

EKKIRALA KRISHNAJIACHARYA

AYURVEDA, HOMEOPATIA, CURACION EN LA NUEVA ERA

(TRILOGIA)



DEHANTSETHIA

El contenido de esta publicación es puesto a disposición de manera gratuita como un acto de buena voluntad y para uso personal únicamente. Es nuestra responsabilidad mantenerlo de esa manera.

Su comercialización por cualquier medio o a través de cualquier plataforma está prohibida, así como su distribución y/o publicación total o parcial sin el permiso expreso por escrito del editor.

Todos los derechos reservados.

EKKIRALA KRISHNAMACHARYA

*AYURVEDA, HOMEOPATIA,
CURACION EN LA NUEVA ERA*

(Trilogía)

DHANISHTHA

Títulos de las tres obras en lengua original inglesa:

1a "Ayurveda" 1983

2a "The Science of Homoeopathy" 1983

3a "New Era Healing" 1978

Traducción: Jesús Díaz Vega

COLECCION:
ESCRITOS



DHANISHTHA

*DHANISHTHA HA SIDO CREADA PARA TRANSMITIR LA SABIDURÍA
ETERNA DE UNA MANERA ACTUALIZADA Y COMPRENSIBLE PARA EL
MUNDO CONTEMPORÁNEO.*

La editorial no tiene fines lucrativos.

*Los beneficios de la venta de este libro serán utilizados para la
publicación de otros libros similares con objeto de transmitir la
Sabiduría Eterna.*

(c) Copyright Kulapathi Book Trust, India, 1983

(c) Copyright para la edición española, incluido el diseño de la
portada: Ediciones DHANISHTHA, 1993.

Reservados todos los derechos.

ISBN: 84 -88011 -12 -1

Dep. Legal: B.17.031-1993

Imprime: HUROPÉ

Recaredo, 2-4 08005 Barcelona

Impreso en papel ecológico.

INDICE

LIBRO I EL AYURVEDA

PREFACIO.....	8
LA RAZON DE SER DEL AYURVEDA.....	10
EL AYURVEDA.....	13
LA CONSTITUCION DEL SER HUMANO.....	16
SALUD Y ENFERMEDAD.....	18
LA CAUSA DE LA ENFERMEDAD.....	20
ALGUNOS POSTULADOS FUNDAMENTALES.....	22
LOS TRES TEJIDOS BASICOS.....	26
LOS SIETE TEJIDOS.....	31
CLASIFICACION DE LOS MEDICAMENTOS.....	33
DIETETICA	35
MANTENER UN RITMO.....	38
LA FINALIDAD DEL AYURVEDA.....	42
EL EJERCICIO FISICO.....	43
BUENA CONDUCTA.....	45
UNA INVESTIGACION CIENTIFICA ACERCA DE LAS CAUSAS DE LA ENFERMEDAD Y LA SALUD.....	49
DESEOS RECOMENDABLES.....	53

LIBRO II LA CIENCIA DE LA HOMEOPATIA

PREFACIO.....	64
LA SALUD.....	65
LAS ENFERMEDADES AGUDAS Y SU TRATAMIENTO.....	79
LAS ENFERMEDADES CRONICAS Y SU TRATAMIENTO.....	87
EL MEDICO, EL CURADOR.....	97

DILUCION Y POTENCIA.....	107
A PROPOSITO DE LOS SINTOMAS.....	115
AVERIGUAR SI EL TRATAMIENTO VA POR BUEN CAMINO	122
ENFERMEDADES CRONICAS.....	129
RASGOS ESPECIALES EN EL TRATAMIENTO DE ENFERMEDADES CRONICAS.....	134

LIBRO III

LA CURACION EN LA NUEVA ERA

PREFACIO.....	142
EL CUERPO FISICO.....	143
LA CONSTITUCION.....	144
EL CUERPO VITAL.....	146
LAS CAUSAS DE LA ENFERMEDAD.....	148
CONSEJOS PARA GOZAR DE UNA BUENA SALUD.....	149
LA CIENCIA DE LA VIDA.....	151
CLASIFICACION DE LAS ENFERMEDADES.....	152
ENTENDER LA ENFERMEDAD.....	153
DIVERSOS METODOS DE COMBATIR LA ENFERMEDAD.....	155
¿QUIERES SER CURADOR?.....	156
EL ALCANCE DE LA CURACION.....	158
LA HOMEOPATIA.....	159
CLASIFICACION DE LOS SINTOMAS.....	160
PRINCIPIOS GENERALES DEL TRATAMIENTO HOMEOPATICO	162
DIVERSOS METODOS DE DIAGNOSIS.....	167

LIBRO I

EL AYURVEDA



PREFACIO

Hace 5.000 años algunos pensadores se reunieron en los bosques para investigar la causa de la enfermedad y de la muerte. Vivían en los bosques y llevaban un ritmo diario de vida que hacía posible comprender el valor que tiene una vida de principios, una alimentación sana, y experimentar una conciencia pasiva en medio de la actividad. Encontraron el secreto de vivir activos pero no ocupados, y teniendo una actitud activa hacia la vida y la muerte, comprendieron que la causa de la enfermedad es nuestra negligencia y que el sufrimiento es la experiencia de un proceso de purificación.

Comprendieron también que la muerte es uno de los cambios periódicos que ocurren con el tiempo en forma de edades, eras y períodos. Llegaron al convencimiento de que la muerte es inevitable y a comprender el derecho de prevenir la enfermedad mediante una vida sin falta. La Medicina fue descubierta como rectificación de nuestras faltas, como una reparación. Tomando como punto de partida su ritmo diario de vida, llegaron a crear la Ciencia de la Vida, a la que dieron el nombre de Ayurveda. Su medicina incluía a las plantas, a los animales y a los minerales. Prepararon discípulos con el apoyo de los gobernantes y los enviaban por todo el país para curar y educar a la gente. Sus escritos incluían el yoga, la ciencia de la salud, la medicina, la astrología y la quiromancia, desarrollando todas estas ciencias como partes de un modo de vida llamado "Yagna Vidya". Eran capaces de comunicarse con las inteligencias y poderes de la naturaleza a las que dieron el nombre de Devas.

Hace más de 5.000 años (un poco antes de que la Guerra del Mahabarata tuviera lugar) el Ayurveda se convirtió en la práctica general del Estado y llegó a ser la medicina oficial. Dhanvantari, el gobernador de Kasi (Varanasi o Benares), que era asimismo un curador de gran

renombre, se convirtió en cabeza de esta institución y volvió a sistematizar de nuevo la tradición. Se trata de la última sistematización del Ayurveda de la que tenemos evidencia, y desde entonces podemos encontrar centenares de obras en lengua sánscrita sobre este tema.

Mi intento va dirigido a explicar la razón de ser y la naturaleza de esta ciencia al hombre común, de una manera lo más exenta posible de términos técnicos. Al traducir los pasajes del texto¹ he seguido mi propia manera de exponer el contenido para la mente tan ocupada de hoy en día. Este librito es sólo a modo de introducción. Los libritos que seguirán contendrán los principios básicos, así como su aplicación en términos prácticos.

Agradezco a mis estudiantes y amigos de Occidente por haber pedido este librito y los que seguirán.

Visakhapatnam, 11 de agosto de 1983

E. Krishnamacharya.

¹ *Original en telugu*

LA RAZON DE SER DEL AYURVEDA

La vida es un placer para la persona sana, pero es una calamidad para la que no lo está.

La salud es una actitud que uno se propone a sí mismo para mantener un equilibrio en el trabajo diario como si fuera un juego en el que no se cometen faltas. Para ello se precisa de una ciencia positiva que incluya principios concretos como la dieta, el trabajo, el descanso, las horas de dormir y el sexo.

La enfermedad se manifiesta en aquellos que infringen estos principios. La Medicina sirve para rectificar las consecuencias de tales infracciones y fue descubierta como una reparación de las mismas. Esta es la razón de ser del Ayurveda, la Ciencia de la Vida.

La sabiduría ayurvédica descendió desde la Consciencia del Creador a su discípulo Indra (el Señor de la mente y de los sentidos del planeta Tierra). Un gran sabio llamado Bhavadwaja la recibió y después de haberla verificado fijó la ciencia a través de sus discípulos. Bhavadwaja recibió la sabiduría ayurvédica en tres partes llamadas: Hetu (Etiología, Ciencia de la causa u origen de las enfermedades), Linga (Ciencia de los síntomas) y Aushadha (Ciencia del conocimiento de las sustancias curativas).

Los sabios más sobresalientes entre los discípulos de Bhavadwaja son los siguientes: Angiras, Jamadagni, Vasishta, Kasyapa, Bhrigu, Atreya, Gautama, Sankhya, Pulastya, Asita, Narada, Agastya, Vamadeva, Markandeya, Aswalayana, Parikshi, Bhikshu, Kapinjala, Viswamitra, Asmarathya, Bhargava, Chyavana, Abhijit, Garga, Sandilya, Kaundinya, Varkshi, Devala, Galava, Sankritya, Baijavapi, Kushika, Badarayana, Badisa, Saraloma, Kapy, Katyayana, Kankayana, Dhaumaya, Maricha, Sarkaraksha, Hiranyaka, Lokaksha, Paingi, Saunaka, Sakunya, Maitreya, Maimatayani, Vaikhanasas, Valakhilyas.

De entre todos ellos, Punarvasu fue el que sistematizó la ciencia del Ayurveda y se la enseñó a sus 6 discípulos principales, y Agnivesa, uno de esos discípulos, se la enseñó a sus discípulos en forma de la primera versión compuesta en aforismos. Luego aparece el amplio y extenso tratado conocido como "Charaka Samhita" que es profundo y está excelentemente estructurado, y que gozó de renombre y fama como manual de texto clásico para estudiantes a lo largo de los siglos.

Los temas que trata son los siguientes:

- 1) Un discurso sobre la longevidad, la salud y la enfermedad.
- 2) Introducción a la Materia Médica del primer grupo de 600 fármacos
- 3) Dietética cuantitativa. 4) Dietética cualitativa. 5) Impulsos naturales de la constitución. 6) Un discurso sobre los sentidos y los órganos sensorios.
- 7) Terapéutica en breve. 8) Terapéutica en detalle. 9) Tres deseos básicos de la vida (longevidad, bienestar y felicidad). 10) Muerte y reencarnación; fuerza, salud y enfermedad. 11) Tres tipos de médicos y tres tipos de terapias. 12) Los tres tejidos básicos de la constitución. 13) Cura mediante aceites y ungüentos. 14) El hospital, la farmacia de medicamentos, los primeros auxilios. 15) Los deberes de un buen médico cualificado, tratamiento acertado y equivocado. 16) Enfermedades de la cabeza y su tratamiento. 17) Hinchazones. 18) Enfermedades abdominales. 19) Clasificación de las enfermedades. 20) Cambios indeseados en la constitución como la obesidad, el enflaquecimiento, el insomnio y el dormir demasiado. 21) Reglas de la dieta como terapia. 22) El tejido sanguíneo, su ciencia y su terapia. 23) El origen del hombre y de las enfermedades. 24) Diferencia de sabor y naturaleza curativa de los medicamentos. 25) Propiedades de los diversos alimentos y bebidas. 26) Identificación de buenos y malos médicos. 27) El corazón y 10 de los vasos sanguíneos más importantes. 28) Diagnóstico y tratamiento de:
 - a) Fiebres, b) Hemorragias diversas, c) Tumores, d) Enfermedades urinarias y diabetes, e) Enfermedades profundas de la piel, f) Tisis, g) Locura, h) Epilepsia

29) Funciones digestivas. 30) Epidemias. 31) Examen y Diagnósis. 32) El Sistema Circulatorio. 33) Enfermedades físicas y mentales. 34) El verdadero profesor y estudiante de Medicina. 35) El método de exámenes para los estudiantes de Medicina. 36) La Ciencia Espiritual aplicada: el intelecto, la memoria, las vidas pasadas y la felicidad presente. 37) Embriología. 38) El individuo y el universo. 39) Los órganos y sus funciones. 40) La ciencia de la vida íntegra y de los hijos sanos. 41) La duración de la vida; muerte natural y prematura; indicios de la muerte. 42) Indicios de un buen diagnóstico.

El tratamiento de todos estos temas es lo que hace que esta obra (el Charaka Samhita) sea un manual de estudio regular para los estudiantes, manual que sigue siendo tan nuevo hoy en día como lo fue en el pasado.

Otro manual de texto que tuvo mucha aceptación y que fue de mucha utilidad es el "Sushruta Samhita".

Además de los citados hay otros tratados escritos por los científicos antiguos, como son el "Madhava Nidana", el "Astanga Hridayam" y el "Bhela Samhita". Hay todo un océano de bibliografía sobre este tema en sánscrito. El propósito de este librito es servir de introducción al lector acerca de todos los temas de esta ciencia

EL AYURVEDA

El Ayurveda es la Ciencia de la Vida y de cómo mantenerla con salud. Es sobre todo la ciencia de la salud y no la ciencia de la enfermedad y de su cura. La ciencia que estudia la enfermedad es negativa en su misma naturaleza y ya hemos podido comprobar los defectos que conlleva una formación de tipo negativo. La salud humana ha sufrido un progresivo deterioramiento paralelo al desarrollo progresivo de la ciencia de la enfermedad. Esto es lo que está sucediendo en el siglo XX. Pero ya va siendo hora de mirar las cosas en su dimensión positiva y ocuparnos de la ciencia de la salud una vez que hemos aprendido —lo cual es nuestro derecho— lo necesario acerca de la enfermedad y de su cura. Este es el tipo de lógica que encontramos a medida que avanzamos en el estudio del Ayurveda.

En los textos antiguos se describe el origen del Ayurveda. Claro está que la descripción es de tipo esotérico, como suele ser el caso con todos los libros de texto de cualquier ciencia verdadera.

Un sabio llamado Bharadwaja, que vivió hace 6.000 años, quiso saber cuál es el secreto de la longevidad. Este sabio, cuando estaba meditando se encontró en presencia del rey de un grupo de Devas de los reinos mineral y vegetal. Indra es el nombre que el sabio dio a este rey de los Devas. Indra recibió su Luz del Creador de las cuatro caras. De Indra descendió la sabiduría hasta la mente de los Devas gemelos (Aswins) que presiden las dos mitades en que se dividen los ciclos del tiempo. Después de haber visualizado esta escena durante la meditación, Bharadwaja recibió la sabiduría del Ayurveda y la transmitió a muchos otros sabios.

Hubo reyes que se hicieron expertos en esta ciencia y fueron sus patrocinadores o promotores. Estos reyes prepararon dos grupos de discípulos que atendían al público. Uno de estos dos grupos se encargaba

de iniciar a aquellos que estaban buscando sinceramente haciendo que se convirtieran en expertos. El otro grupo se encargaba de ir con todo tipo de preparativos por las ciudades, los pueblos y las aldeas, curando a la gente. Al primer grupo se le conocía por el nombre de Susrutas y al segundo, por el de Charakas. Con el paso del tiempo ambos grupos fueron agrupando las notas de sus enseñanzas y estructurándolas en forma de pormenorizados capítulos, lo cual dio lugar a las versiones modelo que conocemos por los nombres de Sushruta Samhita y Charaka Samhita respectivamente. El término Samhita significa colección. Estas son las dos colecciones más antiguas de la versión escrita de la ciencia del Ayurveda. Posteriormente aparecieron centenares de libros escritos en sánscrito acerca del Ayurveda, los cuales se ajustan también, en mayor o menor medida, a la tradición y cuya naturaleza y composición son también, en mayor o menor grado, autoritativos y científicos.

Todo tratado sobre la salud y la curación tiene que arrojar obligatoriamente luz sobre las fuerzas sutiles y los vehículos sutiles que forman la constitución humana. La causa de que vivamos no es una causa física, pues el cuerpo físico es en efecto una de las últimas cosas que se forman en nuestra vida. El cuerpo físico es sólo la forma de los miles y miles de luces que brillan en forma de energías y de inteligencias. El ser humano es el habitante del cuerpo, pero no el cuerpo en sí. Entre el ser humano y el cuerpo físico existen miles y miles de vehículos sutiles que pueden considerarse como los ashrams de las múltiples Inteligencias y de sus fuerzas. Todas las ramas de la ciencia de la curación no pueden por menos que hablar de estos vehículos sutiles y de sus funciones (de algunas de ellas, ya que no de todas). Dado que todo horizonte científico referente al tema de la curación incluye el conocimiento de la enfermedad y de la medicina, es de esperar que el estudiante llegue a conocer esas inteligencias, esas energías y esos vehículos mediante un adecuado sistema de división y de clasificación.

En la era moderna fue el Dr. Samuel Hahnemann quien volvió a descubrir esa clasificación en su tratado sobre la homeopatía. De las traducciones de los Upanishads y de los escritos sobre el yoga en lengua sánscrita, se obtiene una idea bastante clara de esos vehículos. Entre los occidentales existe un elevado grado de iluminación acerca de estos vehículos debido a las obras de H.P.Blavatsky y de Alice A.Bailey. Yo me atrevería a decir que el sincero estudiante occidental está más familiarizado con estos vehículos sutiles, inteligencias y energías que el estudiante medio oriental de hoy.

El cuerpo vital, los sentidos y la mente constituyen el campo de estudio de la salud y de la enfermedad en el Ayurveda. La teoría de la fuerza vital y del cuerpo vital según el Ayurveda es idéntica con la de la homeopatía. No existe mente sana alguna que crea que el cuerpo físico sea una entidad. El cuerpo físico es el resultado de muchos acontecimientos sutiles y no tiene existencia propia. La apariencia que produce a los sentidos es lo que con frecuencia se considera erróneamente como existencia.

LA CONSTITUCION DEL SER HUMANO

La constitución del ser humano puede ser doble, triple, cuádruple, quíntuple y séptuple. La coexistencia entre el espíritu y su naturaleza (Purusha y Prakriti) es doble. El triple principio formado por materia, fuerza y consciencia es lo que se llama existencia. Esta es la división triple. El principio cuádruple está formado por el habitante o morador (el Amor), sus inteligencias creadoras, las energías y los átomos de la materia. El principio quíntuple está formado por la materia, la fuerza vital, la mente, la inteligencia y la voluntad de vivir. A estos cinco principios se les llama en sánscrito: Annamaya, Pranamaya, Manumaya, Vijnanamaya y Anandamaya respectivamente. La división séptuple de las antiguas escrituras es necesaria para aquellos curadores auténticos que trabajan para la humanidad.

De momento vamos a ocuparnos del cuerpo vital y de sus funciones según el Ayurveda. El cuerpo vital del curador corresponde a los cuerpos etérico y astral del estudiante espiritual y recibe el nombre de Pranamaya Kosha. El equilibrio entre la materia y la fuerza vital es la causa de la duración de la vida y lo que hace que se manifieste la mente individual. Acto seguido, la mente empieza a desprender luz o lo que solemos llamar entendimiento, discernimiento y acciones correctas. Llegados a este estadio, la luz recibe el nombre de Buddhi, el cuarto plano de existencia. Esta es la luz que se derrama sobre los cuerpos físico, vital y mental para saber qué es lo que hay, cómo funciona y qué hemos de hacer con ello. La sabiduría completa es lo que llamamos la Ciencia del Yoga. Antiguamente se llamaba la Ciencia de los Vedas, una de cuyas partes era el Ayurveda.

El cuerpo vital consta de tres centros funcionales que son el centro creador, el centro de combustión y el centro de pulsación. A estos centros se les llama respectivamente en sánscrito: Sleshma, Pitta y Vata.

Sleshma recibe también el nombre de Kapha. Estos tres centros actúan como los tres vórtices o remolinos de fuerza. El centro creador o Kapha es el responsable de todo lo que ingerimos, el centro de combustión o Pitta es el responsable de todo lo que expulsamos y el centro de pulsación o Vata es el que mantiene el equilibrio entre estas dos fuerzas opuestas. Kapha es la fuerza que hace que el organismo pueda admitir el alimento, la bebida, el aire, la luz, el sonido y el pensamiento para ser utilizados como sustancias, potencialidades y semillas para construir los tejidos. Pitta es la fuerza que utiliza los productos como combustible para el motor, produciendo después la combustión para hacer que los centros de energía hagan que se manifiesten las energías del Espacio. En este proceso Pitta descompone los tejidos y expulsa las sustancias elementales de los reinos mineral, vegetal y animal en forma de excrementos.

Kapha es el centro que elabora la formación de los siete tejidos de la constitución. Estos siete tejidos son:

1. RASA (Plasma)
2. RAKTA (Sangre)
3. MAMSA (Carne)
4. MEDA (Grasa)
5. ASTHI (Huesos)
6. MAJJA (Médula)
7. SUKRA (Semen)

Pitta es el centro que destruye los tejidos para su utilización.

Vata es el centro que mantiene las pulsaciones de la actividad centrípeta y centrífuga en equilibrio.

Kapha es el principio creador, Pitta es el principio destructor y Vata es el principio que hace que se mantenga el equilibrio, que es la verdadera causa de la duración de la vida.

SALUD Y ENFERMEDAD

Cuando los tres centros mencionados: Kapha, Pitta y Vata funcionan en equilibrio entre ellos, el resultado es lo que llamamos salud. Cuando se altera ese equilibrio, el resultado es la pérdida de la salud. La mente se da cuenta de los efectos de la salud o de su pérdida en forma de sensaciones y de sentimientos. Cuando se tiene salud el ser interior responde a su entorno y a sí mismo con una comprensión adecuada, una conducta adecuada y un uso adecuado de su palabra, siendo la suma total de todo esto lo que podríamos denominar una relación equitativa o justa.

La alteración en uno cualquiera de estos tres centros produce una alteración automática en los otros dos centros. Cada uno de estos centros, al alterarse, produce unas determinadas anomalías en el plano de la mente, de los sentidos y del cuerpo físico. Cuando estos centros funcionan normalmente producen de manera regular la formación, la utilización y la economía de los tejidos. El primer centro Kapha produce todos los tejidos membranosos, duros y el mucus necesario para producir los tejidos. El segundo centro Pitta produce tejidos que son la causa de la combustión, de la digestión y de la utilización. Así, por ejemplo, la sangre, el jugo gástrico, las secreciones del hígado, del bazo y del páncreas, etc. La hemoglobina de la sangre reacciona con el oxígeno de la respiración y lleva a cabo la combustión. El jugo gástrico reacciona con los alimentos sólidos y líquidos para producir la combustión necesaria. Estos son sólo algunos ejemplos.

El tercer centro Vata produce pulsaciones que hacen que los nervios y los músculos se relajen y se contraigan. Vata es la causa de la respiración, circulación y el latido del corazón así como la causa del movimiento peristáltico de los diversos órganos y sus partes y es también la causa de que el tejido nervioso responda al estímulo de la mente y del entorno. Los movimientos tan particulares que hacen los vasos sanguíneos

para llevar a cabo la circulación de la sangre, se deben a este tercer centro. También se debe a la actividad de este tercer centro el que el aparato digestivo lleve a cabo la función de la digestión.

Toda alteración que se produzca en estos centros trae como consecuencia un defecto funcional en ellos. Estos defectos hacen que los resultados se perciban en el plano de la mente, de los sentidos y de los tejidos físicos.

Una alteración del centro creador Kapha produce una cantidad innecesaria de tejido como el pus, la flema, el mucus y otras secreciones, haciendo también que se produzcan y crezcan diferentes tumores, protuberancias y callosidades, así como la innecesaria multiplicación de células (una de cuyas manifestaciones se conoce como tejido canceroso).

Una alteración del centro de combustión Pitta es la causa de una excesiva producción de jugo gástrico, de bilis, de jugo pancreático y la alteración del colesterol en la sangre. Otra alteración de este mismo centro origina la falta de producción de los tejidos antes mencionados. La acidez y la dispepsia, por ejemplo, son el resultado de la alteración de este centro, así como también enfermedades como la demacración y el desgaste de los tejidos.

Una alteración del centro de pulsación Vata hace que el aparato digestivo pierda su poder contráctil, lo cual resulta en la formación de gases, acumulándose el aire en cada pliegue del aparato digestivo y produce hinchazón y tensión en los pulmones y en el corazón. Otra alteración de este mismo centro hace que los nervios respondan cada vez con menos eficiencia, lo que da como resultado una pérdida de sensación en ciertas zonas y partes, así como el entumecimiento, el hormigueo, la sensación de calambre, de pinchazón, de quemazón, dolores que debilitan, así como la parálisis temporal o permanente de diversas partes o miembros del cuerpo.

LA CAUSA DE LA ENFERMEDAD

¿Por qué habría de tener lugar una alteración en estos centros para que se produzca una enfermedad? Las causas están en nuestra mala conducta con respecto a la comida, la bebida, el sueño, el trabajo y el sexo. Una conducta apropiada hace que mantengamos la salud, mientras que la mala conducta produce la enfermedad que trae como resultado una determinada forma de sufrimiento. El sufrimiento o la incomodidad tiene una doble función. Por un lado, nos indica que hay algo que no va bien en nuestra constitución, y también nos indica que hay algo equivocado en nuestra conducta. Por encima de todo es también una penalización o expiación causada por la naturaleza, que nos lleva a comprender lo que hemos o no hemos de hacer. Esto está de acuerdo con las funciones más pequeñas de la 'Ley del Karma'. De todas formas, lo que ha de quedar claro es que el dolor o la incomodidad no son la enfermedad y que nuestro intento ha de ser la rectificación de nuestra constitución y de nuestra conducta. Sin observar semejante procedimiento, si sólo intentamos tratar el dolor o el sufrimiento, podrá resultar en algo muy peligroso. Este es uno de los puntos vitales que se han olvidado en el siglo actual. Todo intento por matar el dolor es justamente un intento por matar al ser interior. El dolor es una advertencia y un mensaje. Suprimir el dolor es como suprimir al mensajero que nos trae las noticias de que el territorio ha sido invadido. La manera correcta de entender el tratamiento es como un proceso de restablecer la salud y no como un proceso de acabar con el dolor o con la enfermedad.

Hay un aforismo homeopático que dice que hay que "Escoger el medicamento para el paciente y no para la enfermedad." Este mismo principio es el que se ha de aplicar en el caso de la antiquísima ciencia del Ayurveda. Ningún sistema sano de curación puede aceptar que la

enfermedad sea una entidad a la que haya que prescribir un medicamento.

Hay cinco recopilaciones o colecciones sobre la Ciencia del Ayurveda, hechas por los autores originales, incluyen los cinco libros más autoritativos sobre el tema, que son los siguientes :

1. La colección de Charaka
2. La colección de Susruta
3. La colección de Kasyapa
4. La colección de Bhela
5. Las ocho ramas de especialización

Cada uno de estos manuales consta de 120 capítulos que desarrollan todo el temario. Este temario incluye las ocho ramas de especialización, que son las siguientes :

1. El tratamiento de la constitución (Kaya)
2. El tratamiento de los órganos de la cabeza y del cuello (Salakya)
3. La extracción de materia extraña al cuerpo (Salya)
4. Tratamiento contra venenos (Vishagara)
5. Tratamiento de enfermedades psíquicas (Bhuta Vidya)
6. Embarazo y nacimiento (Kaumara)
7. Regeneración de los tejidos (Rasayana)
8. Rejuvenecimiento (Vajikarana)

ALGUNOS POSTULADOS FUNDAMENTALES

1. La duración de la vida es la unidad organizada de materia, sentidos, energías, y de la consciencia del YO SOY. Es el encanto de la vida lo que hace que estas partes estén unidas en un todo.
2. La duración es la continuidad de unidades similares de acción juntas en sucesión alternada.
3. La repetición crea la continuidad. La repetición necesita la alternancia e incluye fenómenos no similares en alternancia similares.
4. La unidad de fuerza, la unidad de consciencia y la unidad de materia forman el triángulo de la existencia.
5. La consciencia que irradia es la persona real; todo lo demás es fabricado como su misma subsistencia. La consciencia se manifiesta sólo a través de los vehículos dotados de subsistencia.
6. Los ocho estados de la sustancia son el sólido, el líquido, el gas, el fuego, el éter, la mente, el tiempo y el lugar. Cuando se manifiesta el sentido, se hacen conscientes; cuando no se manifiesta, permanecen inconscientes (es decir, que son conscientes en una constitución e inconscientes como las sustancias fuera de esa constitución).
7. La consciencia pone de manifiesto cualidades objetiva y subjetivamente. Las cualidades pertenecen a la materia, a la mente, al buddhi y al alma. Las cualidades de la materia, de la mente y del buddhi son de dos tipos: A) cualidades comunes B) cualidades distintivas o no comunes. Eso significa que el alma, al ser universal, no tiene cualidades distintivas.
8. La acción es diferente de todo y actúa independientemente para hacer que las ocho formas de la sustancia se compongan en la unidad de una unidad de existencia. Entonces el Ser Interior puede irradiar y puede dirigir su acción de una manera progresiva protectora. La acción que se dirige de tal manera se llama 'Buen Karma' (por ejemplo, el proteger la salud, la curación y todos los esfuerzos curativos).

9. Todo existe como partes separadas y como un Todo. Esa es una Ley Inequívoca de la Naturaleza. La existencia de cualquier cosa incluye la Naturaleza del Todo, la Naturaleza de las partes y de sus capacidades naturales.

10. La 'Sustancia' es el substrato de todas las cualidades y acciones.

11. Las cualidades son unidades inseparables sin acción (Existencia).

12. La acción (Karma) hace que se produzca la composición y la descomposición de las diversas formas de sustancia, y eso lo hace así para que se manifiesten las cualidades. La acción actúa independientemente de la sustancia y de la cualidad y opera según la Ley de la Pulsación y la Ley de la Alternancia.

13. Seguir la cadena de causa y efecto según la Naturaleza nos mantiene limpios de Karma. Seguir la cadena de los propios motivos y acciones personales crea un Karma que nos condiciona.

Estos postulados demuestran que la ciencia de la salud y de la curación es una parte de la Sabiduría Eterna que existe en la Naturaleza y que el hombre lee como si fuera un libro sagrado de vez en cuando. El grado de legibilidad del texto de la Naturaleza depende de la potencia que tenga la luz de la vela, que es el sentido común del lector. Por este motivo, los autores del Ayurveda llamaron a este saber o ciencia la Sabiduría Impersonal.

La constitución o cuerpo físico se explica como el equilibrio de las diversas sustancias, fuerzas e inteligencias. El cuerpo físico es sólo un resultado de varias fuerzas pero no es en una entidad por sí misma, el cuerpo físico no tiene existencia propia, sino que existe como resultado de sus partes que forman parte del Todo. El equilibrio que describen los científicos es la cosa principal que tiene que comprender el curador. El proceso para mantener este equilibrio es lo que constituye las lecciones prácticas de esta ciencia. Toda la economía depende del equilibrio. La misma razón de ser de la Creación de los diversos vehículos y de sus funciones es la de tocar esta nota de equilibrio. Los objetos externos

existen para los órganos de los sentidos, los sentidos existen para la mente y la mente se manifiesta mediante las diversas facultades mentales. Si ponemos todas estas cosas juntas vemos que forman parte de la máquina de la objetividad que nos hace ver el trasfondo como algo separado de nosotros. Este trasfondo es lo que llamamos Tiempo. Se necesita, por tanto, hacer un uso adecuado del tiempo, de la mente, de los sentidos y de los objetos externos. Ese uso adecuado se llega a descubrir mediante la percepción, la intuición y a veces, mediante la experiencia. Una vez que se ha hecho un uso correcto, la operación entre la mente y el cuerpo se hace normal y la producción de los diversos tejidos se hace uniforme. La alteración de este equilibrio es la causa de la enfermedad.

Tres son las cosas que pueden alterar el equilibrio: a) el mal uso, b) el abuso y c) el desuso de los factores antes mencionados (el tiempo, las facultades mentales y los objetos de los sentidos). Ejemplos del mal uso del tiempo son: dormir durante el día, trabajar durante la noche; del mal uso de la mente: pensar mientras se descansa y del mal uso de los órganos de los sentidos: dar una respuesta equivocada a los estímulos estacionales, como mitigar el calor del verano con bebidas heladas, ducharse con agua muy caliente durante el invierno, bañarse en agua fría después de haber estado expuesto al sol, etc.

El desuso consiste en no hacer uso del cuerpo, en posponer las cosas que se tienen que hacer y la tendencia de huir de los deberes y responsabilidades. Semejantes rarezas de conducta indican, según la homeopatía, la existencia de algún tipo de enfermedad. El punto de partida de la enfermedad (llamada Psora en homeopatía) es algo que se autopropone el paciente en potencia. Según la homeopatía nosotros hemos de aceptar que una semejante conducta es la causa real de la enfermedad. Esa conducta, según el Ayurveda, es la causa de la enfermedad como primera instancia y luego actúa como conducta de la mente enferma. A lo largo de los pasos sucesivos (según la homeopatía), el cuerpo y la mente constituyen el trasfondo de la salud y de la enfermedad.

Una utilización equilibrada del tiempo, de las facultades mentales, y de las sustancias objetivas hace que uno mantenga la salud.

La salud es entendida siempre según sea la facilidad, la comodidad, la felicidad y el gusto que uno tenga por una vida sana. El alma brilla a través de la mente y de las facultades de los órganos de los sentidos y transforma a la mente, al cuerpo y a los sentidos en conciencia de trabajo. El alma se refleja sobre la superficie de estos principios inferiores del mismo modo que el sol se refleja sobre las ondas del lago. Al mismo tiempo el alma es un observador pasivo de toda la actividad y como consecuencia de ello está más allá de todos los efectos patógenos. La alteración del tejido físico de las células se debe a la alteración de los tres centros funcionales del cuerpo vital o cuerpo etérico.

El dinamismo, la inercia y el equilibrio son las tres cualidades básicas o fundamentales de la Naturaleza y sin ellas no hay existencia tanto física como tampoco mental. Se les llama las tres Gunas en sánscrito: Rajas, Tamas y Sattva. Cuando las dos primeras están en equilibrio éstas desaparecen y la tercera es decir Sattva o equilibrio entra en acción. Pero cuando se altera el equilibrio vuelven a aparecer en alternancia como un par de opuestos. Estas tres cualidades o Gunas condicionan la mente y su comportamiento respecto a la comida, a la bebida, al trabajo, al descanso y al sexo. La alteración del dinamismo y de la inercia es la causa de enfermedades tanto físicas como mentales.

La mera alteración física se puede rectificar mediante terapias basadas en costumbres y reglas religiosas y espirituales. Si se altera temporalmente la digestión, uno puede reducir la dieta durante un día o dos, puede permanecer a base de alimento líquido y en ocasiones puede observar un ayuno sagrado (ayunar es diferente de morir de hambre) durante medio día o un día. Las enfermedades que se encuentran profundamente arraigadas en la mente, necesitan inevitablemente la ayuda de prácticas espirituales, de lecturas de libros sagrados, de una regulación de la comida y de la meditación además de la debida medicación.

LOS TRES TEJIDOS BASICOS

Los tejidos son generalmente considerados como algo derivado del cuerpo físico, pero hemos de tener bien presente que este proceso de diferenciación no es algo físico, sino algo mental, puesto que la mente pertenece a la Naturaleza.

Todo el comportamiento relativo a la producción y a la reproducción de las diversas constituciones pertenece a la mente de la Naturaleza y lo mismo sucede también con la formación de los tejidos. Los tres centros funcionales del cuerpo vital que llamamos Vata, Pitta y Kapha generan sus propios tejidos, que son básicamente tres y que se conocen por esos mismos nombres.

Vata genera el tejido peristáltico (muscular) o Vata, Pitta genera el tejido de combustión o Pitta, y Kapha genera el tejido mucoso llamado Kapha o Sleshma. Estos tres tejidos producen sus cualidades propias teniendo como base al plano etérico. Estos tejidos etéricos (no físicos) producen sus propias cualidades y asumen el trabajo de formación de las tres formas físicas que componen las células de los siete tejidos.

Estos tres tejidos básicos, junto con sus centros funcionales, se basan en las tres cualidades de la Naturaleza. El centro creador Kapha es el resultado de la cualidad de dinamismo o Rajas, el centro de combustión Pitta es el resultado de la cualidad de inercia o Tamas y el centro de pulsación Vata es el resultado de la cualidad de equilibrio o Sattva. Estas tres cualidades corresponden a los tres aspectos Cósmicos de Brahma, Siva y Vishnu, respectivamente.

