

# Recetas de paz

Por el Espíritu Juana de Angelis

Medium Divaldo P. Franco

Traducción Juan Antonio Durante

Recetas de Paz

- 1- Apoyo en Dios
- 2- Amor y Paz
- 3- Tribulaciones
- 4- El Reino Especial
- 5- Precipitación
- 6- Conciencia del Bien
- 7- Practica Útil
- 8- Grandeza del Renunciamiento
- 9- Influencias
- 10- Problema de Sintonía
- 11- Depresión
- 12- Cáncer Moral
- 13- No desistir jamás
- 14- Lesiones en el Alma
- 15- Vivir con serenidad
- 16- Firmeza en el ideal
- 17- Locura y suicidio
- 18- Agresión
- 19- Sobrevivencia
- 20- Renacimiento de Cristo

## Anteprólogo

Para un mundo ansioso: ¡Recetas de paz!

Para una Humanidad enferma de neurosis, ¡Recetas de paz!

Para un hombre psicótico por causa de sus desequilibrios emocionales, ¡Recetas de paz!

... y estas Recetas de Paz nos llegan desde lo Alto, en la hora crucial que vivimos, por el pensamiento de Juana de Angelis quien, una vez más, ha sabido interpretar el sentimiento del Médico de nuestras almas, que es Jesús.

En el desgranar de las dosis que componen este recetario, encontramos la expresión alertadora para no sucumbir en la vorágine de los instintos irrefrenados o naufragar en el mar proceloso de la inconsciencia que convidativo como se muestra, esconde los corales del despeñadero donde se choca luego del desenfreno y la irresponsabilidad.

Son páginas que encierran viejas fórmulas psicoterapéuticas, para curar no menos antiguas dolencias, para el hombre de hoy que transita por la vida, hebetado, por dolencias que manifiestan su grado de evolución espiritual, en la insana persecución de ilusiones que no trascienden de los sentidos y que se diluyen como pompas de jabón, al menor contacto con la realidad.

Y una vez más, "la voz de los sepulcros.." como reza la indicación evangélica, retorna al convivir humano para promover una medicina preventiva a las dolencias del Espíritu inmortal, que todos somos, a fin de evitarnos "síndromes de variada etiología" cuyo origen es y será, nuestro espíritu endeudado y por ende enfermo.

Es por ello que, en estas palabras preliminares, agradecemos al noble Espíritu Juana de Angelis, por suministrarnos medicina profiláctica, la que llevada a la práctica, no dudamos que habrá de producir un paulatino saneamiento en esta Humanidad enferma de incredulidad y hastío.

Juan Antonio Durante

## Recetas de paz

Teniendo en cuenta los grandes problemas que dirigen la cultura y la civilización actual, estamos obligados a concordar con los estudiosos del comportamiento humano y con los filósofos modernos que señalan a éste, como el "siglo de la angustia".

Estadísticas bien elaboradas documentan la existencia de cien millones de personas que en la actualidad son víctimas de la depresión causada por la amargura, que marchan rumbo a alienaciones más graves o del desdichado suicidio.

Otras enfermedades inciden en el área mental en un índice terrible y atemorizante, lo que preocupa aún más a los impasibles profesionales de la medicina psiquiátrica, así como a los de la Psicología Y del Psicoanálisis.

Súmense a estos datos las dolencias del aparato digestivo, las cardiopatías, el cáncer, las infecciones dermatológicas, las alergias, los procesos reumáticos y artríticos, los desgastes óseos, los desvíos de columna y tendremos una inquietante incidencia de desorientados y sufrientes, debatiéndose en las amarras de la aflicción opresora.

Es verdad que diariamente la Medicina está alcanzando importantes logros en la solución de los problemas de la salud, ya sea en la cirugía mayor o en las microcirugías, en los trasplantes salvadores de vidas o en las valiosas terapias medicamentosas de bienaventurados resultados.

No obstante, el hambre, el desempleo, las carencias afectivas, la indiferencia por la vida, la rebeldía, los desequilibrios del sexo, son los responsables de un mayor número de desesperados que claman por una ayuda que no siempre les llega o que se niegan a recibir, cuando la misma les es ofrecida...

Estos son los "tiempos llegados" de la referencia evangélica, invitándonos a una actitud dinámica en favor de los dolientes de cualquier naturaleza. Sin embargo, la Doctrina Espirita dispone de los recursos que pueden propiciar un cambio radical para mejorar esta realidad, que ahora enfrentamos.

•

Reunimos en este libro algunas páginas que fueron inspiradas en las enseñanzas espiritas y que ofrecemos al lector como recetas de paz para las múltiples situaciones que se presentan, ya sea en la enfermedad o en la salud, frente a los conflictos como ante las dificultades...

Dedicamos este trabajo modesto a los que aún andan a tientas en la oscuridad, sin fe; a los que perdieron la esperanza, a aquellos que ignoran la bendición de la reencarnación y que aún no se dieron cuenta de que se encuentran incluidos en los soberanos códigos de la divina justicia y en su inmortalidad, que les impone la transformación moral a fin de que más fácilmente se liberen de los sufrimientos que los aturden y los desconciertan.

Esperando que estos mensajes consigan alertar o infundir coraje en aquellos que buscan orientación para los momentos de angustia de cualquier procedencia, agradecemos al Señor de la Vida, el Médico por Excelencia, rogándole que nos bendiga siempre con Su paz.

Juana de Angelis

Salvador, Bahía, Brasil, 21 de marzo de 1984

## Apoyo en Dios

Entrégate a Dios.

Confía en Dios.

\*

Conságrate a la obra de Dios en todos los instantes de tu vida.

Tormentas que se desatan, impedimentos que surgen, situaciones que se complican -  
confía en Dios.

Angustias que recrudecen en lo íntimo de los sentimientos, ansiedades que parecían  
superadas y que retornan atemorizantes - entrégate a Dios.

Infortunios que sufres silenciosamente, enemistades que soportas con paciencia - dona  
tu vida a Dios.

\*

Entrégate al Padre Creador en toda y cualquier circunstancia en que te encuentres  
situado.

La muerte es vida.

La noche resplandece de estrellas.

La dificultad reverdece en esperanza.

\*

Si te sientes como en un túnel extenso entre sombras amenazadoras, prosigue y verás  
una luz que te espera después del tránsito difícil.

Si la soledad te liga a compromisos que te oprimen, lleva con esperanza tu fardo y al  
final de la subida te recibirá un alma por ti elegida.

Si las oportunidades se presentan como abismos adornados de placer, pero en cuyo foso  
se encuentran los miasmas y las pesadillas futuras, renuncia hoy para que la paz reine  
mañana en tu corazón.

En esa ocasión, por más aflicción que sientas, no estás a solas.

\*

Entregado a Dios, confiando en Dios y dedicándole la vida, Dios se te manifestará a través de los Ángeles Guardianes infatigables que están a tu lado, fiadores serviciales de tu reencarnación, que no te permiten cargar un fardo superior a tus fuerzas.

Llamado a la reacción colérica, piensa en ellos, guarda silencio y los escucharás.

Invitado al desborde de pasiones que devastan y tan pronto cesan en sus efectos, retarda el paso, ten calma y ellos te socorrerán.

Instado al desequilibrio de cualquier naturaleza, recurre a su protección. Ora en silencio interior y ellos te auxiliarán.

\*

Si cayeres, levántate. Ellos te esperan.

Si retrocediste, vuelve a iniciar el camino. Ellos te extienden los brazos.

Si el desánimo se adueña de tus sentimientos, entrégate a ellos y un poderoso estímulo pondrá en movimiento tus miembros rígidos, permitiendo que prosigas tu marcha luminosa.

\*

Y si por acaso, un testimonio más severo se te presentara desolador, humillante, acuérdate de Jesús quien, en el momento extremo de la cruz, entregó a Dios su espíritu, para enseñarte a confiar en Dios, a entregarte a Dios y a Dios donar tu vida a través de tus Guías Espirituales.

## Amor y paz

El desánimo es un pantano venenoso donde se asfixian las más bellas aspiraciones de la vida.

La precipitación se convierte en una hoguera que arde sin un objetivo, perjudicando muchas veces el trabajo en favor del bien.

El recelo sistemático constituye un campo donde crecen las plantas dañinas que destruyen el sembradío de la esperanza.

La maledicencia es la generadora de males innumerables.

La pereza teje la destrucción del trabajo tanto como la mala voluntad inspira a la insensatez.

