

LA FALSA ENFERMEDAD Y LA FEBRIL BÚSQUEDA DE LA SALUD

RUDOLF STEINER.

GA56: ciclo de dos conferencias impartidas en Berlín, el 3 y el 5 de diciembre de 1907

Primera: La Ilusión de la enfermedad

En el transcurso de su vida, el hombre se encuentra entre dos fuerzas:

-Por un lado, está la corriente de acontecimientos, el constante fluir de sucesos a su alrededor, que le causan las más variadas impresiones.

-En el lado opuesto, está el propio poder del hombre dentro de su ser interior.

Basta una consideración superficial de la vida, para darse cuenta de que el ser humano debe encontrar el equilibrio necesario entre las fuerzas y hechos que le asaltan desde todos lados y lo que se desarrolla en su vida interior. Cuando en su vida cotidiana el ser humano ha recibido muchas impresiones consecutivas, anhela estar solo, recogerse para recomponer su alma. Siente que solo encontrará la salud en la vida, manteniendo el equilibrio correcto entre lo externo y lo interno.

Al ser interior del hombre que avanza tormentosamente, a esta potencialidad suya que se está desarrollando y desplegando continuamente, se contraponen lo que nos viene desde afuera. Cuando nos superamos a nosotros mismos, encontramos el equilibrio. Podemos tomar esto como tema por las consideraciones que nos ocuparán aquí. Ambos temas van unidos. Primero, nos dedicaremos al tema de la enfermedad imaginaria y, como complemento necesario, consideraremos la búsqueda febril de la salud.

Solo en el curso de nuestras consideraciones podrán justificarse estas palabras. Ellas nos llevan hacia las corrientes espirituales del presente y con aquello a lo que la ciencia espiritual se enfrenta, a lo que la ciencia espiritual tiene que imponerse como una tarea en su contra.

En relación con las palabras, "enfermedad imaginaria", los hombres al principio piensan en alguien que realmente siente dolor e incomodidad debido a una enfermedad más o menos auto inducida. Bien, esta es un área en la que la ciencia espiritual, con su vocación cultural, debe entrar. Cosas importantes dependen de esta actividad. Antes de entrar en detalles sobre lo que la ciencia espiritual tiene que decir sobre esto, observemos algunas imágenes de la vida del presente. Todo el material ilustrativo que presentaré está tomado de la vida.

En uno de mis viajes (fue yendo de Rostock a Berlín) había otras dos personas en mi compartimiento, una dama y un caballero, que pronto comenzaron a conversar. El caballero se comportaba de manera notable. Después de unas pocas palabras, se recostó en el asiento y dijo que solo en esa posición podría soportar la vida. La señora contó cómo había venido desde el este de donde estaban y había estado en un balneario del Báltico. El día anterior se había visto invadida por la nostalgia y había decidido volverse a casa. Entonces ella rompió a llorar. Debido al llanto de la dama, el caballero tuvo la idea de contar la historia de su salud. "Sufro de muchas enfermedades y voy de sanatorio en sanatorio sin encontrar la salud". A lo que la señora respondió: "Yo también se mucho de enfermedades. Muchas personas en mi tierra me están agradecidas por su salud".

El caballero contó una de sus numerosas enfermedades, después de lo cual la dama, por el amplio conocimiento de su corazón, le dio una receta que el hombre anotó. Al cabo de unos minutos volvió a contar una segunda enfermedad, etc., llegó a anotar hasta trece recetas. El caballero tenía una sola preocupación. "Llegaremos a Berlín a las nueve. ¿Será posible obtener todas las recetas? La señora lo tranquilizó diciendo que sí.

Curiosamente, al caballero nunca se le ocurrió que la propia dama también pudiese estar enferma. La señora comentó además que era muy compasiva, le enumeró sus propias enfermedades y todos los lugares a los que había ido a tratarse. El caballero le recomendó un libro de Lahmann. A continuación, le habló de una segunda enfermedad y el caballero a su vez, le recomendó un segundo folleto, hasta que llegó a anotar los títulos de cinco o seis folletos que compraría al día siguiente. Finalmente, ella tomó nota de la dirección de Lahmann. Entre tanto habían llegado a Berlín. Cada uno había escrito las recomendaciones del otro y se había ido satisfecho.

Quien observara a estas personas analizando la situación en cuestión, pronto vería que respecto a la dama había algo que no estaba del todo bien. En cuanto al hombre, solo le faltaba la voluntad de estar sano. Si se propusiera estar sano, gozaría de buena salud. Aquí hay algo sintomático de lo que nos encontramos con frecuencia en el presente, y una mirada escrutadora podrá pasar de esta imagen a otra.

Si viajáramos a un país montañoso, veríamos antiguas fortalezas, castillos en ruinas, etc., que nos recordarían los viejos tiempos en los que existía la lucha por fortalecer el espíritu o donde el poder externo gobernaba. Estas fortalezas, ahora han caído en ruinas, pero en todas partes en las cercanías de estos monumentos que son la expresión de la fortaleza y el vigor, se pueden ver sanatorios, uno cosa al lado de la otra. Esta imagen se me presentó hace poco en un área especialmente rica en estas instalaciones, cuando tuve que detenerme en un sanatorio de ese tipo por un breve tiempo. Los "internos" justo estaban tomando su comida del mediodía. La convicción que tuve fue la de que, del centenar de personas que estaban allí, ninguna realmente necesitaba los cuidados del sanatorio.

Pasemos ahora a las imágenes más íntimas que encontramos en las sesudas prescripciones de los médicos actuales. Afortunadamente, hay médicos que también se preocupan por el alma en el cuerpo. Elijo el ejemplo de un médico que seguramente consideraría mis palabras una pura locura. Es de un tipo de médicos que, seguramente, no se dejan influenciar por lo que la ciencia espiritual tenga que decir. Dicho prominente médico, ha registrado muchos casos diferentes de personas como las del tren que he mencionado, solo como ejemplo especialmente grotesco. Este médico fue avisado para atender a una niña que mostraba todos los síntomas de la meningitis. Pero el médico tenía un buen sentido clínico. Cuando se quedó solo con ella, le hizo unas cuantas preguntas adecuadas en estas circunstancias, pero ninguna de sus preguntas obtuvo la respuesta pertinente. Finalmente, averiguó que la joven iba a dejar la escuela. Sin embargo, al año siguiente tenían que celebrarse unas conferencias especialmente interesantes que ella quería escuchar. Como toda la familia se opuso a su deseo de permanecer en la escuela, ella se enfermó. El médico dijo: "Voy a encargarme de que puedas permanecer en la escuela, pero debes levantarte de la cama de inmediato y venir a la mesa". Ella lo hizo. Al cabo de unos minutos, la joven apareció en la mesa sin el menor rastro de la enfermedad.

Tomemos otro ejemplo. Otro médico, hábil y conocido, a quien siempre he tenido un cierto respeto, tuvo que realizar una operación de rodilla. El hermano del paciente estaba presente. Durante la operación la rodilla se resquebrajó, con lo cual el hermano sufrió un dolor

insoportable. La operación salió bien, pero el hermano se enfermó. Pasó un año entero antes de que volviera a estar bien.

Por lo tanto, puede verse el poder que pueden tener la fantasía y la imaginación distorsionada en el alma, y cómo, a partir de la propia alma, pueden surgir enfermedades imaginarias que se asemejan a una verdaderamente genuina enfermedad. Pero el médico no puede llegar demasiado lejos con esto. El médico que acabo de mencionar fue muy hábil. No dejándose engañar aceptando sin más, las cosas tal como aparecen a primera vista. Una vez se le acercó una señora que, desde la muerte de su marido, sufría un dolor insoportable en la rodilla. Había sido tratada por muchos médicos que siempre llegaban a la misma conclusión, parecía ser, que su enfermedad estaba relacionada con aspectos del alma, y lo atribuían al impacto causado por la muerte de su marido. Pero aquí, el médico desde la perspectiva de la salud no buscó la causa en alguna aberración del alma. En este caso encontró que lo que lo provocaba, era un gran callo en el talón. Después de la operación, envió a la dama a convalecer a un sanatorio para no dejar en evidencia a sus colegas.

