

V-62

EL HERALDO ROSACRUZ

EL HERALDO ROSACRUZ

BOLETIN DE
LA FRATERNIDAD ROSACRUZ

Únicamente en el radiante principio a que llamamos CRISTO, y que otras naciones conocen con otros nombres, podemos encontrar la Verdad. Entra en esta Luz y conocerás a los Hermanos que en ella viven "Cartas Rosacruces"

Dirección y Administración: Apartado de Correos, 126.
BARCELONA (España)

Este Boletín se reparte gratuitamente a los miembros de
LA FRATERNIDAD ROSACRUZ

Cuartel General: The Rosicrucian Fellowship.
Mt. Ecclesia, Oceanside, California, E.U. de América.

6 NOV. 1934

Epoca I

Septiembre 1934

Núm. 3

SUMARIO :

El Misterio de las Glándulas de Secreción Interna (4ª parte)	pág. 46
Los Diez Mandamientos	" 53
Luz -Poema-	" 53
Filosofía Rosacruz en Preguntas y Respuestas	54
Virgo, la Inmaculada.	" 56
Servicio de Curación.	" 57
Reglas Fundamentales de la Alimentación Natural (continuación).	" 58
El Nacimiento de la Fraternidad Rosacruz en 1909 (continuación).	" 62

***** Lección Mensual del Estudiante ****
*** **
* *

EL MISTERIO DE
LAS GLÁNDULAS DE SECRECIÓN INTERNA

por

"The Rosicrucian Fellowship"

4ª parte:

Agosto de 1934

EL BAZO

(continuación)

El clarividente adiestrado observa frecuentemente una curiosa y pasmosa visión cuando contemplando las partes expuestas del cuerpo, tales como la cara y las manos, súbitamente ve que comienza a fluir de ellas una corriente de estrellas, cubos, pirámides y una variedad de otras figuras geométricas. Estas formas son átomos pertenecientes al éter químico que han servido su propósito en el cuerpo y están siendo expelidos a través de la piel. Cada figura flota fuera del individuo a corta distancia y entonces desaparece. Su color es un azul amatista.

Después de comer, la fuerza vital solar atraída por el bazo es consumida en grandes cantidades. Los dos éteres inferiores contienen la materia que las fuerzas naturales (espíritus de la naturaleza, los llamados muertos, espíritus Luciferes y Maestros de más altas Jerarquías creadoras), usan en la elaboración del alimento en el cuerpo físico.

Cuando la comida es pesada, la corriente de fluido vital que fluye del cuerpo es perceptiblemente

ta disminuida y hace que entonces no se limpie el vehículo denso tan enteramente como cuando el alimento ha sido bien digerido, ni es tan potentemente resguardado de los gérmenes enemigos. Por eso una alimentación excesiva hace a una persona más predispuesta a coger resfriados o a caer enferma. Durante la mala salud, el bazo provee al cuerpo vital de muy poca energía solar, y en tales momentos el cuerpo denso parece nutrirse del cuerpo vital, en consecuencia de lo cual, el último se hace más transparente y disminuido en proporción al estado de extenuación denotado en el vehículo físico.

Como las depurativas radiaciones vitales están casi enteramente ausentes durante las enfermedades, sobrevienen entonces complicaciones muy fácilmente.

Ordinariamente si alguna parte del cuerpo o algún órgano son extirpados y no hay posteriormente ninguna función a ejecutar por la contraparte etérica, aquella parte del cuerpo vital va desintegrándose gradualmente; pero en el caso del bazo tal desintegración no tiene lugar, porque, como antes hemos dicho, el bazo etérico tiene un gran trabajo a realizar, y si el cuerpo físico ha de vivir, el molde debe permanecer intacto y continuar con su trabajo, o sea, la atracción de energía o fuerza solar para el vehículo denso.

