



www.arakis.es/~bio.net  
bio.net@arakis.es



### Alimentación y consciencia

Ecología y leyes naturales

Eutanasia y vida, reencarnación

Historia, genealogía y evolución

Conocimiento y salud

Chamanismo y culturas indígenas

Geometría, música y aritmética

OVNIS y arqueología

Arte y filosofía, ciencia y religión

Yoga y meditación, artes marciales



## Alimentación y consciencia Introducción

### LOS ALIMENTOS DE LOS CUERPOS

Es fundamental para los Estudiantes que recorren el Camino Iniciático tener en cuenta que las energías que procesamos en nuestro interior necesitan un cierto grado de preparación, ya que dichas energías nos sirven para el Nacimiento alquímico, para la Muerte Psicológica y para el Despertar de la Conciencia.

Tenemos que analizar que todo estudiante tiene que crear una estructura Física Solar, un Cuerpo Vital o etérico, un Cuerpo Astral de características Solar, un Cuerpo Mental Solar y un Cuerpo Causal Solar o Cuerpo de la Voluntad Consciente.

La creación de estos cuerpos son necesarios para convertir nuestro interior en una estructura Séptuple.

Para dicha creación es necesario nutrirlo de elementos energéticos útiles y necesarios para realizar la Gran Obra.

El Trabajo Gnóstico en los Tres Factores de la Revolución de la Conciencia debe ser organizado ya que de lo contrario nuestra obra no dará los frutos necesarios. Nuestra disciplina Físico-esotérica es fundamental para la Auto-realización Intima del Ser. Es de suma trascendencia que se le ponga mucha atención a la enseñanza que a continuación se dará, ya que son los principios fundamentales para todo aquel personal que quiera llegar a la Alta Iniciación.

Es necesario que todo aspirante a la Iniciación comprenda que nuestra energía: HIDROGENO SI 12, se nutre de 3 fuerzas energéticas básicas: La Respiración, la Ingesta de Comida y los distintos Pensamientos de nuestra mente.

La Respiración es imprescindible para formar una mejor simiente, ya que de esta manera se carga de energía purísima, pránica que se ubicará posteriormente por todo nuestro

organismo; inflamando cada célula de nuestro cuerpo.

Ya nos hablaba el Maestro Samael cuando se refería a los Tres Tipos de Alimentos, debemos nutrirnos de energía sáttwica, útil para la Creación de nuestros Cuerpos Internos.

La Salud es un estado del Ser humano de equilibrio energético, dicho estado de armonía interior se refleja en nuestro exterior.

#### **\* Alimentos del Cuerpo Físico:**

La Respiración:

Es el elemento imprescindible para nuestra vida, es el hálito de Dios que necesitamos para inflamar nuestro espíritu. El Aire que ingresa en nuestro organismo lleva consigo el Prana, el Ki, el Akash.

La Ciencia de la Respiración enseñada por el Yogui Ramacharaka nos indica la influencia del Prana para nuestro organismo y la utilización de la respiración para nuestra Obra de creación interna.

El estudio de la Ciencia Pránica se convierte en una herramienta fundamental para toda aquella persona que quiera aspirar lograr la Regeneración de las energías Físicas e Internas.

La Comida a base de una Dieta Vegetariana:

Cumplirá un papel de importancia para cargar a nuestro organismo de vibraciones mucho más sutiles, esto permitirá que tengamos un mejor control y una sabia utilización de las Energías Creadoras. Como ya dijimos la alimentación a base vegetariana no debe ser tomada mecánicamente sino conscientivamente, por ello uno o dos días en la semana nuestra comida estará compuesta por porciones de carnes rojas o carnes blancas, necesaria para cargarnos del tattwa Tejas de la Naturaleza. Debemos respetar el Ritual del Pancatattwa para cumplir con los preceptos de nuestra naturaleza interior.

Los Pensamientos y las Impresiones:

Todos los seres humanos recibimos impresiones que llegan a nosotros a través de los sentidos de percepción externa, dichos estímulos actúan

en nuestro interior haciendo que reaccionen nuestros centros de recepción de las impresiones, nos referimos al Centro Emocional (plexo solar) y el Centro Mental (cerebro). Estos centros de comandos activan distintos funcionalismos de la Mente para originar una reacción mecánica. Estos funcionalismo dan rienda suelta al Inconsciente, Subconsciente o Infraconsciente.

Necesitamos activar un centro especial que comande nuestros Cilindros Internos para que estén al servicio de nuestro Ser. Los científicos están estudiando el valor curativo de las endorfinas, hormonas que se generan en el cerebro para producir una actividad superior de nuestras glándulas endódrinas y por ende un estado Superior de Curación.

Los Sabios maestros Griegos de la Orden Sagrada de los Terapeutas sabían utilizar estas endorfinas para la Regeneración Física e Interna, a través de reinsertarnos en la Naturaleza, el Ser Humano lograba armonizarse con el ejercicio y compenetrarse con ella, despertando el sentido de Asombro perdido por nuestra civilización, desarrollando intuición e inspiración útiles en el Despertar de nuestra Conciencia.

Dichos estados superiores de conciencia nos devuelven la Mística necesaria desarrollar la Devoción, Contemplación y Adoración, atributos que nos Religan con la Divinidad.

La Ciencia de la Transmutación Alquímica:

Esta Ciencia nos permite crear la Energía necesaria para la Gran Obra, el Hidrógeno SI 12, la Semilla de la Alquimia. La Alquimia es la única forma que tiene el ser humano de crear sus cuerpos internos.

#### **\* Alimentos del Cuerpo Vital:**

Este cuerpo bio-energético se nutre del Prana, esta energía ingresa en nuestro organismo en todo momento por nuestros vórtices o chakras y por la respiración. Circula por nuestros nadis por todo el organismo.

Debemos saber que en las horas de la noche mientras dormimos nuestro cuerpo vital se recarga energéticamente; ya que libre del agregado psicológico en cuerpo recibe este

fluído para nutrirse. [Gimnasia de Lamaseria]

La Ciencia Pránica combinada con los Ejercicios de Lamasería realizan una actividad transmutatoria imprescindible para inflamar nuestra Conciencia de la energía Creadora, este proceso será capaz de Regenerar la estructura Física e Interna de nosotros.

El Maestro Samael Aun Weor enseñó en innumerables oportunidades la importancia para el cuerpo vital de nutrirse y se fortalece con la respiración y el prana. Con la Sabia utilización de la Vocalización en la escala tonal requerida se le lleva energía e iluminación a cada uno de nuestros Chakras Principales. Decía el V.M. Huiracocha: "Es indispensable vocalizar una hora diaria que es más importante que leer mil libros".

#### **\* Alimentos del Cuerpo Astral:**

Es imprescindible la transmutación sexual, la muerte psicológica para crear nuestro Cuerpo Astral Solar y dejar de tener un Astral Inferior o de Deseos.

Sólo despertando nuestra conciencia podremos descubrir la realidad que nos circunda. Tenemos que desarrollar con continuidad de propósito el Sentido de la Auto-observación, para ello la práctica de la Clave de Sol se convierte en un instrumento fundamental del estudiante Gnóstico.

Con la vocalización se llena energía a cada uno de nuestros chakras principales. Estos chakras a su vez estimulan la actividad de nuestras Iglesias internas, desarrollando la facultades internas. [El Yoga nos aporta buenas respiraciones y elasticidad]

El cuerpo astral se nutre del contacto en la Naturaleza (buenas respiraciones y ejercitación a través del yoga nos permiten cargarnos de las corrientes electromagnéticas que vienen del cosmos sumadas a las corrientes telúricas).

Además también podemos enterrarnos hasta el cuello en la arena o la tierra nos otorga la posibilidad de hacer un intercambio magnético que facilita la energía necesaria para equilibrar nuestro medio interno.

#### **\* Alimentos del Cuerpo Mental:**

Nuestro cuerpo mental es necesario darle el valor que se merece ya que si no tenemos el raciocinio y la comprensión en lo que hacemos de nuestra vida, será más que imposible comprender la Obra que estamos realizando.  
[Práctica del Kung Fu (Estilos Externos e Internos)]

Debemos cultivar nuestra mente con lectura apropiada, las notas musicales que estimulen el desarrollo y las capacidades que posee nuestro centro mental. Trabajar en la transmutación de nuestras energías psíquicas, en especial la energía mental.

El Kung Fu, tanto en sus estilos internos y externos, nos ayuda a sublimar las energías motrices, instintivas, emocionales y mentales.

La Ciencia de la Meditación nos proporciona el alimento óptimo para nutrir nuestra conciencia.

La Musicoterapia realiza un proceso de relajación y armonización mental. La Música de Beethoven, Mozart, Litz y Wagner actúan sobre los diversos espacios mentales, bajando los niveles de stress.

La relajación con la Música nos produce los siguientes beneficios:

Hace más lenta y profunda la respiración, previene las enfermedades cardíacas, combate el nerviosismo, combate el insomnio al relajar los músculos del tórax y de los hombros.

Además combate las cefaleas al relajar los músculos del cuello, Aumenta la resistencia ante las excitaciones sensoriales y afectivas.

#### **\* Alimentos del Cuerpo Causal:**

El Cuerpo Causal tiene también su alimento que le permite crear lazos indestructibles con la Divinidad.

La Meditación nos permite desarrollar estados superiores de conciencia que a través de la Voluntad, activa funcionalismos internos en el Ser Humano (devoción, contemplación y adoración).

Debemos comprender que todo alimento para el Causal comienza con una buena Auto-observación y recuerdo de nosotros mismos para que estas

impresiones transformadas se conviertan en  
material energético útil para nuestro  
desarrollo espiritual.

