

ANDREAS MORITZ

Es hora de vivir



EDICIONES OBELISCO

Si este libro le ha interesado y desea que le mantengamos informado de nuestras publicaciones, escríbanos indicándonos qué temas son de su interés (Astrología, Autoayuda, Ciencias Ocultas, Artes Marciales, Naturismo, Espiritualidad, Tradición...) y gustosamente le complaceremos.

Puede consultar nuestro catálogo en www.edicionesobelisco.com.

Colección Espiritualidad, Metafísica y Vida interior

ES HORA DE VIVIR

Andreas Moritz

1.ª edición: abril de 2011

Título original: *It's Time to Come Alive*

Traducción: *Pablo Ripollés*

Maquetación: *Marga Benavides*

Corrección: *M.ª Ángeles Olivera*

Diseño de cubierta: *Enrique Iborra*

© 1998, 2005, Andreas Moritz

(Reservados todos los derechos)

© 2011, Ediciones Obelisco, S. L.

(Reservados los derechos para la presente edición)

Edita: Ediciones Obelisco, S. L.
Pere IV, 78 (Edif. Pedro IV) 3.ª planta, 5.ª puerta
08005 Barcelona - España
Tel. 93 309 85 25 - Fax 93 309 85 23
E-mail: info@edicionesobelisco.com

Paracas, 59 - Buenos Aires
C1275AFA República Argentina
Tel. (541 - 14) 305 06 33
Fax: (541 - 14) 304 78 20

ISBN: 978-84-9777-734-6

Depósito Legal: B-10.723-2011

Printed in Spain

Impreso en España en los talleres gráficos de Romanyà/Valls S. A.
Verdaguer, 1 - 08786 Capellades (Barcelona)

Reservados todos los derechos. Ninguna parte de esta publicación, incluido el diseño de la cubierta, puede ser reproducida, almacenada, transmitida o utilizada en manera alguna por ningún medio, ya sea electrónico, químico, mecánico, óptico, de grabación o electrográfico, sin el previo consentimiento por escrito del editor.
Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

*Empieza a ejercer hoy el asombroso poder sanador
de tu cuerpo, tu mente y tu espíritu*

*Para dejar atrás la época de los conflictos y la ignorancia,
hemos de aprenderlo todo de nuevo.
Sólo las nuevas semillas pueden producir una nueva cosecha.
Por tanto, es hora de adoptar una nueva forma de vida.
Es el momento de la buena salud, la tranquilidad de espíritu
y la sabiduría espiritual.*

ANDREAS MORITZ



INTRODUCCIÓN

No hay nada malo en este mundo ni en sus moradores. Ya no es necesario que nosotros, la raza humana, sigamos obcecados por la ilusión de la mala salud, los problemas y el sufrimiento. El sueño nos impide despertar al esclarecedor descubrimiento de que somos todo menos víctimas indefensas del aciago destino manipuladas por fuerzas mayores que la nuestra. Lo que más necesitamos en esta fase de nuestro desarrollo humano es despertar a las realidades dimensionales superiores de nuestra existencia para ver nuestro potencial inmensamente rico, identificarnos con él y utilizarlo.

La vida, de un modo misterioso, es perfecta aunque muchos de nosotros aún carecemos de la consciencia necesaria para experimentar y entender cómo funciona de verdad. La mayor parte de las personas de este mundo sigue creyendo que los acontecimientos, las circunstancias, los accidentes, las enfermedades y las relaciones son más o menos sucesos casuales que no tienen mayor trascendencia, ni vinculación con un propósito mayor en la vida. Sin embargo, todos los momentos y acontecimientos de la vida de una persona son como las innumerables piezas aparentemente no relacionadas entre sí de un gigantesco rompecabezas que, cuando finalmente se resuelve, presenta una imagen llena de significado. Cuando se consideran como acontecimientos aislados, los accidentes, las enfermedades o las situaciones conflictivas parecen ocurrir por casualidad y tienen poco sentido. Sin embargo, a un nivel de la realidad menos obvio donde la vida se ve desde una perspectiva más amplia, tienen muchísimo sentido. Las piezas individuales del rompecabezas son,

todas ellas, muy importantes una vez encuentran el lugar al que están destinadas. Cada una aporta importancia al panorama global. Si no somos capaces de ver esa imagen más amplia de la vida, los incidentes aislados parecen privados de su propósito único, ocurridos al azar y responsables de la confusión, la inestabilidad y el sufrimiento que podamos experimentar. Es un estado en el que podemos creer que la vida no tiene sentido.

Todos seguimos buscando cómo sentirnos completos y realizados a través de cualquier medio que parezca apropiado; en nuestro interior tenemos sed de felicidad, pero tendemos a buscarla fuera. Aunque sin ser plenamente consciente de las razones, he estado buscando la sabiduría espiritual desde que era un niño y creía que las respuestas a por qué estaba descontento sólo podían hallarse fuera de mí. Tras casi veinte años de «prueba y error», las circunstancias me empujaron a buscar en mi interior las respuestas sobre la vida, el universo y todo lo demás.

