

VEGETARIANISMO  
y  
OCULTISMO

*(Vegetarianism and Occultism)*

TPH, Adyar, 1903

C.W. Leadbeater

Al hablar de la relación que existe entre el vegetarianismo y el ocultismo, estaría bien que comenzásemos por definir nuestros términos, como generalmente hemos hecho en otras ocasiones. Todos sabemos lo que la palabra vegetarianismo significa, y aunque existen algunas variedades del mismo, creo que no es necesario discurrir acerca de ellas. El vegetariano es el que se abstiene de comer carne. Algunos de ellos admiten los productos animales que se obtienen sin destruir la vida del animal, tales, por ejemplo, como la leche, la manteca y el queso. Otros se concretan a determinadas variedades vegetales, las frutas quizás. Hay otros que prefieren tomar sólo aquellos alimentos que pueden comerse sin cocerlos y otros que no toman alimento alguno que haya crecido debajo de la tierra, tal como las patatas, los nabos, las zanahorias, etc. Nosotros no debemos inmiscuirnos en estas divisiones, concretándonos simplemente a definir al vegetariano como al que se abstiene de todo alimento que proceda del sacrificio de la vida animal, incluyendo, por supuesto, a los pájaros, aves de corral y pescado.

¿Cómo debemos definir al ocultismo? Esta palabra se derive del latín *occultus*, oculto; de modo que significa el estudio de las leyes ocultas de la naturaleza. Desde el momento en que todas las grandes leyes de la naturaleza trabajan en realidad en mucha mayor escala en el mundo invisible que en el visible, el ocultismo envuelve la aceptación de una perspectiva mucho más amplia de la naturaleza que la que ordinariamente se acepta. El ocultista es, pues, un hombre que estudia todas las leyes de la naturaleza que están a su alcance o de las que oye hablar, y como resultado de su estudio se identifica con ellas y consagra su vida al servicio de la evolución. ¿Cómo considera el ocultismo al vegetarianismo? Lo considera muy favorablemente, y esto por muchas razones.

Estas razones pueden ser divididas en dos clases; las ordinarias y físicas, y las ocultas o secretas. Existen muchas razones en favor del vegetarianismo consideradas en el orden físico que se presentan claras y visibles a los ojos de cualquiera que se tome la molestia de examinar este asunto, las cuales influyen sobre el estudiante de ocultismo con mucha mayor energía que sobre el hombre ordinario. Además de estas razones, e independientemente de ellas, el estudiante de ocultismo conoce otras que adquiere por el estudio de estas leyes ocultas que tan poco conocidas son todavía por la inmensa mayoría de los hombres. Debemos, por lo tanto, dividir nuestro estudio de estas razones en estas dos partes, principiando por las ordinarias y físicas.

## **Razones Egoístas en Favor de un Alimento Moderado**

Hasta estas razones ordinarias pueden ser subdivididas en dos clases, conteniendo la primera aquellas que son de orden pura y absolutamente físico y, por decirlo así, egoístas, y la segunda las que pueden considerarse como de orden moral y antiegoísta. Estudiemos, pues, ante todo, las razones que existen en favor del vegetarianismo que se refieren exclusivamente al individuo y que pertenecen únicamente al plano físico. Por el momento dejaremos a un lado el estudio del efecto que el vegetarianismo produce en los demás planos, lo cual es un asunto muchísimo más importante, y nos limitaremos al estudio de los resultados particulares que produce en el individuo aquí abajo. Debemos proceder así porque una de las objeciones que con más frecuencia se aducen contra el vegetarianismo es que es una muy bella teoría, pero que no es posible llevarlo

al terreno de la práctica, puesto que, según suponen, el hombre no puede vivir sin comer carne. Esta objeción es por completo errónea, y está basada en la ignorancia y en la desnaturalización de los hechos. Yo mismo soy un ejemplo de esta falsedad, pues he vivido sin comer carne, pescado ni huevos durante un período a lo menos de veintisiete años, y no sólo todavía vivo, sino que durante todo este tiempo he disfrutado de una salud perfecta. Mas debo añadir que en esto no soy yo un caso aislado, puesto que conozco millares de personas que han hecho otro tanto. Conozco algunos jóvenes que han tenido la dicha de no probar la carne en toda su vida, y se ve claramente que están más libres de enfermedades que aquellos que la comen. Es indudable que existen muy buenas razones en favor del vegetarianismo desde el punto de vista puramente egoísta, y a propósito las he expuesto en primer término, porque creo que las consideraciones egoístas harán mella en un gran número de personas, si bien espero que a los estudiantes de Teosofía les harán mucha más impresión las consideraciones morales que más adelante tendré ocasión de presentar.

## **Nosotros Queremos lo Mejor**

Creo que en lo tocante al alimento, lo mismo que en todo lo demás, debemos desear lo mejor que esté a nuestro alcance. Debemos igualmente tratar de poner nuestras vidas y, por lo tanto, a nuestro alimento diario que es una parte importante de las mismas en armonía con nuestras aspiraciones, en armonía con lo más elevado que conocemos. Debemos congratularnos de saber escoger lo que realmente es superior; y si por el momento no somos bastante hábiles para saber apreciar lo que es superior y elevado, entonces debemos estar satisfechos de aprender a saberlo. Si reflexionamos acerca de este punto veremos que otro tanto sucede con respecto a otros conocimientos, en la música, en las artes o en la literatura, por ejemplo. Desde niños se nos ha enseñado que si deseamos desarrollar nuestro gusto musical en el sentido más puro y delicado, debemos escoger únicamente la música del tipo más elevado, y si al principio no la sabemos apreciar y comprender debidamente, entonces debemos voluntaria y pacientemente esperar y escuchar hasta que al fin algo de su dulce armonía desciende sobre nuestras almas, en cuyo momento podemos comprender lo que al principio no despertaba ningún eco en nuestros corazones. Si deseamos comprender lo mejor y más bello que existe en el arte, no debemos acostumbrar nuestra vista a las groseras caricaturas que aparecen en los periódicos políticos, ni a las repugnantes abominaciones mal llamadas "cuadros cómicos", sino que debemos fijar nuestros ojos y estudiar asiduamente hasta que el misterio de la obra de Turner comience a revelarse a nuestra paciente contemplación, o hasta que el gran lienzo de Velázquez se haga comprensible a nuestro entendimiento. Lo mismo sucede en la literatura. La triste experiencia demuestra que una buena parte de la mejor y más bella literatura se pierde lastimosamente para aquellos cuyo alimento mental consiste únicamente en los escritos sensacionales, en las novelas de bajo vuelo, o en aquella frívola masa de grosera literatura que a manera de la escoria es arrojada sobre el torrente de la humanidad; novelas, folletines y artículos que no instruyen al ignorante, no prestan vigor ni esperanza al débil y oprimido, ni en modo alguno desarrollan la inteligencia. Si deseamos desarrollar la inteligencia de nuestros hijos en todas estas cosas, no los dejamos por completo que se guíen por su propio gusto que todavía no está cultivado, sino que nos esforzamos en ayudarles a purificar este gusto, ya sea que se trate del arte, de la música o de la literatura.

No cabe duda, pues, de que podemos hallar el mejor alimento así físico como mental, y no cabe duda también de que debemos hallarlo, no por el mero instinto ciego, sino aprendiendo a pensar y a razonar desde el más elevado punto de vista. Existen personas en el mundo que no desean lo superior, que quieren permanecer en los niveles inferiores, a cuyo fin atraen consciente e intencionadamente hacia sí todo lo que es grosero y degradante; pero también existen muchas otras personas que desean elevarse por encima de estos

niveles inferiores, las cuales elegirían lo superior ardiente y gozosamente con sólo que lo conociesen, o con sólo que se llamase su atención hacia el mismo. Existen hombres y mujeres de un elevado desarrollo moral que han sido inducidos a comer como las hienas y lobos, y se les ha enseñado que su alimento necesario era el cadáver de un ensangrentado animal. Bastará que reflexionemos un momento para ver que este horror no puede ser ni lo más elevado ni lo más puro, y que si deseamos elevarnos en la escala de la naturaleza, si deseamos que nuestros cuerpos sean puros, como deben ser los templos del Maestro, debemos abandonar esta detestable costumbre, y tomar sitio entre la magnífica hueste que trabaja para el bien de la raza humana, y que se esfuerza en obtener lo más puro y elevado en todas las cosas, así para ellos mismos como para sus hermanos. Veamos en detalle por qué la alimentación vegetariana es evidentemente la mejor y la más pura.