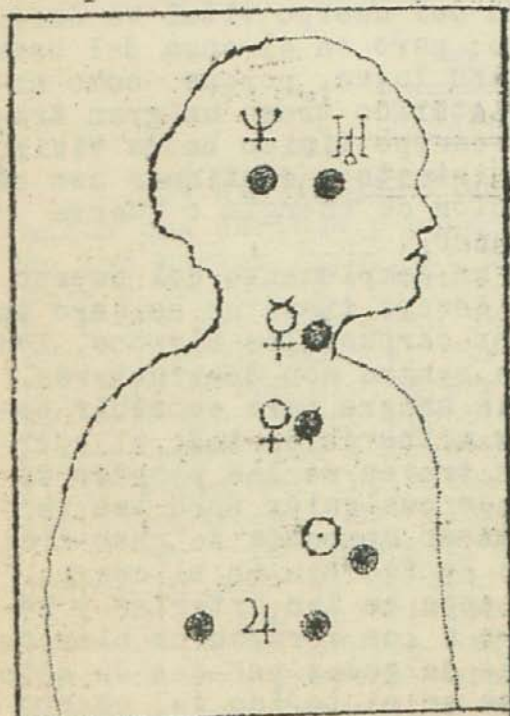
Las glándulas son un complemento del cuerpo vital, pero el cuerpo de deseos tiene un asidero en el bazo y produce allí los corpúsculos blancos. Los corpúsculos blancos de la sangre son destructores. El cuerpo de deseos usa la sangre para conducir estos pequeños destructores a través de todo el cuerpo físico. Ellos pasan a través de las paredes de las arterias y venas cuando cualquier daño las permeabiliza, y especialmente en momentos de gran ira; porque entonces el ímpetu de fuerzas en el cuerpo de deseos causa una hinchazón en las arterias y venas, y ello abre el camino a los corpúsculos blancos para pasar a través de las delgadas paredes de estos dilatados vasos sanguíneos en el tejido del cuerpo afectado, donde forman bases para las materias tóxicas que matan el vehículo denso.

El cuerpo de deseos está constantemente destruyendo y estropeando el tejido físico, mientras

constantemente lo construye el cuerpo vital; y ello ocasiona guerra entre los dos, de la que resulta la consciencia en el mundo físico. Las fuerzas etéricas del cuerpo vital actúan de tal forma que convierten el alimento en sangre, tanto como es posible; y la sangre es el más elevado producto del cuerpo vital. Los corpúsculos rojos sanguíneos son como discos circulares, cóncavos en ambos lados y no tienen núcleo. Ellos distribuyen oxígeno a través del cuerpo. Los corpúsculos blancos son de forma irregular, tienen núcleo y están poseídos del poder del movimiento amiboide.

La manera que trabaja el cuerpo de deseos en la formación de corpúsculos blancos sanguíneos en el bazo, es como sigue: Los malos pensamientos, el temor y la ira, se interponen con el poder de evaporación del bazo. El cuerpo de deseos aprovecha la oportunidad y forma una partícula de plasma, la

viscosa materia de una célula animal, que se convierte en la base de un corpúsculo blanco. Éste, es a su vez aprovechado por un pensamiento elemental, el cual forma un núcleo y se corporiza a sí mismo allí. Entonces el elemental comienza a vivir una vida de destrucción, coagulándose con los productos de desecho y debilitando todos los elementos donde quiera que los encuentra, convirtiendo así el cuerpo físico en un osario viviente en vez del templo de un espíritu individual. Cada corpúsculo blanco que así ha sido formado y poseído por una entidad exterior es para el espíritu una oportunidad perdida; y a más de



LAS GLÁNDULAS DE
SECRECIÓN INTERNA
Y SUS REGENTES

las oportunidades perdidas, exista en el cuerpo físico la pérdida del control del Ego sobre dicho vehículo. Los corpúsculos blancos sanguíneos están siempre presentes en crecido número en todas las enfermedades.

TIPO PERSONAL

El bazo no forma un tipo personal; pero teniendo en cuenta el hecho de que él atrae una excesiva cantidad de fuerza solar durante la comida y la digestión, a fin de que el alimento ingerido pueda ser debidamente aprovechado, el comilon con su exceso de gordura y su cuerpo de movimientos pesados, puede, posiblemente, ser considerado como el representante de un tipo que puede representar una personalidad de esta clase.

LA GLÁNDULA TIMO

La glándula del desarrollo infantil

La glándula timo está situada en el pecho entre los dos pulmones y detrás de la parte superior del esternón. Desciende y cubre la porción superior del corazón, envolviendo los grandes vasos en la parte superior de ellos. Es una masa parduzca, que cuando ha sido cortada tiene la apariencia de una molleja. Está emplazada sobre la tráquea y aparece como un crecimiento de la pared de la tercera porción de la faringe (una cavidad tubular en el canal alimenticio que empieza detrás de la lengua). Alcanza su mayor tamaño al comienzo de la pubertad. Al nacimiento pesa alrededor de media onza. A la pubertad su peso llega a ser algo superior de una onza. Su longitud es de unas dos pulgadas, su anchura de pulgada y media, y su espesor de un cuarto de pulgada. Se le halla prontamente en disección hasta los veinte años. Su gradual desaparición es en seguida marcada por una pérdida de la estructura glandular, la cual es

reemplazada por fibras y tejidos adiposos. Los vestigios del característico tejido timo, sin embargo, persisten, y algo de la secreción de sus células permanece por toda la vida.