Brahma	Siva	Vishnu
Creador	Destructor	Preservador
Rajas	Tamas	Sattva
Dinamismo	Inercia	Equilibrio
Kapha	Pitta	Vata

¿Cómo podemos llevar a cabo un estudio objetivo de los tres tejidos básicos para descubrir sus propiedades? Un estudio objetivo no es posible, sin embargo podemos averiguar sus propiedades a través de su conducta. Es imposible un estudio objetivo del mismo modo que es imposible hacer un estudio objetivo de la consciencia de uno mismo. Cuando la constitución está sana ninguno de los tres tejidos tiene existencia objetiva. Cuando todo está en perfecto estado, los tres tejidos existen en nosotros como las gotas de agua en el océano y sólo cuando hay un ola podemos darnos cuenta de que la ola de agua es diferente del océano.

Cuando la constitución está en equilibrio estos tejidos trabajan a tono con la unidad de la existencia. Estos tejidos son la causa que regula el calor y el frío de la constitución, así como las sensaciones de dolor y de placer de la mente. Ellos son los responsables de las funciones metabólicas y de toda la economía del organismo.

Cuando el feto crece en el vientre, ¿por qué empieza el corazón a latir?, o ¿por qué empieza la respiración después del nacimiento?, ¿por qué nada más nacer tenemos ya el instinto de comer? El responsable de todo esto es el equilibrio de los tres centros funcionales y el funcionamiento de los tres tejidos invisibles (no objetivos). Cuando se altera este equilibrio sentimos la presencia de uno de esos tres tejidos o de sus cambios.

Reflexionemos durante algún tiempo para comprender las siguientes características:

1. Si tenemos una sensación de sequedad en cualquier parte del cuerpo, se debe a que el tejido de Vata está alterado. Cuando el tejido peristáltico (muscular) está desequilibrado, las membranas tienen la

apariencia seca y lánguida. En un estado más avanzado la piel tiene un aspecto seco y arrugado. Un miembro entero, una parte del cuerpo o la mitad de él puede sufrir este cambio gradualmente. A veces toda la piel está seca y lánguida y el sudor se hace escaso o desaparece del todo. La sensación de frío es otra característica cuando se altera Vata. Se impide la circulación de los éteres más sutiles y ello tiene como resultado que la circulación sanguínea sea más lenta (la circulación sanguínea y la pulsación de los vasos sanguíneos se deben a la actividad del tejido Vata en el plano etérico). La fragilidad y la pérdida de estabilidad es otra fuerte indicación de la alteración de Vata. Toda parte afectada por una alteración de Vata se hace frágil. Eso quiere decir que la persona siente que esa parte es muy ligera y que no pesa lo suficiente para hacer que se quede quieta, sino por el contrario se mueve y vibra. Los movimientos sutiles voluntarios o involuntarios de tipo nervioso pertenecen a este defecto y producen temblor, espasmo y escalofrío. Los diversos problemas de nervios desembocan en conductas histéricas o epilépticas por una parte y en diferentes grados de parálisis por otra.

La superficie de las diferentes partes del cuerpo se hace áspera y pierde el brillo natural de la vida. Los ojos y las uñas pierden su resplandor, el cabello pierde su brillo y la piel se vuelve áspera. En ocasiones los dientes pierden su brillo y se recubren de un aspecto blanco opaco que cambiará pronto de color según sea su grado de descomposición. Con el paso del tiempo los rasgos de la persona se hacen cada vez más pronunciados y diversas partes del cuerpo saltan más a la vista dado que a la persona se le marcan más los huesos y las angularidades del cuerpo.

2. Cuando se altera el tejido de Pitta, la piel de la cara tiene la apariencia grasienta. La piel tiene un aspecto aceitoso y cuando se la aprieta podemos apreciar ese sudor grasiento. La sustancia aceitosa que se produce es demasiado volátil, desapareciendo con el tiempo frío y

volviendo a aparecer con el tiempo caliente. Todo el cuerpo o sólo una parte de él emite calor, la piel resulta caliente al tacto, el gusto se vuelve poco a poco ácido, la salivación es ácida y el cuerpo segrega más ácidos de los que son necesarios. Se nota con frecuencia un dolor punzante y un ardor en el estómago, en el conducto digestivo y en el esófago. Se producen con frecuencia náuseas, mal sabor de boca, sensación de vómito, aliento maloliente y eructos. Cualquier dolor, sensación de ardor o cualquier sufrimiento suele ser agudo y violento. La mayor parte del tiempo estas personas suelen irritarse o estar malhumoradas. (El paciente de Vata también suele estar malhumorado pero de una manera menos violenta y en menor grado).

3. Cuando se altera el tejido de Kapha ello produce una pesadez de las partes del cuerpo. A veces se siente tan pesado el cuerpo que la persona no tiene ganas de levantarse o de levantar un miembro determinado. Tiene sensación de frío en el cuerpo con una suave y delicada textura característica de la flojedad y de la falta de resistencia. Partes de su cuerpo suelen estar hinchadas, voluminosas y en ocasiones infladas con una superficie grasienta y brillante. Se producen hematoma y señales con facilidad. Los ojos están con frecuencia hinchados sobre todo al despertarse por la mañana. La saliva es dulzona, pegajosa y a veces formando hilos. En casos avanzados como la vejez la saliva es muy dura y correosa y es muy difícil de quitar. Ciertos organismos producen una excesiva producción de flema y es muy frecuente el catarro nasal, de la garganta, de los ojos y de los oídos. La persona de este tipo aunque sea delgada al principio se vuelve muy pronto pálida y gorda cuando se altera el tejido de kapha. Todos los rasgos angulares se redondean y la persona se hace cada vez más estática y pasiva de mente y de sentidos.

Sin embargo es muy raro encontrar que sólo uno de los tres tejidos se altere y por ello no podemos encontrar un caso típico en el que se altere un solo tejido. Por lo general se produce una alteración

simultánea de los tres tejidos y una manifestación simultánea de las tres condiciones patógenas de diversas combinaciones. No se puede alterar un sólo ángulo del triángulo equilátero. Los rasgos más sobresalientes nos dan la clave para entender al tejido que con más frecuencia se suele alterar de los tres, mientras que los demás síntomas y detalles de comportamiento nos dan las permutaciones y las combinaciones. La alteración de un tejido establece acciones en cadena en los otros dos tejidos y estas acciones en cadena siguen produciendo molestias menores y más sutiles.

El estudio de la constitución a la luz de la alteración de estos tres tejidos básicos es uno de los méritos más esenciales de un médico auténtico.

Los síntomas y los estados patógenos que indican una alteración de los tres tejidos básicos pueden recibir temporalmente un antídoto al aplicarse medicamentos alopáticos. En los casos que no se mejora la situación con dar un antídoto, usar tratamiento alopático no sólo es inútil sino además no es recomendable.

LOS SIETE TEJIDOS

Igual que los siete planos de existencia proceden de las tres divinidades de la Creación, tenemos la correspondencia de los siete tejidos de la constitución humana que son producidos también por los tres tejidos básicos. Los antiguos científicos descubrieron la actuación del principio septenario en todas las cosas, incluido el organismo biológico. Los siete tejidos se producen primero en el plano etérico en forma de un hermoso diseño como el arco iris. En este plano es en el que podemos percibir los siete colores y las siete notas musicales. El espacio es uno de los especímenes originales de la Naturaleza que contiene la unidad de sonido y de color como sustancia de base. Esta base forma el canal de la articulación de los átomos en los sistemas solares. Entre estos átomos y los sistemas solares se encuentran los planetas y las constituciones de los seres que están evolucionando elaborados en forma de los siete tejidos. Estos siete tejidos del plano etérico congregan minerales, agua y aire entorno de ellos y luego sintetizan estos elementos en los tejidos físicos. Los siete tejidos son: el plasma (Rasa), la sangre (Rakta), la carne (Mamsa), la grasa (Meda), los huesos (Ashti), la médula (Majja) y el semen (Sukra).

El tejido del plasma regula la organización del agua en el cuerpo y actúa como suero. La sangre rige la organización de la alquimia sanguínea. La carne es la causa de las fibras musculares y de los ligamentos. La grasa produce las células del cerebro y construye la puerta entre los vehículos físico y mental. El tejido óseo es la causa del contenido de los huesos, las uñas y los dientes. La médula es la causa de los tejidos internos que elaboran los tejidos más duros. El semen representa el tejido reproductor tanto en el hombre como en la mujer. Estos siete tejidos no son sustancias sino que constituyen las energías que llevan a cabo la organización de la constitución.

Al sentido del gusto como indicación de valor curativo se le da cierta importancia en el Ayurveda. La constitución humana está formada por los cinco estados de la sustancia que hay en la Naturaleza, que son el estado sólido, el líquido, el aire, el fuego y el éter. Estos cinco estados de la sustancia forman la escalera del despertar a la consciencia.

La mente, cuando entra en contacto con los sólidos y los líquidos (los minerales y el agua), forma el primer peldaño de la escalera. Es el doble mediador del gusto. El agua le sirve a la mente como primer mediador del gusto y la tierra le sirve como mediador secundario. Los tres estados restantes (aire, fuego y éter) se constituyen según diversas proporciones para producir los diferentes gustos que forman los peldaños superiores de la escalera.

Los antiguos científicos y filósofos describieron seis modulaciones diferentes del sentido del gusto, que son:

dulce, agrio, salado, picante, amargo y astringente.

Un intrincado estudio de las relaciones que hay entre la mente y la materia les hizo tabular los siguientes resultados:

A) Las sustancias dulces, agrias y saladas tienen la capacidad de rectificar las alteraciones de Vata.

B) Las sustancias dulces, astringentes y amargas tienen la capacidad de rectificar las alteraciones de Pitta.

C) Las sustancias astringentes, amargas y picantes tienen la capacidad de rectificar las alteraciones de Kapha.

Esto sirve de indicación general, ya que hay excepciones si se tienen en cuenta las excelencias de ciertas sustancias medicinales. El acercamiento mediante el gusto es sólo una de las cinco claves de la mente, y uno no ha de depender de ella por completo. Hay sustancias poco comunes como el Amalaki (*Emblica Officinalis*) que está formada por una mezcla de gustos diferentes y que es conocida como remedio que cura las alteraciones de los tres tejidos básicos y de sus combinaciones.

CLASIFICACION DE LOS MEDICAMENTOS

1. Hay tres clases de medicamentos:

- a) Los que rectifican los defectos de los tejidos.
- b) Los que mejoran y rellenan los tres tejidos.
- c) Los que contribuyen a mantener la salud en ausencia de la enfermedad.

Hay algunas sustancias como el Amalaki (*Emblica Officinalis*), así como diversos tipos de miel, que son capaces de llevar a cabo estas tres funciones.

2. Las sustancias medicinales pueden ser a su vez de tres tipos:

- a) Sustancias animales
- b) Sustancias vegetales
- c) Sustancias minerales

a) Se consideran como sustancias animales la leche, y los productos lácteos, diversos tipos de miel, y varias partes de los animales como la bilis, la grasa, los músculos, la médula, la sangre, la carne, los excrementos, la orina, la piel, el semen, los huesos, los ligamentos, los cuernos, las uñas y el pelo.

b) Las sustancias vegetales se clasifican en cuatro grupos:

1) Vanaspati o grupo de árboles que dan fruto pero no tiene flor, como por ejemplo, el *Ficus Bengalensis* y la higuera.

2) Vanaspatya o grupo de árboles cuyas flores se convierten en frutos.

3) Oshadis o grupo de plantas que mueren una vez que han dado los frutos. A este grupo pertenecen todos los cereales anuales y bianuales que dan granos comestibles, así como los plátanos.

4) Virudh o grupo de plantas que se extienden por el suelo con sus ramas. Las raíces, los jugos, las secreciones, la corteza, la fibra, las hojas tiernas de látex, los alcaloides, las frutas, las flores, las cenizas, los aceites, las espinas, las hojas maduras, las raíces adventicias, los rizomas, las yemas y los varios extractos líquidos de las diferentes plantas se usan como medicina.

c) Los minerales que se usan generalmente como medicina son los cinco metales como el cobre, el estaño, el hierro, la plata y el oro, así como sus aleaciones y derivados; el calcio, los silicatos, los compuestos de arsénico, las piedras preciosas, la sal y la tiza.

Es de notar la ausencia de mercurio en esta lista, pero los antiguos sistemas de tratamiento ayurvédicos no aconsejan el uso del mercurio. Por lo tanto el uso del mercurio es evidentemente una terapia postbuddhista que tomó importancia con el gran científico Nagarjuna que vivió en el siglo I de nuestra era. La palabra Rasa es sinónimo de mercurio desde la época de Nagarjuna. Antes de ese tiempo la palabra Rasa se usaba en los textos ayurvédicos para referirse al tejido acuoso de la constitución humana. La regeneración de los siete tejidos se llama Rasayana y la misma palabra Rasayana se usa en los libros médicos postbuddhistas refiriéndose al tratamiento mediante compuestos de mercurio.

El antiguo científico Punarvasu dio 16 raíces, 19 frutas, 4 grasas, 5 sales, la orina de 8 animales, la leche de 8 animales, y 6 plantas usadas como vomitivos y eliminadores, como temario de su Materia Médica.

DIETETICA

1. Uno ha de saber la cantidad de alimento que puede comer y asimilar. Eso depende del poder de digerir que tenga. Se trata de la cantidad adecuada que se digiere en el tiempo apropiado y que es incluida en el metabolismo en el período más corto de tiempo sin que perturbe el equilibrio de los tres tejidos básicos.

Una vez alterados los tres tejidos básicos se vuelven contra la constitución y se convierten en agentes que producen la enfermedad. El Yajurveda dice: "Los señores de la vibración, llamados Rudras, dan vueltas por la Tierra en forma de devas de los diversos vehículos y usan la comida y la bebida como armas que arrojan a nosotros en caso de mala conducta".

2. Se ha de sustituir considerablemente la cantidad de alimento por su cualidad. Cuando los alimentos son muy nutritivos y pesados al mismo tiempo se ha de reducir la cantidad. Cuando se trata de alimentos ligeros como los copos de cereales (que son preferibles si la constitución sufre una alteración de Kapha), entonces se puede aumentar la cantidad. Los diversos tipos de arroz, soja, y otros cereales, raíces y carne se han de tomar en pequeñas cantidades.

3. Los alimentos ligeros que estimulan el apetito tienen las propiedades de Vayu y Agni (pulsación y fuego), y nunca hacen daño a nadie sea bajo la condición que sea. En esta categoría entran las palomitas de arroz y de trigo, los dátiles secos, las uvas, las uvas pasas, los cereales empapados en agua, las hortalizas de hoja verde y los diversos zumos de fruta. No es peligroso si tales alimentos se consumen en cantidad considerable hasta que uno se sacie. De todas maneras siempre es mejor dejar de comer antes de que uno se sienta saciado.

4. Los alimentos pesados como la leche y sus derivados, la carne, los huevos, los tubérculos, los dulces, los frutos secos tienen cualidades de tierra y de agua y por naturaleza quitan el apetito, puesto que nos sacian fácilmente. Es extremadamente peligroso consumir tales alimentos en exceso.

La única excepción es la persona cuyo apetito aumenta progresivamente debido a un continuo ejercicio físico y a su facilidad de digestión, pero incluso en esos casos comer en exceso hace que se vaya estropeando el estómago a medida que van pasando los años. Siempre que la comida o la cena estén compuestas por alimentos pesados, hemos de comer sólo tres cuartas partes o la mitad de nuestra capacidad normal. Tampoco conviene acostumbrarse a comer a estómago lleno aunque se trate de alimentos ligeros.

5. Uno no ha de llenar su estómago hasta que se hinche después de una comida o una cena. El comer no ha de impedir dormir, pasear, hablar, reír ni toser. Sin embargo uno ha de satisfacer el hambre y la sed.

6. Uno puede comer de una a cuatro veces al día, pero no se ha de comer ni beber entre las horas de comidas. Es muy perjudicial comer poco después de haber terminado una comida y es sumamente perjudicial para la salud comer arroz, copos de cereales hervidos o preparaciones hechas a base de harina de cereales al poco tiempo de haber terminado una comida. Incluso aunque uno tenga hambre, comidas tan nutritivas han de ser consumidas con un alto grado de la proporción.

7. La mejor manera de disfrutar de la comida hasta muy entrado en años es terminar siempre de comer teniendo un poquito de hambre al levantarnos de la mesa.

8. Alimentos pesados como los que se enumeran a continuación, han de ser consumidos sólo ocasionalmente pero nunca regularmente. Estos alimentos son: carne seca, legumbres secas, adobos y conservas, y preparaciones hechas a base de mantequilla, leche y queso hervidos. No comer regular ni frecuentemente carne de cerdo, de ternera, de caballo, pescado, soja negra, o cacahuets. Nunca tomar yogur, mantequilla o nata por la noche.

Selecciona los alimentos que te ayudan a mantener bien tu salud e inclúyelos, haciendo que sean alimentos regulares de tu dieta. El mejor alimento para la alimentación diaria es el arroz semiintegral, cosechado 60 días después de su germinación. La soja, la sal de roca y el amalaki (*Emblica Officinalis*) se han de usar todo los días. El ghee o mantequilla clarificada ha de ser un alimento de uso regular. El uso regular de alimentos como la miel, la leche de vaca, la leche de cabra, el amalaki, el limón y las hortalizas de hoja verde nos dan salud y nos previenen de los ataques de las enfermedades.

9. Toda persona de buen lustre, que tenga una actitud positiva y que conserve su fuerza natural hasta una edad muy avanzada nos dirá infaliblemente que es regular, metódico y científico respecto a su dieta. Hemos de comer para mantener nuestro organismo, disfrutando al mismo tiempo del gusto dentro de los límites necesarios.

MANTENER UN RITMO

Los antiguos científicos ayurvédicos recomendaban a los que deseen tener un período de vida largo y saludable el valor que tiene la práctica del ritmo de vida siguiente:

1. Acostumbrarse a levantarse de la cama una hora antes del amanecer. Durante unos minutos planear el quehacer diario, para ver cuáles son nuestros deberes y responsabilidades del día. Luego, durante unos minutos, intentar comprender cuál es el estado de nuestra salud física y mental, y si encontramos algún punto débil intentemos determinar su causa para eliminarla. Después recitar una o dos líneas de un libro sagrado y reflexionar sobre su significado.

2. Aplicar aceite de sésamo al cuerpo, incluyendo la cabeza, las orejas, las palmas de las manos y las plantas de los pies. Hacer ejercicio físico moderado, como pueden ser unas pocas asanas de yoga seleccionadas de acuerdo a nuestra constitución. Después, lavarse los dientes. Los antiguos científicos ayurvédicos aconsejaban limpiarse los dientes con un palito recién cortado de uno de los siguientes árboles: el Nim (*Azadirachta Indica*), el *Ficus Bengalensis*, el *Pongamia Pinnata*, el *Calotropis* o la raíz del *Archyranthis Aspera* y después limpiarse la lengua con un limpiador de oro, de plata o de cobre. (Estas costumbres siguen aún vigentes en la India).

3. Ducharse o bañarse antes del amanecer, invocar a los devas del agua, del fuego y de la electricidad, pronunciando las estancias prescritas mientras uno se lava el cuerpo. Es mejor bañarse en agua corriente o si no en un lago o en un estanque limpio. Es saludable para la piel y para la constitución el empleo de polvos o jabón con propiedades medicinales.

4. Cambiarse de ropa después del baño. Inmediatamente después sentarse cómodamente y marcar el punto entre las cejas para meditar en el centro del Entrecejo. Nuestros deberes para con el reino de los devas (la meditación) ha de haber terminado al cabo de una hora después del amanecer.

5. Tener bien cortados el cabello, el bigote, la barba y las uñas (es mejor sin embargo no tener barba ni bigote).

6. No ir a la ciudad sin llevar zapatos, sin cubrirse la cabeza y sin un bastón en la mano.

7. Sonreír a los más jóvenes cuando nos saludan, deseándoles lo mejor. Saludar a los mayores y a los doctos inclinando la cabeza. Esto hace que las formas de pensamiento actúen en una dirección positiva para mejorar la salud, para aprender, para gozar de buena fama y mejorar la fuerza moral de ambos. Siempre es mejor sonreír antes de que la otra persona sonría.

8. Al comer y al beber hemos de tener una mente agradable y bien dispuesta. No conviene comer si la mente está mal dispuesta. El humor positivo hace que los alimentos se carguen de fuerza y de brillo. Si comemos estando de mal humor, esa comida nos producirá vibraciones de enfermedad.

9. Detenernos unos segundos y venerar inclinando la cabeza cada vez que veamos un templo o pasemos por un lugar sagrado.

10. Es tan desaconsejable como peligroso contener las ganas de orinar, de hacer de vientre, los flatos, los vómitos, el estornudo, los eructos, los bostezos, el hambre, la sed, las lágrimas, las ganas de dormir, de toser y la respiración rápida después de un esfuerzo excesivo.

Ignorante es aquel que se preocupa más por la etiqueta que por el bienestar. Al mismo tiempo uno ha de procurar no hacer estas cosas estando en presencia de los demás.

11. a) La retención de la orina produce dolor y malestar, y si se hace por sistema, nos lleva a la parálisis de los riñones o de los órganos urinarios. Tal condición, si no está en estado avanzado, se puede curar tomando un baño, dándose un masaje y poniéndose un enema después de haberse puesto unas gotas de mantequilla clarificada (ghee) en la nariz.

b) La supresión del impulso sexual produce dolor en los órganos genitales, en los testículos y en el corazón, causando molestias cardíacas.

c) La supresión de los flatos produce el bloqueo de la orina y de las deposiciones al llegar a la vejez. También produce dolor constante y dilatación del abdomen además de agotamiento.

d) La supresión de los vómitos produce la urticaria y manchas negras en la cara, edema, anemia, fiebre, enfermedad de la piel, náusea y erisipela.

e) La supresión del estornudo produce dolor de cabeza, hemicrania, parálisis facial y debilidad de los órganos de los sentidos.

f) La supresión del eructo causa hipo, dispepsia, el mal funcionamiento del corazón y de los pulmones.

g) La supresión del bostezo puede causar curvaturas, convulsión, contracción, entumecimiento, tartamudeo y temblor en el cuerpo.

h) La supresión del estornudo y del bostezo puede causar la muerte instantánea.

i) La supresión del hambre causa la demacración, debilidad, cambio de color de tez, vértigo y mareo y conducen a los síncope cardíacos.

j) La supresión de la sed produce sequedad de la garganta

y la boca, sordera, agotamiento, debilidad, y dolor de corazón.

k) La supresión de las lágrimas nos lleva a una enfermedad ocular, al mareo o a una enfermedad cardíaca.

l) La supresión del impulso de dormir causa somnolencia, bostezos y enfermedades oculares.

ll) La supresión de la respiración rápida después de un esfuerzo puede producir como consecuencia síncope, enfermedades cardíacas o tumores fantasmas.

12. El impulso de hablar, pensar o actuar emocionalmente ha de ser siempre controlado pero no suprimido. Sólo es posible controlarlo si ponemos la mente en algo cuyo motivo es más noble. Uno ha de dar salida a todos los reflejos físicos, pero nunca has de dar salida a los reflejos mentales y emocionales cuando la motivación sea desagradable o mala.

13. No animar a la mente cuando tenga impulsos de codicia, aflicción, miedo, enfado, vanidad, brutalidad, falta de vergüenza, celos, envidia, malicia y demasiado apego. Enseñémosla a no vivir en ellos.

14. Se ha de hacer un constante esfuerzo por controlar la costumbre de presumir de lo que no se es, de la murmuración, de hacer comentarios acerca de los demás en su ausencia y de usar palabras duras. Impulsos que producen daño a otros como el adulterio, el hurto o la violencia han de ser controlados haciendo un esfuerzo constante para educar a la mente.

15. La mente virtuosa que se ha liberado de todas las características negativas es la morada del feliz Ser Interior que disfruta de salud y larga vida. Semejante persona puede hacer que su luz brille para iluminar al triángulo formado por el deber, el logro y la plenitud.

LA FINALIDAD DEL AYURVEDA

Según el Ayurveda todo individuo está llamado a formar su mente en la dirección positiva contra los motivos dañinos. Según la homeopatía la actitud negativa de la mente, entendida como una totalidad, es en sí misma una manifestación de la enfermedad que puede ser rectificadas médicamente. Según el Ayurveda también estos rasgos pueden ser médicamente rectificadas, pero hay una diferencia radical entre la homeopatía y el Ayurveda en lo que se refiere a su finalidad misma. La finalidad de la homeopatía es una cura radical del paciente, mientras que la finalidad del Ayurveda es vivir una saludable y larga vida sin necesidad de tener que curarse de ninguna enfermedad. Una vez que la enfermedad está curada, la mente y el cuerpo están perfectos según la homeopatía, pero no se ha prescrito ningún proceso que mantenga intacta la salud sin ser afectada de nuevo por la enfermedad. El origen de la enfermedad es, también según la homeopatía, el primer defecto que se observa en la disposición mental. Por eso hemos de utilizar positivamente la naturaleza de formar costumbres como método para prevenir todas las enfermedades. A ese proceso científico de prevención es a lo que llamamos Ayurveda.

EL EJERCICIO FISICO

1. Los movimientos físicos dirigen las corrientes etéricas y las distribuyen por igual. Cuando esos movimientos físicos se hacen de una manera sistemática colaboran a aumentar la estabilidad y la fuerza del cuerpo, y entonces eso es lo que se llama ejercicio físico. Aprendamos a distinguir entre esfuerzo excesivo y ejercicio.

2. La ligereza del cuerpo, la capacidad de trabajar, la resistencia ante la incomodidad, la eliminación de las sustancias tóxicas y la estabilización de los tejidos son los auténticos indicadores del ejercicio físico propiamente dicho. Las características digestivas, respiratorias y cardíacas se hacen más fuertes al cabo de varios años de ejercicio.

3. Con la ayuda de un experto tenemos que elegir los ejercicios físicos que más nos convengan según nuestra constitución, haciéndolos con ganas y con regularidad. Dejemos que nuestro ejercicio físico forme parte de nuestro quehacer espiritual.

4. Sudar, la sensación de ligereza del cuerpo y el vigoroso funcionamiento del corazón y de los pulmones indica que nuestro ejercicio físico se lleva a cabo de la manera apropiada.

5. Si sentimos sobreesfuerzo o agotamiento, debilidad, sed, perder sangre, tos, fiebre, respiración fatigada o sensación de vómito hemos de comprender que nuestro ejercicio físico va por un camino peligroso.

6. No hagamos ejercicio físico mientras reímos, tosemos, hablamos, o caminamos. No llevemos a cabo ejercicios físicos cuando tenemos que despertarnos tarde por las noches, o si hemos tenido excesiva

actividad sexual. Eso puede traer consecuencias fatales, como la muerte repentina debido a una insuficiencia cardíaca.

7. Las personas que se demacran rápidamente, que sean propensas a tener tos y fiebre no han de practicar ejercicios físicos. Tampoco tienen por qué hacer ejercicios físicos aquellos que en su vida profesional tienen que levantar constantemente pesos o aquellos que suelen caminar grandes distancias. Aquellos que hayan sufrido un impacto debido al enfado, a la aflicción, al miedo o al agotamiento, tienen que dejar de hacer ejercicio físico hasta que las cosas vuelvan a la normalidad. Los niños y los ancianos han de ser dirigidos inteligentemente. Los ancianos que sean nerviosos, sensitivos o demasiado habladores deben abstenerse por completo de hacer ejercicio físico.

8. Nunca hagamos ejercicio físico si tenemos hambre o sed.

BUENA CONDUCTA

(Diversas partes de este capítulo se exponen de manera resumida con el objeto de que los conceptos sean más comprensibles y estos principios puedan ser aplicados a las condiciones de vida de Occidente.)

La buena conducta necesita del control de uno mismo; necesita una mente que controle, la cual nos da inevitablemente la salud y la longevidad. Quien siga los principios de la buena conducta podrá vivir una vida saludable durante cien años. Las alteraciones psíquicas y psicosomáticas sólo se pueden curar viviendo adecuadamente y teniendo una buena conducta. Intentemos poner en práctica tantos de los siguientes principios como nos sea posible:

1. No sentir pereza en aplicar los sentidos, la mente y el intelecto siempre que nos encontremos ante una situación que requiera nuestra decisión. Tengamos un ideal noble que dirija toda la actividad de nuestra vida.

2. Creamos en la presencia del reino de los Devas y tengamos una actitud de reverencia hacia los diversos Devas. De la misma manera hemos de sentir reverencia por los Maestros, por los sabios, por las vacas, y por quienes viven una vida espiritual. Honremos a los maestros y a la gente mayor. Llevemos siempre con nosotros buenas hierbas. Llevemos a cabo regularmente nuestro quehacer diario que incluye la meditación. Lavemos y aseemos nuestro cuerpo regularmente, poniéndonos ropa limpia y teniendo buen humor. Llevemos a cabo el ritual del fuego y la meditación.

3. Ayudar a la gente que está en problemas y dar una parte de nuestro dinero, por pequeña que sea, para buenos fines.

4. Prestar atención al invisible tráfico de Devas en los cruces de caminos. Poner algo de comida a modo de ofrenda a los insectos, a las hormigas, a las aves, delante o detrás de nuestra casa, para satisfacer a los seres invisibles a través de ellos.

5. Decir una palabra a tiempo en beneficio de los demás. Que lo que digamos sea agradable a los demás y no hiera a nadie. Hagámoslo con cuidado pero sin miedo. Tengamos humildad pero estemos alerta y seamos decididos. Seamos entusiastas y tengamos esperanza en todo lo que intentemos. Sobrellevemos las cosas y seamos virtuosos. Tengamos fe en Dios y pongamos de manifiesto buenas maneras y conducta.

6. Evitar pasar el tiempo en lugares sucios y alrededores impuros donde haya desperdicios, como carnicerías y mataderos. No pasar el tiempo visitando casas de juego o consumiendo sustancias tóxicas.

7. Tener una actitud amistosa para con las plantas, los animales y los seres humanos. Convertir a los enemigos en amigos, consolar a los atribulados, ser misericordiosos con los pobres y ser sinceros en nuestra actitud. Ser tolerantes y pasar por alto observaciones y conductas inoportunas contra nosotros. Arrancar de raíz nuestras preferencias y aversiones, eliminando la intolerancia de nuestra manera de ser. Robar, mentir y prostituirse producen gran tensión que se refleja pronto en la salud. No hacer caso del odio o de cualquier otro tipo de actividad negativa.

8. No hablar de los defectos ajenos, y lo que es peor aún: de los secretos ajenos. Evitar la compañía de personas negativas e insanas, muy críticas y que siempre ven los defectos ajenos.

9. No viajar con medios de transporte peligrosos. No sentarse en asientos duros que sean más bajos que la altura de la rodilla. Uno no debe permanecer sentado mucho tiempo en posiciones en que las rodillas estén más altas que las caderas.

10. No sentarse ni estar de pie en posturas irregulares. No mirar al sol ni a los planetas sin protegerse los ojos. No pisar la sombra de

árboles sagrados, de banderas, de los maestros y otras personas respetables, ni de personas temidas.

11. Usar sólo un número de palabras reducida con los que hablan demasiado. Tener una actitud pasiva con las personas que tengan motivos perjudiciales. Llevar a cabo actividades de relación con personas que sean positivas.

12. No hemos de aceptar hacer nada que sea perjudicial o que cause estupor a nadie, ni porque nos lo aconsejen, ni por obligación, ni por equivocación. No cometer actos de excesivo coraje y riesgo. Han de evitarse las situaciones en que sea preciso estar despiertos por la noche o dormir durante el día.

13. No llevar ropa que apriete ni con la que estemos incómodos.

14. Pedir permiso a los mayores o a personas de respeto antes de emprender un viaje. Si eso no fuera posible toquemos unas flores o el altarcito de nuestra casa.

15. Es aconsejable llevar un anillo con una piedra preciosa en la mano derecha, así como comer directamente con la mano derecha. No comer sin haberse lavado antes, sin recitar algún mantram y sin ofrecer de comer a invitados y a dependientes. No es aconsejable comer mirando al norte. No comer con la mente perturbada. No comer yogur por la noche. No comer alimentos que haya que rasgar directamente con los dientes.

16. No hablar mal de personas honradas ni de los maestros. No hacer ninguna actividad intelectual durante la luna nueva ni durante los eclipses solares o lunares. Es aconsejable que sea un maestro el que nos inicie a un tema nuevo de estudio. Que nuestra pronunciación sea clara, nuestra manera de leer respetuosa y nuestra voz normal.

17. No desviarse del código de conducta generalmente aceptado. Seamos respetuosos con hombres, plantas y animales.

18. No perder la paciencia con nadie. No ser desconfiado ni excesivamente confiado con nadie. No olvidar las necesidades de quienes nos sirven. No disfrutar solo de las cosas. Que nuestra conducta, modales y forma de ser no le resulten incómodos a nadie. No desconfiar de nadie, pero tampoco dejemos nuestras responsabilidades en manos de nadie. No criticar ni agobiarse. No aplazar nuestro trabajo. No empezar a hacer un trabajo sin entenderlo. No ser esclavos de los sentidos ni inconstantes, ni sobrecarguemos el intelecto o los sentidos. No llevar nada a los extremos. No decidir ni hacer una cosa en un impulso de ira o de excesiva alegría. No vivir apenado por mucho tiempo. No pensar demasiado en nuestros logros o en nuestros fracasos. Recordemos nuestras capacidades e incapacidades así como nuestra manera de ser. Sólo las buenas intenciones no sirven de gran ayuda; es la acción correcta lo que nos sirve de ayuda. Tengamos la capacidad para comprender que nuestra conducta pasada es la causa de lo bueno y lo malo que nos sucede ahora y comprendamos que nuestro comportamiento presente ha de ser de tal manera que enmiende nuestras acciones pasadas. No confiemos demasiado en nuestro propio ingenio y habilidad; confiemos mejor en el procedimiento o manera de obrar que hemos adoptado. Bajo ninguna circunstancia hemos de perder el ánimo, recordando que toda situación nos la hemos creado nosotros mismos y recordando también que toda situación tiene una solución. Sigamos el procedimiento de la autopurificación siempre que consideremos que somos impuros mentalmente.

19. Observar el celibato antes de casarse y la monogamia después del matrimonio.

20. Nunca nos hemos de cansar del conocimiento, del estudio, del amor al prójimo, de la amistad, de la compasión, de la felicidad, de la alegría, del desapego y de la paz.

UNA INVESTIGACION CIENTIFICA ACERCA DE LAS CAUSAS DE LA ENFERMEDAD Y LA SALUD

Es generalmente sabido que la causa de la salud es el equilibrio de los tejidos básicos y que toda perturbación de este equilibrio es lo que produce la enfermedad. Pero se pregunta por qué hay enfermedades aún cuando el comportamiento respecto a la comida, la bebida, el trabajo, el sueño y el sexo es lo suficientemente natural para mantener este equilibrio. A veces, personas que son muy regulares en sus costumbres se ponen también enfermas, y en ocasiones pasan por enfermedades largas y profundas. En este caso el factor hereditario desempeña un papel importante. Si todo tiene significado y tiene su trascendencia en la Naturaleza, ¿por qué ha de sufrir de enfermedades hereditarias la gente inocente que lleva una vida regular y pura?. ¿Acaso es como castigo por el mero hecho de haber nacido como hijos de tales padres?. La Ley del Karma lo explica diciendo que debido al karma negativo del pasado, cada alma se siente atraída hacia padres que están preparados para ello. La idoneidad es lo que decide la selección de los padres y la herencia. Teniendo como fondo este conocimiento es de esperar que el médico comprenda la amplitud de la enfermedad y el campo de aplicación de la cura en cada caso. En casos incurables, se puede esperar repetidamente una gran mejora mediante una constante y sistemática eliminación de los productos de la enfermedad en los planos físico, eterico y mental, aunque a pesar de ello el paciente se muera a causa de esa enfermedad.

Hay causas claras acerca del nacimiento de un individuo determinado, pero no parece haber causas instrumentales claras para determinar su muerte. Este asunto ha sido muy discutido por los sabios y han tomado nota de sus conclusiones. El padre, la madre y el proceso natural de fecundación son las causas instrumentales claras del

nacimiento. Después del nacimiento, si todo es natural, se produce el equilibrio de los tejidos, que quiere decir salud. El karma pasado es la causa de las tendencias innatas que alteran el equilibrio de los tejidos. Esas tendencias son las causas que corren subyacentes de la enfermedad y que producen la tendencia a comportarnos correcta o incorrectamente. El comportamiento incorrecto es la causa inmediata de la enfermedad. La rectificación de los efectos del comportamiento incorrecto es el proceso más adecuado si bien menos eficiente para curar las enfermedades. El método más eficiente es abordar las tendencias del comportamiento incorrecto, lo cual es bastante eficiente pero es el proceso más difícil de cura. Llegados a este punto el doctor Hahnemann padre de la homeopatía, sostiene que la tendencia al comportamiento incorrecto es en sí misma la verdadera enfermedad, la cual puede ser curada. Una y otra vez se ha demostrado que se podían curar. A pesar de eso hay casos que no se pueden curar. Entonces también la pregunta del porqué la primera desobediencia del hombre a la Ley se queda sin respuesta. Una vez más el doctor Hahnemann vuelve a opinar que la primera causa de una enfermedad es el comportamiento incorrecto. En esto hay una laguna de entendimiento humano.

