

# Libre de contagio



**The Christian Science Publishing Society**

210 Massachusetts Avenue, Boston, Massachusetts 02115 USA

*“Amados Científicos Cristianos: Mantened la mente tan llena de Verdad y Amor que el pecado, la enfermedad y la muerte no puedan entrar en ella. Es evidente que nada se puede añadir a la mente que ya está colmada. No hay puerta por la cual pueda entrar el mal, ni espacio que el mal pueda ocupar en una mente plena de bondad. ... Y no solo vosotros estáis a salvo, sino que todos aquellos en quienes reposan vuestros pensamientos también son por ello beneficiados”.*

*Mary Baker Eddy*

La Primera Iglesia de Cristo, Científico, y Miscelánea, pág. 210

## Índice

Podemos orar ante la amenaza del contagio . . . . .	2
<i>Kevin Graunke</i>	
La salud verdadera . . . . .	3
<i>L. Ivimy Gwalter</i>	
Un pronóstico no es la palabra final . . . . .	6
<i>Judith Hedrick</i>	
No clasifiquen las enfermedades . . . . .	8
<i>Paul Stark Seeley</i>	
Cortemos de raíz la enfermedad . . . . .	9
<i>Bea Roegge</i>	

El diseño del colofón es una marca registrada de The Christian Science Publishing Society, registrada en los Estados Unidos de América y en otros países.

**Libre de contagio | Free from Contagion**  
Edición en español | Spanish Edition

Edición en español © 2020 The Christian Science Publishing Society  
Todos los derechos reservados. Para consultas sobre la marca registrada comunicarse con [permissions@csps.com](mailto:permissions@csps.com).

A menos que se indique lo contrario, los textos bíblicos han sido tomados de la versión Reina-Valera © 1960 Sociedades Bíblicas en América Latina; © renovado 1988 Sociedades Bíblicas Unidas. Utilizado con permiso. Reina-Valera 1960 ® es una marca registrada de American Bible Society, y se puede usar solamente bajo licencia.

# Podemos orar ante la amenaza del contagio

“¡Hoy, por única vez! ¡Vacunación gratuita contra la gripe!”

Las grandes banderas flameaban con la brisa de fines del otoño y parecían ser eficaces. Muchos autos estaban entrando a la gran cadena de farmacias cerca de mi casa. Al pasar con el coche, pensé cuán fácil es suponer que es natural, hasta inevitable, contraer enfermedades contagiosas, especialmente durante el invierno.

Cuidar de nuestra salud es importante. Para muchas personas, las vacunaciones y prescripciones según la estación del año son una forma de hacerlo, y yo ciertamente respeto y apoyo a quienes toman esa decisión. Pero en mi propia experiencia, he descubierto que por medio de la Ciencia Cristiana es posible desafiar de modo permanente las suposiciones de que puedo enfermarme, y hacerlo me ha traído una salud más estable y duradera. La oración basada en la comprensión espiritual de Dios siempre ha sido una forma eficaz y confiable de cuidar de mi salud.

¿Te preguntas cómo puede ayudar este tipo de oración? En mi experiencia personal, he visto que esta oración nos hace estar conscientes de un punto de vista radicalmente diferente de nuestra vida y del mundo a nuestro alrededor. Esta perspectiva espiritual se basa en reconocer a Dios como la Vida divina; totalmente buena y la fuente de toda armonía. Puesto que la Vida es del todo buena, causa solo el bien y mantiene la armonía en toda su creación, es, por lo tanto, el origen de la salud, en lugar de la enfermedad, de la vitalidad, en lugar de la vulnerabilidad. Y cuando este hecho es comprendido, tiene efectos prácticos, entre ellos, es una protección contra el contagio.

Si bien quizá generalmente pensemos que la salud es una condición variable de un cuerpo físico, es, de hecho, una cualidad espiritual invariable cuya fuente es Dios. Es permanente. Él la sostiene y la mantiene en cada uno de nosotros en todas las estaciones y circunstancias. Y podemos probar esto en nuestra vida diaria de una manera que nos permite comenzar a sentir que la salud, no la enfermedad, es lo normal.

Podemos enfrentar el temor a “pescarnos” algo manteniendo con firmeza no solo lo que es verdad

acerca de Dios, sino también algunas verdades básicas acerca de nosotros mismos; por ejemplo, que Dios por ser la Vida divina nos hizo a imagen de la Vida; la expresión misma de todo lo que es la Vida divina. Así que, como la imagen de la Vida que es Dios, nunca podríamos ceder a ser menos que la representación exacta de esta Vida perfecta: espiritual y sana, segura y vital en todas las estaciones del año.