## Más Nutritiva

1º Porque los vegetales contienen una mayor suma de alimento que una cantidad igual de carne. Esta afirmación parecerá una cosa sorprendente e increíble a muchas personas, porque se les ha dicho que no pueden vivir a menos que se manchen comiendo carne, y esta falsedad se ha generalizado tanto que es muy difícil desarraigárla de la mente del hombre ordinario. Debe comprenderse claramente que esto no es una cuestión de hábito, de sentimentalismo o de prejuicio, sino que se trata de hechos, y los hechos como tales no dan ni pueden dar lugar a la más ligera disputa. Existen cuatro elementos necesarios en el alimento, todos ellos esenciales para la reparación y conservación del cuerpo: a) alimentos proteicos o nitrogenados; b) hidrocarburos; c) hidrocarbonos; d) sales. Esta es la clasificación comúnmente aceptada por los fisiólogos, aunque algunas recientes investigaciones tienden a modificarla hasta cierto punto. Ahora bien; es un hecho positivo que todos esos elementos existen en mucha mayor abundancia en los vegetales que en la carne. Por ejemplo: la leche, la manteca, el queso, las nueces, los guisantes y las habichuelas, contienen una gran parte de materia proteica o nitrogenada. El trigo, la avena, el arroz y otros granos, las frutas y la mayor parte de los vegetales (exceptuando quizás los guisantes, las habichuelas y las lentejas) están formados principalmente de hidrocarburos, esto es, de féculas y azúcar. Los hidrocarbonos o granos se encuentran en casi todos los alimentos proteicos, por cuyo motivo se les puede clasificar como grasas o aceites. Las sales se hallan en mayor o menor abundancia en todos los alimentos, pues son de la mayor importancia para la conservación de los tejidos del cuerpo, y lo que se llama debilidad salina es la causa de muchas enfermedades.

Se ha pretendido a veces que la carne contiene alguno de esos elementos en mayor abundancia que los vegetales, y se han presentado varias estadísticas para demostrarlo; pero de nuevo repito que esto es cuestión de hechos, y a ellos debemos atenemos. Los únicos orígenes de la energía de la carne proceden de la substancia proteica y de la grasa que contiene, y como que esta última no tiene más valor que cualquiera otra, el único punto que debe tomarse en consideración es el de las proteínas. Debe recordarse que las proteínas sólo tienen un origen; están exclusivamente organizados en plantas y no de otra manera. Las nueces, los guisantes, las habichuelas y las lentejas son mucho más ricas en esos elementos que ninguna clase de carne, y tienen la enorme ventaja que sus proteínas son puras y, por lo tanto, contienen toda la energía originalmente almacenada en ellos durante su organización.

En el cuerpo animal esas proteínas que el animal ha absorbido durante su vida del reino vegetal se desorganizan constantemente, y en ese proceso de desorganización la energía originalmente almacenada en ellos se relaja, por cuyo motivo lo que ha sido ya empleado por un animal no puede ser utilizado por otro. Las proteínas son evaluadas en algunas de esas estadísticas según la suma de nitrógeno que contienen, pero en la carne existen muchos productos procedentes del cambio de los tejidos, tales como la urea, el ácido úrico y la creatina, todos los cuales contienen nitrógeno, por lo cual se les considera como proteínas, aunque en realidad no contienen alimento alguno.

Pero no es éste todo el mal, puesto que ese cambio de tejidos va invariablemente acompañado de la formación de diversos venenos, los cuales se hallan siempre presentes en toda clase de carne, y en muchos casos la virulencia de dichos venenos es muy

pronunciada. Así, pues, debéis tener en cuenta que si al comer carne obtenéis algún alimento, éste precede del animal sacrificado que durante su vida se nutrió de materias vegetales; pero de este alimento obtenéis una cantidad mucho menor de la que debierais percibir, debido a que el animal ha consumido ya la mitad del mismo, al propio tiempo que absorbéis con él diversas sustancias en modo alguno apetecibles, y hasta a veces activos venenos que como es natural son en alto grado deletéreos. No ignore que existen muchos médicos que prescriben a sus enfermos la detestable alimentación carnívora con el objeto de que recobren sus perdidas fuerzas, y que a veces obtienen ciertos resultados, si bien en este punto no están todos ellos siempre de acuerdo, puesto que el Dr. Milner Fothergill escribe: "Todas las víctimas causadas por las belicosas disposiciones de Napoleón son nada comparadas con las miríadas de personas que han bajado a la tumba a causa de su ciega confianza en el supuesto valor alimenticio de la tajada de vaca". Como quiera que sea, esos resultados pueden obtenerse más fácilmente en el reino vegetal cuando el modo de alimentarse es bien comprendido, y pueden ser obtenidos sin ese horrible contagio y sin todas las detestables concomitancias del otro sistema. Permitidme demostraros que en todo cuanto vengo diciendo no hago afirmaciones sin fundamento; permitidme que os exponga las opiniones de algunos médicos, de hombres cuyos nombres son bien conocidos en el mundo de la ciencia médica, a fin de que os convenzáis de que tango motivos más que suficientes para hablar del modo que acabo de hacerlo.

Vemos que Sir Henry Thompson, doctor en medicina y miembro del Real Colegio de Cirujanos dice: "Es un craso error considerar a la carne como un alimento indispensable a la vida. Todo lo que el organismo humano necesita puede encontrarse en el reino vegetal... El vegetariano puede hallar en el alimento que toma todos los principios nutritivos necesarios al desarrollo y conservación del cuerpo, así como el calórico y la fuerza que le son indispensables. Debe admitirse como un hecho indudable que existen muchas personas que disfrutan de una gran robustez y de una salud perfecta alimentándose sólo de vegetales. Creo que la costumbre de comer carne no sólo ocasiona un gasto superfluo, sino que es el origen de graves enfermedades". Este informe, procedente de un médico bien conocido, no puede ser más contundente.

El doctor en medicina Sir Benjamin Ward Richardson se expresa en estos términos: "Debe en justicia admitirse que las sustancias vegetales, cuando son cuidadosamente elegidas, tienen una enorme ventaja sobre el alimento animal en cuanto a valor nutritivo... Sentiría grata satisfacción si se adoptase un sistema general de alimentación basado exclusivamente en las sustancias vegetales, y creo que un día u otro así será".

El bien conocido médico Lord Playfair dice: "la alimentación animal no es esencial al hombre"; y el Dr. F. J. Sykes, médico de S. Pancras, escribe: "la química no es más contraria al vegetarianismo de lo que lo es la biología. La alimentación animal no es en modo alguno indispensable para suministrar los productos nitrogenados necesarios a la reparación de los tejidos y, por lo tanto, una bien escogida alimentación procedente del reino vegetal es perfectamente completa, desde el punto de vista químico, para la nutrición del hombre".

El Dr. Francisco Vacher, miembro de la Sociedad Botánica, dice: "No creo que un hombre se encuentre mejor física o mentalmente por el mero hecho de comer carne".

El Dr. Alexandre Haig, miembro de la Sociedad Química, médico director de uno de los más grandes hospitales de Londres ha escrito: "Que la posibilidad de nutrirse con los productos del reino vegetal no nece-

sitaría ser demostrada por los fisiólogos aún cuando la mayor parte de la raza humana no lo estuviera demostrando constantemente; y mis propias investigaciones, añade, demuestran que no sólo es esto posible, sino que la alimentación vegetal es en absoluto preferible a la otra, debido a que desarrolla una mayor suma de vigor físico y mental.”

El Dr. M. F. Coomes, en "The American Practitioner and News", termina un artículo científico del modo siguiente: "Permítaseme establecer en principio que la carne de los animales de sangre caliente no es esencial como alimento para conservar el cuerpo humana en perfecto estado de salud". Luego hace algunas otras observaciones que citaremos en nuestro próximo epígrafe.

El rector del Colegio Médico de Jefferson (en Filadelfia) dice: "Es un hecho bien sabido que los cereales, como artículos de consumo diario, ocupan un lugar preeminente en la economía humana, pues contienen reconstituyentes más que necesarios para conservar el cuerpo en el mejor estado de salud. Si el valor alimenticio de los cereales fuese mejor conocido, la humanidad beneficiaría con ello. Naciones enteras viven y se desarrollan únicamente de ellos, de modo que queda plenamente demostrado que la carne no es un alimento necesario".

