

fatiga en el trabajo. Decía Swedenborg, que la juventud estriba en el aprovechamiento de la vida, porque cuando se vive mucho y bien, todos los necesitados de consejo lo buscan en la experiencia de los viejos, cuyo poder está en su sabiduría. Como declara Mac-Donald, la vejez no entraña forzosamente decrepitud, sino que es la madurez y sazón de la vida interior dentro de la marchita cáscara.

Multitud de razones abonan que el fin de la vida sea lo mejor de la vida.

## CAPÍTULO XIV

### PENSAMIENTO Y ACCIÓN

Descuidadamente esparcimos semillas que nos figuramos no ver más; pero, al cabo de años, brotan de ellas plantas cuyo fruto hemos de cosechar. JUAN KEBLE.

El pensamiento obedece a la universal ley de que cada cosa engendra su semejante; y por lo tanto, todo pensamiento influye en el ánimo según su naturaleza. Son como veloces palomas mensajeras, que llevan lo que les ponemos. ELLA WHEELER WILCOX.

Nuevo estímulo para gobernar nuestras fuerzas mentales recibiremos al convencernos de que, si repudiamos los pensamientos pesimistas, coléricos o penosos, alejaremos de nosotros la enfermedad y el infortunio; y que por medio de una placentera y armoniosa disposición mental, podemos conservar la salud y merecer los favores de la suerte.

Si analizamos la luz de una estrella, por lejana que esté, averiguaremos qué metales hay en su incandescente atmósfera, pues cada metal da su raya peculiar en el espectro. De análoga manera, un observador versado en química mental puede analizar el carácter de una

persona, aunque le sea desconocida, y decir qué vicio, pasión o defecto hace presa en él.

Todas las cosas tienen sobre nosotros el poder que les consentimos. Lo que pone espanto en el corazón de un hombre, no levanta en otro ni la emoción más leve, y algunos hombres dominan su mente hasta el punto de que nada les saca de quicio. Hubo quien perdió fortuna, casa y familia, quedando pobre y solo en el mundo, y sin embargo, nadie escuchó una queja de sus labios ni echó de ver señal de flaqueza en su vigoroso ánimo. Era docto en la ciencia del bien pensar y sabía resistir victoriosamente todo pensamiento o cavilación que amenazara perjudicarlo. Neutralizaba la discordancia con la armonía, el error con la verdad, el odio con el amor y la envidia con la caridad.

Quien algo teme es porque ha dado ocasión a que prevalezca contra él lo temido, estableciendo relaciones que desde luego podría romper si supiera dominar su mente.

Siempre que nos sentimos desalentados, aburridos, tediosos, infelices y miserables, lo debemos a pensamientos ponzoñosos, cuyo antídoto es tan sencillo y eficaz como el agua contra el fuego.

El pensamiento obedece a la universal ley de que cada cosa engendra su semejante, y esto corrobora la maravillosa verdad del precepto que nos manda amar a nuestros enemigos, porque si los odiáramos añadiríamos combustible a la hoguera en vez de apagarla con los refrigerios del amor que convierte en amigos a los enemigos.

Los pensamientos puros neutralizan las sugerencias

lascivas, lujuriosas y concupiscentes. El amor abnegado es capaz de transmutar en poco tiempo en delicadamente sensitivo un temperamento groseramente sensual.

Todo cuanto de los demás nos llega es de la misma índole de lo que les enviamos, y encontramos en ellos precisamente lo que buscamos. Si tratamos de descubrir lo bueno, puro, noble y verdadero, despertaremos estas altas cualidades; pero si sospechamos lo malo, obscuro, vil y falso, se transparentarán a través de nuestros recelos los pensamientos tan aviesas cualidades.

Los afectos de nuestro corazón y la modalidad de nuestra mente determinarán con matemática exactitud la índole de nuestros actos y la tónica de nuestra conducta, cuya cosecha será, por ineludible ley, de la misma especie que la siembra. De la simiente de odio en el corazón no podrá brotar florecencia de amor en la vida. Del pensamiento siniestro derivará sin remedio la siniestra acción. La semilla de venganza dará sanguinolentos frutos.

Si en nuestro interior arde con viva llama el espíritu de amor y de él henchida nuestra voz hablamos al más empedernido criminal, despertaremos en su corazón el mismo espíritu que allí dormita; pero, si por desgracia le tratamos con torcida y malévolos disposición de ánimo, despertaremos en él los satánicos elementos de su naturaleza inferior. El bien siempre sale al encuentro del bien; el mal responde indefectiblemente al mal; el odio sucede al odio y el amor acompaña al amor. Tal es la ley de afinidad espiritual, tan exacta e inexorable como las leyes matemáticas. Para tener amigos es nece-



sario que nos portemos amistosamente; para ser amados es indispensable amar.