Fuente:

[club.telepolis.com/agaigcu/alimentoscuerpos.htm](http://club.telepolis.com/agaigcu/alimentoscuerpos.htm)



## Alimentación y consciencia

### Un ojo con luz propia - La glándula pineal

En el cerebro hay dos órganos glandulares pequeños con una relación anatómica y Fisiológica bien demostrada: la glándula hipófisis y la glándula pineal o epífisis, consideradas como el cátodo y el ánodo, respectivamente, del gran mecanismo electroquímico que es el sistema nervioso. Estos dos órganos son como antenas receptoras y emisoras de la vibración mental por las que se emiten o reciben pensamientos positivos o negativos, según las distintas leyes de sintonización mental que rigen estas operaciones.

La glándula pineal se ha simbolizado en muchas ocasiones con el clásico «tercer ojo» de los cíclopes mitológicos, y la manifestación de sus funciones no ha dejado de ser expresada por los artistas de todos los tiempos, dibujando halos o haces de luminosidad sobre la cabeza de los santos o seres espiritualmente elevados.

El funcionamiento del aparato pineohipofisario está ligado íntimamente con el del sexo, no sólo por las relaciones de la secreción interna de ambos tipos de glándulas, sino por su inversa significación y finalidad. En la parte posterior de los hemisferios cerebrales existe un conjunto de órganos, constituido por la glándula pineal y los tubérculos cuadrigéminos. Quizás es una simple coincidencia el hecho de que los tubérculos cuadrigéminos posteriores sean llamados testes (nalgas), los pedúnculos anteriores de la pineal (quizá de peneal, aunque sería más correcto pensar que la palabra proviene de pinea, piña) son llamados habena (horquilla, como en la vulva) existiendo un orificio cerca de ellos, llamado vulva y, próximo inferiormente, otro orificio llamado ano que comunica con el conducto de Silvio. Todo esto deja entrever una sabiduría antigua en la apreciación y estudio de la anatomía y fisiología humanas.

En los ciclóstomos (los vertebrados más antiguos y de boca circular, como la lamprea) la epífisis adquiere carácter de ojo, sobre



todo cuando está en estado larval. En determinados grupos de reptiles la epífisis tiene una conexión evidente con el tercer ojo u ojo pineal, de carácter estrictamente fotorreceptor, ya que no capta imágenes. En los pájaros la epífisis adquiere carácter endocrino. La función de la epífisis en los mamíferos de reproducción estacional consiste en sincronizar su actividad sexual con el fotoperíodo.

La información luminosa se recibe en la retina y se transmite a la epífisis, que sintetiza la hormona melatonina, durante la noche. En la estación reproductiva, la epífisis sintetiza otros factores que, como la melatonina, son inhibidores de las gónadas (órganos productores de gametos, masculinos o femeninos).

### **LA LUZ**

La luz visible no es más que una fracción ínfima del campo de las radiaciones electromagnéticas. La naturaleza de la energía radiante ha sido objeto de discusiones científicas a lo largo de la historia de la ciencia, ideándose múltiples teorías o «teorías de la luz». La discusión se ha centrado sobre la naturaleza corpuscular u ondulatorio de la luz.

Durante el Siglo XVII, Newton fue el principal defensor de la naturaleza corpuscular de la luz o teoría de las emisiones. Posteriormente, el físico danés CRISTIAN HYGENS propuso por primera vez la teoría ondulatoria, y el gran crítico inglés CLARK MAXWEL definió la luz como un campo electromagnético oscilante cuya propagación se hace con las leyes fundamentales del electromagnetismo.

En los mamíferos,  
la luz recibida por la  
retina viaja hasta  
la epífisis, cuya función  
es sincronizar la  
actividad sexual.

Hoy día, después de los estudios de HERTZ, PLANCK, EINSTEIN, BROGLIE, SCHRÖDINGER... Se admite que la luz tiene una naturaleza mixta: las diversas formas de energía radiante son movimientos ondulatorios, consistentes en campos eléctricos y magnéticos variables, pero también pueden considerarse como partículas o cuantos de energía, llamados fotones. Es decir, la energía radiante, la luz, tiene una doble naturaleza onda-partícula.

### **Efectos sobre el organismo.**

La radiación solar actúa sobre el organismo de varias maneras: indirecta, global o directamente. La acción indirecta viene causada por las modificaciones del entorno y por las repercusiones terrestres de los fenómenos solares (ionización de la atmósfera, campos eléctrico y magnético de la tierra y efecto de las ondas electromagnéticas).

Existe también una acción global de la radiación solar sobre el organismo, puesta en evidencia gracias a las pruebas químicas de G.PICCARDI (estudio de la coagulación sanguínea y de la citología sanguíneas, lípidos y colesterol sanguíneo, infarto de miocardio...en relación con las actividades solares.

La acción directa es debida a la incidencia de la luz visible, incluyendo infrarrojos y ultravioletas, sobre la piel o el ojo humano (metabolismo tiroideo, melanina, vitamina D y melatonina).

El efecto directo de la radiación solar sobre el organismo a través de la vía retino-hipotálamo-epifisaria es el tema que se abarcará más ampliamente en estas páginas.

### **La luz y la glándula pineal.**

Diversos aspectos experimentales han sugerido que existe una relación entre la iluminación y la función pineal. Hace ya tiempo que se sabe que los ciclos reproductores de los vertebrados están controlados por dispositivos endocrinos y que las manifestaciones reproductivas de un gran número de ellas aparecen con periodicidad estacional.

La actividad de la glándula pineal está controlada por la luz ambiental. La desinhibición del eje hipotálamo-hipófiso-gonadal por la luz puede realizarse a través de la inhibición de la melatonina: en las personas, las variaciones de las cifras de melatonina en sangre y orina dependen básicamente de un oscilador endógeno (posiblemente los núcleos supraquiasmáticos, la amígdala y, algunos centros superiores), a su vez determinado por la variación del porcentaje de luz diaria y, de la intensidad luminosa del medio.

El impacto específico de los días cortos o de privación de luz a nivel de la fisiología sexual humana se ha estudiado sólo

superficialmente, y se ha descrito una gran reducción de fertilidad en parejas ciegas. Algunos autores dicen incluso que la privación de la luz puede afectar al comienzo de la pubertad, y algunos estudios sostienen que las niñas ciegas alcanzan la primera ovulación antes que las niñas videntes, aunque no todos los investigadores están de acuerdo con estos resultados. Estudiando parejas en los oscuros meses invernales del Círculo Polar se observó una disminución del número de concepciones múltiples y se pudo demostrar la existencia de mayor frecuencia de ciclos anovulatorios.

En los animales está fuera de toda duda que la glándula pineal disminuye las unciones reproductoras cuando se activa por la explosión a «días cortos», así que sería natural suponer un efecto similar en el ser humano.

Pero la acción de la luz y de la oscuridad no es el único factor que controla la actividad de la epífisis humana, ni la fisiología sexual está regida exclusivamente, ni mucho menos, por la actividad de la epífisis.

La importancia del fotoperiodo en el estado psicofísico habitual se ha puesto en evidencia con los rápidos y bruscos desplazamientos geográficos que están a nuestro alcance. En los viajes a otros hemisferios o a lugares donde la cantidad de luz sea muy diferente se han observado variaciones en el ritmo de melatonina que duran de unos cinco a siete días; este periodo de adaptación se refiere dentro del «síndrome de los husos horarios».

WELLER y JAHUAR citan que los desplazamientos de la zona de latitud habitual de vivienda en un número determinado de kilómetros y en un espacio de tiempo superior a las dos horas provocaba en muchos individuos alteraciones de la afectividad.

Por otro lado se viene utilizando desde hace ya bastante tiempo la luz en los pacientes depresivos, comprobándose que sus síntomas mejoran notoriamente con la exposición a periodos de luz matutina.

### **Glándula pineal, luz y cronobiología.**

En la actualidad y, a partir de las investigaciones de REINBERG, el estudio de la estructura temporal de los seres vivos tiene un interés creciente. Ha nacido la llamada cronobiología.

La cronobiología de la salud y de la enfermedad es uno de los aspectos de mayor interés en la actualidad, y la glándula pineal desempeña un papel importante en esta área.

La epífisis ejerce su función de los ritmos biológicos a través de la melatonina.

F.MARTÍNEZ SORIANO dice: «El ritmo circadiano, infradiano y estacional de su producción, y la evidente influencia que la luz (el agente cósmico de mayor influencia sobre la biología) ejerce sobre esos ritmos.

Está demostrado que a través de la glándula pineal se sincroniza el ritmo de vigilia y sueño, la secreción de cortisol-ACTH, y se modula la secreción de otras hormonas. Así, las principales estimulaciones sincronizadoras de los ritmos circadianos son las luminosas.

PITTENDRIGH, por ejemplo, ha sugerido que las variaciones diarias de luz y oscuridad son los agentes de selección originales para las oscilaciones circadianas de las funciones celulares.

La escala electromagnética es un vector de información, y todos tenemos ejemplos de que así sucede en nuestra sociedad, pero lo que no es frecuente es encontrar estudios que nos digan que la luz visible, un fragmento pequeño de esa escala, pueda ser una fuente de información para nuestro organismo. De un modo natural, nuestros antepasados se regían según la luz solar. Se levantaban al amanecer y se acostaban al anochecer. Este proceso, aparentemente tan banal, está siendo estudiado ahora por los investigadores.

Así, en una clínica de Basilea se está realizando una investigación para combatir la depresión estacional con la luz como cronometrador para la sincronización del organismo con los ritmos del día y de la noche. Desde que hace unos 300 años las máquinas comenzaron a marcar el ritmo de vida de las personas, no han cesado de hacerlo y su influencia es cada vez mayor.

Incluso en la soleada California, los jóvenes no pasan más de dos minutos diarios al sol y los mayores aún menos: sólo una hora; el cuerpo no tiene tiempo para convertir la luz en señales para el biorritmo corporal.

La melatonina se puede

activar gracias a una  
alimentación sana y a la  
exposición a la luz  
solar.

La luz, cuya calidad (porcentaje de frecuencias, infrarrojos y ultravioletas) está en relación con la actividad solar, varía según las estaciones y los días. No sólo la cantidad de luz que recibimos sino su calidad oscilan a lo largo del año.

