



Selección Teosófica

Ene.-Feb.2.003

No.329

CONTENIDO

Alocución Presidencial	<i>Radha Burnier</i>	<i>Pag. 3</i>
El sendero hacia adelante de la humanidad	<i>Radha Burnier</i>	<i>Pag. 9</i>
¿Invitando al desastre?	<i>Radha Burnier</i>	<i>Pag.10</i>
Krishnamurti sobre el arte de vivir	<i>Achyut Patwardhan</i>	<i>Pag.14</i>
Regeneración y el sentido de la Vida	<i>Ricardo Lindemann</i>	<i>Pag.20</i>
Delicias Vegetarianas	<i>Julia de Martínez</i>	<i>Pag.22</i>

Valor del Ejemplar \$ 1.000.00

Selección Teosófica

Sociedad Teosófica Colombiana
Carrera 6 No.56-40, Bogotá, Colombia
Teléfono 310 45 19, Fax 235 66 35

Secretario General:
Antonio Martínez Segura
Editor:
Gabriel Burgos Suárez

Los tres objetos de la Sociedad Teosófica son:

- Formar un núcleo de la Fraternidad Universal de la Humanidad, sin distinciones de raza, credo, sexo, casta o color.
- Fomentar el estudio comparativo de Religiones, Filosofías y Ciencias.
- Investigar las leyes inexplicadas de la Naturaleza y los poderes latentes en el hombre.

Libertad de Pensamiento

En razón de que la Sociedad Teosófica se ha esparcido ampliamente por todo el mundo, y cuenta en su seno con miembros de todas las religiones que no renuncian a los dogmas peculiares, enseñanzas y creencias de sus respectivas fes, se ha considerado conveniente recalcar que no hay ninguna doctrina u opinión, enseñada o sostenida por quienquiera, que sea en algún modo obligatoria para cualquier miembro de la Sociedad, ninguna que cualquier miembro no esté en libertad de aceptar o rechazar. La aceptación de sus tres Objetos es la única condición para hacerse miembro.

Ningún instructor o escritor, de H.P. Blavatsky para abajo, tiene ninguna autoridad para imponer sus enseñanzas u opiniones a los miembros. Todo miembro tiene igualmente el derecho de seguir cualquier escuela de pensamiento, pero no tiene ningún derecho para forzar a nadie en la escogencia. Ni un candidato para cualquier cargo, ni ningún elector, puede ser declarado inelegible para ejercer o para votar debido a cualquier opinión que sostenga, o porque sea miembro de cualquier escuela de pensamiento. Las opiniones o creencias ni confieren privilegios ni imponen castigos.

Los miembros del Consejo Directivo piden encarecidamente a todo miembro de la Sociedad Teosófica, que sustente, defienda y actúe sobre la base de estos principios fundamentales de la Sociedad, y también ejerza con energía su derecho de libertad de pensamiento y de expresión, dentro de los límites de cortesía y consideración hacia los demás.

MENSAJE DE LA PRESIDENTA

Aunque H.P.B. escribió, ‘es fácil llegar a ser un teósofo’, no es fácil para la mayoría de la gente. Esto implica, como menciona ella, vivir una vida pura e inegoísta; encontrar más gozo en ayudar a otros que en recibir ayuda para uno mismo; y estar listo para sacrificar los propios intereses para promover el bien de otros seres. Los objetos de la Sociedad Teosófica implican todo esto. Cuando los motivos egoístas predominan en la vida de una persona, no puede practicar la fraternidad universal, o derivar beneficio espiritual del estudio, o ahondar en el misterio del Ser. La Regeneración Humana debe comenzar en todos nosotros purgando nuestros corazones y mentes de la autoimportancia en cualquier forma.

ALOCUCIÓN PRESIDENCIAL

*De la señora Radha Burnier, Presidenta de la Sociedad Teosófica,
en la 127ª Convención Anual, Adyar, diciembre 26 de 2002.
‘The Theosophist’, enero de 2003*

Parece casi un milagro que por un siglo y cuarto hayamos estado reuniéndonos —miembros de diferentes nacionalidades, con diferentes trasfondos religiosos y culturales, que hablan diferentes lenguas— pero unidos, con un propósito común y una dirección compartida. Doy una calurosa bienvenida a todos los miembros presentes aquí, unidos una vez más en esta Convención por nuestro profundo interés en el progreso de la humanidad hacia un vivir sabio y armonioso. ¿No significan nuestros continuados esfuerzos y aspiraciones que la fuente de inspiración que comenzó a fluir en el último cuarto del siglo diecinueve no se ha secado; ¿que está aún vigorizando e iluminando las mentes de una cierta proporción de los miembros de la Sociedad, si no a todos los miembros? Debemos estar agradecidos por el privilegio de compartir ese refrescante fluir de energía espiritual que vino a través de los Fundadores de la Sociedad Teosófica y de los muchos resueltos y destacados teósofos que los siguieron. Pero más que todo tenemos una obligación de gratitud hacia los Hermanos Mayores que han sido nuestros compasivos amigos, inspiradores y guías. Debemos ofrecerles nuestra devoción y servicio, por poco que sea su mérito, sabiendo que todo trabajo inegoísta para acelerar el progreso espiritual de la humanidad recibe su aprobación.

Alrededor de los Objetos declarados de la Sociedad Teosófica se ha formado un núcleo mundial de hombres y mujeres

que perciben que sin una base de fraternidad universal, confianza y comprensión mutuas, no pueda haber

una atmósfera que conduzca a un crecimiento moral y espiritual. Sin embargo también necesitamos un liderazgo dinámico dentro de la Sociedad a todos los niveles para diseminar la enseñanza y la influencia necesaria para un cambio radical en la mente humana. Debe existir un núcleo dentro del núcleo que manifieste las cualidades de una expansiva conciencia espiritual. Pienso que es la hora de tomar medidas para asegurar que tal corazón está vivo y activo para guiar a la Sociedad en la tarea que se le ha encomendado que es la regeneración humana.

La declaración de que la Teosofía es altruismo o filantropía pura debiera ser como un faro para iluminar el sendero de tales miembros. El altruismo no es una idea o incluso un ideal para seguir; es una experiencia, una profunda realización de la verdad de la no-separatividad. No debe considerársele como un cambio distante o dramático que puede ocurrir en el futuro. Debe estar vivo en el presente en la forma de un profundo interés por la regeneración espiritual de la humanidad. El swami T. Subba Rao señaló que una devoción abnegada y con olvido de sí mismo por el bien religioso (o espiritual) de la humanidad, es como un talismán que protege al peregrino en su sendero hacia el conocimiento y el servicio. Tal cualidad es adquirida y nutrida por individuos por medio de la realización de que en las muchas actividades de la

vida diaria hay infinitas oportunidades para desarrollar el altruismo. En *A los Pies del Maestro* se nos advierte: ‘Está siempre listo para ofrecer ayuda en donde se necesite, pero nunca interfieras.’