Existe siempre la ley de que "mantener el equilibrio es tener salud"; entonces, ¿por qué la gente se tiene que hacer mayor y más débil, y por qué tiene que morir?. Casi todo el mundo muere de alguna enfermedad al final de su vida, esto es cierto aun en el caso en el que se mantenga el equilibrio constantemente mediante una buena conducta y la regularidad. La Ley de la Salud y de la Enfermedad ha de ser entendida, por consiguiente una vez más en un trasfondo más amplio. Aceptemos como punto de verificación que los estadios y las edades de la vida son cosas más verdaderas y más naturales que la Ley del Equilibrio. La ley de mantener la salud es verdadera sólo si nos colocamos en el trasfondo de las verdades superiores de las diferentes edades. Se ha de comprender que la vejez y perder el cuerpo son fenómenos naturales.

La causa del nacimiento es la fecundación, cuya causa son los padres. ¿Cuáles son las causas de la vejez y de la muerte? En eso caso no hay causas instrumentales como en el caso del nacimiento. Por consiguiente estas cosas tienen que ser entendidas una vez más a la luz de otra verdad de fondo, que es la Ley del Cambio. Todo lo que existe está bajo la influencia del cambio constante. La mente entiende que una cadena de sucesiones es algo continuo, y nuestra vida no es una excepción. La causa de fondo que actúa como factor de cambio en todo es lo que nosotros percibimos en forma de tiempo. Se trata del aspecto real del tiempo que nos defrauda haciendo que la mente mida el tiempo como una sucesión de acontecimientos. La mente siempre considera que el centro es la circunferencia. El tiempo es la causa del cambio, mientras que el cambio que se produce sirve sólo para entender el intervalo existente entre dos incidentes como tiempo. La verdad última producida por el cambio es que todo lo que aparece tiene que retraerse para desaparecer. Esto demuestra que es natural que los seres que nacen se pongan enfermos y mueran. Entonces, ¿para qué sirven los medicamentos? ¿Tiene alguna razón de ser el médico? Sí, el sentido auténtico de la medicina no es el de prolongar la vida ni el de prevenir la vejez, sino que es sólo el de mantener el equilibrio de los tejidos y mantener la salud tanto tiempo como la Ley del Cambio lo permita. Es como recomendar un programa sistemático a un pasajero durante su viaje. El viaje es inevitable pero el programa hace que ésta sea confortable y sistemático. Produciendo el equilibrio de los tejidos el médico proporciona felicidad física y hace posible la longevidad. El médico verdadero es aquel que da virtudes, buenas costumbres, buenos deseos y salud en el plano físico y en los planos más sutiles. Un médico cualificado es el que conoce bien los principios del tratamiento. Tiene que ser sabio, estar alerta, y ser rápido en la acción. Tiene que estar bien versado en los clásicos y en las diversas ciencias como la astrología, la quiromancia, la fisiología, la anatomía y en las diversas leyes naturales como la Ley de Analogía o

Correspondencias, la Ley de Pulsación, la Ley de Cambio y la Ley de Alternancia. Ha de tener coraje, ser entusiasta y alentar e inspirar a los demás. Ha de ser de naturaleza amable, puro de carácter, libre de motivos egoístas y desprovisto de actitud comercial. Tiene que ser capaz de dar órdenes al paciente así como a sus ayudantes y al mismo tiempo inspirarles. Ha de conocer a fondo la Materia Médica de cada sustancia. Ha de ser lo suficientemente ingenioso para hacer nuevas combinaciones de las sustancias medicinales y ha de tener una mente creativa dotada de consistencia y de continuidad. Ha de ser una persona instintivamente interesada en tomar responsabilidades y dar su presencia cuando la situación lo requiere. Ha de tener, por encima de todo, un corazón de padre.

DESEOS RECOMENDABLES

Los deseos suelen ser no recomendables por lo general, pues le llevan al hombre a la miseria. Sin embargo hay tres deseos que ha de desear por el bien y la prosperidad suya y de los demás. Estos deseos son:—El deseo de vivir. Este deseo es esencialmente positivo. Se puede conocer la condición básica de salud que se tiene según cómo sea de positivo y de activo nuestro deseo de vivir. Si nuestro deseo de vivir es pasivo, negativo o destructivo, quiere decir que nuestra salud es mala. —El deseo de abundancia. La abundancia es el portal hacia todas las buenas obras y para prestar servicio a los demás. —El deseo de vivir una vida liberada. Eso implica que tenemos que conocer nuestras limitaciones, puntos débiles y defectos y hemos de practicar el vivir por encima de ellos. Una vida pura y saludable sin deber nada a nadie, es la única satisfacción que puede tener el ser humano.

De entre estos tres deseos recomendables, el deseo de vivir ha de ser predominante para poder conseguir los otros dos. El deseo de tener una vida larga y saludable es algo positivo y digno de respeto de por sí. Todos deseamos eso de corazón, pero nuestra objeción por aceptarlo abiertamente nos está indicando la enfermedad que nos hace sufrir. Uno tiene que configurar su ritmo de vida diario de tal manera que éste nos lleve a una sana longevidad. La ciencia relativa a ese ritmo de vida es el Ayurveda, la Ciencia de la Vida. Aquel que sigue el sendero está cualificado para desear riqueza o abundancia para hacer buenas obras, y para conseguirla puede dedicarse a la agricultura, a la ganadería, a los negocios, al servicio del estado o a cualquier otra actividad que vaya de acuerdo con la forma de ser de uno, que sea útil a los demás y que no vaya en contra de los principios de la buena conducta. Si uno lo hace así, podrá vivir una larga vida sin sufrir ninguna pérdida de dignidad.

Después sigue el deseo de experimentar la felicidad en la vida futura. A no ser que uno se libere de las ataduras de sus acciones pasadas

y presentes, no puede aspirar a tener felicidad en el futuro. Uno ha de estar en condiciones de forjarse su felicidad futura hasta la vida o reencarnación siguiente, en virtud de los resultados de sus buenas obras en la vida presente.

Hay gente que aún no tiene la estatura para creer que se vuelve a nacer y que hay un futuro. Aquellas que sólo pueden ver el mundo perceptible no pueden entrar en las verdades de las cosas imperceptibles como el volver a nacer. Además, la mayoría de quienes creen en la reencarnación se basan sólo en las Escrituras. Eso quiere decir que no son lo suficientemente activos para forjarse a fondo una salud y una riqueza completas. Respecto a las cosas dudosas uno ha de tener una opinión positiva hasta que pueda comprobarlas por él mismo, pero en negar las cosas por sistema no es solución. Es preferible el campo del conocimiento de las Escrituras y de la buena tradición al campo de la mente individual que duda. La percepción directa siempre es insuficiente y esto se debe a que los órganos de los sentidos sólo pueden percibir las cosas que se exponen ante ellos. Los sentidos no son en sí mismos objetos de percepción. Existen cosas que no son percibidas por nuestros sentidos debido a la distancia o a otras razones.

Así también, cosas como la reencarnación existen, por más que algunos no estén aún preparados para ver. El hecho de que el hijo venga a la Tierra a través del padre y de la madre demuestra que el niño que ha nacido lleva en él una parte del padre y una parte de la madre. Eso es un ejemplo directo de reencarnación. Si uno de los padres se convirtiera en hijo entonces dejaría de existir como tal una vez nacido el niño, por otra parte, no se puede formar un hijo sólo a partir de uno de los progenitores, sino que el hijo antes de que nazca les llega a los padres como una unidad autosuficiente. Eso es lo que se llama reencarnación o nacer de nuevo, los que la conocen o creen en ella han de desear el mejoramiento de la vida futura. Entonces cada uno debe llegarlo a comprender por sí mismo. Considerando el factor hereditario, tampoco la mente ni el intelecto de los

padres puede ser la única causa de la mente o intelecto del hijo. Cada uno nace con su propia individualidad con la que tiene que trabajar para quitar los obstáculos de su camino y prepararlo para el futuro.

Los siete Dhathus o tejidos se unen para servir al Ser Interior. Esto sucede por mediación de la consciencia individual, mientras que el impulso se recibe del karma planetario (acción en cadena) de esta Tierra. El alma no pertenece a la consciencia individual. La consciencia individual se manifiesta a partir del alma igual que la luz se manifiesta a partir del fuego. El alma no tiene ni principio ni fin. El hecho de que hayamos nacido y existamos sin consultar a nuestra consciencia individual, demuestra ya de por sí que nosotros estamos por encima de ella y de que somos ilimitados. No creer en nuestra existencia superior es no creer en nuestra propia existencia. Por lo tanto la incredulidad nos lleva al declive. Todos tenemos el derecho desde que nacemos a saber, a creer y a desear una vida superior en el futuro. El sabio no ha de pensar en términos negativos ya que cuando él se presenta a sí mismo lo hace en términos positivos, diciendo: "existo". Hay sólo dos alternativas: creer que hay o que no hay. La creencia negativa no necesita demostración, sin embargo no ofrece soluciones a la vida, porque la vida es existencia positiva comprobada por todo el mundo. La creencia positiva exige el uso de cuatro métodos: vivir según las Escrituras, la percepción directa, la deducción y la lógica de síntesis. Quienes están libres del influjo del dinamismo y de la inercia tienen una consciencia pura que puede ver. Ellos viven según las Escrituras, están iluminados y no tienen motivos personales. Uno tiene que creer en sus palabras. El razonamiento basado en la percepción, la deducción y las Escrituras establece la verdad de la reencarnación y la necesidad de mejorar nuestras condiciones de vida futuras. Una vida de principios, de meditación, de templanza y siguiendo los pasos de gente ejemplar proporciona una vida que conduce a la liberación. Quienes no han superado los defectos de su mente no pueden tener una vida de liberación.

Hay tres factores que sostienen la vida: el alimento, el sueño y la consciencia de sí mismo. Si se regulan estos tres factores el cuerpo es dotado de fuerza, de buen aspecto y desarrollo adecuado. El cuerpo continúa hasta completar su duración de vida siempre y cuando uno no abuse de ciertas tentaciones que van en detrimento de la vida.

La fuerza de un ser viviente es de tres tipos: fuerza constitucional, fuerza dependiente del tiempo y fuerza manipulada. A) La fuerza constitucional de una persona es la fuerza que se le otorga a su mente y a su cuerpo por nacimiento. Esta fuerza tiene sus puntos óptimos por encima y por debajo de los cuales no puede sobrepasar durante toda la vida. Esta fuerza depende de la herencia familiar, que a su vez depende de su karma pasado. Ciertas personas nacen fuertes y vigorosos mientras que otros nacen enfermos y viven como criaturas débiles independientemente de cuales sean las condiciones especiales de alimento y de medicina. B) La fuerza dependiente del tiempo según de acuerdo a la edad y según el estadio de la vida. Por ejemplo, un joven recibe más fuerzas que un viejo a través del alimento. La energía se suministra mediante los centros vitales según la edad. Una persona que goza de una mente tranquila una vez que se ha jubilado, obtiene más energía que el hombre ocupado de mediana edad o que el alocado hombre joven. En este caso, además de la edad, también influye el estado en que se encuentra. El ciclo de las estaciones le proporciona sus propias modulaciones a la fuerza vital de los individuos. En los países tropicales la estación de las lluvias proporciona más fuerza a la persona sana que el punto medio del verano. En las zonas tórridas, el verano proporciona más fuerza que el invierno. Otro ejemplo de fuerza temporal es el hecho de que una persona obtenga más energía y la utilice mejor cuando está contenta que cuando está infeliz. El mal humor cierra las puertas entre su vehículo y las energías de la naturaleza que le rodea. La presencia de una persona positiva, amistosa y agradable difunde mucha fuerza, mientras que la presencia de una persona cínica que critica por demás absorbe las energías

como un vampiro y deja a la persona débil en un abrir y cerrar de ojos. Estos son ejemplos de la fuerza temporal. C) La fuerza manipulada es la ventaja que se obtiene siguiendo los principios relativos a la dieta, el descanso, el ejercicio, el yoga y la meditación. Según la experiencia de cada uno, uno puede seleccionar los alimentos y la bebida y combinarlos entre sí para sacar el máximo provecho de ellos. Esto mismo se puede aplicar a los remedios, tónicos, a los baños y a la reorganización del quehacer diario. Otro ejemplo es la alteración de la actividad profesional según sea la salud y la disposición.

Uno no puede sustituir la deficiencia de falta constitucional pero puede suplirla observando las limitaciones de la fuerza temporal y la constante aplicación de la fuerza manipulada. La persona de constitución endeble puede vivir una vida medianamente saludable sin contratiempos inoportunos. Cualquier intrusión en los confines de la fuerza constitucional, cualquier inoportuna aplicación de esfuerzo excesivo y cualquier falta que se cometa contra los principios relativos a la fuerza manipulada, hará que la persona se ponga enferma.

Tres son las causas básicas de la enfermedad: la utilización con exceso, la no utilización y la mala utilización de los sentidos respecto a los objetos que nos rodean. A) La utilización con exceso de los sentidos respecto a los objetos tiene como resultado el daño del aparato interno de la constitución. Leer día y noche produce complicaciones cerebrales y oculares. Mirar a objetos que tengan mucha luz conduce a la ceguera. Una grande explosión puede hacer que uno quede sordo de por vida. Comer excesivamente deteriora la digestión. Todo lo que se haga con exceso puede dañar las partes del cuerpo y causar enfermedad. B) La no utilización de los sentidos respecto a los objetos hace que los sentidos mueran con el paso del tiempo. Si cerramos los ojos durante años, podemos perder la vista permanentemente. El no pasear, el no hacer ejercicio físico y la no utilización de la mente hace que la constitución se ponga enferma irremediamente. La vida sedentaria puede deteriorar el

corazón, los pulmones, los riñones, y la vejiga. C) La mala utilización de los sentidos da como resultado un estado diferente de salud. Anormalidades respecto a la comida, a la bebida, al sueño y a la vida sexual nos llevan a graves consecuencias. Crear contaminación del agua, del aire y de los alimentos da como resultado epidemias y enfermedades crónicas a gran escala. La poligamia y la vida sexual poco limpia producen enfermedades venéreas y sus miasmas crónicos.

Cinco son los órganos de los sentidos: tacto, oído, vista, olfato y gusto, que hacen que una persona pueda expandirse más allá de su cuerpo físico mediante su mente. El uso por exceso, la falta de uso y el mal uso de estos sentidos genera tres diferentes estados de molestias en los cinco sentidos. Así, tenemos tres categorías de personas enfermas en el mundo. El sentido del tacto es el más predominante de los cinco. Es más directo y abarca a los otros cuatro sentidos, siendo el que está más consistentemente asociado con la mente. La mente impregna el sentido del tacto y este último impregna a los otros cuatro sentidos. Un sentido del tacto descontrolado resulta nocivo para los sentidos, la mente y el cuerpo. Tocar a una persona insana, así como sus pertenencias o ropa puede causar una enfermedad más fácilmente que a través de los otros sentidos.

La reacción favorable de los sentidos sirve de conjunción propiciadora de salud entre los sentidos y sus objetos. La acción favorable de la mente al contactar los objetos mediante los sentidos, favorece la salud, mientras que su acción desfavorable es perjudicial para la misma. Cuando se usan reguladamente las cosas agradables y hermosas como las combinaciones agradables de colores, de sonido, de sabores y de perfumes, éstas mejoran la salud, mientras que las combinaciones desarmónicas, como figuras y sonidos feos, producen un deterioro de la salud.

La acción existe en tres planos, que son el mental, el oral y el físico. Esto multiplica por tres las posibilidades de que se produzca una ganancia o una pérdida de salud mediante una aplicación constante sobre

los objetos. La acción de los cinco sentidos multiplicada por los planos mental, oral y físico, nos ofrece quince posibilidades para invitar a la salud. El uso por exceso o por defecto y el mal uso de los sentidos respecto a los objetos multiplica las posibilidades de enfermedad hasta 45.

Por razones médicas de tipo práctico se toma un año como unidad de tiempo y se le subdivide en estaciones, etc., con el objeto de estudiar las modalidades de la correcta o incorrecta puesta en práctica de las cosas en el quehacer diario, para que la gente aprenda a eliminar las enfermedades en la medida de lo posible. Podemos concluir con toda seguridad que el contacto indeseable de los órganos de los sentidos con sus objetos es una causa de enfermedad. Hacer algo incorrecto, sabiendo que es incorrecto, se suma a la causa de la enfermedad, ya que genera una guerra interna. La fuerza vital se irá debilitando debido a la lucha interna cuando se comete a sabiendas una falta. Eso hace que la constitución se haga susceptible a la enfermedad. El cambio de constitución debido a un cambio de las condiciones exteriores, del clima, de la edad, de la profesión o del estadio evolutivo de uno mismo, si no nos damos cuenta de hacer las modificaciones o cambios necesarios, se convierte en la tercera causa principal de las enfermedades. Inversamente podemos establecer la ley de que la apropiada utilización de los objetos de los sentidos y el buen uso de la actividad y del tiempo hacen desaparecer la enfermedad y mantiene normal la salud de una persona.

Las enfermedades pueden clasificarse según tres tipos en: constitucionales, ambientales y psicológicas. A) Las enfermedades constitucionales son aquellas enfermedades características de cada constitución por separado. Las tres funciones vitales (combustión, materialización y pulsación) se alteran en cada constitución de una manera característica para producir distorsiones en los tres tejidos básicos, los cuales, a su vez, producen anormalidades en su bioquímica. El individuo manifiesta de vez en cuando los mismos defectos de salud al mismo tiempo que sus puntos débiles siguen estando presentes a lo largo de toda

la vida. B) Las enfermedades ambientales se producen a causa de elementos infectados en el agua, en el aire y en la tierra. En este apartado entran los efectos de los venenos, de los insectos, de los animales y los diferentes tipos de contaminación. Todo daño contra el medio ambiente, todas las epidemias, así como la no recomendable influencia de fuerzas invisibles negativas, entran en esta categoría. C) Las enfermedades psicológicas son el resultado del contacto anormal de una persona con incidentes agradables o desagradables. La debilidades sentimentales, las influencias emocionales y los placeres sensuales se encuentran entre los incidentes agradables que producen enfermedades. Las separaciones, enajenaciones y aflicciones por la muerte de alguien se encuentran entre los incidentes desagradables. También se pueden incluir las enemistades, el odio, la envidia, la malicia, etc. Todos estos incidentes condicionan la configuración psicológica de una persona durante un largo período de tiempo y desequilibran la salud permanentemente.

Los sabios han de comprender estas tres fuentes de las enfermedades y tener en consideración lo que es bueno o perjudicial para la salud. Tienen que hacer un esfuerzo de voluntad para escoger las cosas buenas y rechazar las perjudiciales. El trabajo, la abundancia, el deseo y la satisfacción han de ser apropiadamente encauzados y regulados. El triángulo socioeconómico (trabajo, remuneración y satisfacción) ha de ser propiamente establecido. Todos los incidentes desagradables se deben a la alteración de este triángulo, de la misma manera que todos los incidentes agradables se derivan de su buen establecimiento.

Las personas que padezcan enfermedades psíquicas y psicológicas han de prestar algún tipo de servicio en compañía de personas doctas que conozcan la naturaleza humana y la cura de sus deformaciones. El paciente ha de ser educado teniendo en cuenta su vitalidad, sus capacidades, su tiempo y su conducta con la familia, con su nuevo entorno, etc. Por encima de todo ha de ser educado en lo que refiere al conocimiento de sí mismo y de su naturaleza.

Según la profundidad de las enfermedades, éstas pueden clasificarse de nuevo en tres grupos, que son los siguientes: Enfermedades periféricas, enfermedades vitales y enfermedades del tronco y de la cabeza. A) Las enfermedades periféricas incluyen las enfermedades del material de los tejidos como la sangre, la carne, los músculos y los huesos. B) Las enfermedades de los órganos vitales incluyen las enfermedades del corazón, los pulmones, el hígado, los riñones, la vejiga, el aparato digestivo y las articulaciones. C) Las enfermedades del tronco y de la cabeza están relacionadas con la médula espinal, el diafragma y el cerebro.

Los médicos son de tres tipos: médicos en apariencia, médicos por influencia y médicos por mérito. A) Los médicos en apariencia viven de exhibir los aparatos médicos, el atuendo y su gabinete de médico. Su punto fuerte reside en el botiquín de médico, en los medicamentos que exhibe, los libros médicos, los faroles que se tira y la pose. B) Los médicos por influencia son aquellos que citan los nombres de personas ricas, famosas e influyentes y los hacen pasar por amigos, maestros o pacientes suyos. Impresionan a la gente acerca de sus conocimientos y fama, que son cosas falsas. C) Los médicos por mérito son aquellos que han llegado a la perfección trabajando duramente con la terapéutica y las personas. Están dotados de visión interna, de conocimiento y de intuición, tienen un éxito infalible y reparten salud y felicidad a pesar de que nunca se preocupan de hacer publicidad de sus logros. La gente de sentido común no ha de dejarse llevar por la apariencia de los médicos y ha de ser lo suficientemente práctica como para evitar los dos primeros tipos y descubrir a los médicos de verdad.

La terapia es de tres tipos: la terapia basada en la Fuerza Divina, la terapia basada en la buena combinación de las sustancias médicas y la terapia basada en el propio mérito. A) La terapia basada en la fuerza divina es lo que llamamos la curación espiritual. Esta incluye a las fuerzas invisibles que trabajan a través de su contacto y conversación en virtud

de su nobleza y naturaleza amorosa. Incluye también el encanto de mantrams, agua bendita, piedras preciosas, talismanes, hierbas propicias, ofrendas, oraciones, adoración y rituales. B) La terapia basada en la buena combinación de las sustancias médicas incluye el conocimiento que tiene el médico acerca de la ciencia médica. C) La terapia basada en el propio mérito de uno apela a los nuevos métodos y sugerencias que le vienen a la mente del médico para llevar a cabo la cura. En este caso, el mérito médico es completamente independiente para tomar decisiones de vez en cuando. Si el médico no conoce este primer y tercer aspectos de la terapia, no puede tener éxito con sólo conocer la ciencia de la medicación.

En enfermedades en las que los cambios en los tejidos han tomado un curso violento, hay tres alternativas de tratamiento, que son: la limpieza interna, la limpieza externa y la intervención quirúrgica. Las enfermedades producidas por una dieta inadecuada o por envenenamiento interno se las tiene que tratar mediante métodos de limpieza interior con sustancias medicinales (me refiero en este caso al uso de vomitivos, purgativos, diuréticos y sudativos). El masaje, la sudoración, la unción, la hidroterapia y la fricción están incluidas en la limpieza externa. La intervención quirúrgica se usa como último recurso para salvar al paciente. El sabio honra a sus amigos, pero nunca descuida a sus enemigos. Uno no debe descuidar las semillas de su enfermedad. Sabio es quien se da cuenta de la necesidad de tener cuidado de su enfermedad en su estadio inicial y procura que sea erradicada permanentemente. Es un insensato quien descuida su enfermedad en su estadio inicial y deja que ésta se lo lleve. Al final puede reunir a su esposa e hijos y ofrecer una gran suma de dinero a un médico, pues ya es demasiado tarde para arreglarlo. Una persona sabia recurre a las terapias necesarias antes de que se establezca en él la enfermedad, mucho antes de que ésta haga su aparición. Entonces es recompensado por su sentido común y su consciencia.

LIBRO II

LA CIENCIA
DE LA HOMEOPATIA

PREFACIO

Desde que empecé a enseñar homeopatía a mis estudiantes, siempre guardé mis notas cuando tenía que enseñar. Desde entonces y hasta ahora no he encontrado razón para modificarlas ni para mejorarlas. Esto se debe a que casi todas las notas contienen la materia dada por los maestros ortodoxos de la homeopatía, y muchas veces hasta incluso sus mismas frases. Cuando en 1980 estaba yo enseñando en Machilipatnam, un pequeño grupo de alumnos dijo que convendría imprimir las notas en forma de pequeños libros. Empecé haciéndolo en telugu (nuestra lengua regional) y publiqué en primer lugar el presente librito. Después publiqué una práctica y consolidada Materia Médica homeopática de algunos medicamentos conocidos y usados a menudo. También publiqué una clara traducción del Organon de homeopatía con un comentario mío en forma de notas para dar clase. Asimismo publiqué una guía práctica y un repertorio.

Algunos de estos libritos se publicaron en telugu y algunas partes de ellos fueron publicadas recientemente en la revista mensual "Homoeo Brotherhood" (Fraternidad Homeopática). Hace poco tiempo recibí la petición de publicar en inglés alguna de mis charlas de homeopatía. Los estudiantes que seguían mis clases de homeopatía y de ayurveda opinaron que era mejor tener ese material impreso en forma de libritos. Entonces traduje mi primer librito del telugu, que es el que ahora presento para aquellos que lo necesiten. En esta ocasión doy las gracias a mis estudiantes de la India y de Occidente por haber hecho posible que este libro viera la luz.

Visakhapatnam , 4 de julio de 1983

E. Krishnamacharya

CAPITULO I

LA SALUD

Sabios son aquellos que pueden entender que la salud es un bien. Sólo aquellos que gozan de salud pueden experimentar la felicidad de la vida. La riqueza, la buena comida, el gusto, la felicidad familiar, los hijos, los amigos y la profesión son cosas que sólo tienen sentido para quienes disfrutan de salud. La salud mental lleva consigo la exclusión del miedo, de la ira, de la duda, de la envidia, de la malicia, de la naturaleza de ver los defectos de los demás y de crearse uno penas a sí mismo. La salud física se demuestra cuando no se tienen sensaciones anómalas como dolor, ardor, entumecimiento, escozor y pesadez en cualquier parte del cuerpo. Cuando uno goza de salud tampoco experimenta sensación de debilidad, flojera, palpitación, respiración superficial, catarro, tos o fiebre. Quien goza de salud física y mental tiene también buena memoria, capacidad imaginativa y poder de iniciativa, pudiendo hacer ejercicio físico y mental, así como su trabajo, con placer. Los medicamentos no son la causa de la salud. La única manera de mantener la salud es viviendo una vida equilibrada en todo. Nuestra salud aumenta si sabemos la cantidad de alimento que tenemos que tomar y si sabemos cómo disfrutar de él. También aumenta la salud si optamos por realizar el esfuerzo de nuestro trabajo (haciéndolo nosotros mismos en vez de que nos lo hagan otros). Nuestra salud aumenta asimismo si dejamos de pensar en el trabajo durante las horas de descanso. Hemos de dormir en las horas de dormir, no hemos de comer cuando no tenemos hambre y no hemos de beber cuando no tenemos sed. No hemos de dejar de comer o de beber cuando tengamos hambre o sed. Hemos de tener cuidado de no hacer cosas innecesarias sólo por diversión o curiosidad.

Durante las activas horas del trabajo no debemos aplazar nunca nuestras necesidades naturales. No hemos de suprimir el bostezo, el estornudo, ni la tos. La edad más adecuada para tener relaciones sexuales es entre los 21 y los 49 años. Si uno tiene un deseo sexual vehemente antes o después de esa edad, quiere decir que algo no está bien en su salud. El adulterio, el pensar en el sexo a deshora y el complacerse en la literatura pornográfica produce graves alteraciones en la salud. La salud es una actitud positiva que incluye el tipo de conducta antes mencionado y no consiste en absoluto en la lucha con medicamentos contra la enfermedad.

La fruta, las hortalizas y las verduras frescas, las raíces, la leche fresca, el suero, la mantequilla y otros productos lácteos, ayudan a mejorar la salud. El arroz semi integral, el zumo de la caña de azúcar, el trigo y las legumbres incrementan el vigor y la resistencia. La miel restablece la salud. Si uno bebe regularmente zumo de limón mezclado con agua templada y miel por la mañana temprano en ayunas, no necesita medicina ninguna. Es mejor sustituir los condimentos excesivamente picantes como la guindilla y la pimienta roja por la pimienta negra y el jengibre. Comer uva espina y calabaza de color ceniciento tan frecuentemente como sea posible hace que uno no tenga enfermedades. El hacer uso frecuente de semillas y frutos secos oleaginosos, así como de uvas pasas uno queda libre de la enfermedad de la nefritis y puede disfrutar de una buena vida sexual.

Conviene reducir la sal, los alimentos ácidos y la comida picante como las guindillas. El aceite frito y el arroz pulido sin cáscara pueden causar muchas enfermedades. La nuez de betel, el tabaco, el alcohol y los diferentes narcóticos así como los aceites adulterados son perjudiciales para la salud. Es mejor comer menos alimentos guisados y más frutas, verduras y hortalizas frescas.

Es muy bueno para la salud aplicar aceite de sésamo al cuerpo y hacer asanas de yoga, después de lo cual podemos darnos un baño de

agua fría. Es mejor bañarse con agua de pozo o de manantial o bañarse en un río o laguna en vez de usar el agua del grifo que suele estar tratada con cloro.

No conviene que las mujeres estén expuestas a cambios extremos de calor y frío, como cocinar y tomar luego un baño de agua fría, etc. durante el período de la menstruación, siendo más conveniente que se abstengan del quehacer cotidiano y que descansen teniendo tranquilidad de mente. Es muy perjudicial para la salud el uso de medicamentos para provocar o retrasar el período de la menstruación. Es también muy peligroso servirse de métodos artificiales para el control de la natalidad. Esas personas llegan a perder la salud muy pronto.

La meditación, la oración y la compañía de personas buenas y tranquilas y una costumbre regular de leer pasajes de las escrituras sagradas ayudan a mantener una buena salud.

LA ENFERMEDAD

La no observancia de los principios anteriormente mencionados causa molestias a la salud, haciendo que surjan enfermedades. Es preferible en todo momento mantener una buena salud antes que tener que curar una enfermedad, pero si ésta se produce es mejor adecuar nuestra alimentación y costumbre antes que usar medicamentos con frecuencia. No se recomienda en absoluto el uso de medicamentos para curar molestias leves como dolor de cabeza, resfriados, indigestión o una simple fiebre y es suficiente con dejar de tomar alimentos fuertes y observar una dieta líquida nutritiva durante un día o dos para convencerse de que todas las molestias leves se curan sin necesidad de medicamentos. Claro está que tenemos que usar medicamentos cuando la enfermedad es grave, pero incluso en esos casos es preferible descansar mucho, tomar poco alimento sólido y tomar muy pocos medicamentos. Incluso las enfermedades más graves se curan debidamente al hacer esto.

Nunca recurras al uso frecuente y excesivo de medicamentos. La aplicación externa de productos como las pomadas es muy peligrosa. Las enfermedades de la piel han de curarse mediante el tratamiento proveniente de la misma constitución en vez de suprimirlas con métodos externos. No recurras a la operación a no ser que sea en caso de emergencia. Permitir la intervención quirúrgica y el aborto para el control de la natalidad causará daño permanente a la salud. Todo tratamiento que incluya la corriente eléctrica, los rayos X y tratamientos con cobalto producen un daño irreparable y permanente en la constitución. Tampoco es conveniente el tratamiento con sulfato de bario para hacer pruebas de alimentación ni otros rudos métodos parecidos.

Si es necesario tomar medicamento es mejor usar la menor cantidad posible. A medida que uno disminuye la cantidad, aumenta el efecto del medicamento. Además, se evita así que el organismo sea afectado por una gran cantidad de medicamentos.

El ayurveda entre los antiguos y la homeopatía entre los modernos, son dos sistemas conocidos por un uso mínimo de medicamentos. En la homeopatía se toma la sustancia medicinal en su dosis mínima y se la usa mezclada con azúcar, leche o alcohol y si ha de repetirse la dosis, se diluye cada vez más el medicamento. Está demostrado que la efectividad del medicamento aumenta cien y hasta mil veces más, siguiendo este método.

La potencia y la dosis del medicamento se decide según el estado en que se encuentre el paciente. Se le administra una dosis y el médico ha de esperar a ver el efecto antes de repetir la dosis. En caso de producirse una mejora no ha de repetirse la dosis. La dosis ha de repetirse sólo cuando desaparece el alivio y vuelven a aparecer los problemas, pero entonces, al repetirla, ésta ha de ser en una dilución más elevada. Esto quiere decir que la cantidad del medicamento va disminuyendo cada vez que se repite la dosis.

No está permitido usar más de un medicamento a la vez, ya que el uso de muchos medicamentos en cualquier sistema puede controlar el sufrimiento durante un tiempo, pero nunca puede tener lugar la cura definitiva. Cada medicamento se escoge según la totalidad de los síntomas que tenga el paciente cuando se suministra el medicamento, éste hace que se establezca una acción en cadena en la constitución, activando todos los aspectos de la enfermedad uno tras otro. Ese solo medicamento es capaz de rectificar la totalidad de los síntomas de ese paciente concreto; por lo tanto ha de escogerse ese medicamento determinado y no usar ningún otro más. Cuando los síntomas desaparecen no hemos de usar ningún medicamento más, pero si los síntomas varían, hemos de darnos cuenta de cuáles son en su totalidad y cambiar de medicamento en consecuencia. Primero hemos de descartar el medicamento anterior y luego usar el que acabamos de seleccionar. La terapia basada en un solo remedio es uno de los rasgos esenciales de la homeopatía.

Hemos de saber claramente que los medicamentos nunca curan las enfermedades, sino que es la fuerza vital que hay en nosotros la que acaba con las enfermedades y restablece la salud. La fuerza vital está siempre activa en nosotros para que tengamos salud. Observad cómo cuando se sangra al tener una herida la sangre coagula al entrar en contacto con el aire y cómo se forma una costra y la herida se cura a los pocos días. Todo esto se debe al poder curativo que tiene nuestra fuerza vital.

El propósito del medicamento es estimular la fuerza vital para llevarla a efectuar la acción adecuada cuando sea necesario. Nunca creáis que son los medicamentos los que curan una enfermedad. Cuanto más medicamentos tomemos mayor será el desgaste de la fuerza vital al intentar combatir la sustancia medicinal. El uso constante de muchos medicamentos produce una desecación continua de la fuerza vital, después de lo cual no tendremos la resistencia apropiada para combatir la enfermedad. Hacer un mal uso de los medicamentos no es sino hacer un

mal uso de la fuerza vital. El uso ocasional de medicamentos produce una buena organización interna de la fuerza vital. La homeopatía está muy bien dotada para establecer semejante organización interna.

El doctor Samuel Hahnemann fue quien inventó el sistema homeopático. Nació en 1755 en la ciudad alemana de Meissen y murió a la edad de 88 años en 1843. Al principio trataba a sus pacientes como cualquier otro médico alópata. Tenía muchas dudas acerca de la alopatía y comprobó que el uso muy frecuente de medicamentos producía la desaparición temporal de los dolores, pero con el paso del tiempo la enfermedad sigue ganando fuerza y va debilitando al paciente año tras año, hasta que lo arrincona en una incurable enfermedad crónica que lo mata. Semejantes observaciones le hicieron llegar al doctor Hahnemann a la conclusión de que estaba haciendo una gran injusticia a la humanidad prescribiendo excesivos medicamentos. Entonces se puso a pensar seriamente en una solución y Dios le habló de la siguiente manera: Una noche muy tarde le visitó un paciente de asma que estaba en tratamiento desde hacía mucho tiempo. Aquella noche el paciente había tenido un grave ataque de asma, pero el doctor Hahnemann se dio cuenta de que no tenía en su clínica la medicina correspondiente; entonces, para no decepcionar al paciente, se llevó el frasco vacío adentro, lo llenó de agua, lo mezcló bien y le suministró la dosis al paciente, que a la mañana siguiente tuvo un milagroso alivio poco frecuente. Fue una revelación para el doctor Hahnemann el hecho de que la eficacia de los medicamentos aumenta cuando se diluye la sustancia medicinal. Repitió el experimento, lo verificó muchas veces y comprobó que era cierto.