Este tipo de defensa centrada por medio de la oración es algo que podemos emprender a diario, para que todo nuestro concepto acerca de la vida comience a cambiar. Empezamos a vernos a nosotros mismos más constantemente como la semejanza de esta Vida divina; como fundamentalmente espirituales e invulnerables. Esto nos capacita para combatir el temor a enfermarnos y para rebatir las numerosas y tan generalizadas suposiciones acerca del contagio. Nos permite refutar rápida y eficazmente todo detalle acerca de las enfermedades infecciosas que nos llega, ya sea través de las noticias, las conversaciones durante el almuerzo o los medios sociales; o incluso los pensamientos que parecen ser nuestros.

Esto es más que mero pensamiento positivo. Es la clase de oración que Mary Baker Eddy, la Descubridora de la Ciencia Cristiana, le atribuye a Cristo Jesús cuando dice que “eran declaraciones profundas y concienzudas de la Verdad, de la semejanza del hombre con Dios y de la unidad del hombre con la Verdad y el Amor”.<sup>1</sup> La gente me ha preguntado si ese tipo de oraciones “profundas y concienzudas” pueden realmente ser eficaces tanto para prevenir como para lidiar con el contagio. Siento gratitud porque puedo responder que sí. Lo son, y lo he visto en mi propia vida.

Durante años, me había preocupado el hecho de contraer un resfrío o tal vez una gripe durante el invierno. Y a veces así fue. Pero al profundizar mis propias “declaraciones de la Verdad” y mi comprensión mediante la oración, he podido contrarrestar ese temor y vencer la sugestión de que el contagio es inevitable, al ver y aceptar únicamente la creación perfecta de Dios; solo Su naturaleza como la Vida divina expresada en vitalidad, salud y libertad. A medida que he comprendido más acerca de la omnipotencia divina, y la impotencia de todo lo que es desemejante a

Dios, mis preocupaciones por las estaciones y la aparición de resfríos y síntomas de gripe se han disuelto gradualmente, y me he sentido alentado por el hecho de que ya hace varios años que no tengo ningún síntoma de enfermedades relativas a las estaciones o contagiosas.

¿Coincidencia? ¿Buena suerte? ¿Evidencias de una “constitución saludable”? La verdad es que pienso que esta libertad que acabo de encontrar confirma y afirma la realidad espiritual de que Dios mantiene nuestra salud e integridad.

¿Qué nos impediría reconocer esto? He descubierto que es útil considerar los elementos mentales que pueden pesar en contra de nuestra convicción de que la salud es realmente nuestro estado natural de la existencia, y una de esas influencias es el temor. Por ejemplo, la exposición constante a la cobertura de los medios acerca de las enfermedades contagiosas puede avivar el frenesí del temor y realmente tener un impacto negativo en la salud humana. *Ciencia y Salud* habla claramente

acerca de este tema cuando dice: “El temor es la fuente de la enfermedad, ...”.<sup>2</sup>

En vista del ciclo de 24 horas de noticias en la actualidad, me parece obvio que podemos experimentar un impacto positivo al tomar a diario una “dosis” de la paz y el poder de la claridad y la integridad espirituales que posee cada uno. La oración puede sacarnos del torbellino del temor, y ser una influencia sanadora y tranquilizadora en nuestras comunidades también.

Por más extendido que pueda estar un contagio—incluso si rodea todo el globo— nunca será más poderoso que la presencia intacta de la Vida divina que todo lo envuelve, que nos abraza a cada uno de nosotros en su seguridad y cuidado. Y nuestro constante reconocimiento de este hecho para todos, en todas partes, hace posible, aquí y ahora, que veamos evidencias de que solo Dios verdaderamente gobierna y sostiene nuestra salud.

Kevin Graunke

---

Publicado originalmente en inglés en el sitio Web de JSH-Online el 28 de enero de 2020, y luego en el número del 9 de marzo de 2020 del *Christian Science Sentinel*.

<sup>1</sup> Mary Baker Eddy, *Ciencia y Salud con la Llave de las Escrituras*, pág. 12.

<sup>2</sup> *Ibid.*, pág. 391.