En ocasiones, el camino hacia el conocimiento de mi propia persona fue muy accidentado, pero cuando hoy, con mayor conciencia, miro hacia atrás, puedo ver con claridad que las penalidades y las dificultades que tuve que soportar resultaron ser mis mayores ventajas y una inestimable bendición. Me obligaron a crear un estilo de vida razonable que evolucionó hasta convertirse en un estado de gracia en vida. Todo lo que *realmente* me ocurrió fue un cambio de conciencia, que transformó mi forma de pensar y remodeló mi destino de la manera más gratificante posible. Descubrí empíricamente que nosotros (y eso incluye nuestro cuerpo, nuestra mente, nuestra alma, nuestra conducta y ese yo extendido que es nuestro entorno) somos meros productos de nuestra propia conciencia y sus proyecciones.

Nuestra conciencia se expresa a través de pensamientos, sentimientos, emociones, deseos, preferencias, aversiones e intenciones, que son las herramientas mentales que conforman nuestra realidad personal. Cualquier cambio en la conciencia causará otras modificaciones en el cuerpo, la mente y el espíritu, e incluso en el entorno. Mediante una fuerza invisible y penetrante, creamos o cocreamos todo lo que nos sucede. Nuestra conciencia es como un dramaturgo; cualquier cosa que escriba será representada en el teatro de la vida. Como nuestra conciencia es básica para el modo en que percibimos y actuamos en este mundo, su desarrollo

merece la máxima atención. Estamos aquí para escribir un nuevo guión que nos ayude a identificarnos con nuestra naturaleza espiritual y a apreciar la vida por lo que realmente es. Hay una sensación de urgencia a nuestro alrededor que nos dice que ha llegado el momento de la transformación individual y global.

La lectura de este libro te ayudará a despertar tu conciencia latente a través de profundas y nuevas percepciones que pueden transformarla del modo que tú desees, lo que la convertirá en la herramienta más poderosa para realizar tus deseos y mejorar todos los aspectos de tu vida. También ofrece profundos procedimientos para restaurar la integridad de cuerpo, mente y alma. Además, serás capaz de reconocer y transformar las influencias restrictivas e incluso perniciosas de muchas de tus actuales creencias, ya estén relacionadas con el envejecimiento, las emociones, las relaciones, las cuestiones medioambientales o la muerte.

Este libro es tanto una muestra de gratitud personal por haber aumentado la conciencia en mi propia vida como una invitación a ti, lector, a que abras tus propias puertas al mundo de la abundancia, el amor y la sabiduría espiritual. Lo único que necesitas es estar abierto y receptivo y aceptar la posibilidad de que tal vez tengas que dejar atrás tus viejas pautas de vida y condicionamiento que han causado el dolor y el sufrimiento de tu vida. Recorrer el camino del conocimiento de tu propia persona es un viaje en el que podrás conectar con tu yo natural innato, rompiendo las cadenas de tus antiguas creencias, que pueden haber impuesto severas limitaciones sobre tu cuerpo y tu mente. Eso te concederá libertad para tomar tus propias decisiones incondicionadas en la vida.

A medida que te hagas más consciente de ti mismo, empezarás a perfeccionar tu capacidad de distinguir los supuestos falsos y los sistemas de creencias perjudiciales de aquellos otros que aumentan la felicidad y el bienestar. Los viejos axiomas «La vida es sufrimiento», «No puedes tenerlo todo en la vida» o «Envejecer es un proceso natural» quedarán obsoletos una vez que aproveches al máximo tu *verdadero yo*: un campo lleno de posibilidades.

Las experiencias de lucha y conflictos sólo pueden tener lugar cuando estamos atrapados en los niveles dimensionales segundo y tercero de la realidad, lo que crea la ilusión del tiempo, así como el cuerpo físico y el aspecto material del mundo. La mayoría de la gente se ha limitado a

experimentar sólo esta diminuta fracción de la realidad; se siente limitada a ella y, por tanto, se impone a sí misma sistemas de creencias y normas de conducta altamente restrictivos. Estos principios de vida tan anticuados que se desmoronan han dominado nuestra cosmovisión durante miles de años y han contribuido al caos, la destrucción y la confusión en todos los lugares. Las leyes inventadas por el hombre, por así decirlo, han reemplazado a las leyes naturales y se han convertido en las profecías de la vida moderna que se realizan por sí solas.

La era moderna pone el énfasis, sobre todo, en verificar cualquier hallazgo o descubrimiento de una manera científica antes de aceptarlo como útil y práctico. Esto tal vez era relevante a un nivel superficial de la vida, pero tuvo poco o ningún efecto a la hora de mejorar la calidad de vida desde dentro. Este enfoque incompleto de la vida nos ha conducido a la pérdida de emoción, aventura, misterio y diversión, lo que ha hecho que la vida resulte prosaica e incluso aburrida, como si no tuviera otro sentido, excepto acatar las normas y los reglamentos. Hace poco tiempo, esta era de la vida dominada por la ciencia entró en un punto de crisis donde las creencias en conflicto incluso en el seno de la propia comunidad científica estaban amenazando sus cimientos. Físicos punteros hablan ahora de consciencia, una fuerza superior e incluso Dios cuando se refieren al origen de la vida física. El nuevo milenio está bajo la influencia de Acuario, y los viejos axiomas y leyes de vida ya no bastan para ayudarnos a vivir una vida con sentido. Todos tenemos ahora ante nosotros la decisión de asumir un nuevo orden mundial que se caracteriza por su perfecta salud, abundancia, amor y sabiduría espiritual. Este libro se ha concebido con el fin de que despiertes a esta nueva realidad.