Así que ahora vemos la situación iluminada por una variedad de imágenes. Veán ustedes cómo la ilusión, la imagen del alma, puede reaccionar tan fuertemente sobre el organismo corporal. Bien podría decirse que en este caso no se trata de una enfermedad real, sino de una enfermedad imaginaria. Sin embargo, quienquiera que haya llegado a la conclusión, de que todo lo corpóreo es la expresión del espíritu, que todo lo que entra en nuestros sentidos es una expresión del espíritu, no tomará el asunto tan a la ligera. Incluso en asuntos aparentemente bastante remotos, encontramos que a menudo se trata de influencias del alma en el cuerpo. La ilusión, que al principio parece trivial y ridícula, cuando luego se convierte en dolores, que a menudo terminan siendo el comienzo de una enfermedad real y, a menudo, permanecen en estado latente para etapas posteriores.

Tales ilusiones son algo más que no puede desentenderse con un simple encogimiento de hombros. Si profundizamos más en estos sucesos, debemos evocar ante el alma la imagen de la naturaleza y el ser del hombre, tan a menudo presentada. Para la ciencia espiritual, lo que el ser humano presenta a primera vista es solo un aspecto externo. El cuerpo físico, es un miembro mas entre otros del ser humano, que tiene en común con todos los demás seres que le rodean. Más allá del cuerpo físico, tiene el cuerpo de fuerzas etéricas que penetran en el cuerpo físico, como pasa con todos los demás seres vivos. Este cuerpo etérico combate contra la destrucción del cuerpo físico. El tercer miembro es el cuerpo astral, el portador del deseo y la apatía, la alegría y el dolor, la pasión y los apetitos sensuales, tanto de los impulsos más bajos como de los ideales más elevados. El hombre tiene este cuerpo en común con el mundo animal. El miembro, gracias al cual el hombre es la corona de la creación, por el cual se diferencia de todos los demás seres, es su "Yo", su ego. Debemos considerar que estos cuatro miembros constituyen el hombre completo.

Sin embargo, debemos tener claro que todo lo que se hace visible ante nuestros ojos deriva del espíritu. No hay cosa material que no tenga una base espiritual. Ahora bien, para usar una analogía de uso más frecuente. Supongamos que un niño nos muestra algo de hielo. Nosotros decimos: "Esto es agua en otra forma". El niño entonces dirá: "Dice usted que es agua, pero yo veo que es hielo". Con lo cual diremos: "Eso es porque ignoras que el agua se convierte en hielo".

Lo mismo vale para el que no sabe que la materia es espíritu condensado. Para el estudiante de ciencia espiritual, sin embargo, todo lo visible se deriva del mismo reino que el cuerpo astral que llevamos en nosotros. El cuerpo etérico y físico son el resultado de sucesivas condensaciones del cuerpo astral. He aquí otra imagen: tomemos una masa de agua y

convirtamos parte de ella en hielo. Así obtenemos algo de hielo dentro del agua. Así es como los cuerpos etérico y físico se condensan a partir del astral. El cuerpo astral es la parte que ha conservado su forma original.

Ahora bien, cuando algo nos sobreviene, ya sea en forma de salud o de enfermedad, podemos decir que es la expresión de ciertas fuerzas que vemos en el cuerpo astral. Por supuesto, ahora nos referimos solo a enfermedades que se originan en el interior, no a aquellas que surgen por medio de influencias externas, como la fractura de un hueso, un malestar estomacal o un corte en el dedo. Estamos hablando de aquellas condiciones de salud que surgen de la propia naturaleza del ser humano, y nos preguntamos si no solo existe una conexión continuada entre los cuerpos astral y físico, sino también una conexión más inmediata entre los eventos internos del alma, el deseo y el dolor, y la condición física de nuestros cuerpos. ¿Podemos decir que, en cierta medida, la salud externa del ser humano depende de estos o aquellos sentimientos por los cuales sufre, por estos o aquellos pensamientos que experimenta? Aquí podremos arrojar luz sobre sucesos importantes que deberían ser valiosos para las personas hoy en día.

El ser humano de nuestro tiempo ha perdido la capacidad de acceder al conocimiento de que el CF no es su único cuerpo. No se trata de lo que el ser humano cree teóricamente, sino de cuál es la actitud más íntima de su alma respecto a los miembros superiores de su ser. Para profundizar en lo que realmente está involucrado, recordemos la disputa entre Wagner y Carl Vogt, aquél Vogt que escribió *Fe ciega y ciencia*. Wagner representaba el punto de vista espiritual, mientras que Vogt veía en el hombre solo un conglomerado de cosas físicas, de átomos. Para él, los pensamientos no eran más que una precipitación del cerebro, un vapor azul que surgía de los movimientos del cerebro. Al morir, las sustancias dejaban de desarrollar este vapor azul de pensamientos. A esto, Wagner le respondió de manera aproximada que, entonces, había que creer que, si algunos padres tenían ocho hijos, resultaba que el espíritu de los padres se dividía en ocho partes, una parte para cada uno de los hijos. Así, se imaginaba Wagner que era el espíritu, de una manera bastante material, tal vez como muchas personas, como una especie de formación de niebla. Pero se trata de equilibrar en uno mismo, las Cuando se hace imposible para alguien elevarse a las alturas espirituales, después de un tiempo, en tal persona, aparece una desolación interior, un vacío, una incredulidad para con todo lo que vaya más allá de la materia. Cuando todo esto se apodera de los sentimientos, cuando se establece en todas las creencias o sentimientos del alma, cuando el ser humano mira hacia el mundo y ya no tiene la capacidad de impresionarse por lo que hay detrás de todo lo que ve, aparece lo que gradualmente lo lleva al egoísmo físico más cruel en el que su propio cuerpo se vuelve cada vez más importante para él, lo que lo aleja aún más de la respuesta de Goethe: actitudes impresiones y sentimientos, para poder captar el espíritu realmente. Puede haber muchos hoy en día que no quieran nada de este materialismo, sin embargo, captan el espíritu de una manera material. Incluso muchos teósofos piensan que el espíritu es una materia finamente dividida. Incluso en la teosofía se esconde mucho tímido materialismo.

"¡El hombre que se supera a sí mismo, se libera de los poderes que atan a todo ser vivo!"

En esta coyuntura llegamos a un aspecto importante de la ciencia espiritual, que por algún tiempo no se desvelará completamente, a menos que la ciencia espiritual consiga hacer que el hombre triunfe sobre sí mismo. Porque si el ser humano continúa aferrándose con su intelecto, solo a lo que perciben sus sentidos, entonces, como resultado para su salud, tendría una consecuencia bastante diferente de lo que resultaría, si el ser humano percibiera en los fenómenos nada más que la expresión sensorial del espíritu. Tanto el pensar materialista como el pensar científico espiritual, tienen un gran efecto en la vida interior del

ser humano. Por lo tanto, la cuestión de la importancia del pensar materialista y del pensar científico espiritual tiene un significado más que teórico. En cuanto a los resultados del pensar científico materialista y el científico espiritual, el uno actúa para devastar, el otro para imbuir interiormente. Ahora bien, para destacar estos efectos en el ser humano, veamos un ejemplo sencillo relacionado con la vista. La miopía se desarrolla cuando, durante el primer período de desarrollo, uno se entrega pasivamente ante las impresiones. Sin embargo, si uno se entrega activamente a las impresiones de las cosas, entonces los ojos se mantienen bien. Un hombre debe desarrollar una fuerza activa interna. Cualquier cosa que le brinde la posibilidad de convertirse en el centro de la creatividad y la acción es saludable. A menos que se vuelva creativo desde dentro hacia afuera, su capacidad de estar sano, su vitalidad, se agotará y todo su ser se verá constreñido por las impresiones externas. A todas las impresiones que recibe del exterior, el hombre debe invocar una fuerza desde su ser interior que las contrarreste. Esto también debe complementarse a la inversa, en la que el ser humano debe desplegar una actividad que se cierre al exterior, que lo vuelva invisible al exterior.

