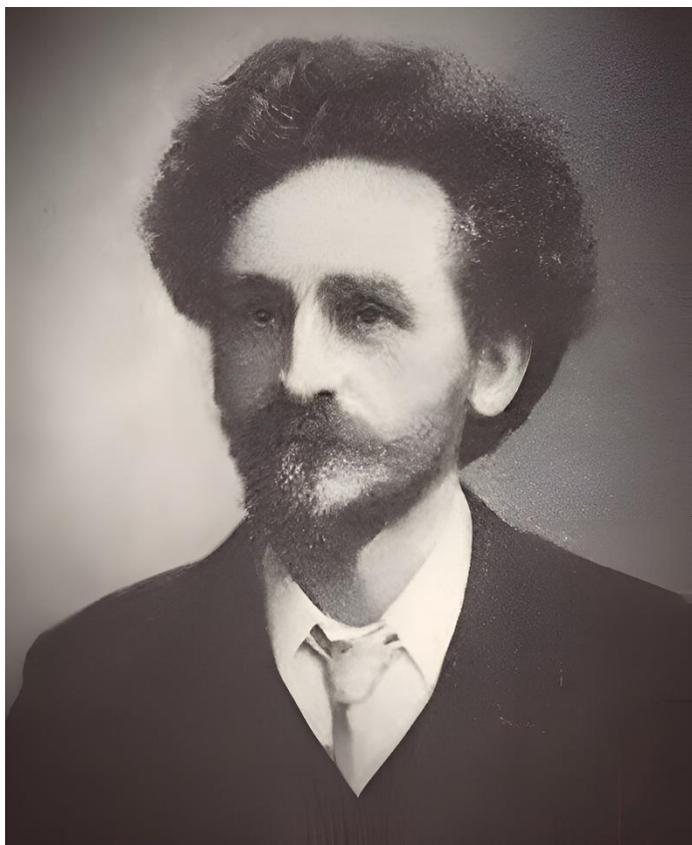


Calendario Espiritual de James Allen

Meditaciones para todos los días del año



Gongarola

© Gonzalo García Olagorta 2024

Traducción, prólogos y edición de Gonzalo García Olagorta (Gongarola)

Independently published

www.gongarola.com

ISBN: 9798344063768

Reservados todos los derechos de la traducción y del prólogo.

Sin embargo, se autoriza el uso de buena fe de fragmentos significativos de esta obra como referencias en otras producciones editoriales o para su libre difusión con fines pedagógicos. En tal caso, se agradece la cortesía de mencionar la fuente.

Lo único que no se permite es copiar y comercializar o difundir en un único documento la totalidad de la obra o sus diferentes partes en ningún soporte.

Prefacio

Este volumen combina dos de las obras más influyentes de James Allen: *James Allen's Book of Meditations for Every Day in the Year* (1913) y *Morning and Evening Thoughts* (1909). Ambas ofrecen una guía esencial para quienes desean cultivar la paz interior, el autocontrol y el crecimiento espiritual a lo largo de sus días.

James Allen's Book of Meditations for Every Day in the Year es una recopilación de meditaciones diarias realizada por su esposa, Lilly L. Allen, tras su fallecimiento, que invitan al lector a reflexionar profundamente sobre el poder del pensamiento y la importancia de vivir de acuerdo con principios elevados como la pureza, el amor y la compasión. Cada día del año tiene una meditación única, lo que convierte a este libro en una fuente continua de inspiración y orientación espiritual. A través de estas reflexiones, Allen nos anima a enfrentar los desafíos cotidianos con una mente clara y un corazón firme, mostrando cómo cada pensamiento puede moldear nuestra realidad. Esta obra nos recuerda que el verdadero éxito y la felicidad no son productos del azar, sino el resultado directo de vivir con integridad y propósito.

Por otro lado, *Morning and Evening Thoughts* complementa estas enseñanzas con meditaciones específicamente diseñadas para marcar el inicio y el final de cada jornada. Allen propone que cada día es una nueva oportunidad para pensar, actuar y vivir de manera más sabia y virtuosa. Las meditaciones matutinas nos preparan para abordar el día con confianza y claridad, mientras que las reflexiones nocturnas nos invitan a la introspección y al crecimiento personal. Al centrarse en la importancia del pensamiento correcto y la autodisciplina, Allen nos muestra que las pequeñas acciones y decisiones diarias son las que construyen una vida de éxito y plenitud.

Ambas obras están unidas por un mensaje central: la idea de que nuestras circunstancias externas son un reflejo de nuestro mundo

interior. James Allen nos enseña que, al cultivar pensamientos puros y positivos, y al practicar el amor y la compasión, podemos trascender el sufrimiento y alcanzar una vida de felicidad genuina. Su visión de la transformación personal es clara: solo al dominar nuestra mente y corazón podemos conquistar el mundo que nos rodea.

En esta nueva edición, la obra clásica de James Allen ha sido cuidadosamente traducida y adaptada para resonar con el lector contemporáneo, sin perder su esencia y profundidad originales. Se han elegido expresiones más accesibles y claras, con el propósito de hacer que su mensaje atemporal sobre la paz interior y la superación personal sea más comprensible y relevante en el contexto actual. A lo largo del texto, se ha mantenido un fiel respeto por la intención del autor, adaptando el lenguaje para que los conceptos fluyan de manera natural en nuestra época, sin distorsionar el significado profundo de sus enseñanzas. Este trabajo busca brindar una experiencia renovada, permitiendo que los principios de Allen sean aplicables y útiles para quienes hoy buscan una vida de propósito y sabiduría interior.

Mi encuentro con James Allen fue inesperado pero profundamente significativo. Hace unos años, en el proceso de realizar la traducción comentada de *Un Curso de Milagros Edición Gongarola*, me topé con la frase «As a man thinketh, so does he perceive» (Tal como un hombre piensa, así percibe. T-21.I.1:6). La frase capturó mi atención de inmediato al reconocer que *As a Man Thinketh* es precisamente el título de la obra más famosa de Allen. *Un Curso de Milagros* es una obra canalizada por Helen Schucman, quien afirmaba recibir la voz de Jesús, lo cual me llevó a preguntarme si esta línea en el Curso había sido inspirada directamente por Jesús o si existía alguna influencia externa. Como Helen ya había fallecido, decidí ponerme en contacto con Judy Skutch, la única persona viva que había conocido bien a Helen y en aquel entonces presidenta de la FIP (Foundation for Inner Peace). Le pregunté si Helen o Bill Thetford, el otro escriba del curso, habían conocido a James Allen o leído su obra. Judy me aseguró que estaba casi segura de que no, ya que ella había heredado toda la biblioteca de Bill y no había encontrado nada relacionado con

ese autor. Además, Helen, según ella, apenas leía nunca nada. Esta búsqueda me llevó a profundizar aún más en la obra de James Allen, encontrando en sus enseñanzas un paralelismo fascinante con las ideas de *Un Curso de Milagros*, aunque sus orígenes aparentemente fueran independientes. Esta coincidencia se convirtió en el punto de partida de mi interés y devoción por la obra de Allen, llevándome eventualmente a traducir esta obra.

James Allen fue un escritor y filósofo británico nacido en Leicester, Inglaterra, en 1864 y fallecido en 1912. Provenía de una familia modesta, y a una edad temprana tuvo que afrontar la tragedia de perder a su padre, quien falleció durante un viaje a Estados Unidos en busca de trabajo. Debido a esta pérdida, Allen abandonó la escuela para comenzar a trabajar y ayudar a su familia. Estas experiencias tempranas moldearon su visión del mundo y lo llevaron a una vida de introspección y autodesarrollo. A pesar de las dificultades, Allen encontró en la lectura y la reflexión una vía para su crecimiento personal, y eventualmente se dedicó por completo a escribir sobre los temas que le apasionaban: la conexión entre el pensamiento y la realidad, y la capacidad del ser humano para transformar su vida a través de la mente.

James Allen es mejor conocido por su libro *As a Man Thinketh*, publicado en 1903, el cual se ha convertido en un clásico del desarrollo personal. Esta obra ha sido una fuente de inspiración para millones de personas, y su mensaje esencial es que nuestros pensamientos determinan directamente nuestra realidad. Allen creía firmemente que al cambiar la calidad de nuestros pensamientos, podíamos cambiar la calidad de nuestras vidas. Esta premisa, aunque simple, encierra una gran verdad que resuena profundamente con aquellos que buscan un cambio significativo en sus vidas. Además de *As a Man Thinketh*, Allen escribió numerosos libros, entre ellos *Byways of Blessedness*, *Above Life's Turmoil*, y *The Path to Prosperity*, en los que profundizaba sobre la importancia de la disciplina mental y la pureza de intención como claves para alcanzar una vida plena y significativa.