\*

Se comenta acerca de la violencia, que es aumentada con la desmedida cooperación de los medios de que dispone la moderna Informática, estimulando a mentes enfermas y a personalidades psicópatas que se entreguen a la alucinación.

La terapia para combatir la terrible epidemia que domina al mundo, es el amor en todas sus expresiones.

Amor fraternal que sustenta a la amistad y esparce la confianza.

Amor espiritual que generaliza el interés de todos por el bien común.

Amor cristiano en servicio activo, que desarrolla el trabajo y disemina la solidaridad.

El amor que comprende el error es émulo del amor que reeduca, de la misma forma que el amor que perdona promueve el amor que salva.

\*

Son formas de violencia cruel: el torpe desánimo y la brusca precipitación, el infeliz recelo, la cruel maledicencia y la maléfica pereza, hijos bastardos del egoísmo que es, en sí mismo, el generador de los males que desequilibran al mundo.

\*

Contribuye al orden y a la paz mediante la utilización de la palabra atinada, hablando para ayudar — extendiendo el bienestar moral y los lineamientos del equilibrio; mediante el pensamiento — poniéndote a resguardo del pesimismo, irradiando ondas mentales de simpatía, orando en silencio; a través de la acción produciendo el bien, aunque sea con la modesta dádiva de una luz encendida en la oscuridad, de un vaso de

agua fría en el ardor de la sed, de un mendrugo entregado al hambriento, de un grano lleno de vida en el surco fértil, con los ojos puestos en el futuro . . .

Cada uno puede ofrecer lo mejor de sí, donar la más importante cuota de lo que, en palabras simples y plenas, es el amor.

\*

Jesús, aunque pudiese modificar las estructuras de su época y solucionar los problemas de aquellos que Lo buscaban, en todas las circunstancias, ayudó, por amor, a cada ser que a Él recurría ejerciendo Su influencia para favorecer su cambio de actitud frente a la vida y engrandecerse en el bien, avanzando en paz rumbo a Dios, el Amor total.

## Tribulaciones

No hay nadie que se encuentre en situación excepcional.

En la Tierra, la vida está formada por experiencias evolutivas en las que el proceso de crecimiento se hace a través de los cursos educativos que imponen los sufrimientos.

No obstante, no todas las tribulaciones son consecuencia de la imposición de las leyes divinas.

\*

Cuando el Espíritu se da cuenta de los errores cometidos en una etapa, ruega la bendición de volver a comenzar, bajo la presión de los sufrimientos que lo perfeccionan, enseñándole a valorizar la oportunidad y a crear mejores condiciones para el equilibrio futuro.

Considerando a la vida como un proceso eterno de evolución, en una ocasión conquista lo que en otra no supo conceptuar y cuando tal cosa ocurre porque el amor no fue valorizado, es por medio del sufrimiento que se perfecciona.

\*

Las tribulaciones solicitadas constituyen una bendición que debe ser vivida con alegría, mediante el aprovechamiento de cada instante, aunque aparentemente, sufra una permanente agonía.

Otras veces, se torna imperioso expurgar y los soberanos códigos, ofreciendo la liberación al condenado quien, obstinado, se entregó al desvarío, lo invitan a la reparación expiatoria con la que conquistará la paz, mediante las ejercitaciones más dolorosas de la angustia o de la limitación, de las mutilaciones o de las nostalgias...

\*

Jesús afirmó:

"En el mundo sólo tendréis aflicciones" en razón de ser aún la Tierra, una Escuela de superación espiritual cuyos métodos fluyen de las necesidades más inmediatas de sus educandos.

Convierte pues, cada tribulación en valiosa conquista, grabando en tu mundo íntimo su contenido, de forma tal que no repitas los mismos errores que ahora te obligan a transitar por el sendero de la agonía.

\*

Sufriendo, valorizarás la alegría y la paz y seguramente amarás más a tu prójimo, así como entenderás mejor sus dolores que son compañeros de los tuyos.

Sin tener ningún compromiso que rescatar, Jesús Se ofreció a la Vida, sufriendo las más duras tribulaciones que se pueda imaginar, para que comprendiésemos que en el ascenso evolutivo, el amor es una luz que brilla perennemente, aun cuando sea el sufrimiento quien nos convoca a comprenderlo e incorporarlo a nuestra vida cotidiana.

## El Reino especial

Vale la pena analizar la serie de fracasos y tragedias de que fueron víctimas los dominadores arbitrarios del poder temporal, directamente vinculados a la crucifixión de Jesús.

Anás, que representaba a la alta corte del Sanedrín en su condición de gran sacerdote, que cerró sus oídos a la causa del Justo, fue víctima de su propia pusilanimidad, no pudiendo evadirse a la muerte sin gloria que consumió su soberbia y su presunción.

Caifás, que había sido elevado a una posición destacada dentro de la casta religiosa y subestimó al Mesías, burlándose de Su mensaje y extenuándolo en una noche de locura que habría de culminar con Su condena, se corrompió moral y físicamente, no pudiendo liberarse del viaje sombrío a través de los corredores de la muerte detestada.

Pilatos, colocado en el puesto de representante de César y que se lavó las manos con relación al destino del Rey esposado, no se pudo olvidar del indefenso, sumergiéndose en una atormentante psicosis que lo llevaría poco después al desdichado suicidio, en un volcán extinguido en Suiza, hacia donde fue, al caer en desgracia.

Tiberio, que gobernaba al mundo y era ruin y avaro, con su inadecuada misantropía, se trasladó a Capri, receloso de ser víctima de alguna sedición luego de cometer innumerables asesinatos — inclusive el de Sejano —, terminó siendo arrebatado por una muerte vergonzosa.

Barrabás, que había recuperado la libertad a cambio de la prisión del Inocente, prosiguió en un estado de alucinación que lo dominó, sin haber sabido usar la oportunidad que se le diera para la reparación.

Judas, que Lo vendió, dando cuenta de sí mismo se suicidó, huyendo espectacularmente, en una fuga a la responsabilidad...

Han dejado un legado macabro de dolor en medio de sombras espesas, prosiguen siendo como un símbolo del crimen, de la traición y de la injuria a través de los siglos.

\*

Jesús permaneció por encima del odio de los crucificadores.

La herencia de ellos es la de la arbitrariedad silenciada por la muerte, mientras que la del Cristo es la esperanza en el amor, ofreciendo, felicidad y paz.

\*

Los siglos no Lo apartaron de la mente de las masas, como ocurrió con aquellos que Lo persiguieron. La celebridad de ellos está cimentada en la muerte de la víctima que no les

opuso resistencia, mientras que la memoria del Libertador permanece como símbolo de dignidad y grandeza moral.

\*

Los mártires que Lo siguieron, encontraron fuerzas en Su ejemplo.

Los constructores de los ideales de la belleza, en las artes y en las ciencias, se inspiraron en Su entrega.

Los promotores del progreso humano Lo tienen como modelo, siempre al frente: en posición ideal.

\*

Jesús es la figura más perfecta de la Humanidad.

\*

En menos de cuatrocientos meses construyó un reino cuyos jalones fueron colocados en los corazones durante casi tres años, en una época hostil y en un lugar remoto, siendo ésta la más grandiosa obra de civilización de todos los siglos.

\*

Este es un reino diferente, superior.

Las señales características de su país se encuentran en el concierto de todas las naciones.

Su bandera es blanca, simbolizando la paz.

Su himno nacional es el amor que todos pueden cantar y vivir.

Sus armas para la defensa son la misericordia y el perdón, que son de fácil manejo.

Su idioma es la bondad que todos comprenden sin el menor esfuerzo, siendo simple y rápida su asimilación.

Sin fronteras limítrofes, se extiende por todos los demás reinos, permaneciendo independiente e ideal, sosteniendo a los sufrientes de todas partes y dándoles la nacionalidad básica, permanente, que está expresada en la legítima fraternidad que unirá a todas las criaturas.

Sobreviviendo al pasado, El resistirá al futuro, uniendo a las criaturas diferentes en un solo rebaño, que conducirá al Padre, luego de la lucha final contra las pasiones que cada súbdito debe tratar en lo íntimo de sí mismo, para lograr la perfección anhelada.

## Precipitación

La precipitación es la responsable de muchos males que afligen al hombre.

Un comportamiento ansioso conduce a estados de perturbación que originan sufrimientos perfectamente evitables.