Hay dos experiencias del alma en las que necesitamos profundizar. Que nos mostrarán que el ser humano posee una abundancia interior que fluye hacia el exterior, y también busca un centro para el desarrollo de su actividad en el mundo exterior. Uno debería estudiar estas dos direcciones de sentimientos, ya que nos conducen profundamente a las enfermedades del hombre. Un sentimiento es negativo, la ansiedad; El otro, positivo, la vergüenza, pero que también tiene un significado negativo. Supongamos que se enfrentan a algún evento que les despierta ansiedad y miedo. Si no consideran esto solo desde el punto de vista materialista, sino que también tienen en cuenta la acción del cuerpo astral, entonces el volverse pálido aparecerá como la manifestación física de corrientes de energía en el ser humano. ¿Por qué el alma afecta hasta ese punto a la circulación sanguínea? Porque el alma se esfuerza por crear un centro de voluntad dentro de sí misma, para desde allí, poder actuar externamente. En realidad, es una concentración de sangre hacia el centro para que desde allí pueda actuar afuera. Esto se entiende más o menos figurativamente. En el caso de la vergüenza, las cosas se invierten. Al sonrojarnos, la sangre fluye desde el centro hacia la periferia. El sentimiento de vergüenza indica circunstancias que querríamos borrar de la visibilidad, debido a las cuales borraríamos nuestro ego. El ser humano quiere atenuar su ego para que ya no sea perceptible desde el exterior. En tal situación, busca perderse, disolverse en el Todo, en el Alma del Mundo o, si se quiere, en el medio ambiente. Por lo tanto, lo que llamamos vergüenza es mostrarse reacio, en el fondo, a hacerse visible desde el exterior.

En las manifestaciones de vergüenza y ansiedad tienen ustedes una polaridad que indican condiciones significativas de los cuerpos etérico y astral. Estos son dos casos en los que las fuerzas del cuerpo astral son visibles desde fuera. La ansiedad y la vergüenza se expresan en las condiciones corporales. Si reflexionan sobre esto, se darán cuenta de que todos los sucesos del alma pueden tener un efecto en los sucesos del organismo. Esto es cierto tal como lo enseña la ciencia espiritual. Existe una conexión, aun cuando el ser humano al principio no sea consciente de ello.

Vamos a considerar que el fenómeno de los pensamientos abstractos de hoy no tenga el menor efecto posible sobre el organismo. Que lo que aprendemos con nuestras ciencias abstractas no tienen el menor efecto posible en nuestro cuerpo. Que su principio es, percibir lo que vemos, transformar la percepción en conceptos intelectuales. Esta ciencia no admitirá que el ser humano tenga sabiduría interna creadora, ni que el alma pueda producir a partir de sí misma algo sobre el mundo. Por lo tanto, mientras percibe exteriormente, el alma no contrarresta las impresiones externas con una energía creativa interna. Y por consiguiente tampoco el científico descubre las cosas por sí mismo. Cuando reflexionamos sobre lo profundamente arraigada que está, la creencia del ser humano en su propia incapacidad

para aprender de sí mismo, entonces podemos darnos cuenta de que este es el punto de partida para el devastador efecto de un conocimiento que solo se adhiere a lo externo.

Ante esta situación, ¿Qué remedio hay para la humanidad si la búsqueda interna en pro de la sabiduría y la verdad, la creatividad interna del espíritu no es más que ser un mero comparsa de la ciencia externa? El remedio se encuentra en la verdadera ciencia espiritual. En ella están las fuentes abiertas a través de las cuales el ser humano, por sí mismo, tiene la capacidad de desarrollar su percepción de lo que hay detrás de las cosas. Algunas personas están oprimidas por las cosas. Pero aquél que vea lo que la percepción externa no puede recibir, aquél que reciba esto, crea las fuerzas que contrarrestan las percepciones externas, fuerzas que son necesarias para la salud completa de alma y cuerpo. Esta salud del alma no puede obtenerse mediante teorías y pensamientos abstractos. Estos son demasiado frágiles e inadecuados. Sin embargo, cuando el concepto se transmite en imágenes, el efecto es poderoso. ¿Cómo se entiende esto? Esto se puede entender mejor pensando en la llamada evolución. Habrán oído decir que, al principio, existían los seres vivos más simples, que se habrían ido complicando cada vez más, hasta que el hombre llegó a existir. Estos son, nuevamente, solo conceptos abstractos, débiles e inadecuados. Este pensar se encuentra en muchas enseñanzas teosóficas sobre la evolución. Comienzan con un término como el logos y continúan con conceptos puramente abstractos tales como evolución, involución, etc. Sus efectos sobre el organismo son demasiado débiles. Lo que se encuentra en el alma solo se fortalecerá, teniendo en consideración lo que se ha desarrollado desde el siglo XIV. Aquí tienen una imagen, una imaginación que se sitúa ante el alma. Déjenme resumir esto de nuevo.

En el pasado, se le decía al alumno: "Fíjese bien en la planta y luego ponga al ser humano a su lado y compárelos. La cabeza no puede compararse con la flor, ni los pies con la raíz. (Ni siquiera Darwin, el reformador de la ciencia natural, hizo esto). La raíz se corresponde a la cabeza del ser humano; Él es una planta al revés. (La ciencia espiritual siempre ha dicho esto). Lo que la planta en su inocencia permite que los rayos del sol la besen para que la nueva planta pueda nacer de allí, eso, en el hombre toma una dirección inversa, en su castidad dirigida hacia el punto central de la tierra. El animal se sitúa en medio, entre los dos. El animal está a medio camino hacia la planta.

Platón, en su resumen, dice acerca de lo que vive en las plantas, los animales y los seres humanos: "El alma del mundo está crucificada sobre la cruz del cuerpo del mundo". El alma del mundo, que fluye a través de las plantas, de los animales y de los seres humanos, está crucificada sobre el cuerpo del mundo. La ciencia espiritual siempre ha explicado la cruz así.

A continuación el alumno era llevado a esta importante imagen diciéndole: " Ve usted, cómo se ha desarrollado el ser humano a sí mismo, a partir de la débil conciencia de la planta, ha sobrepasado la conciencia del animal y ha encontrado su auto-conciencia. En el ser humano dormido tenemos un estado del ser, que se asemeja a la existencia que la planta. Debido a que el ser humano ha incorporado su cuerpo de deseos, a la materia vegetal pura e inocente, ha podido elevarse más, pero a la vez en cierto sentido, ha descendido más abajo. De lo contrario, no habría podido adquirir su elevada conciencia del ego. Ahora debe volver a transformar su naturaleza astral. En el futuro, el ser humano tendrá un órgano libre de pasiones, como el cáliz de la flor".

Luego se le señalaba al alumno que llegaría un momento en que el ser humano liberaría su vida de las pasiones. Esto era presentado en las Escuelas del Grial en la imagen del Santo Grial. He ahí, la evolución presentada no en pensamientos, sino en una imagen, en una imaginación.