Allen vivió con su esposa, Llily, en Ilfracombe, Devon, donde llevaron una vida sencilla y dedicada a la escritura y al estudio. Su estilo de vida reflejaba los principios que promovía en sus escritos: simplicidad, armonía y una búsqueda constante de la paz interior. Murió en 1912, a la edad de 48 años, dejando un legado literario que ha influido en generaciones posteriores de escritores, filósofos y practicantes del desarrollo personal. Su obra, aunque aparentemente humilde en su alcance, posee una profundidad y una claridad que continúan inspirando a quienes se acercan a sus enseñanzas. La influencia de Allen se puede ver en el movimiento moderno de autoayuda y en la filosofía del pensamiento positivo, donde su legado sigue siendo una piedra angular.

La obra de James Allen tanto influyó como fue influenciada por otros grandes pensadores del movimiento del pensamiento positivo y la autosuperación que compartían la visión fundamental de que la mente humana posee un poder transformador y que nuestras realidades se forjan, en gran medida, a través de la calidad de nuestros pensamientos y creencias.

Ralph Waldo Emerson (1803-1882), uno de los precursores del trascendentalismo, inspiró a toda una generación de pensadores, incluidos James Allen y otros escritores del movimiento del pensamiento positivo. Emerson promovía la autosuficiencia y la confianza en el poder interior del individuo. Su ensayo *Self-Reliance* defendía la importancia de confiar en uno mismo y de buscar la verdad desde el interior. Estas ideas influyeron profundamente en la obra de Allen, quien también abogaba por la introspección y el desarrollo del potencial humano a través de la mente y el pensamiento disciplinado.

Phineas Quimby (1802-1866), conocido como uno de los pioneros del movimiento de la «curación mental», también dejó su marca en el pensamiento positivo de la época. Quimby sostenía que la enfermedad era el resultado de pensamientos erróneos y que la mente podía ser una herramienta para la curación. Esta idea de que el poder de la mente puede influir en el cuerpo y en las circunstancias resonó

en la obra de James Allen, quien enfatizaba que nuestros pensamientos no solo configuran nuestra mentalidad, sino también la realidad física que experimentamos.

Orison Swett Marden (1850-1924), fundador de la revista *Success* y autor de numerosos libros sobre la autosuperación, también contribuyó a la corriente filosófica de Allen. Marden y Allen compartían una visión optimista sobre la capacidad del ser humano para mejorar continuamente su vida a través de la perseverancia, el autocontrol y el pensamiento positivo. La obra de Marden, llena de ejemplos prácticos y motivacionales, complementaba las ideas más filosóficas de Allen, ofreciendo a los lectores una combinación de inspiración y acción concreta.

Wallace D. Wattles (1860-1911), autor de *La Ciencia de Hacerse Rico*, desarrolló ideas sobre cómo la mentalidad adecuada podía atraer prosperidad y éxito. Aunque Wattles se centraba principalmente en la adquisición de riqueza material, compartía con Allen la convicción de que el poder del pensamiento es el fundamento del éxito en cualquier área de la vida. La filosofía de Wattles influyó el pensamiento positivo con un enfoque más pragmático, mientras que Allen se mantuvo más enfocado en la pureza del espíritu y el bienestar interno, lo cual ofrece un contraste pero también una complementariedad en sus respectivas obras.

Napoleon Hill (1883-1970), quien fue influido tanto por James Allen como por otros pensadores de la época, es conocido por su obra *Piense y hágase rico*, que se convirtió en un pilar del movimiento de desarrollo personal. Hill tomó la premisa fundamental de Allen sobre el poder del pensamiento y la aplicó específicamente al logro del éxito financiero y personal. Hill reconoció la influencia de Allen en su propio trabajo y continuó expandiendo la idea de que los pensamientos positivos y la claridad de propósito son fundamentales para alcanzar los deseos y objetivos de uno.

En conjunto, estos autores y sus obras formaron una red de influencias y retroalimentación que cimentaron las bases del pensamiento

positivo y del movimiento de desarrollo personal tal como lo conocemos hoy. James Allen, con su enfoque en la disciplina mental, la introspección y la conexión entre pensamiento y realidad, se sitúa como un puente entre la filosofía trascendental de Emerson y el pragmatismo de autores como Wattles y Hill. Su contribución fue clave para establecer una visión del ser humano como un creador activo de su propia realidad, capaz de transformar su vida a través de la claridad mental y el enfoque en pensamientos positivos y constructivos.

Es importante entender la obra de James Allen en el contexto histórico en el que fue escrita, evitando juzgarla con los valores actuales sin considerar la época de su creación. Allen vivió durante el período victoriano, una era caracterizada por un fuerte moralismo y una visión particular de la ética y la disciplina. Sus escritos reflejan estos valores, lo cual puede notarse en algunas de sus reflexiones sobre la conducta y la vida humana. Sin embargo, más allá de este moralismo, la esencia de su mensaje trasciende las limitaciones temporales y culturales, ofreciendo enseñanzas universales sobre el poder del pensamiento y la transformación personal.

A través de las páginas de *El Calendario Espiritual de James Allen*, el lector hallará una guía diseñada para la introspección diaria, una herramienta que nos recuerda continuamente que somos los arquitectos de nuestra propia existencia. Cada reflexión diaria tiene como objetivo ayudarnos a desarrollar una conciencia profunda sobre nuestra identidad y sobre la manera en que nuestros pensamientos determinan nuestras acciones y, en última instancia, configuran el curso de nuestras vidas. La traducción de este libro fue, entonces, un esfuerzo deliberado por preservar la esencia filosófica de Allen y ofrecerla a los lectores de habla hispana sin comprometer la profundidad ni la fuerza del mensaje original.

Allen nos convoca a cultivar nuestros pensamientos con el mismo rigor y cuidado que un jardinero cultiva un jardín: eligiendo meticulosamente las semillas, dedicando tiempo y atención a cada brote, y cuidando de que todo crezca en las condiciones adecuadas. Este símil

del cultivo no es simplemente una metáfora literaria, sino una propuesta práctica para la transformación personal. Así como el jardinero determina qué plantas deben crecer y cuáles deben ser removidas, nosotros también debemos discernir qué pensamientos debemos alimentar y cuáles debemos erradicar para vivir una vida auténtica y significativa. Cada meditación de Allen se presenta, por tanto, como una semilla que, cuando se siembra con intención y se nutre con constancia, tiene el potencial de florecer y transformar nuestra existencia en una experiencia plena de paz y propósito. Las palabras de Allen nos recuerdan constantemente que nuestras vidas son una proyección directa de nuestras actitudes y de la calidad de nuestros pensamientos. Al cultivar pensamientos constructivos y alineados con nuestros valores más profundos, podemos modelar una realidad más coherente y satisfactoria. Mi esperanza es que esta traducción inspire a los lectores del mismo modo en que me inspiró a mí al trabajar en ella, y que encuentren en estas páginas un sendero hacia el autoconocimiento y la serenidad.

Este prólogo es, asimismo, una invitación abierta: que cada día que transiten con este calendario en sus manos sea una oportunidad para el crecimiento interior y que cada reflexión sirva como una herramienta para reconocer el inmenso poder que reside en los propios pensamientos. Que la sabiduría de James Allen les acompañe como una guía serena y clara en el camino hacia una vida más plena y significativa. Que cada meditación sirva como una semilla de esperanza, optimismo y propósito, y que al finalizar el año, el jardín de sus pensamientos florezca con una abundancia que les brinde la paz y el sentido de propósito que todos anhelamos. Esta obra no es simplemente una lectura cotidiana, es un compromiso continuo con el autoconocimiento y la transformación, y espero que tenga un impacto significativo y duradero en la vida de cada lector.

Mi agradecimiento a **The James Allen Free Library**, repositorio de toda la obra de James Allen en inglés, y de donde descargué el original a partir del cual hice esta traducción.

www.james-allen.in1woord.nl

-o0o-

Enseñanzas paralelas

Aunque *El Calendario Espiritual de James Allen* y *Un Curso de Milagros* nacen en contextos y épocas distintas, ambos textos se encuentran alineados en su enfoque hacia la transformación personal y la realización espiritual. James Allen, escribiendo a comienzos del siglo XX, ofrece una visión que, aunque sencilla en su forma, trata profundamente la idea del poder de la mente para moldear la experiencia humana. Por otro lado, *Un Curso de Milagros*, canalizado sesenta años más tarde, presenta una sofisticada filosofía espiritual fuertemente arraigada en la psicología moderna que propone la sanación a través del perdón y el cambio de percepción.