Durante milenios, el hombre ha permanecido en la ignorancia respecto a su verdadera naturaleza y su potencial ilimitado. En la mayoría de los casos, su consciencia estaba tan orientada al cuerpo que ni tan siquiera se daba cuenta de que tenía una mente. A excepción de unos cuantos casos ilustrados, el hombre tenía poca o ninguna experiencia consciente sobre la poderosa influencia que la mente puede ejercer en el cuerpo, el destino y el mundo. Ahora, la humanidad en conjunto está pasando por una fase de transición forzosa que hará que nuestra conciencia deje de estar orientada a la materia para centrarse en nuestra naturaleza espiritual. El hombre se reconocerá a sí mismo como un ser espiri-

tual en un cuerpo humano, cuya herramienta más poderosa es la mente. Aprenderá a usar sus poderes mentales de la mejor forma posible para enfrentarse a la vida, incluidas su salud física y sus necesidades materiales. Las percepciones y los procedimientos ofrecidos en este libro pueden contribuir a que esta transición sea la mejor experiencia de tu vida. Están diseñados para que despiertes a la nueva realidad que amanece en el horizonte humano. Eres tú quien tienes que descubrir cómo es esta realidad.

El potencial humano no es limitado, como nos han enseñado a creer; es infinito. Como un prisionero que ha sido confinado en una celda durante décadas y de pronto es puesto en libertad, puede que tardemos un tiempo en acostumbrarnos a la idea de que realmente somos libres y no tenemos restricciones en nuestra capacidad de conformar nuestro destino y cumplir nuestros deseos más profundos. Entramos en el terreno de todas las posibilidades y, para aprovecharlo, antes debemos despertar a esta nueva realidad y aprender a confiar en nosotros mismos. Realmente eso es todo lo que hace falta para disfrutar la vida que merecemos.



CAPÍTULO 1

Camino al descubrimiento

Maya: el mundo de la ilusión

Por lo general, nuestro cuerpo nos parece claramente distinto de cualquier otra cosa que exista a nuestro alrededor. Nuestro planeta y los millones de galaxias y estrellas que giran en el universo en expansión no parecen guardar relación con nuestro cuerpo, y la mayoría de nosotros considera que sólo son materia inerte con escasa o ninguna relevancia para nuestras vidas individuales. Sin embargo, ¿es eso cierto? ¿Sería posible, en cambio, que nuestros ojos y los demás órganos de percepción proyectaran una imagen de la realidad que eclipsara nuestra conexión más profunda con el universo?

Einstein, pionero de la física cuántica, consideraba que esta idea era la verdad definitiva. Sabía que la materia y la energía es una expresión dual del mismo sustrato universal que compone todas las cosas, incluidos nosotros mismos. Los físicos cuánticos actuales confirman lo que Einstein ya sabía desde el principio: el mundo concreto *parece* real, pero no lo es. El maya, la ilusión, nos oculta lo que es real al cautivar nuestros sentidos con un conjuro mágico. Debido a las nubes del cielo, a veces tenemos la impresión de que el Sol «desaparece». Aun cuando no es verdad, seguimos usando expresiones como «se ha ido el sol» o «no ha salido el sol en todo el día».

A efectos prácticos, tales afirmaciones tal vez sean correctas; pero, en realidad, ocultan un aspecto aún más significativo de la verdad, que es nuestra perfecta conexión con todas y cada una de las partes de la creación. Confiar sólo en nuestros cinco sentidos para conocer el mundo y actuar siguiendo ese conocimiento es comparable a construir una casa sólo con arena; está destinada a desplomarse. Un niño ve salir el Sol por el este y lo ve desaparecer por el oeste. Cuando crece y aprende las lecciones básicas sobre nuestro sistema solar, se siente confuso y perplejo por esa información; de lo contrario, no comprendería en absoluto su lógica. Se ve obligado a aceptar que las cosas no son siempre lo que parecen. Sólo mediante una clara comprensión intelectual de la situación y cierto grado de desconfianza hacia su sentido de la vista podrá reconciliar las dos realidades contradictorias del mismo suceso que tienen lugar justo ante sus ojos. La confusión del niño sólo desaparecerá cuando haya aceptado y entendido que el Sol nunca sale ni se pone; que es la Tierra la que gira alrededor del Sol, y no al revés.

Un desafío aún mayor se presenta cuando el niño aprende que la Tierra no es plana como parece, sino redonda, y que nunca puedes llegar al fin del mundo por muy lejos que viajes. Hace sólo unos pocos siglos, la humanidad aún creía que si caminabas hasta el confín del horizonte te caerías de la Tierra como desde el borde de un precipicio. Hoy en día, semejante noción de la realidad sólo nos provoca una sonrisa. Pero la persona que viva simplemente dentro de treinta o cincuenta años sonreirá ante nuestra actual percepción de la realidad, porque tampoco será ya relevante.

Casi todos los conflictos y luchas en el pasado histórico del hombre tenían su raíz en creencias surgidas de una percepción sensorial equivocada. Incluso hoy, se están librando guerras sobre «derechos territoriales» y «fronteras nacionales» que sólo existen en la mente de la gente. Tales derechos y fronteras son meramente una ilusión, porque el planeta Tierra es íntegro y no es posible dividirlo en segmentos. Para la mayoría de la gente, el derecho a poseer un pedazo de tierra y cultivarlo para ganarse la vida es natural. Al construir una casa en esa tierra como refugio y protección, puede verse llevada a creer que la posesión de esa propiedad es su derecho natural personal. Sin embargo, en realidad, sólo se la ha «arrendado» a la Madre Naturaleza durante su relativamente breve estancia en

el planeta. Los campos pertenecen a la Tierra desde hace millones de años y ningún documento legal establece la propiedad de una parte de ella. Los conflictos surgen no de usar la tierra, sino de la falsa interpretación de que la poseemos.