Aquí tenéis, pues, datos claros y precisos tomados de los escritos de hombres bien conocidos, los cuales han hecho un concienzudo estudio de la química de los alimentos. Es imposible negar que el hombre puede vivir sin recurrir al horrible sistema carnívoro, y que existe una mayor suma de alimento en una cantidad igual de vegetales que en una de carne. Podría presentaros otros muchos datos, pero creo que basta con los expuestos, dado que son una muestra de los demás.

## Menos Enfermedades

2º Porque un gran número de graves enfermedades proceden de la detestable costumbre de devorar cuerpos muertos. Aquí me sería fácil también presentaros una larga lista de citaciones, pero como anteriormente me contentaré con unas pocas. El Dr. Josiah Oldfield, profesor de Cirugía en el Colegio de Cirujanos, escribe: "La carne es un alimento antinatural y, por lo tanto, tiende a producir trastornos en el organismo. Tal como se come en las modernas civilizaciones, la carne está considerablemente afectada de enfermedades tan terribles (fácilmente comunicables al hombre) como el cáncer, la tisis, la fiebre, los vermes intestinales, etc. No hay, pues, por qué maravillarse de que el comer carne sea una de las más graves causas de las enfermedades que conducen a la tumba al noventa y nueve por ciento de los nacidos".

Sir Edward Saunders nos dice: "Todo esfuerzo que tienda a demostrar al hombre que la tajada de vaca y la cerveza no son necesarias a la salud y al vigor corporal, será altamente saludable y conducirá al ahorro y prosperidad de los pueblos. Creo que a medida que esos esfuerzos se multipliquen oiremos hablar menos de la gota y de las enfermedades del hígado y de los riñones; veremos menos brutalidades, menos esposas ultrajadas y menos asesinatos. Creo que al presente el mundo tiende hacia la alimentación vegetariana, la cual al fin se comprenderá que es la mayor y más racional, y creo que no está muy lejano el momento en que la idea del alimento animal será una cosa repugnante y detestable para el hombre civilizado".

Sir Robert Christison, doctor en medicina, afirma rotundamente que "la carne y secreciones de animales atacados de enfermedades carbunculares semejantes al antrax, son tan ponzoñosas que aquellos que comen esos productos están expuestos a graves percances, pues con frecuencia sufren una fuerte inflamación

en el tubo digestivo, o se presenta la erupción de uno o más carbunclos".

El Dr. A. Kingsford, de la Universidad de París, dice: "El alimento animal puede sin duda engendrar muchas enfermedades de carácter agudo y repugnante. La misma escrófula, ese fecundo manantial de sufrimientos y de muerte, debe probablemente su origen a la costumbre de comer carne. Es un hecho curioso que la palabra escrófula se derive de *scrofa*, una marrana. Decir que uno tiene escrófulas es decir que padece la enfermedad del cerdo".

En su quinta memoria al Consejo privado de Inglaterra vemos que el profesor Gamgee sostiene que "una quinta parte de la carne consumida procede de animales sacrificados atacados de enfermedades malignas", mientras que el profesor A. Wynter Blyth, miembro del Real Colegio de Cirujanos, escribe: "Económicamente hablando, el alimento animal no es nada ventajoso. Con frecuencia se nos suministra carnes seriamente averiadas, pero preparadas con tal arte que no es fácil distinguirlas de las que se hallan en buen estado. La carne de muchos animales enfermos de los pulmones no presenta a simple vista diferencia alguna que la distinga de la que se halla en estado normal".

El Dr. M. F. Coomes en el artículo más arriba citado, dice: "Tenemos muchas substancias que pueden sustituir a la carne, las cuales están libres de los deletéreos efectos que ésta produce sobre la economía animal, principalmente el reumatismo, la gota y demás enfermedades análogas, por no decir nada de las congestiones cerebrales que frecuentemente terminan en apoplejías y enfermedades venosas de una u otra clase, emicráneas y muchas otras formas de dolor de cabeza, resultado del uso excesivo de la carne, y a veces producidas también cuando la carne no se come con exceso".

El Dr. J. H. Kellogg escribe: "Es interesante observar cómo todos los hombres científicos del mundo despiertan a la realidad de que la carne de los animales como alimento no es una nutrición pura, sino que está mezclada con substancias venenosas de carácter excrementicio, las cuales son los resultados naturales de la vida animal. El vegetal suministra la fuerza y la energía. Del mundo vegetal -de la hulla y de la madera- es de donde procede la energía que impulsa nuestras máquinas de vapor, que arrastra nuestros trenes e impele nuestros buques, y hace, en fin, la obra de la civilización. Del mundo vegetal derivan directa o indirectamente todos los animales y la energía que se manifiesta en ellos por medio del trabajo muscular o mental. El vegetal construye, el animal destruye. El vegetal suministra la energía, el animal la consume. De la manifestación de la energía, bien sea que esa energía se manifieste por medio de una máquina de vapor o por medio de un animal, resultan diversos productos inútiles y venenosos. La actividad de los tejidos del animal persiste debido sólo a que la sangre los lava asidua y constantemente, pues a través y en torno de ellos fluye incesantemente una corriente de la misma, arrastrando los productos venenosos resultantes de su labor tan pronto como se forman. La sangre venosa debe sus condiciones a esos tóxicos, los cuales son arrastrados por los riñones, los pulmones, la piel y los intestinos. La carne del animal contiene una gran cantidad de tales venenos, cuya eliminación cesa en el momento de la muerte, al paso que su formación continúa algún tiempo después de la misma. Un eminente cirujano francés hacía notar recientemente que la tajada de bueyes una verdadera solución venenosa. Médicos eminentes de todas las partes del mundo principian a reconocer esas verdades y hacen un uso práctico de ellas".

De nuevo podéis ver aquí que no carecemos de datos positivos. Muchas de las citas relativas a la introducción de venenos en el organismo por medio de la carne no proceden de doctores vegetarianos, sino de aquellos que todavía tienen por conveniente alimentarse moderadamente de cadáveres, pero que, sin embargo, han estudiado con alguna detención la ciencia que trata este asunto. Debe tenerse en cuenta que la carne no puede conservarse por mucho tiempo en estado saludable, puesto que su descomposición comienza desde el momento en que el animal es sacrificado. En este proceso de descomposición se forman toda suerte de productos inútiles y una gran parte de los mismos son positivamente perjudiciales y venenosos. En las antiguas escrituras indas hallamos un muy notable pasaje referente a que en la India algunas de las castas inferiores comenzaron a comer carne. En dicho pasaje se dice que antiguamente sólo se conocían tres enfermedades, una de las cuales era la vejez; pero que ahora, desde que la gente come carne, se han presentado setenta y ocho nuevas enfermedades. Esto nos demuestra que la idea de que las enfermedades podían

proceder de la fatal costumbre de devorar cadáveres ha sido sustentada hace millares de años.

## Más Natural al Hombre

3º Porque el organismo humano no es por naturaleza carnívoro, y por lo tanto este horrible alimento no es adecuado para la nutrición del hombre. Permitidme que os presente aquí también algunas citas a fin de que veáis la clase de autoridades que están de nuestra parte en este asunto. El mismo Barón Cuvier escribe: "El alimento natural del hombre, a juzgar por su estructura, consiste en frutos, raíces y vegetales"; y el profesor Ray nos dice: "No cabe duda de que el hombre no fue formado para ser un animal carnívoro". Sir Richard Owen, miembro de la Sociedad Real, escribe: "los antropoides y todos los cuadrumanos derivan su alimento de los frutos, granos y otras suculentas substancias vegetales, y la estricta analogía que existe entre la estructura de esos animales y la del hombre, demuestra claramente su naturaleza frugívora".

Otro miembro de la Sociedad Real, el profesor William Lawrence, dice: "La dentadura del hombre en nada se parece a la de los animales carnívoros, y si examinamos su dentadura, sus mandíbulas y sus órganos digestivos, veremos que la estructura humana se parece muy estrechamente a la de los animales frugívoros".