Aun los mismos brutos responden a la índole de nuestros pensamientos y ceden a la influencia de fuerzas benignas. Diez hombres no serían bastantes para sujetar a un toro bravo, y sin embargo, toda la torada sigue dócilmente los pasos del manso cabestro que la guía. Algo hay en nuestro interior siempre pronto a salir alborozadamente al encuentro de la amabilidad y la benevolencia.

Dice un moralista oriental:

Si alguien me injuriase de propósito, le correspondería con voluntarioso amor. Cuanto peor me tratara, mejor con él me portaría.

Llegará época en que nadie consienta alimentar siniestros pensamientos en su mente, como no se atrevería a derramar mala semilla en sus tierras de labor.

Cuantos observan el carácter que denotáis como cosecha moral en la edad madura, conocen qué simiente sembrasteis en el suelo de vuestra juventud, sin necesidad de averiguar vuestra pasada vida, pues estaréis cosechando lo que sembrasteis, y quien siembra ortigas no espere nunca cosechar rosas. ¿Cómo sería posible que las simientes de brutalidad y venganza fructificaran en amor y dicha?

Los rostros adustos y repulsivos llevan el estigma de viciosos y egoístas pensamientos, mientras que los semblantes serenos y apacibles son como la troj en donde se almacena la copiosa cosecha de una mente pura y placentera.

Hay quienes se figuran que estamos amontonados en un mundo juguete de la antojadiza casualidad y del cruel destino; pero lo cierto es que vivimos en un mundo sujeto a leyes absolutas y orden perfecto, donde nada sucede por azar, sino que hasta el más insignificante pormenor de nuestras vidas obedece a un régimen tan exacto como el que mantiene a los planetas en sus órbitas.

Donde veamos discordancia podremos tener la seguridad de que proviene de mala siembra.

El hombre que siempre se está quejando de su suerte y descarga su mal humor sobre los demás, no es hombre completo. Por lo tanto, hemos de precavernos de los malos pensamientos y de las morbosas emociones, lo mismo que protegemos nuestras casas contra la embestida de ladrones. Hemos de aprender a expulsar de nuestra mente los pensamientos nocivos, pues si les consentimos anidar en ella nos irán deteriorando poco a poco el cuerpo, ya que del temperamento mental depende en muchísima parte el temperamento fisiológico. Hemos de convencernos de que sólo el bien puede estar en armonía con la verdad y que el mal no es ni más ni menos que la falta de armonía. Lo real ha de ser forzosamente verdadero y lo ilusorio ha de ser necesariamente falso, pasajero, caedizo y mortal. Únicamente puede ser real lo bueno, lo puro, lo casto, armonioso y verdadero. Todo lo demás es falso, remedado y falaz.

Los salvajes y pueblos primitivos<sup>1</sup> creen firmemente

<sup>1</sup> Es impropia y errónea la denominación de pueblos primitivos que



en las virtudes curativas de ciertas plantas y minerales; pero la terapéutica psíquica demuestra hoy que el creyente lleva en sí mismo la más eficaz panacea de cuantas confeccionaron los laboratorios farmacéuticos. Su propia mente es el alambique en que se destilan los antidotos de las siniestras emociones que emponzoñan el ánimo.

El jubiloso y esperanzado pensamiento es ya de por sí antidoto infalible de multitud de dolencias psíquicas. Mantened ideales optimistas y desvaneceréis el pesimismo engendrador de miseria y fracaso. Vigilad y guardad las puertas de vuestra mente para impedir la entrada a los implacables enemigos de vuestra dicha y os asombrará ver cuán luego mejoráis de conducta y acrecentáis vuestro poder.

Cada pensamiento placentero, amoroso, dulce y suave se multiplica como hervidero de sana semilla y esclarece los ideales que realzan la vida y al par sofocan los pensamientos deprimentes, cuya intensificación es incompatible con la de sus contrarios.