Ambas obras, que se presentan como manuales de santidad, invitan a una introspección profunda y comparten principios filosóficos que son atemporales, conectando la mente y el espíritu en su búsqueda de la paz interior. A continuación, exploramos algunas similitudes significativas entre estos textos, aunque hay muchísimas más, destacando ideas comunes que resuenan en sus enseñanzas y que ofrecen un camino hacia una vida más plena y espiritualmente consciente.

1. Nuestra vida es el resultado de nuestros propios pensamientos y acciones

Tanto *Un Curso de Milagros* como las meditaciones de James Allen enfatizan que nuestra realidad externa es un reflejo directo de nuestros pensamientos internos y nuestras acciones. Allen sostiene que «tal como uno piensa, así es», afirmando que nuestros pensamientos moldean nuestra existencia. De manera similar, *Un Curso de Milagros* enseña que nuestra percepción del mundo es una proyección de nuestra mente, y al cambiar nuestros pensamientos, transformamos nuestra realidad.

James Allen: «Lo oculto se revelará y todo pensamiento que se alberga en la mente debe florecer [...] como ser pensante, tu actitud mental predominante determinará tu condición en la vida» .

UCDM: «Todo lo que ves es el resultado de tus pensamientos. [...] No hay pensamientos neutros, pues todos tienen poder» .

2. La voluntad como factor transformador

Ambas obras reconocen el poder absoluto de la voluntad humana en el proceso de transformación personal. James Allen destaca «el poder del propósito» como una fuerza inmensa que guía nuestras acciones y determina nuestro destino. *Un Curso de Milagros* también subraya la importancia de la elección consciente y el uso de la voluntad para alinearse con la Voluntad de Dios, propósito último de este Curso.

James Allen: «El poder del propósito es una fuerza inmensa. [...] La voluntad humana puede moldear cualquier destino».

UCDM: «Solo mediante la voluntad es posible alinearse con la Voluntad de Dios [...] y ese es el propósito último de este Curso».

3. La prevalencia del mundo interno sobre el externo

Los dos textos enfatizan que el verdadero cambio proviene del interior. Allen afirma que «cada uno construye su propia mente», sugiriendo que la verdadera obra está en cultivar nuestro mundo interno. *Un Curso de Milagros* enseña que el mundo que vemos es una ilusión y que la realidad se encuentra en nuestro interior, en la parte de la mente que sigue unida a lo divino.

James Allen: «El mundo exterior es la otra mitad del mundo de los pensamientos. [...] Lo que piensas se manifiesta» .

UCDM: «El mundo que ves es una proyección de tu mente. [...] Nada hay externo a ti; lo externo solo existe en la mente que lo concibe».

4. La necesidad de la purificación de la mente

La purificación mental es un tema central en ambas obras. James Allen habla de borrar «de la pizarra de tu corazón todos los recuerdos maliciosos y los rencores impíos», invitando a una limpieza interna para alcanzar la paz. *Un Curso de Milagros* insiste en la necesidad de liberar nuestra mente de pensamientos de miedo y culpa para experimentar la verdadera felicidad y conexión con Dios.

James Allen: «La purificación mental se realiza mediante la atención reflexiva y la meditación seria. [...] La pureza mental es la base de toda fortaleza y poder» .

UCDM: «La mente necesita ser purificada de todo pensamiento de miedo y culpa. [...] La paz y la felicidad residen en la mente libre de tales pensamientos».

5. La felicidad eterna de tu verdadero hogar

Ambos textos sugieren que hay una felicidad eterna que nos espera cuando reconectamos con nuestra esencia divina. Allen menciona que «el Cielo... es un Cielo real y siempre presente en el corazón». *Un Curso de Milagros* invita a regresar a nuestro «hogar» espiritual, el Reino de Dios, donde reside la paz y la dicha eternas.

James Allen: «Feliz en la Felicidad Eterna es quien ha alcanzado esa Vida en la que la idea del ego ha sido abolida. [...] Dulce es el reposo de quien ha liberado su corazón de deseos oscuros» .

UCDM: «Este mundo no es tu hogar; la verdadera felicidad reside en tu regreso al Reino de Dios, donde la paz es eterna» .

6. La ley inexorable de la causalidad

La idea de que «los seres humanos cosechan lo que siembran» es compartida por ambos autores. Esta ley de causa y efecto moral establece que nuestras acciones y pensamientos tienen consecuencias inevitables, moldeando nuestra experiencia de vida.

James Allen: «Todas las cosas, ya sean visibles o invisibles, están subordinadas a la ley de causalidad. [...] Las personas pueden elegir las causas, pero no pueden cambiar los efectos que esas causas producen».

UCDM: En este curso se menciona que «cada pensamiento que tienes contribuye a la verdad o a la ilusión [...] La mente debe reconocer sus propios pensamientos, porque de ella es la causa de lo que ve».

7. Busca la verdad dentro de ti

La búsqueda interna es fundamental en ambas enseñanzas. Allen anima a «instar a tu mente a la vigilancia y la reflexión», mientras que *Un Curso de Milagros* nos guía a buscar la verdad dentro de nosotros mismos, reconociendo que la respuesta está en nuestro interior.

James Allen: «No busques la luz y la felicidad de la Verdad fuera de ti [...] encontrarás la Verdad dentro de ti mismo, incluso en los humildes sacrificios de tu corazón».

UCDM: Se dice que «todo lo que necesitas para salvar el mundo está dentro de ti. [...] El mundo que ves no te ofrece nada; la verdadera paz y el amor están en tu interior».

8. El poder educador de las dificultades

Las dificultades son vistas como oportunidades de crecimiento. Allen afirma que «a ningún ser humano se le presenta una dificultad para

la cual no tenga la fuerza necesaria para enfrentar y dominar». *Un Curso de Milagros* también enseña que los desafíos son lecciones que nos ayudan a evolucionar espiritualmente «Todas las cosas son lecciones que Dios quiere que yo aprenda».

James Allen: «Ningún problema te molestará que no puedas resolver [...] Cuanto mayor sea tu prueba, mayor será tu demostración de fuerza».

UCDM: «Todas las cosas son lecciones que Dios quiere que aprendas. [...] Los problemas son oportunidades para reconocer el poder de tu mente para sanar».

9. El egocentrismo conduce a la autodestrucción

Ambas obras advierten sobre los peligros del ego. En *Un Curso de Milagros*, el ego es sinónimo de error y separación. Allen señala que «el egocentrismo conduce a la autodestrucción», indicando que una vida centrada en el yo limita nuestro crecimiento y felicidad y conduce a la depresión.

James Allen: «Los pensamientos egoístas y las malas acciones no producirán una vida útil y hermosa [...] Quien se centra en el ego limita su crecimiento y felicidad».

UCDM: «El ego vive en el error y la separación [...] solo el amor y la verdad pueden corregir su influencia destructiva».

10. El poder de la repetición para la adquisición de buenos hábitos

La formación de hábitos positivos a través de la repetición es destacada por ambos autores. Allen habla del poder de «cada pensamiento, cada acto, cada hábito» como resultados directos de nuestras creencias y acciones repetidas. *Un Curso de Milagros* propone prácticas diarias en el Libro de Ejercicios para reprogramar nuestra mente hacia el amor y la paz.

James Allen: «La mente adquiere conocimiento a través de la repetición [...] Un pensamiento que se repite constantemente acaba convirtiéndose en un hábito fijo».

UCDM: «El Libro de Ejercicios propone la práctica diaria para reprogramar la mente hacia la paz [...] la constancia en la repetición es esencial para sanar».

11. Todo error puede ser superado

La posibilidad de superar nuestros errores es una esperanza ofrecida en ambas enseñanzas. Allen sugiere que «todo supuesto mal está enraizado en la ignorancia», y al adquirir sabiduría, podemos trascenderlo. *Un Curso de Milagros* nos asegura que el perdón es el medio para liberarnos de los errores y volver a la verdad.

James Allen: «Todo supuesto mal está enraizado en la ignorancia. [...] Quien no puede enfrentar sin temor sus propias debilidades tampoco puede alcanzar las alturas de la renuncia y la superación personal».

UCDM: «El perdón es el medio que libera de los errores y nos devuelve la verdad. [...] Reconocer tus errores como ilusiones es el primer paso para superarlos».