Bajo el estigma de la ansiedad, las actitudes son incorrectas, fomentando resultados inadecuados para la edificación interior.

\*

Por eso mismo, es imprescindible la práctica de la calma para lograr una actitud armónica frente a las perplejidades que la vida moderna impone.

La calma enseña a esperar los resultados de cualquier realización, que no pueden ser anticipados.

El ritmo del tiempo es inalterable y por esta razón los acontecimientos se suceden naturalmente dentro de lapsos que no pueden ser modificados.

A instancias de la precipitación, el hombre oye y ve mediante una óptica deformada, que lo perturba más aún, ya que obnubila su discernimiento, precipitándolo en los despeñaderos del infortunio.

\*

Hay un tiempo para sembrar, siendo por lo tanto comprensible que llegará el tiempo de segar.

Inútilmente se pretenderá el éxito si se intenta acelerar los fenómenos de la vida, entre la germinación y la fructificación del grano.

En el campo moral, el mecanismo es equivalente.

Cada fase tiene su período propio; cada acontecimiento su instante propicio.

\*

Reúne tus fuerzas morales en la disciplina del equilibrio, no precipitando sucesos que deben seguir su curso normal.

Consciente de que solamente habrá de ocurrirte lo que figure en tu programación Kármica, no sufras por anticipado, porque favorecerás estados de ansiedad y amargura que podrían ser evitados.

Cuando llegue el momento en que el sufrimiento se desmorone sobre ti, enfréntalo con nobleza, sabiendo que te es necesario como medio de superación para la vida y de recuperación personal, en la contabilidad de los valores espirituales...

\*

Dice Jesús: "Solamente caen las hojas de los árboles, por la voluntad de Dios", demostrando que todo acontecimiento está subordinado a leyes que comandan todos los fenómenos del Cosmos.

De esta forma, en tu universo personal suceden acontecimientos de los que eres merecedor y de los que necesitas.

Por lo tanto, ten paciencia y no te precipites nunca.

Te arrepentirás de la decisión apresurada y ansiosa, y nunca de aquella que nace de la reflexión y de la calma.

\*

Si te parece imposible soportar con serenidad los problemas que te angustian, recurre a la oración y déjate envolver por la paz que surgirá del intercambio entre tú, que ruegas y la Divinidad que te responde, brindándote serenidad y sustrayéndote a la precipitación.

## Conciencia del bien

El hombre que toma conciencia de las propias responsabilidades, está mejor equipado de recursos para enfrentar las vicisitudes.

Tiene fe en el futuro y trabaja para alcanzarlo mediante las conquistas ennoblecedoras.

\*

Cuando sufre convoca a los valores morales y enfrenta el problema sin perder el equilibrio, factor preponderante para el éxito en cualquier empresa.

Cuando no es comprendido o recibe los golpes de la dificultad, permanece íntegro rindiendo culto al deber, confiando en la respuesta que le dará el tiempo, que es el inevitable esclarecedor de todas las cosas.

Si es colocado en una situación relevante, se vale de la oportunidad para repartir las conquistas que lo engrandecen y al grupo social en el cual se mueve.

Bajo la presión de tensiones, actúa armoniosamente; si está en paz, lo hace con entusiasmo.

En ese hombre se hacen presentes los títulos del ciudadano ideal, que un día llegará a ser común, en una sociedad más justa y por lo tanto, más feliz.

\*

Quien se entrega al ideal religioso, como ocurrió con los cristianos primitivos que alternaron con los apóstoles y los mártires, descubre las elevadas finalidades de la vida y experimenta por anticipado la felicidad que le está reservada para después de las reñidas luchas en busca de la sublimación.

\*

Es comprensible que en los primeros tiempos, la lucha del Cristianismo haya sido la característica de santos y héroes, en vista del espíritu de integración a la Causa que sostenía a los participantes de la fe.

Semejante fenómeno debe producirse con los espíritas, los nuevos cristianos, considerando el contenido de la Doctrina que se les ofrece y las condiciones especiales de vivirla en la actualidad.

Teniendo como objetivo esencial la realización integral del hombre, propone la más eficiente ética que está contenida en una filosofía de comportamiento, que lo capacita para las conquistas morales que lo elevan hacia la paz.

Le explica la razón de los infortunios y de los sucesos; de los acontecimientos dichosos cuanto de los infelices, propiciando en él una conducta de equidad con relación al

prójimo y de confianza con respecto a la vida, en cuyo río de experiencias se encuentra...

Fortalecido por una fe que se apoya en el conocimiento de la vivencia del hecho, no teme a injusticia alguna ya que siempre le resulta aparente, ni tampoco al mal porque sabe que es tan sólo la temporaria ausencia del bien que le corresponde desarrollar...

\*

Tomando como ejemplo a Jesús, que jamás se desanimó o precipitó, confía en la lección que otorgan las horas bien aprovechadas y prosigue en el campo de los deberes que té corresponden.

Al mismo tiempo, tienes en Allan Kardec el ejemplo ideal del discípulo de la Verdad quien "tomando el arado no miró para atrás", produciendo en un breve período la Obra colosal que viene triunfando sobre el tiempo como un faro de luz destinado a iluminar a la Humanidad de aquí en adelante.

## Practica útil

El conocimiento que no pudiese ser aplicado en beneficio de quien lo posee o de su prójimo, resultaría inútil.

El medicamento cuyas propiedades curativas sean difundidas y no resuelva el problema de la enfermedad, será inocuo.

De la misma forma, el Espiritismo no pasaría de ser una bella y vana filosofía, si sus postulados no pudiesen modificar las estructuras morales del hombre, cambiando la vida de la humanidad.

Por lo tanto, el efecto más inmediato del conocimiento espírita es la transformación moral del individuo, con su consecuente compromiso en la acción renovadora de la sociedad.

\*

El Cristianismo primitivo se caracterizaba por el mismo comportamiento mantenido por el área de los que adherían a sus enseñanzas.

A la reforma íntima le sucedía la actividad bienhechora que se realizaba en favor del grupo social en el cual se actuaba.

\*

Doctrinas iguales — el Cristianismo y el Espiritismo — son, en los debidos tiempos en que aparecieron, las más completas revelaciones de la Divinidad, trabajando por la felicidad humana.

En su época, el Cristianismo hizo que cambiase el curso histórico de los acontecimientos, bajo la ley del amor que dignifica al hombre, exaltando su naturaleza espiritual en detrimento de su naturaleza animal, que lucha por sobreponerse.

Al igual que los cristianos primitivos que descubrieron la vida espiritual y a ella se dedicaron, los espiritistas trasponen los umbrales de la muerte y vuelven a descubrir el mundo extrafísico en toda su pujanza y con todos sus desafíos.

Los cristianos de las primeras horas, comprendiendo que la muerte no modificaba a nadie, no se eximían de atender a las Entidades ignorantes, enfermas y perversas que se mantenían en lamentable intercambio obsesivo con los hombres.

Les brindaban cariño, asistencia moral y esclarecimientos indispensables con que las despertaban para asumir los compromisos que no habían sido tenidos en cuenta.

Hoy se presenta la misma tarea a los espiritas, invitándolos a orientar a los Espíritus engañados y turbulentos que se encuentran en todas partes, dando lugar a enfermedades de variada denominación, que tienen raíces obsesivas lamentables.

\*

Por lo tanto, no descuides tu labor de esclarecimiento espiritual a los hombres, auxiliando, también, a los desencarnados que se encuentran en estado de perturbación.

Resguárdate de la influencia negativa de aquellos que permanecen alucinados.

Domina tus malas inclinaciones y encausa los sentimientos superiores que despuntan, como tendencias, hacia el bien.

\*

No te canses de producir en el amor.

Distribuye tus recursos espíritas de modo práctico, en la orientación a los sufrientes de más allá de la tumba, sin eludir, siendo como eres cristiano y espírita, la práctica de la desobsesión, en esta hora grave del proceso social de 'la evolución de los hombres y de la Tierra.

### Grandeza del renunciamiento

Alberto Dürero, el excelente pintor alemán, antes de ser famoso y necesitando estudiar, se puso de acuerdo con un joven amigo, artista igual que él, sobre la necesidad de trasladarse hacia un núcleo de mayor cultura para perfeccionar el estilo. Para lograr lo propuesto, ya que no disponían de un Mecenaz que los ayudase, uno trabajaría en la ruda tarea de lavaplatos, mientras el otro pintaba, de modo que con el resultado de la venta de los primeros cuadros, el que trabajaba pasaría a estudiar.

