaleza y de la humanidad se pueden alcanzar con la misma validez, o incluso más, en un caserío que entre el ruido y las prisas de una ciudad.

## CAPITULO V

Dado que la falta de individualidad (es decir, el permitir la interferencia con la personalidad, interferencia que impide cumplir los mandatos del Ser Supremo) es de tanta importancia en la producción de la enfermedad, y dado que suele iniciarse muy pronto en la vida, pasemos a considerar la auténtica relación entre padres e hijos, maestros y discípulos.

Fundamentalmente, el oficio de la paternidad consiste en ser el instrumento privilegiado (y, desde luego, el privilegio habría de considerarse divino) para capacitar a un alma a entrar en contacto con el muno por el bien de la evolución. Si se entiende de forma apropiada, es probable que no se le ofrezca a la humanidad una oportunidad más grande que ésta para ser agente del nacimiento físico de un alma y tener el cuidado de la joven personalidad durante los primeros años de su existencia en la tierra. La actitud de los padres debería consistir en dar al recién llegado todos los consejos espirituales, mentales y físicos de que sean capaces, recordando siempre que el pequeño es un alma individual que ha venido a este mundo a adquirir su propia experiencia y conocimientos a su manera, según los dictados de su Ser Superior, y que hay que darle cuanta libertad sea posible para que se desarrolle sin trabas.

La profesión de la paternidad es de servicio divino y debería respetarse tanto, si no más, que cualquier otra tarea que tengamos que desempeñar. Como es una labor de sacrificio, hay que tener siempre presente que no hay que pedirle nada a cambio al niño, pues consiste sólo en dar, y sólo dar, cariño, protección y guía hasta que el alma se haga cargo de la joven personalidad. Hay que enseñar desde el principio independencia, individualidad y libertad, y hay que animar al niño lo antes posible a que piense y obre por sí mismo. Todo control paterno debe quedar poco a poco reducido conforme se vaya desarrollando la capacidad de valerse por sí mismo, y, más adelante, ninguna imposición o falsa idea de deber filial debe obstaculizar los dictados del alma del niño.

La paternidad es un oficio de la vida que pasa de unos a otros, y es en esencia un consejo temporal y una protección de duración breve que, transcurrido un tiempo, debería cesar en sus esfuerzos y dejar al objeto de su atención libre de avanzar solo. Recordemos que el niño, de quien podemos tener la guardia temporal, quizá sea un alma mucho más grande y anterior que la nuestra y quizá sea espiritualmente superior a nosotros, por lo que el control y la protección deberían limitarse a las necesidades de la joven personalidad.

La paternidad es un deber sagrado, temporal en su carácter, y que pasa de generación en generación. No conlleva más que servicio y no hay obligación a cambio por parte del joven, puesto que a éste hay que dejarle libre para desarrollarse a su aire y para prepararse para cumplir con esa misma tarea pocos años después. Así el niño no tendrá restricciones, ni obligaciones ni trabas paternas, sabiendo que la paternidad se le había otorgado primero a sus padres y que él tendrá que cumplir ese mismo cometido con otro.

Los padres deberían guardarse particularmente de cualquier deseo de moldear a la joven personalidad según sus propios deseos e ideas, y deberían refrenarse y evitar cualquier control indebido o cualquier reclamación de favores a cambio de su deber natural y privilegio divino

de ser el medio de ayuda a un alma para que ésa se ponga en contacto con el mundo. Cualquier deseo de control, o deseo de conformar la joven vida por motivos personales, es una forma terrible de codicia y no deberá consentirse nunca, porque si se arraiga en el joven padre o madre, con los años éstos se convertirán en auténticos vampiros. Si hay el menor deseo de dominio, habrá que comprobarlo desde el principio. Debemos negarnos a ser esclavos de la codicia que nos impulsa a dominar a los demás. Debemos estimular en nosotros el arte de dar, y desarrollarlo hasta que con su sacrificio lave cualquier huella de acción adversa.

El maestro deberá siempre tener presente que su oficio consiste únicamente en ser agente que dé al joven guía y oportunidad de aprender las cosas del mundo y de la vida, de forma que todo niño pueda absorber conocimiento a su manera, y, si se le da libertad, pueda elegir instintivamente lo que sea necesario para el éxito de su vida. Una vez más, por tanto, no debe darse nada más que un cariñoso cuidado guía para permitir al estudiante adquirir el conocimiento que requiere.

Los niños deberían recordar que el oficio de padre, como emblema de poder creativo, es divino en su misión, pero que no implica restricción en el desarrollo ni obligaciones que puedan obstaculizar la vida y el trabajo que les dicta su alma. Es imposible estimar en la actual civilización el sufrimiento callado, la restricción de las naturalezas y el desarrollo de carácter dominantes que produce el desconocimiento de este hecho. En casi todas las familias, padres e hijos se construyen cárceles por motivos completamente falsos y por una equivocada relación entre padre e hijo. Estas prisiones ponen barras a la libertad, obstaculizan la vida, impiden el desarrollo natural, traen infelicidad a todos los implicados y provocan esos desórdenes mentales, nerviosos e incluso físicos que afligen a la gente, produciendo una gran mayoría de las enfermedades de nuestros días.

No se insistirá nunca lo suficiente sobre el hecho de que todas las almas encarnadas en este mundo están aquí con el específico propósito de adquirir experiencia y comprensión, y de perfeccionar su personalidad para acercarse a los ideales del alma. No importa cuál sea nuestra relación con los demás, marido y mujer, padre e hijo, hermano y hermana, maestro y hombre, pecamos contra nuestro Creador y contra nuestros semejantes si obstaculizamos por motivos de deseo personal la evolución de otra alma. Nuestro único deber es obedecer los dictados de nuestra propia conciencia, y éste en ningún momento debe sufrir el dominio de otra personalidad. Que cada uno recuerde que su alma ha dispuesto para él un trabajo particular, y que, a menos que realice ese trabajo, aunque no sea conscientemente, dará lugar inevitablemente a un conflicto entre su alma y su personalidad, conflicto que necesariamente provocará desórdenes físicos.