12. El presente como único aspecto real del tiempo

Ambos textos enfatizan la importancia del momento presente. Allen declara que «todo lo que es posible, lo es ahora, y solo ahora». *Un Curso de Milagros* también enseña que el pasado y el futuro son ilusiones, y que solo el presente es real y el aspecto del tiempo donde ocurre la sanación.

James Allen: «Todo lo que es posible, lo es ahora, y solo ahora. [...] El pasado y el futuro son sueños; el ahora es la realidad» .

UCDM: «El único intervalo en el que me puedo salvar del tiempo es ahora [...] El presente es santo porque es real. El pasado y el futuro solo existen en tu imaginación».

13. La importancia de la vigilancia mental

La necesidad de mantener una mente alerta y consciente es común en ambos escritos. Allen insta a la «vigilancia y la reflexión», mientras que *Un Curso de Milagros* enfatiza la importancia de observar nuestros pensamientos para elegir aquellos que reflejan amor y verdad.

James Allen: «Vigila bien tus pensamientos [...] Porque de ellos depende que seas esclavo o maestro de ti mismo» .

UCDM: «La observación consciente de tus pensamientos es esencial [...] Elegir aquellos pensamientos que reflejan amor y verdad es la clave para despertar» .

14. Solo nos afectan nuestros propios pensamientos

La idea de únicamente nos afectan nuestros pensamientos es central en estas obras. *Un Curso de Milagros* afirma que nada externo puede dañarnos; solo nuestros pensamientos pueden hacerlo. Allen coincide al señalar que nada que suceda en el exterior tiene el poder de afectarnos en absoluto si no se lo concedemos nosotros mismos.

James Allen: «El mundo exterior es la otra mitad del mundo de los pensamientos. [...] Si piensas en términos de amor y paz, experimentarás esos mismos efectos» .

UCDM: «Solo me afectan mis propios pensamientos [...] nada externo puede hacerme daño si no se lo permito» .

15. El poder de la indefensión y la mansedumbre

La mansedumbre y la indefensión son presentadas como poderosas virtudes espirituales. Allen proclama: «¡El poder de la mansedumbre!» y «los mansos no se oponen a nadie y, por lo tanto, lo conquistan todo». *Un Curso de Milagros* también valora la indefensión como un camino hacia la paz y la verdadera fortaleza.

James Allen: «Los mansos no se oponen a nadie y, por lo tanto, lo conquistan todo [...] El odio cesa solo por el amor» .

UCDM: «La mansedumbre es la fuente de la fortaleza de los maestros de Dios [...] pues han aprendido que no tienen nada que temer».

16. El cuerpo, una idea de la mente

La relación entre mente y cuerpo es destacada en ambas enseñanzas. Allen sugiere que nuestro cuerpo refleja el estado de nuestra mente. *Un Curso de Milagros* también enseña que el cuerpo es una proyección de nuestra mente y que la sanación mental se refleja en el bienestar físico.

James Allen: «El cuerpo es la imagen de la mente. [...] Cuando el cuerpo entra en crisis es una manifestación de la disonancia mental» .

UCDM: «El cuerpo no es más que una idea concebida y mantenida por la mente. [...] La sanación real empieza cuando la mente deja de proyectar sobre el cuerpo su sentido de vulnerabilidad».

17. Equivalencia entre ego y error

Ambos textos equiparan el ego con el error y la ilusión. El ego es visto como la causa de la separación y el sufrimiento. Superarlo es esencial para alcanzar la paz y la unidad con lo divino.

James Allen: «Ego y error son sinónimos. El amor al ego aleja de la Verdad y lleva a buscar la felicidad en ilusiones».

UCDM: «El ego es una interpretación falsa y su sistema de pensamiento es todo error. Separarse del ego es elegir la verdad, y esta elección disuelve el error».

18. Renuncia a las ilusiones del mundo

La invitación a desapegarse de las ilusiones materiales y mundanas es común en ambos escritos. Allen y *Un Curso de Milagros* animan a buscar la verdad más allá de las apariencias y a centrar nuestra atención en lo eterno y verdadero.

James Allen: «Al dejar atrás las sombras y las ilusiones del mundo, encontramos la Realidad Divina en nuestro interior. [...] Quien renuncia a los deseos materiales puede descansar en la paz inmutable del Espíritu».

UCDM: «El mundo de la ilusión no tiene nada que ofrecer, su propósito es apartarte de la verdad [...] renunciar a las ilusiones es recordar quién eres realmente».

19. El mal como una ausencia de amor, no un poder real

Ambos autores niegan el poder del mal, considerándolo como una interpretación errónea. Al reconocer su naturaleza ilusoria, podemos trascenderlo y conectarnos con la bondad inherente del universo, lo único que existe.

James Allen: «No hay maldad en el universo que no tenga su raíz en la mente. [...] El mal es simplemente la ausencia de amor, como la oscuridad es la ausencia de luz».

UCDM: «El mal no es un poder real, pues es una negación del amor, que es la única realidad. La luz del amor disipa las sombras de la maldad y revela la verdad».

20. El valor del esfuerzo

La importancia de la práctica es enfatizada en ambas obras. Allen señala que «el evangelio de Jesús es un evangelio de vivir y de obrar», indicando que solo a través de la acción se manifiesta la verdad. *Un Curso de Milagros* también requiere un compromiso activo para aplicar sus principios en la vida diaria.

James Allen: «Sin un esfuerzo serio por vivir las enseñanzas de Jesús, no puede haber una vida verdadera [...] La práctica constante y la disciplina son la manifestación de la verdad».

UCDM: «La transformación verdadera requiere un compromiso diario con los principios de este curso. No hay atajos hacia la paz sin una práctica constante».

21. Las condiciones del aprendizaje

La humildad y la apertura al aprendizaje son valoradas en ambos textos. El reconocimiento de la propia ignorancia es el requisito previo y básico para el aprendizaje.

James Allen: «Para aprender algo de valor, debes reconocer que sabes poco y que necesitas aprender. [...] La humildad abre la puerta al conocimiento y al crecimiento» .

UCDM: «La disposición para aprender comienza con el reconocimiento de tu ignorancia. [...] Al ver tu necesidad de aprender, abres tu mente para recibir lo que te será dado»

22. El Amor todo lo abarca

El amor es presentado como la fuerza suprema que unifica y sana. Tanto Allen como *Un Curso de Milagros* sostienen que el amor es la esencia de lo divino y el camino hacia la realización espiritual.

James Allen: «El Amor lo abarca todo; no hay odio ni resentimiento que no se disuelva en su luz. [...] Al amar verdaderamente, un ser humano se une a todos en espíritu» .

UCDM: «El amor es la fuerza sanadora del universo y está en todas partes. [...] Nada puede oponerse al poder de un corazón lleno de amor».

23. Ya dispones de todo lo que necesitas

La autosuficiencia espiritual es un tema recurrente. Ambas obras enseñan que todas las respuestas y recursos que necesitamos se encuentran dentro de nosotros, esperando ser descubiertos a través de la introspección y la conexión con nuestra esencia.

James Allen: «Todo lo que necesitas ya está dentro de ti. [...] La verdadera paz y la satisfacción provienen de descubrir esta verdad en tu interior» .

UCDM: «No busques fuera de ti; la plenitud ya está dentro de ti. [...] Todo lo que necesitas para salvar el mundo está contigo».

24. La necesidad de la disciplina

La práctica de la autodisciplina es vista como esencial para el crecimiento espiritual. Allen destaca su importancia en la elevación personal, y *Un Curso de Milagros* promueve la disciplina mental para liberarnos de patrones de pensamiento negativos.

James Allen: «Mediante la autodisciplina se libera de lo bajo y se acerca a lo divino. [...] Al disciplinar la mente, un ser humano alcanza el estado superior de paz y fuerza» .

UCDM: «La práctica diaria de la disciplina mental es esencial para alcanzar la paz. [...] Libérate del miedo y la duda, y alcanzarás la grandeza espiritual» .

25. El reconocimiento de la Fraternidad Universal

Ambas obras vislumbran un futuro donde la humanidad reconoce su unidad esencial. Allen habla de la «Fraternidad Universal» como el ideal supremo hacia el cual avanzamos, y *Un Curso de Milagros* enseña que todos somos uno en el amor de Dios y lo llama la Filiación.

James Allen: «La Fraternidad Universal es el ideal hacia el cual todos los seres se dirigen, consciente o inconscientemente. [...] Solo en la fraternidad encontrará la humanidad su mayor expresión y propósito» .

UCDM: «Todos somos uno en el amor de Dios. La fraternidad universal es el reflejo de la Filiación, la cual es indivisible e ilimitada» .