Establecidas las bases del acuerdo, los dos amigos iniciaron la labor, afirmando Alberto:

— "Yo me dedicaré al trabajo", a lo que el otro respondió:

— "Yo soy más viejo que tú y ya tengo empleo en un restaurante".

Accediendo a la proposición del amigo, Dürero comenzó a estudiar y a pintar.

Cuando reunieron una suma que permitía que el otro estudiase, el mismo dejó el trabajo y se encaminó a la Escuela. Sin embargo, constató que la ruda actividad le había destruido la sensibilidad táctil, desequilibrándole el ritmo motor, comprendiendo que nunca llegaría a ser un genio, máxime, al descubrir la cualidad superior de su amigo.

\*

Dotado de sentimientos nobles, renunció a la carrera y prosiguió trabajando. En una noche en que Dürero retornó al estudio, al abrir la puerta silenciosamente, se detuvo en la sombra al ver que el reflejo de la luna que entraba por la claraboya, iluminaba dos manos puestas en actitud de oración. Era su amigo arrodillado que rogaba para que el compañero triunfara en la pintura.

El artista, conmovido ante la escena, la inmortalizó en una pequeña tela que pasó a la posteridad con el nombre de "Estudio para las manos de un Apóstol", realizada para el altar de Heller y que hoy pertenece a la colección Albertina, de Viena.

El renunciamiento es la emoción de los Espíritus Superiores transformada en bendiciones que desciende sobre el camino de los hombres.

Quien renuncia, establece para el prójimo los lineamientos del futuro, dentro de un clima de paz.

El renunciamiento es más beneficioso para quien lo practica.

Poder ceder, cuando es fácil disputar; reconocer el valor de otro cuando se está a su lado, brindándole la oportunidad de superarse; ayudar sin competir, en fin, son expresiones elevadas del renunciamiento que dan a la vida un sentido de significativa grandeza.

\*

El camino que hoy está cubierto de cardos y abrojos, es el mismo sendero bendito y libre que ayer fue recorrido con egoísmo.

La senda escabrosa, marcada por el pantano del presente, no es otra, sino aquella que fue relegada al abandono.

La ruta de difícil tránsito, es el fruto del olvido a que fue confinada por quien la recorrió.

Los pies andariegos siempre retornan al rumbo que ya conocen, así, como los astros en su periplo por el infinito vuelven al mismo curso, obedeciendo a la matemática de la gravedad universal.

Felices aquellos que hoy ceden para recibir mañana; los que ahora donan para más tarde enriquecerse; los que comprenden que la verdadera felicidad consiste en ayudar y proseguir la marcha, sin imponer nada, ni nada tomar.

Quien renuncia adorna su alma con las flores de la paz, granjeándose la gratitud de la vida por lo que recibe.

Jesús, renunciando al trono del Altísimo, vino a convivir con nosotros y a soportarnos.

Reconociendo nuestra pequeñez, renunció a Su grandeza.

Para hacerse entender, renunció a Su sabiduría trascendental.

Para amarnos, renunció a la tranquilidad, sufriendonos.

Y renunciando a la propia elevación, está aguardándonos.

## Influencias

Vives bajo la eventualidad de los factores que te envuelven, produciendo influencias decisivas en tu comportamiento.

Nadie marcha sin la inducción, consciente o no, de otro que se convierte en agente de su accionar.

\*

Como te encuentras en situación de progreso espiritual, marcado por problemas y dificultades, fijas con mayor facilidad las impresiones inquietantes y deprimentes, que te sugieren desánimo o rebeldía, malestar o violencia.

No siempre esas influencias se evidencian directamente.

Debido a la correspondencia natural e inevitable que existe con los Espíritus, aquellos que sintonizan con las pasiones inferiores absorben las ideas negativas y a ellos se entregan. No obstante, esas influencias van más allá, conduciendo a esos individuos a transformarse en instrumentos de transmisión del elemento mórbido del desaliento a aquellos que los rodean...

Es cierto que lo mismo ocurre en el sentido opuesto, en el cual se encuentran las Entidades felices y sus pupilos, que son todos cuantos fueren afines a los propósitos superiores de la vida.

\*

En razón de los atavismos que mantienen a la criatura en las fajas más groseras del proceso evolutivo, es mucho más fácil la sintonía con las influencias negativas, principalmente aquellas que manan del contacto con los frívolos y soñadores, ociosos o perversos, debido a su habilidad en expresar los sentimientos de que se encuentran poseídos.

\*

Resguárdate de las influencias perniciosas.

Razona, mientras escuchas a los charlatanes, examinando lo que ellos hacen, en qué destinan su tiempo, cuales son los testimonios de fidelidad a los ideales con los que dicen comulgar.

Siendo incapaces de ascender, por comodidad o sistemática rebeldía, combaten a los que luchan y apartan del trabajo mediante actitudes vanas y promesas engañosas a todos cuantos pretenden entrar en la actividad del crecimiento espiritual por medio del bien.

Libérate de su fascinación, rompiendo las cadenas mentales que te ligan a ellos.

Si postergas tu noble decisión, aquella influencia te enfermará.

\*

Ausulta tu conciencia antes de tomar cualquier decisión.

Evita escuchar ésta o aquella opinión.

Debes saber lo que quieres de la vida, cómo lo deseas y por qué lo anhelas.

Ora buscando las influencias superiores y recibirás la correcta inspiración.

Tienes una tarea para ejecutar.

Únete a los que luchan, ya cansados y sufridos, ofreciéndoles la sangre nueva de tu entusiasmo, sin conflictos ni indecisiones.

\*

No esperes encontrar hombres ni obras perfectas.

Perfeccionate, descubriendo cuán difícil es en ti ese proceso y entonces comprenderás mejor la lucha de los otros, el afán de los demás...

Decídate por el bien, por cuanto tú decisión modificará tu vida y así, a tu vez, influenciarás positivamente el comportamiento de otras personas.

## Problema de sintonía

La atracción que Jesús ejercía sobre todos aquellos que se Le acercaban, procedía de Su superioridad espiritual.

Sus silencios penetraban en el alma de los seguidores, quienes se conmovían, sumisos.

Sus palabras resonaban prolongadamente en la acústica de los seres que se mostraban permeables al verbo revelador.

Sus actos cambiaban lo habitual y evidenciaban Su naturaleza trascendente.

\*

Cuantos eran convocados, casi sin razonar, todo lo abandonaban por el placer de seguirlo.

Los que se dispersaron en el momento del testimonio, volvieron de inmediato, más tarde entregando sus propias vidas, en holocausto de amor o bien, renacieron marcados por Su llamada, siguiéndolo con valor y total renunciamento.

A su lado se vivía el clima de la esperanza, en perfecta comunión espiritual con la Vida Superior.

Nadie pensaba en la muerte como el fin de la vida, sino que representaba una puerta de acceso a la Vida...

\*

Haz una evaluación de tus actos y considera si estás en condiciones de partir.

El conocimiento espírita, que te conduce nuevamente a Cristo, te da la dimensión de la responsabilidad que te cabe cumplir.

\*

Por lo tanto, es conveniente que reconsideres actitudes negativas, situaciones conflictivas y estados de perturbación que están señalando tus horas.

Si colocas la vida espiritual en el primer plano de tus actitudes y conducta, tu vida pasará a tener un sentido superior.

Saldrás de la torpe situación en la que te debates y lucharás con más decisión por la conquista de ti mismo y en consecuencia, por la de tu paz.

\*

En sintonía con Jesús te sentirás fuertemente atraído por El y mediante una firme resolución conquistarás, como Sus primitivos seguidores, la felicidad que aún no disfrutaste.

## Depresión

La depresión tiene sus orígenes en el Espíritu que reencarna con una alta dosis de culpa, cuando es coartado en el proceso de la evolución, por factores negativos que jalonan su marcha y de los que no decidió liberarse definitivamente.

Con la conciencia culpable, sufriendo las consecuencias que dilaceran su alegría íntima, imprime en las células los elementos que las desconectan, propiciando a largo plazo, el desencadenamiento de esa psicosis que en la actualidad domina a una centena de millones de criaturas.

\*

Si deseamos examinar las causas psicológicas, genéticas y orgánicas, tan bien estudiadas por las ciencias que se encargan de profundizar en el problema, debemos tener en cuenta el Espíritu inmortal, que es el generador de los cuadros emocionales y físicos de los que necesita para elevarse a Dios.