Por lo tanto, sería posible transformar en imágenes lo que hemos recibido solo en conceptos abstractos. De este modo lograríamos mucho. Cuando se deja que este fecundo ideal de evolución crezca ante uno, hacia el desarrollo de la imaginación del Santo Grial, entonces se tiene alimento y se sustenta en algo más que el solo poder del criterio. Entonces, no solo la comprensión racional se aferra a la imaginación, sino también, la esencia plena del sentir se entrelaza a su alrededor. Sienten un estremecimiento ante el gran secreto del mundo cuando ven el desarrollo del mundo en verdad, y lo reciben en tales imaginaciones. Después estas imaginaciones trabajan legítimamente sobre el organismo, armonizándolo. Los pensamientos abstractos no surten efecto.

Estas imaginaciones, sin embargo, actúan como impulsos internos que aportan salud. Las imaginaciones producen efectos y, si se trata de imágenes reales del mundo, las imaginaciones actúan de manera saludable. Cuando el ser humano transforma lo que ve exteriormente en imágenes, entonces se libera de su ser interior. De ese modo, la tormenta se transforma en armonía, y es capaz de superar el poder que une a todos los seres. Entonces podrá relacionarse con todo lo que se le presente. Crece y fluye hacia fuera despertando al mundo a través de sus sentimientos. Su ser interior se expande hacia un universo espiritual. En el momento en que el ser humano no tiene posibilidad de formar estas imaginaciones internas, entonces todas sus fuerzas fluyen hacia adentro y se aferra a su ego.

Esta es la misteriosa razón de lo que les pasa a muchos de nuestros contemporáneos. Los seres humanos han abandonado la antigua forma de la religión y ahora se han concentrado en sí mismos. Viven cada vez más en sí mismos, cada vez más solos consigo mismos. Cuanta menos posibilidad tiene el ser humano de disolverse en el ser del mundo universal, más se hace sentir en su organismo, el peso de los sucesos. Esta es la causa de la falsa sensación de ansiedad y de las falsas enfermedades. La imagen reacciona desde el alma sobre el organismo; Las tendencias saludables en el cuerpo se ven afectadas por las imágenes reales. Sin embargo, las imágenes falsas también dejan su huella, dando lugar a lo que nos encontramos como trastornos del alma, que más tarde se convierten en trastornos corporales. Aquí tenemos la verdadera base que finalmente conduce a la falsa enfermedad. Quienquiera que se encierre ante el gran mundo de las relaciones no podrá descartar lo que viene hacia él. Por otro lado, es imposible para el que ha quedado impresionado por la imaginación que lo abarca todo, dejarse engañar por las imágenes falsas. Por ejemplo, no creería haber notado un paso de corriente de un aparato de inducción a través de su cuerpo cuando no había ninguna corriente presente.

Toda imagen inconexa, que no encuentra un lugar en el contexto general, que actúa como una imagen cotidiana unilateral, es al mismo tiempo una imagen que induce a la enfermedad. Solo si el ser humano siempre mira hacia arriba desde lo individual, lo solitario, hacia los grandes secretos del universo, corrige lo que debe ser corregido. Porque lo que realmente actúa sobre el alma es una fuerza poderosa. Lo que surge en el transcurso del desarrollo cultural es un hecho que no debe pasarse por alto. Hoy nos limitamos a nuestros instintos sobre la salud. Pero consideremos la tragedia desde este punto de vista. Los antiguos griegos sabían que lo que estoy a punto de decir es verdad, que cuando el ser humano ve algo trágico, experimenta sufrimiento, se ve atrapado por sus impresiones, absorbo en ellas, pero cuando termina, él sabe que el héroe ha vencido al sufrimiento y que el ser humano puede superar el sufrimiento del mundo. A través de experimentar el sufrimiento y superarlo es cuando se sana. Volver absortos la mirada hacia dentro nos hace enfermar. Expresar lo que vive dentro de uno en una imagen exterior contribuye a la salud. Así es como Aristóteles habría presentado la tragedia para mostrar cómo el protagonista atraviesa el sufrimiento y el miedo para que el ser humano se cure del dolor y el miedo.

Esto tiene unos efectos de largo alcance. La ciencia espiritual puede explicar por qué los pueblos antiguos presentaban imágenes de cuentos de hadas y leyendas ante el alma del ser humano. Se le presentaban imágenes tales, que le hacían desviar la mirada de sus adentros. En los cuentos de hadas corre la sangre, como medio educativo saludable. Quienquiera que pueda mirar los mitos podrá comprobarlo. Cuando, por ejemplo, el ser humano ve exteriormente la venganza en forma de imagen, cuando ve en la imagen externa aquello a lo que debería renunciar, el resultado es que la supera. Los cuentos de hadas más sedientos de sangre encierran la más profunda sabiduría. Nuestra armonía interior se ve perturbada si en nuestras almas, permanecemos absortos para siempre. Nos volvemos saludables anímicamente cuando miramos hacia el Todo, hacia el Cosmos. Pero hay que saber qué imágenes se necesitan. Consideren una persona melancólica, un hipocondríaco, que simplemente no puede liberarse de ciertos acontecimientos. Querría llevar alegría a su alma con algo de música o algo así, pero justamente sucede lo contrario, le invade la tristeza, aunque no aparezca en ese momento. En lo más profundo de su alma se encuentra desinflado y triste, aunque no lo admita. Se necesitan imágenes graves, aunque al principio nos resulten enervantes.

Vemos pues, que la ciencia espiritual puede proveer una forma muy definida de tratar con el alma. No es posible llegar a una falsa enfermedad a través de un único medio. Está asentada en el materialismo de nuestro tiempo, en la falta de creatividad. Una falsa ansiedad, una ansiedad sin fundamento, todos los sentimientos que expresan el equilibrio distorsionado del alma en la melancolía, etc., se explican mediante una observación más profunda de la conexión de las cosas. A través de esto también se encuentran los medios de curación. Simplemente, nunca sería posible para alguien que continuamente profundiza la conexión de las cosas para no liberarse de su ego. En los casos en que el ego no se libera, hay algún tipo de provocación, y esto es exagerado. Por ejemplo, alguien se golpea la rodilla con el borde de la mesa. Como carece de ideas grandes y firmes no ha podido, por tanto, librarse del dolor. El dolor empeoró. El doctor fue llamado y le dijo que hiciera esto y aquello. Entonces, de repente, la persona sintió el dolor en la otra rodilla. Luego sintió dolor en su codo, etc., hasta que finalmente ya no pudo mover ni piernas ni manos, todo porque se golpeó la rodilla. Puede haber razones para dirigir la atención a un punto en particular, pero también hay posibilidades presentes que podrían brindar un equilibrio. El ser humano encuentra el equilibrio en su, cada vez más difícil vida, solo si permite que la ciencia espiritual trabaje sobre él. Entonces se verá protegido contra las influencias culturales.

Sin embargo, también podemos encontrar causas externas por falta de creatividad. Los hechos hablan por sí solos. Observen los animales cuando son mantenidos en cautiverio, se enferman, cuando en el mundo exterior, quizás nunca enfermarían. Esto es debido a las fuertes influencias que fluyen desde el entorno exterior, sobre el hombre y el animal. El animal no puede desarrollar una fuerza que sirva para contrarrestar, porque su desarrollo se ha completado. El ser humano mediante la civilización también llega a la decadencia si no puede contrarrestar las influencias externas con fuerza creativa. Debe remodelar y transformar las influencias mediante la actividad interior. Entonces, aún es posible que estas influencias puedan ser utilizadas por el ser humano para un mayor desarrollo. La persona que elabora y crea una teoría radical del materialismo, está sana porque crea desde dentro. Pero los seguidores de tal teoría se enferman porque no producen una fuerza creativa propia.

