

# COMPRENDIENDO A DIOS



León Zeldis Mandel



*Dedico este libro a mis nietos:*

***Alón, Aviv, Dorina, Harel, Ori***

***Rotem, Shay, Stav, Veronique, Ziv***

*Esperando que lo lean cuando lleguen a mi edad.*

*Si no antes.*

# 1

## Las injusticias del mundo



¿Cuántas veces no has pensado en qué injusto es el mundo? Día tras día uno contempla las noticias en la TV o lee el diario y verifica que la gente mala vive largos años, disfruta del poder y la riqueza, causan miseria y sufrimiento a muchos otros sin que les pase nada. En cambio, gente buena sufre, llora y muere joven. En términos personales, tú puedes haber sufrido una tragedia, un niño enfermo, o un problema de tu propia salud, o puedes haber

perdido tu trabajo, o te pueden acusar de algo que no hiciste, pero sin posibilidad de defenderte.

Todo esto no te pasa solamente a ti, que estás leyendo estas líneas, sino a todo el mundo. Todo el tiempo.

Y entonces la pregunta surge en tu mente. ¿Por qué? ¿Por qué a mí? ¿Por qué suceden estas cosas en un mundo creado por un Dios sabio y misericordioso? ¿Por qué un Dios todopoderoso permite que sucedan tantas injusticias?

Entonces la duda corroe el corazón. Quizás Dios no es tan bondadoso, después de todo, o quizás no es todopoderoso, como sostiene tu religión.

Y en días de negra melancolía, puedes llegar a dudar de la existencia de Dios.

Yo también experimenté sufrimiento personal, y luché con las mismas interrogantes, buscando respuesta. Leí muchos libros, consulté los filósofos de oriente y occidente, tratando de entender.

Este librito es una respuesta parcial. No pretendo tener todas las respuestas, ni una respuesta que satisfaga a todos. Sin embargo, espero que estas reflexiones y mis respuestas, por parciales que sean, puedan serte de ayuda.

Espero poder darles un poco de paz espiritual a algunos de mis lectores. Si logro dar alguna ayuda a uno sólo de mis lectores, ya estará justificada mi labor. Los eruditos hebreos decían que quien salva una vida, es como si hubiera salvado todo el mundo.

Guardando las proporciones, esa es la creencia que alienta en mi corazón y me impulsó a escribir esta obrita.

## 2

# El argumento contra Dios



Las religiones monoteístas han fracasado. Probablemente pretendían demasiado. Prometían demasiado. Sus contradicciones son tan evidentes que llegó un momento en que el hombre, liberado de la ignorancia y de fantasías románticas, consiguió dejar de hacer la vista gorda ante las paradojas de lo escrito frente a la vida real. El Dios de las religiones institucionales, esa figura omnipotente, omnisciente y todopoderosa, amante de sus creyentes y compasivo, murió en los hornos crematorios de Auschwitz, languidece donde los niños mueren diariamente de hambre, y cae abatido por las balas del asesino, la picana eléctrica del torturador, la hipodérmica del drogadicto y el explosivo del terrorista.

Si Dios es bueno y justo, si El constituye la cumbre y el epítome de todo lo que es bueno y positivo en la creación, ¿cómo reconciliar esto con la existencia del mal, la miseria, el crimen y la enfermedad? Alegar que Dios actúa según criterios que escapan la razón del hombre, y que lo que llamamos mal en realidad no lo es, o que el dolor está destinado a salvarnos de un mal mayor, es evadir la pregunta. Aunque supusiéramos que desde un cierto punto de vista el bien y el mal fueran indistinguibles, el hecho sigue vigente que nosotros, en nuestro plano humano, seguimos experimentando el bien y el mal, el placer y el dolor en nuestra carne, nuestra mente; no es Dios quien lo experimenta, y por lo tanto, si Dios es bueno, ¿no debiera librar sus criaturas de tales dolorosas y degradantes experiencias?

Algunas personas, llamémoslas "los Escépticos", llegan a la conclusión de que o Dios es bueno, y en ese caso tenemos que reconocer que no es todopoderoso, o bien que Dios es indiferente – de nuestro punto de vista – y en ese caso no podemos pretender que eventualmente el mundo vaya a llegar a ser justo y bueno, porque esas son categorías que no le atañen a la divinidad. Y si el mundo llegara algún día a alcanzar una etapa de justicia y bienestar, dicen los Escépticos, será sólo como resultado de los esfuerzos del hombre, y no por la intervención divina, pues la divinidad no funciona de acuerdo con estas categorías.

Desde ese punto de vista, entonces, para todos los fines prácticos, Dios no existe, y si existe, no lo es en el plano funcional que nos concierne. Es como si habitara otro planeta, otra galaxia, y no nos afecta.

### 3

## El argumento por Dios



Sin embargo, a pesar de todo lo escrito en la sección anterior, no podemos ignorar la experiencia del bien, tanto humano como ultra-humano. Intencionalmente me abstengo de usar el término divino, pero es una experiencia general que el bien es expansivo, aumenta, multiplica, mientras que el mal disminuye, contrae, deforma la humanidad de una persona. Esta es la reacción diaria a las circunstancias de la vida, y no es necesario apelar a ninguna fuerza sobrehumana para sentirla.

Si el hombre es capaz de sentir amor, el afecto verdadero, profundo que siente hacia su cónyuge, hacia sus hijos, ¿no es acaso razonable pensar que el creador del universo, el que estableció "las reglas del juego" (las leyes de la naturaleza) del mundo, las que condujeron al desarrollo de la especie humana, y que permiten al hombre sentir ese amor, también entiende, si no comparte, tales sentimientos? Este es el meollo del problema, pues si negamos la existencia de Dios, la experiencia diaria del aspecto positivo del bien constituiría un juego sin sentido. Quizás desde el punto de vista egoísta del individuo pudiera tener algún significado, pero del punto de vista colectivo, de

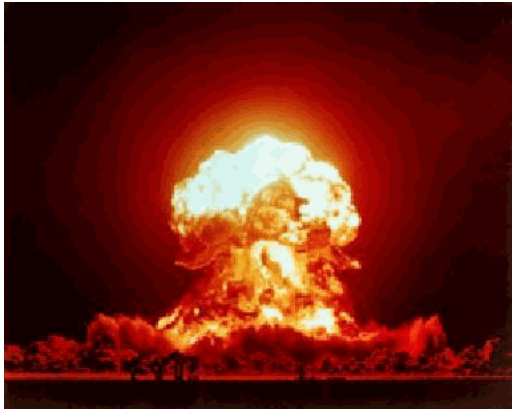
la humanidad en su totalidad, la vida, el mundo, el universo, todo sería como escribió el poeta "una comedia escrita por un loco, sin significado alguno".

El error, a mi entender, está en verbalizar, en esconder las ideas debajo del velo de la terminología. ¿Qué queremos decir cuando decimos Dios? ¿Es que estamos escondiéndonos detrás del uso de una palabra, un sonido, para ahorrarnos de ahondar en su significado? Olvidemos por un momento el homomorfismo heredado de las ilustraciones cristianas, el anciano pintado por Miguel Ángel inyectando la chispa divina en Adán sólo tocándolo con un dedo. Por supuesto, estas imágenes de Dios son indefensibles. Pero pongámonos lejos de las figuras retóricas banales que desfiguran las ideas dándoles un significado aparente, aunque no lo tengan. Si Dios no es humano, y no es una "Fuerza de la Naturaleza", y no tiene cualidades, aunque sean positivas, ni es la negación de otras cualidades, por negativas que sean, ¿qué nos queda? ¿La idea de Platón, del "primer motor" que mueve y él mismo permanece inmóvil?

En otros términos, me parece que nos queda el "modo" del universo, el "estilo" de la creación. No sólo en tales detalles como el azul del cielo (si el cielo fuera rojo, ¿no nos produciría la misma impresión, y no se escribirían sonetos sobre el rubor nacarino del cielo?) o la música que nos emociona hasta las lágrimas, pero la construcción del mundo, sus cualidades, su funcionamiento, y la capacidad del hombre de apreciar este mecanismo, reflexionar sobre él, y echar una mirada, fugaz como sea, a la realidad que proyecta sus sombras sobre el muro de nuestra caverna mental.

## 4

# Otra reflexión sobre la realidad del mal



El punto que hay que tener presente es que el mal es necesario. Para entender la necesidad del mal debemos considerar la dicotomía de libre albedrío contra determinismo. En un mundo determinista todo está predeterminado. Del momento en que nace el hombre, su vida ya está establecida. Más tarde me ocuparé de esta creencia en más detalle, cuando hable de la astrología.

Pero en un mundo así no puede haber ni bien ni mal, ni virtudes ni vicios, porque si todo está predeterminado en mi vida, yo no puedo actuar de otra manera, así que no soy culpable si actúo mal, ni tengo mérito alguno por actuar bien. El hombre se convierte en una especie de robot, un pequeño engranaje en el inmenso mecanismo del universo,

obligado a actuar según las instrucciones de las fuerzas que actúan sobre él, llamémoslas destino o lo que sea.

Sin embargo, ¿es razonable pensar que Dios crearía el universo como un juguete mecánico, dándole cuerda y echándolo a andar? ¿Estaría esto de acuerdo con la idea de poner orden en el caos? ¿Qué diferencia habría, si el orden no tiene ningún significado lo mismo que el caos?

El desarrollo significa cambio. Para desarrollarnos espiritualmente, debemos ser capaces de cambiar y eso implica el libre albedrío, la capacidad de decidir por sí mismo, lo opuesto del determinismo.

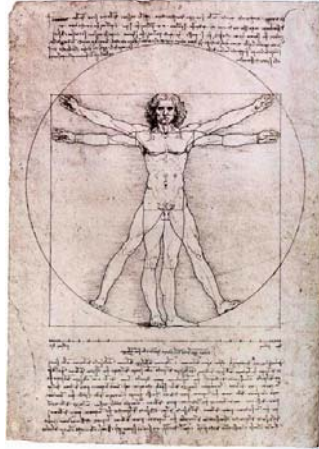
Pero si podemos decidir, quiere decir que tenemos varias alternativas entre las cuales elegir. En otras palabras, hay que elegir entre algunas opciones buenas y otras malas. El mundo perfecto puede ser imaginado solamente si postulamos que existe su opuesto, el mundo dominado por el mal. La existencia del mal es indispensable para que podamos concebir la existencia del bien, de otro modo el bien no tendría sentido.

Esto nos impone una enorme responsabilidad: elegir el sendero correcto, actuar en forma que nos aproximemos a Dios.

Solamente teniendo libre albedrío podemos tener alternativas, podemos elegir un camino u otro, hacer esto o aquello, creer o no creer. Este último punto tiene consecuencias de gran significado, porque si alguien dice que no cree en Dios, está de hecho reconociendo la existencia del libre albedrío, y eso convalida mi argumento por la necesidad del mal.

## 5

# Tratar de describir a Dios



Algunos pensadores opinan que una persona racional, cuya visión del mundo está basada en hechos científicos, no puede aceptar la existencia de un ser superior, omnipotente, onnisapiente, conocido con el nombre de Dios.

Primeramente, la naturaleza de Dios no puede ser descrita ni imaginada por la mente humana. Para dar un ejemplo, no somos capaces de concebir el infinito. Piensa un momento en el espacio que se extiende, se extiende y se sigue extendiendo, ¿hasta donde? ¿Qué hay más allá, donde termina? Lo mismo sucede con el tiempo. ¿Podemos acaso concebir el fin del pasado, o el límite del futuro? Dios no está limitado por estos conceptos, está más allá de toda definición (de-finir es poner un fin, delimitar) y por lo tanto no le podemos asignar propiedades o cualidades que conocemos en nuestro mundo material, cualidades como sabiduría, fuerza, compasión, justicia, etc.