Conclusión

Un Curso de Milagros y El Calendario Espiritual de James Allen convergen en numerosos principios espirituales que invitan a la reflexión profunda y a la transformación personal. Al explorar estas similitudes, encontramos una guía coherente que nos anima a mirar dentro de nosotros mismos, a purificar nuestra mente, a practicar el amor y la mansedumbre, y a reconocer que somos los arquitectos de nuestra propia realidad.

Artículo de La Luz de la Razón

A continuación, la traducción de un artículo de la revista de James Allen *La Luz de la Razón* de 1906. La lectura de este texto le permitirá al lector hacerse una idea del carácter y de los altos ideales espirituales que animaban a este autor.

UN MENSAJE A NUESTROS «GRUPOS»

Por James Allen.

Ahora que grupos de lectores de *La Luz de la Razón* se están reuniendo en diversos centros para participar en un intercambio mutuo de pensamientos, unas pocas palabras para los miembros de tales grupos deberían, en este momento, resultar útiles para su continuidad en unidad y buena voluntad.

Los lectores que así lo desean se han reunido para alentarse e inspirarse mutuamente en el amor y la práctica de la Verdad, para ayudarse en la búsqueda del Conocimiento, en el pensar en pensamientos puros y nobles, y en la vida de la Vida Superior.

Si se mantiene constantemente en mente que no se necesita otro grupo sectario en el mundo hoy en día, ni otro conjunto de dogmas, ni otra filosofía elaborada, sino que se necesita una vida más elevada, pensamientos más puros y un espíritu más amoroso y pacífico, si esto no se olvida, sino que se recuerda y actúa en consecuencia, entonces estas reuniones de nuestros lectores no podrán sino continuar tal como lo han hecho hasta ahora, siendo reuniones dulces, pacíficas y armoniosas —centros desde los cuales irradiará esa Luz de la Buena Voluntad que el mundo necesita con tanta urgencia.

La Luz de la Razón existe para el fortalecimiento de la Rectitud, la restauración de la Virtud y el establecimiento de la Paz en los corazones de hombres y mujeres. No busca imponer una creencia y rechazar otra (sus lectores pertenecen a casi todos los credos), sino que

llama a hombres y mujeres, de cualquier credo o de ninguno, a la práctica de la Virtud, a la creencia en la posibilidad de la Bondad como un logro real, y al cultivo de los poderes morales superiores.

En la medida en que los miembros de nuestros Grupos se inspiran en el Ideal que hemos propuesto, el Ideal de un corazón y una vida puros; y en la medida en que son fieles a ese Ideal, dominándose diariamente, gobernándose a sí mismos y nunca tratando de gobernar a otros, en esa misma medida reinarán entre ellos la unidad y la concordia, y el Espíritu de la Verdad estará con ellos cuando se reúnan.

La contienda es rampante en el mundo de hoy, y la insensatez y el vicio reinan donde la sabiduría y la verdad deberían ser exaltadas. ¿Cómo puede restaurarse la paz? ¿Cómo pueden manifestarse la sabiduría y la verdad? La paz solo puede ser restaurada abandonando en el propio corazón toda contienda y la causa de la contienda; y la sabiduría y la verdad solo pueden manifestarse en las vidas de hombres y mujeres pensantes, racionales, de corazón tierno, amorosos y esclarecidos, que, amando la verdad sobre todas las cosas y abandonando el egoísmo, la insensatez y la locura, se esfuerzan sinceramente por vivir una vida de virtud exaltada.

Si surgiera en nuestros Grupos una compañía de hombres y mujeres decididos a erradicar sus propios errores y debilidades; cuyo Ideal es un corazón amoroso y una mente fuerte y esclarecida; que se reúnen para ennoblecerse mutuamente y salen de las reuniones fortalecidos en su resolución de ser desinteresados con los egoístas, amables con los hoscos, generosos con los codiciosos y veraces con los mentirosos; que día a día alcanzan una compasión más profunda, un amor más amplio y una comprensión más perfecta de la Ley Suprema; que son humanos, justos, puros y pacíficos; si nuestros Grupos están compuestos por hombres y mujeres como estos, entonces el objetivo de su formación habrá sido alcanzado.

Por el Pensamiento nos elevamos; por el Pensamiento caemos, por el Pensamiento nos detenemos o nos ponemos en marcha.

Todo destino es forjado por su fulgurante potencia; y quien se mantiene firme como Maestro del Pensamiento, y sus deseos ordenan - deseando y entretejiendo pensamientos de Amor y de Pasión- moldea su alto fin en la Luz infalible de la Verdad.

Aquel que no encuentra el camino de la Meditación no puede alcanzar la emancipación y la iluminación.

Pero tú encontrarás el camino del Santo Pensamiento.

Con la mente serena y firme verás Lo Permanente en medio de lo mutable, la Verdad eterna en las cosas cambiantes.

Y contemplarás la Ley Perfecta:

El cosmos surge del caos cuando el ego conquistado yace a los pies del hombre.

El amor es tu fuerza.

Contempla las multitudes torturadas por la pasión, y apiádate de ellas.

Conoce su dolor que ha concluido gracias a tu larga aflicción.

Llegarás a la paz perfecta, y así bendecirás al mundo y conducirás al Camino Alto y Santo los pies de los que buscan.

Y ahora yo voy a mi Morada; ve tú a tu obra.

1 de enero

La mejor manera de alcanzar la paz y controlar nuestras pasiones es superándonos a nosotros mismos.

Es común que las personas apasionadas quieran corregir a los demás; pero las personas sabias se enfocan en mejorarse a sí mismas.

Si deseas cambiar el mundo, comienza transformándote a ti mismo.

El crecimiento personal no termina simplemente dejando atrás los placeres superficiales; ese es solo el comienzo.

Continúa hasta que superes todos los pensamientos inútiles y metas egoístas.

Si aún no has alcanzado la pureza y la sabiduría plenas, es porque persisten barreras internas o desafíos que debes conquistar.

Al aspirar a más, nos elevamos de lo terrenal a lo celestial, de la ignorancia al conocimiento, de la oscuridad a la luz.

Sin aspiración, permanecemos estancados, apegados a lo material, ignorantes y sin inspiración.

La aspiración es el deseo de alcanzar metas más elevadas.

2 de enero

¿Dónde podemos encontrar la paz?

¿Dónde se oculta la verdad?

Pongamos lo esencial en primer lugar: el trabajo antes que el placer; el deber antes que la diversión; y a los demás antes que a nosotros mismos.

Esta es una regla excelente que nos mantendrá en el camino correcto.

Un buen comienzo es la mitad de la victoria.

El atleta que inicia mal puede perder la carrera; el comerciante que comete un error puede perder su reputación; y quien busca la verdad y comienza mal puede perder la corona de la rectitud.

Empecemos siempre con pensamientos puros, con integridad, con un propósito desinteresado, con metas nobles y una conciencia incorruptible.

Esto es empezar bien.

Es poner lo primero en primer lugar para que todo lo demás siga en armonía, haciendo la vida simple, hermosa, productiva y pacífica.

El alma anhela recuperar su herencia perdida.

3 de enero

Si deseas encontrar la paz, debes liberarte de las pasiones.

Mientras una persona encuentre placer en lo puramente físico, no aspirará a nada más elevado.

Se sentirá satisfecha; pero cuando ese placer se convierta en dolor, comenzará a pensar en cosas más nobles.

Cuando se le niega el disfrute terrenal, busca el gozo espiritual.

Cuando la impureza causa sufrimiento, anhela la pureza.

La verdadera aspiración surge, como el ave fénix, de las cenizas del arrepentimiento.

Con este impulso, uno puede alcanzar un estado de elevación espiritual.

Quien aspira a algo más grande ha comenzado el camino hacia la paz y logrará su objetivo si no se detiene ni retrocede.

Al renovar constantemente la mente con visiones de lo celestial, alcanzará ese estado elevado.

Todo lo que puedes concebir, puedes lograr.

4 de enero

Nuestra vida es el resultado de nuestros propios pensamientos y acciones.

Logramos en la medida en que aspiramos.

Nuestro deseo de ser determina lo que podemos llegar a ser.

Al corregir nuestra mente, estamos anticipando el éxito.

Así como podemos experimentar y conocer las cosas más bajas, también podemos experimentar y conocer las más elevadas.

De la misma manera que nos hemos hecho humanos, podemos llegar a ser divinos; para ello, solo necesitamos dirigir nuestra mente hacia lo alto y lo espiritual.

¿Qué es la impureza sino los pensamientos impuros de quien los concibe?