Cada uno de nosotros puede hacer unas pocas cosas, por insignificantes que puedan parecer, que no atañen a uno mismo sino que expresan interés por otros, cultivando así una clase diferente de mente. Cuando un joven estudiante le preguntó a Krishnamurti por qué debiéramos plantar árboles, él dio una respuesta interesante: No dijo que es lo mejor para la tierra, o que los árboles invitan a la lluvia o dan sombra. Existen éstas y otras razones, como bien sabemos. Su respuesta fue que si usted cuida una planta o una mascota, atiende sus necesidades con afecto, aprende a dejar la actitud normal de preocuparse por sí mismo. Cuando usted planta un árbol y lo vigila, lo nutre, le dedica tiempo, tiene usted el *sentimiento* —no una idea intelectual— de que usted es una parte de la tierra. Cuando usted tiene una mascota —un perro, un gato, un pájaro o un caballo— alguien a quien usted cuida, cuando lo cepilla, lo peina, está pendiente de que no se enferme, usted lo ama y él lo ama a usted, tiene el sentimiento de amar a alguien más que a usted mismo. Esto ayuda a que usted deje de preocuparse por sí mismo.

Los miembros de la Sociedad Teosófica tienen maravillosas oportunidades para sacrificar el yo con el objeto de hacer algo que sea de beneficio general. Puede ser un ofrecimiento de tiempo, capacidad, energía o dinero sin el deseo de beneficio propio. Las historias de Jātaka cuentan en forma pintoresca las vidas pasadas del Buddha y enseñan que el punto central para la obtención de la iluminación es el sacrificio del yo. Cuando el interés por el yo gobierna la vida de una persona (incluso el interés por su propia familia, amigos o comunidad) en lugar del bien general, hay inmenso peligro de fracasar en el Sendero, porque el obstáculo más serio para el progreso espiritual es el egoísmo. También es un obstáculo para el verdadero servicio.

¿Cuántos miembros de la Sociedad Teosófica están listos para hacer aunque sea un comienzo en esta dirección? Es triste, sólo unos pocos, como atestigua el hecho de que en cada parte del mundo, aunque la cosecha es abundante, los trabajadores son pocos. Lo que hicieron H.P. Blavatsky, Henry S. Olcott, Annie Besant y otros distinguidos teósofos y destacados servidores de la humanidad fue abandonar su yo para hacer el trabajo de la Sociedad como les indicaron sus Maestros. Annie Besant escribió:

H.P. Blavatsky una vez escribió que ella creía que la principal diferencia entre ella y la gente a la cual se dirigía

yacía en el hecho de que ella estaba totalmente entregada al Maestro.

El corazón de la Sociedad Teosófica debe estar constituido por miembros que incorporen el altruismo puro de ‘Vivo no por mi mismo sino por el mundo’. Los nuevos miembros, y otros miembros que no han captado esto, deben ser ayudados para que realicen firmemente que éste es el sello distintivo de los miembros, no necesariamente al comienzo, sino en la medida en que progresen, aceptando responsabilidad para el trabajo. Entonces muchos de los problemas que surgen en las relaciones, en el comportamiento apropiado y así sucesivamente, que son los resultados del pensamiento egoísta, cesarán de existir.

Cuando hay un espíritu altruista, hay también perspectiva universal. Todas las diferencias que antes parecían importantes —*mi* nacionalidad, *mi* familia, *mi* comunidad religiosa, etc.— se desvanecen en el trasfondo. Un conocimiento más profundo de la igualdad y santidad de todo lo que vive llena la conciencia.

Es el soporte firme en la universalidad y en el altruismo lo que hace de la Sociedad Teosófica un instrumento auténtico para la regeneración. Los nuevos miembros pueden no darse cuenta de que la sabiduría que llamamos Teosofía florece cuando la

conciencia está imbuida con la benevolencia de la universalidad. Algunas veces se pregunta: ¿Qué beneficio obtengo al unirme a la Sociedad? Y la respuesta puede ser: Usted recibirá una revista gratis, podrá usar la biblioteca, o algo similar. Pero ellos necesitan ser llevados a preguntar ‘¿Cómo puedo servir?’, en lugar de ‘¿Qué puedo obtener? ¿Quién puede ayudar a tales miembros? Sólo los que han madurado en la dirección mencionada y han tomado sobre sus hombros la tarea de verter alguna luz en el sendero de la Teosofía para principiantes.

La Sociedad Teosófica será la piedra fundamental de las futuras religiones en la medida que demuestre cómo una conciencia profundamente religiosa puede existir sin los atavíos, supersticiones y doctrinas divisivas de las religiones convencionales. Esto significa que la declaración de H.P. Blavatsky de que la Teosofía no es una religión, sino ‘religión en sí misma’, libre de dogmas, costumbres y prácticas exclusivas, debe hacerse manifiesta en las vidas de muchos miembros.

Con el objeto de movernos hacia una nueva era de trabajo, también debemos enfatizar una vez más la importancia de ahondar en la naturaleza de la vida, sus profundos propósitos y significado. El teósofo real no es una persona que piensa que sabe, sino aquel cuya mente está abierta a la verdad acerca de la vida

de cualquier fuente de donde venga. No fue sin motivo que uno de los Grandes Seres dijo: Observa lo que llegue a través de cualquier fuente, pues sermones pueden ser dados aun por las piedras. Si tomamos esto seriamente, debiera haber un fin a las actitudes de intolerancia, comisiones fanáticas o dogmáticas para convertir a otros al ‘recto punto de vista’, que naturalmente se presume que es el nuestro, y para ejercer autoridad en materias espirituales.

Se dice que el Señor Buddha expresó verdades muy profundas a los que estaban preparados para ello, y en una manera muy sencilla a gente sencilla, sabiendo que es contra las leyes de la Naturaleza usar la fuerza. Los Seres Iluminados nunca imponen su voluntad sobre nadie, sino ayudan a cada uno a florecer internamente, a su propio paso, de acuerdo con su propia naturaleza en el momento adecuado. Misioneros bien intencionados que tratan de convertir a otros a su modo de ver carecen de una comprensión básica de las leyes de la vida. Todas las religiones han sufrido en mayor o menor medida y han hecho sufrir a otros al imponer la creencia de que otros no están en el sendero correcto, mientras que ellos sí lo están. Ésta ha sido la raíz de amargos conflictos y muchos otros males. La Sociedad Teosófica existe para remediar la situación, y no para agravarla, haciendo comprender que sólo dentro

de sí mismo se encuentra la verdad. Nuestro trabajo consiste en animar a la gente a emprender un viaje hacia la verdad.

Mucha gente no se da cuenta de que hay profundidades de existencia y que la vida guarda un misterio que, cuando se revela, confiere suprema felicidad, y por tanto viven a un nivel superficial, ilusorio, ignorantes de su ignorancia. Para disipar la ignorancia, podemos presentar ciertos pensamientos e ideas a nivel intelectual, como mostrando un mapa a un viajero, pero el viajero es quien tiene que decidir cómo proceder, e incluso si desea proceder.