El nombre mismo, Dios, es simplemente una metáfora para designar algo que es fundamentalmente incomprensible. En la Biblia está escrito que cuando Moisés habla con Dios y le pregunta su nombre, la respuesta que recibe es "Soy lo que soy" (en hebreo: *Ehyié asher ehyié*). Es decir, Dios es como es y no tiene nombre, no tiene definición. Los judíos al rezar se refieren a Dios como "Hashem", el Nombre, es decir, el nombre que no conocemos.

Darle nombre a algo o alguien es ponerlo dentro de ciertos límites: Esto es un libro y ninguna otra cosa. Y si es un libro, posee todas las características de los libros. Los pueblos primitivos creían que el nombre de la persona está ligado a su alma. Conocer su nombre es adquirir cierto poder sobre su alma, así que esconden sus nombres, o usan un seudónimo, un nombre ficticio para no revelar su verdadero nombre. Algunas tribus ejecutan ceremonias de iniciación, en las que el neófito recibe un nuevo nombre, que debe ser usado de forma discreta.

Es presuntuoso tratar de aherrojar a la divinidad asignándole cualidades, ya sean positivas o negativas. Todos tales intentos de humanizar a Dios están condenados al fracaso, la contradicción y la irracionalidad. En un capítulo anterior nos hacíamos la pregunta, de ¿cómo un Dios justo, todopoderoso y misericordioso puede permitir todos los horribles hechos que presenciamos cada día, los crímenes, tragedias, la maldad y la locura fratricida triunfantes?

Todo esto resulta de asignarle características humanas a Dios, cuando debíamos darnos cuenta que Dios actúa en un plano que no podemos comprender, que

no tiene nada que ver con nuestras ideas de justicia, misericordia, etc.

¿Es esta revelación causa de desesperación? ¿Hay que levantar las manos y decidir que, si no podemos entender la lógica del mundo, actuemos únicamente en nuestro propio beneficio sin importarnos los resultados? ¡Ciertamente no!

Veamos algunas ideas que exploraremos en más detalle posteriormente. El hecho que el mundo tiene orden y no caos demuestra un propósito, un último destino. El hecho que la evolución ha resultado en el origen de la especie humana, que hemos desarrollado el lenguaje, y que tenemos capacidad de pensar acerca de Dios, de sentir el amor de Dios y nuestro amor por Dios, todos estos hechos nos hacen confiar que no somos juguetes del destino ciego. Todo lo que sucede tiene un propósito, aunque no lo podamos descubrir en el momento. Quizás nunca podremos llegar a él, pero el objetivo ciertamente existe.

No tenemos que estar en la cumbre de una montaña para saber que desde allí podemos ver lejos en un día claro. La montaña está allí, así como el horizonte, a pesar que no lleguemos jamás a pisar la cima.



## 6

# El sentido de Dios



¿Cómo se le explica a un ciego de nacimiento la diferencia entre un color y otro? Más importante aún, ¿cómo explicar la sensación que uno experimenta al ver una obra maestra, o un hermoso paisaje, el mar en día de tormenta, un paisaje nevado en invierno? Igualmente, es imposible describir la belleza de una cantata de Bach, o una sinfonía de Beethoven a un sordo, o expresar en palabras lo que siente un niño al escuchar la canción de cuna de su madre.

Para apreciar el arte o la naturaleza, se precisa el sentido de la vista. Para entender la belleza de la música hay que ser capaz de escucharla con el sentido del oído.

¿Cuál sentido tenemos que nos permita sentir a Dios?

Si todas las cosas que mencioné recién son imposibles de describir, ¿cuánto más imposible será expresar la naturaleza, las cualidades o las intenciones de Dios? No tenemos el lenguaje capaz de expresar lo inefable. No tenemos ese sentido que nos abra el camino para comprender lo divino.

Es por eso que los místicos tienen dificultad en relatar sus experiencias, se ven obligados a emplear toda clase de metáforas, parábolas, alusiones para transmitir sus vivencias. Hablan de la luz, el infinito (el *eyn sof* de los cabalistas), o le atribuyen cualidades humanas a Dios, tales como compasión, ira, misericordia, cualidades que podemos comprender, poder, conocimiento, tiempo, y decimos que Dios es eterno, cuando en realidad Dios está fuera del tiempo, y el tiempo es irrelevante con respecto a Dios. El espacio es irrelevante concerniente a Dios. Cada una de las cualidades físicas o morales que podamos concebir no tienen realidad en la esfera en la que Dios existe.

Los Cabalistas adoptaron la metáfora de las diez *Sefirot*, las emanaciones o aspectos o herramientas de Dios. Para que el universo exista, lo ilimitado tiene que transformarse en limitado, contraerse, por lo menos parcialmente, lo intemporal se torna en sujeto al tiempo, y todas las cualidades que la mente humana es capaz de concebir pueden ser creadas, separadas de la vastedad del infinito. Viviendo dentro de los límites de espacio-tiempo, nuestra mente es incapaz de alcanzar más allá de esta realidad, así como los esclavos en la caverna descrita por Platón no podían ver el mundo real, sólo sombras proyectadas en el muro. Sin embargo, por la existencia de dichas sombras, los esclavos podían llegar a la conclusión de la existencia de algo más. Esta misma conclusión podemos deducir de nuestro universo de espacio-tiempo, y concluir que tiene que existir algo distinto, más allá de nuestras tres dimensiones, mucho más vasto, inimaginable, intemporal.

# 7

## El receptor



Algunos preguntan, ¿cómo es posible creer en un Dios invisible, sin sustancia, sin rostro ni imagen, cuyos actos o falta de acción son incomprensibles para la mente humana? ¿Cómo podemos llegar a conocer mejor a Dios?

Estás sentado en una habitación leyendo estas líneas. Mira alrededor. ¿Qué ves? Todos los objetos materiales que te rodean, muebles, cuadros, libros, y tal vez un florero, alguna foto. Ves todo eso, pero ¿te has parado a pensar cómo lo ves? Hay algo que te permite ver todas estas cosas y sin embargo, ese algo no se puede ver.

Es la luz.

Sin luz, entrando por la ventana, o saliendo de una lámpara, no podrías ver nada, pero la luz misma es invisible. Sólo puedes ver sus resultados, cuando choca contra un cuerpo, ya sea la página del libro o una mota de polvo en el aire.

El aire que nos rodea esta lleno de actividad, Por supuesto, ya sabes que está compuesto de oxígeno y nitrógeno y algunas pequeñas cantidades de otros elementos, y si hueles algo es porque el aire lleva ciertas partículas de materia a tu olfato.

Pero hay mucho más. Enciende la radio. El sonido que sale del aparato no llegó directamente de su origen. Las ondas sonoras originales fueron transformadas en vibración mecánica, y entonces en impulsos eléctricos, y luego ondas electrónicas, y éstas pasan un proceso similar pero inverso hasta que las ondas sonoras emitidas por los altoparlantes llegan a tus oídos.

El punto a que quiero llegar es que el aire, que parece estar vacío, en realidad está lleno de ondas de radio, señales de televisión, conversaciones de teléfonos celulares, radiación magnética, incluso ondas y neutrinos que llegan del espacio sideral,

Tantas formas de energía llenan la atmósfera, y sin embargo no estás consciente de ellas si no cuentas con el receptor apropiado, la radio, el televisor, el teléfono celular o el magnetómetro.

Pero, ¿qué receptor tenemos para estar conscientes de Dios?

No nuestros ojos, ni nuestra lengua, nariz, oídos, piel. Igual como todos estos sentidos son inútiles para sintonizar una radio, no nos sirven para sintonizar a Dios.

¿Cómo entonces sintonizamos a Dios? La respuesta está en la página siguiente.

## 8

# Sintonizando a Dios



Como hemos visto, nuestros cinco sentidos son inútiles para hacer contacto con Dios, quien no tiene forma, peso, color, etc. Y su "voz" se escucha directamente en el cerebro de quien debe recibir el mensaje, sin pasar por los oídos.

Parece que somos incapaces de sintonizar a Dios.

Pero, espera un momento. Aparte de nuestros cinco sentidos físicos, ¿acaso no tenemos otros sentidos?

¿No decimos que tenemos un sentido de la justicia, del honor?

Sabemos, sin que sea necesaria prueba alguna, que herir a otra persona es malo, y si se hace intencionalmente, es nefasto. Este es el sentido ético; tenemos ese sentido que nos permite distinguir entre lo que es correcto y lo que no lo es.

¿No tenemos un sentido de la belleza, que nos permite apreciar un paisaje, un cuadro, el suave murmullo de una cascada, la esbelta figura de una mujer, el perfume de las flores?

¿Acaso la música es solamente lo que escuchan nuestros oídos, o bien tenemos el sentido interno que nos permite distinguir entre ruido y música?

En realidad, tenemos en nuestra espíritu muchos más sentidos. El sentido de confianza, el de peligro, un sentido de libertad y otro de felicidad, un sentido del humor, y así decenas de sentidos más. Si nos sentimos bien, contentos, llenos de energía, el mundo se ve distinto que cuando estamos preocupados, cuando sentimos pena o angustia.

Si reflexionamos un momento, veremos que el mundo es maravilloso, que está lleno de hermosura, de música, de posibilidades de hacer el bien, de crear, de disfrutar, de reír y también de llorar, a veces se llora de felicidad.

Y tenemos el sentido del asombro, del misterio ante lo inconmensurable, ante una noche estrellada lejos de las luces de la ciudad.

No estoy ciego al otro lado, al lado oscuro de la vida, la miseria, el hambre, la enfermedad y la muerte.

No hay luz sin sombra, pero nuestra decisión debe ser no vivir en la sombra, sino en la luz. Vivir en la luz y esparcir la luz por doquier, borrar las sombras.

Y sintiendo el amor creciendo en nuestro corazón, estamos sintonizando a Dios.

## 9

# Luz y sombra



Luz y sombra no son términos opuestos. Si extinguimos la luz, hay sombra, pero ¿qué sucede si extinguimos la sombra? Nada, porque la sombra no existe. Imaginemos un cuarto cerrado iluminado con una sola vela en el centro. Ahora imaginemos que las paredes se alejan, el cuarto se agranda. ¿Disminuye la luz? No, la extensión de la oscuridad no disminuye la luz. La oscuridad no existe, es solamente ausencia de luz.

Ocurre igual con el bien y el mal. El mal es la ausencia del bien. Aumentando el bien, hacemos desaparecer el mal. Para despistar el radar del enemigo, los aviones de guerra usan varios medios, entre otros lanzar tiras de metal

llamadas *chaff*. Estas interfieren con los reflejos del avión y el operador del radar no lo puede ver claramente.

Algo parecido sucede con el mal, ya que interfiere con nuestro sentido de Dios. La oscuridad moral es la culpable, y la solución es encender la luz, la luz del amor.

En algunos tratados alquímicos, las tres virtudes principales (llamadas teologales por los teólogos cristianos) son Fe, Esperanza y Amor. No Caridad, sino Amor. Gracias al amor y la fe tenemos la esperanza.

Tal como encendiendo una pequeña luz, una vela, dispersa la oscuridad de un gran espacio, un pensamiento positivo expulsará a cien negativos.

Un acto de amor levantará el velo, y podremos ganar una visión de lo inefable.