¿Y qué es la pureza sino los pensamientos puros de quien los tiene?

Cada persona piensa de manera única.

Somos puros o impuros únicamente por nosotros mismos.

La persona que aspira ve ante sí el camino hacia alturas celestiales, y su corazón ya siente un adelanto de la paz final.

Esta es una vida de victoria sobre el error y de triunfo sobre el mal.

5 de enero

Solo cuando realmente lo deseamos y nos comprometemos a ello, podemos encontrar lo bueno y lo verdadero.

Las puertas del Cielo siempre están abiertas, y nadie está impedido de entrar por ninguna voluntad o poder que no sea el suyo propio.

Sin embargo, nadie puede alcanzar una vida plena mientras siga aferrado a las tentaciones negativas, mientras elija el camino del error y abraza el sufrimiento.

Existe una vida más grande, más elevada, más noble y más divina que la del error y el sufrimiento, una vida que está disponible para todos.

Es una vida de victoria sobre los errores, de triunfo sobre el mal; una vida sabia y feliz, benevolente y tranquila, virtuosa y pacífica.

Esta vida puede encontrarse y vivirse ahora mismo, y quien la elige permanece firme en medio del cambio, sereno entre los ansiosos y en paz aun rodeado de discordia.

Cada momento es una oportunidad para elegir; cada hora construye nuestro destino.

6 de enero

Quien busca una vida pura renueva su mente cada día.

Así como una persona emprendedora no se deja intimidar por las dificultades y estudia cómo superarlas, quien aspira constantemente a mejorar no es vencido por las tentaciones, sino que reflexiona sobre cómo fortalecer su mente.

Las tentaciones son como obstáculos que aparecen en nuestros puntos más débiles y vulnerables.

Para superar las tentaciones, debemos estudiar cuidadosamente su naturaleza y significado, ya que no podemos vencer lo que no comprendemos.

Quien desea vencerlas debe entender cómo surgen de su propia oscuridad y errores, y mediante la introspección y la meditación, disipar esa oscuridad y reemplazar el error con la verdad.

Conocerse a uno mismo es esencial para conocer la verdad.

El autoconocimiento es el aliado de la superación personal.

Dedica tiempo cada día a la meditación profunda sobre la verdad y cómo alcanzarla.

7 de enero

A medida que descubras tus errores e imperfecciones, trabaja para purificarlos.

Examina tus fallos con honestidad y humildad, y esfuérate con determinación para corregirlos.

Permite que cada imperfección identificada sea una oportunidad para crecer y fortalecer tu carácter.

La purificación es un proceso continuo, donde cada esfuerzo por mejorar es un paso hacia la perfección y la verdadera paz.

No te desanimes ante la revelación de tus debilidades; en lugar de ello, transfórmalas en fortalezas mediante el esfuerzo constante y la práctica de la virtud.

Cada avance requiere dejar algo atrás, ya que lo superior solo se alcanza sacrificando lo inferior.

El bien se logra abandonando el mal, y el conocimiento se adquiere eliminando la ignorancia.

Obtener méritos tiene su precio, y este debe pagarse «hasta el último centavo».

¡Cuántas personas buenas se pierden por aferrarse a viejos hábitos egoístas!

Detrás de cada humilde sacrificio, nos espera un ángel alado, listo para elevarnos a las alturas del conocimiento y la sabiduría.

Aspira con fervor a alcanzar una vida perfecta.

8 de enero

Los conflictos y discordias que vemos en el mundo, en todas sus formas, tienen una causa común: el egoísmo individual.

Todas las actividades humanas tienen una raíz compartida: el corazón humano, de donde obtienen su vitalidad.

La causa de todo sufrimiento y felicidad no se encuentra en las acciones externas, sino en lo que ocurre internamente en nuestro corazón y mente.

Nuestras manifestaciones externas están sustentadas por la vida que emana de nuestra conducta.

La persona que no puede soportar que se revelen sus errores y defectos, y que intenta ocultarlos, no está preparada para caminar por el camino de la Verdad.

No está lista para enfrentar las tentaciones y superarlas.

Quien no puede confrontar sin temor sus propias debilidades, tampoco puede alcanzar las alturas de la renuncia y la superación personal.

La fortaleza necesaria para avanzar en el camino de la Verdad se cultiva mediante la honestidad con uno mismo y el valor de enfrentar y superar los propios defectos, purificándolos.

Cada persona está sujeta a las leyes de su propio ser, nunca a las leyes de otro.

9 de enero

Cuando enfrentamos grandes desafíos, nuestra necesidad de crecer se vuelve más intensa.

No te desespere por tus fracasos.

En cada uno de ellos hay una grandeza única y una sabiduría especial que puedes adquirir; ningún maestro puede conducirte hacia esa grandeza y sabiduría de manera más segura y rápida que tu propia experiencia del fracaso.

En cada error que cometes y en cada caída que sufras, hay una lección vital si estás dispuesto a buscarla.

Quien se esfuerza por encontrar lo bueno en lo que parece desastroso se elevará por encima de cualquier circunstancia y usará sus fracasos como alas que lo llevarán hacia un éxito final y supremo.

Las personas necias culpan a otros por sus errores y faltas, pero quien ama la verdad solo se responsabiliza a sí mismo.

Reconoce plenamente su responsabilidad por sus propias acciones.

Donde la tentación es fuerte, mayor y más duradera será la victoria.

10 de enero

La gran necesidad del alma es encontrar algo permanente.

Lo viejo debe morir para que lo nuevo pueda surgir.

La antigua casa debe ser demolida para que la nueva mansión ocupe su lugar.

El error pasado debe ser eliminado para que la nueva verdad pueda llegar.

Debemos renunciar a nuestro viejo ego antes de que pueda nacer una nueva persona.

Cuando nuestro antiguo ser lleno de temperamento, impaciencia, envidia, orgullo e impureza haya desaparecido, en su lugar aparecerá una nueva persona llena de mansedumbre, paciencia, buena voluntad, humildad y pureza.

Que pase la vieja vida de error y tristeza y que llegue la nueva vida de justicia y felicidad.

Entonces, todo lo que era viejo y feo será hecho nuevo y hermoso.

En la realización de este principio reside el Reino de los Cielos, el hogar permanente del alma, la fuente y depósito de toda bendición duradera.

Una vida de virtud es noble y excelente.

11 de enero

Lo que sucede en el exterior importa poco, ya que todo es un reflejo de tu propia conciencia.

El lamentable fracaso de muchas reformas externas y aisladas se debe a que sus seguidores las persiguen como un fin en sí mismas, sin reconocer que son solo pasos hacia la perfección individual final.

Toda verdadera reforma debe surgir desde el interior, desde un corazón y una mente transformados.

Renunciar a ciertos alimentos y bebidas y abandonar hábitos externos son buenos y necesarios comienzos, pero solo son eso: inicios.

Se necesita avanzar mucho más para alcanzar una verdadera vida espiritual.

Por eso, es esencial purificar el corazón, corregir la mente y desarrollar la comprensión, ya que lo que realmente se necesita es un corazón renovado.

Lo que eres internamente es lo que verdaderamente importa, porque todo lo externo será reflejado y coloreado de acuerdo con ello.

12 de enero

Renueva tu compromiso cada día, y en momentos de tentación no te apartes del camino correcto.

Los días se hacen más largos.

Cada día el sol se eleva un poco más alto, y la luz permanece un poco más.

De manera similar, cada día podemos fortalecer nuestro carácter; cada día podemos abrir un poco más nuestro corazón a la luz de la Verdad y permitir que el Sol de la Gracia brille más intensamente en nuestra mente.

El sol no aumenta en tamaño o intensidad; es la tierra la que se orienta hacia él y recibe más luz a medida que gira.

Todo lo que es Verdad y Bondad ya existe ahora.

No aumenta ni disminuye, pero a medida que nos volvemos hacia ellas, recibimos más de su resplandor y beneficios.

Así como un artesano adquiere la habilidad de moldear los objetos de su oficio mediante la práctica diaria y diligente con sus herramientas, tú también desarrollas la capacidad de realizar buenas acciones mediante la práctica diaria y constante de la Verdad.

Solo a través de la práctica se puede alcanzar la Verdad.

13 de enero

La persona sabia purifica sus pensamientos.

Cada día es un nuevo comienzo que ofrece nuevas oportunidades, posibilidades y logros.

A lo largo de las eras, las estrellas han seguido sus órbitas, pero este día es único y no ha sido vivido antes.

Es una nueva aparición, una nueva realidad.