Cierto es que una persona puede tener vocación de dedicar su vida a otra, pero antes de que lo haga, que se asegure bien de que eso es lo que le manda su alma, y de que no se lo ha sugerido otra personalidad dominante que le haya persuadido, y de que ninguna falsa idea del deber le engaña. Que recuerde también que venimos a este mundo para ganar batallas, para adquirir fuerza contra quines quieren controlarnos, y para avanzar hasta ese estado en el que pasamos por la vida cumpliendo con nuestro deber sosegada y serenamente, indeterminados e influenciados por cualquier ser vivo, serenamente guiados en todo momento por la voz de nuestro Ser Superior. Para muchos, la principal batalla que habrán de librar será en su casa, donde, antes de lograr la

libertad para ganar victorias por el mundo, tendrán que liberarse del dominio adverso y del control de algún pariente muy cercano.

Cualquier individuo, adulto o niño, que tenga que liberarse en esta vida del control dominante de otra persona, deberá recordar lo siguiente: en primer lugar, que su a pretendido opresor hay que considerarle de la misma manera que se considera a un oponente en una competición deportiva, como a una personalidad con la que estamos jugando al juego de la vida, sin el menor asomo de amargura, y hay que pensar que de no ser por esa clase de oponentes no tendríamos oportunidad de desarrollar nuestro propio valor e individualidad; en segundo lugar, que las auténticas victorias de la vida vienen del amor y del cariño, y que en semejante contexto no hay que usar ninguna fuerza, cualquiera que sea: que desarrollando de forma segura nuestra apropiada naturaleza sintiendo compasión, cariño y, a ser posible, afecto -o mejor, amor- hacia el oponente, con el tiempo podremos seguir tranquila y seguramente la llama de la conciencia sin la menor interferencia.

Aquellos que son dominantes requieren mucha ayuda y consejos para poder realizar la gran verdad universal de la Unidad y para entender la alegría de la Hermandad. Perderse estas cosas es perderse la auténtica felicidad de la Vida, y tenemos que ayudar a esas personas en la medida de nuestras fuerzas. La debilidad por nuestra parte, que les permite a ellos extender su influencia, no les ayudará en absoluto; una suave negativa a estar bajo su control y un esfuerzo por que entiendan la alegría de dar, les ayudará a subir el empinado camino.

La conquista de nuestra libertad, de nuestra individualidad e independencia, requerirá en muchos casos de una gran dosis de valor y de fe. Pero en las horas más negras, y cuando el éxito parece totalmente inaccesible, recordemos siempre que los hijos de Dios no tienen que tener nunca miedo, que nuestras almas sólo nos procuran tareas que somos capaces de llevar a cabo, y que con nuestro propio valor y nuestra fe en la Divinidad que hay dentro de nosotros, la victoria llegará para todos aquellos que perseveran en su esfuerzo.

## CAPITULO VI

Y ahora, mis queridos hermanos, cuando nos damos cuenta de que el Amor y la Unidad son las grandes bases de nuestra Creación, de que somos hijos del Amor Divino, y de que la eterna conquista del mal y del sufrimiento se logrará gracias al cariño y al amor, cuando nos damos cuenta de todo estos, ¿dónde caben en este cuadro tan hermoso prácticas como la vivisección y la implantación de glándulas en los animales? ¿Seguimos siendo tan primitivos, tan paganos, que seguimos pensando que con el sacrificio de animales nos libraremos de los resultados de nuestras propias culpas y errores? Hace cerca de 2.500 años, el Señor Buda demostró al mundo lo equivocado del sacrificio de criaturas inferiores. La humanidad ha contraído ya una deuda muy grande con los animales a los que ha torturado y destruido, y lejos de beneficiarse el hombre con tan inhumanas prácticas, sólo se perjudica al reino tanto animal como humano. Qué lejos hemos llegado, nosotros occidentales, de los hermosos ideales de la antigua India, cuando el amor por las criaturas de la tierra era tan grande que se enseñaba y se entrenaba al hombre a curar enfermedades y heridas no sólo de los animales, sino de las aves. Además, había grandes santuarios para todo tipo de vida, y tan reacia era la gente a hacer daño a una criatura inferior, que se negaban a atender a un cazador enfermo si no juraba abandonar la práctica de la caza.

No hablemos en contra de los hombres que practican la vivisección, ya que muchos de ellos trabajan animados por principios auténticamente humanitarios, esperando y esforzándose por encontrar alivio a los sufrimientos humanos; sus motivos son bastante buenos, pero su sabiduría no lo es, pues no entienden bien la razón de la vida. Sólo el motivo, por bueno que sea, no basta; debe ir acompañado de sabiduría y conocimiento.

Del horror de la magia negra, asociada con el injerto de glándulas, no queremos ni escribir, sólo implorar a todo ser humano que lo evite como a algo diez mil veces peor que cualquier plaga, pues es un pecado contra Dios, contra los hombres y los animales.

No hay objeto en ocuparse de los fracasos de la moderna ciencia médica, a excepción de un par de cosas; la destrucción es inútil si no se reedifica un edificio mejor, y como en medicina ya se han establecido las bases de un edificio más nuevo, ocupémonos de añadir una o dos piedras a ese templo.

Tampoco sirve hoy una crítica adversa de la profesión; es el sistema el que está fundamentalmente equivocado; porque es un sistema en el que el físico, por razones únicamente económicas, no tiene tiempo para administrar un tratamiento tranquilo y sosegado ni oportunidad para meditar y pensar convenientemente cosas que deberían ser la herencia de quienes dedican sus vidas a atender a los enfermos. Como dijo Paracelso, el médico sabio atiende a cinco, y no a quince pacientes, en un día..., ideal inaccesible para el médico corriente en nuestra época.