## 10

# El amor



El amor tiene muchos significados. El amor de madre, el amor hacia la pareja que comparte nuestras alegrías y nuestras penas, el amor a los hijos, y del hijo a su padre, pero más allá de la familia, existe el amor a la literatura, a la música, a la naturaleza. Se puede sentir amor a una flor como a un pueblo, a la patria.

El amor es la sensación de querer asir, apretar junto al pecho, proteger, apoyar. El anhelo de la presencia, de estar juntos, o de volver al hogar abandonado, al barrio donde pasé los años de la infancia.

¿Cómo he de quererte? Déjame contar las formas, escribió la poetisa. El amor tiene tantas formas como los amantes. Los poetas, que tienen la sensibilidad a flor de piel, han escrito innumerables loas al amor, sus tesoros y sus miserias.

El amor traicionado. No hay dolor más profundo que el despecho.

El amor no tiene límites; no sólo eso, a medida que se extiende, el amor se multiplica, se refuerza.

Y está el amor a Dios. El agradecimiento por tener esta vida que nos permite amar, gozar, disfrutar. La esperanza de llegar a comprender un poco mejor por qué estamos aquí, por qué fue creado este universo, por qué existe el tiempo, y por qué la vida debe concluir con la muerte.

Dejemos que nuestros pensamientos tengan como fundamento el amor. El judío religioso agradece a Dios cada vez que se despierta, cada vez que atraviesa una puerta, cada vez que come algo. Todo el día agradece a Dios y se siente seguro bajo su protección.

Nosotros, sin importar en qué religión creemos, o en ninguna, tenemos sin embargo la certeza de que el amor nos acerca a esa realidad invisible, impalpable pero tan inevitable como que el día sigue a la noche, y del frío invernal se pasa al calor del estío.

El amor despeja las tinieblas de la vida.

# 11

## Comprendiendo a Dios



Alguien preguntó si Dios, siendo todopoderoso, podría crear una criatura más inteligente que El.

Hacer una pregunta así es hacer un juego de palabras, aprovechando la pobreza del lenguaje. Es como la vieja paradoja, de qué pasa si una fuerza incontenible encuentra una piedra inamovible.

Respecto a la pregunta del comienzo, el problema en realidad nace de pensar de Dios en términos humanos, no en sus términos. Es pensar de Dios como en los rezos de *Yom Kippur*, Dios el alfarero, el orfebre, el artífice moldeando sus criaturas de una u otra forma. Pero esto es

pensar en Dios como en un ser humano, con mucha más fuerza, mucha más inteligencia, pero humano al fin. Dios no es humano, existe en un plano fuera del tiempo y el espacio, donde conceptos como fuerza, inteligencia, etc. no tienen significado. Todos esos conceptos tienen validez sólo en nuestro plano de espacio-tiempo.

La misma explicación se aplica a preguntas como las que planteamos antes en este librito, si Dios es bueno, por qué permite la miseria, el sufrimiento, la enfermedad y la muerte. ¿Por qué Dios no interviene y crea un mundo de pura felicidad, donde la desgracia no existe?

Hay que tener presente que nuestra vida tiene significado, tiene un fin. No llegamos a este mundo sin un objetivo, como títeres colgados de los hilos del destino. Vinimos para cumplir una misión, que no conocemos, pero la cual estamos seguros que existe, porque nada existe sin una razón, un objetivo final.

La Biblia dice que Dios creó al hombre a su imagen, pero el texto original en hebreo usa la palabra *Tsélem* que ha sido traducida como imagen, y esa palabra tiene la misma raíz de la palabra que significa sombra (*Tse/*).

Somos la sombra de Dios, un reflejo sin sustancia. Piensa en la relación entre una persona y su sombra, ¿es que tienen las mismas cualidades? La relación del hombre con Dios es como la relación de la sombra con el hombre. Cuando dejemos de atribuir a Dios las cualidades humanas, comenzaremos a comprender a Dios.

## 12 Creación



Mencioné antes que para percibir algo, tenemos que tener un sentido. Lo mismo que para percibir las ondas de radio que nos rodean constantemente se necesita un receptor capaz de "sentir" esas ondas y transformarlas en algo que nuestros sentidos humanos puedan ser capaces de percibir.

Para ver colores, necesitamos la vista. Para percibir sonidos, necesitamos el oído. ¿Cuál es el sentido con que podemos percibir a Dios?

¿Es que realmente no tenemos ese sentido? ¿Acaso no será el amor la respuesta?

Dios creó el mundo, el universo, mediante un acto de amor. Igual como el pintor ama su obra, sus cuadros, y el poeta ama sus versos, cada creador ama su creación. Dios es el creador paradigmático. En la tradición masónica Dios es el Gran Arquitecto del Universo, el Gran Constructor. No sólo los masones, ya los griegos le llamaron *Theo Pantocrator*, es decir Dios el Gran Arquitecto.

A través del amor nos aproximamos a Dios, imitamos a Dios. Experimentando el amor es como podemos llegar a tener una idea de la naturaleza de Dios. Pero el amor no es estático, debe expresarse en acción, en creación.

Ese es otro sentido abierto para nosotros., el sentido de la creación. Trabajando, física o mentalmente, creando, haciendo surgir algo de nada, o mejor dicho, poniendo orden en el caos, imitamos a Dios y así nos aproximamos a una comprensión de su esencia. El escultor no crea el mármol, le da forma. Miguel Ángel solía decir que su arte consistía en sacar la piedra superflua, dejando al descubierto la estatua que estaba dentro del bloque de mármol.

El orfebre no crea el oro, lo funde, estira, dobla, aplasta y suelda para crear la joya perfecta. Lo hace con amor, porque ama su arte.

Amando y trabajando, creando, son los caminos para aproximarse a Dios.

# 13

## Caos y orden



Para comprender como Dios creó el universo, permíteme emplear una metáfora. Imagina el universo antes de la

creación, existía el caos, es decir, sin orden, sin leyes, ni tiempo ni espacio, nada. Ahora, piensa en la partitura de una sinfonía. La página impresa son solamente series de puntos y rayas sobre cinco líneas. Para quien no sabe leer música, es una mezcolanza de signos sin sentido. Piensa en el director de orquesta dando una mirada a la partitura. En su mente escucha todos los instrumentos, las armonías, los ritmos, los silencios, la progresión de una melodía, el retumbar de los tímpanos. Todo esto existe en su cerebro, no en la hoja de papel.

Ahora piensa en Dios, creando el espacio, creando el tiempo, como la mítica serpiente *Ouroboros* que se come la cola, replegándose y entonces Dios piensa el universo, con sus leyes, tiempo, espacio, vida, evolución. Todo existe en la mente de Dios.

Y después, por un acto de voluntad, de amor, lo que existía en Su mente se transforma en nuestra energía-materia, las leyes físicas, el orden, *Ordo ab Chao*.

Se crea el universo y posteriormente el hombre.



# 14

## Falsos profetas



No creas en la astrología, es una falacia basada en un concepto errado del universo. Los griegos y otros pueblos de la antigüedad no podían entender por qué el mundo es como es.

Por qué sucedían los terremotos, las inundaciones y otros desastres naturales, Por qué un hombre vivía largos años, sobrevivía varias guerras, y otro moría en la primera batalla. Por qué una mujer atendía leprosos y no se contagiaba, y otra fallecía de un simple resfrío que se convirtió en una

enfermedad pulmonar – para la que no tenían nombre. La vida era caótica, arbitraria, y ellos buscaban una explicación. Los hombres siempre quieren saber por qué.

Y creyeron encontrar la respuesta en las estrellas. En contraste con lo caótico de la existencia terrestre, las estrellas tenían una existencia ordenada. Los planetas (la palabra planeta significa "caminante") se movían siguiendo normas fijas, sus movimientos estaban determinados, no eran resultado de la casualidad. Aunque no comprendieran por completo sus reglas, estaba claro que los planetas eran superiores a la gente, por que tenían una existencia ordenada y no desaparecían. Vivían eternamente. Los consideraron dioses.

Así les dieron los nombres de dioses. Mercurio, por ser el planeta más veloz, tomó el nombre del mensajero de los dioses, con alas en los pies. Marte, el planeta rojo, tomó el nombre del dios de la guerra, rojo como la sangre. Venus, la estrella más brillante, fue llamada por la diosa de la belleza, y Júpiter, más lento que los demás, aparecía como su jefe, y Saturno, el más lento de todos, un planeta oscuro y tenebroso, era el gobernador del mundo subterráneo.

Los antiguos creían que el sol y la luna también eran planetas, todos girando alrededor de la tierra, trazando un círculo, parte de una esfera alrededor de nuestro planeta. El sol era el marido y la luna la mujer. El sol era de oro y la luna de plata. También los otros planetas estaban asociados a metales, cobre, estaño, hierro, mercurio, plomo.

Su idea del universo es que actuaba como un gigante mecanismo, como un reloj, con miles y millones de engranajes conectados unos con otros. Todo, los planetas, la tierra, y todo lo que encontraba en el aire, bajo el mar y sobre la tierra, todo formaba parte de este mecanismo.

Así que, pensaban, si una parte del mecanismo se mueve de tal manera, tiene que tener efecto sobre otra parte, y ésta sobre una tercera y así sucesivamente ya que todo el universo estaba interconectado. Si los planetas, los dioses, estaban en cierta relación unos con otros al momento del nacimiento de un niño, la pequeña parte del mecanismo que el niño representaba tenía que moverse en coordinación con lo que determinaban los planetas-dioses, y después de muchos años, la persona todavía se movía en coordinación con esos mismos dioses-planetas, como si las ruedas engranadas en su nacimiento siguieran impulsando los engranajes alrededor de él toda la vida.

Esta es una visión mecanicista del universo, completamente determinista. Es decir, no hay lugar para ninguna decisión libre. Pero eso es errado, los seres vivos tienen sus propios deseos, fuerza de voluntad que puede sobreponerse al instinto. Los seres humanos, en particular, pueden razonar, pueden tomar decisiones, pueden elegir entre alternativas. Tenemos libre albedrío, no formamos parte de ningún mecanismo ni está nuestro destino fijado por los dioses griegos ni por los planetas que los representan.

Nunca creas que eres juguete del destino. Eres una persona libre, tu vida está en tus manos, no en las estrellas ni en el zodiaco. Ten confianza y vive feliz en tu libertad.

# 15

## Libertad



Una condición necesaria para la existencia de la libertad humana, es decir, la posibilidad de tomar decisiones independientemente de cualquier fuerza externa, es rechazar la visión mecanicista del universo.

La libertad, sin embargo, tiene sus límites. No cualquiera puede poner un letrero en la puerta, colocar Dr. antes de su nombre y comenzar a tratar pacientes. Tampoco puedes manejar un coche sin pasar el examen y recibir el permiso de conductor. Así sucesivamente, podría dar ejemplos sin fin de las limitaciones legales, sociales y morales que restringen la libertad absoluta.

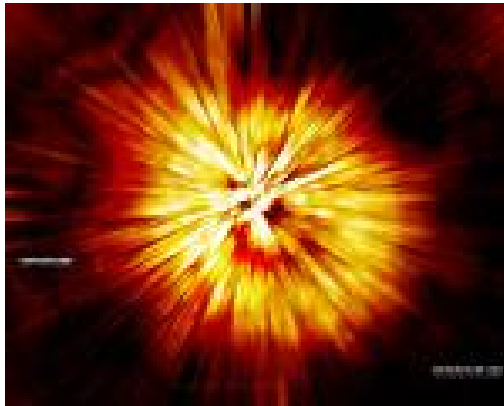
Donde nuestra libertad puede expresarse al máximo es en un campo específico: el de la creación. La imaginación es la parte más libre de la mente. Creando algo, no importa qué, es como hacemos el máximo uso de nuestra libertad. Ya sea escribiendo, pintando, tejiendo un chaleco o diseñando un edificio, el acto creativo es nuestro, personal, único, y lo que creamos es algo nunca visto anteriormente, algo nuevo en el mundo, en el universo.