Es más: alimentamos la errónea noción de que somos capaces de cultivar nuestros propios alimentos y mantenernos, pero olvidamos que no podemos cultivar una simple brizna de hierba sin el auxilio del sol y sin el aporte planetario de calor, energía, aire, agua y nutrientes. Ninguna forma de vida puede existir de manera aislada, porque todo, incluida la vida humana, está íntimamente interrelacionado con cada parte de la Tierra y del universo que nos rodea.

La ilusión sensorial de que la Tierra y nosotros somos entes diferenciados nos lleva a adquirir más cosas materiales, como dinero y posesiones, de las que realmente necesitamos. La acumulación de riqueza crea una ilusión de seguridad. Pero la sensación de seguridad basada en la riqueza material es débil. Produce un miedo constante de perder las posesiones, cosa que puede ocurrir en cualquier momento. A veces, incluso estamos dispuestos a arriesgar la vida para obtener o defender nuestras posesiones. Sólo cuando una calamidad –como un incendio, un maremoto o un devastador terremoto– destruye lo que creíamos que era nuestro, empezamos quizá a entender que en realidad nunca podremos poseer nada en absoluto. La propiedad auténtica y duradera sólo existe en el estado consciente de «unidad» con la Tierra viva, que es también el estado de continua abundancia y derecho a vivir sin temor. En el pasado, ciertas civilizaciones han mostrado, en conjunto, tal unidad y conciencia. Su secreto máspreciado era el arte de estar en armonía con la naturaleza en lugar de enfrentadas a ella. Los sabios de nuestro pasado han dejado tras de sí vestigios de su grandeza que pueden ayudarnos a redescubrir la esencia misma de nuestro ser.

Lecciones del pasado

Durante muchos años, las personas de raza blanca trataron a los indios de América del Norte, a los aborígenes de Australia y a otros pueblos tribales del mundo como razas inferiores con creencias «incultas» o esti-

los de vida «incivilizados». Varios textos descriptivos incluso se refieren a ellos como «salvajes» o «bárbaros». No obstante, cada vez más personas con inclinaciones espirituales, así como científicos, han empezado a darse cuenta de que podemos aprender muchas cosas de sus modos de vida naturales. Las antiguas culturas de los incas, los mayas o la civilización védica tenían un entendimiento de la naturaleza y la creación muy superior al de todos los volúmenes que se han escrito sobre ciencia y tecnología avanzada.

Nuestra comprensión de la física cuántica parece haber evolucionado lo suficiente para proporcionar explicaciones razonables sobre el modo en que la materia y la energía comparten un terreno y fuente común en un «campo unificado» de ley natural, como concibió inicialmente Albert Einstein. Científicos destacados de la actualidad han desarrollado fórmulas matemáticas extremadamente complejas para intentar demostrar estas teorías; ciertamente, se merecen el aplauso por sus extraordinarias contribuciones. Nos han conducido al revolucionario descubrimiento de que nosotros, junto con el resto del universo, estamos hechos de la misma «madera», y que somos, en lo fundamental, un organismo vivo gigante con diferentes expresiones o aspectos individuales. Pero estas percepciones meramente teóricas de la realidad de la vida y el universo han fallado a la hora de hacer de tal estado de unidad e identidad con todo lo existente una experiencia tangible y perdurable para cualquiera. Para la gente de la calle es irrelevante saber que la física cuántica ha descubierto el origen común de la vida. Estaría más interesada en llevar a la práctica la sabiduría que alberga tal afirmación.

Los libros de texto se olvidan de la sabiduría. Por el contrario, los nativos americanos hablaban de un Gran Espíritu que guiaba sus acciones y les ayudaba a ver y entender lo que sus ojos y mentes no podían revelar. Consideraban que el Gran Espíritu era el Padre de sus almas, al que regresarían cuando tuviera lugar su muerte física. Para ellos, la Tierra era su verdadera madre, ya que recibían todo su alimento de ella. Obedecían de forma natural las leyes del Padre y de la Madre sin necesidad de otras leyes redactadas por el hombre. No necesitaban libros que les enseñaran física, biología, química o salud. Estas antiguas civilizaciones recibían su educación de primera calidad directamente de su Padre y su Madre.

Vivir la ley

Los nativos americanos, por ejemplo, se sentían indisolublemente unidos a los arroyos y los ríos que nutrían la tierra, y se referían a ellos como los cauces de su sangre. Sabían que su sangre estaba constituida básicamente por la «sangre» (agua) de la Madre Tierra (el 96 % de nuestra sangre es agua, que en un principio procede de los manantiales, los ríos y los lagos; el agua de nuestra sangre transporta miles de nutrientes y materias primas para los billones de células de nuestro organismo). Su «sangre» a veces «caía» de las nubes, o bien «brotaba» de su vientre, «dormía» en sus lagos o «bullía» en los mares. Consideraban una locura contaminar el agua, ya que eso habría envenenado su propia sangre causándoles enfermedades.

