

## ***Los senderos de la salud***



***Geoffrey Hodson***

*“El hombre no es tan solo un cuerpo. Es un ser triple: cuerpo, inteligencia y espíritu. Esa unidad de fuerza se torna cada vez más sensible a medida que la evolución prosigue”*

La salud es la mayor necesidad física del ser humano. Así considerado, y a pesar del progreso de la ciencia, la incidencia de enfermedades como el cáncer, la diabetes, hipertensión y problemas cardiacos tienden a aumentar. Más y mayores hospitales se están construyendo. ¿Cuáles son las leyes fundamentales de la salud y del bienestar, y de qué manera son violadas, hasta el punto de que encontrar a un individuo perfectamente saludable sea ya una rareza?

La salud es una condición de armonía y unidad de pensamiento, sentimiento y conducta. Cuando esta unidad es alcanzada y mantenida, dos leyes básicas son obedecidas. Una es la ley del equilibrio sobre la cual todo el universo está establecido; y la otra es la ley de la compensación por la cual todo el universo es gobernado. Cuando ninguna ley natural es violada, no hay dolor personal; cuando lo es, el sufrimiento es inevitable. La naturaleza y la extensión del dolor son siempre proporcionales al grado de la violación.

La aplicación de este conocimiento a nuestra conducta en la vida y a la obediencia a estas leyes constituye el único fundamento sobre el cual la salud perfecta puede ser mantenida, y ambas, cuando se pierden, pueden ser totalmente restauradas. La curación del enfermo depende del retorno a la armonía y de la obediencia a la ley natural.

También podemos definir la salud como un resultado de la interacción armónica entre las fuerzas del espíritu y de la mente por un lado y las del cuerpo y de las emociones por otro. A partir del interior, las fuerzas y los impulsos espirituales y mentales vibran. Del exterior, los impulsos físicos y emocionales responden y modifican a los primeros. Esa interacción armónica es esencial para la salud.

La salud, por tanto, es casi enteramente una cuestión de ética y de conducta armónica. El yo espiritual interior continuamente transmite impulsos. La mente los recibe y los trasmite. El cuerpo físico los recibe y los manifiesta en varios grados. El grado de ratificación decide la extensión de la felicidad y de la salud. Similarmente, el grado en que esos impulsos son ignorados determina la extensión de la infelicidad y de la enfermedad. Cuando la armonía es preservada, la salud está asegurada. Cuando no lo está, la enfermedad es inevitable. Con el tiempo, la discordia interior produce la dolencia exterior.

El ser humano no es tan solo un cuerpo, Es un ser triple: cuerpo, inteligencia y espíritu. Esa unidad de fuerza se torna cada vez más sensible a medida que la evolución prosigue. El equilibrio y la responsividad nerviosa y psíquica de la humanidad se tornan continuamente más delicados. En consecuencia, la violación de la ley básica produce mayor perturbación, produce en el ser humano un dolor más agudo.

¿Cuál es el mensaje que el yo espiritual transmite, la mente recibe y el cuerpo precisa ratificar? ¿Si fuese posible – y de hecho lo es – ascender al estado de consciencia espiritual y ver el universo con los ojos del espíritu, qué se vería? ¿Si con los oídos del espíritu, la canción de la vida pudiese ser oída, cuál sería el tema? La respuesta para esas dos preguntas es: **“La vida es una”**. Una vida, una luz, un poder, un amor – esa es una verdad fundamental.



La unidad es el mensaje que el yo espiritual transmite ininterrumpidamente al ser humano a través de la mente. En el egocentrismo del hombre de mente material, unidad y amor aún son negados. *“Cada uno para sí”* es el lema. Individuos, grupos y hasta incluso naciones, cuando no son amenazadas por un peligro común, aún se muestran como unidades egocéntricas, con poca o ninguna consideración para con el prójimo, sin tampoco mencionar para con la naturaleza. Los resultados saltan a la vista: La gran mayoría de los seres humanos es propensa a enfermedades; el

caos y la enfermedad del mundo son los resultados directos de la negación del ser humano en relación con la unidad de la vida.

Mas esa no es una situación incorregible; hay sanación para la humanidad que teme la guerra y está oprimida por la enfermedad. El ser humano está evolucionando gradualmente. La gentileza para con el prójimo y el trato gentil para con los animales están aumentando. La caridad se está extendiendo. Para un número creciente de personas la voz interior se torna más fuerte y más insistente, afirmando la vida una. Consecuentemente la mente responde y el cuerpo cumple. El amor profundiza, se torna menos egoísta y más universal. La salud y la felicidad aumentan de modo correspondiente.

Por fin, el mensaje de la unidad de la vida es reconocido como una instrucción divina y se torna en una orden irresistible. La mente está de acuerdo, el cerebro responde y la conducta se adapta a la consciencia. La clemencia se torna como el evangelio de la vida. La caridad arde como una llama en el corazón. El auto interés se pierde en el altruismo. Ese es el secreto de la salud perfecta, de la vitalidad radiante y de la felicidad interior, pues el reconocimiento de la unidad es la panacea individual y universal.

La negación de la unidad de la vida asume comúnmente el aspecto de crueldad. La deshumanización del ser humano para con el ser humano es proverbial. Las prisiones y los informes de las sociedades de protección para las mujeres y niños proveen las pruebas. Los crímenes practicados contra los animales vienen de antiguo y abarcan a todo el mundo. El hombre es el mayor enemigo de los animales. En los mataderos, la humanidad alcanza el ápice del salvajismo, pues la brutal matanza es innecesaria y los animales están indefensos.



El resultado es inevitable, de acuerdo con las leyes que acabamos de enunciar, es la miseria y la enfermedad. Quienes matan animales y consumen sus canales no pueden ser individuos felices ni saludables. Estos están en conflicto con la unidad de la vida y con el poder, el propósito y el impulso de la naturaleza, pues toda criatura se mueve rumbo a la plenitud de la libertad de manifestación.

La llave para la salud y para la felicidad es la clemencia, definida como benevolencia, compasión y gentileza para con todos los seres sensibles. Existen cuatro razones básicas para la clemencia. La primera es que solamente la clemencia ratifica el hecho de la unidad de la vida. El daño a una única criatura puede tener amplias consecuencias, pues la vida en todos los seres es la vida una. La crueldad trae sufrimiento para todos, incluso al autor. La vida es una gran energía consciente y creativa. Efectos agradables o dolorosos son comunicados a través de toda la existencia manifestada.

La segunda razón es que en la conducta clemente, la más elevada ratificación de unidad, está el amor universal. Se debe ser clemente por causa del amor. Todo lo demás son sombras. La tercera razón es que la salud y la felicidad de todos los seres dependen de su relación mutua. Todos nosotros dependemos mucho los unos de los otros para nuestro bienestar, progreso y realización. La cuarta razón para la clemencia es que, bajo la ley de causa y efecto, el hombre recoge aquello que siembra

La crueldad inevitablemente trae sufrimiento, y la gentileza con toda certeza aporta felicidad.



**Geoffrey Hodson.** – (Inglaterra, 1886 – 1983) fue escritor, teósofo y renombrado clarividente.