El doctor Hahnemann dejó de tratar a los pacientes y empezó a llevar a cabo sus nuevos experimentos con la medicina, experimentando primero sobre su propio cuerpo, de modo que nadie más excepto él pudiera recibir daño alguno. Al principio hizo experimentos con el jugo

de la corteza de Cinchona que después fue llamada China. Tomó nota completa de los síntomas que produjo en su cuerpo y después utilizó la dosis diluida de esta misma medicina para una persona que tenía un conjunto de síntomas similar, encontrándose con una cura milagrosa. Hizo este mismo experimento sobre su cuerpo con muchas de las medicinas y tomó nota de los síntomas que cada una de ella producía. De este modo escribió su primera Materia Médica, según la cual llegó a utilizar medicinas para pacientes con gran éxito. Así fue como empezó a existir la homeopatía. Unos pocos intelectuales que fueron capaces de entenderle fueron su primer grupo de alumnos. Ellos hicieron también el mismo tipo de experimentos y enriquecieron la ciencia de la homeopatía a costa de su propio cuerpo y de su salud.

Cuando el doctor Hahnemann publicó por primera vez sus observaciones acerca de la homeopatía, se produjo un gran alboroto en el campo de la medicina de su tiempo, teniendo lugar grandes discusiones y una gran lucha de ideologías a través de los periódicos. Se produjo una auténtica revolución en el pensamiento médico y una desviación del camino ya aceptado. Todo esto fue demasiado para los oídos de los médicos contemporáneos del doctor Hahnemann que lo desterraron por causa de la envidia. Lo expulsaron de su país junto con su esposa e hijos y estuvo yendo de un lugar a otro sin tener de comer ni donde refugiarse. Él siguió trabajando sin desviarse. Estaba seguro de la ayuda tan positiva que estaba dando a la humanidad en general y por eso nunca le importaron las dificultades. Le llegó el éxito y la gente empezó a reconocer la verdad y la utilidad de su trabajo. Llegó incluso a tratar a duques y otros gobernantes a quienes curó y que inclinaron su cabeza ante él en señal de veneración y respeto. El doctor Hahnemann hizo curas efectivas a miles de personas, haciendo que su vida tuviera sentido. Después, poco a poco su cuerpo se puso enfermo debido a los muchos experimentos que había llevado a cabo con los medicamentos. Los últimos

días de su vida su estado se hizo insoportable y estuvo luchando por su vida durante los últimos momentos de ella sufriendo de disentería. Una hija suya que lo atendía observó diciendo: "Has curado a muchas miles de personas y prestado mucho servicio a los hijos de Dios. Dios tiene una deuda contigo porque tu has ayudado a sus hijos. ¿A caso no es el deber de Dios salvarte ahora de tu sufrimiento?". El doctor Hahnemann sonriendo, dijo: "Él nunca está endeudado con nosotros. Él me ha dado a mí este cuerpo y esta sabiduría. Nosotros estamos siempre en deuda con Dios por lo que Él nos ha dado". Así diciendo, el doctor Hahnemann expiró.

Cuando uno conoce los principios del Ayurveda y los pone en práctica, sabe como proteger su cuerpo de la enfermedad. La homeopatía nos enseña cómo curar las enfermedades adecuadamente y por completo para que se recobre la salud en su sentido verdadero. La alopatía enseña cómo aliviar inmediatamente del sufrimiento de cualquier enfermedad. El Unani nos enseña cómo curar enfermedades horribles y profundamente establecidas. La naturopatía, aplicada correctamente, nos permite hacer los ajustes necesarios en los alimentos y en el descanso para que desaparezcan los condicionamientos innaturales. Hay muchos otros sistemas, cada uno de los cuales tiene su propio punto fuerte a la hora de curar. De todos estos sistemas el ayurveda y la homeopatía son comparativamente preferibles. Siguiendo estos dos sistemas uno puede llegar al estado deseado de la vida que llamamos la salud en su sentido real. Homeopatía significa un sistema de cura según la Ley de los Semejantes.

Todas las sustancias que nos rodean son de dos tipos: alimentos y venenos. Aquellas sustancias que son útiles a la mente y a la fuerza vital y nutritivas para los tejidos del cuerpo, pueden ser denominadas como alimentos. Aquellas sustancias que producen cambios violentos y sufrimiento pueden denominarse venenos. Los cereales, las legumbres, la

fruta, las verduras y hortalizas, la leche y el agua son ejemplos de alimento. Las sustancias minerales como el sulfuro y el carbón, las plantas como la calotropis y las secreciones de insectos como los escorpiones y las serpientes son ejemplos de venenos. Estas últimas sustancias producen cambios innaturales en el cuerpo así como enfermedades. Si la dosis de sustancia venenosa que se introduce en el cuerpo es demasiado alta, produce la muerte. El organismo humano sufre cuando entra en contacto con los venenos. Estos sufrimientos se llaman síntomas y su misión es indicarnos que algo peligroso está sucediendo en el cuerpo. Los síntomas son sólo indicios de la naturaleza para prevenimos. Los síntomas no son enfermedades en absoluto y no han de ser tratados como tales. El uso de calmantes está prohibido en la homeopatía, a no ser en determinados casos especiales. Las enfermedades se producen por el uso de venenos. Los síntomas se producen cuando hay una enfermedad en la constitución. Hemos de llegar a entender la naturaleza de la enfermedad mediante el estudio de los síntomas, pero nunca hemos de tratar al paciente por sus síntomas.

Las enfermedades ocurren también sin introducir venenos en el cuerpo. Hay muchas causas por las que puede atacarnos una enfermedad. Exponerse a la nieve o a la lluvia, o al calor tropical puede ser a veces la causa. Vivir cerca de los desagües, del agua estancada y sucia y en lugares sucios puede ser otra causa. Trabajar en zonas de contaminación, como el humo de las fábricas y los laboratorios químicos, pueden ser otra causa. Vivir en lugares en los que no hay suficiente aire o luz del sol, es otra causa. No observar los horarios respecto a la comida, al descanso y al sueño necesario, puede ser otra de las causas.

Darle al cuerpo la sustancia medicinal que precisa y quitar el sufrimiento son las dos cosas que incluye el tratamiento auténtico. El tratamiento puede ser de dos clases: antipático (alopático) y homeopático. Ejemplos de antipatía son hacer que el cuerpo se contente con bebidas y sustancias frías en verano y tomar baño de agua fría después de haber

estado tomando el sol. Otro ejemplo es tomar hielo para resistir las altas temperaturas. Usar habitaciones de aire acondicionado durante el verano y tomar duchas de agua caliente por la mañana pronto en invierno es también una medida antipática. Estas medidas causan alivio y bienestar al principio, pero a largo plazo hacen daño a la constitución. El uso de bebidas frías y baños de agua fría después de haber estado expuesto al sol es agradable pero hace que el cuerpo se exponga a un alto riesgo de insolación y a veces de muerte inesperada. Si regamos con agua fría las plantas cuando el sol de verano está alto, las plantas mueren. Si los ancianos y las personas muy débiles toman baños de agua caliente por la mañana temprano en pleno invierno, sufren víctimas de la parálisis. Esto se debe a que se exponen al clima de invierno después de haber tomado un baño de agua fría y estar expuesto a temperaturas extremas de calor y de frío produce agotamiento nervioso y parálisis, así como a menudo, infartos.

La naturaleza ha inventado muchas cosas para protegernos de todos estos riesgos. Habréis podido daros cuenta que vuestro cuerpo está más caliente en invierno y más frío en verano. Este es el mecanismo de la naturaleza para protegernos de los efectos del medio ambiente. Todas esas medidas de protección están reguladas por la fuerza vital de nuestro cuerpo. La capacidad de comportarnos de acuerdo a ellas es lo que llamamos salud. ¿Os habéis dado cuenta que el agua de las fuentes, pozos y ríos está caliente antes del amanecer en invierno y frías en verano? Si nos bañamos nos ayuda a tener una buena salud porque nos protege de que nos exponamos a temperaturas extremas de frío y de calor. El agua del grifo y el agua recogida en recipientes no tienen este equilibrio natural. La sombra de los grandes árboles del bosque es cálida en invierno y fresca en verano. Esto se debe a la Ley del Equilibrio que hay en la naturaleza.

Los seres humanos pudieron entender el principio homeopático observando semejantes fenómenos. El doctor Hahnemann aplicó

sistemáticamente este principio y eso es lo que conocemos como la homeopatía. El doctor Hahnemann nos dio también la conclusión final de que aplicar la antipatía en el tratamiento es peligroso. Los sufrimientos de un paciente no son enfermedades en absoluto, sino que son el resultado de la lucha del cuerpo vital contra la enfermedad existente. Cuando tenemos síntomas hemos de comprender que algo va mal en la constitución. No tomes medicación para controlar los síntomas y no clasifiques a los síntomas como si fueran enfermedades. De la misma manera los síntomas que produce el cuerpo cuando entra en contacto con un veneno no son efectos de ese veneno, sino que nos indican que se está llevando a cabo una lucha entre la fuerza vital y el veneno. Cuando se introduce un veneno en el cuerpo, al principio produce sus efectos sobre él y después se produce una reacción violenta de la fuerza vital contra ese veneno. Esto produce síntomas. La primera parte de la acción se llama "acción primaria" y la segunda parte o reacción al veneno, se llama "acción secundaria". Poned por caso que una persona sufre de insomnio y que una dosis de Opium hace que se duerma. Esta es la acción primaria del Opium. Pero las noches siguientes sufrirá el peor de los insomnios. Eso se debe a la acción secundaria de la fuerza vital contra el Opium. Al principio había insomnio para indicar que algo no iba bien en el cuerpo, pero después que el Opium suprimió ese síntoma, al ser usado como medida antipática, la constitución se dio cuenta de que era peligroso y reaccionó produciendo la acción secundaria.

El dolor de cabeza no es una enfermedad, sino que ocurre para indicar que algo no va bien en la constitución. Si usamos Aspro acaba con el dolor de cabeza. Entonces la fuerza vital reacciona violentamente y expulsa el efecto del medicamento. Entonces se produce de nuevo un dolor de cabeza como acción secundaria. Si usamos repetidamente Aspro, este medicamento domina el dolor de cabeza. De este modo la enfermedad que nos está indicando el dolor de cabeza sigue aumentando hasta que se complica nuestra constitución. Mientras tanto el Aspro

produce su propia enfermedad y la constitución se complica aún más. El Aspro con el paso del tiempo no puede ya aliviar el dolor de cabeza y la enfermedad original, desapercibida adopta una actitud violenta. Esto es lo que sucede cuando se suministra repetidamente medicamentos antipáticos.

El segundo método es el homeopático. Si tomamos una bebida caliente y aplicamos un poco de aceite templado sobre el cuerpo después de haber estado expuestos a un fuerte sol de verano, estamos fuera de peligro de sufrir una insolación porque nuestra vitalidad está protegida después de haber estado al sol. Si le damos un poco de ghee (mantequilla clarificada) y agua caliente a un paciente que tenga fiebre alta, comprobaremos que la fiebre baja. La fiebre es una actividad producida por la fuerza vital para expulsar cosas indeseables del cuerpo. El cuerpo produce más calor para expulsar alguna causa de enfermedad. Si entonces nosotros le damos un líquido caliente significa que le hemos dado el calor adicional que necesita. Entonces el proceso se hace fácil y la fuerza vital recibe ayuda para expulsar a la causa de la enfermedad y como resultado de ello la temperatura del cuerpo desciende, ya que éste no necesita producir más calor. Esta es la manera de tratar según la Ley de Semejanza. Esto produce una cura mejor en condiciones más seguras que garantizan una mejor conservación de la energía vital. Esto demuestra que tenemos que evitar tomar medidas antipáticas y preferir medidas homeopáticas siempre que nos sea posible. Observa los siguientes fenómenos de la naturaleza:

1. Si la viruela ataca a un paciente que sufre de varicela, la varicela desaparece y sólo la viruela sigue su curso.
2. Un ataque de viruela cura permanentemente diviesos o pústulas antiguas, úlceras, la tos ferina y la indigestión crónica, quedando el paciente completamente libre de estos sufrimientos tan antiguos.
3. Si un paciente cuya vista ha sido afectada por la varicela hace mucho tiempo, tiene un ataque de viruela, su defecto visual queda curado para siempre.

Una observación cuidadosa de semejantes fenómenos en la naturaleza revela una verdad y demuestra que cuando dos enfermedades atacan al mismo tiempo, y ambas enfermedades tienen síntomas semejantes, la más fuerte de ellas toma el control y la más débil desaparece para siempre. La enfermedad más fuerte cura los sufrimientos existentes hasta ese momento siempre y cuando estos sufrimientos tengan una similitud con los síntomas de la enfermedad que se ha contraído por último.

El doctor Hahnemann observó esto y extrajo una valiosa Ley de Curación que dice: "Si somos capaces de hacer que aparezca una enfermedad artificial que tenga similitud de síntomas con la enfermedad actual y si la primera es más fuerte que la enfermedad actual, entonces cura permanentemente la enfermedad que tengamos." Tenemos que encontrar un método que haga aparecer momentáneamente una semejante enfermedad artificial para que la enfermedad anteriormente existente se cure mediante la enfermedad artificial que se ha producido. Entonces la enfermedad artificial desaparece inmediatamente y lo que queda es la salud. Este es el principio básico de la homeopatía.

¿Cómo podemos crear una enfermedad artificial y hacer que actúe temporalmente?. Cuanto menor sea la cantidad de la sustancia médica (veneno) que se introduce en el cuerpo, menor es el daño que se puede derivar de ella. Podemos usarla sin miedo de manera que produzca sólo una enfermedad temporal. Entonces la fuerza vital de la constitución reacciona violentamente contra la cantidad tan pequeña de veneno que se ha introducido en el cuerpo, expulsando la enfermedad existente anteriormente así como la enfermedad artificial que hemos creado. El único propósito del medicamento es estimular a que la fuerza vital produzca la reacción necesaria y no en absoluto el de curar la enfermedad.

El doctor Hahnemann fue el primero que introdujo este método, efectuando curas permanentes en miles de casos. Sus discípulos siguieron sus pasos y llegaron a conseguir resultados estupendos, teniendo por primera vez el placer y la satisfacción de efectuar curas permanentes.

Este arte fue transmitido a la siguiente generación y uno muy importante de sus alumnos fue James Tyler Kent, que pudo dedicar la segunda parte de su vida a curar la enfermedad y propagar la homeopatía. Él fue capaz de hacer comprensible la homeopatía y enseñársela a muchos. A través de sus conferencias explicó con lucidez la filosofía de la homeopatía, popularizando los principios científicos de Hahnemann. Sus conferencias acerca de la Materia Médica Homeopática hicieron posible que una persona de capacidad intelectual media pudiera comprender los principios de aplicación de esta ciencia en forma de remedios. Para enseñar el método de seleccionar el remedio apropiado compuso la gran obra titulada "El Repertorio". De sus escritos menores podemos aprender mucho acerca del uso y la repetición de las dosis. Un uso apropiado de estas obras evita que causemos daño a la constitución humana mediante el exceso de medicamentos y hace que nos liberemos permanentemente de las enfermedades, para vivir una vida feliz y libre de la tensión que produce la medicación. Si este método de tratamiento se aplica desde la infancia, uno puede conseguir una salud perfecta y estable. Los sabios se liberan del uso frecuente de medicinas y de vivir a merced de los médicos que practican la medicina comercialmente. No puede haber mejor beneficio que éste.

CAPITULO II

LAS ENFERMEDADES AGUDAS Y SU TRATAMIENTO

Si examinamos la constitución de los seres viviente encontraremos tres divisiones en ella: el cuerpo, la vida y la mente. El cuerpo es materia., la vida es la energía que galvaniza la materia y la mente es la que la hace consciente. En cada átomo de nuestro cuerpo vivimos en cada una de estas tres partes. Es de esperar que comprendamos nuestro trabajo por medio de la mente, que hagamos uso de la energía vital y que movamos la materia del cuerpo físico para trabajar. La materia del cuerpo es algo físico, la fuerza vital es energía que no es física y la mente es consciencia que no es ni materia ni fuerza. Por lo tanto tenemos en nosotros una cápsula de materia, fuerzas y consciencia. La mente nos obedece en remover la fuerza vital y ésta mueve la materia del cuerpo. Una vez que se lleva a cabo este proceso apropiadamente se le conoce como calor y cuando esta relación mutua se altera, ello se expresa en forma de la falta de salud, la cual dispersa la fuerza vital en muchas direcciones y produce muchos cambios en el cuerpo. En tal estado la mente muestra deseos y aspiraciones sin trascendencia y gasta la fuerza vital a través de los sentidos intentando satisfacer los deseos. La mente intenta actuar así aun cuando no sea aconsejable y entonces se produce una mala conducta respecto a la comida, al trabajo, al reposo y al sexo, lo que causa daño en los tejidos del cuerpo. La mente nunca recuerda que el propósito del gusto es el de suministrar alimento al cuerpo. Entonces empezamos a comer por gusto en vez de usar el gusto para comer; empezamos a abusar de los placeres físicos en vez de utilizar los placeres para el bienestar del cuerpo; empezamos a entender erróneamente que el placer y el gusto son para nosotros y no para nuestro cuerpo. Entonces, ¿cuál es el resultado?. Cuando comemos sólo para satisfacer al gusto el

resultado es que se altera la digestión, empezamos a tener estreñimiento, diarrea o cólicos, o se hacen amistades para obtener satisfacción personal y placer sexual. El resultado es la infección y la enfermedad.

¿Cuál es la causa de la falta de salud? Generalmente se considera que es el aire impuro, el agua y la comida contaminadas, la falta de descanso o la falta de trabajo. También se consideran como causas de la falta de salud las sustancias venenosas, ciertos insectos, los microbios y los virus. El uso de frutas y verduras no maduras, muy pasadas o en conserva, el uso de zumos enlatados y de todo tipo de alimentos conservados mucho tiempo en el frigorífico son la causa de la falta de salud. Esto es lo que se cree generalmente. Claro está que hay también verdad en ello, pero esas no son las causas reales de la enfermedad. La causa real es el tipo de mente que acepta el uso de semejantes alimentos y condiciones poco satisfactorias. La causa real de la enfermedad es el gusto equivocado y tiene su origen en la mente. Esta causa real de la enfermedad se llama Psora en homeopatía y hace que la mente se desvíe de su estado natural y de los métodos propios de una vida saludable, haciendo también que ésta proponga cambios diferentes del modo normal de hacer las cosas. El resultado de esto es la enfermedad en cadena.

Algunas enfermedades atacan rápidamente y causan problemas al cuerpo durante un corto período de tiempo y los sufrimientos son bastante violentos. Estas son las llamadas enfermedades agudas. Hay otro tipo de enfermedades que se van apoderando paulatinamente de la constitución y llegan a minarla a lo largo de los años y décadas, hasta que al final la constitución se encuentra en un estado incurable y muere. Estas son las llamadas enfermedades crónicas. Las enfermedades agudas se vuelven violentas en poco tiempo y son mortales. Las enfermedades crónicas se extienden durante largos períodos de tiempo. Eso es lo que generalmente se cree. Y aunque así es externamente, hay sin embargo una manera más profunda y científica de considerar las enfermedades agudas y crónicas según la homeopatía, que es la siguiente:

1. Las falsas enfermedades agudas ocurren debido a situaciones inevitables que son puramente personales. Quedar expuestos al frío del invierno o al calor del verano, empaparnos bajo una fuerte lluvia, haciendo ejercicio más allá de las propias capacidades, no dormir a la hora y aplazar la nutrición del cuerpo debido al excesivo trabajo, son cosas que pueden causar una falsa enfermedad aguda. Los accesos violentos de ira, el insulto, el trauma psicológico, las heridas, los golpes y las picaduras de insectos pueden también provocar ataques violentos de falsas enfermedades agudas. La fiebre, el dolor de cabeza, la flojera, la indigestión, el estreñimiento, la diarrea y los dolores de las articulaciones son algunas de las características de tal enfermedad, siendo cosas que representan un obstáculo y son objeto de debilidad para la constitución. Tales enfermedades se curan reposando debidamente y observando un horario adecuado de comidas. Para protegernos de los venenos necesitamos un tratamiento antiveneno. Los problemas digestivos se curan ayunando y con una dieta regulada.

De hecho, todas estas molestias no son enfermedades reales, sino que indican un punto débil de la salud que existe desde el nacimiento o que ha sido adquirido después de una cierta edad. El punto débil actúa como susceptibilidad hacia esas molestias. Es lo que se conoce como Psora, sin la cual estas molestias en la salud no tendrían la posibilidad de ocurrir. Por ejemplo, cuando dos personas se mojan al caer una fuerte lluvia y a una de ellas le entra fiebre, esfriado, dolor de cabeza y le duele todo el cuerpo, la otra persona que también se ha mojado, no se siente afectada en absoluto por ello. Por lo tanto la causa de la enfermedad en el primer caso se debe sólo a su debilidad innata o susceptibilidad. No se trata, por tanto, en absoluto, del hecho de mojarse. Una tercera persona que se moja bajo la lluvia contrae fiebres de malaria. Eso significa que es un paciente de malaria desde hace tiempo y que la causa del ataque es la malaria que tiene en él y no la lluvia. Una cuarta persona que se moja también bajo la lluvia contrae la tos y un ataque de asma. La causa de

ello es su pasado anterior de asma, pero no la lluvia. Una persona que no tiene las condiciones anteriores de la enfermedad no quedará afectada aunque se moje. Así vemos que hay algunas personas que padecen falsas enfermedades agudas.

2. Las auténticas enfermedades agudas debidas a causas del medio ambiente. En este caso la causa se localiza en el clima o en el agua y altera la salud de quienes se exponen a esas condiciones del medio ambiente. Ya conocéis la influencia de los mosquitos en el agua estancada. Enfermedades como la malaria y la filaria les ocurre a las personas que son picadas por esos mosquitos. Con toda probabilidad hay personas que sufren ataques de estos en el cambio de estaciones y alteraciones climáticas. Las personas que cambian de residencia a lugares de esos suelen ser las víctimas.

3. Otro tipo de enfermedades agudas es la epidemia. Una enfermedad epidémica toma posición de una zona particular durante un periodo particular de tiempo, contaminando la atmósfera y atacando a la gente muy rápidamente. Este tipo de enfermedades es más contagioso. Una epidemia se desarrolla a gran velocidad y mata a mucha gente en un corto periodo de tiempo antes de dejar el área afectada. El cólera, las fiebres cerebrales, la gripe, la viruela, la varicela y el herpes pertenecen a esta categoría. Este tipo de enfermedades ataca a la gente de un determinado lugar durante un periodo de tiempo determinado. Ese grupo de pacientes tendrá casi el mismo tipo de síntomas. Debido a las epidemias la muerte ocurre en gran escala.

4. Estos tres tipos de enfermedades son fortuitos. El auténtico homeópata examinará por separado y entenderá individualmente a los pacientes del primer tipo (falsas enfermedades agudas) y seleccionará los remedios individualmente según la totalidad de la persona. No debería hacer una prescripción rutinaria según el nombre de la enfermedad (por ejemplo, Aspro para el dolor de cabeza). Supongamos que hay tres personas que tienen fiebre, en cuyo caso no hemos de prescribir el mismo

medicamento a las tres. El primer paciente se mojó bajo la lluvia y se quedó echado sobre la hierba mojada. Esa noche tuvo graves dolores en las articulaciones, dolor de espalda, grandes tiritones, dolor de cabeza y fiebre alta. Cuando está en la cama tiene que moverse a la fuerza de un lado para otro y se siente mejor cuando se está moviendo, si no se mueve empieza a sentir un dolor punzante en las articulaciones. Esa persona necesita una dosis de Rhus Tox 200C. El segundo paciente estuvo jugando a las cartas día y noche durante tres días. Tiene dolor de cabeza, dolor de ojos, náusea, vómitos y fiebre alta, tiene la vista ofuscada y no ve bien a las personas ni a las cosas que le rodean. Está soñoliento y adormilado y no puede responder rápidamente cuando se le pregunta, pudiendo recordar los nombres de la gente sólo con gran esfuerzo y tarde. Tiene un dolor de cabeza insoportable. Esta persona necesita una dosis de Coccus Indicus 200C. El tercer paciente ha estado viajando bajo el sol tórrido, bañándose y bebiendo un sorbo de agua estancada de un estanque y le picaron los mosquitos. Al siguiente día su cara estaba muy caliente y tenía mucha fiebre. Se le hinchó una glándula en la ingle y tenía escalofríos. Su piel se puso roja y por la noche soñaba y se sobrecogía. Una dosis de Belladonna 200C lo curó. Si bien estas tres personas eran pacientes con fiebre, se escogieron tres diferentes medicinas teniendo en cuenta la totalidad de los síntomas de cada uno y se recuperaron rápidamente. Si en vez de hacer así hubiéramos escogido el mismo remedio para la fiebre, se habrían aliviado temporalmente de ella y el primero de ellos se hubiera curado por completo, el segundo se hubiera curado de la fiebre pero el dolor de cabeza, el vómito y la náusea seguirían. Entonces prueba otro remedio para aliviarse, pero resulta que está muy débil y la debilidad y el vértigo continúan por algún tiempo y tiene que tomar un tónico. La tercera persona se habría aliviado de la fiebre pero la glándula y la hinchazón se habrían quedado sin curar, se encontraría que su pierna se va hinchando progresivamente mientras que la fiebre y los demás síntomas vuelven a aparecer de nuevo, aumentando

progresivamente la hinchazón de la pierna. Si en lugar de haberse sometido a ese tratamiento hubieran seguido el método de escoger un remedio según la totalidad de los síntomas de cada individuo, entonces se hubieran curado permanentemente al poco tiempo.

En el segundo tipo de enfermedades, (enfermedades agudas debido a causas del medio ambiente) se da una semejanza de síntomas entre los pacientes. La picadura de mosquito de ciertos lugares produce fiebre de filaria a todos los pacientes. Síntomas como un terrible calor en el cuerpo, ardor, fiebre alta, sobrecogimiento, soñar y la hinchazón de una glándula en la ingle indican que se ha de dar una dosis de Belladonna 200C, con lo cual se cura. Otro paciente tuvo escalofríos, fiebre, hinchazón de las glándulas, agitación y miedo a la muerte, teniendo sed y solía beber con frecuencia agua fría a pequeños sorbos. Se curó con Arsenicum Album 200C.

También encontraremos muchas otras personas que toman Belladonna o Arsenicum Album. En tales casos le es más fácil al médico escoger el remedio puesto que mucha gente tienen los síntomas del mismo número limitado de remedios. El médico no necesita individualizar el caso como hizo en el caso de las falsas enfermedades agudas. Cuando el médico recibe al primer grupo de paciente en una epidemia puede comprender que todos los pacientes de esa estación están incluidos en tres o cuatro remedios. Por consiguiente puede agrupar a los pacientes y llegar a la conclusión acerca del remedio que les corresponde. Entonces puede prepararse para futuros pacientes de esa estación puesto que casi todos esos pacientes entrarán en la categoría de esos tres o cuatro remedios.

Pongamos como ejemplo que hay cólera en una ciudad y nos viene un paciente que tiene vómitos y diarrea muy intensa cuyo aspecto parece harina de arroz mezclada con agua y cuyo olor a huevos podridos o carne descompuesta se extiende por todo su alrededor. En este caso el paciente nos indica que necesita dos o tres dosis de Podophyllum 200C,

que han de dársele según la necesidad, y en cuestión de 12 horas estará completamente curado. Otro paciente viene a vernos y nos dice que tiene vómitos y diarrea como papilla, quejándose de dolores cerca del ombligo, cuya temperatura es fría como un cadáver y sin indicios de sudor, su pulso es débil y tiene tendencia al colapso. Esa persona necesita una dosis cada cinco minutos (tres o cuatro dosis en total) de *Camphora 6C* y queda curada. Nos traen a un tercer paciente con diarrea y vómitos abundantes que tienen el aspecto de agua enjabonada. Los músculos y los nervios del abdomen le producen violentos calambres junto con retortijones insoportables. La persona llora y grita y tiene el mismo tipo de calambres en los brazos como en las piernas, cierra los puños y rechina los dientes. Una dosis de *Cuprum Metallicum 1M* cura este estado en cuestión de dos horas. Otro paciente tenía los siguientes síntomas: evacuación incontrolada, el recto abierto y relajado y diarrea que rezuma sin parar. Una dosis de *Phosphorus 200C* lo curó. De este modo observamos al primer grupo de pacientes durante esa estación que pertenezcan a esos tres o cuatro remedios. Más tarde podremos esperar muchos más pacientes de la epidemia que pertenecen a esos mismos tres o cuatro remedios. El sabio homeópata puede programarse para los futuros pacientes.

Hasta ahora hemos señalado tres tipos de enfermedades agudas y todos ellos muestran las características siguientes:

1. Las enfermedades atacan súbitamente, progresan rápidamente y desaparecen de prisa. O el paciente muere o la enfermedad se cura rápidamente. Enfermedades como la viruela pueden tardar una semana o dos en curarse. El tifus, la neumonía, la bronquitis y las fiebres catarrales se curan en una semana, si desde el principio se las trata adecuadamente con homeopatía. Si tales casos se presentan después de un tratamiento irregular, puede que se tarde cerca de dos semanas. Si se complican con el tratamiento anterior, puede que se tarde de tres a cuatro semanas. De todos modos, está en la naturaleza de las enfermedades agudas atacar súbitamente, desarrollarse rápidamente y curarse de prisa, a no ser que maten.

2. Los sufrimientos y síntomas de las enfermedades agudas se desarrollan rápidamente y son bastante violentos.

3. En el curso de una enfermedad aguda podemos distinguir tres estadios. El estadio de incubación, el estadio progresivo y el estadio culminante.

4. Una persona que antes gozaba de salud se recuperará de una enfermedad aguda sin necesidad de medicamentos (excepto en algunas epidemias). Basta con que descanse debidamente, tenga un entorno saludable y regule sabiamente su dieta. Aquellos que llevan mucho tiempo enfermos pueden morir en el transcurso de una enfermedad aguda. Lo mismo sucede cuando el tratamiento es insensatamente inadecuado.

5. En las enfermedades agudas se necesita más dosis y una repetición más frecuente de la medicación que en el caso de las enfermedades crónicas.

6. Cuando un paciente es debidamente tratado en homeopatía de una enfermedad aguda, cuando se cura se queda sano y fuerte y una vez recuperado no se observa debilidad ni flojera ni tampoco un periodo de convalecencia.

CAPITULO III

LAS ENFERMEDADES CRONICAS Y SU TRATAMIENTO

Las enfermedades crónicas son aquellas que duran un periodo largo de tiempo, que causan muchas complicaciones durante su tratamiento y que son difíciles de curar. Esta es la opinión general que se tiene acerca de las enfermedades crónicas. Los profesionales de los sistemas populares de medicina tienen también esta misma opinión. Cuando enfermedades agudas como la neumonía y la bronquitis se complican por haber sido tratadas de manera equivocada, tardan mucho tiempo en curarse y originan numerosas complicaciones. Los médicos están muy ocupados en descargar sobre los pacientes medicamentos muy fuertes para combatir estas enfermedades, terminando por decir al cabo de unas semanas que son enfermedades crónicas. Pero es que también los medicamentos que se repiten durante mucho tiempo producen en esos casos sus propias enfermedades que hay que añadir a las complicaciones ya existentes. La enfermedad aguda original se mezcla con las sucesivas complicaciones y no se le puede encontrar por separado. Todos esos casos pueden llamarse "falsas enfermedades crónicas".

Aparte de esas falsas enfermedades crónicas hay enfermedades crónicas verdaderas que tienen sus propias características y sólo se pueden apreciar en ellas la fase de incubación y la fase progresiva. La fase culminante no incluye nunca una cura natural, puesto que la enfermedad mata invariablemente al paciente, a menos que se le suministre la adecuada medicación a tiempo. Las enfermedades agudas se curan en poco tiempo, mientras que las verdaderas enfermedades crónicas matan al paciente al cabo de un largo período de tiempo.

El período de incubación es bastante lento y dura mucho tiempo. El progreso de una enfermedad crónica es también demasiado lento como

para tener un cuidado adecuado de él. Los síntomas y los dolores son más bien pasivos y se desarrollan despacio, no siendo nunca violentos hasta que ya es demasiado tarde. La enfermedad se desarrolla subyacentemente sin hacer una aparición evidente. La enfermedad está dentro de la constitución secretamente y hace que la persona sea frecuentemente susceptible a toda clase de enfermedades agudas, pero ninguna vez durante su período de progreso hace aparecer una crisis lo suficientemente grave para tener cuidado de ella. Al llegar al período de culminación estas enfermedades crónicas toman la forma de una enfermedad incurable que ataca algunas partes del cuerpo, produce cambios violentos incurables en los tejidos y el paciente encuentra su fin muy dolorosamente. La tuberculosis, las enfermedades de hígado, de pulmón, de corazón, las úlceras, los quistes y las protuberancias internas, así como las enfermedades glandulares son algunas culminaciones de una verdadera enfermedad crónica. Enfermedades como el cáncer, la pleura, la diabetes, los carbuncos, la gangrena y la parálisis son algunos ejemplos de culminación de cualquier enfermedad crónica. Por desgracia estos estadios culminantes se entienden como si fueran enfermedades independientes y son tratadas con toda la fuerza de los medicamentos sin llegar a ningún resultado positivo. Al llegar a este estadio el paciente nunca se cura y está seguro de que morirá de ello.

Las verdaderas enfermedades crónicas han de ser entendidas y tratadas en los primeros estadios. Al principio, cuando se pueden curar estas enfermedades forman parte de la conducta de la persona, pero nunca influyen parte alguna ni órgano del cuerpo. Las verdaderas enfermedades crónicas *descienden* hasta los tejidos físicos al cabo de mucho tiempo y estropean la constitución. Según sea el órgano afectado, el médico ignorante la nombra como la enfermedad de ese órgano determinado y se concentra para tratar ese órgano. Semejante tratamiento no puede hacer nada más que paliar la enfermedad, pero la paliación no es la cura. Además, también la paliación es inútil con el paso del tiempo,

ya que ésta encubre el verdadero estado del paciente, mientras que la enfermedad avanza secretamente. Los medicamentos fuertes que se usan repetidamente producen enfermedades propias que afectan algún otro órgano. De este modo, la enfermedad y la medicación saludan al paciente en la tumba. Los nombres de las enfermedades se multiplican según sea el área afectada por la enfermedad y así tenemos cientos de enfermedades nuevas que se descubren cada año. Si la enfermedad va progresando subyacentemente por un tiempo y ataca al corazón se dice que esa persona es un paciente cardíaco. Si se trata del hígado se dice que es un paciente de hígado y así sucesivamente. Esos nombres son considerados como si fueran enfermedades. Así oímos hablar de problemas digestivos, problemas intestinales, problemas ginecológicos, problemas uterinos, enfermedades de los huesos, enfermedades musculares, enfermedades cutáneas, enfermedades urinarias, problemas de riñón y así sucesivamente. También oímos hablar sobre enfermedades oculares, de los oídos, de nariz y garganta, enfermedades mentales, etc. Nosotros tenemos el deber de dejar estos nombres de lado y comprender las enfermedades crónicas subyacentes de una manera verdaderamente científica. La homeopatía nos proporciona esa manera científica de abordar las enfermedades crónicas subyacentes.

Según la homeopatía hay sólo tres verdaderas enfermedades crónicas que pueden ser observadas y curadas en la práctica. Estas tres verdaderas enfermedades crónicas no se sitúan en ninguna parte del cuerpo. Tenemos que comprender su existencia con ayuda de las peculiaridades de conducta del paciente y tratarlas a tiempo. Ya que esas enfermedades crónicas verdaderas forman parte de la conducta y dado que la conducta forma parte de la persona, tenemos que dirigir el tratamiento hacia la persona y nunca hacia la enfermedad. Tenemos que escoger un remedio para rectificar la conducta del paciente y no curar una supuesta enfermedad en alguna parte de su cuerpo. Por ejemplo si dirigimos nuestro tratamiento hacia el azúcar en la orina en el caso de un paciente

de diabetes, nunca podremos tener éxito. Es el paciente el que ha de ser tratado y no el azúcar ni la orina. Los médicos se entregan a una lucha diaria con la orina de sus pacientes para admitir al final la derrota. Para tener auténtico éxito uno ha de tener una manera diferente de abordar este tema y ha de observar las peculiaridades en la conducta de su paciente. Ha de estudiar las situaciones en que éste se enfada, desconfía o tiene envidia, etc., y observar detalladamente sus costumbres de comer, dormir y de descanso. Ha de anotar las anormalidades de su conducta y sus costumbres y entenderlas como síntomas. Con todas estas cosas se ha de formar la totalidad de los síntomas. Se ha de escoger cuidadosamente y suministrar un remedio que tenga *semejanza* con la totalidad de los síntomas. Su enfermedad (la totalidad de sus anormalidades) se curará y con ella desaparecerá el azúcar en la orina. Pondremos un ejemplo:

1. Un paciente que tiene azúcar en la orina sufre de calor interno, angustia, respiración corta, sensación de hinchazón y de sofoco. Tiene también sensación de escozor y de picor en sus pies y manos. Su cara y sus ojos están hinchados, así como su pies, y sus ojos están rojos y húmedos. Sus ojos le queman y las pestañas le pican. Tiene mucha sed y se siente muy bien si entra en contacto con el agua fría. Esta es la información necesaria para curarle (y no para curar el azúcar que hay en la orina). La totalidad de sus sensaciones, impresiones y conducta indica la semejanza con el remedio Apis Mellifica, que si se le suministra, le curará en su totalidad y junto con ella el azúcar de la orina desaparece.