Para el trabajo de la Sociedad Teosófica es fundamental una atmósfera de mente abierta para indagar en la verdad y de profundo respeto por la libertad de todo individuo para crecer tanto interna como externamente a su propia manera, a su propio paso. Esto asegura que la Sociedad Teosófica tiene cualidades que son esenciales para el progreso de la humanidad y que harán que la paz y las relaciones armoniosas sean una realidad en la tierra. Es nuestro deber como miembros ver que nuestras Logias emprendan seria exploración en el misterio de la vida y en los niveles más profundos de la conciencia. El sentido oculto en cada forma de vida, el propósito trascendental del proceso cósmico, la justicia, amor y armonía que subyace en todo lo que sucede en el universo y forma la base de la evolución

—todos esos aspectos de interpretación teosófica necesitan ser ahondados y captados profundamente como parte de nuestro estudio serio de la Teosofía. Cuando H.P. Blavatsky dijo que la Teosofía no es para gente perezosa, sin duda se refería a tal profunda comprensión y la consecuente calidad de vida, no meramente a un conocimiento conceptual, mecánico, o incluso muy diestro, de los contenidos de los libros teosóficos. Capacidad en exponer intelectualmente ideas teosóficas, incluso si vienen de las fuentes más elevadas, no es un verdadero criterio de progreso. Con frecuencia sólo produce la ilusión de tener conocimiento, a engreimiento y a un sentido de superioridad sobre los demás. Lo que los Upanishadas llamaron conocimiento superior —realización experimental de lo eterno, lo real, lo sagrado— es un don recibido por aquel que es totalmente devoto a la búsqueda de la verdad y por consiguiente nunca da por sentado que sabe.

En tercer lugar, la Sociedad Teosófica debiera ayudar a crear un estricto sentido de responsabilidad por uno mismo —por las penas de uno, el progreso de uno y todo lo demás. Citando de *Kiu-te*, H.P. Blavatsky menciona en un artículo que una de las calificaciones para el progreso espiritual es ‘fe inmutable en la Ley de Karma, independiente de cualquier

poder en la Naturaleza que pueda interferir —una ley que no puede ser obstruida por ninguna entidad, ni de ningún modo puede desviarse por oraciones o ceremonias exotéricas propiciatorias.’ La ignorancia en este asunto crucial hace que la gente recurra a falsos gurúes, a instrucciones religiosas supersticiosas, y a la pretensión de rotularse uno mismo con confortantes denominaciones tales como Cristiano, Musulmán o Hindú.

Curiosamente, incluso miembros que debieran saber mejor, lamentan el hecho de que grandes multitudes recurran a los así llamados maestros que les ofrecen gratificaciones, recompensas y dependencia. La Sociedad Teosófica no debiera tener nada que lamentar si permanece firme en los principios básicos, uno de los cuales es que la justicia (otro nombre para la Ley de Karma) es de la mismísima sustancia de los mundos manifestados, y que sólo la virtud primordial ayuda a quienquiera a obtener lo que es bueno, tanto espiritual como materialmente. Es por esta razón que ha sido proclamado oficialmente que no hay ninguna autoridad en la Sociedad

Teosófica, ni de los Maestros ni de sus discípulos avanzados, de los cuales pudiéramos tender a depender para progresar. La única autoridad que puede verdaderamente ayudar a una persona para avanzar espiritualmente viene a través del despertar interno y de la sensibilidad de una naturaleza altruista, que crece más amplia y más profundamente con un sentimiento de compasión universal.

Al presentar estas reflexiones deseo dirigir la atención a la importancia de que la Sociedad Teosófica mantenga su carácter intrínseco, y continúe siendo un foco para irradiar influencias superiores. La nuestra no debiera ser sólo una Sociedad para distribuir libros, organizar conferencias o estudios intelectuales y fraternizar en el sentido ordinario del término, no importa cuán necesario pueda ser esto. El futuro de la Sociedad dependerá no de nuestros éxitos externos en estas actividades, sino en la presentación actual de los valores y verdades del mundo oculto de la realidad.



Puede pensarse de la verdad como el significado que se da a cualquier cuerpo de hechos, por el Espíritu dentro de él; y ese significado tiene un encanto y un poder que puede penetrar en las mismas raíces de nuestro ser.

N. Sri Ram
Pensamientos para Aspirantes

EL SENDERO HACIA ADELANTE DE LA HUMANIDAD

Radha Burnier, 'The Theosophist', diciembre de 2002

El verdadero progreso de la humanidad es un viaje de un estado de egoísmo, de actitudes y acciones basadas en la ilusión de separatividad, a otra dimensión — que es amor. El término amor, tal como se usa comúnmente, tiene poca relación con la realización de absoluta no-separatividad que es amor espiritual o divino. El amor en el verdadero sentido acaba con el sentimiento de que hay 'otros'. Todas las existencias se ven como elementos de la Realidad una y eterna. Iluminación significa estar establecido en tal unidad; los seres iluminados no sienten que están ayudando a otros o enseñando y guiando a otros, porque no hay ningunos 'otros'. Tal es el final del viaje humano, más allá del cual, se nos ha dicho, hay otros viajes.

Al comienzo de este camino hay competitividad aproximada al comportamiento instintivo de miembros de los reinos inferiores. Aunque a veces puede haber violencia, la competencia por comida, territorio o pareja está libre de mal en el caso de estas inocentes criaturas. Un comportamiento similar en el nivel humano está manchado por el proceso de pensamiento egoísta que conduce a la destrucción deliberada, a la decepción y a otras predisposiciones malignas. El ser humano ni goza la

felicidad, que es integral a una conciencia no-separativa y unitaria, ni tiene la inocencia y la paz de criaturas subhumanas que no están preocupadas por lo que están haciendo o por lo que otras hacen; simplemente viven como la Naturaleza les enseña a hacerlo.

El dilema humano termina cuando hay una clara conciencia de tener que proceder del estado de separatividad al del amor. El primero se caracteriza por tomar y el segundo por dar. *Dāna*, que es 'caridad y amor inmortal', es la primera de las *pāramitās* — las virtudes que capacitan para pasar al nivel superhumano. La Fraternidad Universal, que la Sociedad Teosófica busca propagar, incluye muchas cualidades maravillosas, una de las cuales es el espíritu de dar, no a regañadientes sino con entrega de sí mismo.

Dāna envuelve una disposición profundamente caritativa, que surge de ver 'la belleza y oscuridad' de esos otros fragmentos divinos que están luchando lado a lado con uno mismo. La generosidad del corazón que no guarda heridas o resentimientos, una naturaleza que piensa naturalmente en las necesidades y bienestar de otros más que en los propios, una visión universal — todo esto está relacionado con *dāna*.

Estas características deben crecer y disolver el núcleo del auto-centrismo y

mezquindad que mantiene a una persona atada a la dimensión terrenal. ♣

¿INVITANDO AL DESASTRE?

Radha Burnier, 'The Theosophist', diciembre de 2002

Cegada por la avidez por el lucro y el placer, la humanidad parece estar empeñada en un programa de desastre hecho por ella misma. Como ejemplos podemos considerar tres áreas, a saber: intromisión con el entorno, comercio global, y manipulación genética.