Demuestra tu libertad creando, haciendo algo con tu mente y tus manos. Acostúmbrate a crear y estarás colaborando al acto fundamental de creación del Ser Supremo. Si escuchar un oratorio te hace sentir más cerca de Dios, piensa cuanto más debe haber sentido quien lo escribió. Expresa tu libertad creando.



# 16

## El centro del universo



*"Te he colocado en el centro del mundo, para que puedas mirar libremente a tu alrededor y encontrar el lugar donde te sientas mejor. No te he creado celestial o terrestre, ni inmortal. Según tu voluntad y tu dignidad, deberás primero formarte y moldearte con tu propia materia. Estás libre, por lo tanto, de hundirte en la más profunda sima de la naturaleza animal, o bien, por el contrario, puedes elevarte a las más altas esferas de divinidad."*

*Pico della Mirándola (1463 - 1494)*

Piensa en qué maravilloso es todo lo que existe, que seas capaz de pensar, de amar, de hacer cosas, de tener una familia, amigos, ver el mundo con todos sus misterios y

bellezas y asombrosa inmensidad. Todo esto que te rodea, existe para ti.

Tú eres la persona más importante en tu vida. Tú eres el centro del universo. En este mismo momento, el mundo existe para ti, gracias a ti.

Tú vives en tu mundo propio, tu mundo personal. Esta es una tremenda responsabilidad, tener todo el mundo sobre tus hombros.

Pero al mismo tiempo, es una oportunidad ilimitada. Tú puedes hacer tu propio mundo a tu gusto. Tus deseos son tus órdenes. ¿Quieres que tu mundo sea mejor? Pues hazlo mejor, ¡puedes hacerlo!

Recuerda, estoy hablando de tu mundo. ¿Quieres que tu mundo esté lleno de amor? Comienza por amar, extiende tu amor tan lejos como puedas, envuélvete en amor, deja que infunda cada palabra tuya, cada uno de tus actos.

Y tu mundo estará lleno de amor.

Tu mundo es todo y todos los que están en contacto contigo, tu hogar, tu familia, amigos, compañeros de escuela, de trabajo, conocidos.

La vida moderna ha extendido enormemente tu mundo. Piensa en el teléfono, la televisión, el Internet. Los viajes son más sencillos, rápidos, más baratos.

Esto significa que lo que haces, lo que dices y lo que escribes tienen mucho más impacto, más resonancia que en siglos pasados. Mejorando tu mundo mejoras el mundo en general, porque estás en contacto con un círculo cada vez mayor de personas, y las distancias ya no significan nada.

# 17

## Iniciación



No podemos comprender a Dios sin una preparación previa, un proceso de desarrollo interior. Los antiguos lo llamaban "iniciación". Generalmente se referían a una ceremonia en la que el individuo experimentaba de forma simbólica la muerte y la resurrección. El neófito (y la palabra griega significa recién plantado) comienza una nueva vida, con nuevas posibilidades.

Otra explicación es que el Iniciado comienza a pensar de manera distinta, a ver el mundo de otra forma. Habiendo

recibido la "luz" de la iniciación, del entendimiento, el Iniciado es capaz de aprehender cosas que antes le estaban ocultas. En las escrituras hindúes la palabra *vidya* significa el conocimiento, la comprensión, e igualmente significa la luz.

La iniciación es un renacimiento simbólico. Pero pensemos un momento, ¿acaso no nacemos de nuevo cada día, al despertarnos? Cada día es el primer día del resto de tu vida. Cada día puedes comenzar su nueva vida con la mente fresca, con nuevas oportunidades abiertas, nuevas aspiraciones, mejores armas espirituales para enfrentar los desafíos que te traiga el día.

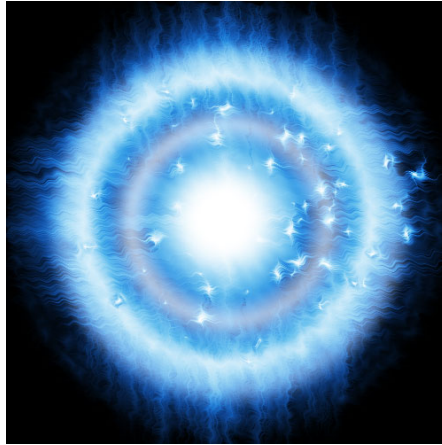
Un momento. ¿Por qué sólo en la mañana, al despertar? En realidad, cada hora, cada minuto estas naciendo de nuevo. En este mismo momento, ya no eres lo que eras hace unos minutos cuando abriste el libro. Ahora eres otra persona, con nuevos conocimientos, nueva comprensión, preparado para comenzar tu nueva vida con confianza en ti mismo y en el amor de Dios.

¡Bienvenido a tu nueva vida!



# 18

## La reacción es tuya



*Sufrimos principalmente no por nuestros vicios o nuestras debilidades, sino por nuestras ilusiones. Nos persigue, no la realidad, sino esas imágenes que hemos colocado en lugar de la realidad.*

*Daniel J. Boorstin*

La mayoría de las veces, uno no puede cambiar lo que nos sucede, Muy poco de lo que nos sucede está bajo nuestro control. Cómo reaccionamos, en cambio, está Completamente en nuestras manos. Los actos que te afectan están fuera de tu control, pero tu reacción es tuya propia.

Reaccionar de manera correcta no es fácil. El instinto nos mueve a decir o hacer algo, mientras que nuestro intelecto nos dice otra cosa. Se necesita hacer un esfuerzo, un verdadero trabajo para acostumbrarse a pensar de forma positiva, para controlar tus palabras, tus actos, y finalmente controlar tu pensamiento.

Toma un ejemplo. Estás manejando en medio del tráfico, y otro coche se mete delante de ti obligándote a frenar para evitar el choque. Puedes enojarte, maldecir al otro conductor que actuó de manera agresiva e irresponsable. O puedes disminuir la marcha, dejar que se aleje. ¿Qué importancia tiene si va a ganar un par de segundos con su maniobra (que probablemente los va a perder igual en el semáforo siguiente)?

Es difícil, sin duda alguna. Estamos genéticamente diseñados para reaccionar ante la agresión ya sea luchando o escapando. Preferiblemente luchando.

Pero tú eres el que puede decidir. Lo que hizo el otro no lo puedes cambiar, ni le podrás enseñar a manejar mejor. Lo único que sí puedes cambiar es tu propia reacción.

Con fe en tus poderes, en tu superior comprensión de la vida, prestarás atención a esa pequeña voz en tu interior que te indica lo que está bien y lo que no, y enfrentarás los hechos con calma y confianza.

Tú eres dueño de tus palabras y tus actos.

Tú eres dueño de ti mismo.

# 19

## El instinto



Hay que tener cuidado del instinto. Los instintos humanos se han desarrollado en el curso de muchos miles de años, destinados a preservar tu vida para que la especie sobreviva. Por eso, el instinto te obliga a responder a una amenaza ya sea luchando o escapando.

Estas son las reacciones instintivas. Lucha si crees ser más fuerte que tu enemigo. Escapa si crees lo contrario.

La supervivencia es el objetivo en ambas maneras de reaccionar.

Estas reacciones son comprensibles dentro del marco de un mundo primitivo, cuando los seres humanos estaban recién diferenciándose de los animales.

De manera que tenemos la tendencia de seguir reaccionando de la misma forma cuando estamos frente a una amenaza, o un desafío de cualquier naturaleza.

Lucha o huye.

Tenemos que sobreponernos al instinto, mediante la reflexión. Si encontramos un desafío tenemos que hacer una pausa, observar, analizar, decidir cuál reacción será la mejor para nuestra vida futura. Sólo entonces reaccionar. El pensamiento debe preceder a la acción, no ser posterior a ella.

Cuando actuamos de forma instintiva, es posible que actuemos de forma irracional. Después buscamos excusas para justificar nuestros actos. No sólo para explicarlo a otros, sino más importante, para justificarnos a nosotros mismos. Esto conduce a engañarse, a vivir en un mundo ilusorio donde uno jamás se equivoca, pero en lo profundo del corazón, uno sabe que no es cierto, y entonces uno está enojado con si mismo, y transfiere este enojo a los demás, y se pone irritable, huraño, iracundo.

Todo esto como resultado de nuestras reacciones instintivas.

Piensa antes de luchar o huir.

## 20

# Conciencia



Hay que estar consciente del propio cuerpo, de la propia salud.

Estarás consciente de tu familia, tus amigos, tus compañeros de trabajo.

¿Qué significa, estar consciente de tu cuerpo? Siente en este momento cómo estás sentado, si tu cuerpo está derecho o inclinado, si tu espalda toca el respaldo de la silla.

¿Tus brazos estás cómodos? ¿Tu cabeza está bien apoyada por la columna?

Enfoca tu atención en cada parte del cuerpo, comenzando con los pies. Siente los dedos de los pies, mueve cada pie separadamente, sigue prestando atención a medida que subes mentalmente por su cuerpo hasta llegar al cuello, cara, ojos, ¿estás entrecerrando los ojos? ¿Es la luz suficiente? ¿Te pican los ojos, los sientes irritados?

Tu mente y tu cuerpo son una unidad, no es que estén conectados, sino que son una sola cosa, indivisible. Las condiciones de tu cuerpo afectan tu manera de pensar, de sentir, de actuar; y viceversa, tus pensamientos afectan tu cuerpo. Si estás triste, lloras. Si estás alegre, ríes, si algo te espanta tu corazón late más rápido. Estas son reacciones de tu cuerpo a tus pensamientos, tus sentimientos. Las lágrimas y la risa son las expresiones físicas de lo que pasa en tu cerebro, en tu mente.

Cuida tu cuerpo con infinito cariño. Es el único que vas a tener en esta vida.

Y presta atención a los demás, cómo actúan, como hablan, por qué hacen las cosas que hacen. La forma de actuar de los demás, sus movimientos y sus palabras, reflejan lo que pasa en sus mentes. Presta atención a su "*body language*", sus actitudes.

También presta atención a tu entorno, tu calle, tu hogar, la oficina. Mira todo como si lo estuvieras viendo por primera vez.

Observa, juzga, tente alerta durante todas tus horas de vigilia.

## 21 Concentración



El maestro de Zen, Osho, decía que en todo momento es posible ser total.

¿Qué quería decir con eso?

Que hagas lo que hagas, hazlo con una concentración absoluta, que tu mente se concentre en lo que estás haciendo con exclusión de todo lo demás; eso es la llamada totalidad. No se alcanza fácilmente, se necesita mucha

práctica y esfuerzo, pero a medida que prograses en este camino, se hará más fácil.

A veces comenzamos a hacer algo, y luego se nos ocurre que otra cosa es más urgente, y así, poco a poco, tratamos de hacer varias cosas a la vez. Eso es lo opuesto a la totalidad. Concéntrate en una cosa a la vez, pero con concentración total.

Otra cosa que acostumbramos hacer es divagar, pensar libremente, dejando que vengan los pensamientos y saltamos de uno a otro, calculando, recordando. No te dejes llevar por la molicie mental. Concentra tus pensamientos.

Ser total es actuar como los gimnastas voladores en el circo. Si se distraen un momento, es inevitable caer. Por eso, ellos están totalmente concentrados en lo que están haciendo.

Te repito, no es fácil comenzar. Pero una escala se sube un peldaño a la vez.