Amanece sobre nosotros un nuevo y mejor arte de curación. Hace cien años, la homeopatía de Hahnemann era el primer resplandor matutino tras una larga noche de tinieblas, y puede que desempeñe un gran papel en la medicina del futuro. Lo que es más, la atención que se dedica actualmente a mejorar la calidad de vida y a establecer una dieta más sana y más pura es un avance en pro de la prevención de la enfermedad;

aquellos movimientos que pretenden dar a conocer a la gente tanto la conexión entre los fracasos espirituales y la enfermedad como la curación que puede lograrse perfeccionando la mente, están abriendo camino hacia ese día radiante en que desaparecerá la negra sombra de la enfermedad.

Recordemos que la enfermedad es un enemigo común, y que cada uno de nosotros que conquiste un fragmento de ella está ayudándose a sí mismo y también a toda la humanidad. Habrá que gastar una considerable, pero definitiva, cantidad de energía antes de que la victoria sea completa; todos y cada uno de nosotros debemos esforzarnos por lograr ese resultado, y los más grandes y más fuertes tendrán no sólo que cumplir su parte del trabajo, sino ayudar a sus hermanos más débiles.

Obviamente, la primera forma de evitar que se extienda y aumente la enfermedad es que dejemos de cometer esas acciones que le dan más poder; la segunda, suprimir de nuestra naturaleza nuestros propios defectos, que darían pie a posteriores invasiones. El conseguir esto significaría desde luego la victoria; luego, una vez liberados, estamos en condiciones de ayudar a otros. Y no es tan difícil como pudiera parecer a primera vista; se espera que hagamos lo posible, y sabemos que podemos hacerlo siempre que obedezcamos los dictados de nuestra alma. La vida no nos exige sacrificios impensables; nos pide que hagamos su recorrido con alegría en el corazón, y que seamos una bendición para quienes nos rodean, de forma que si dejamos al mundo sólo una pizca mejor de lo que era antes de nuestra visita, hayamos cumplido nuestra misión.

Las enseñanzas de las religiones, si se interpretan debidamente, nos piden a todos "abandonarlo todo y seguirme", y esos significa que nos entreguemos totalmente a las exigencias de nuestro Ser Superior, pero no, como algunos imaginan, abandonar casa y comodidades, amor y lujos; la verdad está muy lejos de eso. Un príncipe puede ser, con todas las glorias del palacio, un enviado de Dios y una auténtica bendición para su pueblo, para su país -y aún para el mundo-; cuánto se habría perdido si ese príncipe hubiera imaginado que su deber era meterse en un monasterio. Las tareas de la vida en todas sus ramas, desde la más baja hasta la más exaltada, hay que cumplirlas, y el Divino Guía de nuestros destinos sabe en qué lugar colocarnos para nuestro bien; todo cuanto se espera que hagamos es cumplir con ese cometido, bien y con alegría. Hay santos en la cadena de la fábrica y en la bodega de un barco, igual que los hay entre los dignatarios de las órdenes religiosas. A nadie en esta tierra se le pide que haga más de lo que está en su poder hacer y si nos esforzamos por sacar lo mejor de nosotros mismos, guiados siempre por nuestro Ser Superior, se nos ofrecerá la posibilidad de la salud y la felicidad.

Durante la mayor parte de los dos últimos milenios, la civilización occidental ha pasado por una era de intenso materialismo, y se ha perdido prácticamente la conciencia del lado espiritual de nuestra naturaleza y de nuestra existencia, en una actitud mental que ha situado a las posesiones mundanas, a las ambiciones, deseos y placeres por encima de las cosas reales de la vida. La verdadera razón de la existencia del hombre en la tierra ha quedado empañada y oculta por su ansiedad de obtener de su encarnación sólo bienes terrenos. Hubo una época en la que la vida resultó muy difícil debido a la falta del auténtico consuelo, aliciente y estímulo que supone el conocimiento de cosas más importantes que las de este mundo. Durante los últimos siglos, las religiones les han parecido a muchas personas más bien unas

leyendas que nada tenían que ver con sus vidas, en lugar de ser la esencia de su existencia. La verdadera naturaleza de nuestro Ser Superior, el conocimiento de una vida previa y otra posterior, aparte de la actual, ha significado muy poco, en lugar de ser guía y estímulo de todas nuestras acciones. Hemos tendido a apartar las grandes cosas y a hacer la vida lo más cómoda posible retirando lo supra físicos de nuestras mentes y asiéndonos a los placeres terrenos para compensar a nuestros padecimientos. Así, la posición, el rango, la riqueza y las posesiones materiales se han convertido en la meta de estos siglos; y como todas esas cosas son fugaces y sólo pueden obtenerse y conservarse a base de ansiedad y concentración sobre las cosas materiales, la paz interna y la felicidad de las generaciones pasadas han quedado infinitamente por debajo de lo que corresponde a la humanidad.

La verdadera paz de espíritu y del alma está con nosotros cuando progresamos espiritualmente, y eso no puede obtenerse con la acumulación de riquezas solamente, por grandes que éstas sean. Pero los tiempos están cambiando y hay muchas indicaciones de que esta civilización ha empezado a pasar de la era del puro materialismo al deseo de las realidades y verdades del universo. El interés general y en rápido aumento que hoy se demuestra por el conocimiento de las verdades supra físicas, el creciente número de quienes desean información sobre la existencia antes y después de esta vida, el hallazgo de métodos para conquistar la enfermedad con medios espirituales y de fe, la afición por las antiguas enseñanzas de la sabiduría de Oriente..., todo ello son síntomas de que la gente de hoy ha empezado a vislumbrar la realidad de las cosas. Así, cuando se llega al problema de la curación, se comprende que también éste tenga que ponerse a la altura de los tiempos y cambiar sus métodos apartándose del materialismo grosero y tendiendo hacia una ciencia basada sobre las realidades de la Verdad, y regida por la mismas leyes divinas que rigen nuestras naturalezas. La curación pasará del ámbito de los métodos físicos de tratamiento del cuerpo físico a la curación mental y espiritual, que, al restablecer la armonía entre la mente y el alma, erradique la auténtica causa de la enfermedad, y permita después la utilización de los medios físicos para completar la curación del cuerpo.