En el pasado se creía que al llegar a la pubertad la glándula timo se atrofiaba, pero ahora es sabido que algo de la secreción de sus células persiste durante toda la vida. Cuando persisten demasiadas de estas células, la glándula se hace de cinco a diez veces más grande de lo normal, y un número de otros aspectos se hace prominente, lo cual convierte al extraordinario individuo en la víctima del "status thimicus", quien en medio de los azares de la vida reaccionará de la más extraña manera. Esto será tratado más adelante en estas series de lecciones bajo la denominación de "La Personalidad Timo". Ciertamente es que la glándula timo es la que resguarda de las trivialidades infantiles, y a veces convierte el aspecto exterior de los niños en el de adultos. Las arterias que suministran sangre a la glándula timo son principalmente las mamas internas; esto es una indicación de la estrecha relación existente entre la madre y el niño. Los nervios, los cuales son diminutos, provienen del sistema nervioso simpático o involuntario y del décimo craneal o nervio pneumogástrico.

Durante la niñez la glándula timo es el órgano que promueve el crecimiento de los huesos, pero al llegar a la pubertad empieza a decrecer su funcionamiento. Se cree que las glándulas sexuales, al despertar en la pubertad, ejercen una influencia restrictiva sobre el timo.

La secreción de la glándula timo se llama "thimovidina" y se cree que es la que controla el crecimiento de los niños. Cuando un niño nace con un timo dilatado, el comienzo del proceso de la respiración, que es la introducción en el niño del oxígeno del aire, puede ser un asunto difícil y prolongado. De tal niño se dice que ha nacido azul; la respiración, por unos días, produce un rudo sonido silbante, haciéndose normal algún tiempo, para ser seguido de pasmos o síntomas de asfixia (cuando hay anomalía en la respiración), acompañado de manchas azules de la piel y amenaza de muerte.

Hay casos en que estos síntomas de asfixia han ocurrido después que el niño parecía estar perfectamente sano. Que una glándula timo de dimensión excesiva es responsable de tal condición, ha sido mostrado por el relieve que de la glándula puede obtenerse mediante los rayos X, o por la separación quirúrgica de una parte de ella.

Cuando el cuerpo de un niño padece una nutrición insuficiente, se produce un rápido descenso en el peso de la glándula timo. Esto prueba que el tamaño y condición de la glándula timo en el niño son un índice del estado de nutrición de su cuerpo. Ha sido probado que una alimentación insuficiente por cuatro semanas reducirá la glándula timo a un tercio de su tamaño normal. Esta glándula parece actuar como un órgano de provisión y reserva, concediendo algo de protección contra la limitación del crecimiento atendiendo a la carencia de alimento suficiente. Es un factor interesante que en enfermedades agotadoras o depauperantes el peso de esta glándula mengua mucho más vivamente que el de las otras glándulas. Hay ejemplos de niños que crecieron bastante y se desarrollaron bien mentalmente cuando fueron alimentados con "thimovidina", y otras medidas habían fracasado. En Francia fue hecho un estudio sobre cuatrocientos niños idiotas con tiroides normales. El informe de la investigación afirmaba que unas tres cuartas partes de estos infortunados no tenían la glándula timo completa.

La secreción de la glándula timo controla el normal crecimiento de los huesos y el metabolismo muscular durante el período de la infancia. Esta glándula influencia particularmente el desarrollo de la corteza suprarrenal (la parte exterior de ella). La inyección de "thimovidina" tiene un efecto específico aliviando la fatiga de los músculos voluntarios. Extirpando la glándula timo de un animal joven que se halle en período de crecimiento se produce un entorpecimiento en su normal desarrollo -un empequeñecimiento-, con cambios en el esqueleto que parece raquíptico. Los huesos se hacen blandos y flexibles y fácilmente pueden ocurrir roturas. Sin embargo, con la regeneración de pequeños fragmentos de la glándula timo, de los extirpados durante la

operación, estos síntomas desaparecen y el animal se hace normal de nuevo.

La glándula timo crece rápidamente durante los primeros dos años de la vida del niño. La razón de esto es que el niño es entonces amamantado, y el éter vital contenido en la leche de la madre favorece especialmente el crecimiento de este órgano. La glándula timo de los niños amamantados con leche de mujer es siempre más grande que la de los niños criados con leche de animales, y tales niños siempre responden más al control de aquella cuyo leche ingirieron que al control de cualquiera otra persona. Desde el momento en que se interrumpe el amamantamiento, los átomos que se desintegran de la glándula timo circulan en la corriente sanguínea, y mientras que ellos están impregnados con el éter vital de la madre, obtenido durante el tiempo que el niño ha sido amamantado, la estrecha unión física formada entre ellos permanece, hasta que la glándula se ha reducido grandemente. Los niños que han sido amamantados con leche humana tienen más grande vitalidad que aquellos que han sido criados con leche de animales, porque el éter animal no es permanentemente absorbido por la glándula timo como lo es el éter humano.