Creían que todo lo que ocurría fuera de sus cuerpos también ocurría en su interior. Sabían que se iba a producir una tormenta mucho antes de que estallara. Para ellos, la tormenta suponía una bendición para la tierra de su país (los relámpagos permiten que el nitrógeno se mezcle con el oxígeno, y cuando estos compuestos llegan a la superficie de la tierra con las gotas de lluvia, las plantas los utilizan como fertilizantes). En su opinión, la tierra no era materia muerta, sino viva, y sustentaba a humanos y animales por igual. La consideraban sagrada. Nunca se les ocurriría explotarla o destruirla (en una cucharadita de tierra hay millones de microorganismos que convierten los elementos químicos en nutrientes que pueden ser asimilados por el cuerpo). Más tarde, cuando los blancos descubrieron su país y quisieron comprárselo, los indios se quedaron perplejos, porque, ¿cómo iban a vender algo que formaba parte integrante de ellos mismos?

Los alimentos que la Madre Tierra les proporcionaba era precisamente su carne. Para ellos era obvio que se convertían en aquello que comían. Cuando les pregunto a mis pacientes que sufren artritis reumatoide, esclerosis múltiple, cardiopatía o cáncer si han pedido consejo especializado sobre su dieta, muchos de ellos ni siquiera han considerado la posibilidad de que los alimentos tengan algo que ver con su enfermedad. Sin embargo, los nativos americanos entendían que los frutos de los árboles y las cosechas de los campos mantenían su propia carne tierna y fuerte. Su vitalidad y resistencia física, resultado directo de una dieta

moderada y equilibrada constituida exclusivamente por alimentos naturales y recién cultivados, era extraordinaria.

El aliento de la Madre Tierra era *su* aliento. Mantenía sus cuerpos sanos y fuertes, pero tenía que estar limpio (el aire contiene un 21 % de oxígeno; el resto lo componen el nitrógeno y otros gases necesarios para la vida, además de un poco menos del 1 % de anhídrido carbónico, que sirve de «respiración» para la vida vegetal; el desequilibrio en la composición de estos porcentajes fijos como consecuencia de la contaminación destruye la vida celular). Consideraban que los árboles y las plantas eran sus pulmones (sólo los árboles y las plantas nos proporcionan el oxígeno tan necesario para la vida). Para ellos, pasar la mayor parte del tiempo al aire libre no sólo era natural, sino también vital; por el contrario, actualmente la persona media pasa la mayor parte del día bajo techo.

El Sol, la Luna y todas las estrellas del cielo poseían gran importancia para ellos. Prácticamente tenían una relación personal con el mudo de las estrellas. Sabían que los ciclos del Sol y de la Luna afectaban a sus cultivos, a su fuerza y resistencia física, e incluso a sus pensamientos y sentimientos. Los antiguos indios americanos no deseaban someter la naturaleza, porque ésta era su inquebrantable amiga y protectora. Jamás pensaban que la muerte fuera el fin de la vida; al contrario, la veían como un nuevo comienzo.

Los indios no tenían razones para tener miedo. Mostraban muy poco apego a los objetos, las posesiones e incluso a sus propios cuerpos, pues sabían quiénes eran: seres inmortales bajo la forma de un cuerpo mortal. Lo que más nos sorprende con respecto a su manera de expresar las verdades eternas de la vida es su imperturbable tranquilidad y sencillez. Siempre que se enfrentaban a un problema sin resolver, abandonaban la ruidosa vida del campamento, se retiraban a la cima de una montaña y permanecían allí en silencio hasta que hallaban una solución. Su profunda paciencia les daba la confianza de saber que siempre había un momento y un lugar adecuados para todo. Eran gente muy callada y usaban su lenguaje sabiamente y con prudencia. La comunicación tenía lugar de mente a mente y de corazón a corazón, sin necesidad de pronunciar ninguna palabra. Todo el mundo era un hermano o una hermana, «de la misma sangre» y proveniente de la misma fuente.

El giro del destino

Sin embargo, después de cierto número de generaciones, la profunda conexión interior con su fuente unificadora se tornó borrosa y la experiencia de unidad con su Padre y su Madre fue disminuyendo gradualmente. Se empezó a violar cada vez más las eternas leyes de la naturaleza, que había garantizado la ayuda de los cinco elementos –tierra, agua, fuego, aire y espacio– durante siglos. A su debido tiempo, su espíritu libre y su naturaleza pacífica sucumbieron al miedo, la ira, la lujuria y la gula.

Surgieron conflictos y codicia que trajeron consigo la infelicidad y el sufrimiento a su pueblo. La Tierra ya no era para ellos el único proveedor de todas sus necesidades y tuvieron que buscar otros medios para sustentar sus vidas. Como el clima ya no estaba bajo su control consciente, se hizo necesaria la matanza de animales debido al riguroso clima y a la posterior escasez de alimentos cultivados. Todas aquellas cosas que la Madre Terrenal les había otorgado antes en tanta abundancia ahora eran insuficientes.