2. Otro paciente de diabetes se queja de frecuentes dolores de cabeza, dolores por todo el cuerpo y una sed enorme de beber gran cantidad de agua fría. Sus dolores se calman cuando se le hace presión o se le masajea. Se siente feliz en clima fresco y si entra en contacto con cosas frías. Se queja también de ardor en la uretra, que se calma al pasar la orina. Es física y mentalmente perezoso y tiene tendencia a aplazar las cosas que tiene que hacer. Esto tiene semejanza con Bryonia, la cual le cura de la totalidad de los síntomas así como también de su diabetes.

De esta manera tenemos que escoger el remedio para el paciente y no para la enfermedad. Pero como se trata de una enfermedad crónica tenemos que prescribir la dosis y su repetición de una manera bastante diferente de si se tratase de enfermedades agudas. Al contrario de lo que pasa en el caso de las enfermedades agudas, tenemos que utilizar (con toda probabilidad) un número limitado de dosis a intervalos largos que pueden durar a veces varios meses. Hemos de no repetir más la dosis cuando se aprecia una mejoría y repetirla sólo cuando las quejas vuelvan a producirse. El tratamiento lleva mucho tiempo y puede que sea necesario aumentar la dilución del remedio seleccionado, así como los intervalos, hasta que desaparezcan totalmente todas las anormalidades y sufrimientos.

Algunas veces los síntomas cambian al cabo de pocos meses o de un año; en ese caso tenemos que volver a tomar nota del caso entero para escoger un nuevo remedio basado en el nuevo conjunto de anormalidades. Esto puede curar al paciente. Otras veces puede que haya necesidad de cambiar de remedio cuatro o cinco veces o más a intervalos más largos. Siempre que se necesite un nuevo remedio ha de dejarse el remedio anterior y nunca se tiene que utilizar al mismo tiempo más de un remedio.

Las verdaderas enfermedades crónicas que actúan silenciosamente en la constitución para producir miles de las así llamadas enfermedades son sólo tres: Psora, Sicosis y Sífilis. Quiere decirse que éstas son las tres únicas enfermedades verdaderas que minan la constitución. Al principio, cada una de ellas hace su aparición como una enfermedad aguda contagiosa. En ese estadio se la puede erradicar fácilmente como una simple enfermedad aguda. Pero si en vez de curarla de una manera efectiva, se la trata para suprimirla, ésta entra profundamente en la constitución y se establece como una enfermedad crónica que vive con el paciente hasta su muerte.

1) **Psora.** Cuando una persona presencia escenas horribles o lee libros en que se describen situaciones de horror, entonces se produce una agitación en su fuerza vital y en su mecanismo mental. Ese estado alterado de mente que recibe una fuerte impresión es Psora en su origen. Después se produce una reacción violenta contra este estado confuso. La fuerza vital intenta purificar de este condicionamiento a la constitución. Entonces la persona tiene erupciones en la piel al cabo de unas semanas. Eso se debe a que la enfermedad está siendo expulsada a la superficie. La persona tiene costras o algún tipo de problema cutáneo durante algún tiempo, el cual ha de ser curado propiamente sin ser suprimido, pues si se le suprime con la ayuda de remedios externos como pomadas, se introduce profundamente dentro de la constitución y se convierte en una verdadera enfermedad crónica, que es la Psora.

2) **Sicosis.** El contacto sexual de naturaleza impura produce la enfermedad aguda venérea de la gonorrea, que puede curarse con facilidad, como cualquier otra enfermedad aguda, pero que si en vez de curarla se la suprime, entra muy profundamente en la constitución y se convierte en la segunda enfermedad crónica, que es la Sicosis.

3) **Sífilis.** Lo mismo ocurre en el caso de la sífilis, que es otra enfermedad aguda que se trasmite por contagio. Si se la suprime en lugar de curarla, eso resulta en la tercera enfermedad crónica, que es la Sífilis.

LOS MIASMAS CRONICOS

Una vez que una de estas tres enfermedades crónicas hace su aparición, ésta existe en estado latente como una especie de *susceptibilidad* o propensión. Podemos saber que existe sólo por las deformaciones en la conducta del paciente. Las enfermedades crónicas existen en estado latente y por eso se las llama miasmas crónicos. Éstas enfermedades hacen que el paciente sufra toda su vida y son también heredadas a través de generaciones.

PSORA

Los niños nacen con anomalías como poliurfa (exceso de orina), orinarse en la cama, dolores de cabeza, debilidad, lombrices y defectos en la vista, el oído y la comprensión. También lo expresan en forma de diarrea crónica, estreñimiento y malnutrición. Son miles las alternativas de las que sufren estos niños. Algunos de ellos muestran sus enfermedades rechinando los dientes, lamentándose, gimiendo, llorando, riendo o hablando en sueños. Podemos distinguir fácilmente a los pacientes congénitos de enfermedades crónicas. El miedo, la envidia, la naturaleza vengativa, la falsa presunción, el robar y el herir, son cosas que se encuentran en los niños problemáticos. Las convulsiones, la epilepsia, la histeria, la tos ferina, las enfermedades óseas y la idiocia de varios tipos indican un paciente crónico de nacimiento. Este paciente muestra señales de agotamiento, debilidad, flojera, falta de apetito, molestias digestivas y no puede soportar ya sea el calor o el frío, o ninguno de los dos, no pudiendo soportar ningún tipo de esfuerzo. Cada vez que hay presión debido al trabajo se pone enfermo con dolores y tiene calor, escalofríos o fiebre y con el paso del tiempo tiene dolores de cabeza, dolores de nervios, irritabilidad, orgullo y mira a los demás con desprecio, pudiéndose advertir en él una actitud aristocrática y de creer erróneamente que siempre tiene razón.

SICOSIS

La sicosis produce hinchazón general y del estómago, estreñimiento, hemorroides, problemas urinarios y dificultades respiratorias incluido el asma. Cuando este paciente recibe tratamiento para estas molestias y se siente mejor, padece dolor de garganta, inflamación de garganta y de boca, aftas, tonsilitis, adenoides, estornudos constantes, resfriados, verrugas y costras como protuberancias en la piel. Las mujeres padecen de problemas ginecológicos, quistes, pólipos, etc. La sicosis produce también callos en los pies y protuberancias en las orejas y en la nariz y a veces encontramos exostosis o protuberancias en los huesos. Los

niños nacidos con sicosis lloran mucho, muestran su mal humor y tienen un instinto por destruir cosas, pegar a otros niños y una tendencia a morder y a arañar, teniendo tendencia de jóvenes a la rebeldía, a la desobediencia, a apropiarse de lo ajeno, a gastar dinero, a la fanfarronería y a escaparse de casa con frecuencia. Los médicos los examinan y recomiendan que se les someta a un tratamiento psicológico, ya que físicamente están sanos. Los padres siempre se quedan decepcionados por las soluciones inefectivas y por los caros consejos a medias. Los médicos no están ni siquiera dispuestos a comprender que estos son signos de una enfermedad que se puede curar con medicamentos. En nuestra experiencia diaria hemos visto cómo tales niños se han curado de esas anomalías mediante un simple remedio homeopático.

SIFILIS

Cuando la sífilis empieza a establecerse encontramos ojos rojos, inflamados y que escuecen, inflamación de muelas, de encías, aparición de diviosos, úlceras en la boca, retirada de las encías, caries dentales antes de tiempo, grietas y rupturas de piel que se pela, así como muy profundas y viejas úlceras de huesos o músculos, imposibles de curar durante meses e incluso años. La boca y el aliento huelen a podrido y la persona huele a muerto. Los pacientes de sífilis tienen muchas dificultades en la educación, así como en su vida social y profesional y su mente deja de crecer con la edad. Algunas personas sufren de problemas de ojos o de oídos, deformidades de los huesos y deformidades congénitas. Estos son ejemplos de casos extremos. En los estadios iniciales muchos pacientes crónicos muestran sólo una psicología anormal (síntomas mentales), aunque su cuerpo físico no muestra ningún signo de enfermedad. Estos pacientes generalmente son considerados como si fueran personas sanas. Sufren de falta de memoria, insomnio, pesadillas, falta de concentración y falta de continuidad de propósito. Muchos médicos examinan a estos pacientes y aseguran que no tienen enfermedad alguna.

El paciente crónico de Psora padece de irritabilidad y orgullo. El paciente de Sicosis sufre de desconfianza, envidia, odio, naturaleza crítica y vengativa, así como de costumbres secretas y profundas. El paciente de Sífilis sufre de incapacidad de comprender y de idiocia parcial o total.

Estos tres miasmas se establecen en la conducta y en la psicología del paciente como semillas de la enfermedad que germina a lo largo de las décadas. Algunas personas empiezan a experimentar el infierno cuando comienza su vida sexual y su plano físico sufre un daño desde ese momento. Otras personas pierden la salud desde el momento en que cambian de lugar. Otras sufren de los viajes constantes y de las malas comidas a deshora. Todas estas causas provocan el decaimiento del cuerpo físico. El pobre se rompe en pedazos por el esfuerzo físico y la malnutrición. El rico se rompe en pedazos por comidas succulentas y la falta de actividad física, debido a sus hábitos sedentarios. Algunas personas se ponen enfermas después de cada cena y otras engordan demasiado, mientras que otras se van quedando emaciadas. Las hemorroides, las fístulas, las protuberancias musculares, etc. se encuentran sólo entre aquellos que padecen de los miasmas crónicos. El cuerpo produce tales protuberancias para salvar a la constitución de una crisis. Las células vivas que luchan regularmente con la enfermedad y mueren han de ser quitadas regularmente del organismo. Estas células encuentran su salida en las hemorroides, verrugas, callos y cosas parecidas, y siempre que existan, el paciente estará a salvo ya que son como los excrementos respecto a la constitución. Lo mismo sucede con los diviesos, úlceras, eczemas, tiña, que nunca pueden ser curadas por completo sin hacer que el paciente se quede lisiado. Cuando se quitan las hemorroides, las verrugas o los callos por medio de una operación quirúrgica, el paciente invariablemente empieza a tener asma, enfermedades cardíacas o enfermedades hepáticas a los pocos años. Lo mismo sucede cuando se

cura externamente alguna enfermedad cutánea. Cuando la enfermedad crónica se cura realmente desde el interior, todos estos malestares externos desaparecen sin necesidad de medicina. Muchas veces se ha comprobado que el paciente empieza a tener síntomas en la piel cuando su enfermedad crónica es tratada adecuadamente. Estos síntomas no han de tomarse como si fueran una enfermedad cutánea contagiosa y no se ha de dar ningún medicamento para hacer que desaparezcan, pues desde el momento mismo en que se completa el tratamiento en homeopatía, el paciente quedará exento también de los problemas cutáneos.

CAPITULO IV

EL MEDICO, EL CURADOR

Según sea su entendimiento acerca de la medicación podemos dividir en dos clases a las personas que se dedican a la medicina. Una clase de personas que intenta comprender las enfermedades y curarlas y otra clase de personas que intenta comprender al paciente y hacer que recobre la salud.

El primer grupo tiene como mira dar medicamentos a las enfermedades, mientras que el otro grupo selecciona remedios para las personas. La primera categoría de médicos está siempre confundida creyendo que la enfermedad existe como cosa diferente del paciente. Ellos aceptan una existencia absoluta de la enfermedad. Ellos pueden examinar las enfermedades particulares con todo detalle, pero nunca pueden examinar a un paciente, ellos entienden la constitución humana como partes en las que hay que especializarse. Cada especialista lleva a cabo sus propias investigaciones en su propio campo particular y así tenemos especialistas en los diversos campos de la medicina como son, por ejemplo, los siguientes: el especialista de la mente, el especialista de los ojos, de los dientes, de la garganta, del oído, de la nariz, de la piel, de la orina y así sucesivamente. Cada especialista hace un estudio exhaustivo, o más bien clínico de la parte especializada del paciente sin comprender la constitución del paciente. Según tales especialistas el diagnóstico consiste en darle un nombre a la enfermedad. Es obvio que este proceso está lejos de ser científico. La enfermedad está en el paciente, mientras que el nombre de la enfermedad proviene del médico. La medicación obedece al nombre de la enfermedad pero no corresponde al estado en que se encuentra el paciente en absoluto, lo que conduce a recetar rutinariamente y a un tratamiento mecánico de un proceso vital.

Por ejemplo, los medicamentos se preparan mucho antes de que las personas se conviertan en pacientes y son anunciados con atrayentes colores. Aspro para el dolor de cabeza, Anacin para los dolores corporales y Metacin para las fiebres. No hace falta una disquisición para llegar a la conclusión de que este método está lejos de ser científico. Descubrir si falta calcio en la constitución es bueno, pero no es bueno entenderlo como si se tratara de una enfermedad, ya que sólo es el resultado de una enfermedad que está secretamente minando la constitución. No es bueno concluir que la deficiencia de calcio es una enfermedad, pero es peor creer que el tratamiento verdadero consiste en suplir el calcio que le falta a la constitución. Al hacerlo así no nos estamos preocupando por saber la razón de la falta de calcio, y el resultado es que el paciente recibe calcio mediante medicamentos una o dos veces y se aprecia en él una mejoría, pero en seguida se hace inmune a los medicamentos, ya que no se ha curado la causa por la que la constitución no recibe suficiente calcio. Al mismo tiempo el calcio que se ha suministrado tendrá su impacto sobre la constitución, cosa que no es tampoco bien recibida puesto que es el origen de nuevas complicaciones. Los exámenes clínicos de laboratorio muestran las diversas irregularidades de la bioquímica del organismo mientras que los resultados ya clasificados de antemano no tienen nada que ver con las causas. Un tratamiento que se guía por esos resultados clasificados de antemano, nunca se dirigirá hacia la causa verdadera de la enfermedad. Semejante tratamiento puede mostrar gradaciones más claras o más oscuras de los resultados de la enfermedad, pero nunca podrá efectuar una cura permanente.

Para el segundo grupo de personas que se dedican a la medicina lo importante es el paciente y no en absoluto la enfermedad. Es importante estudiar la tendencia de las cosas bajo las cuales se ha convertido en paciente y qué anomalías ha podido absorber en su conducta. Es una insensatez creer que hay algo así como una enfermedad que es diferentes de los cambios que ocurren en la conducta de los

diversos niveles de la constitución. Por eso está prohibido el dar la medicina con mira a las enfermedades.

CAMBIOS EN EL PACIENTE

Los cambios que ocurren en un paciente pueden ser de dos tipos: cambios de conducta y cambios en las partes de su cuerpo. Los cambios de conducta incluyen dos partes: la conducta de la fuerza vital y la conducta de la naturaleza de cada uno.

La conducta de la fuerza vital es la pulsación que origina la respiración, la circulación, el latido del corazón, la digestión, la asimilación, la alimentación, la eliminación, etc. La naturaleza de cada uno incluye el tipo de pensar, de comprender a los demás, de leer, de escribir, de analizar, de seleccionar, de colocar, de gustar o no gustar así como las funciones de los sentidos y la capacidad de entender y de interpretar. Un verdadero médico es aquel que puede estudiar los cambios y distorsiones que ocurren a todos estos niveles. Esto es lo que nos hace comprender si la persona está enferma o en su estado natural. Por persona natural el verdadero médico entiende a la persona sana. La salud es el estado natural de las cosas tal y como se entiende a través de todas esas actividades, mientras que la distorsión indica un estado insano de las cosas. Ahora es fácil comprender que la salud es una entidad absoluta, mientras que la enfermedad es un condicionamiento lejos del estado de salud y no es por sí misma un estado en absoluto. Si la luz de una lámpara eléctrica es considerada como blanca por 99 personas y de color por una persona, podemos concluir que esa persona es un paciente, pudiendo deducir también que está alterado su contenido de fósforo. Sería más científico estudiar a esa persona por completo y considerarla como un paciente de Phosphorus.

El dolor de estómago, de oídos, de corazón y dolores semejantes indican una alteración de las funciones. En las peculiaridades como la hinchazón, diviesos, úlceras, picor, caída del cabello, crecimiento óseo irregular, uñas frágiles, caries dentales, inflamación de la boca, etc., indican también cambios en los tejidos físicos. Todos estos síntomas no sólo indican que la persona es un paciente sino también que el paciente ha dejado que su enfermedad avance hasta llegar al plano físico. Pero ni siquiera entonces esos cambios no son muy importantes de anotar para escoger un remedio, sino que para entender el estado de un paciente y escoger el remedio en consecuencia lo más importante es tener en cuenta las distorsiones de las funciones vitales y los cambios en la estructura psicológica y en el carácter. Esto se debe al hecho de que la energía y la consciencia están más cerca del hombre o ser interior, que el cuerpo físico que es sólo un vehículo, el más externo de todos.

La salud del cuerpo físico depende de la salud de los cuerpos vital y mental. Si la casa en que vivimos está en orden o en desorden depende de los moradores de la casa y no de la calidad de los muebles o de las paredes. Por lo tanto lo más importante para comprender si uno es o no un paciente, son las funciones mentales y vitales. Las alteraciones de las funciones de los sentidos, de la mente y del conocimiento nos dan una idea clara de la enfermedad, mientras que los cambios que se producen en el cuerpo físico nos hacen comprender los resultados de la enfermedad. Todas esas alteraciones, sean en el plano mental, vital o físico, indican que hay algo mal en la constitución; por eso reciben el nombre de síntomas.

Ahora está claro que los síntomas mentales y vitales son más importantes de tener en cuenta que los síntomas físicos. Los síntomas mentales y vitales deciden la totalidad de síntomas que indica cuál es el medicamento que tiene semejanza con esa totalidad. Los síntomas vitales son alteraciones de las funciones vitales e incluyen lo que el homeópata denomina modalidades, generalidades y sensaciones. Si se consideran

estos síntomas juntos con los de tipo mental, obtenemos la totalidad de síntomas de un paciente determinado. Ese procedimiento individualiza el estudio de cada caso y nos da una clave para escoger el remedio apropiado. Cuando aprendemos la dosis y su repetición podemos hacer una cura completa de la enfermedad y que el paciente recobre la salud siempre y cuando no sea demasiado tarde. Cuando el remedio rectifica la constitución los síntomas desaparecen automáticamente, puesto que estos no encuentran la necesidad de indicar el estado de enfermedad.

LOS SINTOMAS

Los síntomas obedecen sólo a dos propósitos. El primero es avisar de que algo va mal en la constitución, con lo que está indicando que hay algo referente a nuestras costumbres alimenticias, de trabajo, de descanso y de sexo que no va bien. El segundo es presentar la totalidad de los síntomas e indicar el remedio necesario según la Ley de Semejanza. Más allá de estas dos funciones los síntomas ya no obedecen a ningún propósito, de ahí que desaparezcan automáticamente tan pronto como el medicamento restaura la salud. Esta es la manera correcta de curar.

Si alguien intenta curar los síntomas, es una manera errónea de hacer las cosas que trae como consecuencia más de una complicación. Todos los calmantes tienen como propósito cerrar la boca de los mensajeros (los síntomas) que se acercan a nosotros para comunicarnos que hay algo que va mal. Si se suprimen los síntomas el médico no tiene la posibilidad de entender la verdadera situación y el paciente se sume en un deterioro como más profundo de salud. La supresión de los síntomas se encuentra bajo la sección de paliación y cada intento con éxito de paliarlos da lugar a un considerable aumento de la enfermedad y contribuye a su incurabilidad. Sólo en los últimos estadios de casos sin esperanza los síntomas pueden ser paliados para que el paciente tenga un final apacible. En todos los demás casos suministrar calmantes equivale a estar matando la vida.

Pongamos un ejemplo. Es costumbre entre la gente del campo de diversas naciones del Extremo Oriente usar opio cuando los niños padecen de diarrea, lo cual es equivalente a suprimirla. El sistema digestivo, especialmente los intestinos y el recto se ponen en un estado de parálisis con el opio y por eso cesa la diarrea, pero es una falsa cura. La diarrea indica que la fuerza vital está intentando por todos los medios eliminar algo indeseable en la constitución. Pero si se bloquea con opio, eso supone un verdadero peligro. Por eso se da la mortalidad infantil entre esos grupos que usan opio para curar a los niños en caso de diarrea. Un médico sabio, y mucho más un sabio homeópata, nunca recurre a tratar uno o varios síntomas.

LA FUERZA VITAL

Entonces, ¿qué es lo que hay que curar en un paciente? La causa que produce los síntomas. La enfermedad crea en la fuerza vital la necesidad de producir síntomas. Entonces, ¿tiene existencia propia lo que llamamos enfermedad? No.

Cuando la fuerza vital está alterada, es lo que se entiende por estado de enfermedad. Semejante fuerza vital trabaja para destruir la constitución. La fuerza vital, que hasta ahora había estado protegiendo a la constitución empieza a llevar a cabo su destrucción cuando se la altera. Un río hace que la tierra sea fértil cuando se le encauza debidamente y alimenta a la gente, pero cuando hay crecidas y se rompen las compuertas reguladores esa misma agua del río mata. Lo mismo sucede en el caso de la fuerza vital. Cuando la fuerza vital se altera, se la llama enfermedad y cuando está en sus condiciones normales se la llama salud.

Hemos de comprender que no existe una entidad separada que podamos llamar enfermedad. El deber de un médico sabio es enseñar a la gente cómo mantener la condición natural de la fuerza vital, ha de enseñar también las costumbres y hábitos de comida, descanso, sueño, trabajo y sexo entre la gente. La medicación es una medida que sólo es útil cuando está alterada la salud. Pero los medicamentos no son bienvenidos cuando

uno está sano. El estilo de vida es lo importante para estar sanos. La salud es nuestra actitud ante la vida y nunca el procedimiento para usar una medicina. La alteración producida por una determinada fuerza externa sobre nuestra constitución es lo que se llama enfermedad. Esta alteración produce síntomas que indican el estado enfermo así como también el remedio, pero lo que hay que curar es la alteración del cuerpo vital, pues es la causa que produce los síntomas. Una vez quitada la causa, los síntomas desaparecen y cuando todos los síntomas desaparecen automáticamente uno no necesita hacer una investigación clínica para darse cuenta si hay o no enfermedad. Los intentos de tipo local para curar los síntomas incluyen las pomadas, las aplicaciones de uso externo y los aparatos quirúrgicos que no están clasificados como curas. Tales métodos hay que usarlos sólo en casos de emergencia, en casos de descuido total sin remedio y en casos en los que no existe una cura propiamente dicha. El tratamiento apropiado y puntual no permite nunca (en la mayoría de los casos) ni operación, ni aplicaciones de uso externo, ni el tratamiento local. Cuando se emplean tales métodos con pacientes que se pueden curar estos traen complicaciones y contribuyen a la incurabilidad de la constitución.

¿En qué consiste el poder curativo de la medicina? ¿Es la capacidad de destruir los síntomas? No. ¿Es hacer que los síntomas desaparezcan? Tampoco. ¿Es hacer que desaparezca la necesidad de aparición de los síntomas? Sí; eso es exactamente. Esto es lo que nos enseña la homeopatía, que luchar contra los síntomas no es solución. Cuando hay una disputa la solución no es romper unas cuantas cabezas y aterrorizar al otro bando. Así no se solucionan las disputas. Uno tiene que mostrar verdadero coraje para estar entre los dos grupos, preguntarles, entenderlos e intentar llegar a la actitud correcta. Sólo entonces existe la posibilidad de terminar una disputa. Así es también el proceso de una cura permanente con medicación. La sustancia medicinal ha de entrar en la constitución y rectificar la alteración que se produjo para causar estragos. Rectificar la alteración que se ha producido en la fuerza vital es el único

propósito del medicamento. No se trata de expulsar algo (la enfermedad) de la constitución, sino que es la fuerza vital la que expulsa la enfermedad y el medicamento es el que rectifica la alteración de la fuerza vital. La fuerza vital tiene como función la de proteger al cuerpo de su descomposición. Del mismo modo también el deber de la fuerza vital es restaurar la salud, mientras que el medicamento le ayuda a la fuerza vital a cumplir con su función.

Las sustancias medicinales son aquellas que tienen el poder de causar una alteración en la función de la fuerza vital de la constitución sana (de hecho son venenos). La causa de la enfermedad tiene también ese mismo poder. La fuerza vital enferma está alterada. La fuerza vital expuesta a una sustancia medicinal está también alterada y entonces produce síntomas. Una sustancia medicinal hace que la constitución sana produzca un grupo de síntomas característica siempre de esa sustancia medicinal. Ese grupo de síntomas es lo que se llama la totalidad de los síntomas de ese medicamento particular. Cuando los síntomas que se producen en un paciente son *semejantes* a los síntomas producidos en una persona sana por una sustancia medicinal, entonces esa medicina cura a ese paciente. Eso se debe a que esos síntomas indican la lucha de la fuerza vital contra algo indeseado. La observación nos dice que dos enfermedades no pueden existir al mismo tiempo en un organismo, sino que sólo existe un estado de enfermedad, aunque los sufrimientos sean muchos. Cuando una enfermedad que produce síntomas semejantes ataca a la constitución que ya está enferma, y siempre que sea más fuerte que la causa existente, esa enfermedad expulsa a la enfermedad existente y se apodera de la constitución. En este caso podemos usar una sustancia medicinal para producir una enfermedad artificial que sea más fuerte que la ya existente y capaz de producir semejantes síntomas. Entonces la enfermedad original desaparece y la artificial se apodera de la constitución. Si tenemos cuidado de suministrar el remedio en una dosis muy diminuta, ésta eleva la fuerza vital y queda automáticamente

eliminada por ella. La magia de la dosis mínima elimina la enfermedad existente y ella queda eliminada al cabo de poco tiempo, quedando después una constitución restablecida. Este es el núcleo de la Ley de Semejanza, el "Evangelio del doctor Hahnemann".

¿Pueden las enfermedades ser permanentemente curadas mediante su tratamiento según la Ley de Semejanza? Sí, pero uno ha de ser capaz de entender el tipo de obstáculos que se encuentra en el camino hacia la cura y cómo eliminarlos. Las irregularidades de comportamiento con la comida, con el sueño, con el descanso, con el trabajo, con el sexo así como con las relaciones sociales son los factores primordiales que llevan a la constitución a un estado de enfermedad. Uno tiene no sólo que medicar al paciente según la Ley de Semejanza, sino también eliminar las irregularidades en la dieta o en las costumbres. De otro modo el paciente se curará una y otra vez, para volver a ponerse enfermo otras tantas veces. Las causas que fundamentalmente alteran la salud son el quedarse sin dormir, el comer en exceso, la malnutrición, el vivir en un entorno sucio y la postración psicológica debida a incidentes infelices de la vida. Estas son también la causa que sirve de obstáculo cuando un medicamento está restableciendo la salud de un paciente. En la medida de lo posible ha de regularizarse el quehacer diario y tiene que haber un equilibrio entre el descanso y el trabajo así como la capacidad de aspirar a un modo de trabajar más adecuado. La paz mental y la investigación científica han de ayudarnos en este sentido. Las situaciones que provocan ira, malicia, odio, miedo y desconfianza han de ser evitadas, y para ello uno ha de mantenerse activo en la dirección positiva. No basta con repetir las Escrituras oralmente, ni es suficiente con rezar o hacer confesiones diarias, sino que es mucho más necesario prescribir a la mente algo positivo y sano y encargarnos de que ella lo acepte. Esto necesita la presencia constante de personas sanas, positivas y bondadosas. Uno tiene que crearse un entorno semejante o buscarlo si uno quiere de verdad estar continuamente sano.

La fortaleza de nuestra salud depende de nuestra herencia genética y de nuestro nacimiento y según sean estos, tenemos que hacer cambios en nuestro modo de vida. No se puede aplicar una dura y rápida regla para todos y cada uno. Uno tiene que escoger y rechazar su alimento, su entorno y el plan del día según su constitución y su resistencia. La persona que quiera tener una cura permanente no se lo debería pensar dos veces para romper con los principios de su alimentación y costumbres. A ciertas personas no les conviene ciertos alimentos; entonces, estas personas han de escoger o rechazar sus alimentos según su experiencia y con ayuda de expertos que tengan esa experiencia. Hay personas que no pueden digerir el trigo, la carne o los huevos. Entonces no sirve de nada con dar el veredicto de que el trigo, la carne y los huevos son alimentos saludables. Sin duda que son alimentos saludables, pero la pregunta es: "para quién". Una misma dieta nunca es buena para todos. El mismo par de zapatos por muy bonitos y lujosos que sean no pueden ajustarse a todas las tallas de pie. El médico ha de ser consciente de todas estas cosas antes de prescribir y de sugerir algo a sus pacientes. No es bueno preparar un menú para todos en nombre de la dietética. Algunas personas se curan ayunando, pero si le prescribimos que ayune a un paciente del corazón puede que muera. Como promedio general, uno puede prescribir una dieta común y un quehacer diario para la salud. Por ejemplo, darse aceite en la cabeza y en el cuerpo, hacer ejercicio físico moderado y ducharse regularmente, son cosas que ayudan a todos. Para quienes son estreñidos por naturaleza podemos prescribir fruta y zumos de fruta. No debería estar permitido dar ninguna medicación regular para poder hacer de vientre. Han de recomendarseles hortalizas y verduras de hoja verde así como lechugas, y no han de recomendarseles los tubérculos como las patatas a aquellas personas que sufran de estreñimiento, flatulencias o tengan una mala digestión. Ha de usarse todo este tipo de métodos auxiliares para quitar los obstáculos que puede haber en el camino hacia la curación.

CAPITULO V

DILUCION Y POTENCIA

Los remedios homeopáticos se preparan en diluciones. De hecho, podemos imaginarnos que cada dilución es una medida de las propiedades medicinales de una sustancia. Hemos de dar una atención apropiada a la trascendencia que tiene la potencia antes que podamos hacer un uso adecuado de estos remedios. La selección del remedio es la primera mitad de la tarea del médico. Seleccionar la potencia necesaria y entender el método de repetir la dosis constituyen la segunda mitad de la tarea. La filosofía homeopática es clara y precisa acerca de la selección, potencia y repetición de la dosis en el caso de cada paciente. Es tan importante estudiar los principios de la dilución y de la dosis como leer y comprender repetidamente la Materia Médica.

Hay personas que sólo leen la Materia Médica y se ponen acto seguido a tratar a los pacientes, usando remedios en diversas potencias sin saber su trascendencia. Eso es tan nefasto como una persona sin preparación que se pone a dirigir varios escuadrones de un ejército en una guerra. Recibir un remedio de un homeópata que no conoce la trascendencia de las potencias, es tan peligroso como cruzar una habitación de noche y sin luces en la que dos esquimales están luchando tirándose cuchillos.

Algunos médicos aseguran que recetan los medicamentos según su experiencia. Eso es siempre una experiencia de dolor y de pena para el paciente. Algunos favorecen el uso de ciertas potencias y usan cualquier medicina según su experiencia. Cuando un médico dice orgullosamente: "Yo nunca dejo de dar ningún medicamento con una potencia más baja de 10M" y otro médico dice: "Yo nunca empleo ningún medicamento más allá de la dilución 6". Ambos están equivocados. Si

suministramos un remedio en una dilución más baja o más alta de lo necesario, éste molesta al paciente con la misma incomodidad. Siempre el daño es el mismo incluso un remedio bien indicado y bien elegido demuestra ser inútil cuando se le emplea en una potencia equivocada. Tenemos ante nosotros la gúfa de los ya bien establecidos principios de los pioneros de la homeopatía, el doctor Samuel Hahnemann y el doctor J.T.Kent. Es de sabios tomar esos principios con toda nuestra fuerza y seguir las huellas de estos pioneros. Algunos de estos principios son como sigue:

1. Cuando la enfermedad está indicada por síntomas sólo físicos tenemos que usar remedios de baja dilución, el más alto de los cuales es 30C. Si encontramos pacientes con indigestión, diarrea, erupciones y picores que son de naturaleza aguda, siempre y cuando el paciente no muestre otros síntomas o señales de una enfermedad crónica podemos darle con toda seguridad el remedio de otra tintura hasta 30C. A menudo en tales casos las potencias decimales 3X, 6X y 12X producen curas ideales. En todos esos casos la cura es completa.

2. Cuando la enfermedad se manifiesta prominentemente en el plano vital (el plano de las sensaciones), podemos usar diluciones medias. Todos esos pacientes se quejan de dolores, ardores, pesadez, escozores, picazón, dolores de cabeza (ocasionales), fiebre, dolores corporales, colitis o estreñimiento. Encontraremos que tales pacientes empiezan a manifestar modalidades, es decir, que muestran momentos y condiciones de agravación y de mejoría. Algunas personas sufre durante el día y otras durante la noche; otras por la mañana y otras por la tarde, así como otras al mediodía. Si esas personas no manifiestan ninguna anomalía en su conducta (en los planos mental e intelectual) y sus quejas no son recurrentes, el paciente se puede curar con diluciones entre 30 y 200C.

3. Epidemias como el cólera, la diarrea de verano, así como enfermedades estacionales, cólicos, sangre en los excrementos, han de entenderse como resultados de la susceptibilidad a los cambios de estación

y del entorno. Todos esos casos requieren por lo general diluciones entre 30 y 200C. En situaciones muy peligrosas como el cólera etc., hemos de seguir un método diferente que consiste en usar remedios como Camphora en las diluciones más bajas como 2, 3, 4, 5 y 6C, repitiendo el remedio tan frecuentemente como sea necesario (a veces una dosis cada 5 minutos) y cuando se empieza a sentir un alivio hemos de dejar de repetir la dosis o hacer intervalos más largos. Al mismo tiempo si se necesita aún dar un remedio hemos de recurrir a diluciones más elevadas hasta 30 y si se cura, seguir con esa dilución y si vuelve a parecer, repetir esa dosis en 200C.

4. En enfermedades muy peligrosas que existen en los planos nervioso y mental, como el tétano, tenemos que usar el remedio indicado en dilución alta, no menos de 1000C. A menudo esos pacientes necesitan hasta 10.000 o 50.000C. Diluciones más bajas del mismo remedio indicado no pueden salvarlos. A veces necesitan la repetición de estas elevadas diluciones y se dieron casos en los que el paciente necesitó 5 o 6 dosis para restablecerse por completo.

5. En los pacientes de miasmas crónicos como Psora, Sífilis y Sicosis la enfermedad se manifestará en los planos más profundos de existencia. Estos pacientes tendrán anomalías de conducta en su mente, en su intelecto y en sus emociones y sufrirán de dolencias como insomnio, hemicrania, ceguera nocturna y faltas al leer, escribir y al hablar. Con esos pacientes uno puede empezar el tratamiento con 200C e ir subiendo hasta 1000C. La dosis es diferente en tales casos y uno tiene que esperar mucho antes de que una dosis cumpla con su acción y se necesite otra dosis. Son mucho los cambios que ocurren después de cada dosis.

A veces el paciente se encuentra mejor mentalmente, pero está peor en lo que respecta los síntomas físicos y a veces tiene nuevos síntomas pasajera. Es muy importante no elegir un nuevo remedio para los nuevos síntomas. Hemos de esperar unos pocos días y los nuevos síntomas desaparecerán, dando lugar a otro grupo de síntomas que son todos pasajeros. Si la ceguera nocturna mejora con una dosis, puede que

el paciente tenga diviesos o picor. Si el médico tiene cuidado de no escoger otro remedio para los diviesos o los picores, los síntomas cutáneos desaparecen y la salud se restablece. De la misma manera, si a un viejo paciente con historial de malaria se le trata ahora de debilidad y palpitaciones, éste mejora pero sufre de nuevo temporalmente uno o dos ataques de fiebres de malaria. Dejadlo que lo pase sin usar el remedio y quedará completamente curado.

6. Aquellos que tienen miasmas crónicos suficientemente avanzados, padecen de anormalidades mentales como abatimiento, desesperación, desconfianza, envidia, malicia, miedo del futuro, encontrar defectos ajenos, crítica amarga, usar un lenguaje rudo y cuestionable. Hay personas que muestran síntomas como miedo, soledad, miedo a ladrones, enemigos, etc. Tales pacientes necesitan remedios entre los 1000 y los 10.000C de dilución y entonces su condición mental se aclara y muestran síntomas de los sentidos. Esperamos y veamos hasta que el plano de los sentidos se aclare y el paciente muestre complicaciones físicas. Esperamos y observamos sin cambiar el medicamento ni repetirlo y entonces el paciente se cura de todo, pero la cura lleva meses y a veces años. Cuando se cambia frecuentemente de medicamento, los pacientes empiezan a tener complicaciones y nunca se pueden curar.