El Dr. Spencer Thompson hace notar que: "Ningún filólogo negará que el hombre debería vivir únicamente de productos vegetales"; y el Dr. Sylvester Graham escribe: "la anatomía comparada demuestra que el hombre es por naturaleza un animal frugívoro, formado para nutrirse de frutos, semillas y vegetales harinosos".

La superioridad de la alimentación vegetariana no necesitará naturalmente de argumento alguno para aquellos que creen en la inspiración de las escrituras, pues se recordará que al hablar Dios a Adán en el jardín del Edén, dijo: "He aquí que os he dado toda yerba que lleva semilla que se halla sobre la faz de la tierra, y todo árbol en el que está el fruto de un árbol que produce semilla; esto os servirá de alimento". Sólo después de la caída del hombre, cuando la muerte apareció en el mundo, fue que vino con ella una muy degradante idea acerca del alimento, y si al presente deseamos volver de nuevo a las condiciones del jardín del Edén debemos principiar por abolir esta innecesaria matanza ejecutada para abastecernos de este horrible y degradante alimento.

## Mayor Fuerza

4º Porque los hombres son más vigorosos y mejores si se alimentan exclusivamente de vegetales. No ignoro que la gente dice: "Si no coméis carne la debilidad y la anemia se apoderará de vosotros". En realidad esto es absolutamente falso. Ignoro si existen personas que se sientan débiles porque se alimentan exclusivamente de vegetales; pero sí sé que en muchas luchas atléticas los vegetarianos han probado recientemente que eran los más fuertes y resistentes, como por ejemplo en las modernas razas alemanas, en donde todos los que conquistaron los sitios más preeminentes de la raza eran vegetarianos. Se han llevado a cabo un gran número de tales ensayos, los cuales han demostrado que, en igualdad de circunstancias, el hombre que toma un alimento puro resiste mejor. Aquí se trata de hechos, y en este caso los hechos deben colocarse enfrente de los necios prejuicios y la detestable sensualidad. La razón de esto fue claramente expuesta recientemente por el Dr. J. D. Craig, quien escribe: "los que se alimentan de carne ponderan frecuentemente el vigor y robustez del cuerpo, especialmente si viven la mayor parte del tiempo al aire libre; pero hay esta peculiaridad entre ellos, y es que no poseen la resistencia y el vigor de los vegetarianos. La razón de esto es que la carne se halla ya en vías de descomposición, por cuyo motivo su presencia en los tejidos es de corta duración. El impulso que recibe en el cuerpo del animal del cual fue tomada es reforzado por otro impulso del que la absorbe, y por esta razón la energía que contiene se agota pronto, y hay necesidad urgente de sustituirla por otra. Así, pues, el que se alimenta de carne puede hacer una gran suma de trabajo en poco tiempo si está bien repleta. Sin embargo, pronto siente hambre, y en este caso la debilidad se apodera de él. Por el contrario, los productos vegetales son de lenta digestión, pues contienen toda la provisión original de

energía y ninguna substancia venenosa. Su descomposición es menos rápida que la de la carne, puesto que principia en el momento que se acaban de absorber y, por lo tanto, su energía se disipa más lentamente y con menos pérdidas, y la persona que se nutre con ellos puede trabajar durante un largo período de tiempo sin alimentarse y sin

sentir desfallecimiento. Las personas que en Europa se abstienen de comer carne pertenecen a la clase mejor y más inteligente, y por lo que se refiere a la cuestión del vigor y resistencia, estas personas la han estudiado e investigado en todos sentidos. En Alemania e Inglaterra ha tenido lugar un gran número de notables luchas atléticas que exigían mucha resistencia y vigor entre los que se nutren de carnes y los vegetarianos, resultando que estos últimos salieron siempre victoriosos".

Si nos tomamos el trabajo de investigar, veremos que este hecho fue conocido desde antiguo, puesto que hasta en la historia más remota hallamos huellas del mismo. Se recordará que está universalmente admitido y reconocido que de todas las castas griegas la más fuerte y resistente era la de los espartanos, y la sencillez de su alimentación vegetal es un hecho de todos conocido. Recordad también a los atletas griegos, los cuales se preparaban con el mayor cuidado para asistir a los Juegos Olímpicos e Istmicos. Si leéis a los autores clásicos, hallaréis que esos hombres, que en su género sobrepujaban al resto del mundo, vivían de higos, nueces, queso y maíz. En aquellos tiempos existían también los gladiadores romanos, cuya vida y fama dependían de su fuerza, a pesar de lo cual vemos que su alimento sólo consistía en tortas de avena y aceite, pues sabían perfectamente que este alimento era el más nutritivo y vigorizador.

Todos estos ejemplos nos demuestran que la general y persistente falsedad de que uno debe comer carne si quiere ser fuerte, no está basada en los hechos, sino que sucede todo lo contrario. Charles Darwin decía en una de sus cartas: "los más extraordinarios trabajadores que he visto, los peones de las minas de Chile, viven exclusivamente de vegetales, incluyendo varias semillas de plantas leguminosas". De estos mismos peones mineros, Sir Francis Head describe: "Es costumbre entre los mineros de la región central de Chile subir por una escalera de setenta y cinco metros de elevación cargados con un cesto de mineral de cobre de doscientas libras de peso doce veces al día, y sin embargo su alimento es puramente vegetal, pues para almorzar comen higos con pan, al mediodía habichuelas hervidas y al anochecer trigo tostado".

Mr. F. T. Wood en su *Discoveries at Ephesus* escribe: "En Esmirna los faquires turcos llevan frecuentemente de cuatrocientas a seiscientas libras de peso sobre sus espaldas, y el capitán me señaló un día a uno de sus hombres el cual había llevado un enorme fardo de mercancías que pesaba ochocientas libras a un almacén que estaba situado en un punto elevado; de suerte que con este frugal alimento su fuerza era extraordinariamente grande".

De estos mismos turcos, Sir William Fairbairn ha dicho: "El turco puede vivir y luchar en donde los soldados de cualquiera otra nación se morirían de hambre. Sus sencillas costumbres, su abstinencia de licores embriagantes y el nutrirse sólo de vegetales, le colocan en condiciones de poder soportar las mayores fatigas y penalidades, pudiendo de esta suerte vivir del modo más limitado, con los más sencillos alimentos".

Yo mismo puedo dar fe de la enorme fuerza desplegada por los vegetarianos faquires Tameses del Sur de la India, pues con frecuencia les he visto llevar pesos que me asombraron. Recuerdo que hallándome en una ocasión sobre la cubierta de un buque, vi a uno de tales faquires cargarse una enorme caja sobre las espaldas y descender lenta pero seguramente por una gruesa tabla de madera hasta llegar a la playa y depositarla en un tinglado. El capitán que estaba a mi lado exclamó sorprendido: "A fe mía que se necesitarían cuatro faquires ingleses para trasladar esta caja a través de una tabla y colocarla en los docks de Londres". He visto, además, a otro de dichos faquires llevar un gran piano a una considerable distancia después que se lo hubieron cargado sobre las espaldas. Sin embargo, esos hombres son exclusivamente vegetarianos, puesto que viven principalmente de arroz y agua, que de vez en cuando mezclan con algún pequeño tamarindo.

Sobre este mismo asunto, el Dr. Alexander Haig, antes citado, escribe: "El resultado de haber conseguido librarme del ácido úrico ha sido hacer mis fuerzas corporales tan potentes como lo eran quince años atrás; y aun dudo que en esa época me hubiese sido posible entregarme a los trabajos a que ahora me entrego con absoluta impunidad, sin cansarme mientras trabajo, y hallándome ágil al siguiente día para volver a mi labor. Con frecuencia digo que al presente me es imposible fatigarme, y creo que relativamente es esto verdad". Este médico distinguido se hizo vegetariano debido al estudio que hizo de las enfermedades causadas por la presencia del ácido úrico en el organismo humano, descubriendo que el comer carne era el principal origen de este mortífero veneno. Se ocupa, además, de otro punto muy interesante, cual es el de que con el cambio de dieta se operó en él un cambio de carácter, pues mientras que antes se hallaba constantemente nervioso e irritado, ahora estaba mucho más "tranquilo y menos irritado, por lo cual comprendió que esto era debido al cambio de alimento.