## 22

# Ámate a ti mismo



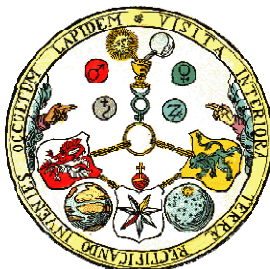
Los griegos tenían un famoso lema: ¡Conócete a ti mismo! El conocimiento del mundo comienza con el conocimiento propio, la autorreflexión. Los alquimistas tenían otro lema: VITRIOL. Estas son las siglas de una expresión en latín: *Visita Interiora Terrae Rectificando Invenies Occultum Lapidem*. Quiere decir: Visita el interior de la tierra y purificando encontrarás la oculta piedra.

La tierra es la personalidad de la persona, que debe ser purificada, es decir, los impulsos negativos que contenga tienen que ser eliminados para revelar la piedra oculta, la proverbial piedra filosofal, que es ni más ni menos que la comprensión. En hebreo, la piedra (*even*) y la comprensión (*havaná*) están cerca una de otra.

Pero, ¿qué herramienta podemos utilizar para ejecutar la purificación prescrita? La reflexión, sin duda, las virtudes, pero especialmente el amor, la propiedad del alma que incorpora todas las fuerzas positivas y creativas del espíritu, la luz que disipa las tinieblas.

Y el amor, para que germine y florezca y se extienda, debe comenzar con uno mismo. Tú mismo eres un maravilloso ser humano; reconocer esto es el primer paso para amar a otros. Si uno ama a otros sin tener amor hacia sí mismo, el amor no tiene raíces, es inestable y pronto se marchita y desaparece.

Sobre la puerta de tu mente, escribe la leyenda: Ámate a ti mismo.



## 23

# Hacer un mundo mejor

*Demasiado a menudo subestimamos el poder de un toque, una sonrisa, una palabra amable, un oído atento, un honesto cumplido o el menor gesto de cariño, todo lo cual tiene el potencial de transformar una vida.*

*Leo Buscaglia*



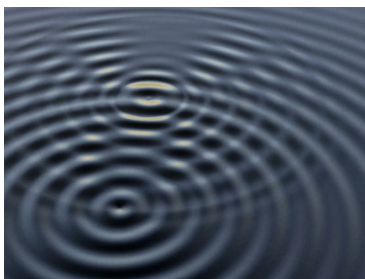
La mayoría de las personas quisieran vivir en un mundo mejor. Estoy seguro que tú, quien lees estas líneas, también lo quisieras. Pero, ¿cómo podemos hacer mejor el mundo? Mejorar el mundo es una tarea hercúlea, muy superior a la capacidad de la mayoría de las personas. Hay quienes inventan nuevos medicamentos, diseñan nuevos instrumentos y máquinas que mejoran la vida de los demás,

Otros hacen leyes, no siempre buenas, lamentablemente, y algunos defienden tu seguridad, tu vida, muchas veces con riesgo de la suya. Todos ellos están tratando de hacer un mundo mejor. Pero quizás tú no estás en esa compañía. ¿Qué puedes hacer?

Espera un momento, No es necesario pensar en gran escala. Pensemos en pequeño. Si bien mejorar el mundo no está al alcance de todos, mejorarse a sí mismo lo puede hacer cualquiera, y hacer el bien no requiere capitales incommensurables, sino un pequeño capital de amor.

Una palabra cariñosa a un amigo, darle un beso a un niño, sonreírle a un vecino, ¿no hacen mejor su mundo? Cada persona vive en su propio mundo, y el mundo entero está compuesto por la totalidad de esos pequeños mundos individuales.

Comienza con tu pequeño mundo que te rodea, y como las ondas electromagnéticas emitidas por la antena de una transmisora que dan la vuelta al mundo, lo que hagas repercutirá y se expandirá y tendrá resultados que no serás capaz de imaginar.



## 24

# Mejorando tu casa



¿Dónde vives? Vives en tu casa, por supuesto, o en un departamento, un chalet, o una habitación en un dormitorio, o en un hotel, o en un trailer. Allí es donde vives.

¿Eso es todo?

Tu cuerpo vive allí, en el plano físico, pero tu mente vive en otro plano, en el plano mental, fuera del plano físico.

Te gusta que tu casa esté limpia y ordenada, bien arreglada, confortable, atractiva. Lo mismo se aplica a tu mente, el lugar donde vives mentalmente.

Así como arreglas los muebles de tu hogar, pintas las paredes, instalas lámparas para iluminar los cuartos, también arreglas tus pensamientos. Asegúrate que tus pensamientos sean limpios, agradables, positivos, que te ayuden a hacer tu vida hermosa. Mira un nuevo cuadro, huele un perfume, camina a la orilla del mar, deja correr la imaginación y disfruta de todas las maravillas de la existencia.

Evita los pensamientos que envenenan el alma, que ensucian tu mente. No pienses en las cosas que podías haber hecho y no hiciste. No pienses en los que te dañaron alguna vez. Tú no tienes la culpa, y ya es el pasado, son cosas muertas. Déjalas en paz.

Lee una poesía cada día, escucha buena música, siéntate y descansa y piensa en qué es lo que quería decir el poeta cuando escribió sus estrofas.

Una mente activa, inquisitiva, positiva es no menos importante que un cuerpo hermoso.



## 25

# Esperando el momento apropiado



Muchas veces tenemos la intención, o el deseo de hacer algo, pero esperamos el momento apropiado. Puede ser un viaje, o estudiar una nueva materia, o cambiar de carrera, o tomar vacaciones con el cónyuge sin los niños. En fin, en el curso de la vida existen muchas decisiones de esa naturaleza, que postergamos hasta una mejor oportunidad.

El problema es que la oportunidad nunca llega, o a veces llega tarde. El tiempo es el único capital irreemplazable, y cuando se termina, se acabó.

Lo importante, entonces, es aprovechar cada día, cada hora, y crear las oportunidades, no esperar que se produzcan.

El futuro es el presente repetido innumerables veces, de modo que lo que quisiéramos hacer en el futuro, comencemos ahora, en este infinitesimal período de tiempo entre el pasado congelado y el futuro nonato, pues es en ese filo de la navaja del tiempo que vivimos.

No hay que dilatar, postergar, diferir, porque no tendrás nunca la seguridad de que ha llegado el momento correcto para actuar. En cada instante hay obligaciones, requerimientos, urgencias que atender, estás demasiado ocupado; demasiado cansado.

Coge el momento. Hamlet no ganó nada postergando su decisión, y mira cómo terminó, muriendo al final, de modo que todas sus vacilaciones fueron estériles.

No esperes. Tu vida comienza ahora, ¡comienza a vivir!



## 26

# Nunca levantes las manos



No te des por vencido jamás. Perder la esperanza es perder la batalla. Muchas veces en tu vida puedes haber sentido que no es posible tener éxito, solucionar el problema. Se acabó y el juego y perdiste.

Falso. El juego de la vida no termina nunca, mientras respires y pienses. ¿Se cierra una puerta? Pues hay otra que se abre, o varias. Las oportunidades te esperan a la vuelta de la esquina.

Edison dijo una vez que el genio es 10 por ciento de inspiración y 90 por ciento de transpiración. Para inventar la lámpara eléctrica tuvo que repetir miles de experimentos buscando el material apropiado para hacer el filamento.

Cada experimento resultaba en un nuevo fracaso. Pero Edison nunca levantó las manos, siguió buscando, hasta que lo encontró, y así también inventó el gramófono y muchas otras cosas. Siempre experimentando, muchas veces fracasando, pero nunca, nunca desesperando.

La historia está llena de ejemplos de hombres y mujeres que lucharon por una idea, por un ideal, fracasaron una y otra vez, pero siguieron luchando y al fin tuvieron éxito.

Al nivel personal, cada día enfrentamos numerosos pequeños problemas. La vida está llena de problemas, de decisiones que hay que tomar. La respuesta fácil es postergar, considerar el problema insoluble y abandonar la empresa.

Pogo, el personaje de las historietas, dijo: El mundo está lleno de oportunidades insuperables. Era un chiste, pero refleja una triste realidad en muchos casos.

No aceptes que las oportunidades están rodeadas de obstáculos insalvables. ¡Sigue adelante!

Nunca levantes las manos.



## 27

# Opuestos



El mundo está lleno de contradicciones, de cualidades opuestas, direcciones contrarias: alto y bajo, derecha e izquierda, calor y frío, recto y curvo, luz y oscuridad. Ya te expliqué antes, hablando de Luz y Sombra, que la sombra no existe, es simplemente la ausencia de luz.

Alguien escribió que el opuesto del amor no es odio, sino indiferencia. Lo mismo podría decirse de la ausencia de odio, o la ausencia de deseo, etc.

Esta es la diferencia entre propiedades del mundo físico, que se complementan con su opuesto, y las propiedades del mundo espiritual, que podríamos decir que tienen sólo una dirección. Si crecen, no tienen límite, pero si disminuyen llegan a cero y desaparecen.

Sin embargo, esto no es exactamente cierto. Hay sentimientos que al desaparecer dejan lugar para su opuesto. El ejemplo clásico es el amor despedido, que se transforma en odio ciego.

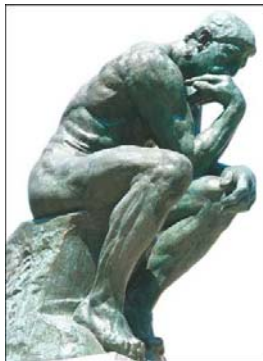
Muchas veces nuestros afectos no son correspondidos. Queremos con gran amor a un niño, lo cuidamos, atendemos a todas sus necesidades, y cuando crece nos recompensa con indiferencia, críticas, ignorancia.

Entonces sentimos pesar, y también enojo. Quisiéramos hacerle pagar por su incompreensión, nos sentimos traicionados, heridos y quisiéramos que él también sufra como nosotros.

Estamos añadiendo oscuridad a las sombras.

Si tratamos en cambio de añadir amor, encendemos una luz y otra, hasta que nuestro espíritu se ennoblece y la herida sana. Con amor el dolor disminuye y desvanece.

Somos los amos y señores de nuestra mente.



## 28

# La importancia de una palabra



Los sabios del Talmud enseñaban que el mundo se encuentra en equilibrio inestable entre el bien y el mal. Un pequeño impulso de un lado lo puede hacer caer. Un buen acto, una buena palabra, puede salvar el mundo. Por el contrario, una mala acción puede tener consecuencias fatales para todos.

Esto enseña responsabilidad. Actuando con serenidad, midiendo nuestros actos y nuestras palabras, aseguramos que el mundo no caiga en el abismo.

Los sabios también enseñaban que las palabras son más mortíferas que el acero, porque una espada puede herir sólo a quien se encuentra al alcance de la mano, pero la maledicencia puede causar daño y tragedia a miles de kilómetros de distancia, y puede seguir causando daño por un largo tiempo.

Dile a un joven una buena palabra, una palabra de aprecio y estímulo, y verás como sus ojos brillan, su actitud cambia. La mayoría de las personas olvidan un favor, pero una palabra de aliento se recuerda siempre.

Y recuerda de decirles a las personas que quieres, cuánto las quieres. Nunca es demasiado repetirlo una y otra vez. Esas son las palabras de oro, que brillarán en la conciencia de quien las recibe por toda la vida.

## 29

# Paciencia



Una de las más grandes virtudes es la paciencia. Tú no tienes que hacer un mundo mejor hoy mismo. No puedes transformarte en una persona mejor con un simple pase de varita mágica. Todo cambio, para ser perdurable, debe proceder gradualmente; toma tiempo. No importa, si hoy das el primer paso y tomas la ruta correcta.