7. Si la enfermedad se ha arraigado profundamente en el plano emocional, empezamos a notar ilusiones y alucinaciones. La facultad imaginativa actúa más allá de los límites necesarios y se produce un estado que raya en la locura. Los pacientes ven ladrones que les atrapan, la policía que los busca, acreedores que preguntan por ellos, diablos que les atormentan, etc. A veces ven animales de formas extrañas, otras veces tienen pensamientos de asesinato, suicidio, violencia y crimen. Hay personas que golpean su cabeza contra la pared o contra el suelo cuando se enfadan. Hay también gente que se tira a un lago y otra gente que se sienten inclinados a tirar piedras a los demás. Hay pacientes que sienten aversión por la gente de su casa, por sus amigos y compañeros. Hay

maridos y familiares que recurren a la violencia contra su mujer y sus hijos y a veces cuando se irritan les golpean causándoles heridas. Cuando la enfermedad está ya en este plano entonces es preciso usar el remedio necesario en diluciones de 10M, 50M y CM (100M). Con frecuencia se necesita un intervalo muy largo entre dos dosis. En algunos casos el paciente necesita sólo una dosis para su recuperación total. Nos daremos cuenta que la enfermedad se cura desde el centro hacia la circunferencia en diversos estadios. Por ejemplo, el paciente está mejor en el plano mental pero siente malestar como dolor de cabeza, o dolores corporales, fiebre, escalofríos, etc., que desaparecen con el paso del tiempo, dando lugar a síntomas como la caída de cabello, uñas frágiles, erupciones y diviesos. Estos síntomas también desaparecen con el paso del tiempo y dejan al paciente completamente sano y sin necesidad de ningún medicamento más.

8. Si el médico tiene prisa por usar dosis frecuentes de medicamentos, el paciente puede mostrar en ese caso los síntomas del medicamento junto con los síntomas que tenía. Entonces la constitución se complica y la situación confunde al médico y al paciente por ejemplo encontramos pacientes que necesitan Tuberculinum u Opium en diluciones de 50M o 100M. Esas personas, de jóvenes roban dinero, fingen y tergiversan las cosas. Salen a tiempo de casa de camino hacia la escuela pero se entretienen por las calles. A veces hacen un viaje repentino sin informar a sus padres, desapareciendo por un tiempo y causando molestia entre los mayores. Encontramos casos de parejas que se escapan a un lugar diferente para disfrutar de los placeres físicos durante unos días o meses y luego se separan. También hay personas que cambian de profesión, de estudios, de residencia y de ciudad tan frecuentemente como pueden. Cuando se les da una dosis de Opium o Tuberculinum en dilución elevada, tenemos que esperar durante mucho tiempo —algo así como seis meses o un año—, antes de obtener resultados. Pero encontramos a gente inexperta que repite las dosis con demasiada frecuencia simplemente

porque no obtienen resultados y repiten la dosis una vez al mes o cada quince días. Esto crea complicaciones a la constitución. Los síntomas se confunden y el médico no tiene ninguna clave para comprender la posición exacta del paciente. Algunas veces se produce la muerte repentina de un paciente sin que se deba a ninguna razón aparente. Para tratar a tales pacientes se necesita experiencia. Podemos leer muchos libros importantes pero lo que necesitamos es la presencia de un guía con gran experiencia que nos prevenga de la tentación de repetir la dosis.

9. En casos de caída y lesión se producen condiciones de contusión que exigen remedios como Arnica. Cuando el sufrimiento físico es demasiado agudo, es apropiado usar dosis frecuentes en baja potencia como 6C y el paciente recibe un rápido alivio. Según la intensidad del sufrimiento podemos suministrar incluso 4 o 5 dosis por día. En lugar de esto, algunos usan Arnica 200 y no obtienen resultado, empezando entonces a usar Arnica 1M, para su decepción personal. Esto puede llevar a una pérdida de confianza en el sistema homeopático como tal. Todo esto se debe al uso de la potencia equivocada, aunque se trate del medicamento acertado.

10. En casos como la mordedura de serpiente, picadura de escorpión y envenenamiento de alimentos, la situación necesita una acción muy rápida. Cuando usamos remedios como la Echinacea tenemos que empezar el tratamiento con la tintura madre. Para ello hemos de tomar media cucharilla llena de tintura madre y mezclarla en 1 decilitro aproximadamente de agua destilada. Hacer que el paciente beba una cucharada cada cinco minutos y al mismo tiempo tenemos que aplicar la tintura madre en el lugar de la mordedura o picadura. Repetir el proceso hasta que el paciente vuelve a la completa normalidad. Una vez que el paciente está fuera de peligro hay que usar una dosis del mismo medicamento en la dilución 30C y nada más.

11. Hay casos como la mordedura de perro, rata o gato y en ocasiones también nos encontramos con casos de mordedura humana. En

estos casos hemos de suministrar tan pronto como sea posible dos dosis de Belladonna 6C en dos horas. Esperar 24 horas y suministrar dos dosis de Belladonna 30C en dos días y esperar durante una semana. Luego, suministrar una dosis de Belladonna 200C y esperar durante dos o tres semanas. Después le damos una dosis de Thuja 6C, dejando una semana de intervalo y luego una dosis de Thuja 30C. Después de la mordedura y tan pronto como sea posible conviene restregar con tintura madre de Echinacea en el lugar de la mordedura.

12. La caída, las lesiones, la mordedura, la picadura y el envenenamiento de alimentos no son enfermedades, sino que son situaciones de emergencia producidas por causas externas y por eso su proceso de tratamiento es un poco diferente del uso normal de la homeopatía. El tratamiento de las enfermedades propiamente dichas ha de ser diferente del tratamiento de las indisposiciones debidas a causas externas. Entre las enfermedades propiamente dichas, el tratamiento de las enfermedades agudas es también diferente del tratamiento de las enfermedades crónicas. En las enfermedades agudas en las que se da una rápida precipitación de la crisis, tenemos que empezar con bajas diluciones repetidas con frecuencia. Incluso en las enfermedades agudas, aunque uno encuentre condiciones de derrumbe como angustia, inquietud, sudores fríos y palpitaciones, tenemos que usar el remedio indicado directamente en la potencia 200C, 1M o 10M. Una sola dosis salva con frecuencia al paciente. En las enfermedades el tratamiento dura más tiempo y precisa un número limitado de dosis a intervalos más largos, pues con frecuencia esos casos necesitan diluciones desde 200C para arriba. Una sola dosis va haciendo desaparecer la enfermedad durante mucho tiempo, cuando el paciente empieza a sentir cada vez mayor alivio. Esperemos hasta que termine el alivio y vuelvan a comenzar los sufrimientos para sólo entonces repetir la dosis. Si usamos una dilución menor de la necesaria, aunque se trate del remedio indicado, no podemos curar. Notaremos un alivio rápido y una acelerada reaparición de todos los

síntomas de ese caso. En algunos casos una dosis suministrada en una dilución más baja de la necesaria, lleva consigo una agravación y el paciente sufre. En todos esos casos tenemos que suministrar el mismo medicamento en una dilución más elevada que el anterior y entonces el paciente encuentra un alivio considerable y mejora rápidamente. En todo ese tipo de casos semejantes, lo mejor es seguir el procedimiento dado por el doctor J.T.Kent, el cual es como sigue: En todas las enfermedades crónicas lo mejor es comenzar el tratamiento con potencias bajas e ir subiendo según la necesidad. Conviene empezar con 30C para todas las enfermedades crónicas. Si la potencia es más baja de la que se necesita, el paciente encontrará un alivio parcial. A veces se produce un alivio durante un poco de tiempo y una nueva aparición más violenta de los síntomas. Entonces administremos el mismo remedio en la dilución 200C. De este modo podemos ir agotando cada potencia hasta que el paciente se alivie por completo. Cuando uno encuentra un alivio completo, ya no tenemos por qué usar ninguna otra dosis. El caso se ha curado y podemos dar por terminado el tratamiento.

CAPITULO VI

A PROPOSITO DE LOS SINTOMAS

Conociendo la naturaleza de los síntomas y agrupando los síntomas disponibles bajo encabezamientos apropiados, son los dos rasgos esenciales que forman la verdadera lógica de la homeopatía. Sólo la presencia de los síntomas nos puede ayudar a concluir si una persona es o no es un paciente. Para elegir un remedio apropiado, son una vez más los síntomas y nada más que los síntomas los que nos pueden ayudar. Para saber si una sustancia sirve como medicina para curar enfermedades se puede deducir solamente a partir de los síntomas. La capacidad de despertar síntomas en una constitución sana indica la capacidad de provocar la fuerza vital de una persona que tiene ya una enfermedad. Toda medicina (sustancia medicinal) provoca sufrimientos en una persona sana. Cuando una persona sana toma regularmente un medicina tiene problemas como dolor de cabeza, dolor de muelas y fiebre, y a medida que continúa, sigue produciendo síntomas hasta llegar a los síntomas mentales como desesperación, ansiedad y miedo. ¿Cómo saber qué medicina hay que escoger y para qué paciente? Hay un método bien comprensible que es la manera de interpretar los síntomas y de agruparlos. Haciendo así, podemos formar la Materia Médica de una sustancia medicinal de tal manera que podemos individualizar esa medicina, separándola del resto de las demás. De la misma manera tenemos que individualizar el caso del paciente poniendo en orden sus síntomas. Después podemos seleccionar el remedio para ese paciente.

Todos los dolores no pueden ser clasificados como síntomas. Bryonia cura el dolor de cabeza. Arnica también cura el dolor de cabeza. ¿Podemos acaso dar al azar Bryonia o Arnica a un paciente que tiene dolor de cabeza?, o ¿acaso hemos de seguir el método de prueba y error,

utilizando una medicina tras otra, hasta que el paciente se cure? Hay miles de remedios clasificados en la Materia Médica que pueden curar el dolor de cabeza. ¿Tenemos que ir probando uno tras otro, en orden alfabético? Si es ese el caso, el paciente tiene que ingerir más cantidad de medicamentos que de alimentos. De este modo son usados los medicamentos alopáticos y algunas personas usan también la medicina homeopática a la manera alopática. Si seguimos ese procedimiento no encontraremos pacientes vivos a quien tratar. El doctor Hahnemann nos da un método para agrupar los síntomas y es de esperar que sepamos algo acerca de él.

Si consideramos Bryonia, por ejemplo, tenemos el dolor de cabeza, los dolores corporales, el cólico y el lumbago. Estos son dolores que se encuentran bajo la primera categoría. Son todos sencillamente dolores y nada más y se llaman *síntomas comunes*.

Ahora observemos el segundo grupo de síntomas, conocido como *modalidades*:

- a) El paciente se siente mejor si se hace presión en las partes doloridas.
- b) Cuando se ata algo apretado, se alivia su malestar.
- c) Se siente a gusto con la brisa fresca y bebidas frías.
- d) Una sed enorme de agua fresca en grandes cantidades.

El tercer grupo de síntomas es conocido como *síntomas mentales*:

- a) Sentir el cuerpo demasiado pesado e incapaz de moverse.
- b) Los dolores aumentan y se hacen insoportables por un tiempo con cada movimiento del cuerpo.
- c) Si se descansa del todo los dolores se aminoran.
- d) La mente se siente perezosa y sin ganas de hacer ningún tipo trabajo.

El primer grupo de síntomas es común a todos los pacientes pero el segundo y el tercero distinguen a los pacientes de Bryonia; Por eso se les llama *síntomas distintivos o individualizadores*.

Se pueden escoger remedios para los pacientes sobre la base de la individualización, es decir, con ayuda de los síntomas distintivos. Nadie debería escoger un remedio para los síntomas comunes. Ningún homeópata sensato escoge un remedio para el dolor de cabeza, de estómago ni para cualquier otro de los síntomas comunes y si lo hacemos, no sólo es inútil sino también perjudicial para el paciente.

Se ha de elegir el remedio para la persona y no para la enfermedad.

Hemos de intentar comprender a la persona que tiene dolor de cabeza con todas las anomalías de conducta, lo que solemos llamar síntomas distintivos. El tratamiento es para el paciente y no para las enfermedades, según el primer aforismo del doctor Hahnemann.

Un sabio autor de una materia médica homeopática hace que el lector distinga los síntomas distintivos o individualizadores de un medicamento, de sus síntomas comunes. Cada medicamento ha de ser estudiado siguiendo el esquema de la Materia Médica de Kent, de tal manera que podamos visualizar los síntomas como personas vivientes, de tal modo que podamos recordarlos según sea su importancia. Hemos de formarnos un cuadro viviente de la descripción que se da en la Materia Médica, pero nunca hemos de intentar memorizar los síntomas.

Hay cientos y miles de síntomas comunes como por ejemplo: dolores, dolores punzantes, ardores, escozor, picazón, dolores por calambre, entumecimiento, hinchazón, diviesos, úlceras y erupciones. Nunca hemos de dar excesiva importancia a estos aspectos al estudiar la Materia Médica las primeras diez veces. Del mismo modo, tampoco debemos dar mucha importancia a los estados y nombres como parálisis, hipertensión, tifus, enfermedades hepáticas, renales, de la vejiga, etc., ya que los nombres de las enfermedades son usados por los médicos sólo para su mayor conveniencia, pero no están en el cuerpo; por lo tanto no busquemos al tifus y demás calificativos para decidir cuál ha de ser la medicina.

Entre los síntomas distintivos se encuentran los síntomas mentales como ya dijimos anteriormente. Por ejemplo un paciente es irritable, otro es desconfiado, otro envidioso y otro embotado. Tenemos otro grupo de síntomas distintivos llamados modalidades. Por ejemplo, ciertos pacientes están mejor echados, otros sentados y otros caminando. Entonces miremos a ver si el paciente se encuentra mejor echado sobre el vientre. Algunas personas se sienten a gusto echados sobre el lado derecho y otros sobre el lado izquierdo. Este tipo de modalidades nos ayudan también a obtener la totalidad de los síntomas y seleccionar el medicamento. Si una persona nota que su insoportable dolor de estómago se calma si se dobla hacia delante, el remedio que le cura es *Colocynthis*. Si otro paciente nota que su cólico va mejor estirándose hacia atrás, entonces se cura con *Dioscorea*. Si el dolor de cabeza se mejora apretando la cabeza con los dedos, éste se puede curar con *Bryonia*. Si otra persona pone el grito en el cielo al tocarle la parte dolorida y tiene mucho miedo cuando alguien le toca, significa que necesita *Arnica* para curarse.

Los dolores de algunas personas suelen ser más o menos periódicos, y hay personas que tienen dolor de cabeza o fiebres de malaria cada dos días, eso nos indica un grupo de remedios empezando con *China*. Si una persona hace de vientre extensamente a las 12 de la noche, eso nos indica *China*. Todos estos dolores se curarán con *China*. Hay otro paciente cuyo dolor de cabeza se produce al amanecer, aumenta con el sol hasta mediodía y al llegar la tarde disminuye, lo cual nos indica *Natrum Mur.* y el grupo de remedios afines. Algunas personas que de pronto sienten hambre, se sienten débiles, sudan y tiemblan entre las 10 y las 11 de la mañana y se sienten mejor al comer, indica que necesitan *Sulphur*. *Sulphur* cura también los demás problemas de estos pacientes. Estos síntomas alternantes también están clasificados bajo el grupo de modalidades.

Tenemos que averiguar una vez más cuáles son las circunstancias en que los dolores de un paciente mejoran o empeoran. Para personas que

se sienten mejor cuando tienen hambre y peor después de haber comido, podemos concluir que Nux Vomica es el remedio indicado. Para ciertas personas que sienten mejoría si beben bebidas heladas podemos concluir que sus remedios pueden ser Sulphur, Bryonia o Phosphorus. Otras personas ansían comer helados y bebidas heladas, pero se ponen enfermos con dolor de garganta y fiebre; eso nos indica que Pulsatilla es el remedio indicado. Todos estos síntomas forman parte también del grupo de modalidades.

Lo más importante es observar las peculiaridades del aspecto emocional del paciente. Una mujer que se pone a llorar descontroladamente mientras está contando sus síntomas, indica que necesita Pulsatilla. Un anciano que llora al ver a sus amigos y familiares al cabo de mucho tiempo y otro que rompe en lágrimas cuando le dan las gracias o lo alaban, ambas personas necesitan Lycopodium. Hay personas que se sientan en solitario y piensan en su futuro, imaginándose dificultades financieras, pobreza, que van mendigando por las calles y que siempre tienen miedo de su futuro financiero. A esas personas si les damos una dosis en dilución muy alta de Calcarea Fluorica dejan de pensar de esa manera, y no sólo eso, sino que les cura todas las enfermedades que tengan. Una persona anticipa que va a tener una enfermedad incurable, sobre todo de corazón y se imagina que tiene pesadez y dolor de corazón, sintiéndose muy alterado por ello. Una alta dilución de Arnica cura a esa persona. No tenemos que escribir todo lo que nos cuenta sino ir entresacando cosas de lo que nos va contando. Estos son síntomas mentales de naturaleza más profunda y más fiable y se les ha de dar máxima preferencia a la hora de seleccionar un remedio. Luego, hemos de dar la misma importancia a las modalidades y a los síntomas distintivos. Estos síntomas son auténticos síntomas que aparecen mezclados con los síntomas comunes como dolor de cabeza y de estómago. Hemos de filtrar los síntomas comunes y seleccionar los síntomas verdaderamente importantes. Este es el primer paso. Cada

paciente manifiesta unos pocos síntomas distintivos. Si aprendemos a cómo reunirlos podemos conocer la imagen de la enfermedad con el paciente. Esta imagen es lo que se llama "la totalidad de los síntomas". Cada medicamento produce su propia totalidad de síntomas y es nuestro deber seleccionar un medicamento cuya totalidad de síntomas sea similar a la totalidad de síntomas del paciente. Esta es la única manera de efectuar una cura permanente.

Algunas personas creen que el total de los síntomas de un medicamento que se dan en la Materia Médica constituyen la totalidad de los síntomas de ese medicamento. Pero eso no es correcto. La totalidad no significa nunca la suma total de los síntomas. Nunca podemos encontrar un paciente que posea todos los síntomas que se dan en la Materia Médica referentes a un medicamento cualquiera. Es imposible. Antes de que el paciente ponga de manifiesto menos de la mitad de los síntomas de un medicamento, muere. La totalidad no es la suma total de los síntomas, sino que es el cuadro producido por los síntomas distintivos que están presentes en un paciente.

A veces un paciente muestra algunos síntomas menores después de usar el remedio indicado, síntomas que no existían antes de que el paciente tomara ese medicamento. Esos síntomas han estado existiendo latentemente en el paciente y salieron debido al suministro del remedio indicado. Son síntomas cambiantes y por ello de valor temporal. No se debe usar ningún medicamento para ocuparse de ellos, pues desaparecen si le damos tiempo. Por ejemplo un paciente que tiene azúcar en la orina tiene mucha sed de beber grandes cantidades de agua, ardor de la uretra cuando no orina, mejoría del ardor mientras orina y mucha incomodidad cuando el sol calienta al máximo. Una dosis de Bryonia empieza la cura y al cabo de dos o tres semanas el paciente tiene dolor de estómago y diarrea. Si esperamos un día o dos estos síntomas desaparecen y desde ese momento su cura se acelera más. Si usamos otro remedio para curar el dolor de estómago y la diarrea, sin duda que se producirá un alivio de los

síntomas temporales mientras que el tratamiento principal queda confuso y la constitución se complica. De esta manera, uno ha de dar más importancia a la totalidad de los síntomas de cada medicina y tenerla presente hasta que el caso se haya curado. Si los síntomas cambiantes demuestran ser verdaderamente peligrosos para la vida del paciente, hemos de darle inmediatamente otra medicina y salvar al paciente del peligro de muerte. En tales casos hemos de comprender que la selección del medicamento anterior es equivocada o que el médico no tiene otra alternativa sino la de aliviar al paciente de vez en cuando, tanto tiempo como viva.

CAPITULO VII

AVERIGUAR SI EL TRATAMIENTO VA POR BUEN CAMINO

Cuando un médico trata al paciente según los principios de la homeopatía tiene el deber de comprobar si la medicina prescrita ha sido seleccionada con acierto o no, y de verificar si está actuando en la dirección deseada. Ha de tener indicios claros para poder orientarse. Tales indicaciones están disponibles en la homeopatía.

1. Comprobar si el remedio escogido tiene la misma totalidad de síntomas que la totalidad del paciente para quien ha sido elegido. Seleccionar la dilución de acuerdo a la profundidad, intensidad y velocidad de la enfermedad. Decidir el intervalo entre dos dosis según los principios establecidos.

2. Observar los cambios que están teniendo lugar en el paciente:

a) Si los síntomas de la enfermedad están gradualmente desapareciendo y el paciente se está haciendo más fuerte y se siente mejor en su totalidad, podemos deducir que el tratamiento discurre en la dirección acertada.

b) Si los síntomas son peores, pero el paciente está mejor (saliendo de su debilidad y encontrándose cada vez mejor en su actividad), también hemos de concluir que el tratamiento discurre en la dirección acertada.

c) Si los síntomas están desapareciendo (o haciéndose imprecisos) y el paciente se vuelve cada vez más débil, significa que el tratamiento ha tomado una dirección equivocada.

d) Si los síntomas van tomando fuerza o hay nuevos síntomas que se surgen inesperadamente y el paciente se debilita, entonces el tratamiento es inapropiado y peligroso.

a) Por ejemplo, a un paciente que tiene fiebre se le da una dosis de Rhus Tox 200. Desaparece el dolor de cabeza y el paciente empieza a sentir el gusto por la comida. La cantidad de comida va aumentando y puede ir de un lado a otro para ocuparse de su negocio. En este caso encontramos que los síntomas de la enfermedad disminuyen y el paciente va recobrando la fuerza. De ahí podemos deducir que el tratamiento progresa de la manera idónea.

b) Un paciente tiene fiebre, delirio, dolor de cabeza y un divieso rojo. Se le da una dosis de Stramonium 200. El primer día el divieso se hincha y empieza a doler. Su temperatura aumenta de un grado. El delirio está bajo control y el paciente recobra su sano juicio. Su debilidad se cura y aumenta su apetito. En este caso los síntomas se han acentuado, pero el paciente ha mejorado. Ya que el paciente es más importante que la enfermedad, podemos comprender que el tratamiento progresa en la dirección apropiada. La constitución está contribuyendo a hacer que el divieso reviente. Con miras a ello se produce un aumento del dolor y de la fiebre temporalmente. El médico tiene que comprender que el tratamiento está discurriendo en la dirección correcta y no ha de volverse cada vez más inquieto por la fiebre ni cambiar de remedio. A los dos días siguientes los síntomas desaparecen y la fiebre baja.

c) Un paciente lleva diez días sufriendo de fiebre alta y delirio. Ve entidades negativas o diablos. Tiene un fuerte dolor de cabeza y un divieso bastante rojizo. Se le da Belladonna 200. La fiebre desciende y el divieso también disminuye. El delirio aumenta y el paciente empieza a comportarse como un demente. Se debilita, no puede caminar y se queda mirando fijamente. Lo que sucedió en este caso es que se suprimieron los síntomas físicos y empeoraron los síntomas mentales. La fuerza vital se va debilitando. El tratamiento ha tomado un rumbo equivocado. Al haber suprimido la fiebre, el divieso ha sido igualmente suprimido en lugar de reventar y las condiciones tóxicas del organismo hicieron que la mente se volviera loca. Los síntomas han mejorado, pero la enfermedad ha ganado

fuerza. El paciente tiene que ser rescatado dándole Belladonna como antídoto y prescribiendo el remedio correcto. Por tratarse de un caso de fiebre prolongada Belladonna no es el remedio indicado, pero Stramonium hubiera hecho lo necesario.

d) Un paciente que sufre de ataques epilépticos mucho tiempo después de haberse dado una dosis de Belladonna 200. Los ataques aumentan de intensidad. El paciente va perdiendo su actividad y va entrando en un estado de somnolencia día tras día. Su gusto por la comida ha disminuido y se está debilitando. En este caso la enfermedad ha empeorado y el paciente también ha empeorado. Podemos entender que el remedio no tiene nada parecido con el paciente. El paciente morirá pronto o se volverá demente. Hay que darle inmediatamente la medicina como antídoto, pero ésta no ha de ser escogida para los ataques, sino según la conducta mental del paciente.

El médico tiene que recordar estas cuatro alternativas y guiarse en su tratamiento por los cambios que están teniendo lugar.

3. Hay tres leyes en la homeopatía que guían al médico en el tratamiento de enfermedades crónicas:

- a) Los dolores han de curarse desde arriba hacia abajo.
- b) De otro modo, los síntomas han de curarse desde el centro hacia la circunferencia.
- c) Los dolores han de curarse en el orden inverso a como se produjeron.

a) Por ejemplo, un paciente padece de hemicrania, dolor de estómago, dolores de rodilla y tiene los pies hinchados. Se siente más cómodo estando a la brisa fresca, aumentando sus dolores si se sienta al calor de la cocina. Por la mañana, su gana de hacer de vientre le saca de la cama. Si no puede comer antes de las 11 de la mañana, le entra dolor de cabeza, debilidad y temblor. El médico le da una dosis de Sulphur 200. El dolor de cabeza va mejor durante la primera semana, el dolor de

estómago va mejor durante la segunda semana y los dolores de rodilla van mejor durante la tercera semana. La debilidad disminuye y el paciente gana fuerza y entusiasmo. En este caso los dolores se van curando desde arriba hacia abajo. Podemos confiar en el medicamento y dejar que actúe. Supongamos que otro médico le hubiera dado a este paciente Rhus Tox 200 en lugar de Sulphur 200, teniendo en consideración los dolores de la rodilla. Lo que sucedería en este caso es lo siguiente: La hinchazón de los pies disminuye durante la primera semana, pero el paciente se debilita debido a la cantidad en aumento de orina. Los dolores de rodilla van mejor durante la segunda semana. Al mismo tiempo no se puede poner de pie porque las articulaciones ceden. En este caso la cura empezó a tener lugar desde abajo hacia arriba. Es erróneo; además, va contra la naturaleza de un paciente de Rhus Tox sentirse cómodo al aire fresco. Se ignora al paciente y se selecciona el remedio para los dolores de rodilla, lo cual es erróneo y le lleva al paciente a muchas complicaciones.

b) Un paciente es incapaz de reconocer a sus viejos amigos de los últimos años. No es capaz de recordar sus nombres. Tiene dolores punzantes de estómago y diarrea con mucosidad. Cada vez que quiere salir siente necesidad de hacer de vientre. Tiene también una uña en mal estado. El médico le prescribió una dosis de Argentum Nitricum 1M. Al cabo de dos semanas el paciente está mucho mejor con respecto a su falta de memoria y es capaz de recordar en seguida los nombres de sus amigos. Durante la tercera semana estaba mejor del dolor de estómago y de la diarrea con mucosidad. Se le dio dos dosis más del mismo remedio según fueron apareciendo de nuevo los síntomas. Desaparecieron todos los dolores y su uña se puso mejor. En este caso eran los síntomas mentales los que al principio estaban bien. Después se pusieron mejor los síntomas del plano vital (el dolor de estómago y la diarrea). El síntoma físico de la uña se puso mejor hacia el final. La enfermedad se curó desde el centro hacia la circunferencia; por lo tanto el tratamiento es correcto. Si el médico le hubiera prescrito Phosphorus al examinar la uña en mal estado,

la uña se hubiera puesto mejor, pero la diarrea y el dolor de estómago se hubieran puesto peor. Supongamos que el paciente echa también sangre con las deposiciones y el médico le prescribe una dosis de Mercurius Cor. 200. Se terminan las deposiciones con sangre y mucosidades. Se empieza a perder el apetito. La uña se pone peor otra vez y le entra dolor de cabeza al paciente. Si el médico prescribe Bryonia, mejora el dolor de cabeza, pero entonces el paciente empieza a tener un inexplicable miedo, insomnio y náusea. Este tratamiento ha tomado una dirección equivocada y por eso trae complicaciones. Esta manera de cambiar de remedios según los dolores, hace que el paciente se ponga cada vez peor.

c) Un paciente de malaria se encuentra mejor después de haber tomado quinina durante algunos meses. Después de eso empezó a tener sudores torrenciales antes de irse a dormir y a oír sonidos que le zumbaban en los oídos. Tomó algunas vitaminas y mejoraron los sudores y los zumbidos en los oídos. Entonces empezó a tiritar, a sentir calor y ardor por todo el cuerpo. Tomó un tónico y estos síntomas desaparecieron. Después empezó a tener palpitaciones, miedo y sueños de miedo. Entonces fue a ver a un homeópata que le dio una dosis de China 10M, después de lo cual desaparecieron las palpitaciones y el miedo. Después volvieron a aparecer los síntomas anteriores (tiritones, calor y ardor), que desaparecieron al cabo de una semana. Entonces volvieron a aparecer los síntomas anteriores (sudores, zumbidos en los oídos), que desaparecieron al cabo de otra semana. Al cabo de dos semanas le dio un grave ataque de fiebre de malaria. Y mientras estaban teniendo lugar estos cambios, el médico no cambió el medicamento ni repitió la dosis. A las dos semanas, la fiebre de malaria desapareció y a los pocos meses el paciente volvió a recobrar la salud por completo y se puso normal. De esta manera se producirá la reaparición de todos los dolores anteriores del paciente en orden inverso al de su aparición anterior. Esto sucede cuando el tratamiento de la enfermedad crónica va por buen camino.

4. En ciertos casos, la enfermedad ha avanzado tanto que ya no tiene posibilidad de cura. Eso puede ser debido a una negligencia prolongada, a un tratamiento equivocado o a la avanzada edad del paciente. En esos casos es extremadamente peligroso usar remedios en diluciones elevadas y cuanto más parecido sea un remedio con la condición del paciente, más peligroso es. El remedio intenta alterar los niveles más profundos de la existencia del paciente. y dado que los cambios que se han producido son irreparables, el paciente morirá debido a los efectos del remedio correcto. Un paciente de tuberculosis suprimió su enfermedad mediante muchos tratamientos y al cabo de 10 o 15 años de supresión esa enfermedad ha tomado un curso diferente. El paciente empezó a tener diarrea por las mañanas, cada vez con más frecuencia y se ha debilitado. Siente hambre y debilidad entre las 10 y las 11 de la mañana. Lo más indicado es Sulphur, pero no se le ha de dar porque el caso no tiene cura. Si se le da, Sulphur cura la diarrea y hace que se le hinchen los pies al paciente. Este empieza a sentir el corazón pesado, la respiración insuficiente, sensaciones de fiebre y calor junto con tos seca. Ahora lo más indicado es Apis Mel. Si se le da en la dilución de 30, desaparecen la pesadez de corazón, la hinchazón de pies y la tos, pero el paciente empieza una vez más a tener movimientos de vientre líquidos. Se le da de nuevo Sulphur 200 y los movimientos de vientre se paran, pero vuelve a aparecer el segundo grupo de síntomas aún más agravados. Si el médico, al intentar penetrar más profundamente en el caso, escoge Sulphur 1M, el paciente muere. En esos casos en los que no existe posibilidad de cura, el remedio más semejante mata al paciente. Puesto que no hay cura, tenemos que adoptar un proceso paliativo. Si se repite Tuberculinum en la dilución 30C, eso proporciona una paliación muy adecuada y el paciente puede disfrutar de un período de vida prolongado. Si se le da todos los días Lecithin en la dilución 3X, sus tejidos recibirán algún alimento. Dado que Tuberculinum es un medicamento muy profundo y dado que se le repite en bajas diluciones, puede llevar a un

mejoramiento de la constitución y a una cura permanente al cabo de un largo período de tratamiento; aunque claro está que es una posibilidad muy remota tratándose de un estado tan avanzado. Si seguimos el principio básico de la homeopatía de esta manera, es siempre lo más seguro y el tratamiento irá por buen camino.

CAPITULO VIII

ENFERMEDADES CRONICAS

Las enfermedades siguen permaneciendo con profundidad e intensidad crecientes en una constitución, debido a los miasmas crónicos. Estos tres tipos de miasmas producen una constante desviación de las actividades vital y mental, y con el paso del tiempo dificultan las funciones de los órganos, como resultado de lo cual la gente experimenta defectos en funciones como la digestión, la eliminación, el corazón, los pulmones, el hígado, el bazo, etc. y sufre diversas molestias como indigestión, falta de apetito, ardor de estómago, incapacidad de asimilar comidas fuertes, sed desmesurada, dolor de estómago, vómitos, diarrea, etc.. Otros padecen de tos, flema, mucosidad, respiración insuficiente y de problemas bronquiales. Otros tienen palpitaciones, respiración pesada, dolor de corazón, sudores fríos, tambaleo y debilidad. Otros padecen alteraciones de las funciones renales, cambio en la cantidad y el color de la orina, con tejidos muy valiosos que degeneran y se escapan a través de ella en forma de azúcar o albúmina, etc. Por haber contenido la orina, cierta gente tiene hinchazones, pesadez y embotamiento. Algunos pacientes empiezan a tener miedo constante, ansiedad, aprensión, duda acerca del futuro, alteración de la memoria, cometer errores al hablar, leer, escribir y errores de cálculo. Oyen sonidos, sufren de sordera y de pérdida del gusto o del olfato. Todas estas enfermedades se producen como resultado de una alteración en los planos mental y vital. Esos resultados son entendidos con frecuencia como enfermedades diferentes, a las que se trata por separado sin obtener resultados mejores. El resultado es sólo su paliación y una reaparición aún peor de las mismas.

El hecho es que la auténtica enfermedad crónica existe en forma de miasma, como una deformada corriente subyacente que no puede ser

localizada como problema en ninguna parte del cuerpo. Las enfermedades existen como *susceptibilidades* de fondo, mientras que con el paso del tiempo se empiezan a producir las complicaciones en las diversas partes del cuerpo. Si el médico pierde tiempo en tratar los diversos órganos por separado, la enfermedad se enraíza más profundamente y produce cambios en los tejidos del cuerpo. Como consecuencia, los pacientes sufren del hígado, o de úlcera de estómago, de hidropesía cardíaca, úlceras de pulmón, atrofia renal, infiltración glandular y demás. Se aprecian además, signos de desintegración en los músculos, los huesos, la piel, las uñas y los dientes y con el paso del tiempo aparecen los dientes estropeados, las úlceras que no se van, el cáncer, la gangrena, la parálisis y la degeneración de partes del cuerpo. Y como para ese entonces el paciente ha sobrepasado ya el estadio en que tenía posibilidad de cura, muere con una de esas enfermedades, aunque el médico siga el procedimiento *ritualista* de su tratamiento.

El cáncer y la ascitis están consideradas como enfermedades independientes, y aunque la gente suele decir: "murió de cáncer", el hecho es que esa persona murió a fin de cuentas de un incurable miasma que estaba actuando subyacentemente. La cura en esos casos sólo es posible si se encuentra el miasma y se le trata unas décadas antes (cuando los tejidos no estaban todavía afectados). No es muy difícil darse cuenta de la existencia de un miasma crónico en la constitución mucho antes de que llegue a afectar a los tejidos. La presencia de miedo, odio, malicia, insomnio, falta de ganas de trabajar, preocupación, abatimiento y miedo infundado, nos indica la presencia de una enfermedad crónica capaz de matar al paciente, si se la descuida durante décadas. Una enfermedad crónica siempre existe en forma de una deformación psicológica que produce un comportamiento anormal, sin que haya en absoluto enfermedad alguna en su estadio inicial. Al llegar a este punto podemos reunir los síntomas mentales y las modalidades del paciente y seleccionar un remedio que utilizaremos durante un largo período de tiempo. Entonces

es bastante fácil efectuar una cura permanente del miasma y evitar que el paciente sufra todas las consecuencias. Si en lugar de eso el médico no puede entender que las anomalías psíquicas son la forma básica de la enfermedad, el tiempo pasa, y tanto los tejidos como las funciones quedan afectados cuando ya es incurable.