Aunque lean libros sobre ciencia espiritual, no obtendrán nada de valor a menos que los reelaboren internamente para ustedes mismos. Entonces su actividad se convierte en una creatividad cooperativa interior. Si no es así, entonces no se está estudiando libros científico-espirituales como se debe hacer. Eso depende del desarrollo del sentimiento por las fuerzas que impulsa hacia adelante, las fuerzas listas para recibir el mundo exterior. Depende de encontrar el equilibrio entre las impresiones externas y la creatividad interior. Los hombres

deben liberarse de la lucha exterior en el mundo para que no se haga cada vez más perceptible y opresiva. Debemos aportar la fuerza que contrarreste. La impresión externa debe experimentar internamente el empuje contrario. Entonces nos liberamos de ellas; de lo contrario, continuará haciendo que nos quedemos absortos una y otra vez. Si siempre estamos atentos solo a nuestra vida interior, entonces surge ante nuestras almas una imagen de sufrimiento. Si logramos una expresión de equilibrio entre las fuerzas externas y las fuerzas internas que de manera infatigable avanzaría, entonces nos fusionamos con el mundo exterior.

Hoy nos hemos familiarizado en un sentido más profundo con las falsas enfermedades como fenómeno de hoy en día. Partíamos de la premisa de que la ciencia espiritual debería ser un medio de curación para que el ser humano se libere de sí mismo y, por lo tanto, de todo poder vinculante. Porque todo poder vinculante favorece la enfermedad. Solo de esta manera aclaramos la esencia profunda de los versos de Goethe:

*Denn alle Kraft dringt vorwärts in die Weite,
Zu leben und zu wirken hier und dort;
Dagegen engt und hemmt von jeder Seite
Der Strom der Welt und reißt uns mit sich fort;
In diesem innern Sturm und äußern Streite
Vernimmt der Geist ein schwer verstanden Wort:
Von der Gewalt, die alle Wesen bindet, Befreit der Mensch sich, der sich überwindet.*

Segunda conferencia: La fiebre de la salud

La salud es algo que toda persona anhela naturalmente. Podemos decir que este anhelo de salud deriva, en el fondo, no solo de sentimientos y deseos egoístas, sino también del anhelo justificado de trabajar. Debemos agradecer a nuestra salud, esa capacidad nuestra para trabajar, que nos permite ser efectivos en el mundo. Es por eso, que atesoramos la salud como algo de un valor muy especial. De hecho, en esta forma de pensar sobre la salud hay algo de gran significado para procurarla. En cierto modo, está contenido el secreto de las circunstancias particulares bajo las cuales la salud merece la pena. Que valga la pena que procuremos tener salud solo en ciertas circunstancias puede parecer inusual. Nuestras consideraciones de hoy, sin embargo, deben revelar que la salud pertenece a aquellas virtudes que más fácilmente se convierten en una realidad en nosotros si las buscamos no por el propio bien, sino por el de otros. El hecho de que esto no suceda siempre hoy puede enseñarnos si nos limitamos a observar nuestro mundo circundante actual.

Por muy extraño que parezca cuando se habla de la búsqueda febril de la salud, de una necesidad febril por la salud, muchas personas pueden hoy hacer sus propias observaciones al respecto. Con qué métodos, de cuantas maneras, la mayoría de la gente hoy persigue la salud! En todas partes encontramos una búsqueda apresurada de la salud. Podemos viajar a través de regiones en las que los antiguos castillos y ruinas nos hablan de monjes y caballeros que una vez pudieron gozar de fuerza de espíritu y de cuerpo. Hoy han caído en decadencia, y en éstas mismas zonas, han sido reemplazados por edificios dedicados a la salud es decir sanatorios. ¿Hubo alguna vez, en algún momento de la evolución del mundo, una variedad de esfuerzos especiales para lograr la salud, para luchar por la salud por medio de formas de vida naturales, por medio de métodos de curación por agua o por vapor? Las personas son enviadas a tomar baños de vapor y de sol.

Una vez, un conocido mío que se dirigía a un sanatorio vino a verme durante la primera mitad del verano. Le había sido muy difícil conseguir las cuatro semanas de vacaciones, que

planeaba pasar allí. Por supuesto, parecía ser lo mejor que le podía pasar a una persona, quedarse por un tiempo, más o menos satisfactorio, en un sanatorio. Por lo tanto, no quise explicarle la inutilidad de su plan, ni tampoco, privarlo de toda esperanza. En su viaje de regreso vino a verme otra vez. Traía un pequeño libro en el que estaba escrito todo lo que se suponía que había logrado durante esas cuatro semanas contemplando su organismo. Una vez más, no quise privarlo de su alegría, pero, en la punta de la lengua, estaba la pregunta: "Y, dígame, ¿cuándo ha estado más motivado? ¿Durante todo el año en el trabajo o durante esas cuatro semanas en las que le llevaban del calor al frío, de la sequedad a la humedad y le fregaban con todos esos cepillos?"

Lo peor de todo fue que después de algunas semanas me dijo: "Esta cura me ha ayudado tan poco como todas las demás en los últimos treinta años".

Había estado probando algo diferente cada verano. Quienquiera que cuidara a esta persona bien podría ver su búsqueda febril de salud de una manera un tanto complaciente.

¿Cuántas personas de hoy en día recurren a hipnotizadores y curanderos espirituales? ¡Cuántos escritos hay sobre "Armonía con el infinito" y similares! En resumen, la búsqueda febril de la salud es algo que se vive en nuestro tiempo. Ahora bien, se podría plantear otra pregunta. "¿Están estas personas realmente enfermas?" Bueno, por supuesto, es probable que algo no ande bien en algunas de ellas, pero ¿existe la posibilidad de que logren la salud mediante todas esas cosas?

Hasta hoy ha permanecido un antiguo dicho, especialmente entre los más ancianos. Se dice con bastante frecuencia, que lo que la gente sencilla obtiene de tales dichos, puede contener algo bueno, pero con la misma frecuencia es algo falso. Lo mismo ocurre con el dicho: "Hay muchas enfermedades, pero solo un estado de salud". Esto es una tontería. Hay tantos estados de salud como seres humanos. Porque en cada ser humano su salud es individual. Quiere decir, que todas las recetas estandarizadas que sostienen que esto o aquello es saludable para el ser humano no tienen sentido. Esa misma parte de la humanidad que busca febrilmente la salud, es la que más sufre las recetas o recomendaciones generales para la salud. Entre ellos se encuentran quienes creen que puede haber algo generalmente etiquetado como salud que, si se hace así, sería saludable. Es increíble que no se den cuenta de que un baño de sol puede ser saludable para una persona, pero que esto no se puede aplicar en general. Podría ser bastante perjudicial para otro. Esto generalmente es admisible, pero no es aplicable en casos particulares. Debemos aclarar que la salud es un concepto bastante relativo, algo que está sujeto a un proceso de continuo cambio, especialmente para el ser humano, que es el ser más complicado sobre la tierra. Solo necesitamos mirar en la ciencia espiritual. Entonces penetraremos profundamente en la naturaleza humana y reconoceremos lo cambiante que es lo que llamamos salud. En realidad, hoy se olvida casi por completo aquello sobre lo cual se deposita tanto valor en los aspectos materiales, olvidándose que el ser humano está en pleno proceso de desarrollo.

¿Qué se entiende por "el ser humano está en desarrollo"? De nuevo, es necesario referirse al ser del hombre. El cuerpo físico es solo un miembro más de la entidad humana. Este lo tiene en común con toda la naturaleza sin vida. Pero tiene como segundo miembro el cuerpo etérico o vital, que tiene en común solo con aquello que está imbuido de vida en la naturaleza. Este miembro libra una batalla continua contra todo lo que destruiría el cuerpo físico. Si el cuerpo etérico se retirara del cuerpo físico, en ese momento el cuerpo físico se convertiría en un cadáver. El tercer miembro es el cuerpo astral, que tiene en común con los animales, es el portador de deseos y tristezas, de cada sentimiento y representación, de alegría y dolor, el llamado cuerpo de la conciencia. La cuarta parte es su ego, el punto central

de su ser, que hace que el hombre sea la cúspide de la creación. El ego va transformando los tres cuerpos mediante el desarrollo desde el foco central de su ser.