La enfermedad se convirtió también en una experiencia cada vez más común cuando empezaron a cortar lazos con las leyes de la naturaleza. Sus descripciones de las enfermedades eran sencillas y claras, aunque muy exactas, y concuerdan con las patologías crónicas de hoy en día: «La respiración del hombre resulta breve y entrecortada, llena de dolor y maloliente como el aliento de las bestias impuras (asma y bronquitis). Su sangre se torna espesa y maloliente, como el agua de los pantanos; se coagula y ennegrece como la noche de la muerte (enfermedades sanguíneas y cardíacas). Sus huesos se vuelven duros y nudosos; se “funden” por dentro y se hacen pedazos, como una piedra que se estrella contra una roca (artritis reumatoide y osteoporosis). Su carne se convierte en grasa y acuosa; se corrompe y se pudre, con costras y pústulas, lo que es una abominación (obesidad, edema, cáncer, acné y otras afecciones de la piel). Sus entrañas se llenan de una abominable inmundicia, con flujos fangosos de putrefacción; y allí encuentran refugio multitudes de lombrices (estreñimiento; acumulación de residuos tóxicos; lombrices, e infecciones parasitarias). Sus ojos se empañan, hasta que la oscura noche los envuelve (glaucoma y cataratas que conducen a la ceguera), y

sus oídos se taponan, como el silencio de la tumba (sordera)». Respiración, sangre, huesos, carne, entrañas, ojos y oídos –todos ellos dones de la Madre Terrenal– les eran arrebatados gradualmente.

Uno de los mayores sabios pieles rojas fue el jefe Seattle. Sus palabras contienen un mensaje imperecedero: un mensaje que puede incluso ser más apropiado hoy que en su época:

Enséñales a tus hijos
lo que nosotros hemos enseñado a los nuestros:
que la Tierra es nuestra madre.
Todo cuanto hiere a la Tierra
hiere a los hijos e hijas de la Tierra.
Si los hombres escupen en el suelo,
se escupen a sí mismos.

Una cosa sabemos:
que la Tierra no le pertenece al hombre.
Es el hombre el que pertenece a la Tierra.
De eso tenemos certeza.
Todas las cosas están relacionadas entre sí
como la sangre que une a una familia.
Todo está vinculado.

Lo que hiere a la Tierra,
hiere también a los hijos e hijas de la Tierra.
No fue el hombre el que tejió la trama de la vida:
él sólo es un hilo de la misma.
Todo cuanto haga con la trama
se lo hará a sí mismo.

Los enemigos procedentes de las dos razas, blanca y cobriza, aumentaron en número y dictaron la pena de muerte definitiva para una civilización que ya se había destruido a sí misma al perder la unidad con las leyes naturales que le habían otorgado el Gran Espíritu y la Madre Terrenal.

El antiguo mensaje

Todas las grandes civilizaciones que habitaron nuestro planeta desaparecieron hace mucho tiempo y, en su mayoría, se han olvidado. Sólo dejaron tras de sí unas cuantas evidencias físicas dispersas de su existencia. Monumentos, esculturas y antiguas escrituras –como los textos védicos de 6.000 de años antigüedad– nos recuerdan su conocimiento superior y su progreso espiritual. Sin embargo, hemos ridiculizado algunos de sus «extraños» cultos o prácticas religiosas porque no entendemos su verdadero significado.

Además, los tiempos han cambiado. Vivimos en el presente y no en el pasado, entre nuestros antepasados; aunque en realidad quizás *haya-mos sido* estos mismos antepasados en vidas anteriores. Hoy en día nos enfrentamos a desafíos diferentes y tenemos que abordarlos con otros medios. Pero parece existir un importante mensaje que nos llega del pasado y es éste: «Acata las leyes naturales de la vida; porque, si no lo haces, tú también caerás como caímos nosotros».

Los nativos americanos y otras grandes civilizaciones «caídas» pagaron su precio por desviarse del camino de las leyes naturales, y nosotros también. El estrés, la enfermedad y la falta de verdadera abundancia en la vida son los indicios de que hemos olvidado *cómo* vivir o que nunca lo hemos aprendido. Mientras los acontecimientos negativos dominan cada vez más nuestras vidas, la *dicha*, o incluso la *simple felicidad*, es una experiencia limitada a unos pocos momentos aquí y allá. ¿Qué va mal en nuestras vidas y en nuestro mundo?; o, dicho de otro modo, ¿qué es lo que no estamos haciendo bien? Muy dentro de nosotros, sabemos la respuesta, porque todos estamos preprogramados para ser saludables, ricos y sabios. Todo lo que necesitamos es alguien que confirme lo que ya sabemos y confiar en que lo que nos está diciendo es cierto.

La fe: ¿sanadora?

Lo que parecía imposible incluso hace pocos años, ahora lo intenta demostrar la medicina convencional: la fe, la oración y la espiritualidad

mejoran la salud física. Durante casi un siglo, médicos y científicos han tratado de librar a la ciencia médica de cualquier huella de misticismo. Algunos científicos están empezando a estudiar qué es lo que ayuda a los pacientes cuando recurren a la espiritualidad. Ya hay más de doscientos estudios que relacionan la mejoría de la salud física con la fe, la espiritualidad o la religión. Ciertamente han suscitado el interés tanto de la población en general como de los círculos médicos.

Un estudio realizado en 1995 en el centro médico Dartmouth-Hitchcock de Estados Unidos puso de manifiesto que, entre 232 pacientes de cirugía cardíaca, aquellos que afirmaban que obtenían consuelo y fortaleza de su fe religiosa tenían la tasa de supervivencia más alta, mientras que los que no lo hacían presentaban una tasa de mortalidad tres veces mayor. Cuando los pacientes con convicciones religiosas recibían también apoyo social como parte de su práctica religiosa, su ventaja era 14 veces mayor en comparación con aquellos que se sentían aislados o no tenían fe.