El modo de entender una enfermedad por medio de los resultados clínicos no nos sirve en absoluto para comprender el origen de una enfermedad crónica y de su cura. Cuando una persona se queja de insomnio, el médico consulta los análisis clínicos para llegar a la conclusión de que no le pasa nada a ese paciente, sino que es sencillamente supersticioso. Algunas personas tienen pensamientos obsesivos que no les dejan dormir. Inmediatamente el médico tiene entonces que entender que esa experiencia encierra los rasgos básicos de una enfermedad crónica profundamente enraizada y no ha de perder tiempo para seleccionar el remedio apropiado y evitar que la enfermedad avance más. Un tipo de tratamiento semejante sólo se encuentra en el sistema homeopático. La alopática no ha llegado todavía hasta el punto de poder entender y aceptar los miasmas crónicos y las susceptibilidades. ¿Cómo podemos esperar un buen tratamiento de esas enfermedades, prescribiendo sedativos y píldoras para dormir? Es inhumano. El insomnio es sólo un síntoma que indica la presencia de una enfermedad más profunda. Los horribles ingredientes de esas píldoras para dormir producen además problemas adicionales en la constitución cuando se las toma repetidamente y la enfermedad original se complica. Hemos de recordar repetidamente que las enfermedades crónicas de Psora, Sycosis y Sífilis existen sólo como enfermedades de fondo y causan la destrucción de la constitución. Los muchos efectos que ellas producen no se han de confundir con las enfermedades.

Hemos de entender la presencia de una enfermedad crónica por las deformaciones ocurridas en los planos vital y mental de un paciente. Esta será una de entre los tres miasmas crónicos y nada más. Para saber

cuál de los tres miasmas está actuando en el paciente, tenemos ciertas indicaciones o indicios, como ya vimos al hablar de los Miasmas Crónicos en la página 92.

Algunos científicos admiten la existencia de un cuarto miasma crónico, llamado Tuberculosis. Puede ser una complicación de uno o dos miasmas anteriores durante un largo período de tiempo, o puede ser una larga historia de malaria suprimida repetidamente con medicamentos como la quinina. La debilidad, la preocupación mental y el tiritar comienzan y se desarrollan lentamente, apareciendo repetidos ataques de fiebre con escalofríos y ataques diarios de calentura y de baja temperatura. Puede que haya también tos frecuente y resfriado, o indigestión con diarrea, o ambas cosas juntas. Encontramos una marcada demacración y una falta de resistencia al clima frío. Muchos de estos pacientes desarrollan una incurable enfermedad cutánea como el eczema. Todo intento de paliación da como resultado debilidad, tos, fiebre y calor con escalofríos ocasionales. La mente es inestable y el paciente anhela continuamente un cambio. Se observa un cambio frecuente de profesiones, de vivienda y de trabajo. Cambia de amigos, de cocineros, de personal de servicio y de médicos una y otra vez y no se siente satisfecho. A él le parece inevitable. Le gusta mucho hacer nuevos conocidos como personas respetables, pero al cabo de unos meses vuelve a considerar a todas esas personas como gente que no vale la pena. Personas así critican y hablan muy mal de la gente a sus espaldas. Con toda probabilidad mueren de muerte prematura debido a la demacración, la fiebre o la tuberculosis. A veces desarrollan una enfermedad aguda como el tifus y mueren después de ciertas complicaciones. Entre ellos hay personas que intentan suicidarse debido a la pena, el abatimiento, la pobreza, la insolvencia o la timidez. Hay personas que abandonan a la familia, la ciudad o el país porque no pueden resistir sus malas impresiones acerca de las personas que les rodean. Entre ellos se encuentran ideas como la siguiente: "Es de poca cultura y de

brutos vivir en este país. Mis familiares y amigos son todos gente bruta e inculta. Me disgusta vivir entre ellos. Me marcharé a los Estados Unidos y me estableceré allí". Entre ellos se encuentra también el miedo y la intolerancia junto con la inconsecuencia y a menudo sienten compasión de sí mismos.

La Tuberculosis tiene también su herencia y así encontramos niños como criaturas indefensas que comen y beben muy poco, no digieren casi nada y no pueden soportar esfuerzos físicos ni mentales. Al preguntar encontraremos una historia de una serie de muertes prematuras en la familia durante generaciones.

Si estos cuatro miasmas se tratan adecuadamente durante la niñez, se pueden curar. Si se tratan durante la juventud o la mediana edad, los podremos curar con gran dificultad para el médico y sufrimiento para el paciente. Después de los 45 años aproximadamente, puede que no podamos curarlo permanentemente y lo único que podemos hacer es paliar. Esos pacientes no dan por lo general una respuesta positiva a medicamentos de acción breve, como Aconitum o Belladonna. Para esas personas hay que seleccionar remedios antimiasmáticos por separado. Remedios como Sulphur, Mercurius, Thuja, Psorinum, Medorrhinum, Syphilinum y Tuberculinum que han de usarse de una manera completamente científica durante largos períodos de tiempo.

CAPITULO IX

RASGOS ESPECIALES EN EL TRATAMIENTO DE ENFERMEDADES CRONICAS

Todos los medicamentos curan las enfermedades según la Ley de Semejanza. Esto quiere decir que actúan cuando la totalidad de los síntomas está de acuerdo. Incluso en esos casos hay diferencias en las modalidades de cura entre las diferentes sustancias medicinales. Determinados medicamentos terminan su acción cuando se los prescribe y desde ese momento no tienen ya nada que ver con la constitución. Eso significa que la influencia de esos medicamentos es sólo de breve duración. Se les llama remedios de acción breve, como Aconitum y Belladonna. Fiebre alta, enrojecimiento del cuerpo, ardor, fuerte dolor de cabeza y delirio violento, son síntomas que pertenecen a Belladonna. Una vez suministrada, Belladonna actúa inmediatamente. A algunas personas no se les repiten los síntomas después de haber tomado Belladonna, pero a otros se les repiten muchas veces. Eso es debido a que el primer paciente es un caso sencillo, mientras que el segundo tiene un miasma crónico en su constitución. En el caso del primer paciente, Belladonna cumple con el propósito, pero no sirve cuando se la usa por segunda o tercera vez. Tenemos que escoger un remedio que pertenezca a otro grupo: al grupo de los remedios antimiasmáticos de acción profunda. Una vez aplicados a una constitución sana, estos remedios de acción profunda hacen que vuelvan a aparecer nuevamente a intervalos los síntomas de la enfermedad. Eso significa que ese tipo de remedios pueden curar enfermedades muy profundas y que tienen la característica de volver a aparecer periódicamente en forma de uno de sus síntomas. En el caso de la mayoría de estos remedios, cuando se les aplica a una constitución sana muy repetidamente o en diluciones lo suficientemente elevadas, la

enfermedad producida por el medicamento permanece con el paciente mientras viva. No hay sistema de medicina que lo pueda curar de la enfermedad. Esto significa que el remedio puede erradicar una enfermedad incurable si se aplica adecuadamente. El médico ha de ser un gran experto a la hora de manejar tales remedios de acción profunda con experiencia y pericia. Si no es así, no podrá curar enfermedades profundas.

El médico ha de agrupar por separado los remedios de acción breve y superficial de los remedios antimiasmáticos de acción profunda y larga. La totalidad de los síntomas ha de incluir en esos remedios los síntomas periódicos y la enfermedad de acción profunda y larga. Sulphur, Psorinum, Thuja y Mercurius Solubilis erradican la Sífilis cuando la totalidad de los síntomas encaja perfectamente. Thuja puede hacer que desaparezca la Sicosis siempre que haya semejanza de síntomas. Estos son ejemplos de remedios antimiasmáticos. En la Materia Médica se pueden encontrar muchos más remedios de este tipo.

No hemos de utilizar estos remedios según los miasmas, puesto que usar, por ejemplo, Sulphur para la Psora, Thuja para la Sicosis y Mercurius para la Sífilis no es correcto. El remedio ha de ser elegido teniendo como base sólo la semejanza de síntomas con el paciente. Tenemos que seleccionar Sulphur sólo cuando el paciente muestre la totalidad de síntomas de Sulphur y así sucesivamente. Si en vez de hacer eso, usamos Sulphur para la Psora, eso no es homeopatía, sino isopatía, lo que produce problemas horribles y el paciente recibe síntomas que no están incluidos en la totalidad de síntomas de su enfermedad, pudiendo ser que permanezcan con él durante toda su vida. El principio es siempre la semejanza de síntomas y nada más. Tanto si el paciente tiene un miasma o no, tenemos que observar esta regla. Cuando un remedio antimiasmático de acción profunda como la Thuja es indicado para un paciente con una enfermedad aguda como el tifus, tenemos que usar Thuja, tanto si el paciente tiene un miasma crónico como si no. Si no tiene ningún miasma

crónico, esa simple dosis de Thuja cura al paciente y hace que recobre por completo la salud, una vez que desaparece la enfermedad aguda. Si el paciente tiene de verdad el miasma crónico que indica Thuja, puede que necesite algunas dosis más después del tratamiento de la enfermedad aguda, o puede que necesite dosis a intervalos largos y muestre los síntomas correspondientes. En cualquiera de los dos casos tenemos que prescribir Thuja, porque es lo más indicado.

Cuando el miasma crónico se encuentra en su estadio inicial el paciente se cura pronto sin necesidad de mucho sufrimiento. Pongamos un ejemplo. Una mujer, después de haber dado a luz, empieza a sentir miedo cuando se encuentra sola. Por las noches siente como si alguien estuviera dando vueltas en torno a la casa; cuando tiene a su hijo en brazos tiene la impresión de que hay otro niño en la cuna y tiene también la impresión de que hay alguien sentado en medio de la oscuridad. Esta mujer, antes de dar a luz no tenía estos síntomas. Lo que tenemos que comprender entonces es que esta mujer nació completamente sana y su contacto con el marido hizo que se convirtiera en un paciente de Sicosis. Los síntomas antes mencionados corresponden a Thuja. Entonces suministramos Thuja 200 y los síntomas desaparecen con la primera dosis. Una vez que desaparecen los síntomas mentales, aparecerán ocasionalmente ciertas alteraciones de la menstruación, cólico, dolor de cabeza y síntomas semejantes. No tenemos que usar ningún medicamento para tenerlos bajo control, ya que estos síntomas van apareciendo según la secuencia de la cura. Hemos de comprender que después de dar a luz no tuvo lugar una apropiada limpieza y eso fue la causa inmediata que estimuló el miasma en ella. Si esperamos hasta después de la primera dosis de Thuja, los síntomas mentales desaparecen y el sufrimiento físico aparece y desaparece consecutivamente. Puede que a algunos pacientes les salgan verrugas o callos que siguen presentes durante uno o dos años, antes de desaparecer. Pero ya que aparecen debido a la dosis de Thuja, no hemos de interferir con ellos utilizando otros remedios. Esperemos y

repetamos la dosis de Thuja sólo cuando se vuelvan a repetir los síntomas mentales. En ocasiones, los síntomas físicos intermediarios pueden hacer que se produzcan continuos dolores insoportables después de la primera dosis de Thuja 200. Entendamos entonces que la dilución no es suficiente. Tenemos que suministrar una dosis de Thuja 1M y el paciente quedará libre de sus dolores, después de lo cual el tratamiento tendrá lugar sin dificultades. Sigamos con este proceso hasta que el paciente no tenga más síntomas. Este es el final del tratamiento.

Una vez que han desaparecido por completo los síntomas, no hemos de repetir, ni tampoco usar, ninguna otra medicina. Cuando se ha empezado el tratamiento en el estadio inicial, la cura se efectúa de un modo suave y directo. En todos los casos de este tipo se ha de curar también al marido antes de que la mujer termine su tratamiento. Sólo entonces la cura es permanente. De otro modo, la mujer se pondrá enferma constantemente debido a su contacto con el marido. Sin embargo no hemos de creer que el marido necesita la misma medicina que su mujer, sino que hemos de tomar nota del caso del marido, averiguar los síntomas y escoger el medicamento que corresponda con sus síntomas mentales y sus modalidades. Hemos de aconsejarles también que no tengan relación sexual mientras dure el tratamiento. Entonces se producirá la cura permanente de ambos.

En el estado inicial de un miasma, y sobre todo si el paciente tiene treinta o menos de treinta años, la cura es fácil. Si se le descuida, uno empieza a tener complicaciones a medida que avanza la edad. La enfermedad desciende hasta el plano físico y empieza a producir cambios en los tejidos, pudiendo ser que en el caso de la mujer se produzca un quiste o pólipo en el útero, en cuyo caso es muy difícil tratarla. Los remedios indicados producen gran inflamación, dolor, ardor y pérdida de sangre repetidamente durante largos períodos de tiempo, mientras se está curando el quiste. Ese doloroso periodo puede continuar durante uno o dos años antes de que se extraiga el quiste y se restablezcan los tejidos.

Si ese periodo se retrasa más tiempo, los cambios en los tejidos se establecen profundamente y ya no es posible la cura, siendo la intervención quirúrgica la única alternativa. Después de un tratamiento quirúrgico de cualquier tipo, nunca se recuperará la salud, ya que el cuerpo ha sido mutilado de una parte suya. El tratamiento quirúrgico es sólo una emergencia, una manera de salvar la vida que no tiene nada que ver con restablecer el estado original de salud. De manera parecida, si el marido deja que la Sicosis avance desde los síntomas mentales hasta llegar a los físicos, puede que se le produzcan dolorosas hemorroides. Si se operan las hemorroides, la persona tiene problemas respiratorios o alguna enfermedad pulmonar a los pocos años de la operación. Las hemorroides son una medida preventiva para que los desechos o secreciones de la enfermedad no ataquen a los pulmones o a los otros órganos más importantes. De un modo parecido, las verrugas y los callos evitan que el paciente tenga enfermedades en los tejidos internos de los órganos vitales.

Cuando se deja que la Sicosis avance, ésta ataca a las glándulas y a la carne. La constitución sobrepasa el estadio en que se podía curar y hace que aparezca un centro físico de enfermedad que sigue continuamente multiplicando las células. Entonces y sólo entonces el médico lo denomina cáncer. Pero mucho antes de que el tejido cancerígeno se forme en el plano físico, el paciente empieza a manifestar una constitución de cáncer y sobrepasa el estadio en que puede ser curado. Este es el motivo de que el cáncer no tenga cura.

Cuando un paciente de una enfermedad crónica ya no tiene posibilidades de curarse, sus síntomas mentales y las modalidades empiezan a desaparecer uno tras otro. Es decir, que cuando un paciente es completamente incurable, hay una ausencia total de síntomas distintivos y éste muestra sólo síntomas comunes, dolores y condiciones patológicas. Entonces el verdadero homeópata se encuentra impotente porque no tiene ninguna clave para seleccionar el remedio idóneo para la constitución del

paciente. Cuando no están presentes los síntomas mentales y las modalidades, etc., ¿cómo puede el médico seleccionar el medicamento? ¿Qué base tiene para hacer su selección? Por ejemplo, si la misma mujer que quería una o dos dosis de Thuja para su miedo y demás, lo pasa por alto durante años, se le produce un tumor canceroso en el útero y entonces el miedo y los demás síntomas están ausentes por completo. Lo que el médico tiene a su disposición para su estudio son sólo las condiciones físicas y patológicas junto con los dolores.

De manera parecida, un paciente de *Argentum Nitricum* pierde sus síntomas mentales como el miedo a la altura, miedo de los automóviles, prisa y confusión, pudiendo sólo mostrarle o hablarle al médico acerca de su complicación cancerosa con una úlcera en el cuello o en la garganta. En ese caso no disponemos de datos para estudiar y seleccionar el medicamento y aunque pudiéramos reunir información acerca de su historia pasada y recapitular sus síntomas mentales y podamos seleccionar el remedio correcto, no sólo es algo inútil, sino también peligroso. Si suministramos el remedio adecuado cuando el caso es incurable, éste mata al paciente. Luchar contra el cáncer (sea cual sea el sistema de medicina empleado) es como volver a reemplazar las cosas en una casa en la que hay ladrones. La desaparición de los artículos valiosos de la casa se debe a las personas mismas de la casa y no a un defecto de los artículos. Por mucho que se reemplace no se compensa la pérdida. Ese mismo es el resultado cuando el médico declara la lucha contra el cáncer con ayuda de medicamentos, tónicos, pomadas, radioterapia, cobaltoterapia, etc. Igual que los ladrones de la casa sacan partido de los artículos que se vuelven a reemplazar, así también la enfermedad adquiere fuerza con las mismas vitaminas y tónicos que se le suministran y acaba por matar al paciente. Repetimos que las enfermedades crónicas han de curarse cuando no se ha producido un cambio avanzado en los tejidos. Uno ha de estar alerta respecto a las anormalidades mentales y de conducta antes de que los tejidos físicos sean

afectados. Lo que conseguimos si no, es sólo una dura lucha contra la enfermedad, que no trae como resultado nada más que dolor y fatiga para el paciente.

Pongamos un ejemplo. Una persona sufre de desesperación, falta de esperanza y abatimiento durante 20 años. Esta persona cree que es un gran pecador y que no tendrá la oportunidad de conocer días de suerte y nada le irá bien. Lloró cuando estaba solo e intentó quitarse la vida muchas veces. Lleva 20 años queriendo dormir, pero el médico no tiene solución excepto sedativos y sermones psicológicos inútiles. Han pasado 20 años, al término de los cuales le aparece una úlcera de hueso en el tobillo que supura un líquido negruzco y maloliente mezclado con algo de sangre. Entonces los síntomas mentales desaparecen de inmediato y el paciente se vuelve silencioso y débil. Ya no tiene desesperación, ni abatimiento, ni pensamientos de suicidio. Eso significa que ha llegado al estadio de incurabilidad. Los síntomas mentales de su estadio anterior indicaban Aurum Metallicum, y una dosis o dos en dilución de 50M lo hubieran curado en un periodo de dos años. En estado avanzado, la única cosa que puede hacer el médico es usar Aurum Metallicum o uno de sus compuestos en diluciones de 6, 30 o 200, pero nunca más altas. Estas dosis hacen que la úlcera se mantenga limpia y hacen que la evacuación sea continua, de tal manera que el paciente pueda vivir disfrutando del gusto de la comida hasta los últimos minutos de su vida. Si utilizamos las diluciones más elevadas en semejante estadio, puede ser que la úlcera dé señales de curación, pero el paciente pasa por un estado de estupor y muere.

LIBRO III

LA CURACION EN LA NUEVA ERA



PREFACIO

La curación es un arte muy antiguo de la humanidad. El origen de la vida incluye el origen de los principios de la preservación de la vida. El conocimiento es la herencia de la humanidad y las edades primitivas no fueron una excepción respecto a ello. Todas las antiguas naciones tienen su propio acercamiento al arte de curar. La era actual de materialismo en la medicina ha limitado el ámbito de la curación, aunque se trata sin embargo de una fase pasajera necesaria antes de volver a descubrir la antigua verdad.

Este libro de texto está compuesto por unas conferencias que di en diversos centros de Bélgica, las cuales fueron reunidas a modo de extractos. Estas conferencias contienen todas las semillas de las diversas ramas de los conocimientos o sabiduría de curación de los antiguos. Después se me presentó la ocasión de repetir esta misma enseñanza a un grupo de personas de Visakhapatnam que mostró gran interés por conocerla. Me he limitado a poner estas lecciones en papel, sin hacer ningún intento por componer un acabado libro de texto. Esto tiene como propósito el estimular el pensamiento de aquellos que deseen aprender este tema con detalle.

Debo mi agradecimiento a quienes han organizado estas clases y pedido mi enseñanza. Espero que lleguen a constituir un núcleo viviente que se expanda para atender a la causa de la Sabiduría y del servicio humano.

Visakhapatnam , 4 de enero de 1978.

E. Krishnamacharya.

EL CUERPO FISICO

La salud es la condición normal de la naturaleza y de la constitución del ser humano. La constitución del ser humano consta de tres planos de existencia, que son: la materia, la fuerza y la consciencia. La materia nos sirve como cuerpo físico, la fuerza nos sirve como fuerza vital y la consciencia nos sirve como vehículo mental, psicológico y psíquico. Cuando todos estos *vehículos* o cuerpos funcionan con normalidad, eso es lo que percibimos como salud, y cuando se les altera, es lo que experimentamos como enfermedad.

El cuerpo físico no es algo separado por sí mismo, sino el resultado del equilibrio de fuerzas en el cuerpo vital. Lo que sucede dentro de nosotros pertenece al cuerpo vital y los resultados de ello es lo que se observa en el cuerpo físico. La consciencia organiza los sucesos y vive en los otros dos cuerpos. Tomados de uno en uno estos vehículos son tres, si bien son uno en esencia. El cuerpo físico flota sobre la superficie del cuerpo de las líneas de fuerza. Ved cómo el bloque de hielo flota sobre el agua, aunque en esencia es uno con ella.

Las causas de la salud están en la consciencia que organiza y canaliza las líneas de fuerza. Los resultados pueden apreciarse en el cuerpo físico.

LA CONSTITUCION

Todas las sustancias que nos rodean tienen tres planos de existencia, que son: la materia, la fuerza y la consciencia. Si tomamos como ejemplo un terrón de azúcar, su peso y volumen responden a nuestro plano físico, sus propiedades químicas responden a nuestro cuerpo vital y su consciencia responde a nuestra consciencia en forma de sabor, lo que ninguna rama de la química o de la psicología de la era actual puede explicar.

Algunas de las sustancias que nos rodean son recibidas por nuestra constitución y convertidas en combustible para nuestro cuerpo vital. Son los alimentos. Otras sustancias son desechadas y son perjudiciales para la salud. Son los venenos. Los venenos pueden producir alteraciones en la constitución si son introducidos a la fuerza en ella.

El cuerpo *estructural* o cuerpo físico contiene los resultados, mientras que el cuerpo *funcional* o cuerpo vital lleva en él las causas de todo lo que sucede en nuestra constitución. Toda la actividad de la constitución es dirigida por la consciencia y llevada a cabo a través del cuerpo vital formando líneas de consciencia a lo largo de las cuales fluye la fuerza del cuerpo vital según las diversas formas de energía. Esto establece modelos o diseños cuyo equilibrio resultante es lo que llamamos el cuerpo físico. Por consiguiente, el cuerpo físico no es algo separado por sí mismo, sino que es el resultado último de las diversas acciones del cuerpo vital. Es, en realidad, como el bloque de hielo que flota sobre la superficie del agua; sin embargo cumple el propósito de servirnos de vehículo y morada. En este cuerpo físico encontramos las diversas Inteligencias de la consciencia que diseñan las diversas acciones químicas de la materia ingerida en forma de comida, agua y oxígeno. Hay ciertos centros vitales que llevan a cabo esas funciones sistemáticamente. Estos son el cerebro, la columna vertebral con los seis centros principales, el

corazón, los pulmones, el hígado, el bazo, el páncreas, los riñones y la vejiga.

Los alimentos que recibe el cuerpo físico sirven de combustible para que el cuerpo vital pueda funcionar. Por eso se dice acertadamente en la ciencia del Ayurveda que el ser que hay dentro del cuerpo recibe su fuerza del cuerpo vital y no de los alimentos. Cualquier cantidad de comida muy nutritiva, con vitaminas, proteínas, almidón y azúcares no sirve de nada si el cuerpo vital no está preparado para recibir estas sustancias. Sabemos que un paciente de tifus no es capaz de ingerir ni de asimilar alimentos pesados. También sabemos que un cuerpo inerte no admite alimento en absoluto, aunque se lo suministren.

Las sustancias recibidas por una constitución sana para ser asimiladas como combustible se denominan sustancias alimenticias, mientras que otras que son perjudiciales para la constitución, son expulsadas con suficiente vehemencia y violencia por la constitución. Por ejemplo, cuando tomamos algo venenoso con la comida, sentimos deseos de vomitar, ya que la constitución lo rechaza. Las sustancias que no sean alimenticias, y especialmente los venenos, producen una perturbación en la constitución debido a su vehemente rechazo por parte de esta última. A esta actividad se le llama reacción. Cuando la constitución es más fuerte que la sustancia venenosa, el proceso de rechazo se produce con éxito, pero cuando la fuerza de la sustancia venenosa es mayor que la perturbación, entonces a eso se le llama enfermedad. Todas las bacterias que fomentan los alimentos sucios, las condiciones insalubres como el agua estancada, el desagüe de las canalizaciones y la contaminación industrial de las ciudades son la causa general de la enfermedad.

EL CUERPO VITAL

Cuando el cuerpo vital distribuye equilibradamente la fuerza es lo que entendemos por salud. Los efectos de la salud pueden ser observados en el cuerpo físico, mientras que las causas están en el cuerpo vital. Toda alteración de la antedicha distribución es lo que se llama enfermedad o falta de salud, la cual se observará en forma de resultados en el cuerpo físico, aunque las causas se encuentran en el cuerpo vital. Por consiguiente podemos ver que la enfermedad no es una entidad en sí misma, sino una desviación del cuerpo vital de sus funciones normales; desviación que es producida por fuentes externas. El proceso de la curación nos ilumina en nuestro intento por recuperar la salud, pero no está dentro de su alcance el intento por desechar la enfermedad, ya que eso no tiene trascendencia.

La alopatía se desvía de este camino 1º) al intentar averiguar la causa de la enfermedad en el plano físico mediante análisis clínicos, 2º) al intentar localizar y dar nombre a la enfermedad, creyendo en la existencia de una entidad en forma de enfermedad y 3º) al intentar expulsarla con medicamentos. Ningún sistema de curación, ni la antigua escuela de pensamiento acerca de la curación pueden aceptar esta proposición. El curador intenta restablecer la salud, pero nunca piensa en expulsar la enfermedad. Cuando se produce con éxito el restablecimiento de las funciones normales en la fuerza vital, desaparece automáticamente la enfermedad y se puede disfrutar nuevamente de los efectos de la salud perfecta.

El cuerpo vital de un niño goza generalmente de perfecta salud y acumula causas insanas en su proceso de adecuarse a las insanas condiciones de alimentación, de beber, de costumbres y del ambiente. Claro está que hay también excepciones en los que encontramos a niños que nacen con debilidades, enfermedades y deformaciones congénitas.

Esto se debe a las extremadas condiciones de mala salud en la constitución de los padres que se graba en el cuerpo del niño ya incluso en el momento de la fecundación a través de los genes y de las hormonas. En muchos casos la curación (el restablecimiento de la salud) se realiza con éxito por completo restableciendo la armonía en la respiración y en el latido del corazón. Esto se consigue haciendo que haya armonía en la vida diaria. Si podemos organizarnos nuestras horas de trabajo, de dormir y de comer de un modo adecuado, si podemos hacer el trabajo que más nos conviene y si podemos seleccionar y regular nuestra alimentación según los principios generales de la dietética y las peculiaridades de nuestra constitución, se restablece entonces automáticamente la salud. Esto hace que la fuerza del cuerpo vital fluya armoniosamente dentro y fuera de nosotros, lo cual repone los tejidos del cuerpo de la manera adecuada y origina una resistencia contra todas las enfermedades.

Podemos ver cómo las bacterias de diversas enfermedades atacan a ciertas constituciones, mientras que otras constituciones no sucumben a los estragos de las causas de la enfermedad. Ello se debe a la diferencia de resistencia natural, la cual es producida a su vez por la regulación del quehacer diario. En caso de enfermedades congénitas observamos que las constituciones son débiles y están faltas de resistencia. En esos casos hay necesidad de medicación. Desgraciadamente, en la era moderna de ahora encontramos que la mayoría de las constituciones tienen defectos congénitos de salud que dan como resultado una fuerza vital defectuosa, por lo que se necesita el uso de medicinas. Pero incluso en tales casos, los medicamentos han de reducirse al mínimo según sea la necesidad real. Dar medicamentos en exceso origina una alteración en la constitución, ya que no todas las sustancias medicinales son alimenticias y dado que la constitución sufre una alteración al reaccionar contra ellas cuando trata de expulsarlas del cuerpo. Cuanto más uso hagamos de los medicamentos, mayor es el desgaste de la fuerza vital y el resultado es que la resistencia de la constitución a los estragos de las enfermedades es cada vez menor.

LAS CAUSAS DE LA ENFERMEDAD

1. Una organización desequilibrada del quehacer diario, como la relación entre las horas de descanso y trabajo, entre nuestra mente y el tipo de trabajo, entre el alimento y el trabajo.

2. La falta de higiene en las costumbres y en el entorno, alimentos insanos, agua estancada y contaminada, etc. y la contaminación industrial del aire y del agua.

3. Excesivos alimentos elaborados o en conserva, alimentos excesivamente salados, picantes o fritos, así como embutidos o enlatados.

4. Tomar medicamentos frecuentemente (casi diariamente).

5. El uso de alcohol, tabaco o de drogas blandas y duras, así como el café y el té.

6. Dormir por el día y trabajar por la noche como costumbre regular durante mucho tiempo.

7. Tener pensamientos sexuales en momentos inadecuados y con deseos por personas inadecuadas, las anomalías sexuales como la masturbación, la homosexualidad y el lesbianismo.

8. El miedo, la ira, la malicia y la envidia continua hacia los demás y en especial hacia aquellos que sufren de enfermedades. (Esto produce un contacto de los cuerpos vitales de ambas personas y origina el contagio sin que haya contacto físico).

9. Dar más preferencia al gusto de los sentidos que a las necesidades corporales en lo que se refiere a la comida, a dormir, y al sexo; es decir, comer cuando no se tiene hambre, beber cuando no es necesario y ayunar por motivos religiosos o de moda.

La sexualidad es una necesidad biológica para reproducirse y el placer que conlleva ha de ajustarse a las necesidades de la reproducción. La total abstinencia sexual produce también muchas enfermedades en los planos mental y vital de los seres humanos comunes.

CONSEJOS PARA GOZAR DE UNA BUENA SALUD

Para tener una buena salud y servir a la causa de la curación hemos de observar lo siguiente:

1. Planificar nuestro tiempo de trabajo, comida, tiempo libre y horas de dormir. Distribuir las horas según el quehacer diario y hacerlo regularmente hasta que llegue a ser una costumbre.

2. El trabajo ha de regular el pensamiento así como el no depender de los demás.

3. Evitar el uso excesivo de comidas de poco valor nutritivo, muy saladas o excesivamente picantes, embutidos, alimentos en lata y en conserva, demasiadas guindillas, y todos los productos confeccionados con harina blanca. No tomar alimentos calientes alternándolos al poco tiempo con alimentos helados. Tomar mucha fruta jugosa, hortalizas y verduras, miel, leche, y productos lácteos que no hayan sido conservados durante mucho tiempo. Evitar los alimentos y bebidas fermentados.

4. Beber mucha agua y lavarse con frecuencia. Un masaje semanal de aceite evita muchas causas de mala salud.

5. Aplicar frecuentemente aceite puro de coco o de sésamo en la cabeza, las orejas y las plantas de los pies.

6. Ayunar dos veces al mes proporciona muy buena salud. Ayunar no quiere decir pasar hambre, sino tomar alimentos líquidos nutritivos de fácil digestión y abstenerse de alimentos pesados.

7. Evitar tranquilamente los compromisos que incluyan cenas y otras formalidades de comida que el estómago no precisa.

8. Mantener una actitud de silencio de manera agradable y de buen humor cuando hay discusiones o cuando los demás nos hacen observaciones acerca de algo. Eso nos hace hacer amigo de todos y hará que nos acostumbremos a hablar con sentido cuando sea necesario.

9. Evitar en la medida de lo posible el uso de vitaminas independientemente de los alimentos. Procurar no tomar medicinas a no ser en casos de necesidad. Intentar restablecer la salud llevando a cabo modificaciones sencillas en la dieta y en el descanso.

10. El ejercicio físico moderado y con sentido como el paseo matutino, las asanas de yoga y la respiración regulada.

11. Tener presente que nuestro cuerpo necesita cada vez menos alimentos pesados a medida que pasan los años, sobre todo después de haber pasado de los 35 años. Por eso conviene evitar las comidas pesadas y aumentar las comidas sencillas y fácilmente digeribles. Ha de reducirse la cantidad y aumentarse la calidad.

12. Los vegetarianos han de usar trigo en su alimentación diaria.

13. Reservar una hora diaria para uno mismo exclusivamente para planificar el día y para la meditación. La plegaria y la meditación abrirán las puertas que hay entre los diversos vehículos de nuestra constitución y esto hace que la fuerza vital reciba más energía del espacio que nos rodea y de los rayos del sol y de la luna.

14. El servicio a los demás. Hemos de tener como actitud y por costumbre un servicio altruista sin cobrar dinero. Esto hará que se establezcan relaciones provechosas de energía vital entre dos personas.

15. Comer verduras y hortalizas frescas y crudas, así como fruta, diariamente.

LA CIENCIA DE LA VIDA

La vida es la manifestación de la consciencia a través de los cuerpos vital y físico. La consciencia desciende a la Tierra desde el espacio que nos rodea, tomando como canales a los rayos del sol. Después produce fuerza vital, que no es sino electricidad, en todas sus funciones conocidas y desconocidas para la Ciencia del momento actual. Los canales de consciencia forman líneas de fuerza según los conjuntos de estrellas en los cielos. La fuerza vital produce modelos ejemplares que llamamos los cuerpos de los diversos átomos, plantas, animales y seres humanos. Esta fuerza vital mantiene millones de canales en cada cuerpo para organizar la constitución y *galvanizarla*. El flujo natural de todos esos elementos dentro del cuerpo físico para que se mantenga, es lo que se llama salud. Cualquier alteración de la fuerza vital produce deformaciones de las funciones y enfermedad del cuerpo físico, que solemos llamar síntomas y dolores, siendo todo este conjunto lo que entendemos por enfermedad.

Las enfermedades se producen por no observar las reglas de salud. La constitución entonces produce una deformación que hace que el cuerpo reciba la enfermedad de una fuente externa como las bacterias. Si no hay deformación (susceptibilidad) las bacterias que nos atacan morirán por el efecto de la fuerza vital. Nuestra constitución mantiene centros de autocuración que repelen las causas de la enfermedad tan lejos como es posible y que sanan las partes del cuerpo dentro de las limitaciones de los poderes de la fuerza vital. Cuando se produce una herida leve o lesión de la piel, podemos ver que al cabo de pocos días se forma de nuevo la piel. Todas las células de nuestro cuerpo están siempre dispuestas a sacrificarse a sí mismas. Muchas de las enfermedades que nos atacan a diario son expulsadas por su curso natural. Sólo cuando se produce una violación de estas reglas más allá del límite tolerable, somos atacados por una enfermedad.

CLASIFICACION DE LAS ENFERMEDADES

Si los padres son muy insanos tienen hijos con enfermedades congénitas. El resto de las enfermedades se adquieren debido a los errores en nuestro quehacer diario. Las enfermedades son de dos tipos: agudas y crónicas.

La enfermedad aguda es la que nos ataca de repente, sea debido al cambio de estación, al cambio de lugar o al cambio del ritmo diario. La enfermedad aguda tiene tres fases:

1. El período de incubación o pródrome.
2. El período de expansión.
3. El período de recesión.

La constitución reacciona violentamente contra toda enfermedad y su efecto se manifiesta en los síntomas y en los dolores que tenemos. De ahí que los síntomas y los dolores no formen parte de las enfermedades. La enfermedad que tengamos existe como molestia en el plano vital y no puede ser detectada por ningún agente de los sentidos ni por los resultados de los exámenes clínicos. Muchas de las enfermedades agudas se curan a su debido tiempo por efecto de la constitución misma, incluso sin ayuda de medicamentos, excepto en el caso de aquellos que han nacido con enfermedades y deformaciones congénitas. A este apartado pertenecen enfermedades como los resfriados, fiebres, dolores se cabeza, viruela, sarampión y tifus. Hay algunas enfermedades agudas estacionales que son lo suficientemente fuertes como para destruir la constitución a no ser que haya una ayuda médica a tiempo. Hay enfermedades como el cólera, la diarrea y la deshidratación que son consideradas como epidémicas y que les sobrevienen a aquellos niños congénitamente insanos o que tienen que vivir en condiciones poco higiénicas. La enfermedad aguda presenta síntomas violentos y dolor, pero se puede curar inmediatamente.

Las enfermedades crónicas son aquellas que tienen sólo un período de incubación y de expansión, no habiendo período de recesión sin la ayuda de medicamentos apropiados. Las enfermedades crónicas existen durante un largo período de tiempo y presentan periódicamente síntomas que no son ni violentos ni alarmantes, aunque debilitan la constitución y la hacen irreparable al cabo de un período prolongado de tiempo. Siguiendo los principios de salud estrictamente, uno puede prolongar la duración de la vida, con cierto sufrimiento en el caso de un paciente que tenga una enfermedad crónica, pero no puede restablecer la salud sin una medicación adecuada de efecto prolongado.