La depresión se instala poco a poco, porque las corrientes psíquicas inconexas que la desencadenan, desarticulan lentamente el equilibrio mental.

Cuando irrumpe, con dominio manifiesto, sus raíces están ya fijadas en los paneles del alma rebelde o de la que teme, recelosa, proseguir en los compromisos redentores que abrazó.

Frente a sus causticas manifestaciones, es imprescindible una terapia de emergencia, aunque los métodos académicos vigentes, por sí solos no sean suficientes para erradicarla.

\*

Persistiendo los factores psico-sociales, socio-económicos y psico-afectivos que producen la ansiedad, seguramente se repetirán los disturbios en el comportamiento del individuo conduciéndolo a nuevos estados depresivos.

\*

Predisponente al amor y combatirás las contingencias depresivas, actuando pacíficamente en el área de la afectividad y teniendo el pensamiento puesto en Dios.

Evita el ocio y resguárdate de la ansiedad proveniente del exceso de trabajo.

Adiéstrate, mentalmente, para tener resignación frente a lo desagradable que te ocurra y que no puedas cambiar.

\*

Cuando te encuentres sitiado por la idea depresiva, amplía el campo de tu razonamiento y combate al pensamiento pesimista.

Si eres instigado por reminiscencias perniciosas e imprecisas, debes sobreponer a ellas tus aspiraciones de lucha y actuar, venciendo al cansancio.

\*

Quien aprende a conducir sus acciones y dirige el razonamiento con equilibrio, no cae en las bien urdidas redes de la depresión.

Toda vez que una idea perjudicial intentare adueñarse de tu pensamiento, obnubilándote la razón, recurre a la oración y a la ambivalencia de los conceptos, para impedir su fijación.

\*

Dando gracias a Dios por la bendición del renacimiento en la carne, toma conciencia de su utilidad y significado superior, combatiendo los temores que traes del pasado espiritual y los mecanismos inconscientes de culpa, trabajando con alegría.

Aunque recibas o no el tratamiento especializado de algún facultativo, ahonda en la terapia espiritual y reacciona, comprendiendo que todos los males que hacen desdichado al hombre proceden del Espíritu y que es en él, donde se encuentran estructuradas las conquistas y las derrotas, en el amplio mecanismo de la inevitable evolución.

## Cáncer moral

El malhumor sistemático — vicio del comportamiento emocional — genera la irritabilidad que desencadena innumerables males, en el individuo en particular y en el grupo social donde el mismo se desempeña, en general.

Enmarañando la razón, estimula las tendencias negativas, que deben ser combatidas fomentando la maledicencia y la indisposición anímica.

\*

Todos aquellos que lo alimentan, se transfieren a otro estado de desequilibrio orgánico y psicológico, dando margen a la instalación de dolencias psicosomáticas de complejo tratamiento tanto como de resultados demorados o negativos.

Todas las criaturas tienen el deber de trabajar por el propio progreso intelecto-moral, esforzándose por vencer las malas inclinaciones.

\*

El malhumor también resulta de la envidia mal disfrazada, así como proviene de los celos incontinentes.

Atiza las llamas destructoras de la discordia, mientras se complace observando la ruina y el malestar del prójimo.

\*

Muchas formas de cáncer tienen su origen en el comportamiento moral insano, en las actitudes mentales agresivas, en las posiciones emocionales enfermizas.

\*

El malhumor es un factor cancerígeno que actualmente ataca a un amplio espectro de la sociedad.

Como es una exteriorización del egoísmo enfermizo, se aplica a la desdichada tarea de perseguir a los que discordan de su actitud infeliz, esparciendo la inquietud con la que se arma de fuerzas para persistir en la insania que abriga en sí.

\*

Mantente en equilibrio ante los malhumorados y violentos, maledicentes y agresivos.

Ellos se encuentran enfermos, sí y marchan hacia la locura que termina por vencerlos con el beneplácito de la propia voluntad acondicionada. De estados de ánimo oscilantes, pasan fácilmente de una disposición a otra cayendo en rebeldía sin ningún motivo

justificable, como si hubiese alguna razón que pueda evidenciar la presencia de ese verdugo del hombre.

Vigila las causas de tus sentimientos y lucha sin miedo, en la intimidad de tu ser, contra el malhumor.

Cuida con esmero el verbo rudo y ácido, manteniendo la dignidad interior y evitando entrar en la contienda de las ofensas, resultante de la frecuente acrimonia.

\*

Y en tus crisis de malestar, no te olvides de la gratitud...

El mañana es incierto.

Aquel a quien hoy lastimas será la puerta donde mañana buscarás apoyo.

Conquista el título de pacífico o conviértete en pacificador.

Todo agresor se vuelve antipático y se asfixia en el clima mental malsano que produce.

\*

El Evangelio es una lección de optimismo sin límites y el Espiritismo, que lo actualiza para el hombre contemporáneo, invita a la transformación moral constante, en pro de la edificación interior del adepto que se dispone a entregarse a su ministerio.

## No desistir Jamás

Parece que hay una conspiración generalizada contra los principios éticos-morales, las realizaciones ennoblecedoras, los trabajos de engrandecimiento humano, las obras benéficas...

\*

Mucho se habla con respecto a la violencia y a la agresividad, de los horrores que se abaten sobre las comunidades; sin embargo, aquellos que repudian esos comportamientos alienados se acomodan, sistemáticamente, a sus intereses personales y solamente censuran...

Se sueña con un mundo más feliz y verbalmente se propugna por la transformación socio-moral de la Tierra; empero, no se va más allá de ese verbalismo o de los artículos bien elaborados de la prensa, pero poco sentidos.

Se estimula al hombre al sacrificio, sin que el sacrificio personal caracterice la conducta de quien incentiva a otro.

Muchos individuos se emocionan frente a aquellos que se extenuan en el afán de modificar el estatuto de las injusticias sociales vigentes, absurdas y dominantes. Se ofrecen, entonces, a la tarea de auxilio, imponiendo condiciones a las que no ceden, deseando someter a quienes admiran a la voluntad de sus opiniones y experiencias, desertando, no obstante, con facilidad, tan luego pasa el entusiasmo, sin guardar el mínimo respeto por la obra que se está realizando.

\*

Todos saben que el precio de un ideal cuesta el sacrificio del idealista, así como la índole de una empresa es evaluada por la profundidad de su contenido, por el bien que esparce y por la firmeza con que soporta todas las fuerzas opositoras...

Por lo tanto, es comprensible que existan dificultades en el desempeño de las tareas de elevación espiritual de la criatura en particular y de la sociedad en general.

El ardor de la lucha forja al héroe y la fuerza del coraje se revela en el fragor de la batalla.

Quien desiste no pasa de ser un aspirante sin poseer las credenciales del legítimo combatiente.

\*

Ana Sullivan podría haber desistido de educar a Elena Keller ante la obstinada negativa de los padres de la educanda y de los estrechos límites en los cuales la niña se encerraba.

Pasteur habría desistido, de no haber tenido su ideal vinculado al coraje de proseguir, cuando la burla y el sarcasmo intentaron expulsarlo de los laboratorios de investigación.

Semmelweis podría haber desistido de buscar la solución de la fiebre puerperal en razón de haber sido expulsado de la Clínica de Obstetricia, en Viena, como consecuencia de la intolerancia de sus colegas y de su director.

Francisco de Asís tenía todo para desanimarse y desistir ya sea al comienzo, durante o al finalizar su obra espiritual.

Allan Kardec superó inmensas barreras en la Sociedad que fundó en París para estudiar y divulgar el Espiritismo.

Van Gogh, padeciendo indescriptibles tormentos, podría haber desistido de la pintura, no obstante, prosiguió.

Aleijadinho, como sufría las limitaciones que le producía el mal de Hansen, poseía todas las condiciones para justificar su eventual deserción de la labor escultórica, pero a pesar de ello, continuó esculpiendo.

\*

La anónima de los héroes y santos de ayer como de hoy, anónimos o conocidos, es interminable.

Fue sobre la perseverancia de ellos que el progreso estableció sus bases vigorosas para bendecir el presente y hacer feliz el futuro.

En un mundo perturbado y de hombres imperfectos, no esperes mejor tratamiento, más allá de las contiendas que son inherentes a tu evolución.