Otros estudios a largo plazo demostraron que los fieles practicantes tenían la tensión arterial más baja, estaban menos deprimidos y nerviosos, presentaban una tasa de suicidio cuatro veces menor, se recuperaban antes de la cirugía de cadera y, en general, estaban más sanos que los no practicantes. Los estudios tuvieron en cuenta el tabaquismo, amén de otros factores socioeconómicos que podrían influir en la salud. En uno de ellos, los fumadores que consideraban muy importante para ellos la religión tenían una probabilidad de sólo el 14 % de tener una tensión arterial anormal en comparación con los fumadores que no valoraban la religión en sus vidas.

¿Somos espirituales por naturaleza?

La nueva tendencia aparece en una época en que, según los últimos sondeos de opinión, un gran porcentaje de personas cree en el poder curativo de la oración individual. Dentro de poco, los científicos equiparán este poder curativo con el efecto placebo: una respuesta de curación en el cuerpo provocada por la creencia personal en una medicina o tratamiento en particular. La fe en alguien que puede conseguir

algo, incluso curar un cáncer, es el conocimiento intuitivo de que esa persona estará allí cuando la necesites. Esto es lo que se llama fe infalible. Rezar significa centrar la atención en ese infinito poder, amor o energía divina y moverla en la dirección deseada. El sistema límbico, que es común a todos los primates, desempeña un papel importante en las emociones, el placer sexual, los recuerdos profundos y, como ha demostrado la investigación, incluso en las experiencias espirituales. La capacidad de tener tales experiencias posee una base neuroanatómica, según Rhawn Joseph, un neurocientífico del Centro Médico de Asuntos de Veteranos de Palo Alto, en California. Así pues, ¿somos espirituales por naturaleza?

Al identificarte con algo más que tu cuerpo o la realidad física, entras en el mundo sin límites de la consciencia dentro de ti. Todo aquel que se encuentre en el planeta en los próximos diez o quince años realizará este profundo cambio. Muchos de nosotros ya estamos pasando por este proceso de transformación. Como lo ilimitado no puede dividirse ni aparecer como un suceso en el espacio o el tiempo, está en todos los lugares, lo que significa que también se halla en nosotros. Al ser consciente de ti mismo y del espíritu de la naturaleza, te vuelves espiritual de manera automática. Nuestro cuerpo no puede funcionar sin estar conectado a esa suprema inteligencia que lo controla en todo momento. Algunas personas le dan un toque personal y la llaman Dios, con lo que se convierte en una experiencia religiosa; otras se sienten estrechamente relacionadas con la naturaleza y simplemente les parece como «llegar a casa». En lo más hondo de nuestro ser todos somos espirituales por naturaleza, queramos reconocerlo o no. Sencillamente, la vida no es posible sin contacto con nuestro origen no físico. El espíritu, con independencia de cómo lo llamemos, es nuestra naturaleza esencial; y el cuerpo es el instrumento para hacer que nos demos cuenta de él.

Mientras estemos vivos, es probable que, hasta cierto punto, creamos en nosotros. De lo contrario, pondríamos fin a nuestra existencia. Las enfermedades y dificultades son meramente señales que indican que no estamos conectados correctamente con ese espíritu o *superinteligencia* interior o no confiamos en él. Cuando «perdemos el contacto» con nuestro yo superior, el ADN del cuerpo empieza a escribir falsos programas que conducen a deficiencias físicas y a una mayor confusión sobre nues-

tra auténtica identidad. Ése es el principio de una crisis en la vida, que puede manifestarse en forma de accidente o enfermedad.

¿Qué es el cuerpo sin la mente?

A estas alturas de nuestro proceso de crecimiento sería necesario aceptar el conocimiento de que el cuerpo no es capaz de realizar ninguna actividad o producir ningún compuesto hormonal sin una orden o instrucción de nuestro cuerpo-mente. Es del todo irrelevante que las instrucciones procedan de una neurona o de cualquier otra célula corporal. La información genética total, que está contenida en el núcleo de cada célula del cuerpo, se encuentra profundamente enraizada en nuestra consciencia interior: el mar de inteligencia pura. Esta inteligencia mantiene el cuerpo con una salud perfecta y es capaz de reparar cualquier daño que pueda producirse.

Si encontramos miedo, dudas o desconfianza, las instrucciones de nuestro cuerpo-mente, que antes eran claras, se distorsionan, lo que hará que esa inteligencia sea incapaz de llevar a cabo su trabajo curativo. Esto significa que no habrá respuesta curativa. Si no podemos recuperarnos de una enfermedad —es decir, cuando se hace crónica—, impedimos a nuestra inteligencia interior expresarse continuamente a través de las numerosas partes del cuerpo de un modo equilibrado y organizado. Podemos comparar el estado de enfermedad del cuerpo con un ejército que ha perdido a su comandante; los soldados, dominados por el pánico, corren en todas las direcciones, pues no hay nadie que les diga lo que tienen que hacer.

El dicho «Mente sana en un cuerpo sano» nos suena auténtico cuando contemplamos la relación del cuerpo y la mente. Tener un cuerpo saludable es esencial para tener la mente sana. Una mente sana es aquella que conecta con la inteligencia interior o el yo superior. Cualquiera puede alcanzar ese estado mental. Las únicas limitaciones del cuerpo de una persona son las que existen en su mente. El cuerpo, al ser el epifenómeno de la mente, obedecerá y llevará a cabo indefectiblemente las instrucciones de la mente, sean cuales sean. La calidad de las instrucciones determina la calidad de nuestra vida y, en particular, la salud

de nuestro cuerpo, así como el grado de abundancia y sabiduría espiritual que podemos disfrutar. Si crees que hay algo en tu vida que necesita cambiar, probablemente tengas que cambiar las indicaciones que transmites a tu cuerpo-mente.