Acerca del daño ambiental, el Secretario General de las Naciones Unidas, señor Kofi Annan, dice: 'Las actividades humanas están cambiando el equilibrio natural de la Tierra, interfiriendo como nunca antes con la atmósfera, los océanos, las capas de hielo polares, la cubierta forestal y los asesinos naturales que hacen de nuestro mundo un hogar habitable.' No sólo él, sino muchos otros que están seriamente preocupados con el daño hecho por humanos al medio ambiente, han hecho advertencias contra la precipitada acometida para explotar recursos naturales que resultan en calentamiento global. A pesar de conferencias internacionales y grandes demostraciones públicas, los países ricos, acostumbrados a sus lujos, buscan permanecer ciegos al riesgo de acercarse a desastres producidos por el

hombre. ¿Qué pasaría si —por un milagro— toda la humanidad alcanzara el nivel del mundo rico? La tierra llegaría a ser inhabitable. Los océanos se elevarán en la medida que continúe el calentamiento global; los glaciares ya se están derritiendo y los científicos esperan que el calentamiento del agua en los océanos se expanda produciendo condiciones favorables para frecuentes tormentas y huracanes.

En la última década ha habido más inundaciones desastrosas en muchos continentes que nunca antes. La tala y la quema continuada de áreas pobladas de árboles, que podrían infiltrar agua y retener cieno, resultan en suelos que se llevan los ríos bloqueando las tierras bajas. Las inundaciones son la inevitable consecuencia. La explotación forestal intensiva y la tala de bosques, el tornar ciénagas en granjas camaroneras, el poner en peligro las selvas y así sucesivamente, enriquece a los pocos y pone en peligro las vidas de millones.

En segundo lugar, la estabilidad social no puede mantenerse a menos que la

gente esté razonablemente bien y contenta. Cuando un gran número llega a estar desesperadamente desposeído, como estuvieron, por ejemplo, antes de las revoluciones en Francia y en Rusia, pueden esperarse violentas revueltas. Millones de pobres en estos dos países no tenían nada que perder al desobedecer a sus amos o las leyes inicuas y prácticas vigentes. Hoy hay muchos avisos de condiciones similares desarrollándose internacionalmente.

El doctor Hugh Murdoch llama la atención en artículos en *New Scientist* sobre la necesidad de repensar todo acerca de la globalización. Él escribe: “Lo que se necesita hoy más que nunca, en lugar del individualismo rampante y la codicia nacional, es la conciencia espiritual y teosófica de que todos estamos interconectados a un nivel profundo o fundamental.” Resaltando algunos puntos en dichos artículos, él se refiere a los países ricos, por ejemplo los Estados Unidos y países de la comunidad europea, que buscan el libre comercio sólo para sus exportaciones de manufacturas y servicios, mientras utilizan barreras arancelarias y subsidios para poner trabas a las exportaciones mayormente agrícolas de los países más pobres. Él cita el Informe de Desarrollo de las Naciones Unidas, que dice: “Si las presentes tendencias continúan, las desigualdades económicas entre las naciones industriales y las naciones en

desarrollo pasarán de lo injusto a lo inhumano.”

Se dirige también nuestra atención a las esperanzas planteadas por la Conferencia de Río en 1992. Los países ricos prometieron doblar su participación de ayuda a los países pobres. Pero sólo los Países Bajos y los Escandinavos están cumpliendo el objetivo. Los países ricos continúan siendo pobres actores. Kofi Annan es citado nuevamente: “No hay insuficiencia de alimentos en el planeta. La principal razón para que 800 millones de personas estén hambrientas cada noche es porque les faltan los recursos para comprar o cultivar sus propios alimentos... Granjeros en muchas regiones con ‘déficit alimenticio’ están ya fuera de los negocios porque sus ganancias han sido socavadas por importaciones a bajo precio de los Estados Unidos. (Podemos añadir que las importaciones se mantienen a bajo precio mientras que la producción nativa tiene que estar compitiendo). Tanto el comercio como el desarrollo científico tienen un papel en el mundo moderno... ambos son aprovechados para las necesidades de los ricos antes que para las de los pobres.”

Las noticias de Sudáfrica son desconsoladoras. Millones de personas están al borde de la inanición o muriendo lentamente una penosa muerte por malnutrición. Ya ha habido

varias horribles hambrunas en décadas recientes. Se nos ha dicho que el 20% más rico de la población del mundo gasta más del 80% de la riqueza del mundo. La disparidad es creciente incluso dentro de las fronteras de las naciones ricas. De acuerdo con el informe de la Oficina de Empadronamiento de los Estados Unidos, 1.3 millones más de americanos han caído por debajo de la línea de pobreza durante el año. Incluso en los países pobres hay un pequeño porcentaje de personas haciéndose enormemente ricas, mientras que el resto de la población lucha para mantenerse viva. Como dice uno de los artículos citados por el doctor Murdoch: “El rápido crecimiento económico y el dominio de una cultura occidental basada en el consumo y en el individualismo ha traído beneficios sólo para los pocos y determinado una tensión insostenible sobre el medio ambiente.”

El consumismo y el egoísmo crean sus propias situaciones irónicas y aun grotescas. Lo que ha sido llamado ‘un deporte para nuestros degradados tiempos’ toma la forma de ‘comer competitivo’. Televidentes se han entretenido mirando a golosos engullendo 50 ‘perros calientes’ en 12 minutos, 11 hamburguesas de un cuarto de libra en 10 minutos, o 7 litros de helados en 12 minutos —en un esfuerzo de superar a los romanos decadentes?! La obesidad causa más

mueres prematuras en algunos países que el fumar, el alcoholismo, las drogas y los accidentes de tráfico combinados.

¿No debiera la previsión humana recelar peligro? Presiones intolerables, incluyendo imposibles reintegros de deudas y condiciones comerciales inicuas y de explotación —incluso si se pone en ellas un barniz de benevolencia usando el término aparente de corazón grande ‘globalización’ —puede hacer que el vasto número de pobres creciendo cada vez más miserable se subleve con furia y con cuantas armas y medios pueda encontrar. El financista George Soros dice: “Tenemos mercados globales, pero no tenemos una sociedad global. Y no podemos construir una sociedad global sin tener en cuenta consideraciones morales.” Prestar atención a tales advertencias significa sacrificio de parte de los que tienen a favor de los que no tienen, a nivel individual, de grupo, nacional e internacional.

La tercera clase de desastre que parece que la humanidad está construyendo puede ser la consecuencia de la manipulación genética. De acuerdo con el ‘Gen Watch’, un grupo de monitoreo británico, la escala de experimentación en animales —motivada en gran medida por las utilidades que se derivan de las patentes, produciendo nuevas drogas y demás— es espantosa. Se ha incrementado 800% en diez años. De los 10.000 intentos de clonación animal

a nivel mundial, sólo hubo 124 nacimientos con vida. De estos sólo 65 alcanzaron la madurez, y muchos tienen serios defectos físicos tales como deformidades de los miembros o inhabilidad para moverse normalmente debido a debilidades. La amenaza de clonar humanos aún está en el aire. Se han hecho intentos de clonar mascotas, pues no hay mucha protesta cuando tiene que ver con vidas animales.

La doctora Sue Mayer, uno de los autores del informe Gene Wath, es miembro del Comité de Agricultura y Biotecnología del Gobierno que supervisa el desarrollo. Ella declara: “Los científicos británicos están modificando y clonando genéticamente cientos de miles de animales al año con no mucha ventaja médica y comercial.” Se dice que muchos experimentos son ineficientes, pérdida de vidas animales, y causa de gran sufrimiento para ellos, ‘todo lo cual está oculto para debate público’.