## La salud verdadera

*Nota de la Redacción: Este artículo, publicado originalmente en 1953, ofrece una perspectiva imperecedera acerca de las ideas espirituales que continúan elevando el pensamiento y trayendo curación.*

Un Científico Cristiano había venido gozando de buena salud casi constantemente por un largo período de tiempo atribuyéndolo a la comprensión que había ganado mediante su estudio de la Ciencia Cristiana, de que Dios es la única Vida, por lo cual había dado por sentada su salud. Pero llegó la hora en que halló necesario fundar su concepto de la salud en los cimientos seguros de la demostración científicamente cristiana. Las

sugestiones mentales agresivas le asaltaban inundando su pensamiento: Tu salud está minada, ya no estás sano, puede ser que no recobres tu salud, y así sucesivamente. Pero como una bendición que lo reafirmaba le vinieron las palabras de Isaías: “Vendrá el enemigo como río, mas el Espíritu del Señor levantará bandera contra él”.<sup>1</sup> Y así sucedió.

Mary Baker Eddy, la Descubridora y Fundadora de la Ciencia Cristiana, escribe en su libro de texto, *Ciencia y Salud con la Llave de las Escrituras*: “Es tan necesario para una ilusión de salud, como para una ilusión de enfermedad, ser instruida a salir de sí misma hacia la comprensión

de lo que constituye la salud; pues un cambio tanto en una creencia de salud como en una creencia de enfermedad afecta la condición física”.<sup>2</sup> Una creencia en la salud basada en la ilusión de que la salud es una condición física no es más estable ni real que una creencia en la enfermedad, pues ambas se edifican sobre la arena de la variabilidad humana, sin fundarse en la Verdad.

¿Qué es la salud entonces, y dónde la podemos encontrar? La Ciencia Cristiana revela que la salud es una condición de la Mente que es Dios, el Espíritu, no de la materia. Por lo tanto, la salud científica es espiritual y emana de Dios. Se la halla en la comprensión de Dios y existe completamente aparte de las supuestas condiciones de la materia. La salud está relacionada con la santidad; las palabras salud, santo y sano se derivan de la misma raíz latina.

Cristo Jesús ilustró la naturaleza espiritual de la salud. Los Evangelios relatan con sencilla naturalidad cómo sanaban las multitudes por medio del tierno socorro del gran Médico. Su palabra disipaba el mesmerismo, poniendo en libertad a los cautivos. Cuando sanó al paralítico le dijo: “Hombre, tus pecados te son perdonados”,<sup>3</sup> mostrando así que la salud verdadera está relacionada con la santidad, no es simplemente librarse de la esclavitud física. Jesús demostró que la ley de Dios es la ley del Amor, no la ley del castigo, y no reconoció ninguna ley secundaria capaz de resistir la ley divina. Él no aceptó ninguna evidencia de los sentidos físicos, sino que las refutó apoyándose en que eran desemejantes a Dios, y por lo mismo, ilegítimas e irreales. Él sabía que Dios es el único poder, y que Dios, el bien, es tan incapaz de causar mal como de experimentarlo Él mismo; por tanto, sabía que Dios no es el autor de la enfermedad. A los que por haberse adherido constantemente a sus enseñanzas vinieron a ser sus discípulos, él les prometió: “Conoceréis la verdad, y la verdad os hará libres”.<sup>4</sup> Jesús nunca transigió con el error. Nunca dio remedios materiales. Él probó que la salud está siempre presente e intacta, simplemente a la espera de ser revelada mediante la comprensión de Dios que uno adquiera.

La Sra. Eddy define la salud de esta manera: “La consciencia verdadera es la salud verdadera”.<sup>5</sup> Examinemos esta declaración para ver adónde nos lleva: Puesto que Dios es la Mente, sólo hay una Mente, y por lo tanto, solo puede haber una consciencia, a saber: La consciencia

que tiene la Mente de sí misma. Esta consciencia no puede estar consciente ni experimentar lo que no es semejante a Dios, puesto que Dios no sabe ni experimenta nada más allá de Sí mismo. Dice la Sra. Eddy: “El hombre y su Hacedor están correlacionados en la Ciencia divina, y la consciencia verdadera sólo tiene conocimiento de las cosas de Dios”.<sup>6</sup> Nada existe fuera del infinito. Por consiguiente, la consciencia es infinita; es la consciencia que la Mente tiene de sí misma como Vida, Alma, Espíritu, Principio, Verdad y Amor. Así que la consciencia verdadera, o sea, la salud verdadera, es la consciencia que Dios tiene de Sí mismo reflejada en la armonía de Su creación; la consciencia o experiencia que Dios tiene de la Vida ilimitada, sin comienzo ni fin; de la belleza trascendental del Alma, sin mácula ni defecto; de la energía vibrante del Espíritu, la invariabilidad del Principio, la sustancia de la Verdad, el bienestar del Amor.