Parece totalmente posible que el arte de la curación pase de manos de los médicos, a no ser que éstos se den cuenta de estos hechos y avancen con el crecimiento espiritual del pueblo, a manos de las órdenes religiosas o a manos de los sanadores natos que existen en toda generación, pero que hasta ahora han vivido más o menos ignorados, impidiéndoseles seguir la llamada de su naturaleza ante la actitud de los ortodoxos. Así pues, el médico del futuro tendrá dos finalidades principales que perseguir. La primera será ayudar al paciente a alcanzar un conocimiento de sí mismo y a destacar en sí los errores fundamentales que esté cometiendo, las deficiencias de su carácter que tenga que corregir, y los defectos de su naturaleza que tenga que erradicar y sustituir por las virtudes correspondientes. Semejante médico tendrá que haber estudiado profundamente las leyes que rigen a la humanidad, a la propia naturaleza humana, de forma a poder reconocer en todos los que a él acuden los elementos que causan el conflicto entre el alma y la personalidad. Tiene que poder aconsejar al paciente cómo restablecer la armonía requerida, qué acciones contra la Unidad tiene que suspender, qué virtudes tiene que desarrollar necesariamente para borrar sus defectos. Cada caso requerirá un cuidadoso estudio, y sólo quienes hayan dedicado gran parte de su vida al conocimiento de la humanidad, y en sus corazones arda el deseo de ayudar, podrán emprender

con éxito esta gloriosa divina labor en pro de la humanidad, abrir los ojos al que padece e iluminarle sobre la razón de su existencia, inspirarle esperanza, consuelo y fe que le permitan dominar su enfermedad.

El segundo deber del médico será administrar los remedios que ayuden al cuerpo físico a recobrar fuerza y ayuden a la mente a serenarse, a ensanchar su campo y a buscar la perfección, trayendo paz y armonía a toda la personalidad. Semejantes remedios se encuentran en la naturaleza, colocados allí por gracia del Divino Creador para cura y consuelo de la humanidad. Se conocen unos cuantos y otros muchos se buscan actualmente por parte de los médicos en diferentes partes del globo, especialmente en nuestra Madre la India, y no cabe duda que cuando estas investigaciones se desarrollen más, recuperaremos gran parte de los conocimientos que se tenían hace dos mil años, y el sanador del futuro tendrá a su disposición los maravillosos remedios naturales que se nos dieron para que el hombre aliviara su enfermedad.

Así pues, la abolición de la enfermedad dependerá de que la humanidad descubra la verdad de las leyes inalterables de nuestra Universo y de que se adapte con humildad y obediencia a esas leyes, trayendo la paz entre su alma y su ser, y recobrando la verdadera alegría y felicidad de la vida. Y la parte correspondiente al médico consistirá en ayudar a los que sufren a conocer esa verdad, en indicarle los medios por los que podrá conseguir la armonía, inspirarle con la fe en su divinidad que todo lo vence, y administrar remedios físicos tales que le ayuden a armonizar su personalidad y a curar su cuerpo.

## CAPÍTULO VII

Y ahora llegamos al problema crucial: ¿Cómo podemos auxiliarnos? Cómo mantener a nuestra mente y a nuestro cuerpo en ese estado de armonía que dificulte o imposibilite el ataque de la enfermedad, pues es seguro que la personalidad sin conflicto es inmune a la enfermedad.

En primer lugar, consideremos la mente. Ya hemos discutido extensamente la necesidad de buscar en nosotros mismos los defectos que poseemos y que nos hacen actuar con la Unidad sin armonía con los dictados del alma, y de eliminar esos defectos desarrollando las virtudes contrarias. Esto puede hacerse siguiendo las directrices antes indicadas, y un autoexamen de buena fe nos descubrirá la naturaleza de nuestros errores. Nuestros consejeros espirituales, médicos de verdad e íntimos amigos podrán ayudarnos a conseguir un buen retrato de nosotros mismos, pero el método perfecto de aprender es el pensamiento sereno y la meditación, y el llegar a un ambiente de paz y sosiego en el que las almas puedan hablarnos a través de la conciencia e intuición, y guiarnos según sus deseos. Solo con que podamos apartarnos un rato todos los días, perfectamente solos y en un lugar tranquilo, sin que nadie nos interrumpa, y sentarnos o tumbarnos tranquilamente, con la mente en blanco o bien pensando sosegadamente en nuestra labor en la vida, veremos después de un tiempo que esos momentos nos ayudan mucho y que en ellos tenemos como flashes de conocimiento y de consejo. Vemos que se responde infaliblemente a los difíciles problemas de la vida, y somos capaces de elegir confiadamente el camino recto. En esos momentos tenemos que alimentar en nuestro corazón un sincero deseo de servir a la humanidad y de trabajar siguiendo los dictados de nuestra alma.

Recordemos que cuando se descubre el defecto, el remedio consiste no en luchar denodadamente contra él con grandes dosis de voluntad y energía para suprimirlo, sino en desarrollar firmemente la virtud contraria, y así, automáticamente, desaparecerá de nuestra naturaleza todo rastro de mal. Este es el verdadero método natural de progresar y de dominar el mal, mucho más fácil y efectivo que la lucha contra un defecto en particular. Al combatir un defecto, se aumenta el poder de éste al mantener la atención centrada en su presencia, y se desencadena una verdadera batalla; el mayor éxito que cabe esperar en este caso es vencerlo, lo cual deja mucho que desear, ya que el enemigo permanece dentro de nosotros mismos y en un momento de debilidad puede resurgir con renovados bríos. Olvidar el error y tratar conscientemente de desarrollar la virtud que aniquile al anterior, ésa es la verdadera victoria.