Los cambios de personalidad pueden obrar «milagros»

Todo ser humano, con independencia de los problemas de salud o dificultades emocionales que pueda tener, comparte la relación mente-cuerpo. Quizás hayas oído hablar del llamado «trastorno de la personalidad», una enfermedad en la que la persona alberga una docena de personalidades diferentes en su cuerpo físico. Los investigadores y profesionales de la medicina siguen desconcertados ante tales casos. Se ha descubierto que mujeres que poseen tres personalidades distintas, con diferentes recuerdos, sentimientos e incluso acento, tienen también tres períodos menstruales diferentes al mes. En algunas de las personas afectadas incluso cambia el color de ojos cuando pasan de una personalidad a otra.

Hace varios años, un equipo de médicos de Estados Unidos estudió el trastorno de la personalidad de un joven que presentaba doce personalidades identificables. Cuando estaba dominado por una personalidad en particular, el chico tenía fuertes reacciones alérgicas si tomaba zumo de naranja. En ese estado, su sistema inmunológico consideraba al zumo de naranja como un alérgeno o «cuerpo extraño». Cuando las moléculas de la naranja entraban en contacto con las células inmunitarias en su cavidad bucal y su tubo digestivo, empezaban a producir en serie anticuerpos para contrarrestar el zumo de naranja como si se tratara de bacterias dañinas. Esta reacción anormal causaba hinchazón de la boca, erupciones cutáneas, quemazón en los ojos, un ataque de asma, migraña o diarrea. Cuando el joven cambiaba a otra personalidad, su sistema inmunológico pasaba a considerar esas mismas moléculas de naranja como «amigas». Cualquier rastro de sensibilidad al zumo de naranja desaparecía, y con él todos los síntomas previos de la alergia.

Sería fascinante descubrir qué aspecto de la personalidad del cuerpo provoca la alergia y cuál la hace desaparecer. Sin embargo, aun desconociendo la causa de la alergia, podemos afirmar que un cambio en los

pensamientos, sentimientos, emociones, recuerdos, preferencias, aversiones, etcétera que componen su personalidad alterará su conducta corporal tan drásticamente que la ingestión de unas cuantas moléculas de naranja inofensivas podría conducir a la destrucción de todo su organismo.

Algunos de los pacientes con trastorno de la personalidad sufren también diabetes dependiente de la insulina. Como sus células pancreáticas (islotos de Langerhans) ya no son capaces de producir esta vital hormona en la cantidad suficiente, requieren inyecciones de insulina para mantener equilibrado el nivel de glucosa en sangre. La medicina convencional da por sentado que en esta forma de diabetes (tipo I) un gran número de las células del páncreas afectadas ya no son funcionales o están casi muertas. Sin embargo, tras un cambio súbito de personalidad, estas personas ya no padecen diabetes; sus niveles de insulina son normales y sus células pancreáticas resucitan a la vida.

Uno podría considerar que esta «resurrección» de las células que ocurre periódicamente es un «milagro programado», pero en realidad es un fenómeno mucho menos misterioso. Las células del páncreas, en un momento dado, están sumidas en un sueño profundo y no dan señales de vida y, al siguiente, despiertan a consecuencia de una especie de despertador. El despertar repentino a otra personalidad o entidad, que tiene una mente diferente con distintos sentimientos, emociones y recuerdos, redefine el funcionamiento de todo el cuerpo. Ese aspecto particular de la inteligencia, que hace moverse a las células del páncreas, está activo y despierto cuando el estado mental correspondiente está activo y con vida.

El fenómeno de los trastornos de la personalidad revela una ley muy simple pero muy importante del cuerpo-mente. Al evitar cierto problema sin resolver —como al posponer durante mucho tiempo una disculpa a un buen amigo, o al no comentarle a nuestra pareja un problema que nos preocupa—, creamos una obstrucción en nuestra mente que, a su debido tiempo, empieza a manifestarse también en nuestro organismo, en nuestras relaciones e incluso en nuestro entorno. No podemos negar esta íntima conexión entre el cuerpo y la mente, pero podemos usarla como herramienta para crear una vida que sea perfecta para nuestro mundo y para nosotros mismos. Si pudiéramos dejar de dudar de que nuestra mente sea capaz de crear algo, lo que sea, nuestras vidas se llena-

rían de milagros. Los individuos que tienen trastornos de la personalidad, aunque no sean conscientes de ello, nos recuerdan que la mente, de hecho, predomina sobre la materia.

Nota: como corroboran mis experiencias personales con sujetos que tienen personalidades múltiples, creo que están afligidos por entes anímicos que no partieron al «otro lado» cuando sus cuerpos físicos murieron. Estos seres que vagan por los planos astrales de la existencia intentan expresarse ellos mismos y también sus deseos, sus frustraciones y su cólera por medio de un cuerpo físico, como hacían cuando aún estaban vivos (en forma humana). Mediante mi sistema sanador de la Santimonia Sagrada, he sido capaz de expulsar a estas entidades del huésped, lo que tuvo como resultado la recuperación de la personalidad única original. En su mayoría, si no todas, las personalidades bipolares o esquizofrénicas simplemente padecen una invasión por parte de uno o varios de estos entes, y sus síntomas de enfermedad mental desaparecen cuando desaparecen ellos. Para más información sobre la Santimonia Sagrada, puede visitar mi página web.