La salud no puede fluctuar. El hombre es la manifestación de la salud, y tan inseparable de la salud como lo es de Dios. No puede perderse la salud, como tampoco Dios puede perderse. Es incorruptible, inagotable, incólume. Nunca puede quebrantarse ni degenerar en enfermedad, nunca puede ser contagiada. El ser del hombre, reflejo del ser de Dios, está exento de veneno, de defecto o de dolor, es perfecto en su fuerza y en su libertad de acción. El ser es el ritmo del Alma; por tanto, cada función del ser es normal, sin dolor, sin dificultad, natural. El ser es incapaz de congestión o de interrupción, de inflamación o deterioro. No hay obstrucción en la salud puesto que no la hay en la consciencia. No hay parálisis porque la Mente, o sea, la consciencia, es movimiento perpetuo. “La consciencia verdadera es la salud verdadera”.

La salud no es inherente al cuerpo físico, no la rige ninguna ley física ni la determinan las creencias hereditarias. La salud es la expresión que Dios irradia de la armonía. El hombre no tiene salud independientemente de Dios; por tanto, Dios es responsable de la salud del hombre. Además, puesto que hay solo una consciencia, no hay más que una salud, siempre completa y siempre buena. No hay salud parcial, puesto que no hay consciencia parcial ni Mente parcial. No hay grados de salud. La Mente o la Vida se expresa plenamente en cada ocasión. No hay deterioro ni descomposición en la Mente. La consciencia nunca decae en la inconsciencia; la salud nunca decae en la enfermedad.

La salud nunca se estanca; nunca envejece; nunca se desgasta. No se localiza: es infinita. No hay más salud en una parte que en otra. La salud no está sujeta a condiciones atmosféricas, a temperaturas ni altitudes. El clima nada tiene que ver con la salud.

Puesto que la salud es infinita, es universal. Así mismo, por ser infinita, nunca se ha perdido; por lo tanto no hay que recuperarla. Nunca es incierta la salud. El hombre no depende de su salud para ser eficiente; por depender únicamente de Dios, el hombre manifiesta la salud que Dios expresa. Puesto que el hombre refleja el infinito, nunca es víctima del agotamiento. La capacidad ilimitada de la Vida nunca se desgasta, nunca se arruina, nunca se retrasa. El hombre no es más susceptible de degradarse de lo que Dios es; nunca está postrado porque la Mente, su Mente o consciencia, está constantemente activa y es por siempre inteligente, por siempre libre, expresando siempre la jubilosa vivacidad del Alma.

La salud no es algo sobre que teorizar: es una realidad espiritual que exige demostración. La Sra. Eddy indica que toda enfermedad se basa en el temor, la ignorancia o el pecado.<sup>7</sup> Y así lo probó Jesús, como lo demuestran sus obras sanadoras. Todo estado o condición errónea es el resultado de la falsa educación. De ahí que algunas enfermedades se consideren contagiosas y otras fatales. En todo caso la mente mortal determina el curso y pronuncia la sentencia, y el remedio infinito y siempre disponible es la Mente pura. Dios nada sabe de enfermedades curables o incurables. Él no sabe de hombre alguno que necesite curación. Él se goza en Su propia expresión del bien sin restricciones.

Una pequeña Científica Cristiana, instruida en la Escuela Dominical de la Ciencia Cristiana en la amable naturalidad del bien, fue una vez a visitar a una amiguita que no era Científica Cristiana. La madre de su amiguita abrió la puerta y de inmediato le pidió a la visitante que se fuera, diciéndole que se enfermaría si entraba, ya que la otra niña estaba enferma. Con lógica sencillez preguntaba después la pequeña Científica Cristiana a su madre: “Pero, mamá, si Alicia está enferma y yo estoy sana, ¿por qué habría de enfermarme yo porque ella esté enferma? ¿Por qué no habría de sanar ella debido a que yo estoy sana?”. Muchos años después aquella niña, siendo ya adulta, descubrió este mismo modo de razonar en el artículo de la Sra. Eddy titulado “Contagio” en sus *Escritos Misceláneos*.<sup>8</sup>