(Continuará)

"¡OH LUZ SUPREMA QUE TE ELEVAS TANTO SOBRE
LOS PENSAMIENTOS DE LOS MORTALES!, PRESTA A
MI MENTE ALGO DE LO QUE APRECIAS, Y HAZ QUE
MI LENGUA SEA TAN POTENTE QUE PUEDA DEJAR A
LO MENOS UN DESTELLO DE TU GLORIA A LAS GE-
NERACIONES VENIDERAS."

Dante (La Divina Comedia)

" COMO RELÁMPAGO QUE VIENE DE ORIENTE
A OCCIDENTE, ASÍ SERÁ LA SEÑAL DE MI
VENIDA."

JesuCristo (Evangelios)

***** LOS DIEZ MANDAMIENTOS *****

- 1º - No tendrás dioses ajenos delante de mí.
- 2º - No te harás ninguna imagen.
- 3º - No tomarás el nombre del Señor tu Dios en vano.
- 4º - Te acordarás del día consagrado al descanso,
para santificarlo.
- 5º - Honrarás a tu padre y a tu madre.
- 6º - No matarás.
- 7º - No cometerás adulterio.
- 8º - No hurtarás.
- 9º - No levantarás falso testimonio contra tu
prójimo.
- 10º - No codiciarás.

(Éxodo, cap.20)

XX

- L U Z -

¡Oh! caminante de la vida, vienes, pasas y te vas
Sin saber apenas nada de la Luz y la verdad!
¿No oyes como tu conciencia te reprocha tu maldad?
¿Por qué sigues obstinado en negar la caridad?
¿No sientes los lamentos que demandan tu piedad,
Cual enjambre de avencillas que desean libertad?
¡Qué horrible es tu silencio, qué amarga tu ruindad!
Te ves a tí solo, y no ves a los demás!
¿No sabes a qué has venido, ignoras por qué te vas?
¡Conócete a tí mismo, por ahí has de empezar,
Destruyendo tu egoísmo y tu cara vanidad!
¿No ves que son juguetes, que tienes que dejar?
¡Harto sé que son lágrimas que tienes que llorar,
Y llagas de leproso que tienen que sangrar,
Y pústulas que queman que tienes que arrancar
De tu carne palpitante, de tu Yo espiritual! //luntad"
Y cuando el martillo "pensamiento" y el cincel tu "vo-
Hermosteen tu estatua, terminándola de labrar,
Verás la Luz de esa estatua, tu interno Dios, reflejar.
¡Ten presente a que has venido y no lo olvides jamás!
¡Oh! caminante de la vida, que vienes, pasas y te vas!

M. V.

FILOSOFÍA ROSACRUZ EN PREGUNTAS Y RESPUESTAS

¿Por qué los que se interesan en el estudio de la más elevada filosofía no se ocupan de mejorar el estado social y las condiciones industriales, tales como la abolición de la esclavitud del salario, que es tan brutal y degradante como la esclavitud negra?

RESPUESTA: Todos los ocultistas reconocen las urgentes necesidades del día, y nadie desea más que ellos la hora de la liberación, el tiempo en que la fraternidad sea un hecho, el momento en que todas las naciones "conviertan sus lanzas en podaderas y sus espadas en hoces" como lo profetizó Isaías, pero tratan de producir ese mejoramiento siguiendo un camino diferente. Las uniones socialistas obreras y otras organizaciones semejantes, trabajan activamente para producir el mejoramiento de las condiciones, pero el ocultista sostiene que sus métodos son ineficaces y frustan la realización duradera del fin perseguido, porque es indudable que el hombre mismo es quien crea esas condiciones, y no las condiciones las que hacen al hombre. Si, por tanto, tratamos de mejorar a la humanidad elevando su tipo moral, entonces cuando el hombre se haga mejor, la consecuencia natural será que las condiciones serán mejores.

Bajo el estado actual de cosas, cuando una unión obrera, mediante una huelga o amenaza de ella consigue el triunfo y mejora en algo sus condiciones, el patrón comienza en seguida a combinar algún medio para contrarrestar la mejora y frustrar el objeto. Se asocia con otros patronos, para protegerse mutuamente, y estas asociaciones patronales están siempre en continua guerra con las uniones obreras. La mejora obtenida por una de ellas es cambiada continuamente por la otra. Sin embargo, cuando el patrón, así como el obrero, se hayan hecho CRISTIANOS y hayan aprendido a no hacer a los demás lo que no

VIRGO, LA INMACULADA

(tierra)

(común)

Virgo es considerado por algunos como el más místico de todos los Signos; es la Casa de la Virgen. Esta Virgen-Madre es la que origina el nacimiento de Cristo, el Cristo dentro del alma humana.