Ten paciencia con ti mismo. Tú sabes que eres una buena persona, no tienes que probarlo a nadie, ni por supuesto a ti mismo. Pero puedes mejorar. Estas mejorando cada día, de hora en hora, conscientemente. El hecho que has leído este librito hasta aquí ya es prueba suficiente.

Planta en tu corazón las semillas de amor y verdad, y verás como crecen. Alimenta tu amor día a día. Siendo amable con los demás, serás amable contigo mismo. Haz bien una vez, y será más fácil la vez siguiente. El bien se acumula, es un capital que te dará fuerza y claridad.

La fe no nace de la duda sino de la certeza. La certeza de que tú eres un valioso instrumento para mejorar el mundo.

Ten fe en ti. El universo gira alrededor de ti. Tú eres el centro. Tú eres la persona más importante del mundo.

## 30

# La paz interior



Todos buscamos la paz interior. En especial ahora, cuando el ritmo de vida es tan intenso y nuestras responsabilidades son tan grandes; parece que nuestro corazón estuviera a punto de reventar de angustia, de un salto a otro. En esta época tormentosa, buscamos recobrar la calma, la paz interior que teníamos de niños. Esta confianza íntima que teníamos, que el mundo era bueno y que todo se resolvería finalmente.

¿Cómo recuperar esa paz interior? Podemos probar de dos maneras. Podemos buscar el estado de ánimo del niño, su inocencia, su benevolencia, su generosidad. O bien podemos seguir una ruta bastante más difícil, cual es buscar la causa de nuestras ansiedades, para ir eliminándolas poco a poco. Todo esto, desde luego, es metafórico, porque los procesos internos del alma no son posibles de describir en palabras.

Primero, hay que entender que la calma puede ser sólo resultado del contentamiento. Existen dos clases de calma: la calma llena de tensión (calma antes de la tempestad) y la calma libre de tensión. La primera es ficticia, es la calma del hombre de negocios "que no pierde la cabeza" incluso si está abrumado de problemas urgentes que requieren su atención. Más tarde o más temprano las tensiones acumuladas sobrepasan el límite de su resistencia, y entonces sobreviene el "breakdown", la crisis nerviosa, o sucede algo peor.

Lo que tenemos que buscar, entonces, es la calma verdadera, sin tensiones subterráneas ni energías reprimidas (si bien mediante nuestra calma interior liberaremos energías insospechadas).

La tensión se produce por oposición o conflicto. En general, se puede decir que el más importante conflicto que sufre una persona es la diferencia entre **lo que es** y **lo que quisiera ser**. Un hombre apenas termina el mes y quisiera ser rico. Una mujer quisiera ser hermosa. Un empleado quisiera ser el gerente. Generalmente, toda persona tiene ambiciones que es incapaz de satisfacer. Aquí podríamos recordar las palabras de Marco Aurelio: "Tienes que querer ser lo que eres, coopera de buena gana con el trabajo de la naturaleza y todo se parecerá fácil".

¿Significa esto que debemos abandonar los ideales, las ambiciones? ¡De ningún modo! Pero a medida que tu espíritu se desarrolle, la paz interior se reflejará en tu aspecto físico. No hay personas feas, sólo bonitas de distintas maneras.

**31**

## **Tu vida como una obra de arte**



Tu vida es como una obra de arte, como un cuadro, o un tapiz. Tú eres el pintor. Tú eres el tejedor.

Al tejer un tapiz, los hilos de la urdimbre están tirantes, paralelos, y el tejedor introduce la trama con sus dedos, usando un color a la vez, formando las figuras. Lo que se ve en la faz del tapiz es sólo la trama, la urdimbre queda escondida. Tus genes, tu educación, toda tu vida pasada es la urdimbre de tu tapiz. Esa no la puedes cambiar, es fija, y debes trabajar con ella.

Pero la trama es lo que tú piensas, lo que haces día a día, hora tras hora, lo que decides. Puedes usar hilos de colores brillantes o tejer con colores oscuros. Lo decides tú. Haces las figuras que quieras, y lo que se ve es la trama, los colores que estás usando, tus figuras, ese es el aspecto de tu vida, y es lo que tú decides. Tú eres el tejedor de tu vida.

Toma otra imagen, la de un cuadro al óleo. Supón que tú eres el pintor. Todo el tiempo están agregando pinceladas al cuadro, agrandándolo, corrigiéndolo, mejorándolo. Algunas pinceladas tapan las anteriores. La pintura al óleo tiene una gran ventaja, porque te permite mezclar los colores, combinarlos o pintar un color sobre otro, matizándolo o cambiándolo por completo. Puedes dejar que se seque la pintura y rasparla, y poner nueva pintura con tus pinceles y rehacer el cuadro.

No hay límite en lo que puedes hacer. El pintor es patrón de su cuadro, así como el tejedor es dueño de su tapiz. Tú eres el dueño de tu vida. Usa los colores que te agraden, haz las figuras que quieras. Tu vida está en tus manos. Haz de tu vida una obra de arte.

## Tu vida comienza hoy



Tu vida comienza hoy, ahora, en este mismo instante, mientras estás leyendo estas líneas. No es un chiste, no es un simple dicho. Es la verdad. El futuro nadie lo sabe, todo puede suceder, pues todavía no existe, no es parte de tu vida.

El pasado, por otra parte, ya está congelado, invariable, es como un museo lleno de estatuas. No puedes moverlas, no las puedes cambiar. Podrías pasar el tiempo mirándolas, reflexionando cuánto mejor hubiera sido que esta estatua estuviera sonriendo en vez de estar arrugando el ceño, o que esta pareja debiera haber estado más cerca, y cuánto mejor habría sido que este niño estuviera jugando en vez de

estar su nombre grabado en una lápida. Pero son sólo estatuas.

El mármol no se mueve, el bronce no reacciona. Tu museo de la memoria está quieto, silencioso, congelado. Así que, ¿para qué quieres perder el tiempo contemplando esas viejas estatuas? Deja el museo para más tarde, cuando seas anciano y tengas tiempo de sentarte y recordar todas las cosas buenas que hiciste. ¡Pero la única oportunidad que tienes de hacer esas cosas buenas es ahora! ¡En el presente! Tu vida transcurre ahora, y al convertirse en pasado se congela, se endurece, se hace piedra.

Muévete, comienza a vivir. Tu vida comienza ahora, hoy día, y puedes hacer con ella lo que quieras. Es tu vida, no le pertenece a nadie más. Puedes moldear tu vida como si fuera una figura de cera, haz de tu vida lo que deseas, depende solamente de ti. Porque no puedes cambiar LO QUE TE SUCEDE, los hechos están fuera de tu control, pero tienes completo control sobre COMO TÚ REACCIONAS.

Alguien lo definió como el principio de 10/90. Diez por ciento de tu vida es lo que te pasa, y 90 por ciento es cómo tú reaccionas.

Decide ahora, en este mismo momento, decide que tu vida será una vida buena, feliz. Tienes derecho a ella, tienes derecho a vivir una vida llena y productiva.

¡Tu vida comienza AHORA!

## 33

### Ideal a real



Quisiera tratar el problema de lo que podríamos definir como el desencanto de haber obtenido lo que queríamos, cuando lo ideal se convierte en real. Para aclarar el concepto, pensemos por ejemplo, en una mujer que sueña con ser adinerada. ¿Para qué quiere el dinero? Pues para tener joyas, viajar, comprar lindas ropas sin mirar el precio, cambiarse a una casa más grande, tener personal doméstico, ser aceptada en sociedad.

Otro ejemplo, el gerente de una empresa sueña con lo que va a hacer cuando jubile, cuando se retire a una casa de

campo o en la playa, allí podrá descansar sin recepciones formales, sin sesiones, sin las cenas obligadas con otros ejecutivos, allí podrá buscar la paz dentro de sí y encontrar la puerta de la felicidad eterna en comunión con Dios.

Las dos personas que acabo de describir se sienten oprimidas por sus situación actual. Las dos se sienten insatisfechas, capaces de llevar una existencia mejor, más digna, más de acuerdo con su verdadero valor, si sólo tuvieran los medios materiales o las condiciones externas para poder dar libre expresión a su capacidad individual, mostrar lo que realmente son.

Pero en realidad los dos están errados. La mujer ambiciosa, si ganara la lotería y tuviera a su disposición todos los fondos que quisiera para materializar sus sueños, pronto descubriría que su dinero no es suficiente, porque entonces tendría necesidades y aspiraciones aún mayores, y el ejecutivo que finalmente jubila pronto no sabrá que hacer con su tiempo, y descubrirá dolores y flaquezas del cuerpo de las que no estaba consciente, y no será feliz a menos que haya tenido la precaución de desarrollar otros intereses que lo mantengan activo después de concluir su carrera en los negocios.

En otras palabras, el problema es ese vivir a la espera, una espera que no termina nunca, en vez de vivir en el presente, sacar el mejor partido de las circunstancias en las que uno se encuentra, y no postergar para un futuro imaginario lo que podría hacerse de inmediato.

## 34

# Acerca de los milagros



Imaginemos una persona que, habiendo leído algo de filosofía oriental, quisiera ser capaz de ejecutar esas proezas casi milagrosas, que le demuestren incluso a los más escépticos el poder de la mente sobre la materia, como por ejemplo la levitación, la insensibilidad al dolor, al calor o al frío, la clarividencia, o la curación por medio de poderes psíquicos.

Sucede, sin embargo, que aunque sea posible alcanzar poderes tales como los que acabo de describir, para alcanzarlos es necesario un cambio en la personalidad de la

persona, una claridad de pensamiento tal que cuando llega a ser capaz de practicar lo que podríamos llamar "milagros", ellos no tendrán el menor interés para él, ni podrá encontrar ninguna razón válida para demostrar sus poderes, aunque los tenga.

Más aún, es muy posible que no ejecute tales actos aún siendo capaz de hacerlo, porque el hecho mismo de poner en práctica tales poderes lo contaminará, y es así que la persona se abstendrá de poner en práctica lo que sabe que puede hacer, para no obstaculizar su futuro desarrollo espiritual. Más aún, la capacidad de ejecutar tales actos es probablemente un subproducto del gradual desarrollo de las capacidades del individuo y probablemente, vistas desde el elevado punto que debe haber sido alcanzado para obtener tales capacidades, éstas le parecerán no sólo innecesarias, sino desagradables y perjudiciales, tales que deben ser evitadas tanto como sea posible.

### Otra reflexión sobre milagros

Alguien escribió que la gente que pide a Dios un milagro, lo que está pidiendo es que dos más dos sean más de cuatro. Por supuesto, eso es imposible.

Pero, ¿qué es un milagro?

Simplemente, un hecho que no podemos explicar con nuestros conocimientos actuales. Ahí está la respuesta, nuestros conocimientos actuales. Para los pueblos primitivos, un eclipse de sol era un milagro. La subida anual del Nilo era otro milagro. La naturaleza estaba llena de milagros.

Actualmente, nuestro conocimiento de la naturaleza ha aumentado enormemente. Ya no consideramos los fenómenos celestes como milagros. Pero siguen sucediendo cosas que no podemos explicar. El enfermo de cáncer que de pronto se recupera y el tumor maligno desaparece. Es algo que sucede. No lo podemos explicar. Quien cree en milagros, lo llamará un milagro.

El hecho es que Dios actúa a través de la naturaleza, no en contravención de las leyes creadas por Él. De modo que el milagro es algo natural, pero inexplicable.

Pero podemos llamarlo así, un hecho inexplicable con nuestros conocimientos actuales. No tenemos un nombre para eso, pero podría inventar un neologismo, es un paramilagro.