La luz se presenta como un posible sincronizador del organismo con su entorno: nos pasa la información de los cambios y facilita las condiciones del medio. En un futuro se comprenderán mejor muchos aspectos de las técnicas de helioterapia clásicas y otras que recientemente (la visualización del sol al amanecer, por ejemplo) se ponen de moda. Por otro lado se evidencian las ventajas de una iluminación solar directa frente a cualquier tipo de iluminación.

### **Aumenta tu Melatonina de forma natural.**

Es posible estimular la producción de melatonina a través de la dieta y el ejercicio, como alternativa a la toma de suplementos de origen químico.

Por otro lado, su venta y distribución ha sido prohibida en España en espera de investigaciones concluyentes. La melatonina se puede conseguir con:

- Aumentar el tiempo diario de exposición a la luz solar o luz brillante artificial, especialmente temprano por la mañana.

La SAD (Seasonal Affective Disorder) o melancolía invernal es una depresión mental común caracterizada, desde principios de invierno, por una necesidad suprema de dormir, fatiga, deseo de comer carbohidratos y un aumento de peso.

La enfermedad SAD parece estar asociada con ritmos anormales de melatonina. Pero estos síntomas pueden aliviarse en pocos días con un buen tratamiento de exposición a la luz brillante. Evitar la luz brillante en el anochecer.

Comer alimentos ricos en calcio, magnesio, vitamina B, y niacinamida. Comer alimentos ricos en antioxidantes (como avena, arroz, frutas y vegetales) que protegen las células saludables del cuerpo.

- No fumar, y beber sólo con moderación.
- Evitar los turnos de noche y los viajes que implican un cambio de horario.
- Reducir el tiempo que pasas delante del

ordenador. La exposición a los campos electromagnéticos afecta a la producción de melatonina. Ésta interfiere en la formación de los receptores de estrógeno en el cerebro y puede relacionarse con el cáncer de pecho. Según algunos investigadores se cree que la supresión de producción de melatonina es el punto más importante de unión entre campos electromagnéticos y cáncer.

En caso de serios problemas de pérdida de memoria hay que probar la lecitina, un extracto de soja que estimula la producción de colina, un producto químico importante para el cerebro. Los investigadores de la Universidad de Florida dieron dos cucharaditas diarias de lecitina a 40 personas sanas jubiladas y cinco semanas después los resultados fueron de un aumento de memoria del 20%.

Los que padecen de insomnio pueden beneficiarse de la aromaterapia con aceite de lavanda, que puede activar el organismo como un sedante suave. Es una alternativa más barata y más sana que los medicamentos y sin efectos secundarios.

(Revista Cuerpo-Mente, Rodolfo Román)



## Alimentación y consciencia

### Eva, Adán y la manzana

Cuando Adán y Eva fueron expulsados del paraíso, se cerraron las puertas del edén, esto aconteció por haber comido del fruto prohibido, simbolizado por una manzana.

El V.M. Samael Aun Weor, en su libro "Las tres montañas" nos dice lo siguiente: La undécima hazaña de Hércules, el héroe Solar, tuvo lugar en el dominio trasatlántico, consistiendo en apropiarse de las Manzanas de las Hespérides, las ninfas, hijas de Héspero, vivísima representación del planeta Venus, el lucero delicioso del Amor...

También se suele relacionar con este viaje, la liberación de Prometeo -Lucifer, matando el águila que lo atormenta, así como la substitución temporánea del famoso Atlas, cargando el mundo sobre sus espaldas titánicas, para conseguir su auxilio...

Finalmente, las simbólicas Manzanas de Oro le son entregadas por la misma Hespérides, matando previamente al dragón que las guardaba...

Evidentemente, esta hazaña tiene estrecha relación con el relato bíblico de los frutos del Árbol de la Ciencia del Bien y del Mal, en el jardín edénico, en el que sin embargo, el dragón está sustituido por una culebra, quien invita a recoger y probar esos frutos maravillosos, que Hércules después entrega a Atenea, la diosa de la sabiduría y su divina protectora...

Los alquimistas árabes relacionan al árbol con la materia prima y así en el libro de Abu'l Qasim, se puede leer a este respecto:

Esta materia prima, que es apropiada para la forma de elixir, se toma de un único árbol que crece en las tierras de Occidente... Y este árbol crece en la superficie del océano, así como las plantas crecen en la superficie de la tierra.

Y es éste árbol de tal condición que quien

quiera que coma de él será obedecido por hombres y jinn; Es pues el árbol del cual Adán (¡qué la paz sea con él!) Tenía prohibido comer, de manera que cuando comió de él quedó transformado de su forma angélica en forma humana. (Estos "jinn" son el mismo tipo de fuerzas, o genios, que obedecían al Rey Salomón, los Djins? - Nota de MdLq)

En Mateo C. 21, V. 19 podemos leer: Y viendo una higuera[1] cerca del camino vino a ella, y no halló nada en ella, sino hojas solamente. Y le dijo: "Nunca más para siempre nazca de ti fruto". Y luego se secó la higuera.

De donde deducimos que si hacemos un mal uso de nuestra energía seminal, iremos perdiendo toda potencia sexual, siendo inútiles para un trabajo de tipo Superior (espiritualmente hablando), ya que sin la energía del Tercer Logos no queda otra que vegetar sin ningún tipo de aliciente más que el ver pasar el tiempo sin poder modificar nada de nada.

El Génesis nos ilustra de manera muy elocuente el destino de nuestra humanidad, después de la caída o pérdida seminal.

En su C.3, V.7 el Génesis narra: cuando Adán y Eva[2] comieron del fruto prohibido, fueron abiertos los ojos de entrambos y conocieron que estaban desnudos; entonces cosieron hojas de higuera y se hicieron delantales.

Observemos la referencia que se hace en el Evangelio de Mateo, anteriormente comentado y la coincidencia con el Génesis en cuanto a la higuera...

Tampoco es fortuito que Gauthama el Budha, pasó sentado cuatro días con sus noches en profunda meditación a la sombra de la higuera, en donde alcanzó la iluminación final.

En el antiguo Egipto de los Faraones, la higuera fue siempre venerada como símbolo viviente de la energía creadora del Tercer Logos.

Según los libros de Zoroastro, el primer hombre y la primera mujer, fueron creados puros y sometidos a Ormuz, su hacedor. Ahrimán[3] los vio y se sintió celoso de su felicidad. Los abordó en forma de culebra, les presentó unos frutos y los convenció de que era él mismo el



creador del universo entero. Le creyeron, y desde entonces, su naturaleza se corrompió totalmente.

Los monumentos y las tradiciones de los Hindúes confirman la historia de Adán, de Eva, y de su caída. Esta tradición existe también entre los Budhistas Tibetanos y era enseñada por los Chinos y los antiguos Persas.

En el Génesis se nos habla ampliamente sobre el alimento prohibido y sobre el alimento que les permitía vivir en el Paraíso sin enfermar.

El Maestro Samael, nos dice que Adán y Eva son un símbolo de los hombres y mujeres de la Lemuria, de esto hace más de 18 millones de años. Por lo mismo los seres de aquella época (antes de la caída) eran como Ángeles, vivían en el Edén, conocido también como la Arcadia.

Estos gozaban de plena felicidad, pero llegó un día en que los ángeles de aquel lugar se rebelaron contra Dios y empezaron a fornicar (derramar el semen), siendo expulsados del Edén y quedando a partir de ese momento como simples mortales.

Platón mismo revela un conocimiento antiquísimo al asegurar que: Nuestra naturaleza primitiva era una, y que éramos un todo completo, y se da el nombre de amor al deseo y prosecución de este antiguo estado. Primitivamente, como he dicho, nosotros éramos uno; pero después en castigo de nuestra iniquidad, nos separó el dios como los arcadios lo fueron por los lacedemonios.

Es un hecho que fuimos expulsados de la Arcadia, Paraíso, Edén o como queramos llamarlo, por haber comido de la fruta prohibida, es decir por haber contradicho a Dios permitiendo que de nuestro organismo fuera expulsada la energía del Tercer Logos o Espíritu Santo, aquella que es capaz de dar la vida.

Es claro por consiguiente que la única manera de regresar al mencionado lugar edénico, será viviendo junto a la fruta prohibida, es decir, si aceptamos que la manzana o fruta prohibida simboliza al sexo, tendremos que vivir junto al sexo, relacionándonos con él, pero sin fornicar, sin derramar el semen.

Por lo tanto es lícito disfrutar del aroma de la manzana, o disfrutar del sexo mas sin embargo no será permitido el ingerir la manzana. ¿Acaso en las tablas de la Ley, en su sexto mandamiento, se nos ordena fornicar?

Hoy más que nunca estamos necesitados de un alimento espiritual, separado de toda degeneración... Juan en su C. IV, V. 32 dice: Yo tengo una comida que comer, que vosotros no sabéis.

Justamente el que no sabe es ignorante. En este caso la ignorancia no es una enfermedad incurable, sino el punto de partida, ya que si conociéramos estos alimentos, hace tiempo que hubiéramos entrado a participar de la comida que viene de lo alto, y nuestra ignorancia hubiera desaparecido, pudiendo gozar de la eterna juventud, que es el producto de la alimentación en la fuente de agua viva.

Necesitamos discernir entre las distintas aguas. "Y dijo Dios: haya expansión en medio de las aguas y separe las aguas de las aguas."

La satisfacción que produce el trabajo bien hecho, solo puede ser comparado a la dicha inefable que proporciona aquello que se escapa a los sentidos físicos. Esto es, lo que es inmaculado, lo que es virgen, lo que no se ha degenerado, aquello que conserva los valores más exaltados de lo perfecto, lo que está más allá del justo proceder, lo que se encuentra en la parte más sagrada, en síntesis, lo que es Divino.