Este día anuncia una nueva vida: un nuevo orden, una nueva sociedad, una nueva era.

Ofrece nuevas esperanzas y oportunidades a todos. Hoy puedes convertirte en alguien nuevo.

Puede ser el día de tu regeneración, renovación y renacimiento.

Desde el pasado, con sus errores, fracasos y penas, puedes construir un nuevo ser, lleno de poder y propósito, iluminado por la inspiración de un nuevo ideal.

Cultiva la pureza en mente y cuerpo.

Deja atrás los excesos materiales.

Purifica tu mente del egoísmo y vive una vida de elevada pureza.

Sé justo, amable y de corazón puro.

14 de enero

Esfuézate constantemente por disminuir lo negativo y acumular lo positivo.

Toda victoria requiere un periodo de preparación.

No surge de la nada ni de forma aleatoria, al igual que una flor o una montaña no aparecen espontáneamente.

Es el resultado de un proceso de crecimiento, de una serie de causas y efectos.

Ningún simple deseo o palabra mágica traerá éxito en el mundo; se logra a través de una serie ordenada de esfuerzos bien dirigidos.

De la misma manera, no se alcanza una victoria espiritual pensando que solo comienza en el momento de la tentación.

Los triunfos espirituales se consiguen en las horas silenciosas de meditación y mediante una serie de éxitos en pruebas más pequeñas.

El momento de la gran tentación es simplemente el clímax de una conquista que una larga preparación ha hecho segura y completa.

Enfoca tu mente en practicar la virtud y en comprender y aplicar principios firmes y nobles.

15 de enero

Una felicidad eterna te espera al regresar a tu verdadero hogar.

Así como la lluvia prepara la tierra para futuras cosechas, los pesares que caen sobre el corazón lo preparan y suavizan para la llegada de la sabiduría que perfecciona la mente y alegra el espíritu.

De la misma manera que las nubes oscurecen el Cielo para refrescar y fertilizar la tierra, las nubes del sufrimiento proyectan sombra sobre el corazón para prepararlo para cosas más nobles.

El momento del dolor es también un momento de reverencia.

Pone fin al desprecio superficial, a la burla descarada y a la cruel calumnia; ablanda el corazón con empatía y enriquece la mente con reflexión y consideración.

La sabiduría es, en gran medida, el fruto de todo lo que hemos aprendido a través del dolor.

No pienses que tu dolor será eterno; como una nube, también pasará.

Cuando dejamos ir el ego, el sufrimiento desaparece.

16 de enero

Vivir de manera dulce y feliz es la esencia de la verdadera humanidad, tanto en hombres como en mujeres.

No hay mayor felicidad que estar ocupado en el bien, ya sea mediante buenos pensamientos, acciones positivas o un trabajo noble.

Todo lo bueno está lleno de dicha, y el mal no puede penetrar en el corazón o el hogar que están dedicados al bien.

La mente que está protegida por buenos pensamientos excluye la infelicidad, al igual que una fortaleza bien vigilada mantiene alejado al enemigo.

La infelicidad solo puede entrar por puertas sin vigilancia, y aun entonces, su poder sobre nosotros no es completo a menos que nos encuentre ocupados con el mal.

No albergues malos pensamientos, no realices malas acciones, no te involucres en trabajos inútiles o cuestionables; en cambio, busca el bien en todas las cosas.

Esta es la fuente de la felicidad suprema.

La felicidad pura es la condición legítima y natural del alma.

17 de enero

Todo sucede de manera secuencial y está gobernado por la ley de causa y efecto.

No te preocupes por los resultados ni te angusties por el futuro; en lugar de eso, enfócate en tus propias imperfecciones y alégrate al eliminarlas.

Aprende esta sencilla verdad: el mal no proviene del bien, y un buen presente no puede conducir a un mal futuro.

Eres el guardián de tus acciones, pero no de los resultados que de ellas se deriven.

Las acciones de hoy traerán la felicidad o el dolor de mañana.

Por lo tanto, preocúpate más por lo que piensas y haces que por lo que pueda suceder; porque quien hace el bien no teme los resultados y se libera del miedo a futuros males.

En verdad, la Ley reina por siempre, y la Justicia y el Amor son sus eternos ministros.

18 de enero

Habla solo palabras que sean verdaderas y sinceras.

Aunque afuera haya tormentas, no pueden afectarnos si tenemos paz interior.

Al igual que junto al fuego estamos seguros durante la tormenta más feroz, un corazón firme en la verdad permanece en calma, incluso en medio de conflictos y disturbios.

La amarga oposición de otros y las agitaciones del mundo no pueden hacernos amargos e inquietos a menos que nos involucremos en ellas.

Si mantenemos la paz en nuestro corazón, la agitación externa solo profundizará esa serenidad, echando raíces más fuertes y manifestándose en acciones pacíficas, suavizando los corazones de los demás e iluminando sus mentes.

Dichoso aquel que no tiene mal alguno que recordar, ninguna herida que olvidar, y en cuyo corazón puro ningún pensamiento odioso hacia otro puede echar raíces y florecer.

Quien habla mal de los demás no puede encontrar el camino hacia la paz.

19 de enero

La purificación es necesariamente rigurosa; todo crecimiento implica cierto dolor.

Cuando una tormenta ha pasado y todo vuelve a la calma, observa cómo la naturaleza parece detenerse en un silencio reparador.

Una quietud serena impregna todas las cosas, de modo que incluso los objetos inanimados parecen participar en este descanso pacífico.

Del mismo modo, cuando un esfuerzo intenso o un repentino arrebató de pasión se han agotado, llega un período de reflexión—un tiempo de calma—en el que la mente se restaura y las cosas se ven en sus verdaderas formas y proporciones correctas.

Es sabio aprovechar este tiempo de quietud para obtener un conocimiento más profundo de uno mismo y formar juicios más amables sobre los demás.

La hora de la calma es la hora de la restauración.

La dicha llega y llena el corazón que se ha vaciado de egoísmo; permanece con los pacíficos y reina entre los puros.

Haz que cada uno de tus pensamientos, palabras y acciones sean dulces y puros.

20 de enero

En los momentos oscuros de aflicción, las personas se acercan mucho a la verdad.

Cuando las lágrimas fluyan y tu corazón duela, recuerda el sufrimiento que existe en el mundo.

Cuando la tristeza te alcance, ten presente que alcanza a todos; nadie escapa de ella.

Es una realidad fundamental de la vida humana que hace que la espiritualidad sea una necesidad.

No pienses que tu dolor es único o injustamente impuesto.

Es solo una parte del gran dolor compartido por todos.

Es una experiencia común a todos.

Al comprender esto, permite que la tristeza te guíe suavemente hacia una espiritualidad más profunda, hacia una compasión más amplia y hacia una consideración más tierna por todos los seres humanos y criaturas.

Deja que te conduzca a un amor mayor y a una paz más profunda.

Recuerda siempre que nada puede llegarte que no te corresponda o que no sea para tu bien eterno.

El fin del sufrimiento es la alegría y la paz.

21 de enero

La ausencia de sufrimiento se alcanza a través del propio sufrimiento.

Así como la luz disipa la oscuridad y la calma sigue a la tormenta, la alegría reemplaza a la tristeza y la paz llega después del dolor.

La sabiduría profunda que surge de comprender el sufrimiento trae una alegría más sagrada y duradera que las emociones superficiales que existían antes.

Entre los placeres efímeros de los sentidos y la mayor alegría del espíritu se encuentra el oscuro valle del dolor por el que todos los viajeros terrenales deben pasar.

Al atravesarlo, el gozo celestial y la alegría perdurable se convierten en nuestros compañeros permanentes.

Aquellos que han pasado de la peregrinación terrenal a la celestial han levantado el oscuro velo del pesar, revelando la radiante faz de la Verdad.

Quien atesora la Verdad y moldea su vida según la Sabiduría encontrará una dicha que no termina.

Al cruzar el vasto océano de la ilusión, llegará a la orilla donde el sufrimiento ya no existe.

22 de enero

Toda opresión externa es simplemente el reflejo y efecto de una opresión interna real.

En la felicidad y la tristeza, en el éxito y el fracaso, en la victoria y la derrota; ya sea en la religión, los negocios o las circunstancias de la vida; en todos los aspectos, el factor determinante es el carácter.

Dentro de la mente de cada persona yacen las causas ocultas de todo lo que afecta su vida exterior.

El carácter es tanto causa como efecto.

Es el creador de las acciones y el receptor de sus resultados.

El Cielo, el infierno y el purgatorio residen dentro de él.