## 35

# El Método Científico y la creencia en Dios



Algunos pensadores tienen la opinión de que una persona racional, cuya imagen del mundo está basada en hechos científicamente comprobados, no puede aceptar la existencia de un ser superior, todopoderoso, inmortal e incorpóreo, designado con el nombre de Dios.

Primeramente, la naturaleza de Dios no puede ser descrita ni imaginada por la mente humana. Puesto que Él está más allá de toda definición, es absurdo asignarle propiedades o cualidades conocidas en el mundo material, como ser inteligencia, poder, compasión, justicia, etc.

Asignar un nombre, darle un nombre a algo, es en cierto modo ponerle límites, circunscribirlo. Es esto y nada más. Por eso, Dios no tiene nombre. Los nombres dados por el

hombre, Dios, God, Elohim, son simples sonidos, letreros que apuntan a una realidad que no tiene nombre y que está más allá de nuestra comprensión.

Existiendo en un plano distinto del mundo físico, un plano que no podemos ni siquiera imaginar, es presuntuoso tratar de darle a Dios tales o cuales virtudes o poderes. Todos los intentos de humanizar a Dios están condenados al fracaso, pues llevan a la contradicción. ¿Cómo puede un Dios justo permitir que haya injusticia en el mundo que Él mismo ha creado? ¿Cómo puede un Dios misericordioso y todopoderoso permitir las horribles injusticias y crímenes de los que somos testigos día tras día?

Todo esto es resultado de haber asignado características humanas a Dios, cuando debiéramos darnos cuenta que Dios actúa de maneras que no podemos comprender, que no tienen nada que ver con nuestras ideas de justicia, compasión etc.

¿Es esto razón para desesperar? ¿Estaríamos justificados en levantar las manos y decidir que, puesto que no podemos entender la lógica del mundo, actuemos como se nos dé la gana, para nuestro propio beneficio, y sin pensar en las consecuencias? Es decir, abandonemos toda ética.

Por cierto sería un error. Sabemos que el universo fue creado con un propósito, formamos parte de un esquema majestuoso, una obra de teatro, según escribió Shakespeare, pero no una escrita por un loco, sino siguiendo un plan que desconocemos, pero que sin duda existe, como lo atestigua el orden existente en el universo. El orden implica intención, y la intención implica objetivo.

## 36

# Mente y Cuerpo



La conexión entre mente y cuerpo es tan evidente que no precisa prueba. Sin embargo, daré algunos ejemplos para que quede completamente claro. Cuando uno está triste, ¿no lloramos? Si estamos preocupados, ansiosos, sentimos presión en el estómago, o quizás náusea. El miedo hace temblar y transpirar. El corazón palpita. Todos estos efectos, y muchos más, muestran como las emociones se reflejan en cambios físicos del cuerpo.

Existen cambios más sutiles, pero no menos importantes. La preocupación constante llega a producir úlceras o enfermedades mentales. El estrés produce asma u otros síntomas alérgicos.

Más importante, los pensamientos que tenemos afectan nuestro cuerpo, y viceversa. Cuando uno se siente "mal" nos ponemos irritables y tristes. Ahora bien, extendamos este fenómeno a pensamientos simples. Si tenemos pensamientos positivos, ¿no es acaso razonable esperar

que también tengan un efecto positivo sobre el cuerpo? Y por el contrario, los pensamientos negativos afectarán de forma negativa a nuestro cuerpo, produciendo o empeorando afecciones. Así sucede con las emociones.

Es frecuente el caso de enfermos de enfermedades graves, que ayudan a su curación gracias a sus pensamientos positivos, a su decisión de no cejar, no dejarse vencer por el mal, y finalmente salen triunfantes en esta lucha.

Es necesario pensar de manera positiva, optimista, tener siempre presente la belleza del mundo y de la vida. Esta vida que tenemos que gozar y aprovechar mientras nos sea posible.

Hay que evitar los pensamientos desagradables, dañinos, destructivos. A ti le gusta vivir en una casa limpia y ordenada, un hogar saludable y digno. Pero tú vives no sólo con tu cuerpo, sino muy especialmente en tu mente, en tus pensamientos y sentimientos y voluntad. ¿Te gusta vivir en una casa mental descuidada y sucia? ¡por supuesto que no! Expulsa la suciedad, la depresión, la oscuridad. Enfoca tus pensamientos en la luz, la belleza, los pensamientos alegres.

Puede hacerlo. Depende sólo de ti, de tu decisión. Si lo deseas, ¡puedes ser feliz! Comienza ahora, en este momento. El tiempo vuela, tu campaña de limpiar tus pensamientos, puesta en marcha ahora, progresará de hora en hora y de día en día.

# 37

## Sintiendo la belleza



Acabo de mencionar la belleza. Alguien dijo que la belleza está en el ojo de quien la mira. Sí y no. Por cierto, algunas personas verán belleza donde otros no la ven, pero lo importante es que uno tiene que estar preparado para ver la belleza. La preparación que no se adquiere en la escuela, sino en la formación personal para estar consciente de la belleza cuando y donde se encuentra. El mundo está lleno de belleza, simplemente hay que descubrirla.

Camina por la calle. Hay árboles. Fíjate en ellos. No sólo tienes que mirarlos, sino verlos realmente. Toma un árbol. Observa la forma del tronco, cómo se dobla un poco hacia un lado, formando una graciosa curva; cómo quizás gira para extender sus ramas hacia donde mejor recibe la luz del sol. Fíjate en las ramas, las figuras que trazan en el aire. Piensa en la imagen como si estuvieras viendo un cuadro, o una escena en el cine. Como las ramas salen del tronco, explotan hacia el lado y hacia arriba, luchando por llegar más alto, y las ramitas que salen de las ramas, y luego las

hojas, todas parecidas y sin embargo todas diferentes; cada una es un mundo, la hermosa curva de la hoja, el borde liso o serrado, observa el juego de luz y sombra del follaje. Retira ahora la vista y compara los árboles, cómo tienen colores distintos.

Si observas la naturaleza con los ojos del pintor encontrarás la belleza en todos lados. Y los hombres son como los árboles, cada uno distinto, cada uno con su particular belleza.

Siente la brisa, disfruta del beso del aire en tu piel, el calor del sol. Entra en una florería y disfruta viendo la multiplicidad de colores y aromas. Mira, considera cuán perfecta es cada flor en su propia naturaleza, la gradación de colores, la forma como se combinan.

Rodéate de cosas hermosas, cosas que te recuerden de lo hermoso que es el mundo en que vives. Un cuadro, un dibujo, una figurita, un florero, aunque sean flores artificiales, pueden ser hermosos. Disfruta mirándolos, piensa en qué estaba pensando el pintor, el artista cuando creaba su obra. También escucha buena música, tranquila o vibrante, no importa, pero que te haga sentir la emoción del compositor, la intensidad del ejecutante.

Considera todas las cosas hermosas de las que te has dado cuenta. Uno vive generalmente enfrascado en un pensamiento, en un problema, y no ve realmente lo que lo rodea.

Todas estas bellas cosas están relacionadas, todas pertenecen al mismo mundo, y tú eres parte de este mundo. Tú también eres una bella persona, parte de un vasto mundo de belleza abierto delante de ti para que lo disfrutes.

## 38

# La música del mundo

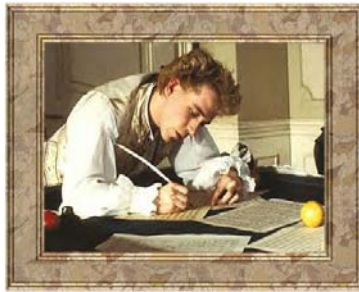


Si uno no sabe leer música, ver una partitura no le significa nada, es una serie de puntos o círculos blancos y negros, algunos con palitos, otros con ganchos, algunos juntos y otros unidos por una raya, y con otros signos extraños alrededor. Todo esto que resulta incomprensible para quien no está en el secreto de la escritura musical, está lleno de vida, de sonido, ritmos, melodías y armonías que escucha el músico en su mente.

Así también es la vida, el mundo existe como una gran sinfonía, una inmensa orquesta toca, cada uno a su manera, hay quienes tienen sólo unas pocas notas y luego callan, mientras otros tocan solos, o dúos amorosos, o entran en conjuntos diferentes. Hay tantas combinaciones de instrumentos, sonidos y melodías que sólo el Maestro Compositor puede darse cuenta de la partitura total y de la parte que le corresponde a cada uno ejecutar.

Tú eres parte de esta música. Tu vida es tu instrumento. Procura tocar una hermosa melodía, consonante, y junto con otros contribuye a la armonía universal.

## Productividad



Nada produce mayor satisfacción que hacer algo, producir algo, crear algo nuevo, ya sea una obra de arte, un rico plato, un tejido o un poema. El trabajo creativo puede ser intelectual, escribir, inventar, meditar sobre cuestiones filosóficas, o bien puede involucrar el trabajo físico de construir, moldear, dibujar, todas las tareas que resultan en la creación de algo que no existía antes.

Escribir números en una cuenta no es crear. ¡salvo que se trate de un delincuente! Mirar televisión no es crear, ni tampoco lo es jugar a los naipes. Uno puede disfrutar jugando bridge y ganándole a la otra pareja, pero no se creó nada. No digo que el juego sea malo, sino que es insuficiente.

Cuando usted crea algo, está actuando como Dios. Eso es lo que dijo un diseñador industrial, eso es lo que sentía cuando tenía delante de él la hoja de dibujo en blanco, esperando el trazado de su mano.

¿No puedes escribir poesía? Escribe un cuento, o un diario, o cartas a tus amigos, o pon por escrito tus recuerdos de niñez, que les servirán a tus nietos para comprender de dónde vienen, y así conocer mejor quiénes son.

Nunca es tarde. Una amiga enviudó hace unos años después de jubilar. Así que comenzó a pintar, y lo hace muy bien, tiene un talento que sólo ahora deja que se desarrolle y fructifique.

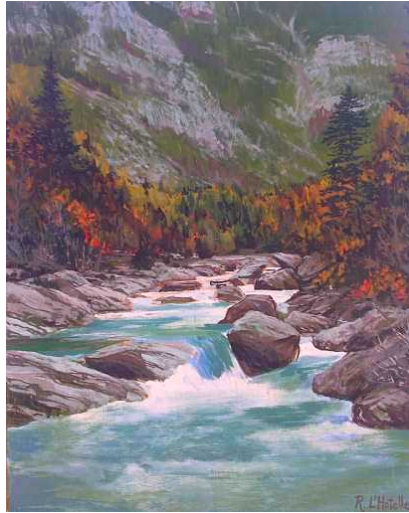
Cada uno puede crear algo, y el acto de creación es un bien acumulativo. Haz algo nuevo cada día, escribe, cocina, pinta, busca cosas nuevas que hacer.

Recuerda, el amor de Dios se expresa por la creación, y con la creación expresamos nuestro amor a Dios.



# 40

## El cambio es inevitable



Nada en el mundo permanece igual, sin cambio. Las personas tampoco. Tú mismo no eres la misma persona que eras como niño, como una joven muchacha, como un adulto. Ni siquiera como eras ayer. Cada día uno nace de nuevo.

El filósofo griego Parménides enseñaba que el agua que lleva el río nunca es la misma, de un momento a otro. Uno jamás podrá bañarse dos veces en la misma agua. Lo mismo ocurre con todas las cosas y todos los seres vivos. El mar sube y baja con las mareas, los seres vivos nacen, crecen, maduran, envejecen y mueren, los

montes crecen con erupciones volcánicas y disminuyen con la erosión. Nada es estático en la naturaleza.