Si deseamos más pruebas acerca de la verdad de lo que venimos sosteniendo, las tenemos patentes en el reino animal. Podemos observar que los animales carnívoros no son los más fuertes, y que todo el trabajo lo hacen los herbívoros, los caballos, mulas, bueyes, elefantes y camellos. Vemos que el hombre no puede utilizar al león ni al tigre, y que la fuerza de esos salvajes comedores de carne no es en modo alguno igual a la de aquellos que se la asimilan directamente del reino vegetal.

## Menos Pasiones Animales

5º Porque el comer cadáveres incita a la bebida y fomenta las pasiones animales en el hombre. Mr. H. B. Fowler, que por espacio de cuarenta años ha estudiado y dado conferencias acerca de la dipsomanía, declara que el uso de la carne, por la excitación que provoca en el sistema nervioso, prepara el camino a los hábitos de intemperancia en todos sentidos, pues cuanto más carne se consume, tanto más serio es el peligro que se corre de entregarse a las bebidas alcohólicas. Muchos médicos hábiles y prácticos han llevado a cabo experimentos similares, los cuales les han servido de norma y guía para tratar a sus clientes dipsomaniacos. No cabe duda de que la costumbre de alimentarse de cadáveres estimula la parte inferior de la naturaleza del hombre. Aún después de haber comido de ese horrible alimento hasta la saciedad, el hombre siente que todavía no está satisfecho; comprende vagamente que todavía le falta algo, por cuyo motivo sufre tensiones nerviosas. Esta necesidad es debida simplemente al hambre que sienten los tejidos del cuerpo, los cuales no pueden nutrirse con el miserable y mezquino alimento que se les ofrece. Para satisfacer esta vaga necesidad, o mejor dicho, para calmar la agitación nerviosa, se recurre frecuentemente a los estimulantes. A veces se toman brebajes alcohólicos; otras se pretende mitigar esas sensaciones tomando café negro; y otras veces se emplea tabaco fuerte para calmar los débiles e irritados nervios. Aquí tenemos el principio de la intemperancia, puesto que en la inmensa mayoría de los casos la intemperancia comienza con el intento de calmar con estimulantes alcohólicos la indefinida sensación de necesidad que se siente después de haber comido de este pobre alimento, que no alimenta. De esto podríamos citar innumerables ejemplos. Podríamos hablar de la irritabilidad que a veces degenera en locura, la cual actualmente todas las autoridades en esta materia reconocen que es un resultado frecuente de una alimentación insana. Podríamos citar un centenar de síntomas comunes de indigestión, y explicar que la indigestión es siempre el resultado de una alimentación inadecuada. Sin embargo, bastante se ha dicho para demostrar la gran influencia que una alimentación pura y racional tiene para el bienestar del individuo y de la raza.

Mr. Bramwell Booth, jefe del Ejército de Salvación, ha publicado una circular acerca del vegetarianismo en la cual habla clara y decididamente en su favor, dando nada menos que una lista de

diecinueve razones plausibles por las cuales los hombres debieran abstenerse de comer carne. Insiste con gran energía acerca de que la alimentación vegetariana es indispensable a la pureza, a la castidad y al perfecto dominio de los apetitos y pasiones que con tanta frecuencia son la causa de grandes tentaciones. Hace notar que la costumbre de comer carne es una de las causas de la embriaguez, así como favorece la pereza, la somnolencia, la carencia de energía, las indigestiones, el estreñimiento y toda suerte de miserias y sufrimientos. Sostiene que las erupciones cutáneas, las almorranas, los vermes intestinales, la disentería y los fuertes dolores de cabeza, se producen con suma frecuencia debido al uso de la carne, y cree que el gran incremento que la tisis y el cáncer han tomado durante los últimos cien años, tiene por origen el gran aumento que se nota en el consumo de los productos animales.

## Economía

6° Porque la alimentación vegetal es en todo caso más barata y más sabrosa que la de la carne. Una de las razones que en favor del vegetarianismo expone Mr. Booth, en la mencionada circular, es que "una alimentación vegetariana compuesta de trigo, avena, maíz y otros granos; lentejas, guisantes, habichuelas, nueces y otros productos similares, es diez veces más económica que la de la carne. La mitad de los componentes de la carne consisten en agua, de modo que en realidad se paga a doble precio del que uno cree. Un régimen vegetal, aun cuando formen parte del mismo el queso, la manteca y la leche, sólo costará una cuarta parte de lo que vale un régimen compuesto de carne y vegetales. Docenas de millares de familias de nuestro pobre pueblo que ahora se ven en grandes apuros para abastecerse de carne, podrían salir del paso substituyéndola por frutos, vegetales y otros alimentos económicos, ganando mucho en el cambio".

Existe, además, un aspecto económico de esta cuestión que no debe echarse en olvido. Notad cuántos más hombres podrían ser alimentados con un determinado número de hectáreas de tierra que se destinasen al cultivo del trigo, que si esta misma extensión de terreno se empleara a producir pastos. Considerad también cuántos más hombres sanos se verían trabajar la tierra en el primer caso que en el segundo. Creo, en verdad, que convendréis conmigo en que se podría decir mucho bajo este punto de vista.

## El Pecado de Matar los Animales

Hasta aquí sólo nos hemos ocupado de lo que hemos convenido en llamar las consideraciones físicas y egoístas que debieran inducir al hombre a abandonar la costumbre de comer carne y volver, aunque no fuese más que por su propio decoro y provecho, a un régimen alimenticio más puro. Analicemos ahora por breves momentos las consideraciones morales y antiegoístas relacionadas con sus deberes para con los demás. La primera de ellas -y esto me parece a mí una cosa muy horrible- es el gran pecado de matar innecesariamente los animales. Los que viven en Chicago saben muy bien que esa espantosa carnicería está en su apogeo en su ciudad, puesto que la mayor parte de la gente se alimenta de carne; pero deben saber también que la enorme suma de dinero obtenida por medio de este abominable negocio está manchada con sangre. Ya he demostrado con datos irrefutables que toda esta matanza, es completamente innecesaria. La destrucción de la vida es siempre un crimen. Puede darse, sin embargo, el caso en que dicha destrucción sea el menor de dos males; pero aquí no existe necesidad alguna ni nada que la justifique, puesto que sólo es debida al egoísmo y codicia de aquellos que ganan dinero con la agonía de los animales, satisfaciendo el perverso gusto de los que son bastante depravados para apetecer tan inmundos alimentos.

Debe tenerse en cuenta que los que se dedican al asqueroso negocio de la carne no son los únicos culpables ante Dios, sino que también lo son todos aquellos que se alimentan de ella, puesto que de esta suerte los estimulan remunerando su crimen. Toda persona que come este impuro alimento tiene su parte de responsabilidad en la falta, a causa del sufrimiento por medio del cual ha sido obtenido. Es un axioma universalmente reconocido en las leyes que, *qui facit per alium facit per se*; esto es: todo lo que un hombre hace a otro se lo hace a sí mismo. Habrá personas que dirán: si soy yo solo el que deja de comer carne, poca será la diferencia que en esas hecatombes se notará. Esto es inexacto y poco sincero; primero porque siempre habría alguna diferencia, aunque esta persona sólo consumiese una libra o dos por día, dada que al cabo de algún tiempo esta libra o dos diarias sumarían el peso de un animal; y en segundo término porque no se trata aquí de la cantidad, sino de la complicidad en el crimen, y si participa de los resultados derivados de este crimen, no cabe duda de que ayuda a remunerarlo, y de este modo le alcanza directamente una parte de culpa. Ninguna persona sincera dejará de ver que esto es así. Pero por regla general, cuando se trata de sus bajas pasiones los hombres rechazan la verdad y cierran los ojos a los hechos más evidentes. Creo, pues, que toda persona imparcial convendrá en que toda esa terrible e innecesaria matanza es un horrible crimen.

Otro punto importante que debe también tenerse en cuenta es el que se refiere al modo inhumano de transportar los pobres animales, y la crueldad que con frecuencia se despliega al sacrificarlos. Aquellos que pretenden justificar tan abominables crímenes os dirán que se están ensayando métodos para matar los animales con la mayor rapidez y menos sufrimientos posibles; pero bastará con que leáis los escritos que tratan del asunto para convenceros de que en muchos casos tales métodos no se observan, resultando de ello los más espantosos sufrimientos.