Cuando al principio del otoño el Sol pasa a través de este Signo, las fuerzas del Cristo Cósmico empiezan de nuevo su anual descenso a la Tierra. Durante el paso del Sol a través de Virgo, el Cristo penetra solamente las más altas y espirituales envolturas de la Tierra, y es en el Equinoccio de Otoño cuando este Cósmico poder alcanza la circunferencia de nuestro globo. En Navidad, en el Solsticio de Invierno, llega al Centro de la Tierra.

Nosotros estamos ahora en el comienzo de esa Santa Estación.

Afortunado es el que pueda elevar su conciencia a la iluminada altura de esa sublime Blanca Luz, que en esta Estación fluye a través de la atmósfera y delicadamente envuelve a la Tierra y a toda la humanidad en su casta aura.

Son muy sagrados los espirituales impulsos que nos llegan en este tiempo, porque su objeto es prepararnos a servir, como Cristo, el Buen Pastor, nos enseña. Solamente cuando nuestros corazones son puros, solamente cuando somos capaces de discernir lo verdadero de lo falso a través de nuestra facultad razonadora, podemos realmente llegar a ser semejantes al Buen Pastor. Entonces nosotros conoceremos la verdad de Sus Palabras: "Es más bienaventurado el que da que el que recibe".

MEDITACIÓN PARA EL MES SOLAR DE VIRGO:

La básica palabra-clave de Virgo es SERVICIO. Las palabras-claves complementarias son PUREZA, RAZON Y DISCERNIMIENTO.

- Departamento de Curación -

ESTUDIANTES, AMIGOS, PACIENTES :

" Y si el Espíritu de Aquel que le-
" vantó de los muertos a Jesús mora
" en vosotros, el que levantó a
" Cristo Jesús de los muertos vivi-
" ficará también vuestros cuerpos
" mortales por su Espíritu que
" mora en vosotros. "

San Pablo (Romanos, 8:11)

Cuando la Luna entra cada semana en un
Signo Cardinal del Zodíaco (en Aries, Cáncer,
Libra o Capricornio), tendrá lugar un especial
Servicio de Curación, en las fechas que damos
a continuación, correspondientes al año 1934.
Hora: a las 6-30 P.M. (de la tarde) en su pro-
pio reloj u hora solar aproximada, puesto que
el Sol lleva el Poder Curativo.

Rindamos fervorosamente nuestra cordial
gratitud al Gran Médico, por las pasadas Cura-
ciones y Bendiciones. Visualice Vd. la Pura
Rosa Blanca en el Centro del Emblema situado
en la pared Oeste o Altar del Templo de Cura-
ción en "Mount Ecclesia", y conviértase Vd.
mismo en viviente canal del Divino Poder Cura-
tivo que abundantemente viene directo del
Padre.

AGOSTO . . .	6 - 14 - 21 - 27
SEPTIEMBRE .	3 - 10 - 17 - 23 - 30
OCTUBRE . . .	7 - 14 - 21 - 27
NOVIEMBRE .	4 - 10 - 17 - 24
DICIEMBRE .	1 - 8 - 14 - 21 - 29

REGLAS FUNDAMENTALES DE LA ALIMENTACIÓN NATURAL
(continuación)

EL TÉ Y EL CAFÉ SON ESTIMULANTES VENENOSOS

Es necesario abstenerse del té y del café, pues no tienen valor alimenticio alguno y, en cambio, poseen venenos similares al ácido úrico, que son igualmente dañinos en sus efectos. Son particularmente nocivos tomados con las comidas, por cuanto retardan la digestión. Le leche, brebajes de cereales y bebidas hechas con jugos de frutas frescas -no embotelladas- deben tomarse en vez de té y café; advirtiéndose que los brebajes de frutas no deben tomarse con las comidas.