La vida cobra indecible vigor y el carácter no soñada entereza, cuando mantenemos nuestro pensamiento optimistamente orientado hacia el bien. Quien descubre el secreto de los fundamentales principios del universo,

---

la generalidad de los autores dan a los habitantes de las comarcas recientemente exploradas en África, Australia y América. Estos pueblos incultos y salvajes no son en modo alguno representantes del *estado primitivo* de la humanidad, sino descendientes degenerados y esporádicos restos de las razas lemuriana y atlante que precedieron hace muchos miles de años a la actual raza aria en el dominio del mundo. Día llegará en que etnólogos y arqueólogos rectifiquen el error de considerar como pueblos primitivos a los residuos de razas anteriores. (N. del T.)

penetra en el corazón de las cosas y vive en el seno de la realidad.

Es inestimable el valor intrínseco de nuestros habituales pensamientos en la determinación de la conducta cotidiana, pues de su calidad depende la de nuestros ideales, que jamás podrán ser nobles si es vil el pensamiento. Así conviene mirar la vida desde un acertado punto de vista en que brille la esperanza, pues los hombres de cuya mente irradian generosos y nobles pensamientos, son alivio del apesadumbrado, consuelo del triste, aliento del oprimido, y en el hogar y en la calle, en el trato de familia y en las relaciones sociales, por doquiera derraman raudales de armonía entre cuantos les rodean.

Hay quienes durante años enteros guardan rencor a sus enemigos y esta siniestra actitud mental los incapacita para dar de sí cuanto de otro modo pudieran, pues nadie estará en disposición de movilizar la totalidad de sus fuerzas interiores mientras alimente pensamientos rencorosos y vengativos hacia el prójimo. Nuestras facultades sólo rinden toda su utilidad cuando actúan en perfecta armonía. Si no hay benevolencia en el corazón no podremos hacer obra buena intelectual ni manual.

Contra los malos pensamientos que otros nos sugieran, no hay mejor defensa por nuestra parte que la indulgente y benévola actitud respecto del ofensor, pues ningún pensamiento dañino tiene fuerza bastante para atravesar la coraza del amor.

Hay quienes serenos, alegres, contentos y dichosos pasan la vida sin que nada los perturbe, porque son de temperamento armónico, y como a todos aman, de



todos reciben amorosa correspondencia. No tienen enemigos porque no suscitan antagonismos y de aquí que apenas sufran pesares ni les acometan tribulaciones. En cambio, otros están siempre de mal humor y se muestran adustos, descorteses y aun groseros en su trato, como si destilaran veneno de todas las entrañas de su cuerpo, y así es que no pueden por menos de levantar recelos y malevolencias. Ni aun secretamente cabe odiar al prójimo, porque a través de las palabras melosas y las atenciones lisonjeras se transparentarán los malos pensamientos que llenen nuestra mente y las siniestras pasiones que aniden en nuestro corazón.

Los hombres de intensa cultura deben estar convencidos de que todo pensamiento discordante, todo esfuerzo por sobreponerse injustamente al prójimo y despojarle de lo que le corresponde, toda acción dimanante de un mal pensamiento han de dar por resultado próximo o remoto un daño muchísimo mayor que el pasajero beneficio inicuaamente logrado. Han de comprender que tarde o temprano ha de restablecerse el equilibrio alterado por cualquier transgresión leve o grave de la justicia, la equidad, la hombría de bien y el altruismo. La norma moral debe consistir en el común conocimiento de que la paz, el gozo, la prosperidad y la dicha no tienen manantial más puro y copioso que el respeto a la verdad y el ejercicio de la justicia. Así será mucho más fácil seguir el sendero que conduce a la verdadera vida, porque obedeciendo los hombres por imperio de su voluntad a la ley divina, predominarán en el mundo la paz y el bienestar.

## CAPÍTULO XV

### LA INFLUENCIA MENTAL

Todo pensamiento y toda emoción vibran a través de las células del cuerpo, comunicándoles tonalidad idéntica a su índole vibratoria.

Para el hombre futuro será tan fácil transmutar un pensamiento de odio en otro de amor, como le es hoy apagar los hervores del agua en ebullición.

Un pensamiento de odio se desvanece al instante en presencia de otro de amor.

El que odia es un asesino y un suicida.

El pensamiento recto es un capital que reditúa pingües dividendos.

Es creencia tan general como errónea, la que cuenta por imposible resguardar el cuerpo de las enfermedades que la patología llama hereditarias. Con esta preocupación tan extendida es muy extraño que disfruten verdadera salud los aprensivos. Ley de la vida es el normal funcionamiento del organismo, pues toda anormalidad, desequilibrio y discordancia son ajenos a nuestra íntima naturaleza y derivan siempre de alguna transgresión física, mental o moral.