Una persona con un carácter impuro y vicioso vivirá una vida carente de felicidad y belleza, sin importar dónde se encuentre; pero alguien con un carácter puro y virtuoso reflejará una vida feliz y hermosa.

A medida que construyes tu carácter, también moldeas tu vida.

Deja a un lado el ego y las pasiones desordenadas, y enfócate en hacer lo correcto: esa es la sabiduría más elevada.

23 de enero

Quien se mantiene en el camino de la virtud, superando todas las dificultades y perseverando hasta el final, comprenderá la Verdad.

Cuando enfrentes grandes desafíos y problemas, considera tu confusión como un estímulo para pensar más profundamente y actuar con mayor vigor.

Nada te atacará que no puedas superar; ningún problema te molestará que no puedas resolver.

Cuanto mayor sea tu prueba, mayor será tu demostración de fuerza, y más completa y triunfante será tu victoria.

Por complicado que parezca el laberinto de confusión, siempre hay una salida.

Descubrir ese camino pondrá a prueba al máximo tus habilidades, energía y recursos ocultos, sacando a relucir todo tu potencial.

Cuando hayas dominado lo que amenazaba con dominarte, te regocijarás en una nueva fuerza.

Al conocer la Verdad a través de la práctica y ser uno con ella, te volverás invencible, pues la Verdad no puede ser confundida ni derrotada.

24 de enero

No busques la luz y la felicidad de la Verdad fuera de ti o en el pasado; mírala dentro de ti mismo.

Progresamos a través de una serie de esfuerzos.

Ganamos fuerza, ya sea mental o física, mediante la repetición de esfuerzos en ciertas direcciones.

El esfuerzo constante conduce al poder.

Siguiendo esta ley, el atleta se entrena para lograr asombrosas hazañas de velocidad o resistencia.

Cuando el esfuerzo es intelectual, lleva a un talento inusual o al genio; y cuando se canaliza espiritualmente, conduce a la sabiduría o a una grandeza trascendente.

No debemos lamentarnos cuando las circunstancias nos obligan a realizar mayores esfuerzos o a asumir más trabajo.

Los eventos solo son negativos para la mente que los percibe así.

Son beneficiosos para quien acepta su disciplina como algo saludable.

Encontrarás la Verdad dentro del estrecho ámbito de tus responsabilidades, incluso en los humildes y ocultos sacrificios de tu propio corazón.

25 de enero

No encontrarás bendición alguna hasta que renuncies a la impaciencia.

La depresión, la ansiedad, la preocupación y la irritabilidad no pueden curar los males contra los que luchamos; solo añaden más sufrimiento a los problemas que los causan.

Debemos cultivar un espíritu firme y sereno si queremos que nuestra vida tenga utilidad y felicidad.

Las pequeñas molestias, e incluso los grandes problemas, pronto se disiparían y desaparecerían si los enfrentáramos con una actitud que se niega a ser perturbada.

Nuestros objetivos personales, deseos, planes y placeres se encontrarán con obstáculos, rechazos y dificultades; y es al aprender a enfrentar estos contratiempos con sabiduría y serenidad que descubrimos la verdadera y duradera felicidad dentro de nuestro corazón.

Cuando eliminamos la impaciencia y la irritabilidad, entonces experimentamos y disfrutamos la bendición de una mente fuerte, tranquila y pacífica.

26 de enero

La mayor felicidad llega a quienes llenan su mente con los pensamientos más puros y nobles.

Nos volvemos sabios cuando comprendemos que la felicidad reside en ciertos hábitos mentales o actitudes, más que en posesiones materiales o situaciones específicas.

Es una ilusión común pensar que si solo tuviéramos esto o aquello—un poco más de dinero, más tiempo libre, el talento de otra persona o sus oportunidades; si tuviéramos mejores amigos o un entorno más favorable—seríamos perfectamente felices.

¡Pero ay!

El descontento y la infelicidad nacen de esos deseos vanos.

Si no encuentras la felicidad dentro de ti, nunca la encontrarás afuera.

La felicidad de una mente sabia permanece a través de todas las vicisitudes.

Toda tu vida es una serie de efectos que tienen su causa en tus pensamientos, en tus propios pensamientos.

27 de enero

Una persona de alma dulce y feliz es el resultado maduro de la experiencia y la sabiduría.

La naturaleza nos enseña una paciencia infinita que vale la pena contemplar.

Un cometa puede tardar mil años en completar su órbita; el mar puede necesitar diez mil años para erosionar la tierra; la evolución de la humanidad puede llevar millones de años.

Esto debería hacernos reflexionar sobre nuestra prisa, frustración, descontento, decepciones y nuestro exagerado sentido de importancia personal sobre asuntos insignificantes que duran apenas una hora o un día.

La paciencia conduce a la mayor grandeza, a la utilidad más amplia y a la paz más profunda.

Sin ella, la vida perdería gran parte de su poder e influencia, y su disfrute se vería seriamente afectado.

Por lo tanto, con un esfuerzo bien organizado, construye tu estructura de éxito.

Quien aprovecha cada minuto que pasa para propósitos útiles, envejece con honor y sabiduría, y la prosperidad lo acompaña.

28 de enero

Ningún pensamiento puro ni acto desinteresado dejará de alcanzar resultados positivos; cada uno es una feliz culminación.

Si hoy el día es frío y gris, ¿es eso motivo para desesperarse?

¿No sabemos que días cálidos y luminosos están por venir?

Los pájaros ya comienzan a cantar, y sus trinos temblorosos son un anuncio del amor de una nueva primavera que se acerca y de la abundancia de un verano que, aunque ahora es solo una semilla dormida en el vientre de este día sombrío, su nacimiento es seguro y su pleno florecimiento es indudable.

Ningún esfuerzo es en vano.

La primavera de todas tus aspiraciones está muy cerca, y el verano de tus acciones desinteresadas llegará sin duda.

El ego terminará por disolverse, y la Verdad ocupará su lugar; el Desinteresado, el Indivisible, hará su morada en ti y purificará la túnica blanca de tu corazón invisible.

Aborda tu tarea con amor en el corazón, y la realizarás con ligereza y alegría.

29 de enero

Todo mal es un medio de corrección y sanación, y por lo tanto, no es permanente.

Esfuézate por entender—y no solo aceptar como teoría—que el mal es una fase pasajera, una sombra creada por ti mismo.

Reconoce que todos tus dolores, penas y desgracias han llegado a ti a través de una ley invariable y absolutamente perfecta; han llegado porque los mereces y los necesitas.

Al soportarlos primero y comprenderlos después, te vuelves más fuerte, más sabio y más noble.

Cuando comprendas esto plenamente, estarás en posición de moldear tus propias circunstancias, transformar todo lo malo en bueno y tejer, con maestría, el tejido de tu destino.

Deja de ser como un niño desobediente en la escuela de la experiencia y comienza a aprender, con humildad y paciencia, las lecciones destinadas a tu perfección final.

30 de enero

La meditación enfocada en lo divino es la esencia misma de la oración.

Dime en qué piensas con más frecuencia e intensidad, aquello a lo que tu alma naturalmente regresa en tus momentos de silencio, y te diré si estás avanzando hacia el dolor o hacia la paz, y si estás creciendo para parecerte más a lo divino o a lo contrario.

Existe una tendencia inevitable a convertirse en aquello en lo que uno piensa constantemente.

Por lo tanto, permite que el objeto de tu meditación sea elevado y noble, para que cada vez que lo evoques en tu mente seas elevado; que sea puro y no esté mezclado con egoísmo.

Así, tu corazón se purificará y se acercará más a la Verdad, y no se contaminará ni se desviará al error.

La meditación es la clave para todo crecimiento en la vida espiritual y en el conocimiento.

31 de enero

Si piensas constantemente en lo que es puro y desinteresado, inevitablemente te volverás puro y desinteresado.

Si cada día pides sabiduría, paz, una mayor pureza y una comprensión más profunda de la Verdad, pero aún están lejos de ti, significa que estás pidiendo una cosa mientras tus pensamientos y acciones van en otra dirección.

Si te alejas de las distracciones y dejas de enfocarte en el egoísmo que te impide alcanzar las realidades puras por las que oras; si ya no pides a Dios que te conceda lo que no mereces, o que te dé el amor y la compasión que te niegas a ofrecer a los demás, sino que comienzas a pensar y actuar en el espíritu de la Verdad, entonces crecerás día a día en esas realidades hasta que finalmente te conviertas en parte de ellas.

Emprende el camino de la meditación y permite que el objetivo supremo de tu meditación sea la Verdad.