Ahora se sabe que vivisección en seres humanos, implantación de sustancias radioactivas en pacientes mentalmente deficientes en asilos, y muchos otros actos criminales han sido cruelmente

practicados en secreto en nombre de la ‘ciencia’. Salieron a la luz sólo décadas después. Al presente, varias grandes compañías están trabajando en mutación genética de cerdos para desarrollar hígados, riñones, corazones y páncreas, invirtiendo millones de libras. La doctora Mayer dice: “Los científicos se están dejando llevar por el entusiasmo con la inyección de genes y los animales están sufriendo. No hay ninguna justificación para la modificación genética y clonación de animales para uso en agricultura o en fábricas de drogas, o para la producción de órganos.”

El valor de estas actividades y sus consecuencias son a duras penas conocidos — tal vez inconocibles. La cruel intromisión con las milenarias creaciones evolutivas de la Naturaleza y la arrogancia envuelta en la creencia de que unos pocos astutos seres humanos pueden suplantar la vasta inteligencia del universo puede conducir a desastres aun más horribles e incontrolables que los que resultan de dañar el medio ambiente o crear inestabilidad social. La ley kármica seguirá naturalmente su curso ya sea que los seres humanos impidan su curso o no. ♣



Hay en toda persona la posibilidad de vivir su vida de tal modo que puede ser para el mundo un faro y una fuente de bendición.

N. Sri Ram
Pensamientos para Aspirantes

KRISHNAMURTI SOBRE EL ARTE DE VIVIR

Achyut Patwardhan, 'The Theosophist', diciembre de 2002

No hubo nada de segunda mano en lo que dijo Krishnamurti. Él fue una persona obviamente seleccionada para su misión especial, pero los que estuvieron encargados de su educación no tuvieron idea alguna de la clase de persona que era ni de la enseñanza que iba a dar. Yo tuve la suerte de tratarlo cuando se le veneraba como un Instructor Mundial en la Sociedad Teosófica y en la Orden de la Estrella. Entonces el renunció a todas las tierras y propiedades a su disposición, a todo el nombre y fama que le rodeaban, y a la devoción voluntaria de miles por todo el mundo, cuando afirmó que la Verdad es un suelo sin sendero y las organizaciones son un impedimento para la comprensión de la vida del hombre.

En una nota personal yo también marqué una línea completamente diferente. En ese tiempo sentíamos que nada sería significativo hasta cuando India se liberara de la dominación Británica. Mi generación estaba edificada sobre ciertos postulados. Creíamos que el propósito del asombroso avance científico que estaba teniendo lugar era, como lo indicó Bertrand Russell, reconstruir la sociedad sobre líneas más sensatas. Existía también la apasionada fe de mi generación de que el estado era el instrumento más efectivo para cambiar

rápidamente el entorno de suciedad, injusticia y miseria del hombre. Yo había vivido suficiente para ver el inexorable progreso de la historia dando testimonio del hecho de que seguíamos un camino equivocado. Nadie ahora con alguna inteligencia puede creer que el estado moderno, no sólo en India sino en cualquier parte del mundo, sea un instrumento de poder político usado para lograr mayor armonía y acabar la eludible miseria del hombre, especialmente la explotación del hombre por el hombre.

Estos explotados mitos fueron santificados en una época como las vacas en India. Las vacas de nuestra imaginación fueron esta gran fe en la posibilidad de utilizar el poder del estado para mejorar la sociedad, y en la ciencia, que ha logrado milagros en los campos de la cirugía, la medicina y otros. La ciencia se estaba expandiendo en todas direcciones y nosotros creíamos que el progreso científico sería utilizado automáticamente para promover el bienestar del hombre. Yo empleé cerca de veinte años de mi vida para proceder a lo largo de estos postulados hasta que la bomba de Hiroshima me despertó súbitamente a la realización de que algo estaba totalmente equivocado.

Pasé por una crisis espiritual en la época en que India estaba justamente cerca de llegar a ser el ama en su propia casa.

Habíamos visto a Hitler y a Stalin como encarnaciones del demonio, pero no nos habíamos dado cuenta de que los que habían buscado destruirlos en nombre de la libertad y de la democracia, habían destruido despiadadamente las vidas de cientos de miles de hombres, mujeres y niños inocentes en Japón.

Fue en este punto que una vez más fui a encontrarme con Krishnamurti. En adelante he procurado de la mejor manera comprender lo que Krishnamurti estaba tratando de comunicar. Me gustará contarles que estuve presente en una entrevista que no ha sido registrada por ninguno de sus biógrafos. En 1931 yo acababa de salir de la cárcel y de regreso a Benares, aun en la Sociedad Teosófica. Sucedió que Jawaharlal Nehru estaba en Benares, y su anfitrión, que fue uno de mis estudiantes, me dijo que la conversación en la mesa del comedor fue acerca de Krishnamurti. Yo le repliqué que en la mesa de Krishnamurti la conversación fue acerca de Jawaharlal Nehru. Entonces dijimos, ¿por qué no los reunimos a los dos? Así Nehru fue a reunirse con Krishnamurti en su residencia. Nehru preguntó: “Señor, si un hombre estuviera muriéndose de sed, ¿no diría usted que darle agua es el principal deber? ¿Si una casa se está incendiando, no sería el principal deber apagar el incendio?” Krishnamurti replicó: “Eso está perfectamente bien. El problema es que usted cree que

cuando tenga el poder del estado será capaz de crear una nueva India. Pero los gobiernos no pueden cambiar la sociedad, la ciencia no puede cambiar la sociedad. Sólo el hombre, por el recto uso de su propia comprensión, puede crear un nuevo orden social.”

Ésta fue una declaración excesivamente no ortodoxa desde el punto de vista del intelectual contemporáneo. Pero hoy no se requiere mucha inteligencia para ver que el presente régimen en India presta testimonio del hecho de que por nosotros mismos hemos construido problemas y creado nuestra propia miseria. La verdad que Krishnamurti enunció permanece justificada hoy; si realmente deseamos un mundo mejor y más sano, debemos comenzar con el hombre, como señaló Krishnamurti tempranamente. El hombre puede quedar esclavizado en nuevas creencias por organizaciones religiosas, por tanto él no desea que la gente quede atrapada en una red de filosofía y sistemas elaborados de *sādhanā*¹. Esto no significa que Krishnamurti no aceptó la disciplina del aprendizaje, pues toda forma de aprendizaje tiene su propia disciplina. La disciplina es necesaria, pero debe escogerse con inteligencia, y debe ayudar al objeto de darnos claridad de percepción.

¿Por qué vive el hombre en conflicto y tensión? Ésta es una pregunta que

¹ *Sādhanā*: conjunto de medios para alcanzar el estado de *samadhi*.