El fundamento seguro de la salud es la unión inexpugnable entre Dios y el hombre, entre la Mente y su idea. Una Mente sin idea no tendría entidad; una idea sin la Mente sería una imposibilidad. Por lo tanto, la idea no tiene existencia separada de la Mente; nunca sale fuera de la Mente; no tiene otra sustancia que la de la Mente, ni entidad ni ego independientes de la Mente. Sería tan imposible que la Mente pura produjera una idea impura como que la Mente tuviera dentro de sí una idea capaz de corromperse o contaminarse. Por consiguiente, la salud es inherente a la idea de Dios, la idea que por siempre manifiesta la belleza del Alma y la santidad del Amor. La consciencia que Dios tiene de Su totalidad es la única consciencia verdadera, y esta consciencia verdadera es la salud verdadera, la salud eternamente intacta.

L. Ivimy Gwalter

---

Publicado originalmente en el número de julio de 1953 de *The Christian Science Journal*.

<sup>1</sup> Isaías 59:19, según la versión King James de la Biblia.

<sup>2</sup> Mary Baker Eddy, *Ciencia y Salud con la Llave de las Escrituras*, pág. 297.

<sup>3</sup> Lucas 5:20.

<sup>4</sup> Juan 8:32.

<sup>5</sup> Mary Baker Eddy, *Escritos Misceláneos 1883-1896*, pág. 298.

<sup>6</sup> *Ciencia y Salud*, pág. 276.

<sup>7</sup> Véase *Ibid.*, pág. 411.

<sup>8</sup> Véase *Escritos Misceláneos*, pág. 229.

# Un pronóstico no es la palabra final

Es probable que enfrentemos todo tipo de pronósticos acerca de nuestra salud, carrera y bienestar en general, así como de las condiciones del tiempo, la economía y el gobierno. Pero en la Ciencia Cristiana he aprendido que, en lugar de sentirnos limitados por un pronóstico, podemos buscar en el Cristo “la palabra profética más segura”, como una luz que brilla en los lugares tenebrosos del temor humano, para revelar la amorosa provisión que Dios tiene para todos.

Un pronóstico tiene un origen y un alcance materiales, basados en el conocimiento que se obtiene al mirar el cuadro material, en lugar de recurrir a Dios, el Espíritu, que es Todo. El que hace el pronóstico compara los datos físicos actuales con las pautas de lo que ocurrió en el pasado, determina una serie de resultados posibles, y elige lo que parece más probable. Por más científico que parezca ser un pronóstico, la premisa es fundamentalmente inexacta, porque la observación y las leyes materiales no aluden a los hechos espirituales de la existencia.

No obstante, una profecía es espiritual en origen y en alcance. Surge de un hecho, una revelación de la Verdad divina. En la Segunda Epístola de Pedro, leemos: “Tenemos también la palabra profética más segura, a la cual hacéis bien en estar atentos como a una antorcha que alumbrá en lugar oscuro, hasta que el día esclarezca y el lucero de la mañana salga en vuestros corazones; ... porque nunca la profecía fue traída por voluntad humana, sino que los santos hombres de Dios hablaron siendo inspirados por el Espíritu Santo”.<sup>1</sup>

Profetas como Moisés, Elías, Eliseo e Isaías —y sobre todo, Cristo Jesús, el Profeta de Galilea— eran movidos por el Espíritu divino. Ellos no recurrían a la creencia mortal o a los sentidos materiales para tener discernimiento espiritual. Mary Baker Eddy, la Descubridora y Fundadora de la Ciencia Cristiana escribió: “Los antiguos profetas obtenían su previsión desde un punto de vista espiritual e incorpóreo, no por presagiar el mal ni por confundir la realidad con la ficción, prediciendo el futuro desde una base de corporalidad y de creencias humanas”.<sup>2</sup>

Un punto de vista espiritual nos permite ver la verdad de lo que está ocurriendo ahora y por

siempre. Es la luz de la Verdad divina que libera a la humanidad del error de los sentidos físicos que se manifiestan en enfermedad, pecado, sufrimiento y muerte. La definición de “profeta” en *Ciencia y Salud* expresa: “Profeta. Un vidente espiritual; la desaparición del sentido material ante la consciencia de las realidades de la Verdad espiritual”.<sup>3</sup>

El Evangelio de Marcos en la Biblia incluye un relato de un pronóstico basado en la materia en contraste con una profecía basada en el Espíritu. En una ocasión, cuando Jesús y sus discípulos estaban cruzando el mar de Galilea, se levantó una gran tempestad, y las olas empezaron a llenar la barca. Jesús estaba durmiendo. Los discípulos muy temerosos lo despertaron prediciendo un desastre: que perderían la barca y sus vidas. Ellos eran pescadores muy experimentados. Hicieron ese pronóstico basados en las experiencias que habían tenido con las tormentas en el pasado y en las condiciones físicas que tenían delante.