Por ejemplo, si existe crueldad en nuestra naturaleza, podemos repetirnos continuamente: "no voy a ser cruel", y así evitar errar en esa dirección; pero el éxito en este caso depende de la fortaleza de la mente, y, si se debilita por un momento, podemos olvidar nuestra resolución. Pero si, por otra parte, desarrollamos la compasión y el cariño por nuestros semejantes, esta cualidad hará que la crueldad sea imposible de una vez por todas, pues evitaremos el acto cruel con horror gracias a la compasión. En este caso no hay supresión, no hay enemigo oculto que aparezca en cuanto bajamos la guardia, pues nuestra compasión habrá erradicado por completo de nuestra naturaleza la posibilidad de cualquier acto que pudiera dañar a los demás.

Como hemos visto anteriormente, la naturaleza de nuestras enfermedades físicas nos ayudará materialmente al señalar qué

desarmonía mental es la causa básica de su origen; y otro gran factor de éxito es que consideremos la vida y la existencia no meramente como un deber que hay que cumplir con la mayor paciencia posible, sino que desarrollemos un verdadero gozo por la aventura de nuestro paso por este mundo.

Quizá una de las mayores tragedias del materialismo es el desarrollo del aburrimiento y la pérdida de la auténtica felicidad interna; enseña a la gente a buscar el contento y la compensación a los padecimientos en las alegrías y placeres terrenos, y éstos sólo pueden proporcionar un olvido temporal de nuestras dificultades. Una vez empezamos a buscar compensación a nuestras duras pruebas con las bromas de un bufón a sueldo, comenzamos un círculo vicioso. La diversión, los entretenimientos y las frivolidades son buenos para todos nosotros, pero no cuando dependemos de ellos persistentemente para olvidar nuestros reveses. Las diversiones mundanas de cualquier clase tienen que ir aumentando de intensidad para ser eficaces, y lo que ayer nos distraía mañana nos aburrirá. Así seguimos buscando otras y mayores diversiones hasta que nos saciamos y ya no obtenemos alivio por esa parte. De una forma o de otra, la dependencia de las diversiones mundanas nos convierte a todos en Faustos, y aunque no seamos plenamente conscientes de ello, la vida se convierte en poco más que un deber paciente, y su auténtica sal y alegría, que debiera ser la herencia de todo niño y mantenerse a lo largo de la vida hasta la hora postrera, se nos escapa. Hoy día se alcanza el estado extremo en los esfuerzos científicos por rejuvenecer, por prolongar la vida natural y aumentar los placeres sensuales con prácticas demoniacas.

El aburrimiento es el responsable de que admitamos en nuestro ser una incidencia de la enfermedad mucho mayor de la normal, de forma que las enfermedades asociadas con él tienden a aparecer a edad cada vez más temprana. Esta circunstancia no se dará si conocemos la verdad de nuestra Divinidad, nuestra misión en el mundo, y por tanto si contamos con la alegría de obtener experiencia y de ayudar a los demás. El antídoto del aburrimiento es interesarse activa y vivamente por todo cuanto nos rodea, estudiar la vida durante todo el día, aprender y aprender, y aprender de nuestros semejantes, y de los avatares de la vida, y ver la Verdad que se oculta tras todas las cosas, perdernos en el arte de adquirir conocimientos y experiencia, y aprovechar las oportunidades de utilizar esta experiencia en favor de un compañero de fatigas. Así cada momento de nuestro trabajo y de nuestro ocio nos aportará un conocimiento, un deseo de experimentar con cosas reales, con aventuras reales y hechos que valgan la pena, y conforme desarrollemos esa facultad, veremos que recuperamos el poder de sacar contento de los menores incidentes, y circunstancias que hasta entonces nos parecían mediocres y de gran monotonía, serán motivo de investigación y de aventura. Son las cosas más sencillas de la vida - las cosas sencillas porque están más cerca de la gran Verdad- las que nos proporcionarán un placer más real.

La renuncia, la resignación, que nos convierte en un mero pasajero pasivo del viaje por la vida, abre la puerta a influencias adversas que nunca habrían tenido oportunidad de deslizarse si la existencia cotidiana se viviera con alegría y espíritu de aventura. Cualquiera que sea la situación de cada uno, trabajador en una ciudad superpoblada o pastor solitario en las montañas, tratemos de convertir la monotonía en interés, el deber aburrido en una alegre oportunidad para experimentar, y la vida cotidiana en un intenso estudio de la humanidad y de las leyes fundamentales del Universo. En todo lugar hay

amplias oportunidades de observar las leyes de la Creación, tanto en las montañas como en los valles o entre nuestros hermanos los hombres. Lo primero, convirtamos la vida en una aventura apasionante, en la que no quepa el aburrimiento, y con el conocimiento así logrado veamos cómo armonizar nuestra mente con nuestra alma y con la gran Unidad de la Creación de Dios.

Otra ayuda fundamental puede ser para nosotros desechar el miedo. El miedo en realidad no cabe en el reino humano, puesto que la Divinidad que hay dentro de nosotros, que es nosotros, es inconquistable e inmortal, y si sólo nos diéramos cuenta de ello, nosotros, como Hijos de Dios, no tendríamos nada que temer. En la era materialista, el miedo aumenta naturalmente con las posesiones terrenas (ya sea del propio cuerpo o riquezas externas), puesto que si tales cosas son nuestro mundo, al ser tan pasajeras, tan difíciles de lograr y tan imposibles de conservar, excepto lo que dura un suspiro, provocan en nosotros la más absoluta ansiedad, no sea que perdamos la oportunidad de conseguirlas, y necesariamente hemos de vivir en un estado constante de miedo, consciente o subconsciente, puesto que en nuestro fuero interno sabemos que en cualquier momento nos pueden arrebatarse esas posesiones y que lo más que podemos conservarlas es una breve vida.