Krishnamurti se hace y hace también a sus oyentes. Él habló del arte de vivir, que consiste en poner todo en su lugar correcto, incluso el pensamiento. Vivimos en el mundo del pensamiento, del conocimiento acumulado, de capacidades que hemos cultivado. En todo esto hay énfasis en el pasado y en todo lo que hemos adquirido de él. Él nos invita a ver lo que el pasado nos ha dado y luego dejarlo. ¿Cómo surge el pensamiento? Él señala que cuando los cinco sentidos se ponen en contacto con sus respectivos objetos, llevan sensaciones al cerebro. Aunque el mismo árbol, ave y flor son vistos por varias personas, las sensaciones llevadas al cerebro por cada uno son diferentes de acuerdo con sus acondicionamientos. El cerebro está programado como un computador, y si observamos inteligentemente veremos que cada cerebro está acondicionado de diferente manera. No hay dos personas que reaccionen exactamente igual a los mensajes que reciben de sus sentidos. Un proceso en el cerebro crea experiencia, felicidad, desdicha, y así sucesivamente, y el pensamiento surge de eso a través de la memoria.

La originalidad del pensamiento de Krishnamurti se basa en esto: él nos invita a ver que nosotros tenemos dos tipos de memoria —la memoria objetiva de lo que sucede, y la memoria psicológica, almacenada en el cerebro de lo que se ha experimentado. La memoria psicológica es el mecanismo

por el cual se crea el tiempo: ayer, hoy y mañana. Todo el mal en la vida humana se debe a que no somos capaces de distinguir entre la memoria objetiva y la psicológica, y el residuo que deja en la mente.

Nosotros mismos estamos programando el cerebro. Entonces decimos: esto no es bueno, por consiguiente debo hacer tal otra cosa. Esto sólo significa cambiar la programación. Krishnamurti dijo: Simplemente observe que significa para usted cambio, progreso. La gente usualmente atribuye sus problemas al ambiente, y se preocupa por cambiar su entorno. Pero si nosotros mismos estamos creando ese ambiente, son nuestros acondicionamientos los que deben ser comprendidos. Krishnamurti nunca quiso que la gente creyera en algo. Él hacía una declaración y nos pedía examinarla. Podemos ver que así como la mente crea el tiempo a partir de su memoria psicológica, todo el proceso del pensamiento crea al pensador, el proceso del 'yo'. Hizo una maravillosa declaración cuando llamó a esto el proceso auto-sustentador de la ignorancia, que no tiene ningún principio pero que puede tener un final. Su propósito fue guiarnos para que encontremos nuestra propia solución.

Krishnamurti fue muy determinado al respecto al decir que nadie puede hacer esto por nosotros, excepto nosotros mismos. Yo nunca conocí a otra persona que suplicara con una gravedad mayor:

Por amor de Dios, no me divinicen, no hagan de mí un gurú, porque el gurú destruye a sus discípulos, y los discípulos destruyen a los gurús. Rechacen todo lo que sea de segunda mano y encuentren por ustedes mismos, por medio de su propia intuición (*insight*), que es la única que le será de utilidad en este viaje.

Son éstas valiosas guías para los peregrinos que andan por el mundo.

Si miramos al mundo actual, nos damos cuenta de que los seres humanos tienen grandes capacidades, y toda vida es a menudo justamente el esfuerzo por adquirir capacidades. Porque sin adquirir capacidades, una carrera, o ferrocarriles, o aviones, o doctores eminentes, no podrían existir. Así las capacidades son absolutamente necesarias. Pero en lo que la educación falla es en darnos el arte de usar esa capacidad para el bienestar humano, incluido el nuestro. Con esto en mira, Krishnamurti dedicó su tiempo a las escuelas que abrió en India, los Estados Unidos e Inglaterra. La intención tras las escuelas es advertirnos a nosotros y a nuestros profesores que las capacidades pueden ser una gran bendición como también una maldición. Los grandes problemas ecológicos de la tierra y el agujero en la capa de ozono muestra esto. Así, capacitarse meramente como un medio para una buena carrera es una ingeniosa manera demasiado miope, demasiado torpe de

ver la vida. Krishnamurti nos invita a trabajar por el despertar de la inteligencia.

Debemos aprender a ver la diferencia entre el intelecto y la inteligencia. El intelecto ha sido descrito por Bernard Shaw, en su ingenioso modo propio, como bellaquería que se vuelve prudente. No nos comportamos apropiadamente porque no tenemos bondad, y tenemos que pagar un precio por eso. Todo el orden que vemos hoy en día en la sociedad está dirigido por el miedo. Por eso Krishnamurti habló mucho del miedo, señalando que el miedo es, como el tiempo, un producto del pensamiento y la memoria —alguien me insultó ayer, por consiguiente estoy asustado. Esa persona puede insultarme hoy de nuevo, por consiguiente me pongo en guardia. El miedo es uno de los grandes problemas que afectan a miles de personas, y si realmente queremos entenderlo, debemos observarlo y ver qué es lo que tememos. Entonces vemos que es apego a algo.

Entonces llegamos a otra verdad: nos gusta poseer y agarrar. Si uno mira al número de posesiones que tiene, a veces se sorprende y se pregunta: ‘¿Por qué estoy acumulando todo esto?’

Krishnamurti explica que si queremos comprender el arte de vivir, debemos saber qué es la muerte. La muerte es una de las grandes causas del temor. Es parte de la ley de la Naturaleza que cuanto es

compuesto debe descomponerse. Nuestros cuerpos están constituidos por los cinco elementos (tierra, agua, aire, fuego y éter) y no es posible que éstos permanezcan estables; siempre deben disolverse. Una vez que el cuerpo se disuelve, no podemos llevar nada con nosotros. Krishnamurti acostumbraba decir: ‘Señor, usted no puede cargar con sus enseres para el otro mundo cuando se vaya.’ Ahora, los enseres que cargamos no son solamente materiales, sino también nuestros muchos gustos y disgustos, y todos nuestros apegos. La muerte significa dejar todo aquí. Para apreciar y comprender esto, su consejo fue comprender cómo se forma el pensamiento, su naturaleza y su fin. El deseo no es sino el pensamiento repetitivo, un hijo del pensamiento.

Así Krishnamurti fue capaz de conducirnos a la comprensión de la entera gama de la vida desde el nacimiento hasta la muerte. Otra parte de su muy valiosa enseñanza fue acerca de decir: ‘No sé.’ De acuerdo con él, el proceso de aprender sólo comienza cuando decimos, ‘no sé.’ De otra manera, el aprender es aditivo. Cuando añadimos algo a lo que ya sabemos, nuestras opiniones y prejuicios se fortalecen. Por tal razón en las escuelas Krishnamurti el profesor debe comprender aquello de lo que Krishnamurti mismo fue ejemplo —que no hay ningún maestro, sólo hay aprendizaje.

Luego debemos darnos cuenta de las partes de nuestras vidas: una enteramente producto del pensamiento, incluidos los automóviles, las calles, los muebles, etc.; y la otra que no es producto del pensamiento, la Naturaleza. La vida está llena de relaciones. Estamos relacionados con gentes, ideas, instituciones, y también con la Naturaleza —el gran factor de rejuvenecimiento. Para contemplar realmente el cielo nocturno con todas sus estrellas, para contemplar el mar, o ver el ciclo de las estaciones, debemos afrontar el hecho de que no hay ninguna diferencia entre el observador y lo observado, porque también somos parte de ese proceso, inseparable de la Naturaleza. Si verdaderamente podemos observar la Naturaleza, es más fácil comunicarse con ella como lo hizo Wordsworth. Es posible para cada persona tener momentos de éxtasis sublime.