Reparemos en un hombre salvaje sin educación, un hombre medio o un idealista altamente educado. El salvaje sigue siendo esclavo de sus pasiones. El hombre medio refina sus impulsos. Se niega a sí mismo la satisfacción de ciertos impulsos y pone en su lugar conceptos legales o altos ideales religiosos, es decir, remodela su cuerpo astral desde su ego. Como resultado de esa actitud, el cuerpo astral tiene ahora dos miembros. El uno todavía tiene la forma que existe en el salvaje, pero la otra parte se ha transformado en un yo espiritual o manas. A través de las impresiones del arte o de las grandes impresiones de los fundadores de la religión, el hombre trabaja en su cuerpo etérico y así se crea el buddhi o espíritu vital. Si una persona se dedica a la práctica de ciertos ejercicios científico-espirituales, el cuerpo físico también puede transformarse en atma, o yo espiritual. En otras conferencias, me he referido al "atma" como "hombre-espíritu". Así trabaja el ser humano, inconsciente o conscientemente en sus tres cuerpos.

Si pudiéramos retroceder con la mirada, mucho más allá hacia los primeros pasos del hombre, encontraríamos en todas partes condiciones culturales primitivas, modos de vida simples. Todo lo que esas personas, de tiempos remotos tenían, en cuanto a aparatos para satisfacer sus necesidades espirituales y corporales, su forma de vida, todo era simple. Miren ahora a su alrededor, todo evoluciona, y dentro de la evolución el ser humano se auto-desarrolla. Esto es lo más importante. Imagínense tan vívidamente como puedan, a un hombre primitivo que está moliendo grano para hacer harina entre dos piedras, e imagínense los otros útiles que rodean a este individuo. Compárenlo con un hombre de tiempos culturales más recientes. ¿De qué está rodeada esta persona moderna? ¿Qué ve desde la mañana a la tarde? Recibe las terribles impresiones de la ruidosa gran ciudad, de los tranvías, autobuses y similares. Debemos entender pues, cómo procede la evolución. Debemos trasladar la percepción que obtenemos de las cosas simples al proceso cultural.

Goethe hizo la siguiente afirmación: "El ojo fue creado por la luz, para la luz". Si no tuviéramos ojos, no podríamos ver los colores o la luz. ¿De dónde pues, obtenemos los ojos? Goethe también dijo que, a partir de los órganos indiferenciados, gracias a la luz se derivaron los ojos. Lo mismo pasa con el oído, a su vez formado por el sonido, la sensación de calor por el calor. El ser humano está formado por todo aquello que en el mundo se extiende a su alrededor. Así como los ojos deben su existencia a la luz, también otras estructuras delicadas deben su existencia a cuanto rodea al hombre. El mundo primitivo simple es la cámara oscura que todavía retiene muchos órganos. Lo que es la luz para los órganos indiferenciados, a partir de los cuales se desarrolló el ojo, para la humanidad primitiva es el ambiente. Las cosas actúan de manera muy diferente sobre el hombre en su modo de vida presente; No puede volver a las condiciones primitivas de la cultura. Es más bien, porque una luz espiritual cada vez más y más intensa se ha hecho efectiva a su alrededor y ha provocado lo nuevo.

Podemos darnos cuenta del significado de este proceso cultural transformador si nos imaginamos el precio que pagan los seres que también están sujetos a esta influencia, pero no pueden evitar la transformación. Esa es la condición de los animales. Están estructurados de manera diferente que los hombres. Cuando miramos al animal, tal como aparece en el mundo físico, encontramos que tiene su cuerpo físico, su cuerpo etérico y su cuerpo astral en el mundo físico, pero el ego no lo tiene en mundo físico. Por lo tanto, los animales son incapaces en el plano físico de sufrir la transformación de los tres cuerpos, y no pueden adaptarse a un nuevo entorno. Hace dos días consideramos a los animales salvajes en cautiverio, vimos cómo en el desierto ciertos animales nunca tienen tuberculosis, caries, etc.,

pero sí cuando sufren cautiverio. Toda una serie de apariciones de decadencia se muestran en cautividad o en otras circunstancias.

Durante el proceso cultural, los hombres están continuamente sujetos a otras condiciones. Esta es la naturaleza de la cultura. De lo contrario, no habría desarrollo, ni habría una historia de los seres humanos. Lo que observamos que se experimenta en animales en cuanto al efecto sobre el cuerpo físico aparece como lo contrario en los hombres. Dado que tiene un ego, el hombre tiene la capacidad de digerir internamente, las impresiones que le asaltan desde nuestra cultura. El hombre está activo interiormente, primero adapta su cuerpo astral a las cambiantes condiciones y entonces lo reorganiza. Por lo tanto, a medida que evoluciona, llega a culturas más altas y siempre recibe nuevas impresiones. En los inicios de su desarrollo, estas se expresaban como sentimientos y percepciones. Si ahora permaneciera pasivo e inactivo, si no se motivara la actividad en él, no habría creatividad, por lo que se atrofiaría y se enfermaría igual que el animal. Esto es lo que distingue al ser humano, que puede adaptarse y, desde el cuerpo astral, cambiar gradualmente los cuerpos etérico y físico. Interiormente debe estar preparado para esta transformación, porque de lo contrario no se lograría el equilibrio entre lo que le llega desde afuera y lo que lo contrarresta desde adentro. Un hombre sería aplastado por las impresiones del exterior, lo mismo que el animal enjaulado es aplastado por ellas porque carece de creatividad interior. Pero el hombre tiene su actividad interior. A las luces espirituales que lo rodean, debe poder anteponer algo, como si dijéramos, para contrarrestar con los ojos, con la vista.

El resultado de una falta de armonía entre las impresiones desde el exterior y la vida interior es malsano. En las grandes ciudades es donde podemos ver, lo que sucede cuando las impresiones desde el exterior se vuelven cada vez más poderosas. Cuando nos apresuramos cada vez más, cuando debemos dejar que los ruidos y el ajetreo de las personas pasen a nuestro lado sin que le opongamos resistencia, sin contrarrestarlas, esto no es saludable. En cuanto a ofrecer resistencia hacia el exterior, el intelecto es lo menos importante, sino que lo importante, depende de si nuestros sentimientos, nuestra alma, de hecho, nuestra vida física, puedan posicionarse. Esto lo entenderemos correctamente si nos fijamos en una enfermedad concreta que aparece especialmente en nuestro tiempo (1907) y que no se daba antes. Una persona que no está acostumbrada a absorber mucho, una pobre de alma se enfrenta a todo tipo de impresiones, de modo que se encuentra ante un mundo exterior bastante incomprensible. Las consecuencias resultantes acaban desarrollando la histeria. Todo lo relacionado con la histeria se deriva de este desequilibrio.

Otra forma de enfermedad se desarrolla cuando nuestras vidas nos llevan a querer entender en exceso lo que nos presenta el mundo exterior. Es sobre todo el caso de los hombres que sufren de la enfermedad del ¿Por qué? Siempre acostumbrados a preguntar: "¿Por qué? ¿Por qué? ¿Por qué? ¿Por qué? " Incluso se dice que el ser humano debe ser el animal del "por qué" sin cansarse. Hoy, debido a que somos demasiado educados, es posible que ya no le demos al preguntón de turno, la respuesta que le dio el fundador de una religión. Cuando se le preguntó: "¿Y Dios qué hacía antes de la creación del mundo?", Él respondió: "Pelaba cañas para los que hacen preguntas inútiles". Esta es exactamente la condición opuesta a la histeria. Aquí el ansia inquieta por la resolución de enigmas es demasiado grande. Esto es sólo un síntoma de una actitud interior. El que nunca se cansa de preguntar siempre: "¿Por qué?" Tiene una constitución diferente a la de otras personas. Da señales de un funcionamiento interno diferente de las funciones espirituales y corporales de la persona que solo pregunta "Por qué" cuando es provocado por algo externo. Esto lleva a todas las condiciones hipocondríacas, desde el caso más leve hasta la más profunda enfermedad imaginaria. Así es cómo el proceso cultural afecta a los seres humanos. El hombre debe, ante todo, tener una mente abierta para poder procesar siempre lo que viene hacia él. Ahora nos explicamos por qué, tanta gente tiene la necesidad de abandonar esta cultura, esta vida. Ya

no aguantan lo que los presiona. Se esfuerzan por escapar. Esta es siempre la respuesta de las naturalezas débiles que no saben cómo contrarrestar las impresiones externas con una poderosa respuesta interna.