Debes insistir en el bien, porque no eres diferente a ellos, al exigir lo que les niegas, cuando ellos esperan recibir de ti apoyo y comprensión.

\*

Desistir es fácil; sin embargo, perseverar es un desafío que merece ser aceptado.

Quien desiste, huye y transfiere la oportunidad de realizar, asumiendo las consecuencias naturales que sobrevendrán.

Dirás que lo harás más adelante, después. Tal vez lo hagas, pero es posible que no.

\*

Quien se acostumbra a desertar, muy difícilmente permanece cuando llega el momento del testimonio, que inevitablemente vendrá.

Haz un compromiso contigo mismo y entrégate a Dios, perseverando en la ejecución de la labor que hace frente a los factores infelices de este instante y dedícate a modificar los desdichados panoramas que pre-dominan en esta hora histórica de dolor.

¡Desistir, nunca!

## Lesiones en el alma

Frente a los acontecimientos infortunados que pueden sorprenderte en la senda por donde transitas buscando la renovación, resguárdate en la fe razonada que te impulsa al trabajo dignificante.

Si persistes en el malhumor, cultivando amarguras y alimentando odios, estás en peligro.

Si te entretienes en la maledicencia o en la ociosidad, o te conduces bajo lluvias de improperios que parten de tu rebeldía, estás al borde de un terrible despeñadero.

Si sustentas rivalidades y aceptas el desafío de las ofensas, o te interesas por nutrir enemistades, te encuentras en la frontera del desequilibrio.

\*

Ampárate en la calma ante cualquier dificultad o bajo torrentes de amenazas, sin permitirte la oportunidad de sintonizar en la faja de la agresión.

Esos enemigos a los que sustentas y vitalizas con asiduidad, te producen graves lesiones en el alma, desarticulando los engranajes sutiles encargados del equilibrio fisiopsíquico que te es tan necesario.

Las realizaciones edificantes y los procesos degenerativos que se exteriorizan en el cuerpo, proceden del alma.

\*

Ulceraciones del estómago y del duodeno, problemas hepáticos y disfunciones intestinales, manifestaciones cancerígenas y disturbios emocionales que propician la ansiedad, la neurosis, la psicosis y otras alienaciones, tienen sus orígenes en la intimidad del alma en desorden.

Enfermedades perfectamente evitables en el campo mental y en los cuadros físicos, derivan del descontrol de la voluntad y del mal uso de los valores que la vida proporciona para el progreso.

\*

De ese modo, si anhelas la salud, deseando el equilibrio psicofísico, aprende a dirigir tu conducta mental y moral, no dando guarida a las garras del mal ni a los rayos de perversidad que aún se propagan en la Tierra.

Entrégate a la acción del trabajo constante, para no tener tiempo para la queja o el malhumor, ni para averiguar acerca del error ajeno y de la ingratitud, amando y

esperando, al amparo de la dádiva luminosa de la fe que te muestra el porvenir feliz que te aguarda, si perseveras, fiel hasta el fin.

## Vivir con serenidad

En medio del tumulto que ruge desenfrenado, resguárdate en la serenidad.

Ante el clamor de las mil voces de la anarquía que engrosa las filas de la alucinación, conserva la serenidad.

Bajo la acción de las tempestades que provoca el dolor generalizado o la coerción de las aflicciones que nos presionan, preserva tu serenidad.

En medio del vocerío que protesta y blasfema, bajo el falso fundamento de justicia o por cualquier otro motivo, vive con serenidad.

En la confluencia de expectativas malsanas o ante el desorden que se convierte en lugar común, persiste en la serenidad.

A pesar de que todos se descontrolen amenazando la armonía general, no pierdas la serenidad.

Serenidad para cualquier situación. Serenidad con Dios.

\*

Ciertamente, no es fácil mantener una actitud pacífica cuando debe enfrentar una agresión. Sin duda, es un desafío mantener el equilibrio ante la presión de la violencia primitiva.

Nadie niega la dificultad de permanecer digno en medio de los vicios que se esparcen, dominantes.

\*

Sin embargo, quien ya conoce a Jesús tiene un compromiso con la serenidad de la que El dio muestras en todos los trances de Su vida.

La identificación con el Maestro impone la consciencia del discernimiento en medio de la malversación de los valores que son menospreciados, de manera desconcertante.

La afinidad con Cristo reviste al individuo de fortaleza moral para permanecer fiel en el puesto de la paz.

\*

Nadie se justifique frente a las celadas en que cae.

Nadie se excuse del esfuerzo que debe realizar para preservar su integridad moral.

\*

Nadie busque disculpas para caer en el remolino de las pasiones disolutas.

\*

Los mecanismos de la evasión se convierten en una cómoda actitud de flaqueza, frente a las disonantes posiciones morales que se establecen en la Tierra, con el beneplácito de los cristianos...

\*

La serenidad en todo, caracteriza la madurez del Espíritu lograda en la fragua de los testimonios y que está realmente dispuesto a alcanzar el punto final de su difícil trayectoria.

Sólo una decisión determinante y elaborada en el deseo honesto de no caer, de no desistir, de no embrutecerse, conduce al hombre a la planicie de la serenidad en la que el Maestro aguarda a cuantos se postulan a entrar al Reino.

\*

Considerando la gravedad del momento que se vive en el planeta angustiado, la serenidad es una eficiente medicación de emergencia, para evitar el contagio de los males que predominan en los corazones.

Con ella, todos tendremos las fuerzas necesarias para llevar a cabo aquello que la vida nos propone bajo la forma de pruebas para nuestro perfeccionamiento íntimo. Y cuando esta serenidad parezca desequilibrarse, busca la oración que imanta al hombre al Señor en una sublime ósmosis y absorberás el fluido pacificador que proviene del Padre, recomponiéndote, para proseguir.

## Firmeza en el ideal

La permanencia en los ideales superiores de la vida es uno de los más difíciles desafíos para el hombre de bien. Terminada una etapa, otra surge a su frente. Vencida una dificultad, otra se perfila.

\*

Cada paso dado brinda nuevas distancias a conquistar.

Tarea concluida es el comienzo de otras tareas más desafiantes.

Y cuando se piensa que los impedimentos más graves fueron superados, surgen otras situaciones y obstáculos que nos demandan mayor esfuerzo para transponerlos.

\*

Sin embargo, no puede ser diferente la actitud a asumir.

Cada conquista habilita al individuo para tentativas más audaces, en vez de conducirlo al parasitismo y a la inactividad.

La práctica es la maestra tolerante que capacita a cualquier persona para efectuar las realizaciones más complejas.

Lo que ahora parece imposible, más tarde se convierte en una obra concluida.

\*

En el conocimiento del alfabeto, en el arte de leer y escribir, no concluye la lucha del aprendiz, sino que se amplía el inmenso campo del saber que le aguarda.

\*

Por lo tanto, nunca desfallezcas en las luchas ennoblecedoras, especialmente en la labor de la fe regeneradora, frente a las tentaciones y a las desilusiones, a las agresiones sufridas y a las deserciones observadas.

En cuanto no haya un equilibrio de valores morales que permita una realización tranquila, las dificultades se multiplicarán.

Empero, en esa época, cuando tal cosa suceda, tu contribución será ciertamente menos valiosa que ahora, porque las necesidades son más grandes y los servidores del bien, escasos.

\*

En todas partes detectas el sufrimiento y la desesperación, la alucinación y la amargura segando vidas.

Sin embargo, esa es tu área de superación y de servicio fraterno en favor de todos.

\*

Si no te aceptan integralmente, ten calma y prosigue.

Si retribuyen tus gestos amistosos con el olvido y la ingratitud, apiádate más y continúa sin desanimar.

\*

Presta atención a las tempestades destructoras que suportó el árbol vetusto antes de endurecer sus fibras y tornarse victorioso, aguardando sin protestar la poda parcial o el corte total que lo convertirá en un objeto de elevada utilidad.

Medita respecto al esfuerzo hercúleo que realiza cualquier artista, antes de alcanzar la cumbre del éxito, así como al precio de los renunciamentos que se impuso, a pesar de que no siempre logra la plenitud íntima de la búsqueda a la que se entrega.

\*

No tomes nota de los tropiezos ni registres dificultades, dejando en el olvido a aquellos que no participan de tus objetivos.

\*

¿Qué quedó del Imperio romano que desdeñó a Jesús?

Los mordaces fariseos que Lo asediaban sucumbieron en la tumba y fueron olvidados. El recuerdo que de ellos se guarda es negativo y despreciativo.