## **La Degradación de los Matarifes**

Debemos hablar también aquí de otro punto referente a la iniquidad que se comete al ser causa de la degradación y pecados de los demás. Si tuvieseis que emplear por vosotros mismos el cuchillo o el hacha para matar al animal antes que pudieseis alimentaros con su carne, comprenderíais al momento la repugnante naturaleza de semejante acto, y probablemente muy pronto rehusaríais ejecutarlo. ¿Quisieran asimismo las delicadas señoras que devoran sanguinolentos bistecs ver que sus hijos ejercen de matarifes? Si no es así, no les asiste entonces derecho alguno para colocar en manos de otros hijos de madre tan repugnante labor. No tenemos derecho alguno a exigir que otros hagan un trabajo que nosotros mismos rehusamos hacer. Quizás se dirá que nosotros no forzamos a nadie a que escoja ese abominable modo de vivir, pero argumentar así es un mero subterfugio, puesto que al comer el horrible alimento pedimos, por este simple hecho, que alguien se embrutezca; pedimos que alguien se degrade hasta descender a un nivel inferior al de un ser humano. No ignoráis que ha sido creado un cuerpo especial de hombres para atender a la demanda de este artículo, los cuales son miradas con una mal disimulada repugnancia. Es muy natural y lógico que aquellos que se embrutecen ejerciendo tan inmundada tarea, sean también brutales en todo lo demás. Son de índole salvaje y sanguinarios en sus disputas. He oído decir que en muchos casos de asesinato se ha visto que el criminal dio el golpe del cuchillo en la dirección peculiar que es característica en los matarifes. Creo que convendréis en que ésta es una labor horrible, y que si tomáis parte en tan repugnante negocio, siquiera no sea más que fomentándolo indirectamente, colocáis a otro hombre en situación de ejecutar un trabajo del cual no tenéis necesidad alguna, puesto que sólo sirve para gratificar vuestra sensualidad y pasiones, trabajo, por otra parte, que en manera alguna consentiríais hacer por vosotros mismos.

Debemos recordar, además, que tenemos la plena seguridad de que llegará un momento en que la paz universal y el mutuo afecto serán un hecho; llegará una edad de oro en que las guerras cesarán; un tiempo en que el hombre dejará de sentir la antipatía y la cólera, de suerte que todas las condiciones del mundo serán distintas de las que actualmente prevalecen. ¿No creéis que el reino animal participará también de los beneficios de esos felices tiempos que están por venir, y que la horrible pesadilla de la matanza en gran escala desaparecerá del mundo? Las naciones realmente civilizadas saben esto muy bien; pero los occidentales somos una raza joven todavía, y aún tenemos muchas de las 'crudezas irreflexivas propias de la juventud; de no ser así no permitiríamos ni por un solo momento que estas barbaridades se llevaran a cabo entre nosotros. No cabe la menor sombra de duda de que el futuro pertenece al vegetariano. Parece cosa indudable que en el futuro -y creo que dicho futuro no está muy lejano- miraremos los tiempos actuales con disgusto y con horror. A pesar de todos sus maravillosos descubrimientos, a pesar de su magnífica maquinaria y de las grandes fortunas que con ella se han hecho, estoy seguro que nuestros descendientes considerarán la época presente como muy relativamente civilizada, y en realidad muy poco distinta del salvajismo. Uno de los argumentos en que nuestros descendientes se apoyarán para calificarnos de semi salvajes será sin duda que permitimos entre nosotros esa innecesaria matanza en gran escala de inocentes animales; que con ella engordábamos y acumulábamos dinero; que organizábamos una clase especial de seres para que hiciese tan inmundo trabajo por nosotros, y que no se nos subieron los colores al rostro de aprovecharnos de los resultados de su degradación. Todas estas consideraciones sólo se refieren al plano físico. Permittedme ahora que os exponga algo referente al lado oculto de este asunto. Hasta aquí os he presentado un gran número de datos que creo fidedignos, los cuales podéis comprobar por vosotros mismos. Podéis leer las declaraciones que acerca de estas materias han hecho un buen número de doctores y hombres científicos. Podéis comprobar el lado económico del asunto. Podéis ir y ver, si así os place, de qué modo todas estas distintas clases de hombres se arreglan para vivir con tan felices resultados del alimento vegetal. Todo cuanto he dicho hasta aquí podéis comprobarlo. Pero ahora voy a dejar el campo de la ordinaria argumentación física, y a conducirlos a un nivel en donde, como es muy natural, sólo tendréis por norma y guía el testimonio de aquellos que han explorado estos elevados reinos. Estudiemos, pues, ahora el lado oculto del asunto.

## **Razones Ocultas**

Bajo el citado título tenemos también dos clases de razones: las que se refieren a nosotros mismos y a nuestro desarrollo, y las que se relacionan con el gran esquema de la evolución, y con nuestro deber para con ella. Así, pues, podemos clasificarlas una vez más de egoístas y antiegoístas, si bien en un nivel mucho más elevado que el anterior. Creo que en la primera parte de esta conferencia he demostrado hasta la evidencia la bondad del régimen vegetariano. Todas las consideraciones y datos aducidos son de una naturaleza tal que nada absolutamente se puede objetar en contra suya. Esto sucede aún con mayor motivo cuando estudiamos el lado oculto de nuestro asunto. Existen algunos estudiantes que rozan los linderos del ocultismo que no están todavía preparados para seguir estrictamente sus prescripciones, por cuyo motivo rechazan sus enseñanzas cuando están en oposición con sus costumbres y deseos personales. Algunos de ellos sostienen que la cuestión del alimento tiene una importancia muy relativa desde el punto de vista oculto. Sin embargo, la opinión unánime de todas las grandes escuelas de ocultismo, así de las antiguas como de las modernas, es bien clara y definida acerca de este punto, y todas ellas convienen en que para todo verdadero progreso es indispensable una absoluta pureza, lo mismo en el plano físico y por lo que al alimento se refiere, que en otros niveles más elevados.

En anteriores conferencias he hablado con bastante profusión de detalles acerca de la existencia de diferentes planos en la naturaleza, así como del vasto mundo invisible que nos rodea. También he tenido ocasión de hacer notar con frecuencia que el hombre posee en sí mismo materia perteneciente a todos estos elevados planos, de suerte que está provisto de un vehículo que corresponde con cada uno de ellos, por medio de los cuales puede obrar y recibir impresiones. ¿Pueden estos elevados vehículos del hombre ser afectados en algún modo por el alimento que entra en el cuerpo físico con el cual están ellos tan estrechamente unidos? No cabe duda de que debido a esta estrecha conexión así sucede. La materia física del hombre está en estrecho contacto con la materia astral y mental del mismo, tanto que hasta cierto punto cada una de ellas es una

contraparte de la otra. Existen muchas clases y grados de densidad en la materia astral, por cuyo motivo es muy posible que un hombre posea un cuerpo astral compuesto de partículas muy bastas y groseras, del mismo modo que otro puede poseer un cuerpo constituido por partículas mucho más sutiles y delicadas. Como sea que el cuerpo astral es el vehículo de las emociones, pasiones y sensaciones, de aquí se sigue que el hombre cuyo cuerpo astral es de un tipo grosero, se hallará con preferencia inclinado a las pasiones y emociones más groseras, al igual que el hombre que posee un cuerpo astral sutil hallará que sus partículas vibran con mayor facilidad en respuesta a las más elevadas y sutiles aspiraciones y emociones. Por la mencionada razón el hombre que alimenta su cuerpo físico con materiales groseros, introduce por este solo hecho en su cuerpo astral, como lo ha hecho en su contraparte el físico, materia de un tipo grosero y repugnante.

Nadie ignora que el hombre que come carne con exceso presenta, físicamente hablando, un tipo excesivamente antipático y grosero. Esto no sólo significa que el cuerpo físico se halla en un estado poco apetecible, sino también que aquellas partes del hombre que son invisibles a nuestra vista ordinaria, esto es, los cuerpos astral y mental, no se hallan en mejores condiciones. Así, pues, el hombre que se construye un cuerpo físico grosero e impuro se construye también al mismo tiempo un cuerpo astral y mental de esta misma naturaleza. El hecho de referencia es visible al momento para un clarividente desarrollado. El hombre que puede ver esos elevados vehículos al momento se da cuenta de los efectos que sobre ellos producen las impurezas del vehículo inferior; al momento ve la diferencia que existe entre el hombre que nutre su vehículo físico con materiales puros y el hombre que se alimenta de impura y marchita carne. Veamos hasta qué punto esta diferencia afecta la evolución del hombre.