Por lo tanto, hoy no se puede hablar de un estándar de salud, justamente porque la propia vida es tan múltiple. Una persona está aquí, la otra allí. Puesto que lo que se ha desarrollado en el ser humano, ha sido, en cierto sentido, por medio del mundo exterior, cada uno tiene su propia salud. Por eso debemos hacer que el ser humano sea capaz de comprender su entorno, incluso para las funciones del cuerpo. Para el hombre que nace bajo circunstancias en que son necesarias una musculatura y unos nervios ligeros, de hecho, sería una tontería desarrollar músculos pesados. ¿Dónde está la norma que indica el desarrollo saludable del ser humano? Se encuentra dentro del ser humano. Al igual que con el dinero, así es con la salud. Cuando vamos tras el dinero para administrarlo con fines benéficos, entonces es algo saludable, algo bueno. Perseguir el dinero no puede ser condenado, puesto que es algo que nos permite promover el proceso cultural. Si vamos tras el dinero para acumular dinero, entonces es absurdo, cómico y trágico a la vez. Con la salud es igual. Si vamos tras la salud, porque la salud nos obsesiona, entonces el esfuerzo no vale la pena. Si nos dedicamos a la salud porque queremos recuperarla, entonces se justifica el esfuerzo por el bien de la salud. Quien quiera obtener dinero, primero debe aclararse cuánto necesita. Solo entonces debería ir tras de él. Quien anhela la salud, debe antes revisar las palabras fácilmente malentendidas, tales como comodidad, gusto por la vida, disfrute de la vida y ver cómo ha de interpretar tales palabras. El gozo de la vida, la satisfacción en la vida, el amor a la vida están presentes en los salvajes. En el ser humano cuya vida exterior e interior están en armonía, en el hombre desarrollado armoniosamente, las condiciones deben ser tales que, si hay incomodidad, si hay tal o cual dolor del cuerpo o del alma, este sentimiento de incomodidad debe verse como una especie de enfermedad, como una falta de armonía. Por lo tanto, es importante en toda educación, en toda acción pública, no llevar a cabo de manera rutinaria, sino más bien desde la amplitud de una visión cultural, para que la alegría y la satisfacción en la vida sean posibles.

Es curioso que lo que acabo de decir haya sido dicho por un representante de la ciencia espiritual. Así es, así lo dice la ciencia espiritual a la que le reprochan por promover el ascetismo. Vemos llegar a alguien que se complace en asistir por la noche a espectáculos de chicas o en beber sus ocho vasos de cerveza. Luego se encuentra con personas que disfrutan de algo en un nivel superior. Por lo que les aconseja que no se castiguen a sí mismos. No, se castigarían si le acompañaran a la sala de espectáculos. Quien disfruta de los espectáculos de chicas y cosas así, es cosa suya, y sería absurdo privarlo del disfrute. Solo es saludable quitarle el gusto por esos espectáculos.

Hay que trabajar por ennoblecer el simple placer, lo gratificante en la vida. Los antropósofos no se reúnen, porque sufren cuando hablan de los mundos superiores, sino porque suscita el más profundo gozo en sus corazones. Para ellos sentarse a jugar al póquer sería la privación más terrible. Están completamente llenos de la alegría de la vida en cada fibra de sus seres.

Concerniente a la salud, no tiene sentido decir que hay que hacer esto o aquello otro. La cuestión es proporcionar alegría y satisfacción en la vida. De hecho, el científico espiritual en este caso es todo un Epicuro de la vida. ¿Cómo se traduce esto en términos de salud? En cuanto a esto, debemos tener claro que cuando le damos a alguien unas normas sobre salud, deben estar basadas en lo que proporciona alegría, dicha y gozo a su cuerpo astral. Porque por medio del cuerpo astral surten efectos en los demás miembros. Esto es más fácil decirlo que hacerlo.

Por ejemplo, incluso entre los teósofos hay quienes mortifican sus apetitos al dejar de comer carne. Si se tratase de personas que aún anhelan la carne, entonces esta mortificación debe considerarse, en el mejor de los casos, como una preparación para una condición posterior. Sin embargo, llega un punto en el que una persona puede tener una relación tal con su entorno que le resulta imposible comer carne. Un amigo le preguntó por qué no comía carne, a un médico que también era de aquellos que no comían carne, no porque él fuese teósofo, sino porque consideraba que esta otra forma de alimentación era mas saludable. Respondió con la pregunta: "¿Por qué no comes tu carne de caballo o de gato?". Por supuesto, el amigo tuvo que decir que le disgustaban, aunque comía carne de cerdo o de vaca, etc. Pero para el médico, toda la carne era igual de asquerosa.

Solo cuando las condiciones subjetivas internas se corresponden con el hecho objetivo, entonces, llega el momento en que el hecho externo tiene un efecto saludable. Debemos estar interiormente en consonancia con los hechos externos. Esto se expresa con las palabras "sensación de confort", que no podemos usar a la ligera, sino más bien en el sentido de que está en consonancia armoniosa con nuestras fuerzas internas. La felicidad, la alegría, el deleite y la satisfacción, que son la base de una vida saludable, siempre surgen de la misma base, desde las sensaciones de una vida interior que asisten a la creatividad, a la actividad interna. El ser humano es feliz, cuando puede estar activo. Por supuesto, esta actividad no debe entenderse como actividad ordinaria.

¿Por qué el amor hace feliz al ser humano? Es una actividad que a menudo no la consideramos como tal, porque se mueve de adentro hacia afuera, abarcando a los otros. Con ella dejamos fluir nuestro ser interior. De ahí lo saludable y beneficioso de la vida del amor. La creatividad puede ser de la naturaleza más íntima; no tiene que ser visible públicamente. Cuando alguien se inclina sobre un libro y las impresiones lo deprimen, lo abruma, gradualmente se deprimirá. Sin embargo, cuando la lectura de un libro evoca imágenes en la mente, entonces da comienzo una actividad creativa que contribuye a la felicidad. Es algo muy parecido a palidecer cuando uno está angustiado por los eventos futuros. Luego, la sangre fluye hacia adentro para fortalecernos, de modo que lo que nos llega desde afuera pueda ser contrarrestado interiormente. Con la sensación de ansiedad, se alerta la actividad interna hacia la actividad externa. Tomar conciencia de una actividad interior es sanar. Si el ser humano hubiera podido sentir la actividad de la formación interna cuando surgieron los ojos a partir del órgano básico indiferenciado, habría percibido una sensación de bienestar. Él no era consciente, sin embargo, de que eso estuviera sucediendo.