¿Qué fue hecho del Concilio de Constanza, que llevó a la hoguera a Juan Huss?

El obispo que condujo a Juana de Arco al martirio no quedó indemne a la muerte.

\*

Los que intentaron impedir el progreso de la ciencia, la filosofía y las artes, avanzaron rumbo a la sepultura, cediendo lugar al progreso de la Humanidad.

Estos ásperos días marcados por sombras y perturbaciones, en los cuales aún es posible encontrar innumerables apóstoles de la verdad, son el amanecer de tiempos dichosos que ya se anuncian con luz y paz.

Afirmate en los ideales de la belleza y del amor sin preocuparte con las excentricidades en boga y enciende la esperanza en las almas, conduciendo tus aspiraciones superiores al encuentro de tu resurrección dichosa. En las celadas que se presenten en tu senda, asume la actitud de la fe y ora, prosiguiendo tu camino sin temor, en la seguridad de que conseguirás la victoria incuestionable.

## Locura y suicidio

Entre los flagelos que se abaten sobre la Humanidad, se destacan como uno de los más lamentables, la locura y el suicidio, que cercenan innumerables existencias humanas, demostrando la falencia de muchos de los valores morales de la actualidad.

\*

La primera, la locura, además de los orígenes conocidos por las ciencias psíquicas, es también la consecuencia de débitos que el Espíritu acumula en el tránsito de su evolución, en la actual o en reencarnaciones anteriores. Efecto inevitable de la soberbia y de las exageradas pasiones disolutas, estas imperfecciones se manifiestan en las células y en el equipamiento de la casa mental, produciendo desajustes que degeneran en estados de perturbación y desequilibrio.

Otras veces, los implementos de la organización psíquica que se encuentran bajo la acción del propio Espíritu deudor, dan margen a que se instalen los factores preponderantes de la locura o impulsan a acontecimientos que se convierten en motivos predisponentes a la misma.

Finalmente, frente a los sentimientos de culpa y a los compromisos perjudiciales que no se corrigen, aquellos Espíritus que en tales condiciones así permanecen, se predisponen a la sintonía con Entidades perversas y viciosas que se encargan de desencadenar los procesos alucinatorios, conocidos exclusivamente dentro de la vasta temática de la obsesión.

\*

Mientras tanto, el suicidio, que muchas veces es la etapa final de las patologías psíquicas, alcanza cifras sorprendentes en la disponibilidad moral de la sociedad.

\*

Entre las causas del suicidio podemos considerar las actuales, que son fruto de los abusos, a su vez responsables de las frustraciones e insatisfacciones, de malestares y rebeldías; así como las anteriores, aquellas que proceden de otras existencias que el ser espiritual vivió en las diversas reencarnaciones, criterios esos de los que se vale la Divinidad para promover el progreso y la conquista de los valores relevantes para el ser.

Uno de los más nefastos atentados a la Vida que el hombre se permite, el suicidio, es la consecuencia de la rebeldía que lo domina y de los mecanismos de fuga a los que se entrega, cuando quienes le rodean no atienden a sus exigencias.

\*

Como fenómeno psíquico, estudiado ampliamente por las ciencias de la mente y del comportamiento, el suicidio se viene expandiendo en todas las épocas y especialmente

en nuestros días, generalizándose en todas las clases sociales en las cuales se adiestran las criaturas.

Nada hay que lo justifique, ni existe motivo alguno en el área de la razón y del conocimiento, que lo muestre como la solución legítima para los problemas-desafío, que todos enfrentan en la marcha ascensional.

\*

Semejante a la locura, puesto que el suicidio es una locura, entre otros factores conocidos, se puede encontrar su causa en las perturbaciones de orden espiritual debidas a venganzas de más allá del sepulcro, ejecutadas por aquellos que salieron del cuerpo a través de la muerte, sin haber huido de las pasiones humanas.

Por lo tanto, locura y suicidio son términos de la misma ecuación humana, que desafían a los estudiosos y esperan el coraje para vencerlos por parte de aquellos que caen en las intrincadas trampas de su engaño infeliz.

\*

La erradicación de la Tierra de esos dos terribles enemigos del hombre, es responsabilidad de todos.

Mediante la palabra fraterna y estimulante, la oración intercesora y los actos de bondad cristiana, podemos modificar muchas situaciones que terminan en la locura o en el suicidio.

El comportamiento optimista y el interés puesto en acciones caritativas despiertan a los que van siendo aglutinados por las artimañas de esos extravíos, ofreciéndoles los medios de desprenderse de las vigorosas amarras.

\*

Vigila las fuentes donde nacen tus sentimientos y de tu mente, evitando caer en las sutilezas crueles de esos tormentosos enemigos del hombre.

\*

Ante las dificultades, reflexiona a fin de actuar acertadamente.

Sometido a imposiciones peligrosas, medita antes de reaccionar precipitadamente consumiendo la esperanza de la paz.

Al encontrarte con el infortunio, considera la bendición del tiempo como una solución para todas las vicisitudes.

Sometido a testimonios violentos que te inspiren temor, conduciéndote casi a la caída o al desencanto, renuévate con la seguridad de que, sin dudas, vendrán días mejores.

Sea cual fuere el camino que recorras, enfrentarás al sufrimiento como acontecimiento inevitable de la existencia humana.

En ese sentido, no hay nadie que pueda presentarse como excepción.

\*

Cada criatura conduce su carga de dolores con mayor o menor dignidad. Es cierto que hay personas que sufren más, que experimentan más angustiantes aflicciones; empero, están en inevitable proceso de reparación de las circunstancias antiguas, procedentes de existencias anteriores.

\*

La forma como recibieras tus momentos de prueba responderá por tu éxito o fracaso.

Por tal razón, ampárate en el equilibrio, evitando las violentas situaciones de locura y suicidio, que hoy como ayer aprisionan a las criaturas, arrebatándoles, después, la existencia carnal.

\*

Jesús, el Incomparable Amigo de los sufrientes, en todos los momentos de Su vida nos enseñó que en el amor fraternal, está la solución para alcanzar la paz y la felicidad.

Siguiendo Sus pasos, se comprueba que en cada circunstancia y delante de todas las personas, el optimismo y la confianza ilimitada en Dios constituyeron la tónica de Sus enseñanzas, a las que ratificó en Su vivencia cotidiana.

De igual manera, asume el amor fraternal y la seguridad en la bondad del Padre Creador, renovándote y sirviendo a tu prójimo, tomando esto como una profilaxis liberadora de la locura y el suicidio o como condición de terapia curadora, en el caso que los síndromes de uno o de otro flagelo ya se estén manifestando en tu vida diaria, conduciéndote a la pendiente del desequilibrio.

## Agresión

Cuando alguien embiste, furibundo, atacando a otro, ya se encuentra desequilibrado, siendo inútiles los esfuerzos del otro, concentrados en la palabra, a fin de llamarlo a la razón.

\*

El agresor, psicológicamente, se encuentra dominado por el instinto de la destrucción.

Faltándole los valores morales para superar la circunstancia o el hecho que le desagrada, se deja vencer por la irascibilidad irracional, atacando con violencia.

Porque está con la voluntad minada y sin control sobre sus propios impulsos, descarga sus frustraciones y conflictos en las personas que, de alguna forma, lo enfrentan o no se le someten, o a pesar de ser sus semejantes, lo provocan.

\*

Las agresiones se inician y toman forma a partir de la reacción mental osada, que no siempre se exterioriza en palabras o gestos, pero que se torna habitual, hasta el momento de la irrupción externa, en forma de provocación y choque físico, cuando se transforma en el golpe de la estupidez o en una actitud de consecuencias Imprevisibles.

El único comportamiento posible que la víctima debe asumir es el de la no-violencia, desarmando al otro con la armonía interior, aunque esto le cueste sufrimiento, humillación.

\*

La dignidad verdadera no se deja herir por la alucinación de los desequilibrados que buscan destruirla.

Sólo desaparece cuando aquel que la posee, la dona o pierde, entrando en las pugnas de la vulgaridad o de las vanas ambiciones.

Enfrentar con estoicismo a la persona que nos hiere, dilacerando nuestro sentimiento y nuestro cuerpo, es la manera más eficaz de llamarlo al equilibrio, convocándolo al discernimiento que le hace entender el estado en que se encuentra.