Hermes Trimegistro, en la tabla de Esmeralda dice:

Asciende de la tierra al cielo y de nuevo desciende a la tierra y recibe la fuerza de las cosas superiores e inferiores. Tendrás por éste medio toda la gloria del mundo y toda oscuridad se alejará de ti. Separa lo sutil de lo espeso, suavemente y con gran industria.

Allá donde busquemos, con el fin de tener más clara la fórmula o medio de operar en el laboratorio alquímico, veremos que la separación de las aguas (caóticas y turbulentas) es necesaria.

Mal navegaríamos en un mar embravecido, pues la barca de Ra no puede ser guiada con precisión

sin las condiciones adecuadas.

Debemos seleccionar por donde queremos navegar, y si nuestra decisión corresponde a unas aguas limpias y transparentes, no dudemos que seremos guiados, cierto faro nos avisará de peligros y nos conducirá a buen puerto, allí podremos alimentarnos con la quinta esencia [4].

Si bien es cierto que estamos formados por agua, aire, tierra y fuego, es el quinto elemento sintético y diáfano, justamente con el que debemos nutrirnos.

El ritual tántrico hindú, llamado Ritual Pancatattwa, revela la sabia combinación de las cinco M, los cinco elementos: Madya (vino, elemento aire); Mansa (carne, elemento fuego); Matsya (pescado, elemento agua); Mudra (cereales, elemento tierra) y Maithuna (magia sexual, elemento éter) para el despertar del Kundalini. Cada uno de estos elementos es portador de principios necesarios en el ritual mismo, además de imagen simbólica respectiva de: pensamiento (aire); paroxismo (fuego); secreciones sexuales (agua); cuerpo físico (tierra) y transmutación (éter). Nos dice el Maestro Samael Aun Weor: Nuestra agua fortifica, emblanquece, limpia y da vida.

En el apócrifo Apocalipsis de Esdrás se puede leer lo siguiente: Al día siguiente la voz llegó y me llamó; Esdrás abre tu boca y bebe lo que te haré beber. Abrí la boca. Me tendió una copa llena de agua cuyo color parecía de fuego. La cogí y la bebí.

Mi corazón se lleno de sabiduría, la inteligencia pesó en mi pecho. Mi espíritu conservó el recuerdo y se acordó.

Esta agua prisionera dice Nicolás Valois grita sin cesar: Ayúdame y te ayudaré, es decir, libérame de mi prisión, y si puedes hacerme salir una vez, te convertiré en el dueño de la fortaleza donde me encuentro.

El agua, pues, que se halla en este cuerpo encerrado es de la misma naturaleza que la que le damos a beber y que se llama Mercurio Trimegisto, del que habla Parménides cuando dice:

Naturaleza se regocija en Naturaleza,  
Naturaleza supera a Naturaleza, y Naturaleza

contiene a Naturaleza.

Pues esta agua encerrada se regocija con su compañero, que acude a liberarla de sus hierros, se mezcla con él y por fin, convirtiendo dicha prisión en suya y rechazando lo que les es contrario, que es la preparación, se convierten en agua mercurial y permanente...

Legítimamente nuestra agua divina es llamada la llave, luz, Diana que aclara la oscuridad de la noche. Pues es la entrada de toda la Obra y la que ilumina a todo hombre.

Es evidente que no se está hablando del agua de la lluvia, ni del agua del río, ni del mar. Se está hablando del preciado líquido que está en nuestra caverna, que hemos dejado escapar por miles de años y que ya es hora de que remedemos esa fuga...

Debemos conseguir que nuestra agua bendita, suba hasta lo más alto, y posteriormente se distribuya en nuestro templo corazón, donde está la fuente que aguarda en silencio el momento preciso de hacer brotar las bendiciones apostólicas.

Es necesario ser propagadores de la Fe consciente, iluminar el camino, para que no se siga en la sombra, ni sometidos a vivir bajo el yugo de la ignorancia.

¿Acaso no nos mueve a reflexionar la sentencia de Jesús a Pedro, cuando caminaba sobre las aguas? Recogida en San Mateo, C. XIV, V. 31: ¿Por qué has dudado, hombre de poca fe?

Agua limpia, alimento puro, que nos hace fuertes ante cualquier adversario, es justo lo que el alquimista busca; El alimento supersubstancial.

El hombre auténtico, el alquimista, recibe un alimento espiritual completamente sacratísimo, libre del mundo animal, vegetal o mineral, ya que el agua viva nos lleva a la eterna bienaventuranza.

Plutarco, escribe lo siguiente: La finalidad del matrimonio es la generación, es decir; Una marcha progresiva de las tinieblas hacia la luz.

El agua hay que saber fijarla para que proceda

a la curación del órgano enfermo.

Artegio dice: Oh cuan preciosa y magnífica es ésta agua.

Los Maestros de la Logia Blanca, por medio de Meurois-Givaudan, en el Shambala nos dicen:

El papel de aquel a quien llamáis Lucifer es complejo; su explicación requeriría, poner a punto numerosas nociones. No obstante, la confusión reinante ha frenado de manera considerable nuestro trabajo en la tierra. El temor, la ignorancia y el odio disfrazado que suscita, erigen las barreras de un terrible egrégor.[5]

En Francia, en la Iglesia del pueblo de Rennes le Chateau, se encuentra sosteniendo la pila bautismal la figura de un diablo, y por todos es sabido, que sobre la pila está el agua con la que se bautiza. Es aquí donde nos preguntamos; ¿por qué el diablo sostiene sobre sus hombros la pila llena de agua?

En la catedral de Notre Dame en París, los peregrinos y devotos apagan sus velas en las fauces de un diablo.

En los dos casos aparece el mismo diablo, siendo éste Lucifer. En el primer caso entregándonos el agua y en el segundo caso, devorándose la luz. Tenemos que recordar que las figuras tenebrosas que podamos encontrar en las distintas Iglesias o Catedrales, construidas normalmente por Templarios, no se pusieron por capricho, sino para mostrar el camino y enseñar al alquimista, el trabajo que debe realizar.

El Maestro Samael, nos dice: Lucifer es nuestro entrenador psicológico y debemos vencerle, para poder disponer de las llaves que nos permitan entrar en el paraíso, Lucifer es el guardián del templo, es la tentación que puede convertirse en escalera para subir o para bajar.

En la medida que superemos las pruebas a las que seamos sometidos, será nuestro propio Lucifer interior [6], quien nos conduzca hacia la parte más elevada de nuestra Iglesia interior.

Una vez más podemos comprobar que la humanidad,

viendo no ve, ya que la piedra es un libro abierto que habla en silencio, pero solo pueden leerlo quienes están dispuestos a seguir a su íntimo muy amado.

Así encontramos en el libro de Fulcanelli "Las moradas filosóficas" una magistral cátedra:

Esculpida sobre el grupo de hombre del grifo, advertiréis una enorme cabeza que hace un visaje y que adorna con una barba en punta.

Las mejillas, las orejas y la frente se estiran hasta tomar el aspecto de llamas. Esta máscara llameante, de rictus poco simpático, aparece coronada y provista de apéndices cornudos adornados con lazos, los cuales se apoyan en el funículo de la base de la cornisa. Con sus cuernos y su corona, el símbolo solar adquiere la significación de un verdadero Bafomet, es decir, de la imagen sintética en la que los iniciados del Templo habían agrupado todos los elementos de la alta ciencia y de la tradición.

Figura compleja, en verdad, con apariencia simple, figura parlante, cargada de enseñanzas, pese a su estética ruda y primitiva. Si se encuentra en ellas en primer lugar la fusión mística de las naturalezas de la Obra que simbolizan los cuernos del creciente lunar colocados sobre la cabeza solar, no se sorprende uno menos de la expresión extraña, reflejo de un ardor devorador que desprende este rostro inhumano, espectro del Juicio Final. Incluso hasta la barba, jeroglífico del haz luminoso e ígneo proyectado hacia la tierra, no se justifica el conocimiento exacto que poseía el sabio acerca de nuestro destino...

¿Nos hallamos en presencia de la vivencia de algún afiliado a las sectas de iluminados o rosacruces que descendían de los viejos templarios?

La teoría cíclica, paralelamente a la doctrina de Hermes, está allí expuesta con tanta claridad que como no fuera por ignorancia o mala fe, se podría sospechar el saber de nuestro adepto.

En cuanto a nosotros, (comenta Fulcanelli líneas después) ya nos hemos hecho nuestra idea, y estamos ciertos de no equivocarnos ante tantas afirmaciones categóricas; lo que tenemos

ante nuestros ojos se trata con seguridad de un bafomet, renovación del de los Templarios.

Esta imagen, sobre la cual no se poseen más que vagas indicaciones o simples hipótesis jamás fue un ídolo, como algunos lo han creído, sino tan sólo un emblema completo de las tradiciones secretas de la Orden, empleado sobre todo exteriormente como paradigma esotérico, sello de caballería y signo de reconocimiento. Se reproducía en las joyas, así como en el frontón de las residencias de los comendadores y en el tímpano de las capillas templarias.

Se componía de un triángulo isósceles con el vértice dirigido hacia abajo, jeroglífico del agua, primer elemento creado, según Tales de Mileto, que sostenía que Dios es ese Espíritu que ha formado todas las cosas del agua.

Un segundo triángulo semejante, invertido con relación al primero, pero más pequeño, se inscribía en el centro y parecía ocupar el espacio reservado a la nariz en el rostro humano. Simbolizaba el fuego y, más concretamente, el fuego contenido en el agua o la chispa divina, el alma encarnada, la vida infusa en la materia. En la base invertida del gran triángulo de agua se apoyaba un signo gráfico semejante a la letra H de los latinos, en estenografía hermética, este signo indica el Espíritu universal, el Espíritu creador, Dios.

En el interior del gran triángulo, un poco por encima y a cada lado del triángulo de fuego, se veía, a la izquierda, el círculo lunar con el creciente inscrito y, a la derecha, el círculo solar de centro aparente. Estos circulitos se hallaban dispuestos a la manera de ojos.