LOS HUEVOS Y LAS LEGUMINOSAS

DEBEN TOMARSE CON PRECAUCIÓN

Los huevos, lentejas, judías, garbanzos, etc., deben ser tomados con moderación, por cuanto son muy ricos en proteínas (los huevos contienen, además, grasa, y las legumbres almidón), y todas las proteínas, grasas y almidones, después de que sus elementos nutritivos han sido extraídos por el proceso de la digestión, dejan libres ciertas materias morbidas que forman ácidos y gases venenosos, que si se dejan que se acumulen en los tejidos del cuerpo, constituirán un peligro para la salud y la vida. No debiera comerse mas de un huevo al día, incluyendo en esa cantidad los que se empleen para la preparación de los otros alimentos. Los niños deben tomar menos todavía. En su estado verde, los guisantes y las judías, pertenecen a los vegetales, con un porcentaje bajo de proteínas y, en cambio, elevado de minerales orgánicos, y, por lo tanto, pueden tomarse sin ninguna clase de reservas.

LOS TRABAJADORES MANUALES NECESITAN FRUTAS OLEAGINOSAS

Las nueces y todas las demás frutas secas y oleaginosas constituyen un excelente alimento,

indispensable para los que trabajan mucho físicamente, pero, debido a su extrema riqueza de proteínas y grasas, deben también ser tomadas en pequeñas cantidades y siempre en combinación con frutas frescas o vegetales crudos, como ensaladas, etc.

CÓMANSE MUY POCOS PASTELES

Los pasteles, tortas y demás productos de repostería, deben emplearse muy raramente en nuestra alimentación, pues consisten principalmente en harina flor y azúcar blanco refinado, ambos desvitalizados, en razón del procedimiento mismo de refinamiento; por lo tanto, carecen de valor alimenticio, y, por el contrario, cargan el organismo con venenos producidos por la digestión del almidón y el azúcar.

PRECAUCIÓN CON LOS PRODUCTOS DE HARINA FLOR Y CEREALES REFINADOS

El uso habitual del pan blanco, hecho de harina flor y de todas aquellas preparaciones de cereales refinados, deben evitarse. Debe usarse la harina de trigo o de cualquier otro cereal, sin refinar, esto es, completa; porque la cáscara y las otras subcapas de los granos, que son eliminadas por la operación de la molienda a fin de presentar el producto con buena apariencia, son, precisamente, las que contienen la proteína, minerales y las vitaminas, sustancias éstas indispensables para la formación de los huesos, los tejidos, los nervios y la sangre. Como consecuencia de la ignorante demanda de harinas refinadas, "blancas como la nieve", de toda clase de cereales, la moderna maquinaria altera las sabias previsiones y "provisiones" de la naturaleza y "refina" el producto cereal, el cual en su estado natural contiene todas las sustancias necesarias para la nutrición humana, hasta el extremo de que todos los elementos realmente alimenticios quedan extraídos, quedando, puede decirse, solamente el almidón. Cuando se usa

el almidón juntamente con los otros componentes del grano, aquél desempeña una función importante como productor de energía y calor, y necesita aquellos otros elementos para el debido equilibrio y para ayudar a la digestión, pero cuando se le separa de ellos se le roban las vitaminas y ya no se trata de un producto orgánico natural, sino que se ha convertido en un producto artificial, desvitalizado, casi químico, y que debido a su sumatitud digestiva es un peligroso manantial de acideses y fermentaciones. En compañía de la carne y del azúcar refinado, el exceso de almidón que se ha introducido en la dieta del hombre civilizado, es la causa de la acidez del estómago, del estreñimiento y de todos los casos de enfermedades catarrales.

MODO DE EVITAR EL ESTREÑIMIENTO

El salvado, el cual el hombre equivocadamente quita de los cereales, en su engreído intento de mejorar a la naturaleza, tiene también la importante función de servir como de escoba para los intestinos, barriendo los residuos perjudiciales, la de estimular la acción peristáltica de los mismos; actuando de este modo como un laxante natural. Comase pan de trigo completo, cereales no refinados, alimentos con su correspondiente salvado, frutas y vegetales frescos, y no se sufrirá de estreñimientos. El jugo de fruta fresca o el agua en la cual se hayan tenido en remojo ciruelas o higos secos, bebido por la mañana antes del desayuno, estimula la acción de los intestinos.

ARROZ

El arroz es un cereal muy recomendable por su combinación nutritiva y propiedad purificadora, pero el arroz blanco, abrigantado, que se emplea hoy en general no es bueno. Cuando compre este producto insista en que le den arroz íntegro, esto es, sin que se le haya quitado la cascara -el sal-

vado- ni esté pulimentado. Este grano, cuando completo, es de color moreno.