\*

"Al que te dé una bofetada en la mejilla derecha, ofrécele también la otra" —dijo Jesús, conforme escribió Mateo, en el versículo treinta y nueve, del capítulo cinco de Su Evangelio.

\*

Por lo tanto, no sintonices con los agresores que te acechan y te salen al paso, en el camino de tu redención.

Preserva la calma y desarticula los engranajes de la perversidad que te busca.

\*

Ten el coraje de no perder la paciencia ante el agresor, evitando colocarte en su misma situación.

Cobarde es el acto de responder al mal, golpe por golpe, bajo la irrefrenable ansiedad de liberarse de la situación a cualquier precio.

No deja de ser un inmenso desafío moral, el coraje de presentar la mejilla izquierda al agresor violento que ya te golpeó la derecha...

Sin embargo, el ser humano se mide por su valor espiritual y no sólo por el conjunto de músculos que reacciona con impulsos descontrolados, a los estímulos externos.

\*

El animal da coces o muerde por instinto, cuando es atacado, porque no dispone de otro recurso para la defensa.

\*

Habítate al autocontrol, canalizando tus tuerzas mentales y físicas en forma edificante, mediante ejercicios de vigilancia contra la agresividad que permanece en ti como herencia ancestral...

No obstante si alguna vez, debido a una burla o al golpe violento que te hiere, estuvieres a punto de responder, por falta de fuerzas morales, recurre a la oración silenciosa y serás renovado, consiguiendo vencer la circunstancia infeliz.

\*

Golpeado y enjuiciado arbitrariamente por un legionario perverso, Jesús indagó con dignidad, — "Si hablé mal, toma nota de mi error; pero si hablé bien, ¿por qué me golpeaste?", desarmando al cobarde, quien nunca más olvidó aquella mirada penetrante y bondadosa, del hombre que, a pesar de haber sido aparentemente vencido, permanece por todos los tiempos como el verdadero vencedor.

## Sobrevivencia

En toda la Buena Nueva se trasunta sutilmente el suave mensaje de aliento inmortalita, en una invitación directa y sin modificaciones con respecto a la observancia de las leyes de la vida inscritas en la conciencia del hombre, como reflejo de la Divina conciencia.

Todo el ministerio de Cristo se realizó con el concurso espiritual de Mensajeros elevados que confraternizaban con las criaturas, así como de Entidades sufrientes que en El encontraban el vigor y la liberación de las desdichadas situaciones en las que se debatían...

\*

Anunciado por los profetas — los médiums de entonces — varios siglos antes de su arribo se hizo anteceder por ángeles que informaron la consumación de la larga espera, continuando el intercambio sistemático de los sobrevivientes a la tumba, que colaboraban en Su obra mesiánica.

Sueños premonitorios y revelaciones indiscutibles allanaron Su camino, mientras que obreros que se Le habían anticipado, portadores de agudeza mediúmnica evidente, ratificaron los anuncios auspiciosos...

\*

En diálogos famosos, Jesús demostró Su autoridad con relación a los Espíritus, que de inmediato se Le sometían.

Los venerables Moisés y Elías lo homenajearon en el Tabor, cuando se mostró esplendoroso en toda Su grandeza y elevación.

... Y como si no bastasen todos los hechos mediúmnicos de Su vida, después de la muerte, retorna, innumeradas veces junto a sus asustados compañeros en un conmovedor y decisivo apoyo, así como invitándolos a guardar la esperanza en la triunfal sobrevivencia del ser tras la noche sombría de la sepultura.

\*

Por más que te aflija el profundo dolor de la nostalgia, con relación al ser amado que la muerte te arrebató, proyecta tu pensamiento en dirección al mañana que habrá de reunirlos otra vez, en la vida más allá de la vida.

La muerte es un fenómeno inevitable, no obstante, es una bendición que posibilita la perenne unión.

\*

No te entregues a la rebeldía o a la blasfemia ante la llegada del imprevisto acontecimiento que te enluta.

Nadie permanecerá indemne a la desencarnación ni libre del sufrimiento.

\*

Balsamiza la herida abierta en tu sentimiento angustiado, con la medicación del amor que permanece integral, permitiéndote mantener la vinculación con el ser querido.

Pasado el período inicial de la recuperación y del reequilibrio, podrás contactarte con él.

Ora, por el ser que partió, elevándote en pensamiento, para auxiliarlo, a fin de ayudarlo a adaptarse a la nueva situación en que se encuentra.

\*

Y mientras permanezcas en el cuerpo; vive de tal forma que al llegar el momento de tu partida estés equipado con paz y valores relevantes, para ofrecerlos a los amores que te precedieron y que te aguardan, igualmente dichosos, cantando un poema de gratitud en un luminoso amanecer de sobrevivencia feliz.

## Renacimiento de Cristo

La irrefrenable ambición generada por el delirio de grandeza, es la responsable del desaliento de las multitudes arrojadas al sub-mundo de la miseria moderna, de donde procede el germen de la delincuencia que se esparce por los cuadrantes de la Tierra...

Y no es porque el psiquismo de Cristo se haya diluido en vano, a través de las páginas de la Historia; ni porque falten los testimonios grandilocuentes de la solidaridad y del amor, demostrando la sublime conducta de los mártires de la fe y de los misioneros de toda índole...

\*

La humanidad conoce la trayectoria de los verdaderos argonautas del bien, que se sacrifican en el testimonio de los ideales de ennoblecimiento, mediante los cuales demuestran que, verdaderamente, el triunfo es una conquista interior sobre los ímpetus y pasiones animalizantes y no el dominio de objetos y valores de legitimidad muy dudosa.

\*

Hay algunos que a pesar de las posiciones de comando en que se encuentran, no consiguen liberarse de las crueles y ocultas dependencias a las que están esclavizados.

Existen muchos hombres que acumulan fortunas y padecen carencias, en el área del sentimiento y de la paz, que moneda alguna puede substituir.

Triunfan algunos conquistadores que son temidos y respetados, pero que a su vez son vencidos por enfermedades irreversibles que los consumen, inexorablemente.

\*

Alejandro Magno de Macedonia conquistó la Tierra; sin embargo fue abatido por la muerte cuando se encontraba en la cumbre de las glorias humanas, perdiendo el cuerpo a los 33 años, a causa de una fiebre aguda...

Nabucodonosor I, de Caldea erigió un imperio envidiable, sin eximirse de la locura que lo aniquilaba...

Ciro II, el persa, venció a Astiages y a Creso, conquistando innumerables reinos, sin permanecer por mucho tiempo comandando el carro de la guerra, que lo arrojó al suelo, siendo él mismo víctima de la impulsividad, en la batalla contra los masagetas...

Atila, el huno, amenazó y diezmó a casi toda Europa; no obstante, se perdió a sí mismo en la derrota que sufrió en los Campos Cataláunicos, por Aecio...

Alarico I, el visigodo, que era semejante a él, venció el Oriente, saqueando a Roma; sin embargo, se perdió en Cosenza, donde murió...

La nómina que presenta a los vencedores de ayer y de hoy y a los dominadores y poderosos que pasaron es extensa...

\*

Estos días, igualmente ensombrecidos por amenazadoras calamidades, pasarán pronto, porque a pesar de la presunción humana y la falta de piedad que gobierna a muchas criaturas, envueltas en el olvido alucinado de sus responsabilidades para consigo y con relación al prójimo, Jesús comanda la nave terrena, conduciéndola al puerto de la paz.

Los que fomentaron la guerra en el pasado son fantasmas truhanescos que ahora yacen en cenizas y olvido.

Los que actualmente amenazan con la extinción del mundo, mediante las armas de alto poder destructivo, igualmente permanecerán por poco tiempo en el cuerpo transitorio.

\*

Todos aquellos que afirmados en los ideales materialistas, piensan en retirar las "señales de Dios" de la memoria del mundo, jamás lograrán "apagar las estrellas" que, después de ellos, continuarán brillando...

... Y como la cultura, la ética y la civilización parecen sumergirse en una noche abismal, como sucedió en un tiempo ya lejano, aunque cercano por el sentimiento y por la mente, cuando nació Jesús, señalando los rumbos que no fueron recorridos, se repite el acto de amor de Dios para con las criaturas, permitiendo que El, discretamente, renazca en el corazón del hombre, celebrando una alianza de perfecta unión, capaz de vencer las horas difíciles de hoy, convirtiéndose en una estrella de primera magnitud, en torno de la cual giren las aspiraciones y los ideales de todas las criaturas.