En esta era, el miedo a la enfermedad ha aumentado hasta convertirse en un gran poder de dañar, puesto que abre las puertas a las cosas que tememos, y así éstas llegan más fácilmente. Ese miedo es en realidad un interés egoísta, pues cuando realmente absorbidos en el bienestar de los demás no tenemos tiempo de sentir aprensión ante nuestras enfermedades personales. El miedo está actualmente desempeñando una importante labor de intensificación de la enfermedad, y la ciencia moderna ha extendido el reinado del terror al dar a conocer al público sus descubrimientos, que no son más que verdades a medias. El conocimiento de las bacterias y de los distintos gérmenes asociados con la enfermedad ha causado estragos en las mentes de miles de personas, y debido al pánico que les ha provocado les ha hecho más susceptibles de ataque. Mientras las formas de vida inferiores, como las bacterias, pueden desempeñar un papel, o estar asociadas a la enfermedad física, no constituyen en absoluto todo el problema, como se puede demostrar científicamente o con ejemplos de la vida cotidiana. Hay un factor que la ciencia es incapaz de explicar en el terreno físico, y es por qué algunas personas se ven afectadas por la enfermedad mientras otras no, aunque ambas estén expuestas a la misma posibilidad de infección. El materialismo se olvida de que hay un factor por encima del plano físico que en el transcurso de la vida protege o expone a cualquier individuo ante la enfermedad, de cualquier naturaleza que sea. El miedo, con su efecto deprimente sobre nuestra mentalidad, que causa inarmonía en nuestros cuerpos físicos y magnéticos, prepara el camino a la invasión, y si las bacterias y las causas físicas fueran las que única e indudablemente provocaran la enfermedad, entonces, desde luego, el miedo estaría justificado. Pero cuando nos damos cuenta de que en las peores epidemias sólo se ven atacados algunos de los que están expuestos a la infección y de que, como hemos visto, la causa real de la enfermedad se encuentra en nuestra personalidad y cae dentro de nuestro control, entonces tenemos razones para desechar el miedo, sabiendo que el remedio está en nosotros mismos. Podemos decir que el miedo a los agentes físicos como únicos causantes de la enfermedad debe desaparecer de nuestras mentes, ya que esa ansiedad nos vuelve vulnerables, y si tratamos de llevar la armonía a nuestra personalidad, no tenemos que anticipar la enfermedad

lo mismo que no debemos temer que nos caiga un rayo o que nos aplaste un fragmento de meteoro.

Ahora consideremos el cuerpo físico. No debemos olvidar en ningún momento que es la morada terrena del alma, en la que habitamos una breve temporada para poder entrar en contacto con el mundo y así adquirir experiencia y conocimiento. Sin llegar a identificarnos demasiado con nuestros cuerpos, debemos tratarlos con respeto y cuidado para que se mantengan sanos y duren más tiempo, a fin de que podamos realizar nuestro trabajo. En ningún momento debemos sentir excesiva preocupación o ansiedad por ellos, sino que tenemos que aprender a tener la menor conciencia posible de su existencia, utilizándolos como un vehículo de nuestra alma y mente y como esclavos de nuestra voluntad. La limpieza interna y externa es de gran importancia. Para la limpieza externa nosotros los occidentales utilizamos agua excesivamente caliente; ésta abre los poros y permite la admisión de suciedad. Además, la excesiva utilización del jabón vuelve pegajosa la superficie. El agua fresca o tibia, en forma de ducha o de baño renovado, es el método más natural y mantiene el cuerpo más sano; sólo la cantidad de jabón necesaria para quitar la suciedad evidente, y luego enjuagarlo con agua fresca.

La limpieza interna depende de la dieta, y deberíamos elegir cosas limpias y completas y lo más frescas posible, principalmente frutas naturales, verduras y frutos secos. Desde luego habría que evitar la carne animal; primero porque provoca en el cuerpo veneno físicos; segundo porque estimula un apetito excesivo y anormal; y tercero, porque implica crueldad con el mundo animal. Debe tomarse mucho líquido para limpiar el cuerpo, como agua y vinos naturales y productos derivados directamente del almacén de la Naturaleza, evitando las bebidas destiladas, más artificiales.

El sueño no debe ser excesivo, ya que muchos de nosotros tenemos más control sobre el cuerpo cuando estamos despiertos que cuando dormimos. El antiguo dicho inglés "cuando llega la hora de darse la vuelta, llega la hora de levantarse" es una excelente indicación de cuándo levantarse.

Las ropas deben ser ligeras de peso, tan ligeras como lo permita el calor que den; deben permitir que el aire traspase hasta el cuerpo, y siempre que sea posible hay que exponer el cuerpo a la luz del sol y al aire fresco. Los baños de agua y de sol son grades fuentes de salud y vitalidad.

En todo hay que estimular la alegría, y no debemos permitir que nos opriman la duda y la depresión, sino que debemos recordar que eso no es propio de nosotros, pues nuestras almas sólo conocen la dicha y la felicidad.

## CAPÍTULO VIII

Así pues, vemos que nuestra victoria sobre la enfermedad dependerá principalmente de lo siguiente: primero, hay que tener conciencia de la Divinidad que hay dentro de nosotros y de nuestro consiguiente poder de superar las adversidades; segundo, hay que saber que la causa básica de la enfermedad obedece a la falta de armonía entre la personalidad y el alma; tercero, hay que tener la voluntad y la capacidad de descubrir el defecto que causa semejante conflicto; y en cuarto lugar, hay que suprimir ese defecto desarrollando la virtud contraria.