DESAYUNO

Las galletas de trigo -completo- constituyen un perfecto desayuno y son muy económicas. Por qué, pues, pagar un alto precio por preparados refinados, sin valor nutritivo alguno y dañinos, cuando con mucho menos dinero se puede obtener un producto saludable, natural y del que se aprovechará nuestra salud? Tómense, pues, como desayuno, alimentos secos y tostados, tales como los proporcionan los cereales, siempre que sean de grano completo; pero no deben disolverse en leche hervida, sino que debe usarse leche natural, recién ordeñada, si es posible, o bien jugo de fruta y sin añadir azúcar refinado. Es necesario evitar el comer las harinas en forma de pasta blanda, pues los almidones, mas que cualquier otro alimento, deben ser bien ensalivados para que puedan ser digeridos, y si no se mastican, como pasa cuando se toma esta clase de pasta y aun de sopas, la saliva deja de aportar su concurso. Cuando se coman cereales hervidos y blandos, tómense en compañía de una corteza o tostada de pan.

PELIGROS DEL AZUCAR BLANCO Y DE LOS CAMELOS

El uso del azúcar blanco que se expende hoy en día debe evitarse, porque el azúcar blanco extraído de la caña o de la remolacha, refinado una y otra vez, ha quedado de tal modo desvitalizado, que viene a ser un simple producto químico, que fermenta dentro del sistema y se convierte en alcohol. Los efectos del azúcar blanco, de los caramelos y de todas aquellas preparaciones en las cuales predomina el azúcar, son semejantes a los del envenenamiento alcohólico. Cuando estimulamos el hábito en nuestros hijos de comer caramelos, etc., les perjudicamos. Cultívase en ellos el gusto por la fruta, enseñeseles a apreciar su delicioso sabor y a preferir su nutritivo azúcar natural a los artificiales y dañosos

productos del azúcar refinado. Los helados, sodas, refrescos, y la mayoría de las confituras, contienen perjudiciales principios químicos, además de los ya contenidos en el azúcar blanco, y si se quiere dar a nuestros hijos un "gusto", sin que les sirva de peligro o de perjuicio, compreséles frutas en vez de aquellas peligrosas mixturas y enséñeseles a gastar su dinero en frutas.

(continuará)

EL NACIMIENTO DE LA FRATERNIDAD ROSACRUZ EN 1909
------(continuación)-----

Alquiló una habitación barata en el séptimo piso de una casa de vecindad, y durante el verano excesivamente caluroso del año 1908 permanecía sentado día por día desde las siete de la mañana hasta las nueve o diez de la noche, sin salir a la calle para comer. Con leche y bizcochos pasaba todo el día trabajando, y a las nueve de la noche salía para cenar solamente algunos alimentos vegetales. Después de un paseo por las calles calurosas de Nueva York, volvía a casa para continuar trabajando todavía hasta después de media noche. Cuando el calor se hizo demasiado intenso marchó a la ciudad de Buffalo, donde terminó el manuscrito en Septiembre del mismo año 1908.

El nuevo problema que entonces se le planteó, era saber como publicar el libro y donde encontrar fondos para ello. Después de los grandes calores tuvo mucho éxito dando conferencias y lecciones en Buffalo. Pero posteriormente encontró un buen campo para sus trabajos en Columbus (Ohio), donde la Sra. Rath-Merill y su hija le ayudaron para dibujar los diagramas. En esta ciudad fué muy afortunado dando lecciones y conferencias y formó allí el primer Centro Rosacruz. Desde allí se fué a Seattle (Washington), donde tenía muchos amigos desde el año 1906, y esperaba poder lograr que alguno de ellos le ayudara para imprimir el libro. Y en efecto, el Sr. William M. Patterson fué este amigo, que no solamente le ayudó a encontrar un editor, sino que,

siendo él mismo Impresor, le dió muy buenos consejos para la publicación. Los Sres. Jessie Brewster y Kingsmill Commander le prestaron muy buena ayuda para la edición del manuscrito.

En Columbus, y antes de imprimirse el CONCEPTO ROSACRUZ DEL COSMOS, Max Heindel empezó a divulgar las enseñanzas por medio de conferencias apropiadas, y después de cada una de ellas distribuía copias mimeográficas de las veinte conferencias de la serie CRISTIANISMO ROSACRUZ. Empezó por la primera conferencia titulada "El Enigma de la Vida y de la Muerte", dando copia de ella a todos los asistentes para que pudieran llevarla a sus casas y estudiarla. Estas copias las sacaba Max Heindel con su máquina Mimeográfica, por la noche después de las conferencias. Con un pequeño martillo y unos clavos en su bolsillo, y sus cartones-anuncios bajo el brazo, andaba muchos kilómetros todos los días para colocar estos anuncios en sitios bien visibles para el público.