En lugar de llevar a un ser humano agotado a un sanatorio, sería mucho mejor llevarlo a un entorno en el que fuera feliz, al principio sería feliz su alma, pero también físicamente feliz. Cuando ponen a un ser humano en un ambiente de alegría, en el que a cada paso nace un sentimiento interno de alegría, eso es lo que lo sanará, cuando, por ejemplo, vea los rayos del sol atravesar los árboles y perciba los colores y aromas de las flores. Sin embargo, una persona debe ser capaz de sentir esto, para que él mismo pueda tener en sus manos el problema de su salud. Cada paso debe moverlo a la actividad interior. Paracelso nos dejó un hermoso dicho: "Es mejor que cada quién sea él mismo, por sí mismo y no por nadie más". El hecho de que primero debamos acudir a otra persona es ya una limitación de nuestra capacidad de autosanación. En tal situación nos enfrentamos a impresiones externas que por un corto tiempo parecen ayudar, pero finalmente conducen a la histeria.

Cuando se considera el problema de esa manera, se encuentra con otros pensamientos saludables. Hay personas y médicos hoy en día, especialmente "médicos legos", que se oponen a la medicina ortodoxa. La medicina, de hecho, necesita ser reformada, pero esto no puede producirse mediante estas batallas. Más bien, los hechos de la ciencia espiritual deben

Llegar a la ciencia médica. La ciencia espiritual existe, pero no por pura afición ni entretenimiento. Hay personas hoy en día que tienen la fiebre de sanar a otros. Por supuesto, es fácil encontrar esta o aquella enfermedad en una persona. Así pues, alguien encuentra en una persona este o aquel órgano de diferente forma en que aparece en otra. O una persona no respira como le parece que todas las personas deben respirar, según criterio de quién posee tal fiebre sanadora. Así que para ello se inventa un remedio. ¡Sorprendente, de lo más impactante! Porque no se trata en absoluto de dirigir los esfuerzos hacia un concepto rutinario de salud. Es fácil decir que esto y aquello no contribuyen a la salud. Consideren a alguien que haya perdido una de sus piernas. Está enfermo, ciertamente más enfermo que el que respira irregularmente, cuyos pulmones están afectados. No se trata de curar a esta persona. Sería una tontería decir: "¡Hay que asegurarse de que esta persona vuelva a tener una pierna!" ¡Solo traten de hacer que le crezca otra pierna! Lo que realmente importa es que la vida para esa persona sea lo más llevadera posible.

Esto es así *grosso modo*, pero también en condiciones más sutiles. Es un hecho que en cada ser humano se puede encontrar un pequeño defecto. Además, lo que a menudo importa aquí no es aclarar el defecto, sino más bien, a pesar del defecto del ser humano, hacer su vida lo más llevadera posible. Piensen en una planta, cuyo tallo está dañado. Los tejidos y la corteza crecen alrededor de lo dañado. Lo mismo ocurre con los seres humanos. Las fuerzas de la naturaleza mantienen la vida a medida que crecen alrededor de la herida. Especialmente los médicos laicos son víctimas del error de querer curarlo todo. Les gustaría proporcionar un tipo de salud para todos los seres humanos. No existe un único tipo de salud como tampoco existe un único tipo de ser humano normal. No solo son individuales las enfermedades, sino también la salud. Lo mejor que le podemos dar al ser humano, ya seamos médicos o asesores, es darle la firme convicción de que se siente cómodo cuando está sano, e incómodo cuando está enfermo. Hoy en día esto no es tan fácil en nuestras circunstancias. Quien entienda del tema de salud tendrá miedo sobre todo de enfermedades que no se expresan mediante fatiga y dolor. Por lo tanto, es perjudicial auto sedarse con morfina. Es saludable cuando la salud conlleva entusiasmo. La enfermedad conlleva apatía. Esta forma de vida saludable que solo podemos tener cuando nos fortalecemos internamente. Esto lo hacemos cuando a nuestras condiciones complicadas le oponemos una fuerte actividad interna. La búsqueda febril de salud cesará solo entonces cuando los seres humanos ya no luchen por la salud como tal. El ser humano debe aprender a sentir y percibir si está sano y saber que puede soportar fácilmente un defecto en la salud. Esto solo es posible a través de una concepción del mundo fuerte que sea efectiva hasta en el cuerpo físico. Esta perspectiva del mundo crea la armonía. Esto, sin embargo, solo es posible a través de un concepto del mundo que no dependa de las impresiones externas. El concepto del mundo científico espiritual lleva al hombre a regiones que solo puede alcanzar si está internamente activo. No se puede leer un libro científico espiritual como se leen otros libros. Debe estar escrito de tal manera que evoque la propia actividad. Cuanto más se deba esforzar, más hay entre líneas, más saludable es. Esto es así solo en los asuntos teóricos, pero la ciencia espiritual puede ser efectiva en todas las áreas.

Lo que llamamos ciencia espiritual existe para hacerse efectiva como un movimiento espiritual fuerte. Exige conceptos que cuentan con las energías más poderosas para que los seres humanos puedan adoptar una postura frente a lo que nos viene al encuentro. A la ciencia espiritual le gustaría dar una vida interior que se extienda directamente a las extremidades, a la circulación sanguínea. Entonces, cada individuo percibirá su salud en su sensación de alegría, en su sensación de entusiasmo y satisfacción. Casi todos los regímenes dietéticos son inútiles. Que el otro compañero me diga que esto y aquello que son buenos para mí carece de importancia. Lo que importa es que encuentre satisfacción al tomar mi comida. El ser humano debe entender su relación con este o aquel alimento. Debemos saber

cuál es el proceso espiritual que hay entre la naturaleza y nosotros. Para espiritualizar todo, eso es lo que significa volverse saludable.

Tal vez actualmente se piense que para el científico espiritual comer es algo que le es indiferente, que engulle, carente de significado. Tomar conciencia de lo que significa participar de una parte del cosmos, una parte que ha sido empapada de luz solar; saber de la relación espiritual completa en la que se encuentra nuestro entorno, saborearlo no solo físicamente, sino también espiritualmente, nos libera de toda repugnancia enfermiza, de todos los estorbos enfermizos. Por lo tanto, vemos que dirigir este esfuerzo por la salud hacia los caminos correctos pone a la humanidad en un gran desafío. Pero la ciencia espiritual será fuerte. Transformará a todo ser humano que se dedique a ella, llevándolo a alcanzar lo que, para él, es el patrón normal. Esto es, al mismo tiempo, un noble esfuerzo hacia la libertad que surge de la ciencia espiritual y convierte al hombre en su propio maestro. Cada hombre es un ser individual desde el punto de vista de sus características, así como de sus estados de salud y enfermedad. Estamos en legítima relación con el mundo y debemos aprender a conocer nuestra situación en el mismo. Ningún poder externo puede ayudarnos. Cuando encontramos esta postura interior fuerte, solo entonces somos seres humanos completos a quienes no se puede quitar nada. Pero también sostiene que nadie puede darnos nada. Sin embargo, encontraremos nuestro camino en la salud y en la enfermedad porque mantenemos una postura interna fuerte dentro de nosotros mismos. Este secreto, también, de todo esfuerzo saludable fue expresado por un espíritu, un pensamiento eminentemente sano y un espíritu de sentimiento saludable. Él nos dice cómo el ser humano armonizado va infaliblemente por su camino.

Fue Goethe quien, en su poema *Palabras órficas primigenias*, dice:

**SEGÚN EL DÍA EN QUE VINISTE AL MUNDO,
EL SOL EN CONJUNCIÓN CON LOS PLANETAS
ESTABA; COMENZÓ TU DESARROLLO,
Y FUE SIGUIENDO CON ARREGLO A AQUELLA
LEY QUE AL MUNDO TE TRAJÓ. ASÍ ES FORZOSO
QUE SEAS, SIN QUE A TI MISMO HURTARTE PUEDES.
TAL ANTAÑO DIJERON LAS SIBILAS,
Y TAMBIÉN LOS PROFETAS PROFIRIERON;
NO HAY TIEMPO NI PODER QUE A ALGUNA FORMA
QUE A SUS FUERZAS VIVIENDO DESARROLLA,
LUEGO DE YA ACUÑADA, CAMBIAR PUEDA.**