El deber del arte de la curación consistirá en ayudarnos a alcanzar el necesario conocimiento y en proporcionarnos los medios para superar nuestras enfermedades, y además, en administrarnos los remedios que fortalezcan nuestros cuerpos físicos y mentales y nos den mayores probabilidades de victoria. Entonces sí estaremos en disposición de atacar la enfermedad en su base con esperanza de éxito. La escuela médica del futuro no se interesará particularmente por los resultados finales y productos de la enfermedad, ni les dará tanta importancia a las actuales lecciones físicas, ni administrará drogas y productos químicos para paliar los síntomas, sino que, conocedora de la verdadera causa de la enfermedad y consciente de que los resultados físicos obvios son meramente secundarios, concentrará sus esfuerzos en aportar esa armonía entre cuerpo, mente y alma que conlleva el alivio y curación de la enfermedad. Y en los casos en que se emprenda lo bastante pronto la corrección de la mente, se evitará la enfermedad inminente.

Entre los tipos de remedios que se utilizarán, estarán los que se obtienen de las plantas y las hierbas más bonitas que se encuentran en la botica de la naturaleza, plantas enriquecidas divinamente con poderes curativos para el cuerpo y la mente del hombre.

Por nuestra parte, debemos practicar la paz, la armonía, la individualidad y la firmeza de propósito y desarrollar progresivamente el conocimiento de que en esencia somos de origen divino, hijos del Creador, y por tanto tenemos dentro de nosotros, esperando a que los desarrollemos, como haremos con toda seguridad en tiempos venideros, el poder de alcanzar la perfección. Y esta realidad crecerá en nosotros hasta que se convierta en el rasgo más destacado de nuestra existencia. Debemos practicar firmemente la paz, imaginando que nuestras mentes son como lagos que siempre hay que mantener mansos, sin olas, sin siquiera arrugas que perturben su tranquilidad, y gradualmente desarrollar ese estado de paz hasta que ningún avatar de la vida, ninguna circunstancia, ninguna otra personalidad pueda bajo ningún pretexto estremecer la superficie del lago o fomentar en nosotros sentimientos de irritabilidad, depresión o duda. Nos ayudará materialmente el aislarnos unos momentos todos los días para pensar tranquilamente en la belleza de la paz y en los beneficios de la calma, y darnos cuenta de que no será con prisas ni preocupaciones como más realizaremos, sino con calma, tranquilidad y sosiego en la acción: así seremos más eficientes en todo cuanto emprendamos. Armonizar nuestra conducta en esta vida de acuerdo con los deseos de nuestra propia alma, y permanecer en un estado de paz tal que las tribulaciones y preocupaciones del mundo nos dejen impasibles es algo muy importante, y lograrlo nos da esa paz que trasciende la comprensión; y aunque al principio nos parezca ser un sueño fuera de nuestro alcance, con

paciencia y perseverancia estará al alcance de todos nosotros.

No se nos pide en absoluto que seamos santos o mártires o personas de renombre; a casi todos nosotros se nos reservan trabajos menos vistosos; pero se espera de todos nosotros que entendamos las alegrías y las aventuras de la vida y que cumplamos con agrado la parcela de trabajo particular que la Divinidad nos ha reservado.

Para todos los enfermos, la paz de espíritu y la armonía con el alma son las mayores ayudas para la curación. La medicina y enfermería del futuro prestará mucha mayor atención al desarrollo de esto en el paciente de lo que se hace hoy cuando, incapaces de juzgar los progresos de un caso más que por medios científicos materialistas, pensamos más en tomar la temperatura con frecuencia y en prestar otras atenciones que interrumpen, más que promueven, el descanso tranquilo y la relajación del cuerpo y de la mente que tan esenciales son para la curación. No cabe duda de que al aparecer los menores síntomas del mal, en cualquier caso, si logramos estar unas horas completamente relajados y en armonía con nuestro Ser Superior, se abortará la enfermedad. En esos momentos, lo que necesitamos es una fracción de esa calma simbolizada con la entrada de Cristo en la barca durante la tormenta en el lago de Galilea, cuando ordenó: "Paz, cálmate."

Nuestra visión de la vida depende de lo cerca que se encuentre la personalidad del alma. Cuanto más íntima sea la unión, mayor será la armonía y la paz, y más claramente brillará la luz de la Verdad y la radiante felicidad que pertenece a los más elevados ámbitos; éstas nos mantendrán firmes y sin desmayar ante las dificultades y terrores del mundo, pues tienen su base en la Verdad Eterna de Dios. El conocimiento de la Verdad también nos da la certeza de que, por trágicos que parezcan los acontecimientos del mundo, forman una mera etapa temporal en la evolución del hombre; y que incluso la enfermedad es en sí beneficiosa y obra bajo el imperio de ciertas leyes destinadas a producir un bien final con la presión que ejercen sobre nosotros impulsándonos hacia la perfección. Aquellos que saben esto no pueden verse afectados, ni deprimidos, ni desconsolados por esos acontecimientos que tanto pesan sobre los demás, y toda incertidumbre, miedo y desesperanza desaparecen para siempre. Con sólo que podamos estar en comunión constante con nuestra Alma, nuestro Padre celestial, el mundo será un lugar de alegría y nadie podrá ejercer sobre nosotros una influencia adversa.

No se nos permite ver la magnitud de nuestra Divinidad, ni darnos cuenta del alcance de nuestro destino, ni del glorioso futuro que se abre ante nosotros; pues si así fuera, la vida no sería una prueba y no comportaría esfuerzo, ni mérito. Nuestra virtud consiste en que nos olvidemos en gran medida de todas esas cosas hermosas y, sin embargo, tengamos fe y ánimo para vivir bien y enfrentarnos con las dificultades terrenas. Sin embargo, por comunicación con nuestro Ser Superior, podemos mantener esa armonía que nos permite superar toda la oposición del mundo y caminar por el recto camino de nuestro Destino, sin que nos desvíen de él malas influencias.