Sin embargo, Jesús no aceptó el pronóstico: “Y levantándose, reprendió al viento, y dijo al mar: Calla, enmudece. Y cesó el viento, y se hizo grande bonanza. Y les dijo: ¿Por qué estáis así amedrentados? ¿Cómo no tenéis fe?”.<sup>4</sup> Jesús tenía plena fe y comprensión del poder de la Verdad que disuelve la fábula material y revela la armonía que está presente. Y la tormenta se desvaneció.

¿Qué podemos hacer cuando nos enfrentamos a un pronóstico terrible? Podemos recurrir al Cristo, la Verdad, para discernir la verdad espiritual y actuar como profetas espirituales. Podemos “levantarnos”. Jesús demostró que el movimiento que se necesitaba era el movimiento del pensamiento individual al levantarse de la materialidad hacia el Espíritu. Cuando enfrentó la tormenta, Jesús se levantó; elevó su pensamiento a Dios. Podemos recurrir al Cristo y a la Ciencia Cristiana para obtener los hechos espirituales que revelan la presencia y el poder de Dios.

A medida que nos volvemos más conscientes de la realidad espiritual, podemos reprender o negar naturalmente el error o mal, siguiendo el ejemplo de Jesús cuando reprendió al viento. En la totalidad de Dios, el bien, el mal no tiene ni lugar ni derecho ni poder. Saber la verdad acalla el temor y destruye el error. Cuando Jesús habló

al mar —él estaba en realidad dirigiéndose al pensamiento humano atemorizado— el mar se tranquilizó.

El pensamiento profético, o la palabra espiritual que da el Espíritu Santo, o Ciencia divina, es transformador, como el amanecer. Es el discernimiento del hecho espiritual. Ante esa luz, las tormentas materiales se calman. Dicha profecía es la provisión de Dios para la curación y la salvación hoy en día.

Uno o dos años después de graduarme de la universidad, me enfermé gravemente. Un médico especialista me hizo unos análisis y diagnosticó que tenía hepatitis, y me puso en cuarentena. Él predijo (pronosticó) que tendría que estar de dos a seis meses en cama para poder recuperarme.

Mis padres me invitaron a que regresara a casa a hacer la cuarentena. Me sentí agradecida por su ayuda en ese momento difícil. Al término de la primera semana, yo estaba mucho peor. Me perturbaba la idea de que estaría así por muchas semanas más.

Ante mi necesidad, empecé a orar. Había sido criada en la Ciencia Cristiana, pero hacía varios años que no pensaba en ella. Fue entonces que me volví a Dios de todo corazón. Una cosa que recordaba de la Escuela Dominical de la Ciencia Cristiana era que cuando tenemos problemas, podemos apartar nuestro pensamiento del cuadro material y aferrarnos firmemente a Dios, y mantener nuestro pensamiento en la Verdad y el Amor

Yo sabía que esta era una indicación de Dios. Entendí que, si lograba aferrarme a una verdad

espiritual clara y comprenderla más profundamente, mi pensamiento sería elevado por encima del cuadro de una enfermedad agresiva y estaría libre. Me di cuenta de que podía liberarme aprendiendo más de la realidad espiritual, que la Ciencia Cristiana explica.

Yo no parecía tener mucha claridad mental, y mis pensamientos estaban muy desordenados, pero sentí que el Cristo me estaba guiando hacia el hecho de que Dios es la Mente perfecta, la única Mente. No existía una mente mortal falsa y desordenada. Me aferré a esta verdad todo el día. Elevé mi pensamiento por encima de la niebla material y hacia la luz de la Verdad y el Amor divinos. Fue un momento sagrado para mí.

A la mañana siguiente, todos los síntomas habían desaparecido. Dos días más tarde, fui al hospital local y me hice los análisis requeridos. El médico me dijo que estaba bien y me sacó de la cuarentena. El pronóstico de que tendría una larga enfermedad fue invalidado por la Verdad divina.