Finalmente, soldada a la base del triangulito interno, la cruz rematando el globo completaba así el doble jeroglífico del azufre, principio activo, asociado al mercurio, principio pasivo y disolvente de todos los metales.

Así presentado, el bafomet afectaba una forma animal grosera imprecisa y de identificación problemática.

Eso explicaría, sin duda, la diversidad de las descripciones que de él se han hecho, y en las cuales se ve el bafomet, como una cabeza de Hapi Egipcio, de buco y, mejor aún, el rostro horripilante de Satán en persona. Simples

impresiones, muy alejadas de la realidad, pero imágenes tan poco ortodoxas que, por desgracia, han contribuido a lanzar sobre los sabios caballeros del Templo la acusación de satanismo y brujería, que se convirtió en una de las bases de su proceso y en uno de los motivos de su condena.

Una vez más recurrimos a las revelaciones del V.M. Samael Aun Weor: El Baphomet de los Templarios debe leerse al revés: TEM O H P AB. Símbolo de las palabras latinas "Templi Omun Hominun Pacis Abbas". Que quiere decir: El Padre del Templo, Paz Universal de los Hombres.

El ignorante quien se identifica con una mente sensual o dogmática, se cree ser un ilustrado y saberlo todo. Dando respuesta para todo, vive completamente hipnotizado por un supuesto conocimiento tan limitado como pueden ser las paredes de su recamara. No se percata que el diablo de la mente lo tiene completamente engolosinado, impidiéndole por lo tanto, recibir y comprender las enseñanzas de tipo superior, reservadas para los que han puesto a su mente al servicio del íntimo.

Destruyendo a Lucifer, aparece el Arcángel de Luz, y al integrarse en nosotros, nos convertimos en Arcángeles. El se convierte en hacedor de Luz. Él está negro como el carbón y hay que blanquearlo.

"Quema tus libros y blanquea el latón", nos dicen los adeptos.

El latón es de cobre y el cobre está relacionado con Venus, la estrella de la mañana. Venus representa a la Diosa del Amor, por lo que podemos deducir que para trabajar con el amor, no es preciso aportar datos intelectuales de ningún tipo o género, y por lo tanto sale sobrando cualquier guía metódica, materialista o moralista.

Es menester alimentarse de manera callada y secreta, paulatinamente, para que así se plasme en el físico una cristalización de la energía, llamada quinta esencia, que nos dé: inteligencia, memoria, felicidad, fortaleza, etc.

Nuestro alimento es real y solo lo recibe quien está dispuesto, mediante su trabajo de transmutación, pues nadie recibe lo que no se



merece.

El alquimista se convierte por anhelo interno, no por imposición o curiosidad, pero muy pocos son los que de verdad aspiran al alimento eterno, al Maná de los israelitas...

La práctica alquímica en sí, es un acto de amor, y su alimento engrandece el alma de quien lo recibe.

San Pedro en su epístola primera, C. II, V. 11 dice: Por esto, queridos míos, os suplico que como extranjeros y peregrinos que sois en este mundo, os abstengáis de los deseos carnales, que combaten contra el alma.

Nunca sería posible fijar el mercurio mientras la lujuria, ese deseo sensual desordenado, esa lascivia, pueda estar en continuada batalla contra nuestra esencia o conciencia.

El animal intelectual, se diferencia del iniciado básicamente, por el alimento que recibe.

El iniciado se nutre de los principios resultantes de una transformación o transmutación en su manera de pensar, así como de la transformación de alimentos y del aire que respira.

El iniciado o alquimista, tiene en cuenta, que sus alimentos no estén contaminados, así como sus bebidas, sin llegar nunca a cometer excesos con el alcohol.

El Prana o aire que respira, será limpio y puro, huyendo en la medida de lo posible de los locales cerrados y contaminados por el humo. Procura mantenerse en espacios abiertos y bien ventilados, donde el sol, pueda bañar todo su espacio. Así mismo sus pensamientos han de ser fuera de toda maldad y resentimiento hacia todo lo creado por Dios.

Este es básicamente, el alimento con el cual forma la materia prima, el llamado mercurio de los sabios.

"Sería una locura alimentar a un asno con lechugas u otras hierbas raras", dicen los filósofos, "puesto que los cardos le bastan".

El secreto de la Piedra es lo bastante precioso

como para hacer de él un misterio. Todo lo que puede volverse perjudicial para la sociedad, aunque de por sí excelente, no debe ser divulgado y solamente debe hablarse de ello en términos misteriosos. (Harmonie Chymique)

Si adulteramos nuestra alimentación así será nuestra materia prima, es por eso, que se hace muy importante para trabajar y conseguir los logros anhelados, seleccionar de manera rigurosa todo aquello que nos permita alimentarnos correctamente.

La materia prima de la Obra, el alquímico elemento con el cual podemos fabricar el cuerpo astral (o nacimiento segundo), es el Hidrógeno Sexual Sí 12 [7].

Obviamente, el citado Hidrógeno representa el producto final de la transformación de los alimentos, dentro del maravilloso laboratorio del organismo. Resulta evidente que ésta es la materia más importante con que trabaja el sexo.

La elaboración de esta sustancia se desarrolla en consonancia rítmica con las siete notas de la escala musical. No está de más comprender que el Ens. seminis y su peculiar Hidrógeno Si 12, es semilla y fruto a la vez.

Transmutar este Hidrógeno portentoso para darle inteligente cristalización en una octava superior, significa, de hecho, crear una nueva vida dentro del organismo existente, dar forma evidente al cuerpo astral o sideral del alquimista y cabalista.

Deben Ustedes entender (nos dice el M. Samael) que el cuerpo astral nace del mismo material, de la misma sustancia, de la misma materia de que nace el cuerpo físico; lo único que difiere es el procedimiento. (En vez del semen hacia abajo -eyaculación-, debe ser hacia arriba -sublimación- hacia el chakra coronario o Shahasrara, pasando antes Kundalini -el poder de la serpiente- por el Ajna -donde se cruzan Ida y Pingala, las dos serpientes de los Templarios- y por todos los demás chakras - Nota de MdLq).

Todo el cuerpo físico, todas las células, quedan, por así decirlo, impregnadas por las emanaciones de la materia que es Si 12, y cuando éstas se han saturado lo suficiente, la materia Si 12 comienza a cristalizar.

La cristalización de esta materia constituye la formación del cuerpo astral.

La transición de la materia Si 12 a una condición de emanaciones y la gradual saturación de todo el organismo con estas emanaciones, es lo que se llama en Alquimia, transmutación o transformación.

Justamente esta transformación del cuerpo físico en astral, es lo que la Alquimia denomina transformación de los metales groseros en metales finos, o sea, la obtención de oro de los metales ordinarios.

Los seres humanos, en última instancia somos lo que comemos, lo que respiramos y lo que pensamos. Esto se materializa de igual manera en nuestro interior como en nuestro exterior, reflejando la carga psicológica o energética que cargamos de manera secreta. A pesar nuestro, en un momento dado, sale la mencionada carga psicológica para mostrarse ante los demás de manera muy natural y sin ningún tipo de enmascaramiento, exponiendo así nuestra realidad más cruda y sincera.

Esta realidad en cada uno de nosotros, es muy evidente, y sin embargo pasa desapercibida. Necesitamos recurrir al trabajo secreto, para que nuestro mercurio sea de la mejor calidad, libre de impurezas, que le permita fijarse en nuestra anatomía metafísica y proceder al nacimiento segundo.

Veamos lo que a este respecto dice el Corán en sus versículos del 11 al 36 del capítulo LVI:

Los elegidos estarán más próximos al Eterno. Habitarán en el jardín de las Delicias.

Gran número de ancianos y algunos jóvenes, serán huéspedes dichosos. Reposarán en lechos adornados de oro y piedras preciosas. Se mirarán con afecto. Serán servidos por niños dotados de una juventud eterna. Y ofrecerán vino exquisito en copas de forma diferentes. Su vapor no se subirá a la cabeza ni obscurecerá la razón.

Tendrán a discreción las frutas que deseen; y las carnes de las aves más raras. Junto a ellos se hallarán los Huríes de hermosos ojos negros. La blancura de su tez será igual al brillo de

las perlas. Sus favores serán el premio a la virtud. Las conversaciones frívolas serán desterradas de esta mansión. En el corazón no se albergará el mal.

No se escuchará allí más que el dulce nombre de Paz. Que felices los que ocuparán la derecha, se pasearán entre nebos que no tienen espinas, y entre plátanos artísticamente dispuestos. Gozarán de su espeso follaje. Junto a las aguas cantarinas. Allí una multitud de frutos diversos, se ofrecerán a la mano que desee cogerlos. Reposarán en lechos elevados.

Sus esposas serán de una creación especial. Serán vírgenes. Les amarán y gozarán de la misma juventud que ellos.

Con semejante esperanza de vida, bien merece la pena esforzarse por alcanzar tan elevado premio...

Así mismo, no podemos pasar por alto las palabras contenidas en el Apocalipsis, C.18, V. 3: "Porque todas las gentes han bebido del vino del furor de su fornicación, y los reyes de la tierra han fornicado con ella..."

¿Acaso hemos olvidado las siguientes palabras? "Yo soy el pan de vida, yo soy el pan vivo, el que coma mi carne y beba mi sangre tendrá la vida eterna y yo le resucitaré. El que coma mi carne y beba mi sangre, en mí mora y yo en él."

Quienes se entregan en cuerpo y alma a éste alimento, reservado para los pocos, podrán seguir en una felicidad constante, hasta la consumación de la Gran Obra.

Y prosiguiendo con el Corán en sus versículos del 39 al 47 del capítulo XXXVII, dice así:

Los verdaderos servidores de Dios gozarán de la felicidad. Tendrán alimentos escogidos y frutas exquisitas, y serán servidos con honor. Los jardines de la voluptuosidad serán su Asilo.

Llenos de mutua bienaventuranza, reposarán en el lecho nupcial. Se le ofrecerán copas de agua pura. Limpia y de un sabor delicioso. Ella no ofuscará sus rostros ni les harán insensibles. Junto a ellos habrá vírgenes intactas. Y bajarán humildemente los ojos.