Todas las enfermedades se pueden curar sólo si se empieza el tratamiento a tiempo. Más allá de un cierto punto el *vehículo* físico se estropea hasta tal punto que no puede ser reparado. Eso es lo que se llama el estadio incurable de la enfermedad. A medida que van pasando los años nos damos cuenta que la fuerza vital empieza a retirarse progresivamente del cuerpo físico. Por lo tanto la posibilidad de curación se hace cada vez menor. La capacidad de reacción de la constitución hacia los medicamentos se reduce y las enfermedades, si se deja que se prolonguen, se vuelven incurables. En semejantes casos la curación radica en mantener la mente y la fuerza vital lejos de los dolores del cuerpo físico. Esto puede conseguirse mediante una apropiada medicación, una buena compañía y buenos libros; en cuyo caso el paciente vive alegremente sin agonía y deja su cuerpo físico en perfecta armonía y paz.

ENTENDER LA ENFERMEDAD

La manera alopática de pensar nos hace comprender la enfermedad en el cuerpo físico examinando los productos de la enfermedad. Entonces el médico localiza la enfermedad en alguna parte del cuerpo e intenta expulsarla usando agentes antipáticos. El paciente

puede disfrutar de mucha comodidad mediante la alopatía, pero eso tiene un carácter temporal, ya que las causas de la enfermedad no están en los tejidos físicos ni en ninguna parte del cuerpo físico. Con mucha dificultad el médico alópata intenta combatir los efectos o resultados últimos de una enfermedad. En relación con esto no podemos negar el recurso a la alopatía, puesto que ésta forma parte de cuidar y salvar la vida en situaciones de emergencia.

Otros sistemas de medicina diferentes de la alopatía nos hacen comprender la existencia del cuerpo vital, su salud y la alteración de su condición natural. Según estos sistemas, la enfermedad ataca a la constitución en el plano vital y altera sus funciones. Entonces la constitución produce peculiaridades de conducta que es lo que llamamos síntomas. Los síntomas pueden ser observados en la mente como conducta, en el cuerpo vital como las alteraciones de los sentidos, sensaciones y sentimientos y en el cuerpo físico como dolor, diviesos, úlceras, etc. Las enfermedades han de ser combatidas mediante remedios en el plano vital y entonces los efectos aparecen en el plano físico en forma de la desaparición de los síntomas. Los síntomas son, por consiguiente, los mensajeros que indican la existencia de una enfermedad y por lo tanto no han de ser suprimidos. Ningún tratamiento ha de dirigirse hacia los síntomas. Por ejemplo cuando la viruela ataca el cuerpo reacciona violentamente y produce fiebre alta. Esto es un síntoma. Cuando se suministra un medicamento para hacer que la fiebre baje, se produce una reabsorción de la enfermedad en las partes vitales de la constitución y entonces se produce una supresión repentina de las erupciones cutáneas de la viruela y el paciente muere. En este caso el remedio tendría que combatir la viruela en el plano vital y no la fiebre en el plano físico.

El deber del médico es restablecer la salud y no luchar contra la enfermedad. La enfermedad es sólo una alteración de la función vital, pero no puede ser localizada como entidad. Lo que el alópata localiza como enfermedad no es más que el resultado de la reacción de la

constitución contra la enfermedad. Para restablecer la salud, hemos de tratar siempre al paciente y nunca a la enfermedad. Suministremos el remedio para el paciente y no para la enfermedad. En el caso de un dolor de cabeza no hemos de suministrar una medicina para el dolor de cabeza, sino escoger el remedio para combatir la causa y restablecer las condiciones normales; entonces el dolor de cabeza desaparece.

DIVERSOS METODOS DE COMBATIR LA ENFERMEDAD

En casos de fiebre alta el médico aplica hielo para que baje el calor. En casos de diarrea el médico rural en Oriente suministra opio, que paraliza los intestinos y para la diarrea. En casos de estreñimiento el médico usa una medicina química que estimula el aparato digestivo; entonces se produce un movimiento intestinal y hay defecación momentánea. Estos son los métodos que consisten en aplicar un agente de naturaleza opuesta para conseguir el resultado requerido. Tal método se llama antipatía y es peligroso para la constitución excepto en muy pocos casos en que se ha de salvar la vida en una situación de emergencia. La antipatía trata los efectos sin ir a las causas; por consiguiente la cura no es permanente y en ocasiones es más molesta para la constitución que la enfermedad. Si una persona después de haber estado viajando bajo un sol ardiente de verano se bebe de golpe una bebida helada o toma un baño frío para aliviarse del calor, corre el riesgo de insolación y de muerte. La fuerza vital neutraliza el calor del verano produciendo sudor y manteniendo al cuerpo en una temperatura atmosférica agradable. Este proceso se altera tomando un baño de agua fría. El cuerpo reacciona al calor produciendo frío y al frío produciendo calor, y no debemos alterar esta regla con nuestras vagas ideas.

Nuestra constitución reacciona violentamente contra todo agente productor de una enfermedad y esta reacción es la que produce la curación. Cuando la causa de la enfermedad es diminuta la reacción es significativa y la curación es completa. Si usamos una sustancia medicinal en una dosis pequeña, ésta produce una suficiente reacción en la constitución como para combatirse a sí misma.

Toda sustancia no alimenticia hace que se produzca una reacción en la constitución, lo cual produce un grupo de síntomas. Cuando un paciente que tiene una enfermedad presenta el mismo grupo de síntomas, entonces le suministramos ese remedio particular en una dosis pequeña; esto será suficiente para hacer que la constitución produzca con violencia los mismos síntomas. En ese intento la fuerza vital así provocada curará la causa de la enfermedad y de este modo los síntomas desaparecen. Debido a que el remedio ha sido suministrado en una dosis pequeña es neutralizado por la constitución en poco tiempo una vez que ha cumplido su propósito de provocar la fuerza vital para que reaccione contra la enfermedad. El resultado es el restablecimiento completo de la salud. Este sistema de curación se llama homeopatía.

¿QUIERES SER CURADOR?

Los profesionales de la medicina pueden ser fabricados en las universidades, pero no todos los que practican profesionalmente la medicina son médicos, y mucho menos curadores. Los profesionales se producen, los médicos se hacen, los curadores nacen. Averigüemos primero si podemos ser curadores intentando poner en práctica los pasos que a continuación se citan.

El curador es el que se libera a sí mismo y a los demás del sufrimiento y del autocondicionamiento que éste produce. Sanar consiste en curar las aflicciones en los planos espiritual, mental y físico.

PARA SER CURADOR:

1. Hemos de empezar a poner en práctica lo que ya sabemos.
2. Hemos de ser en primer lugar buenos amigos y guías para nuestros familiares. Hemos de crear nuestro propio ritmo diario en casa y procurar no tener la más mínima ocasión de reprender o causar daño a nuestro cónyuge, ni de castigar o reprender a los niños. Los miembros de la familia han de respetar nuestra actitud sin tener miedo de nosotros. Hemos de pasar momentos con ellos y darles la oportunidad de que se formen haciendo lo que nosotros hacemos. Hemos de confiar en ellos y hemos de ser de tal modo que tengamos algo que ellos puedan imitar.
3. Esto mismo se puede aplicar a nosotros con respecto a los demás, teniendo también que ganarnos la confianza de los demás, no exigiéndola, sino demostrándola con nuestro comportamiento. Hemos de tratar a todos como a nuestros semejantes e inspirarles a hacer un trabajo constructivo y provechoso.
4. Podemos ganar curando, pero no debemos hacerlo comercialmente.
5. Practicar el arte de comer según la necesidad y no según el paladar.
6. Pasar por alto las diferencias sociales, económicas, políticas y religiosas sin discutir ni insultar a los demás.
7. No comportarse mal respecto al dinero, a las oportunidades que se nos da ni respecto al sexo. Hemos de ser leales con nuestros compañeros y con otros curadores. Hemos de ser leales al centro en que hemos aprendido. No hemos de sacrificar nuestra manera general de proceder por complacer a los demás. Estemos atentos a las necesidades de los demás y no a sus deseos. No hemos de causar inconveniente a los demás con nuestro ritmo de vida. No hemos de tener un aspecto fuera de lo común ni excéntrico en el vestir, en el hablar, en nuestros modales y en nuestros principios.
8. Hemos de tener magnetismo de curación en nosotros. Esto lo puede uno conseguir de la siguiente manera:

- a) Regulando las horas de trabajo, descanso, de dormir, de tiempo libre y de meditación.
- b) Dejando de lado el desacuerdo al sentir la necesidad de los demás.
- c) Sirviendo a todos, independientemente de las limitaciones mentales y de las diferencias de clase, credo, sexo, color, religión y partido.
- d) Practicando la meditación (cosa diferente de la concentración).
- e) Practicando el pensar en Dios, acordándonos de la Presencia Divina (Amor Universal) en los demás.
- f) Haciendo que nuestra conversación y conducta tengan un humor agradable y transmitan lo que uno cree y sigue. El humor agradable es la única actitud que lubrica la mente de los demás para recibir instrucciones y practicar obediencia al UNO.

EL ALCANCE DE LA CURACION

Las diversas ramas que se encuentran bajo este tema son: la ciencia médica antigua y moderna, que incluye el conocimiento de las propiedades medicinales de diversas sustancias, el conocimiento de la astrología y la quiromancia, el conocimiento de los diversos vehículos de nuestra constitución, la síntesis del cuerpo, la vida y la consciencia, la relación entre la vida, la electricidad y el magnetismo, las funciones de la vida en los diversos niveles, la salud y la enfermedad, las causas de la tensión, el arte de la relajación, la naturaleza y el propósito del nacimiento y de la muerte, el valor del apetito, los deseos y las necesidades, la Ley de Pulsación y la Ley de Alternancia.

LA HOMEOPATIA

Cuando la causa de una enfermedad altera la constitución, la fuerza vital reacciona violentamente para expulsarla. Esta reacción origina ciertas peculiaridades de conducta en la constitución que es lo que conocemos como síntomas. Esos síntomas indican que hay una enfermedad en la constitución; por lo tanto no hemos de suprimir los síntomas en nombre del tratamiento.

Cuando se introduce una sustancia no alimenticia en la constitución, se produce también una reacción, así como la aparición de síntomas. Pero si la cantidad de la sustancia introducida es insignificamente pequeña, la fuerza de la alteración es muy pequeña también y la fuerza de reacción del cuerpo será elevada. El cuerpo expulsa los efectos nocivos de la sustancia introducida y al hacerlo expulsa también cualquier otra enfermedad que existiera anteriormente. Esto es sólo posible si la sustancia introducida (el medicamento) es capaz de provocar la misma totalidad de síntomas que los de la enfermedad. Esta cualidad de la Naturaleza es lo que se llama la Ley de Semejanza. Restablecer la salud según la Ley de Semejanza recibe el nombre de Homeopatía.

En la homeopatía tenemos la ventaja de tener una dosis mínima de medicamento y de poder salvar a la constitución de los males producidos por el exceso de medicamentos. La cura es también segura, rápida, cómoda y permanente en todos los casos curables. En todos los casos se reúnen y clasifican los síntomas del paciente para comprender su totalidad. Después, con ayuda de la Materia Médica homeopática podemos estudiar los diversos remedios y seleccionar aquel que presente la misma totalidad de síntomas. Si suministramos ese remedio particular en la potencia adecuada y repetimos la dosis, se restablece la salud del paciente y la enfermedad queda erradicada. En la homeopatía es imperativo que

usemos sólo un remedio a la vez, puesto que la selección del remedio depende de la totalidad de los síntomas y dado que no hay dos remedios que tengan la misma totalidad de síntomas. Si los síntomas cambian, entonces tenemos que cambiar de remedio, pero en ningún caso debemos usar más de un remedio a la vez. Tampoco podemos usar mezclas, bálsamos ni cosas parecidas. Cada dosis del remedio suministrado provoca que la constitución produzca sistemáticamente síntomas. Esta acción prosigue y mientras el paciente sienta alivio no tenemos por qué repetir la dosis. No repetamos la dosis cuando el paciente siente alivio; esperemos y repetámosla cuando los síntomas vuelvan a aparecer.

CLASIFICACION DE LOS SINTOMAS

El dolor de cabeza, el dolor, la fiebre, el dolor de muelas, la diarrea, el estreñimiento, el dolor de estómago son unos pocos ejemplos de síntomas que indican que hay algo que está mal en la constitución, pero no pueden darnos la clave para seleccionar el remedio adecuado. Estos síntomas se llaman "síntomas generales".

- a) Algunas personas tienen dolor de cabeza al amanecer, aumentado éste al mediodía y disminuyendo al atardecer.
- b) Otras personas, si se les aplica mucha presión en la cabeza su dolor de cabeza mejora.
- c) A ciertas personas les empieza a disminuir el dolor de cabeza después de haber dormido bien.
- d) A otras personas les empieza el dolor de cabeza cuando duermen, aumentando enormemente y alterándoles el sueño.
- e) En casos de fiebre, algunos pacientes se encuentran mejor si se cubren y otros si les da la brisa fresca.
- f) Un paciente con dolor de muelas se encuentra mejor haciendo gárgaras de agua caliente y otro, de agua fría.

En todos estos ejemplos podemos observar ciertas condiciones que acompañan al sufrimiento. Estas condiciones son lo que se llaman "síntomas característicos", que son los que nos dan una clave directa para seleccionar el remedio idóneo. En la Materia Médica encontramos esos síntomas bajo el nombre de "modalidades". Aparte de ellas encontramos peculiaridades de comportamiento, pensamiento, lógica, observación, razonamiento y conclusión. Por ejemplo, una persona cree que es una gran pecadora y que Dios está en contra de ella. Otra persona tiene la impresión de que toda la gente que le conoce tiene envidia de él y conspiran contra él. Otra tiene la impresión de que le persiguen fantasmas y de que le quieren envenenar o de que alguien está haciendo magia negra contra él. Algunos se sienten extremadamente nerviosos al estar delante de una muchedumbre, otros, al estar delante de personas desconocidas y hay también otras que tienen miedo de estar solas.

Hay personas que tienen un sentido de la aristocracia muy elevado y creen que la mayoría de la gente no tiene sentido común. De esta manera, la enfermedad crónica condiciona el mecanismo mental del paciente, haciendo que actúe en consecuencia. Este tipo de peculiaridades reciben el nombre de "síntomas mentales" en la Materia Médica.

Cuando seleccionemos un remedio nunca hemos de hacerlo para curar una enfermedad, como puede ser el dolor de cabeza o de estómago, o un problema hepático, etc., sino que hemos de seleccionarlo sólo para la persona; es decir, según el grupo de síntomas característicos que se llama "la totalidad". Cuando estudiemos la Materia Médica hemos de darle más importancia a los síntomas mentales y a las modalidades de un remedio y también servimos de la ayuda de los síntomas generales que comprenden "síntomas locales" y "síntomas clínicos". Los síntomas locales son los dolores que se manifiestan a través de las diversas partes del cuerpo, como los síntomas de la cabeza, síntomas de la garganta y síntomas del estómago. Los síntomas clínicos son los resultados de los análisis clínicos de las diversas sustancias producidas por el cuerpo como

el azúcar, los fosfatos, o la albúmina en la orina y los diversos tipos de cambios químicos de la totalidad, así como la presencia de bacterias. A estos síntomas generales se les ha de dar su debida importancia, pero no hemos de decidir nunca la elección de un remedio de acuerdo a ellos. Y esto es válido sobre todo en el caso de las enfermedades crónicas.

PRINCIPIOS GENERALES DEL TRATAMIENTO HOMEOPATICO

Muchas enfermedades agudas de tipo no peligroso que ocurren debido a causas externas como el cambio estacional, el cambio de lugar, o una alteración de las horas de dormir, se rectifican fácilmente sin necesidad de medicación, regulando la dieta y el descanso. En tales casos puede tomarse un mínimo de medicación (una o dos dosis) según sea la situación.

En el caso de las enfermedades agudas de tipo peligroso, producidas por una infección como el cólera, la colitis, el sarampión, la viruela, la varicela, la peste y la fiebre amarilla, ha de suministrarse una pronta medicación según la Ley de Semejanza, sin la cual el paciente puede verse envuelto en una crisis. Tenemos que seleccionar el remedio según la totalidad de los síntomas y dejar de repetir la dosis cuando el paciente sienta alivio. Estemos atentos para repetir la dosis según sea la reaparición de los síntomas o para cambiar de remedio si se produce un cambio de síntomas. Tenemos que ser rápidos pero no tenemos que repetir el remedio cuando no sea necesario.

En las enfermedades crónicas debemos elegir el remedio del mismo modo, pero tenemos que esperar un intervalo suficiente de tiempo para observar los cambios, antes de repetir la dosis o cambiar de remedio. El tratamiento de casos crónicos que incluyen enfermedades de larga duración como la parálisis, el asma, la tuberculosis, la presión sanguínea

alta, los problemas hepáticos, cardíacos, bronquiales, los dolores de cabeza, etc., puede durar mucho tiempo, hasta meses y años.

Hemos de poder verificar si nuestro remedio está actuando en la dirección adecuada y esta verificación incluye:

- a) Un conocimiento de las tres leyes de la cura.
- b) La agravación homeopática.

A) Las tres leyes de la cura son las siguientes:

1) **La enfermedad se cura desde el centro hacia la circunferencia.**

i) Esto significa que lo primero que se ha de curar es la naturaleza de amor y la naturaleza emocional del paciente. Si un paciente muestra tener tendencias hacia el suicidio, el homicidio, la tortura de sí mismo, la pérdida de afección hacia la familia y los amigos junto con otros síntomas, primero se deben curar esas tendencias antes de curar los otros síntomas.

ii) Si hemos elegido el remedio correctamente puede que el paciente tenga síntomas relativos a la voluntad, como indecisión o falta de continuidad de propósito, en su siguiente nivel de consciencia, lo cual se ha de curar en la segunda fase.

iii) En un tercer nivel tendrá síntomas relativos al intelecto, como una manera incorrecta de pensar, decisiones equivocadas, mala memoria para recordar personas, cosas y fechas, olvido de lo que tiene que hacer, así como tendencias instintivas a fanfarronear, engañar y robar. Estos síntomas han de curarse en la siguiente fase.

iv) En un cuarto nivel tiene síntomas mentales y sensoriales, como cometer errores al hablar y al escribir, incapacidad de recordar nombres y números, alteración de la visión, del sentido del color, del olfato, del oído, siendo duro de oído u oyendo zumbidos en ellos, mal sabor de boca y síntomas parecidos. Estos síntomas son los que han de curarse a continuación.

v) En un quinto nivel tiene síntomas relativos al sistema nervioso, como dolores, entumecimiento, ardor, sensaciones de retorcimiento, dolores de cabeza o dolores en cualquier otra parte del cuerpo, rigidez o flojedad de las articulaciones y tensión en diversas partes del cuerpo. Estos son los síntomas que hay que aliviar a continuación.

vi) Luego hay un sexto nivel de síntomas físicos, como diviesos, úlceras, erupciones, cicatrices, manchas en la piel, verrugas, caries dentales o uñas en mal estado, caída del cabello, huesos pronunciados y síntomas parecidos, que han de curar en último lugar.

Este es el orden, desde el centro a la circunferencia de una persona. En muchos casos, cuando se elige correctamente el remedio, el alivio es simultáneo, pero podemos estar seguros de que el remedio ha sido seleccionado equivocadamente si desaparecen los síntomas físicos mientras los otros síntomas están aún presentes. Una cura semejante es peligrosa y hace que el paciente sufra complicaciones que nunca se pueden curar, así como que llegue, en ocasiones, a una situación directa de colapso. Por ejemplo, si las úlceras de un paciente de lepra desaparecen antes de que sus condiciones mentales mejoren, eso quiere decir que el paciente va a sufrir un ataque de fiebre tóxica dentro de pocas semanas o meses y morirá con toda certeza. Observar este principio es lo que se llama dejar que se produzca la cura desde el centro hacia la circunferencia.

2) Los síntomas han de curarse desde arriba hacia abajo.

Por ejemplo, si nuestro paciente tiene dolores crónicos de cabeza y de articulaciones y la dosis que le damos le alivia primero del dolor de cabeza, entonces se trata del remedio correcto. Si lo primero que mejora son los dolores de las articulaciones, tenemos que cambiar de remedio después de haber estudiado de nuevo el caso. Así también, si tiene dolor de corazón y dolores de rodillas, lo correcto es que mejoren primero los síntomas del corazón.

3) La cura ha de empezar en orden inverso a como se produjeron los síntomas por última vez.

Si el paciente tiene una larga historia de enfermedad en la que los síntomas desaparecen y dan lugar a nuevos síntomas, nuestra cura ha de comenzar por aliviar el último grupo de síntomas y por la reaparición temporal de los síntomas anteriormente suprimidos en orden inverso al de su última aparición. Por ejemplo, cuando se suprime una fiebre de malaria usando quinina, se producen sudores. Si se suprimen esos sudores se produce un temblor nervioso y si se suprime también éste, da lugar a la palpitación del corazón. En este caso, si la dosis es correcta, ha de aliviar primero la palpitación, haciendo que reaparezca el temblor. Después el temblor desaparece, haciendo que reaparezcan los sudores, los cuales también desaparecen, dando como resultado un acceso de la fiebre de malaria que se suprimió. Una línea de acción semejante indica que el remedio que hemos elegido es correcto.

B) La agravación homeopática.

La mencionada reaparición de los síntomas en el tratamiento de las enfermedades crónicas da lugar a lo que se llama "la agravación homeopática". Esta agravación es un proceso que consiste en que los antiguos síntomas suprimidos vuelven a aparecer con un cierto grado de violencia debido a la reacción de la constitución ante el medicamento. La violencia de la reacción depende de la profundidad de la enfermedad. En el caso de enfermedades incurables en las que la enfermedad ha avanzado lo suficiente como para producir un cambio irreparable en los tejidos, como es el caso del cáncer, la ascitis y las cavidades pulmonares debidas a la tuberculosis, la agravación es tan violenta que el paciente muere. En consecuencia, este tratamiento ha de prescribirse sólo cuando las enfermedades se hallan aún en fase de curación, ya que en tal caso la agravación será suave, llevadera y segura, así como de muy breve duración, después de lo cual el paciente experimentará una agradable

mejoría y una cura progresiva de naturaleza permanente. Recordemos que no hemos de interferir con ninguna otra medicina durante el período de agravación siempre que éste sea seguro y llevadero. Interferir retarda el proceso y crea complicaciones.

En este caso, si la agravación se está desarrollando según los cauces correctos, ha de presentar sólo aquellos síntomas que el paciente tenía anteriormente. En algunos casos en los que se repiten remedios equivocados en muchas dosis, esto llega a producir un sufrimiento cruel debido a la aparición de nuevos síntomas producidos por la interferencia de remedios innecesarios. Esto es una falsa agravación que no es homeopática en absoluto y que no debe confundirse con la agravación normal que se produce antes de la cura.

DIVERSOS METODOS DE DIAGNOSIS

1. EL METODO HOMEOPATICO DE DIAGNOSIS:

El acercamiento homeopático es peculiar a su manera, porque nos permite reconocer la desviación de la constitución sana de sus funciones. Esto se entiende como el grupo de síntomas característicos en cada caso; lo cual es doblemente útil, porque nos hace comprender la naturaleza de la alteración y al mismo tiempo nos da una clave directa para seleccionar el remedio conveniente. En la alopatía la diagnosis consiste en la tabulación de los cambios ocurridos en los tejidos y en las sensaciones, mientras que la elección del medicamento depende de la prescripción del médico de acuerdo a las últimas discusiones acerca del poder curativo de los medicamentos. En la alopatía es la opinión del médico lo que cuenta, mientras que en la homeopatía es la totalidad de los síntomas del paciente lo que nos hace decidir el remedio.

2. EL METODO AYURVEDICO DE DIAGNOSIS:

Según la filosofía del ayurveda, lo que decide el estado de salud o la falta de ella, es el triple funcionamiento del cuerpo vital. El estudio del cuerpo vital y su conocimiento es mucho más avanzado en el ayurveda que en la homeopatía. En el cuerpo vital se pueden localizar tres centros de funcionamiento, que son:

- i) La función precipitadora o formadora de tejidos, llamada Sleshma o Kapha (erróneamente entendida como *flema*).
- ii) La función distribuidora o consumidora de los tejidos, que incluye una continua combustión de los tejidos, a la que se llama Pitta (erróneamente entendida como *bilis*).

iii) La función pulsadora, que gobierna la actividad centrípeta y centrífuga de la contracción y expansión de las diversas partes del cuerpo, llamada Vata (erróneamente entendida como *viento*).

Kapha actúa formando el delicado tejido del plasma, a partir del cual se forma la membrana mucosa. Pitta actúa generando calor. Vata actúa produciendo la circulación y la respiración, que dirigen respectivamente el corazón y los pulmones. Vata hace que Kapha y Pitta estén en equilibrio. Siempre que se consigue este equilibrio se le llama salud y a los productos de estas tres funciones se les llama "los tres tejidos básicos" ("los tres Dhathus"). La alteración de estos tres tejidos origina en la constitución una lucha contra la enfermedad y los tejidos deteriorados resultantes de esta lucha se llaman "los tres tejidos básicos defectuosos" ("los tres Doshas"). Un estudio de la Materia Médica Ayurvédica nos enseña cómo usar las medicinas para establecer de nuevo el equilibrio de estas tres funciones (Dhathu Samya). Este equilibrio expulsa automáticamente el estado de la enfermedad.

Como es evidente, tanto el ayurveda como la homeopatía difieren de la alopatía en que no aceptan la existencia de la enfermedad como entidad. Ambas aceptan sólo al estado sano como entidad y las desviaciones que a partir de él se derivan —que son de un valor temporal relativo—, son entendidas como circunstancias o estados enfermos. El resultado es que existe sólo la persona enferma a la que hemos de tratar y no hay enfermedad que disipar.

La teoría del Ayurveda se basa en la sabiduría antigua de la Naturaleza, que incluye las tres cualidades siguientes: Tamas (Inercia), Rajas (Dinamismo) y Sattva (Equilibrio), que en el plano mental son respectivamente la tendencia a crearse costumbres, la tendencia a la curiosidad y la tendencia a correlacionar.

3. EL METODO ESPIRITUAL DE DIAGNOSIS:

La Curación Espiritual, aunque es antigua entre las naciones, es sistemática, científica y autosuficiente en la tradición de la India. La Curación Espiritual goza felizmente del apoyo de la demostrable y positiva ciencia tradicional del yoga. Esta nos enseña que la consciencia del Alma desciende a la voluntad, la cual desciende a su vez como mente. La mente desciende aún más para crear de ella misma la fuerza vital o cuerpo vital. El cuerpo vital crea a cada momento el cuerpo físico, al mismo tiempo que la mente mantiene en su memoria la imagen o fotografía del *marco* o estructura física, la cual preserva a nuestro cuerpo físico durante toda la vida. Este descenso del Espíritu a la materia es seguido por un correspondiente y simultáneo ascenso de la materia hacia el Espíritu, cuyo lugar de encuentro da como resultado la constitución viviente de los seres vivientes. Este descenso tiene lugar de lo sutil hacia lo denso, mientras que el ascenso ocurre desde lo denso hacia lo sutil. A continuación cada plano sutil crea, mantiene y absorbe de nuevo a su plano denso más inmediato.

Cuando todo este proceso transcurre sin ser inhibido por ninguna causa externa ni por ninguna respuesta disonante desde nuestro interior, a esto se le llama "salud". Las enfermedades en la condición inhibida (temporal) de la sustancia del alma se quedan estancadas en el seno de los pliegues de ciertas líneas de fuerza innecesarias, lo cual produce cambios innecesarios en los tejidos del cuerpo físico. La curación espiritual, por consiguiente, incluye un proceso de reorganización de esos pliegues por mediación de los esfuerzos hechos por planos relativamente más sutiles de la existencia humana. Por ejemplo, si empezamos a practicar la tranquilidad de mente hasta que quede implantada en nosotros como una costumbre, ésta empieza a generar líneas de fuerza sintetizadoras en nuestro cuerpo vital. Esto produce tejidos sanos en el cuerpo físico, y como los tejidos se van destruyendo con el uso y son expulsados a cada

momento, al poco tiempo la enfermedad desaparece. La rapidez de la cura depende de la prontitud con que se tranquilice la mente.

Muchos son los métodos de curación espiritual practicados por los discípulos de las diversas escuelas de pensamiento, pero el más efectivo y antiguo de todos es como sigue:

- 1) **Observar las normas de salud antes descritas.**
- 2) **Mantener el cuerpo limpio duchándose diariamente.**
- 3) **Meditar a diario en el mismo lugar, a la misma hora y durante el mismo tiempo.**

PARA MEDITAR:

Sentémonos cómodamente en cualquier postura conveniente, manteniendo el tronco recto y perpendicular al suelo. Cerremos los ojos y viajemos con nuestra mente de la cabeza a los pies y por el interior de cada parte de nuestro cuerpo. Al hacer esto hagamos desaparecer mentalmente las tensiones de todas las partes del cuerpo y relajemos los músculos y los nervios. Empecemos a observar mentalmente nuestra respiración armonizando nuestra inhalación y exhalación respirando lenta, suave, ininterrumpida y uniformemente, sin tirones (en ningún caso hemos de retener el aire dentro). Pensemos en nuestra respiración observándola y escuchándola como si fuera una canción. Esto hace que nuestra mente quede absorta y desaparezca en la canción. Si creemos que necesitamos una lengua para nuestra canción, ésta nos fue dada por los antiguos. Es la famosa y bien conocida palabra sagrada SOHAM. Mientras inhalamos cantamos mentalmente "SO" de una manera armoniosa y prolongada y mientras exhalamos cantamos "HAM". Al cabo de pocas semanas nos daremos cuenta de que nuestra mente se queda totalmente absorta en nuestra respiración y el total de la suma de ambas es nuestro yo, por encima de la respiración y de la mente. Esto es lo que llamamos el YO

o el YO SOY. Practicando esto veremos que desaparecen las manías o rarezas de nuestra constitución y nuestra salud se restablece por completo. Entonces podemos empezar a sanar a los demás de la siguiente manera:

Hagamos que el paciente se relaje y se coloque en una posición cómoda, pidiéndole que piense en su respiración. Toquemos una vez su centro del entrecejo con el dedo pulgar de nuestra mano derecha y sentémonos. Imaginemos un chorro de corriente vital que, a través del espacio y proveniente del sol, entra en nuestro corazón. Luego imaginemos que ese chorro sale de nosotros y toca el centro del entrecejo del paciente, descendiendo mediante su respiración y entrando en sus cavidades nasales, sus pulmones y su corazón. Este chorro de corriente vital irradia por todo su cuerpo y el paciente se encuentra inmerso por completo en el torrente de la Luz de Vida. Podemos utilizar imaginarnos el color rosa tenue y esto contribuye a una cura rápida. El color amarillo dorado es igualmente efectivo. Hagamos esto durante tres o cuatro minutos y a lo largo de unos pocos días veremos que el paciente se recupera rápidamente de su malestar. Si hacemos que el paciente practique también este mismo proceso la cura es más rápida.

4. LA QUIROMANCIA COMO GUIA PARA LA DIAGNOSIS:

Cojamos las palmas de las manos del paciente en nuestras manos y examinémoslas.

a) Si sus manos sudan podemos concluir que su sistema nervioso está débil y su mente no es constante.

b) Si su mano está pálida nuestro paciente tiene falta de sangre y la carencia de glóbulos rojos constituye el centro de sus dolencias.

c) Si su mano es carnosa, blanda y hinchada hemos de deducir que nuestro paciente es indolente, flemático, perezoso y susceptible a la sensualidad, al alcohol o a la gula.

d) Si su mano es seca y áspera y tiene una textura muy fina de

piel, el paciente es bilioso y padece del hígado. Es frío en su afección, asocial y no tiene calor ni amor; es escéptico y cínico y sufre de problemas gástricos y de cabeza.

e) Si su mano es opaca y sin lustre, está hinchada y con líneas oscuras y tiene uñas azuladas, tenemos delante de nosotros a un paciente de problemas circulatorios debido al envenenamiento de carbono y a los problemas cardíacos.

f) Si sus uñas son finas y sus bordes se doblan hacia dentro podemos estar seguros que se trata de debilidad en los pulmones y de una gran infección del conducto pulmonar. Si sus uñas están dilatadas como bombillas podemos comprender que se trata de una deformidad congénita de los músculos del corazón y de las válvulas.

g) Si sus uñas muestran líneas longitudinales muy pronunciadas, significa que los nervios de esa persona están extenuados lo cual llevará a un punto de crisis nerviosa y parálisis.

h) Si sus uñas son cortas y terminan mucho antes del final del dedo, eso significa que es un paciente de problemas de garganta de diversos tipos. Estas personas son también crítonas, demasiado curiosas y conflictivas.

i) Si sus uñas son demasiado estrechas y muy alargadas nos indica debilidad de la columna y problemas reumáticos, y en especial dolor en la región lumbar.

De esta forma podemos llevar a cabo un estudio especial de quiromancia y entonces se nos abre un nuevo horizonte para determinar la enfermedad y sus tendencias muchos años antes de que el paciente empiece a sufrir de ella.

CONCLUSION

Haciendo un acercamiento diagnóstico desde diferentes ángulos podremos sintetizar, sacar conclusiones y ayudar a los demás con una mira humanitaria para que salgan de sus dificultades de salud. En ningún caso hemos de hablar demasiado con el paciente acerca de su enfermedad. Es más, revelar a una persona la posibilidad de una enfermedad grave en el futuro es un crimen. Es de esperar que como curadores entendamos y dirijamos al paciente por buen camino en la medida que podamos. Así también no hemos de tratar médicamente a un paciente en contra de su voluntad o de la voluntad de las personas que lo tengan bajo su custodia.

Aprendamos a distinguir cuándo son necesarios nuestros servicios y cuándo se trata del designio Divino.

DHANISHTHA
HA SIDO CREADA PARA
TRANSMITIR LA SABIDURÍA ETERNA
DE UNA MANERA ACTUALIZADA Y COMPENSIBLE
PARA EL HOMBRE CONTEMPORÁNEO.

Ediciones *DHANISHTHA*
Pº Fabra i Puig 173, Àtico 1ª
Tel.: 93/ 351.68.15
08016 BARCELONA
(ESPAÑA)

Distribución y venta:

- Para India: The World Teacher Trust International
14-38-2 Radhamadhavam / Muppidi Colony,
530-002 Visakhapatnam (A.P.)
- Para Europa: The W.T.T. Europe
Talackerstrasse 77. 8152 Glattbrugg. (Suiza).
- Para España: W.T.T. Barcelona. Tel. 93- 3516815
C/ Provenza 463, Entlo.1ª. 08025 Barcelona.
- Para Argentina: W.T.T. Buenos Aires, c/o Rosario Cabeza. Tel.791-5176
C/ Azcuénaga 1348. (1638) Vicente López. Bs. Aires.

CONFIANZA EN EL MAESTRO DEL MUNDO

THE WORLD TEACHER TRUST

(W.T.T)

BARCELONA Y BUENOS AIRES

La Asociación de Confianza en el Maestro del Mundo (W.T.T.) de Barcelona es el núcleo espiritual de diversas agrupaciones, grupos y personas individuales de toda España dedicadas desinteresadamente al servicio de los demás y al estudio de sí mismas. Sus actividades son:

- Meditaciones mensuales de Luna Llena y de Dhanishtha.
- Charlas-coloquio semanales sobre la Espiritualidad aplicada a la vida.
- Lecturas-comentario sobre La Doctrina Secreta.
- Exposición de temas de curación, psicología y astrología espirituales.
- Clases para niños según la Educación para la Nueva Era.
- Ayuda social y económica , en especial a ancianos y a enfermos.

Confianza en el Maestro del Mundo de Barcelona organiza todos los años un gran encuentro de grupo (El May Call) a nivel español y europeo.

***** ***** *****

La Asociación de Confianza en el Maestro del Mundo (W.T.T.) de Buenos Aires comprende varios grupos que trabajan tanto en Buenos Aires como en Posadas (Misiones). Es un núcleo espiritual de personas dedicadas al servicio y al estudio que desarrolla las siguientes actividades:

- Meditaciones mensuales de Luna Llena, Luna Nueva y Dhanishtha.
- Lecturas-comentario semanales sobre las enseñanzas de Alice Bailey.
- Audición en grupo de cintas de casete con temas espirituales.
- Exposición de temas de simbolismo, curación y otros temas espirituales.
- Clases para niños según los principios universales de la Nueva Era.

(W.T.T.)

La Confianza en el Maestro del Mundo
ofrece una visión actual y comprensible
de la Sabiduría Divina.

Enseña los principios de la Sabiduría Divina
mediante la meditación, el servicio y el estudio,
aplicados a la vida diaria.