Escribió él mismo sus artículos en los periódicos y los puso en manos de los editores, los que, algunas veces, estaban muy mal dispuestos para la publicación de estas nuevas enseñanzas. Sin embargo, gracias a su encanto personal, Max Heindel pudo generalmente ganarlos para su causa, y algunas veces obtuvo que pusieran a su disposición una página entera, lo que siempre le valió un numeroso público. Después de haber dado veinte conferencias y de haberlas distribuido luego entre el auditorio en Columbus (Ohio), Seattle y North Yakima (Washington) y Portland (Oregon), acompañado por William M. Patterson, él se llevó el manuscrito del CONCEPTO ROSACRUZ DEL COSMOS y las veinte conferencias a Chicago, donde al fin fueron publicados.

Citaremos las propias palabras de Max Heindel respecto a su trabajo en Chicago: "El CONCEPTO ROSACRUZ DEL COSMOS fue publicado en Noviembre de 1909, unas cinco semanas antes de finalizar la primera década del siglo. Unos amigos habían editado el manuscrito original, pero, naturalmente, yo tuve

que repasarlo antes de darlo a la imprenta; luego corregí las pruebas y lo leí después otra vez para asegurarme de que todos los errores estaban rectificados. Hice otra lectura cuando la composición fué dividida en páginas, y di instrucciones a los grabadores y al impresor respecto a la colocación de los diagramas, etc. Me solía levantar a las 6 de la mañana trabajando hasta las 12, 1, 2 y 3 de la noche venciendo mil dificultades y teniendo que soportar el ruido horroroso de las calles de Chicago, algunas veces hasta el extremo límite de mi energía nerviosa. Pero pude vencerlo todo y añadir varios detalles interesantes al libro. Sin embargo, sin la asistencia eficaz de los Hermanos Mayores yo seguramente hubiese sucumbido. Era obra de Ellos, y Ellos me sacaron a flote; pero quedé casi completamente agotado de fuerzas cuando todo quedó ultimado."

Casi toda la edición de la obra CONCEPTO ROSACRUZ DEL COSMOS quedó en Chicago (excepto algunos cientos de ejemplares que fueron llevados a Seattle) depositada en casa de una mujer que estaba al frente de una empresa editorial. Teniendo bastantes deudas esta mujer, se valía de los ejemplares de la edición del CONCEPTO ROSACRUZ DEL COSMOS, depositada en su domicilio, para enviarlos como pago de lo que debía a los editores. Y cuando, más tarde, fué requerida para que enviase más ejemplares a Seattle, resultó que la primera edición de dos mil ejemplares ya la había agotado. Esto fué causa de que se ordenase la impresión de una segunda edición, a la cual fué añadido un índice de sesenta páginas.

Parece que la pérdida de dos terceras partes de la edición primera hubiera debido resultar una calamidad para un hombre de escasos medios financieros; pero fué todo lo contrario. Resultó ser un hecho providencial, porque la mujer en cuestión había estado en relación con el movimiento teosófico "Nuevo Pensamiento" y otros movimientos, durante varios años, y había sido su proveedora de libros, que ella sabía procurarse de grandes Casas editoriales. Ella instigó a estas Casas a que aceptasen el CONCEPTO ROSACRUZ DEL COSMOS, obra muy poco conocida entonces. Así promovió una demanda que fué un buen medio para la difusión de las enseñanzas Rosacruces en muchas partes del mundo.

(Continuará)

Las Enseñanzas de los Rosacruces

Iluminarán su Camino

ESTÚDIÉLAS POR CORRESPONDENCIA

*La FRATERNIDAD ROSACRUZ
pone a disposición de usted:*

Un CURSO DE FILOSOFÍA Las enseñanzas Rosacruces dan una idea clara y lógica del mundo y del hombre; invitan a la discusión en vez de rehuirla; de manera que quien busca la verdad espiritual puede satisfacer ampliamente su intelecto, y las explicaciones que recibe son tan estrictamente científicas como reverentemente religiosas

Un CURSO DE ASTROLOGÍA Así como las mareas se miden por el movimiento del sol y de la luna, también las eventualidades de la existencia se miden por las estrellas circundantes que, por tanto, pueden llamarse el «Reloj del Destino». Para la Medicina, la Astrología es inapreciable ya que permite diagnosticar la enfermedad y prescribir el remedio, pues revela la causa oculta de todos los padecimientos

Estos cursos son compuestos en forma muy clara y sencilla, a fin de que puedan ser seguidos sin dificultad

Todos nuestros cursos son gratuitos : El dinero no puede comprar esas enseñanzas; el avance depende del mérito : Los gastos de edición, distribución, etc., se cubren con donativos voluntarios; los estudiantes encuentran ocasión de ayudar conforme los dictados : razón y según sus medios

FRATERNIDAD ROSACRUZ

Apartado de Correos 12 : BARCELONA (España)