Y en los versículos del 22 al 28 en el capítulo

LXXXIII, podemos leer:

Los justos serán los huéspedes de la mansión de las delicias. Acostados en el lecho nupcial, se dirigirán sus miradas por doquier. Brillará en su frente la alegría. Beberán un vino exquisito y sellado. El sello será el Almisclé, que quienes deseen la dicha se esfuercen en merecerla. Este vino estará mezclado con agua de Tasnín. Preciosa fuente donde apagarán la sed los que estén más cerca del Eterno.

La vía del alquimista nos ofrece el cuerno de la abundancia, pero debemos saber, que es necesario realizar un esfuerzo consciente para conseguirlo.

Así mismo, los cuernos de la abundancia en forma de X, aseguran las riquezas materiales, mismas que la posesión del mercurio asegura a los trabajadores en la Gran Obra. En Hebreos, C.V; V.12; podemos leer lo siguiente: Que tengáis necesidad de leche y no de manjar sólido.

En el V. 13 está escrito: Que cualquiera que participe de la leche, es inhábil para la palabra de la justicia, porque es niño. En el V. 14; Más la vianda firme es para los perfectos, para los que por la costumbre tienen los sentidos ejercitados en el discernimiento del bien y del mal.

Hoy en día sigue la humanidad necesitada de leche, es decir, del primer alimento y el más básico, que todo ser humano recibe al nacer, esto hay que saberlo entender...

Esta humanidad, en su mayoría, no está preparada para digerir una información o enseñanza más trascendental, la ilusión en la que está inmersa, la hace muy infantil ante la madurez de los Maestros autorrealizados.

Buscar en uno mismo no es fruto de un vago consejo metafísico de auto análisis, sino por el contrario, la lección de una necesidad imperiosa, que corresponde a una realidad muy concreta.

"Crecer es encogerse hasta el pasado original, reencontrar el Átomo inicial".  
Acepta la energía de tus bajezas, no te niegues a verlas.  
El sol de tu alma empieza allí donde intentas

invertir la polaridad del plomo.  
¡El odio no es más que amor que aún no ha  
pasado al estado de piedra filosofal!

Para conseguir un bien tan grande, la  
naturaleza humana difícilmente encontraría un  
auxiliar más poderoso que Eros. Todo hombre  
debe honrar a Eros. Platón (el Banquete).

Y Sta. Teresa de Jesús dice: Ha de haber cruz  
mientras vivimos. No está la cosa en pensar  
mucho, sino en amar mucho y así lo que más os  
despertare a amar, eso haced. Así pues, no  
tenemos más capacidades que el más humilde de  
los hombres. Nunca hemos sido designados por lo  
que llamáis Dios, para desarrollar presuntos  
poderes. Solo somos nosotros mismos, mientras  
los habitantes de la tierra aún no son ellos  
mismos. No sabría expresarme con mayor  
claridad. Nuestra fuerza radica en el hecho de  
haber comprendido que no debemos esperar  
nuestro desarrollo de una fuerza externa a  
nosotros cualquiera que sea el nombre, la  
fuerza con que se presente.

La verdad primera o última, es el motor de todo  
avance espiritual, por lo que se hace necesario  
comprender que nada es externo a nosotros  
puesto que todo está en nuestro interior, desde  
lo más ínfimo hasta lo más grande desde la  
bóveda estrellada que contemplamos por la  
noche, hasta la célula observada a través del  
microscopio

Los verdaderos esponsales siempre serán  
sagrados, cualquiera que sea su forma de  
expresión y el reino en que ven la luz. Por  
ello son uno de los elementos arquitectónicos  
de la elevación de las conciencias.

El acoplamiento del espíritu y la materia es un  
acto de alquimia suprema. La ascensión de la  
kundalini a lo largo de la columna vertebral  
ilustra esta búsqueda de fusión.

[1] Cabe resaltar que la higuera es un símbolo  
inequívoco de la fuerza sexual.

[2] Entendemos por Adán y Eva a la humanidad  
paradisíaca libre de todo Ego o defecto  
Psicológico.

[3] Personaje tentador dentro del Zoroastrismo.

[4] Entendemos por quinta esencia el resultado

de nuestras transmutaciones

[5] Maestro

[6] Fuera de todo prejuicio dogmático consideramos necesario el mostrar al lector que el mismo nombre de Lucifer tiene etimológicamente una connotación divina: LUZ y FUEGO, son dos elementos que llevarán al iniciado por el camino de la Autorrealización.

[7] Recomendamos para estudiar éste tema, consultar el libro del V.M. Samael Aun Weor, "El collar del Budha".



## Alimentación y consciencia

### El boom de lo vegetal

En estas últimas décadas, sin duda se está iniciando -al menos existen trazas- el "boom" de lo vegetal en la alimentación. Científicos y dietólogos coinciden en afirmar que las proteínas de la carne y el pescado pueden sustituirse por las de los cereales, leguminosas, rútas y verduras, y además con mejores resultados para la salud.

Además, el vegetarianismo debe ser tomado en consideración como solución al problema del hambre en el mundo. La Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) ha hecho estudios a propósito y ha llegado a la conclusión de que hay que volver a un régimen vegetariano. La población está aumentando en un 1,7 % al año y en el año 2000 serenos 6300 millones. Para dar las proteínas necesarias a todos estos seres se precisarían 60 millones de toneladas de proteínas al año, lo que no es posible a través de la carne y el pescado, por lo que se deberán obtener a partir de los vegetales, lo que conducirá a un desarrollo de la agricultura.

En Inglaterra se han hecho pruebas y han demostrado que usando un acre de terreno para el engorde de terneros rendía unas 26 libras de carne, mientras que el mismo acre de terreno destinado al cultivo de vegetales daba muchas más proteínas.

El Dr. Fritz Baade, de Alemania, que es una autoridad en economía agrícola, confirma en su libro "Economía alimentaria del mundo", como regla general, que el engorde de tocinos significa una pérdida del 80% de los valores nutritivos de los cereales y patatas consumidos, y el de las reses, una pérdida del 90%.

El nutrólogo brasileño, Dr. Josue de Castro, ex Director de la FAO, expone en su obra "Geopolítica del hambre, ensayo sobre los problemas alimentarlos y demográficos del mundo", que la leche recupera todavía el 15% de la energía consumida por el animal, los huevos



el 7%, pero la carne bovina "apenas el 4%".

El nutrólogo suizo, Dr. Ralph Bircher, hijo del Dr. Max Bircher-Benner, publicó respecto a la "mayor producción alimentaria por parte de la agri y horticultura", lo siguiente: Una determinada área agrícola produce mediante los cultivos de trigo:

3 veces más proteínas que a través de los productos lácteos, y 7 veces más que a través de la carne de tocino;  
Pero mediante los cultivos de hortalizas se obtienen:

6-12 veces más proteínas que a través de los productos lácteos, y 12-21 veces más que a través de la carne porcina y todavía más con respecto a la carne de res.

He aquí un ejemplo práctico y de mucha actualidad: El sustituto económicamente más importante de las carnes sería la soja, que tiene hasta un porcentaje mucho más alto en proteína completa (30-50%) que la propia carne (en general menos del 20%), además de mejor y más estable calidad no putrefactiva. También su alto porcentaje (20%) en grasas no saturadas y la riqueza en minerales alcalinizantes se contrastan con las grasas saturadas y el ácido úrico de las carnes.

De otra parte, se deben señalar las siguientes grandes ventajas: La soja se conforma con poca humedad y ayuda a mejorar el suelo (incrementando los microorganismos y el nitrógeno); se adapta con centenares de variedades, distintas tierras y climas, igual a la adaptabilidad amplia del maíz; además el plazo y la cantidad de la respectiva inversión son mucho más pequeños que los requeridos para la cría y la pesca.. Tomando en cuenta solamente estas ventajas de la cantidad y del tiempo, y sin considerar las no menos importantes ventajas cualitativas y saludables, se calcula, sin exageración, que "la misma superficie agrícola que produce suficientes proteínas y grasas de carne de tocino para 10 hombres, podría alimentar por lo menos a 100 hombres mediante la directa producción de las excelentes proteínas y grasas de soja. Y en cuanto a la carne de res, la respectiva ventaja del cultivo de soja se elevaría de los mencionados 10 a unos 200 hombres".

Otro ejemplo actual se da en el Japón que logra alimentar bien, en sanas islas volcánicas y relativamente pequeñas, a más de 100 millones de habitantes. Según datos oficiales, sólo el 6 % de las calorías consumidas tienen procedencia animal (pescados, carnes, huevos, quesos, etc.), y considerando la extensión de la pesca en este país, ésta ocuparía casi la totalidad del 6 %. El Japón evita, pues, el "derroche" de los alimentos a través de la producción de carne.

En una serie de Hojas Informativas publicadas por la FAO antes de la celebración de la Conferencia Mundial de la Alimentación, celebrada en Roma en Noviembre de 1974, podemos leer lo siguiente:

"La producción agrícola es uno de los objetivos clave de la estrategia internacional del Desarrollo".

"En las zonas tropicales de América Latina hay enormes áreas de tierra aptas para la agricultura que pueden ser roturadas. En Africa, una campaña para la erradicación de la mosca tse-tse dejaría libre para el cultivo una superficie mayor que toda el área cultivable de los Estados Unidos".

"Son cuatro las principales áreas donde la roturación de tierras en gran escala ofrece posibilidades para aumentar notablemente la superficie de labranza: la cuenca del Amazonas; la cuenca del Mekong en la Asia Sudoriental; el sur del Sudán, y la parte del Centro de Africa infestada por la mosca tse-tse. Esta última zona, una vez eliminada la mosca tse-tse, ofrece un gran potencial tanto para los cultivos como para la ganadería".