## **Vehículos Impuros**

Es evidente que el deber del hombre con respecto a sí mismo es el de desarrollar todos sus diferentes vehículos tanto como le sea posible, a fin de hacerlos instrumentos perfectos del alma. Existe una etapa todavía más elevada en la cual el alma misma se educa para ser un instrumento útil en manos del Logos, un canal perfecto por donde fluye la gracia divina. Pero el primer paso hacia tan elevada meta consiste en que el alma debe aprender a dominar por completo sus vehículos inferiores, de modo que no surja en ellos ningún pensamiento o sentimiento excepto aquellos que ella permita. Todos esos vehículos deben, por lo tanto, hallarse en el mayor grado posible de perfección; deben ser puros y sin mancilla, y es evidente que eso no puede conseguirse: en tanto que el hombre nutra su vehículo físico con materiales impuros. El cuerpo físico y sus sensaciones y percepciones no pueden hallarse en su mayor grado de pureza a menos que el alimento sea puro. Cualquiera que adopte el régimen vegetariano, pronto principiará a notar que su gusto y olfato son mucho más sutiles que lo eran cuando se alimentaba de carne, y que ahora puede percibir un sabor delicado en alimentos que, como el arroz y el trigo, había creído antes que eran insípidos.

Lo mismo puede decirse con mucho mayor motivo con respecto a los vehículos superiores. Sus sentidos tampoco pueden ser sutiles y delicados si se introduce materia impura y grosera en ellos, pues cualquier impureza los estorba y embota, y así se le hace mucho más difícil al alma el poder emplearlos. Este es un hecho que ha sido constantemente reconocido por el estudiante de ocultismo. Por esto veréis que todos aquellos que en la antigüedad eran admitidos en los Misterios, eran siempre hombres de la más exaltada pureza y, por supuesto, vegetarianos. El régimen carnívoro es fatal en absoluto a todo verdadero progreso, y aquellos que lo adoptan colocan muy serios a la vez que innecesarios obstáculos en su camino.

Me consta que existen otras y todavía más elevadas razones que son de una importancia mucho mayor que las del plano físico, y que la pureza del corazón y del alma es más importante al hombre que la del cuerpo. Sin embargo, no hay motivo alguno para

que no debemos poseer ambas a la vez, puesto que la una es consecuencia natural de la otra, y la superior debe incluir a la inferior. Bastantes dificultades existen en el camino que conduce al dominio y desarrollo de uno mismo, y es una verdadera locura añadir otra de no escasa importancia a la lista. Aunque es innegable que un corazón puro nos servirá de mayor provecho que un cuerpo asimismo puro, esto no obstante, es indudable que este último puede sernos de gran utilidad, puesto que ninguno de nosotros está tan avanzado en el camino de la espiritualidad, que pueda permitirse prescindir del considerable apoyo que el cuerpo puede prestarnos. Todo lo que hace nuestro sendero más difícil y penoso de lo que naturalmente debe ser, es evidentemente algo que debe ser evitado. El nutrir el cuerpo con carne hace de él un pésimo instrumento, y de este modo se colocan obstáculos en el camino del alma, puesto que se intensifican todos los elementos groseros y todas las pasiones bastardas pertenecientes a los planos inferiores.

No es éste grave efecto el único sobre el cual durante la vida física debemos reflexionar. Si el hombre alimenta su cuerpo con manjares impuros, por este solo hecho se construye un cuerpo astral de una naturaleza grosera e impura y, como recordaremos, en este degradado vehículo debe pasar la primera parte de su vida después de la muerte. Debido a que ha construido su cuerpo astral con materiales groseros, se verá rodeado de toda clase de entidades de un tipo nada apetecible, las cuales de sus vehículos harán su casa, puesto que responderá fácilmente a sus más bajas pasiones. Si el hombre se nutre de materiales impuros, no sólo sus pasiones animales son más fácilmente excitadas acá en la tierra, sino que después de la muerte tendrá que sufrir agudamente a causa de ellas.. De nuevo vemos aquí, aun considerando este asunto sólo desde el punto de vista egoísta, cuántas razones ocultas existen que demuestran la necesidad de nutrirse de alimentos puros. Cuando la visión superior examina el problema, nos demuestra de una manera todavía más vívida cuán repugnante y perjudicial es el comer carne, puesto que intensifica en nosotros todo aquello de lo cual debemos procurar libramos y, por lo tanto, desde el punto de vista del progreso, esa malhadada costumbre debe ser abandonada al momento y para siempre.

## **Deberes del Hombre para con la Naturaleza**

Hay, además, el lado antiegoísta de esta cuestión, el cual es mucho más importante, y es el que se refiere a los deberes del hombre para con la naturaleza. Todas las religiones enseñan que el hombre debe siempre conformarse con la voluntad de Dios; que debe colocarse constantemente al lado del bien y combatir el mal; que debe favorecer la evolución en contra del retroceso. El hombre que se coloca al lado de la evolución comprende al momento la iniquidad que se comete al destruir la vida, pues sabe que del mismo modo que él se halla aquí en la tierra en este cuerpo físico para aprender las lecciones que este plano puede enseñarle, de la propia suerte el animal habita su cuerpo con el mismo objeto, puesto que por medio del mismo obtiene la correspondiente experiencia en su mucho más inferior etapa de desarrollo. Sabe que la vida que mora en el interior del animal es Vida Divina, y que toda vida en el mundo es Divina. Los animales son, por lo tanto, nuestros hermanos, aunque son hermanos más jóvenes, y a nosotros no nos asiste derecho alguno para disponer de sus vidas con el fin de satisfacer nuestros perversos gustos; no tenemos derecho alguno a causarles indecibles sufrimientos y una lenta agonía sólo para gratificar nuestra degradada y detestable sensualidad.

Con nuestro mal llamado "sport", y con nuestras matanzas en gran escala, hemos llevado las cosas a un punto en que todos los animales huyen a nuestra vista. ¿Es ésta la fraternidad universal de todas las criaturas de Dios? ¿Es ésta vuestra idea de la edad de oro que en lo futuro ha de imperar en el mundo, cuando toda criatura viviente huye a la presencia del hombre a causa de sus sanguinarios instintos? Por efecto de nuestro inhumano modo de proceder fluye constantemente sobre nosotros una corriente malsana; se produce un efecto que sólo podríais comprender si os fuese posible percibirlo con la visión de los planos superiores. Cada uno de esos animales que tan bárbaramente sacrificáis tiene sus peculiares pensamientos y sentimientos con

respecto a ese cruel acto, y siente horror, pena e indignación, así como una intensa aunque inexplicable percepción de la iniquidad que con él se comete. Toda la atmósfera que nos rodea está saturada de estas corrientes de angustia y dolor. Últimamente he oído decir a dos personas psíquicamente desarrolladas que percibían la inmundicia y terrible aura que rodea a Chicago aun a varias millas de distancia. Lo mismo me dijo hace algunos años en Inglaterra Mrs. Besant, la cual mucho tiempo antes de llegar a la vista de Chicago sintió el horror de la repugnante atmósfera que en él se respira, así como que se apoderaba de ella una terrible angustia por cuyo motivo preguntó: "¿En dónde estamos, y por qué motivo se percibe aquí esta penosa sensación en el aire?" El poder percibir estos efectos de un modo tan vívido no está al alcance de las personas poco desarrolladas; sin embargo, aunque no todos los habitantes sean directamente conscientes de ellos, y no puedan percibirlos como Mrs. Besant, esto no obstante pueden tener la seguridad de que por su causa sufren inconscientemente, y que las terribles vibraciones de horror, espanto e injusticias, repercuten sobre ellos aunque no se den cuenta del fenómeno.