En lugar de aceptar automáticamente los pronósticos, podemos detenernos por un momento y recordar que un pronóstico no es la palabra final. Es simplemente una creencia acerca de nuestra salud, la economía o incluso el clima. Para obtener los términos más acertados de la profecía —la realidad espiritual, la verdad de lo que está realmente ocurriendo— nos apartamos del sentido material hacia el Espíritu divino. Podemos buscar en el Cristo la luz que brilla en la oscuridad y revelar la presencia del bien, la salud y la armonía.

*Judith Hedrick*

---

Publicado originalmente en el número del 14 de agosto de 2017 del *Christian Science Sentinel*.

<sup>1</sup> 2 Pedro 1:19, 21.

<sup>2</sup> Mary Baker Eddy, *Ciencia y Salud con la Llave de las Escrituras*, pág. 84.

<sup>3</sup> *Ibid.*, pág. 593.

<sup>4</sup> Marcos 4:39-40.

# No clasifiquen las enfermedades

*Nota de la Redacción: Este artículo, publicado originalmente en 1953, ofrece una perspectiva imperecedera acerca de las ideas espirituales que continúan elevando el pensamiento y trayendo curación.*

¿Por qué será que algunas fases del pecado y la enfermedad con frecuencia parecen ser más tenaces y difíciles de vencer que otras? ¿Puede el mal realmente introducir más poder y tenacidad en un cáncer que en un cólico? Eso es lo que alega el mal, pero esa pretensión no tiene ninguna ley de la Verdad que la apoye.

En un párrafo del libro de texto de la Ciencia Cristiana, *Ciencia y Salud con la Llave de las Escrituras*, bajo el título marginal “Las enfermedades no deben ser clasificadas”, Mary Baker Eddy dice: “Una enfermedad no es más real que otra”.<sup>1</sup> Un problema al corazón no es más la realidad del hombre que la urticaria, el reumatismo más que el raquitismo, la artritis más que el asma. La pretensión del mal único, la mente mortal, de que puede clasificar sus conceptos falsos, diciendo que algunos son leves y no deben temerse tanto, y que otros son graves y deben temerse mucho, tiene que verse como una mentira acerca de las mentiras. Pero la mentira de la clasificación falsa no tiene poder para elevar la mentira acerca de cualquier enfermedad o pecado por encima del nivel inanimado de la mente malévol y ficticia, que es donde se origina.

La publicidad persistente, resonando en los oídos de la gente con que cierto producto transformará la vejez en juventud, o que algún otro producto satisfará todos los anhelos mortales, a veces ha engañado temporalmente a muchos, y asegurado grandes ventas de tales productos. De esa forma, la mente mortal arrogante, a través de la sugestión persistente, induce falsamente a los mortales a creer que algunas de sus mercancías producen enfermedades monstruosas, enormes como Goliat, o aflicciones pecaminosas que se prenden como sanguijuelas. Siempre que un mortal consiente en aceptar que las declaraciones de un anunciante engañoso son verdaderas, se expone a sufrir las consecuencias. Siempre que un mortal consiente en aceptar la apreciación y clasificación falsas que la mente mortal hace acerca de sus propias creencias, se expone a sufrir a causa de ello.

Los mortales temen los nombres que se dan a ciertas enfermedades porque otros mortales están atemorizados de ellas. Todos los israelitas, excepto David, le tenían miedo a Goliat. ¿Por qué? Porque ellos aceptaban el ostentoso valor que se daba a sí mismo. Creían que tenía la fuerza y el poder que pretendía tener. Pero David no aceptó el mal y su ficticia apreciación de sí mismo. ¿Por qué no? Porque él sabía que todo el poder verdadero le pertenece a Dios, el bien universal, y que aquellos que confían más en Dios de lo que temen el mal pueden con valentía enfrentar y vencer, con las fuerzas de Dios, la jactancia del mal. La mente mortal, donde se origina todo pensamiento y concepto material malévol, aumentaría de diversas formas muchas de sus malvadas concepciones. Establecería una creencia general entre los mortales respecto a algunas enfermedades, creencia que muchas veces es iniciada y apoyada por la opinión médica. Incluso llamaría a una enfermedad curable y a otra incurable, lo que solo significa que desde su punto de vista totalmente material no ve ninguna forma de efectuar una curación.