"En la mayoría de los países en desarrollo es posible duplicar o triplicar el rendimiento por hectárea. Esto exigiría poner bajo control las enormes cantidades de agua de lluvia que se desperdician (sólo se utilizan el 2,25% de las reservas de agua dulce), así como usar más racionalmente el agua que ya se dedica al riego. Exigiría también un uso mucho más intensivo de los fertilizantes, así como la adopción general de variedades de cereales de elevado rendimiento".

Del Folleto oficial informativo de la Conferencia Mundial de la Alimentación "...y mañana la crisis", podemos sacar los siguientes datos:

- En los países en desarrollo se producen 220 Kg. de cereales al año por persona, consumiendo esta persona al año 13,5 Kg. El consumo directo es por tanto del 61%,

- En EEUU y Canadá (prototipo de países desarrollados), se producen 1000 Kg. de cereales al año por persona, consumiéndose por consumo directo sólo 70 Kg., es decir, un 7%.

- En el año 1970, los países desarrollados con un 30% de la población mundial, consumieron el 54% de la producción total de cereales.

- En este mismo año 1970, los países en desarrollo dedicaron para pienso sólo el 10% de su producción total de cereales, mientras que los países desarrollados dedicaron el 60%.

Es decir, los cereales que faltan en el mundo en desarrollo se están dando en escala cada vez mayor como pienso a los animales de los países desarrollados. El mundo en desarrollo obtiene su modesta ración de proteínas por persona sobre todo de legumbres tradicionales como los fríjoles (judías) y las lentejas (proteína de origen vegetal) y su consumo de proteínas de origen animal (carne) es minúsculo. La importancia que los nutrólogos atribuyen a las proteínas es últimamente algo menor. ¿No habrá llegado ya el momento de romper el fetiche de la carne para volver, al menos en parte, a las proteínas de origen vegetal que durante incontables siglos sirvieron de base para la vida de la mayoría de los hombres?.

El arroz integral fue el alimento de base de la gran civilización china y de otros pueblos orientales. La civilización egipcia tuvo una alimentación en la que había como alimento básico el trigo integral, mientras que el maíz fue el alimento mayoritario en la alimentación de las civilizaciones maya y azteca.

El Dr. Martin G.Scola en su libro "Evolución, degeneración y regeneración alimentarias del hombre" expone: "En las discusiones sobre una alimentación natural lacto-vegetal se admite, casi siempre, que ésta es factible para una sola persona o familia, pero se argumenta que no sería realizable para una colectividad grande, pues arruinaría importantes ramos de la economía de cada país, como son la ganadería, las industrias alimentarias, etc., y ya por

esto, de todos modos, deberíamos rechazar la alimentación lacto-vegetal. De otra parte se objeta que no hay suficientes tierras para tantos cultivos de frutas, verduras y demás vegetales, que además resultarían demasiado costosos.

**Rectifiquemos estos argumentos:**

a) Cualquier cambio se haría de forma paulatina, causando cuando mucho transformaciones económicas lentas que, siempre están presentes y no perjudican a nadie. La alimentación lacto-vegetal fomentaría la excelentemente sana producción agrícola, y el comercio de lo siguiente: 1) Leche, y queso; 2) Verduras (hortalizas, raíces y tubérculos); 3) Frutas; 4) Cereales y leguminosas; 5) Semillas oleaginosas, etc.

La alimentación lactovegetal no perjudicaría, sino tan sólo modificaría, la economía.

b) Es una reconocida y experimentada doctrina en la Agricultura y Economía que el "rodeo por la carne y el matadero" requiere cerca de 10 veces más tierras agrícolas, y también mucho más tiempo y gastos, que la directa producción vegetal de proteínas, grasas y carbohidratos a través de las verduras, las frutas, los granos y semillas. Esta regla podría alcanzar la correspondiente inmensa trascendencia económica, tan pronto se reconociera oficialmente que la alimentación lactovegetal no es inferior, sino superior a la omnívora".

En efecto, este reconocimiento oficial salvó a Dinamarca en la primera Guerra Mundial del hambre. De otra parte, esta trascendencia cuantiosa, sería aún aumentada, por la tantas veces expuesta reducción de las calorías requeridas, al preferir los alimentos naturales.

Durante la Primera Guerra Mundial, cuando a consecuencia del bloqueo de Inglaterra a Alemania, Dinamarca se encontró en una situación desesperada, el Gobierno acogió los puntos de vista sobre alimentación del Dr. Mikkel Hindhede, y obligado por la necesidad, le propuso la ocasión de realizar sus experimentos en todo el pueblo danés.

En los años normales Dinamarca cosechaba 1.100 millones de Kg. de centeno, trigo y cebada; e importaba 1.500 millones de Kg. de centeno, maíz y aceite, lo que conduce a un consumo

total por año de 2.600 millones de Kg. Durante el período de bloqueo de la Primera Guerra Mundial, al que se unió un período de sequía, sólo se cosechaba, 800 millones de Kg. Vemos pues que las posibilidades de consumo disminuyeron en 1.800 millones de Kg. de cereales.

La pregunta que se formuló el Gobierno danés ante esta, situación era simplemente la siguiente: ¿hombre o cerdo? Los dos no podían existir al mismo tiempo: uno de ellos había de morir de hambre.

En Alemania dejaron con vida a los cerdos, permitiendo morir de hambre a los seres humanos: Dinamarca hizo todo lo contrario. La existencia de cerdos quedó reducida a una quinta parte, y la cebada y las patatas fueron confiscadas para el consumo humano.

Mis experimentos, escribe Hindhede, habían demostrado, de modo palpable, que estos dos productos eran los más indicados para los fines que perseguíamos. Además, todo el salvado que se obtenía al moler el trigo era amasado con la harina de centeno. Los trabajos realizados en el laboratorio de Hindhede habían revelado que la, harina de centeno, si se le añadía hasta un 30% de salvado, proporcionaba un pan aún bastante aceptable.

El Gobierno confiscó también los productos alcohólicos, prohibiéndose el empleo de trigo o patatas para la fabricación de aguardiente. La fabricación de cerveza se redujo a la mitad. Al mismo tiempo, el bloqueo impedía el suministro de tabaco y café.

Los principales aspectos de la alimentación danesa durante la guerra fueron: fuerte consumo de pan integral, mucho menor el de pan blanco, consumo muy incrementado de patata y cebada perlada y reducido a la mitad el de grasas y carnes.

Por el contrario, la cantidad de leche consumida apenas experimentó variación, gracias a la limitación radical de la cría del cerdo. En tiempos normales, los cerdos del país consumían más leche desnatada que los seres humanos. El precio de la leche se elevó de tal modo, que resultaba más interesante venderla fresca que transformarla en mantequilla. Por este motivo se redujo considerablemente la

fabricación de tal producto.

A pesar de ello, podían ser suministradas por persona 250 grs. de mantequilla a la semana. El Gobierno danés se lanzó, pues, a un grandioso experimento de alimentación a base de leche y productos vegetales en una población de tres millones de habitantes.

Cuáles fueron las consecuencias de estos cambios alimenticios en la salud pública? Durante el primer año de racionamiento disminuyó la mortalidad en un 17%. Aquel año murieron en Dinamarca 6.300 personas menos que en 1913, hasta entonces el año de menor mortalidad.

Al mismo tiempo, también los casos de enfermedad se redujeron muy considerablemente. ¡Los médicos estaban sin trabajo!. Estos resultados constituyen un ejemplo muy elocuente de lo acertado de aquel régimen, tal como fue propulsado y defendido por Hindhede, Bircher-Benner, Lahmann y otros precursores de un estilo de vida natural.

La alimentación en Alemania durante la primera Guerra Mundial, en contraposición a la de Dinamarca, se basaba, según Hindhede, en conceptos totalmente erróneos. A los investigadores que favorecen la alimentación a base de carne no se les podía exigir, como dice Hindhede, que confesaran "Nosotros y nuestras teorías, tan erróneas, cargamos con la principal responsabilidad de que Alemania, durante la guerra, mantuviera en toda su amplitud la producción animal, lo que originó una gran escasez de alimentos para la población".

Hindhede escribe además: "Fue precisamente el hambre lo que indujo a los alemanes, en su desesperación, a intensificar la guerra". Por este solo motivo según Hindhede, Alemania había de quedar derrotada. Jamás en el pasado hemos sido testigos de un ejemplo más palpable de las consecuencias que pueden derivarse de un error científico. Pero a la larga, afirma Hindhede, la verdad no puede ocultarse.

Hindhede calificaba como elementos ideales de una alimentación sana y económica el pan molido, la mantequilla o margarina, la leche, las patatas y verduras, las frutas y el azúcar. Sostenía que sólo eran necesarios 30 gramos de proteínas diarios.

Después de ver todos estos hechos y doctrinas

ya podemos afirmar que es posible una humanidad vegetariana, pues hay suficientes tierras para cultivar todos los alimentos necesarios. Tengamos presente que de 7 millones de Has. cultivadas que hay en el mundo, sólo la octava parte se dedica a producción agrícola, y sólo un tercio son explotadas. Además, se emplea únicamente el 2,25% de las reservas de agua dulce.

No obstante, este paso de una sociedad principalmente carnívora a una sociedad totalmente vegetariana debería hacerse de modo paulatino y teniendo en cuenta, con el fin de afrontarlos y resolverlos, otros problemas que existen en el campo, tales como:

- La contaminación. Provocada por los residuos industriales, radioactividad, insecticidas, tubos de escape, basuras, etc. Todo ello provoca una deteriorización en la salud del ser humano y en la calidad de los alimentos industriales y naturales.

- El desequilibrio ecológico puede ser producido por cualquier tipo de contaminación, el talado de bosques y supresión de árboles, etc.

- Los abonos químicos. Su exclusividad o exceso atacan a los microorganismos (hongos, lombrices, bacterias) necesarias para el equilibrio del suelo.

La restitución de todos los elementos extraídos al terreno por las grandes cosechas de hoy en día, es uno de los problemas más acuciantes que tiene la FAO y que arreglarían muchos problemas que tiene la OMS en los países industrializados.