También nuestro cuerpo cambia de día en día, de hora en hora, y lo mismo ocurre con nuestra mente. ¿Aprendiste una nueva palabra hoy? Entonces tu mente ya no es la misma de ayer. ¿Sentiste una emoción al escuchar una música? Tu espíritu ya es diferente.

El cambio es inevitable, de manera que uno tiene que aprender a aceptarlo, a vivir con el cambio, adaptarse a él.

Hay cambios positivos y cambios negativos. Estos son juicios subjetivos, sin embargo, personales. Busca los cambios positivos, contribuye a reforzarlos.

El cambio positivo es evolución, es sentirse más a tono con el mundo, más confiado en la posibilidad de crecer y alcanzar la plenitud del espíritu.



# 41

## Memoria



Todos conocemos el experimento de química elemental, donde se introduce un pequeño cristal en una solución supersaturada de la misma materia, la que se transforma instantáneamente en una masa de cristales polifacéticos.

Nuestra mente funciona de manera similar. Pequeños trozos de información flotan en la conciencia y de pronto, de forma involuntaria, se le agregan otros elementos de la memoria como virutas de hierro atraídas por un imán. El conocimiento, la comprensión, resultan de estos procesos de cristalización, juntando elementos distantes no en una

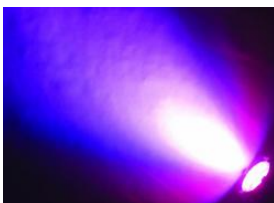
reacción lineal, sino en un proceso reticular, integrando una red.

Un punto importante es que la memoria, por otra parte, sí es lineal. Recordamos una cosa a la vez. Si pensamos en una música, por ejemplo, recordamos cada nota en secuencia, o todas las notas juntas tocadas por la orquesta simultáneamente, pero siempre en secuencia de un acorde al siguiente. Pensamos en una cosa por un instante, y durante este tiempo no podemos pensar en nada más.

La mente funciona muy rápido, de modo que generalmente no nos damos cuenta de esa condición lineal del pensamiento. La conciencia es como un faro enfocando una imagen detrás de otra. Se mueve muy rápido, pero nunca puede iluminar dos imágenes al mismo tiempo. La conciencia no tiene pantalla dividida (split screen).

Si enfocamos la luz del faro, si detenemos el movimiento del foco de luz, concentrando la mente, no dejando que se desvíe, encontraremos que la luz se hace cada vez más intensa y veremos detalles que no apreciábamos antes.

Entrena tu mente a actuar como un can, muerde el objeto de tu atención y no lo sueltes.



## 42

### La lección del jardín



Un rey entró solo en su jardín y descubrió que sus árboles, plantas, flores, estaban todas mustias.

El roble le dijo que se estaba muriendo, porque no era alto como un cedro.

El cedro, a su vez, se quejó que estaba triste, porque no daba frutas como la vid.

La vid se moría, porque no tenía flores como el rosal.

El rosal fallecía por no ser fuerte como el roble.

El rey entristeció, pero de pronto vio en un rincón una planta de clavel, fresca, lozana, floreciente.

El rey le preguntó cual era su secreto, por qué estaba tan sana mientras que el resto del jardín desfallecía.

La flor contestó:

- No sé, pero quizás sea porque cuando me plantaste, supuse que querías claveles. Si hubieras querido un roble, habrías plantado una bellota. En ese momento pensé que iba a tratar de ser el mejor clavel que puede haber, y aquí estoy, el más hermoso clavel de tu jardín.

Así somos todos. Si tratamos de ser lo que no somos, nos marchitaremos con nuestra insatisfacción, nuestra absurda manía de compararnos con otros. "Si yo fuera como...", "Si yo tuviera...", "Si mi suerte fuera...".

Siempre pensando en futuros imposibles, en vez del presente concreto con sus infinitas posibilidades. Obstinadamente ciegos a la realidad de que la felicidad no depende de otros, sino de uno mismo.

Podemos elegir ser felices con lo que tenemos, con lo que somos, o vivir con la amargura de no ser otra persona, o de carecer de tales y cuales cosas.

Es natural y sano aspirar a ser una persona mejor, o ser rico y permitirnos lo que ahora nos está vedado, pero sin dejar que estas aspiraciones se transformen en obsesiones, sin penar por no haber alcanzado aún la meta soñada, sin compararnos con otros.

Florece cuando aceptamos que somos lo que somos, seres únicos, individuales, extraordinarios, sin igual. Nadie puede ser como nosotros, y nosotros no podemos ser como los demás.

## 43

# Zoom in - Zoom out



Cuando uno mira una figura en la pantalla de la computadora, se puede acercar la vista, es decir, agrandar la imagen, o bien uno puede alejarse figuradamente, para abarcar un campo mayor de la imagen dentro del tamaño de la pantalla. En términos técnicos, esto se llama *zoom in* y *zoom out*, respectivamente.

En la vida diaria hacemos con frecuencia el zoom in. Cuando enfrentamos un obstáculo, un problema, o lamentamos un error, nos acercamos a los hechos, examinamos cada detalle, indagamos cada vez más hondo y finalmente entramos en un estado de ánimo que favorece la ira, la desesperación y la inseguridad.

Hay que aprender a hacer zoom out. Distanciarse de lo local, lo accidental y tratar de ver el gran cuadro, más allá del hecho circunstancial. ¿Perdiste el trabajo? No te acerques para examinar cada factor, cada mínimo detalle,

Zoom out. Mira el cuadro más amplio. Tú todavía eres tú, con tus conocimientos, tu experiencia, tus amigos y tus contactos. Ahora estás libre, puedes buscar nuevas oportunidades, nuevos amigos, nuevas rutas de desarrollo. Zoom out y el mundo nace de nuevo a tu alrededor. La rutina se acabó. Ahora puedes tomar una nueva ruta, que te lleve más lejos, mental y físicamente.

[illegible]

## 44

# La fugacidad de la vida



En tiempos antiguos, los filósofos tenían puesta sobre su mesa de trabajo una calavera. Este era un *memento mori*, un recordatorio de la muerte. Otro artículo con el mismo mensaje era un reloj de arena, o un reloj con la figura de un anciano manejando una guadaña.

No se trataba de una obsesión con la muerte, sino un sano recuerdo de que nuestro tiempo en la tierra es limitado, y que tenemos que hacer el mejor uso de cada hora, pues nadie sabe cuando caerá el último granito de arena en el reloj.

Los poetas han reflexionado frecuentemente sobre la fugacidad de la existencia. Calderón escribió "La Vida es Sueño, y los sueños, sueños son".

Shakespeare, John Donne y muchos otros escribieron hermosas estrofas sobre este tema.

Aquí tienes un poema por Li Po que encuentro especialmente apropiado: *El Viejo Polvo*.

Quien vive es un viajero fugitivo

El muerto, quien llegó a casa.

Un breve viaje entre cielo y tierra,

Y luego, ¡ay! Somos el mismo polvo de mil siglos.

Una idea similar la expresa el Rey Salomón en Eclesiastés 1:

"Generaciones vienen y generaciones van, pero la tierra sigue para siempre... no hay memoria de los hombres de antaño e incluso aquellos que están por venir no serán recordados".

Y una cita final, de Jorge Manrique:

Recuerde el alma dormida

Avive el seso y despierte,

Contemplando

Como se pasa la vida

Y como llega la muerte

Tan callando.

La realidad de la muerte, sin embargo, no es razón para desesperar. Cuando llegue, llegará. No tiene objeto darle vuelta al asunto. Lo que es importante es qué hacer con la vida que tenemos, apreciar su belleza, disfrutar de cada momento de la existencia.

## 45

# El temor a la muerte



Hay personas que tiene pánico ante la idea de la muerte. El pensamiento de dejar de existir, de ser incapaz de seguir viviendo con su familia, sus hijos y nietos, sus amigos, les deprime.

También hay quienes temen el destino que les aguarda en el otro mundo. Algunos creen en el infierno y no están seguros de poder escapar sus suplicios.

Pero, piensa un momento. ¿Cómo sentimos el dolor? Con nuestro cuerpo, por supuesto. Y puesto que después de muertos existiremos sin el cuerpo, ¿cómo podríamos sentir dolor? ¡Imposible!

Pero existen otros dolores, aparte del dolor físico. Existe el dolor de la soledad, de la frustración, y el dolor más agudo de todos, el dolor del amor no correspondido.

El verdadero suplicio del infierno, si es que existe, es estar separado de Dios, del Dios de amor, y no poder unirnos a Él.

Sin embargo, no hay que temer tal destino, porque Dios es amor, y desarrollando nuestro sentido del amor, ciertamente estaremos inmersos en esa inefable realidad que llamamos Dios.

*En 1998 mi corazón se infectó con estreptococos y en consecuencia sufrí una apoplejía. Estuve varios días en coma, entre la vida y la muerte. Los doctores le dieron a mi esposa su opinión sobre mis posibilidades: un tercio, pasar a mejor vida. Otro tercio, quedar como vegetal, y un tercio recuperarse, pero sin saber en qué medida. Felizmente me recuperé, con algunos problemas del habla en un comienzo. Poco a poco volví a la normalidad. Luego, pocos días después y antes de estar totalmente recuperado, tuve que pasar cirugía de emergencia a corazón abierto para reemplazar la válvula mitral; el cirujano gentilmente aprovechó la oportunidad de hacerme cinco bypasses.*

*Las experiencias que tuve en ese período de mi vida me hicieron ver el mundo de otro modo. Me hice más tolerante, menos impaciente con otros y conmigo mismo, más filosófico.*

*Después de algunos años, llegué al convencimiento de que las lecciones aprendidas de mi enfermedad podrían ser de algún valor para otros.*

*Esta es la razón por la cual me senté a escribir estas páginas. Espero que te hayan invitado a pensar, a enfocar tu vida desde otra perspectiva. Si mis reflexiones te han ayudado de alguna manera, esa es mi recompensa. Gracias por haberme leído, y permíteme expresar mi esperanza de que encuentres la paz espiritual no importa cuáles sorpresas te depare la vida.*

*Vive cada minuto de tu vida ahora. No importa qué forma de existencia tendrás después de abandonar este mundo, no será una continuación de esta vida, así que aprovecha, disfruta de cada momento mientras estás todavía aquí. Recuerda: tu vida comienza ¡AHORA!*

# INDICE

1	Las injusticias del mundo
2	El argumento contra Dios
3	El argumento por Dios
4	Otra reflexión sobre la realidad del mal
5	Tratar de describir a Dios
6	El sentido de Dios
7	El receptor
8	Sintonizando a Dios
9	Luz y sombra
10	El amor
11	Comprendiendo a Dios
12	Creación
13	Caos y orden
14	Falsos profetas
15	Libertad
16	El centro del universo
17	Iniciación
18	La reacción es tuya
19	El instinto
20	Conciencia
21	Concentración
22	Ámate a ti mismo
23	Hacer un mundo mejor
24	Mejorando tu casa
25	Esperando el momento apropiado
26	Nunca levantes las manos
27	Opuestos
28	La importancia de una palabra
29	Paciencia
30	La paz interior
31	Tu vida como una obra de arte
32	Tu vida comienza hoy
33	Ideal a real
34	Acerca de los milagros
35	El método científico y la creencia en Dios
36	Mente y cuerpo
37	Sintiendo la belleza
38	La música del mundo
39	Productividad

40	El cambio es inevitable
41	Memoria
42	La lección del jardín
43	Zoom in – Zoom out
44	La fugacidad de la vida
45	El temor a la muerte