Luego debemos desarrollar la individualidad y liberarnos de todas las influencias del mundo, para que, obedeciendo únicamente los dictados de nuestra alma, y sin dejarnos conmovir por las circunstancias o por otras personas, nos convirtamos en nuestros propios amos, gobernando el timón de nuestro barco por los encrespados mares de la vida sin abandonar la barra de la rectitud y sin dejar el

timón del barco en manos ajenas. Tenemos que conquistar nuestra libertad absoluta y completamente, de forma que cuanto hagamos, todas y cada una de nuestras acciones -incluso todos y cada uno de nuestros pensamientos-, tenga su origen en nosotros mismos, permitiéndonos de ese modo vivir y darnos libremente por decisión nuestra, y sólo nuestra.

Nuestra mayor dificultad en este sentido estriba seguramente en nuestros allegados en esta época en la que el miedo a la convención y a los falsos modelos de vida y de deber se nos presentan de modo tan atractivo. Pero debemos enaltecer nuestro ánimo, que a muchos puede bastarnos para enfrentarnos con las cosas aparentemente más importantes de la vida, pero que nos fallará con las pruebas más íntima. Tenemos que poder determinar impersonalmente lo bueno y lo malo y actuar sin miedo en presencia de un familiar o de un amigo. ¡Cuántos de nosotros son héroes en el mundo externo y cobardes en casa! Por sutiles que sean los medios que tratan de apartarnos de cumplir nuestro destino, el pretexto del amor y del efecto, o un equivocado sentido del deber, métodos que nos esclavizan y nos mantienen prisioneros de los deseos y exigencias de los demás, debemos rechazarlos suavemente. La voz de nuestra alma, y sólo esa voz, habrá e indicarnos cuál es nuestro deber, sin que nos absorban los demás. Hay que desarrollar el máximo la individualidad, y tenemos que aprender a andar por la vida sin fiarnos más que de nuestra alma como consejera y auxiliadora, aprender a coger nuestra libertad con las dos manos y sumergirnos en el mundo para adquirir todas las partículas posibles de conocimiento y de experiencia.

Al mismo tiempo tenemos que estar en guardia para permitir que cada uno ejerza su libertad, sin esperar nada de los demás, sino, al contrario, estando siempre dispuestos a tender una mano para ayudarles en los momentos de necesidad y de dificultad. Así, toda personalidad con que nos encontremos en esta vida, ya sea madre, marido, hijo, desconocido o amigo, se convierte en compañero de viaje, y cualquiera de ellos puede ser más grande o más pequeño que nosotros en cuanto a desarrollo espiritual; pero todos somos miembros de una gran comunidad embarcados en el mismo viaje y con la misma meta gloriosa al final.

Debemos ser firmes en la determinación de vencer, resueltos en nuestra voluntad para alcanzar la cima de la montaña; no nos detengamos a mirar con pesar las caídas del caminar. Ninguna gran ascensión se ha hecho nunca sin tropiezos ni caídas, y hay que considerarlos como experiencia que nos ayudarán a tropezar menos en el futuro. Ningún pensamiento sobre errores pasados debe deprimirnos; ya han pasado y terminaron, y el conocimiento así adquirido nos ayudará a evitar repetirlos. Debemos apresurar firmemente el paso avanzado, sin pensar y sin volver la vista atrás, pues el pasado de incluso hace una hora ya está atrás, y el glorioso futuro con su resplandeciente luz siempre está delante de nosotros. Hay que desechar cualquier miedo; no debería existir nunca en la mente humana, y sólo es posible cuando perdemos de vista a la Divinidad. Es algo extraño a nosotros porque, como Hijos del Creador, Chispas de la Vida Divina, somos invencibles, indestructibles, inconquistables. La enfermedad es aparentemente cruel porque es el castigo de los malos pensamientos y de las malas acciones que fueron crueldad para otros. De ahí la necesidad de desarrollar el amor y la hermandad en nuestras naturalezas hasta el máximo, ya que así la crueldad será imposible en el futuro.

El desarrollo del Amor nos lleva a darnos cuenta de la Unidad, de

la verdad de que todos y cada uno de nosotros pertenecemos a Una Gran Creación.

La causa de todas nuestras tribulaciones es el egoísmo y el aislamiento, y éstos desaparecen en cuanto pasan a formar parte de nuestras naturalezas el Amor y el conocimiento de la gran Unidad. El Universo es Dios hecho objetivo; al nacer el Universo, renace Dios; cuando perece, Dios evoluciona aún más. Así ocurre con el hombre; su cuerpo es él externalizado, es una manifestación objetiva de su naturaleza interna; es la expresión de sí mismo, la materialización de las cualidades de su conciencia.

En nuestra civilización occidental, tenemos el ejemplo glorioso, el gran modelo de perfección y las enseñanzas de Cristo para guiarnos. Actúa para nosotros como mediador entre nuestra personalidad y nuestra alma. Su misión en la tierra consiste en enseñarnos a obtener armonía y comunión con nuestro Ser Superior, con Nuestro Padre que está en los cielos, y por tanto a obtener la perfección de acuerdo con la Voluntad del Gran Creador de todas las cosas.

Eso mismo enseñó el Señor Buda y otros grandes maestros que de vez en cuando bajaron a la tierra a indicar a los hombres el camino de la perfección. No hay atajo para la humanidad. Hay que conocer la verdad, y el hombre debe unirse con el esquema de Amor infinito de su Creador.

Y así llegaremos, hermanos, al glorioso resplandor del conocimiento de nuestra Divinidad. Empecemos a trabajar firme y verazmente para cumplir el Gran Designio de ser felices y comunicar la felicidad, uniéndonos a esa gran Hermandad cuya existencia y razón de ser consiste en obedecer la voluntad de su Dios, y cuya mayor dicha se encuentra en el servicio de sus hermanos menores.