- Los insecticidas. Un ejemplo del perjuicio que ocasiona su uso es que el DDT ha extinguido dos generaciones de parásitos, pero las siguientes generaciones se han vuelto más resistentes, es muy tóxico y su período de vida es muy largo.

- Los intermediarios. El intermediario es otro "parásito" del campo, pues su función, que es meramente especulativa, lo único que hace es gravar el precio de venta al consumidor y al mismo tiempo forzar al agricultor a vender sus productos a precios ruinosos. En general, podemos decir que los productos agrícolas al

comprarlos el consumidor han aumentado su precio respecto al que cobró el agricultor de un 100 a un 150%.

Podemos finalizar, afirmando que la alimentación natural lacto-vegetal, y más cuando se sustituyen los lacticinios con los productos de soja, abarataría el costo anual de la alimentación a sólo una pequeña parte del mismo; y contrarrestaría, al mismo tiempo, la "astenia", la enfermedad e invalidez de la población económicamente activa y pasiva. Ninguna autoridad o entidad y ningún estadista, dirigente o científico pueden permanecer indiferentes ante esta gran oportunidad económica y social, y no deberían continuar desechándola por una mera "superstición" en torno a la carne.

**Hacia una alimentación mas vegetal - Joan Guxens**





## Alimentación y consciencia Revolución biológica

Desde que nuestra galaxia fue creada por un movimiento en espiral en el infinito espacio del océano del universo, y nuestro sistema solar comenzó a formarse dentro de esta galaxia, un espacio de tiempo desconocido ha pasado. Para que la Tierra se desarrolle a una forma aproximada a la presente, más de 4 mil millones de años han pasado. La vida biológica ha existido sobre nuestro planeta desde hace más de 3 mil millones de años, y nuestra humanidad ha tenido su progresivo desarrollo a través de probablemente 20 millones de años.

Aunque es incierto saber cómo los antecesores de las especies humanas vivían y se adaptaban a su medio ambiente, durante nuestro reciente desarrollo como homo sapiens, especialmente dentro del período histórico se ha registrado el surgir y caída de más de 20 grandes civilizaciones.

Durante estas constantes vicisitudes, nosotros, la humanidad, hemos experimentado salud y enfermedad, caos y estabilidad, guerra y paz, pobreza y prosperidad, felicidad e infelicidad como si fuéramos mecidos por las olas. Nuestra actual civilización y esta edad moderna no están exentas de estas fluctuaciones.

Nuestra moderna civilización ha estado ofreciendo riqueza material y conveniencias tecnológicas a la mayoría de la población mundial, unida a una amplia información y variedad de conocimientos. En el presente, estamos asistiendo al florecimiento de tales beneficios: distribución mundial de alimentos para la sobrevivencia de todos; transportes que nos permiten estar en lados opuestos del globo en el mismo día; sistemas de comunicación por los cuales podemos saber instantáneamente lo que pasa en otros continentes; programas religiosos y educativos bien organizados; control universal de administración gubernamental; un impresionante grado de desarrollo científico y tecnológico. Ya no es un sueño el poder llegar a colonizar otros planetas. En las más grandes profundidades del

océano, hasta el confín del espacio y de las regiones polares, nuestras exploraciones están penetrando por doquier. Desde el microscópico mundo de los átomos y de las partículas preatómicas, hasta el macroscópico mundo de las galaxias y constelaciones, nuestro saber se está expandiendo. Pareciera que nos aproximamos a la realización de una Edad de Oro.

Sin embargo, cuando examinamos a nuestro alrededor más cuidadosamente, nos encontramos por todos lados con enfermedades en vez de salud, caos y no estabilidad, guerra en vez de paz, pobreza y no prosperidad, infelicidad en vez de felicidad. Los enormes gastos financieros de los grandes programas gubernamentales y públicos no están aplicados al desarrollo creativo del potencial humano, sino más bien simplemente, a las medidas defensivas contra varios factores negativos. Estos factores negativos de la civilización moderna son los siguientes:

1. Interminable expansión del sistema defensivo.  
A la par de estar gozando del comercio e intercambio mundial así como de los viajes por todo el globo, cada nación está constantemente manufacturando armas y reforzando sus fuerzas defensivas en preparar la destrucción de otras naciones. El poder potencial destructivo que poseen las naciones modernas puede demoler toda la Tierra en cuestión de horas.
2. Interminable expansión de la actividad médica.  
Simultáneamente con la realización de grandes adelantos en la investigación médica y la tecnología de la salud, vemos a más gente sufrir enfermedades físicas, mentales y espirituales. Muchos grandes hospitales están abarrotados de pacientes, y numerosas farmacias en cada esquina son visitadas de la mañana a la noche por un continuo torrente de gente.
3. Interminable expansión del sistema de seguros.  
Mientras creemos que hemos conseguido prolongar la vida y que la seguridad social está casi consolidada, varios sistemas de seguros se están desarrollando para encarar enfermedades, accidentes, lesiones, desempleo, incendios, robo, pérdidas de objetos personales, daño a la propiedad y muerte, así como muchas otras dificultades. Literalmente hablando, cada persona moderna tiene un promedio de dos o tres pólizas de seguro. Esta no es sino una manifestación de inestabilidad de las condiciones de salud físicas, mentales y sociales.
4. Interminable expansión del sistema policial y judicial.  
Mientras unos quieren convencer que en la medida

que prevalezca la educación moderna, decrecerá la violencia, codicia, egoísmo y crimen, vemos que en la realidad precisamos un poder judicial y control policial cada vez más fuerte para enfrentar el constante aumento de conductas y pensamientos indeseables. El crecimiento de esta tendencia de violencia y desconfianza se está expandiendo por doquier y hasta en nuestras escuelas.

5. Interminable crecimiento de la descomposición de la familia.  
Mientras los sistemas de comunicación mundiales se desarrollan en la sociedad moderna, el entendimiento entre los miembros de la familia se vuelve cada vez más difícil. Hace solo medio siglo, el divorcio o la separación de la pareja era poco común; pero en este tiempo, la mayoría de los matrimonios, 8 de cada 10 en los Estados Unidos, terminan en divorcio o separación. Pronto esto se convertirá en una práctica común universal. Es más, las desavenencias entre padres e hijos son cosa común en las sociedades modernas, sin cura efectiva a la vista.
6. Interminable desorden en las prácticas sexuales.  
Como queda de manifiesto en el incremento de los divorcios y separaciones, las prácticas sexuales entre hombre y mujer están perdiendo terreno en su relación al orden natural. Las prácticas homosexuales, bisexuales y en grupo, están aumentando constantemente. La relación entre el hombre y la mujer representa la unión fundamental de la sociedad, y lleva en ella la promesa de las futuras generaciones. Cuando pierde su orden natural, el futuro de la especie humana está peligrando.
7. Interminable declinación del espíritu tradicional.  
Las tradiciones religiosas que han inspirado a las conciencias de los hombres por muchas centurias han declinado, y sus establecimientos han perdido su atracción para la gente. Las instituciones escolares y educativas que en el pasado han guiado a la gente para un esclarecimiento social, han perdido su influencia, y su función se ha convertido en meramente informativa y dirigida a promover la competencia. La herencia familiar y comunitaria, que cultivó un rico y valioso espíritu para las generaciones futuras, casi ha desaparecido.

En esta mundial y próspera sociedad, la mayoría de la humanidad moderna está llena de terror y ansiedad, vagando sin rumbo, buscando felicidad y realización. ¿Qué errores hemos cometido en el proceso de construcción de esta moderna civilización?

Lo que estamos confrontando es la degeneración biológica, psicológica y espiritual de la humanidad que puede llevarla a la gradual extinción del homo

sapiens, aumentando el desorden de nuestro estado físico y mental, o a su desaparición instantánea por la destrucción mundial a través de una guerra nuclear. Todos en el mundo moderno estamos en medio de un biológico Diluvio de Noé. ¿Dónde encontraremos el Arca que preserve nuestras vidas?

En el antiguo geológico Diluvio de Noé, la salvación fue la construcción de un arca, pero en esta crisis biológica presente, la solución reside en nuestro propio estado físico, mental y espiritual. Necesitamos una profunda autorreflexión para descubrir cuáles son nuestros errores, y necesitamos una revolución biológica para que podamos transformar nuestras enfermedades en salud.

Esto no puede ser cumplido por el esfuerzo gubernamental, tampoco es la misión de la iglesia y no es el deber de la escuela. Esto debe ser obtenido por nuestro propio esfuerzo en cambiar la calidad de nuestra sangre y fluídos corporales, mejorando cada una de los billones de células de nuestro cuerpo y cerebro, desarrollando nuestra salud física, claridad mental y conciencia espiritual.

Esta autorrevolución para restablecer nuestro estado biológico, psicológico y espiritual, tiene dos bases:

- I. El entendimiento de qué es el Hombre, qué es la Vida -nuestro origen, nuestro futuro- y como un todo, el entendimiento del orden de este infinito universo.
- II. La aplicación biológica, psicológica, espiritual y social del orden del universo, comenzando por una adecuada práctica dietética conformada a las condiciones del medio ambiente.

Esta revolución es la forma más pacífica y efectiva. A través de ella podremos salir del actual enorme proceso de degeneración; podremos también desviar el derrotero general de la civilización moderna en una más sana y constructiva dirección; y por fin podremos abrir las puertas a un nuevo mundo, la era de la humanidad,

con salud y paz, justicia y  
libertad, hacia una ilimitada  
felicidad para todos los hombres.

**Michio Kushi**



www.arrakis.es/~bio.net  
bio.net@arrakis.es

## Alimentación y consciencia

### Bibliografía

Autor	Título	Editorial
Michio Kushi	El libro de la macrobiótica	Sol Universal
Oscar Kirs Maerth	El principio era el fin	Barral
Peter D'Adamo y Catherine Whitney	Los grupos sanguíneos y la alimentación	Vergara Vitae