Cuando se maneja un automóvil y de súbito la luz se torna roja, uno para no por voluntad, sino por reflejo. El fin del pensamiento puede comenzar de manera similar. Estamos con la Naturaleza y sin darnos cuenta, dejamos de pensar. Podrá volver nuevamente, pero necesitamos observar esto.

Aprender significa no meramente acumular, ni conocer y nombrar verbalmente, sino abrir nuestros ojos para ver el árbol, o el pájaro, sin desear darles un nombre. En el proceso de aprender,

hay también el proceso de escuchar el sonido del pájaro o del mar. Todo este mirar, escuchar, aprender, es una parte de liberar la mente de los grilletes del pensamiento.

La ciencia ha hecho tales avances, que cree que sólo lo conocido es lo real. Si no es conocido, o si no puede conocerse, es irreal. Se monta un telescopio en un satélite que trae un interesantísimo mensaje que ningún científico puede descubrir en su laboratorio. Pero un telescopio más poderoso podrá ver más. Cuánto más, no puedo saber. Es a través de la cosmología que la ciencia ha llegado a darse cuenta que la existencia como un todo es inconocible, y el hombre es parte de ella. El misterio de la existencia humana debe ser observado con gran inteligencia.

¿Es posible para un hombre en este bajo mundo usar su inteligencia de tal modo que pueda ganar decentemente su subsistencia sin hacer daño a otro? La profesión de maestro es una en la cual él usa todas sus capacidades para despertar la inteligencia del niño, y también su actitud general hacia la vida y las relaciones. El cultivo de capacidades es absolutamente

importante porque las mentes repetidoras no pueden descubrir un camino distinto de la confusión y el conflicto moderno. Se necesita una mente con pensamiento propio, y también un corazón que sepa qué es compasión —un corazón que pueda sentir el dolor de otro como suyo propio. Nuestra educación debe ayudar a una persona a comprender que la tierra está en peligro. No estuvo en peligro cuando estuvo poblada por salvajes, por tribus inexpertas. Está en peligro porque el hombre se ha prendado de la ciencia pero no ha aprendido su recto uso.

Si se le ha de dar un nombre a la enseñanza de Krishnamurti, éste podría ser ‘un sermón sobre el Arte de Vivir’, para aprender cuáles de todos estos aspectos del espectro debemos realizar. Las palabras no dan importancia indebida al conocimiento acumulado, aunque no lo descartan. Es sólo cuando las palabras cesan que una vislumbre de inteligencia llega. ¿Es posible sentarnos quietamente y comunicarnos con nosotros mismos sin palabras, sin pensamientos, y en ese silencio lograr tal vez una vislumbre de inteligencia? ♣



REGENERACIÓN Y EL SENTIDO DE LA VIDA

Ricardo Lindemann, *'Daily News Bulletin'*, Adyar

(Resumen de una conferencia el 27 de diciembre de 2002 en Adyar)

Como todos estamos vivos, la vida obviamente ya está en nosotros; por consiguiente, si tenemos cualquier dificultad para conocer el significado de la vida, esto significa que realmente no nos conocemos a nosotros mismos o que hay una distorsión en nuestra percepción y por tanto no estamos viendo realmente lo que es. Posiblemente ésta es la razón de que la recta visión o la recta percepción sea el primer paso —de acuerdo con el Señor Buddha— en el noble óctuple sendero hacia el Nirvana, lo cual significa que nadie puede revelarnos el sentido de la vida porque debemos verlo por nosotros mismos. Como se dice en *Las Cartas de los Maestros*, 'la iluminación debe venir de dentro'.

La idea Hindú de *Lila*, el juego divino, sugiere que el significado de la vida es *ananda*, felicidad. Podemos compararlo con el gozo de jugar, pero entonces la mente racional puede crear la idea de competencia, distorsionando la analogía, por interferencia de nuestra mente inferior que ambiciona ganar el juego. El gozo real del juego sólo puede sentirse si amamos tanto el juego que jugamos sólo por el placer de hacerlo, sin anhelo por un resultado o una recompensa, como el jugador de golf que goza jugando incluso sólo en el

campo sin el motivo de una competencia. Como consecuencia siempre está mejorando su destreza, creciendo '*como crece la flor, inconscientemente, pero fuertemente ansiosa por abrir su alma al aire*'.

Otra forma de considerar la verdadera motivación para este viaje hacia lo eterno es que " 'el primer paso es el último paso', y la dirección tomada en el primer paso es lo que importa", como la señora Radha Burnier ha comentado sobre el pensamiento de J. Krishnamurti, quien también dijo que 'los medios determinan el fin'. De tal manera que el juego debe tener desde el principio la misma naturaleza del gozo sin el deseo por el mismo fin.

Otra analogía que viene de la tradición Sufi sugiere que el significado de la vida es amor; que en el comienzo Dios era uno y solo, por lo cual Se dividió con el objeto de hacer posible que Sus fragmentos pudieran amarse unos a otros descubriendo así que son parte del Todo.

Nuestra dificultad es que si la mente no es pura separa y distorsiona las cosas y sus proporciones. Así podemos ver la necesidad de remover las impurezas de la mente para la regeneración de nuestra naturaleza, un nuevo nacimiento

espiritual, el nacimiento de la recta percepción. Como dijo el Cristo: *En verdad, en verdad os digo, que el que no naciere de nuevo, no puede ver el reino de Dios.* (Juan III:3).

Siete son los obstáculos o impurezas clásicos, de acuerdo con la tradición Cristiana, que pueden obstaculizar nuestra percepción del Sol real de amor y gozo espiritual. Estas siete 'nubes', por así decir, son orgullo, envidia y avaricia (predominantemente a nivel mental), ira, lujuria y gula (predominantemente a nivel emocional), y pereza (predominantemente a nivel físico).

En su presencia perdemos, mientras existan, la percepción de ese Sol espiritual de amor y delicia, y por consiguiente nos separamos de los demás. La necesidad de compartir esta felicidad, que es amor, parece no existir, y nos sentimos solos. Ésta es sólo una percepción distorsionada de esa unidad que penetra todas las cosas y todos los seres. Para evitar ésta distorsión no necesitamos crear amor, lo cual es tan imposible como crear el Sol, sino solamente evitar las siete 'nubes' mencionadas, no alimentarlas. Así la

gloria del Sol será visible nuevamente. En efecto, el Sol siempre estuvo brillando, sólo nuestra percepción se nubló y no lo pudo ver. Por tanto, para evitar la formación de las nubes se requiere vigilancia de momento en momento para reestablecer la percepción de la unidad. Como dijo el Cristo: *En aquel día vosotros conoceréis que yo estoy en mi Padre, y vosotros en mí, y yo en vosotros.* (Juan XIX:20).