## **Desastrosos Resultados Invisibles**

Las enfermedades nerviosas y el profundo malestar y debilidad tan comunes son debidos en gran parte a esta pernicioso influencia que a manera de una plaga se esparce sobre la ciudad. Ignoro cuántos millares de animales se sacrifican diariamente, pero sé que su número es muy crecido. Tened en cuenta que cada uno de esos seres es una entidad definida, aunque no una individualidad permanente que se reencarna como la vuestra o la mía, sino una entidad que vive en el plano astral y persiste allí durante un largo período de tiempo. Hacedos cargo de que cada uno de ellos emite constantemente sus sentimientos de indignación y de horror por todas las injusticias y tormentos de que ha sido víctima. Tratad de comprender por vosotros mismos cuál ha de ser la terrible y nauseabunda naturaleza de la atmósfera que existe en torno de los mataderos. Recordad que un clarividente puede ver la inmensa hueste de esas almas animales, y que percibe lo muy enérgicos que son sus pensamientos de horror y venganza, y de qué modo éstos se precipitan sobre la raza humana. Tales sentimientos reaccionan en primer término sobre aquellos que son menos fuertes para resistirlos; sobre los niños, los cuales son más delicados y sensibles que el adulto empedernido. Esta ciudad es un sitio muy infecto e inmoral para educar niños; es un sitio en donde así la atmósfera física como la psíquica están saturadas de vapores de sangre y de toda suerte de impurezas.

Días pasados leí un artículo en el que se decía que el nauseabundo olor que despiden los mataderos de Chicago, y que a manera de peste fatal se extiende por la ciudad entera, no es después de todo la más mortífera influencia que se desprende de este infierno cristiano de los animales, aunque es el hálito de una muerte segura para muchos hijos de familia. Los mataderos no sólo son un antro pestilencial para los cuerpos de los niños, sino también para sus almas. No sólo se emplea a los niños en las faenas más repugnantes y crueles, sino que todos sus pensamientos son dirigidos hacia la comisión del asesinato a veces se encuentra alguno demasiado sensible para poder soportar el espectáculo y los gritos de esta incesante y espantosa lucha entre la cruel sensualidad del hombre y el innegable derecho que toda criatura tiene a la vida. He leído que un muchacho, a quien un sacerdote había procurado una plaza en el matadero, volvía a su casa todos los días pálido y enfermo; perdió el apetito y no podía conciliar el sueño, hasta que al fin fue a ver al ministro del evangelio del compasivo Cristo, y le dijo que estaba dispuesto a morir de hambre si era necesario, pero que no le era posible volver a nadar en sangre un solo día más. Los horrores de la matanza le habían afectado de tal suerte que no podía conciliar el sueño. Sin embargo, son en gran número los muchachos que día tras día ven practicar esta matanza, hasta que al fin se endurecen lo bastante para convertirse a su vez en matarifes; puede suceder que algún día, en vez de degollar a un carnero o a un cerdo, maten a un hombre, en cuyo caso nosotros nos apresuramos a hacer otro tanto con ellos, creyendo que de este modo hacemos justicia.

He leído que una joven que practica muchas obras filantrópicas en el vecindario de los lazaretos, declara que lo que más le impresiona en los niños es que todos sus juegos consisten en matar, y que no tienen más miramientos para con los animales que los que tiene el matarife para con su víctima. Esta es la educación que los llamados Cristianos dan a

los niños en los mataderos, una educación que tiende diariamente al asesinato; y luego dichos Cristianos se sorprenden del crecido número de brutalidades y homicidios que tienen lugar en esta parte de la ciudad. A pesar de las mentadas brutalidades y crímenes que a diario se cometen, vuestro público Cristiano continúa murmurando tranquilamente sus oraciones, cantando sus salmos y escuchando sus sermones como si constantemente no se perpetrara semejantes ultrajes contra criaturas de Dios en esos inmundos antros de la perdición y del crimen. Seguramente la costumbre de comer carne ha producido la insensibilidad moral entre nosotros. ¿Creéis que obráis bien dando a vuestros futuros ciudadanos una semejante educación? Este modo de educar a la juventud produce inevitablemente resultados fatales en el plano físico; y desde el punto de vista oculto los produce todavía más terribles, puesto que el ocultista percibe los resultados psíquicos que se derivan de esta fatal costumbre; el ocultista ve de qué modo obran esas fuerzas sobre el pueblo, y cómo intensifican y estimulan toda suerte de crímenes; ve el centro de vicios y crímenes que habéis creado y ve también de qué modo la infección y pestilencia que del mismo proceden se esparcen gradualmente, hasta el punto que afectan al país entero, y aun a toda la llamada humanidad civilizada.

El mundo es afectado constantemente en muchos sentidos por este centro de vicios y crímenes que a la inmensa mayoría de las gentes no les es dable comprender en lo más mínimo. En la atmósfera existen constantemente sensaciones de terror sin causa que las justifique. Muchos de vuestros hijos sienten miedo, al parecer sin motivo alguno; están poseídos de terror sin saber por qué; tienen miedo en la oscuridad o cuando por algunos momentos se les deja solos. Existen poderosas fuerzas en torno nuestro de las cuales no podéis daros cuenta, ni podéis comprender que proceden de que toda la atmósfera está saturada de la hostilidad de los animales sacrificados. Todo cuanto existe en la creación está íntimamente relacionado y no podéis ejercer ni consentir esa matanza en vuestros hermanos más Jóvenes, sin que los efectos que de tan mala acción se derivan, repercutan terriblemente sobre vuestros propios inocentes hijos.

No cabe duda de que vendrán tiempos mejores en que esa horrible y asquerosa mancha desaparecerá de nuestra civilización; en que la nota infamante desaparecerá de nuestras costumbres. Cuando el momento llegue gozaremos desde luego de una notable mejora en el modo de ser de nuestra sociedad, y gradualmente nos elevaremos a un nivel en donde nos veremos libres de todos esos terrores y odios instintivos.

## **Los Tiempos Mejores que nos Aguardan**

Muy pronto podríamos vernos libres de esta plaga, bastando para ello que los hombres y mujeres quisieran reflexionar, puesto que, después de todo, el común de los hombres no son meros brutos y tienen por lo tanto medios para ser buenos si saben como pueden lograrlo. Pero el hombre no reflexiona, y días tras día continúa haciendo lo mismo sin comprender que constantemente toma parte en un terrible crimen. Sea como fuere, los hechos son hechos, y no hay modo de evadir sus efectos. Todos aquellos que toman parte en esta abominación ayudan a fomentar la extensión del crimen y, por lo tanto, debe alcanzarles la correspondiente responsabilidad. Vosotros sabéis que esto es así, por cuyo motivo podéis ver la terrible responsabilidad que os incumbe. Pero quizás me diréis: ¿Qué podemos hacer nosotros para mejorar la situación; nosotros que sólo somos simples unidades en medio de esa inmensa masa humana? Sólo por medio de unidades que se eleven por encima del nivel de la masa común, y que sean más civilizadas que el resto de

los individuos, es como conseguiremos al fin una civilización más elevada de la raza como un todo. Debe venir una Edad de Oro, no sólo para el hombre, sino también para los reinos inferiores; debe llegar un tiempo en que la humanidad comprenderá sus deberes para con sus hermanos más jóvenes. Entonces no los destruirá, sino que los ayudará e instruirá, y de este modo recibiremos de ellos, no sensaciones de terror y de odio, sino vibraciones de amor, de afecto y amistad, así como una razonable y justa cooperación. Llegará un momento en que todas las fuerzas de la Naturaleza trabajarán inteligentemente unidas para alcanzar la meta final, pero no con la desconfianza y lucha constante que caracteriza la época actual, sino con la universal aceptación de aquella Fraternidad que todo lo comprende y abarca, puesto que todos somos hijos del mismo Altísimo y Todopoderoso Padre.

Hagamos cuando menos el experimento; no queramos ser cómplices de esos repugnantes crímenes; esforcémonos todos en nuestro reducido círculo para hacer que llegue cuanto antes la hermosa era de paz y de amor que es el sueño dorado y el deseo más ardiente de todo hombre de corazón verdaderamente noble y generoso. Debemos a lo menos hacer este pequeño sacrificio a fin de que el mundo marche con toda la celeridad posible hacia su glorioso futuro. Debemos ser puros; nuestros pensamientos, acciones y alimento deben ser puros, de suerte que, así por medio del ejemplo como por medio de la palabra, debemos difundir el evangelio del amor y compasión hacia toda criatura viviente, y poner de una vez fin al reinado de la brutalidad y del terror, para apresurar de este modo el advenimiento del gran reino de la justicia y del amor, en el cual la voluntad de nuestro Padre se hará en la tierra como se hace en el cielo.