Del silencio que es paz, que es felicidad, que es amor, viene la completa entrega a esa Vida Una que es la naturaleza esencial de todos los seres y de todas las cosas. Entonces cesan todos los conflictos, y sólo hay una armonía para ser compartida con todo. Nuestra dificultad general para sentir el significado de la vida es que estamos en conflicto con la vida, demasiado atados e identificados a través de los sentidos con los correspondientes gustos y disgustos de nuestros cuerpos. Cuando se encuentra esta armonía con la vida, todo el significado está allí, como un perfume que está en todas partes: nos lleva con la amorosa brisa de su gracia. Esta regeneración por medio del silencio es el camino para encontrar el significado de la vida.

La vida se hace bella cuando se vive con un conocimiento de su profundo propósito y significado, tal como se manifiesta en todas las cosas vivientes.

N. Sri Ram
Pensamientos para Aspirantes

Delicias vegetarianas- nutritivas, no-violentas, sanas y sabrosas

Qué rico es comernos un plato calientico y humeante de spaguettis con nuestra salsa preferida!. He aquí la receta de Julita para este mes:

Ingredientes para 10 personas:

2 libras de spaguettis, tallarines, canelones o lo que se prefiera en pasta italiana.
 1/4 de libra de Quinua
 1/4 de libra de Carve (soya liofilizada)
 1/4 de libra de Tofú fresco (queso de soya)
 1/2 libra de "raíces chinas" (fríjol mugo germinado)
 1 o 2 tomates
 1 a 3 pimentones
 1 cebollas cabezonas
 1 cebolla larga
 2 zanahorias pequeñas (o 1 grande)
 1 cabecitas de ajo.
 5 cucharadas de ajonjolí
 1 ramilletes de perejil
 1 tris de cilantro
 1 tris de orégano
 10 cucharadas de aceite de ajonjolí, oliva u otro aceite de mesa.
 1/4 de libra de queso "Parmesano".
 Sal marina, al gusto.

Preparación:

Si es posible, colocar la quinua en agua, desde la víspera (bien lavada, sacándole la espuma) . O si no, simplemente lavarla bien y ponerla a cocinar en 2 tazas de agua por 20 minutos hasta que esté blandita y comience a abrir.

Se coloca en el fogón una olla grande, agua abundante y sal al gusto. Cuando comience a hervir, se le ponen las 2 libras de spaguettis, se le baja al fuego y se deja unos 15 a 20 minutos hasta que estén blanditos, ojalá "al dente", es decir no demasiado cocinados. En el momento de servirlos, se le escurre toda el agua.

Mientras tanto se prepara el carve así:

Poner 1y 1/2 taza de agua a hervir y añadirle sal (al gusto), el cilantro y la cebolla larga finamente picados. Cuando esté hirviendo, añadirle el carne lavado. (Si no se lava, queda muy fuerte el sabor).

Retirar del fuego esta mezcla, no dejarlo cocinar, sino que el carne absorva el caldo.

Al tiempo también preparar el tofú así:

Pelar y picar finamente los tomates, los pimentones, el ajo, rallar la cebolla cabezona y la zanahoria, colocarle la sal y el orégano y freír en 2 cucharadas de aceite hasta que esté bien marchito. Desmenuzar el tofú y añadirsele. Mientras se sigue sofriendo esto, se le aumentan las raíces chinas. Una vez todo integrado, probar la sal y luego picarle finamente el perejil.

Al tiempo se sofríe el ajonjolí en las 8 cucharadas de aceite.

Se mezclan la quinua, el carne, el tofú con raíces chinas, el ajonjolí doradito, se prueba el gusto de la sal y condimentos y si es necesario, se le ponen más. Tenemos entonces una deliciosa salsa que se coloca calientica sobre el humeante plato de spaguettis y a cada porción se le pone una cucharada de queso Parmesano rallado, si la persona lo desea.

Si le sobra algo de salsa, se puede guardar en la nevera dos o tres días sin que se altere.

Este exquisito y nutritivo plato se come acompañado por un pan francés y una porción de lechuga, aguacate, cohombro u otra legumbre cruda.

La **quinua**, además de ser un nutriente completísimo que reemplaza con creces las proteínas de la carne, tiene encimas digestivas que hace que esta salsa se digiera con facilidad y se le pueda brindar a personas de digestión difícil. **El tofú y el carne**, por ser derivados de la soya, son altamente proteicos, **las raíces chinas**, por ser germinados, tiene cantidades de vitamina E y antioxidantes que regeneran. **El ajonjolí** es conocido como uno de los mas poderosos productores de calcio y minerales que previenen la osteoporosis, la caída del cabello, las uñas débiles y la piel marchita. El aceite de ajonjolí, de girasol o de oliva, no solamente evita el exceso de colesterol, sino que "limpia" de residuos nocivos a todo el organismo.

**DISFRUTA DE BUENA SALUD CON ALIMENTACIÓN
BALANCEADA Y NO-VIOLENTA.**

LA SOCIEDAD TEOSÓFICA Y LA TEOSOFÍA

La **SOCIEDAD TEOSÓFICA** está compuesta por estudiantes que pertenecen o no a cualquiera de las religiones existentes en el mundo. Están unidos por su aprobación a los objetivos de la Sociedad, por su deseo de deponer los antagonismos religiosos y congregar a los hombres de buena voluntad, cualesquiera que sean sus opiniones religiosas, y por su deseo de estudiar las verdades de las religiones y participar a los demás estudiantes los resultados de sus estudios.

El vínculo que los une no es la profesión de una fe común, sino la común investigación y aspiración por la verdad.

Sostienen que la Verdad debe buscarse mediante el estudio, la reflexión, la pureza de vida y la devoción a elevados ideales. Consideran que el precio de la Verdad debe ser el resultado del esfuerzo para obtener y no un dogma impuesto por autoridad. Consideran que la fe debería ser el resultado del estudio o intuición interior y no su antecedente, que debe descansar sobre el conocimiento y no sobre la aseveración. Extiende su tolerancia hacia todos, aun a los intolerantes, no como privilegio que se abrogan, sino como deber que cumplen, esforzándose por disipar la ignorancia más bien que condenarla.

En cada religión ven una expresión de la Sabiduría Divina, prefiriendo su estudio a su condenación y su práctica a su proselitismo. ***Su consigna es la Paz; su aspiración, la Verdad.***

La **TEOSOFÍA** es el cuerpo de verdades que constituye la base de todas las religiones y que no puede pretenderse que sea posesión exclusiva de una de ellas. Ofrece una filosofía que hace la vida inteligible y demuestra que la justicia y el amor guían su evolución. Coloca a la muerte en su legítimo lugar, como un incidente que se repite en la vida sin fin, abriendo el paso a una existencia más plena y radiante. La Teosofía restituye al mundo la Ciencia del Espíritu, enseñando al hombre que él mismo es un Espíritu y que la mente y el cuerpo son sus servidores. Ella ilumina las Escrituras y las doctrinas de las religiones, revelando su significación oculta, justificándolas ante la razón, como siempre se han justificado ante los ojos de la intuición.

Los miembros de la Sociedad Teosófica estudian estas verdades y los Teósofos se esfuerzan en vivirlas. Todo aquel que esté dispuesto a estudiar, a ser tolerante, a tener miras elevadas y a trabajar con perseverancia, será bienvenido como miembro y dependerá del mismo miembro llegar a ser un verdadero **TEÓSOFO**.