La Ciencia Cristiana está ayudando muchísimo a sus estudiantes a comprender la sencilla verdad de que Dios, la Mente infinitamente buena y la única causa real, no crea ni conoce *ninguna* enfermedad o pecado. Dado que nada puede ser real excepto lo que Dios causa, ninguna enfermedad —ya sea que la mente mortal la clasifique de leve, intermedia o grave— puede ser real, porque Dios, el bien, no causa *ninguna* enfermedad. Una vez que comprendemos que el mal en su totalidad se encuentra completamente fuera de la Mente infinita, Dios, comenzamos a ver que es verdaderamente imposible que cualquiera de los vástagos del mal pueda fisurar la infinitud de Dios y amenazar o afligir al hombre, Su reflejo.

La mente material puede engañar a los mortales y hacerles creer su pretensión de que ciertas enfermedades son en verdad más graves, y por ello hay que temerles más que a otras. Puede decirle a todo oído dispuesto a escucharla: “Te acuerdas de que tu tía y tu tío sufrieron de este problema y se murieron”. O puede que argumente: “Las estadísticas médicas muestran que esta es una de las peores enfermedades. Si cuentas el número de amigos que han muerto debido a esto, verás que hay una buena razón para que tengas

miedo”. Así es la propaganda de engaño y falsedad del diablo.

El Científico Cristiano se vuelve en contra de estas mentiras con preguntas como las siguientes: ¿Acaso la inteligencia infinita, Dios, ha conocido o causado alguna vez la enfermedad o el pecado? No. ¿Es que siquiera uno de la familia eterna de Dios, Sus hijos o ideas, ha sido alguna vez afligido o muerto? No. ¿Es cierto que toda la realidad es Dios, la Mente infinita, y Su universo de ideas que no pueden ser angustiadas? Sí. ¿Entonces qué debo hacer para elevarme por encima del mesmerismo de estas sugerencias malévolas? Debo usar la capacidad que Dios me ha dado para conocerlo, Su totalidad y la unidad que el hombre tiene, colectiva e individualmente, con Él.

Lo que argumenta tan agresivamente en favor del prestigio del pecado y la enfermedad es la mente mortal. Y argumenta con pensamientos materiales y sensación material. ¿Contra qué argumenta la mente mortal de esta manera? Solo contra aquello que cree en ella y le teme: un estado negativo de pensamiento de su propia concepción.

Comprendamos que en Dios y en Su reino universal por siempre presente no existe la mente mortal ni personalidad mortal que escuchar, o temer, o que pueda ser afligida por la demoníaca mentira de que el hombre es un mortal que puede ser angustiado. Sepamos con firmeza que Dios hace que Sus hijos conozcan para siempre lo siguiente: que nada en la totalidad del error puede entrar en la universalidad de Dios que todo lo abarca. Allí moran a salvo la Vida divina y sus manifestaciones en el presente y eternamente, sin estar en peligro debido a la creencia material y sin estar conscientes de ella, cualquiera sea la clasificación que el pensamiento que no conoce a Dios y a Su idea le haya dado.

No hay calificación, ni excepción, en la promesa de las Escrituras: “Envió su palabra, y los sanó, y los libró de su ruina”.<sup>2</sup> En realidad no hay ninguna clasificación de la enfermedad o el pecado, excepto la línea de demarcación que la comprensión espiritual establece para siempre entre la Verdad y todo error. Esto revela que para Dios y Su hombre no hay enfermedad o pecado de ningún tipo o grado, porque Dios es Todo-en-todo.

*Paul Stark Seeley*

---

Publicado originalmente en el número del 5 de octubre de 1946 del *Christian Science Sentinel*.

<sup>1</sup> Mary Baker Eddy, *Ciencia y Salud con la Llave de las Escrituras*, pág. 176.

<sup>2</sup> Salmos 107:20.

## Cortemos de raíz la enfermedad

Probablemente, la mayoría estaría de acuerdo en que la enfermedad es algo anormal y no la condición natural del cuerpo. Y la mayoría de la gente también coincidiría en que la enfermedad puede prevenirse, aunque tal vez habría una gran discrepancia respecto a los métodos de prevención.

Aquellos que se apoyan exclusivamente en la oración, como se enseña en la Ciencia Cristiana para evitar el desarrollo de la enfermedad en el cuerpo, saben que tienen que estar alerta a lo que permiten que entre en su consciencia. Se

dan cuenta de que la enfermedad, o cualquier desarmonía, a menudo viene como una sugestión mental. Y que una sugestión no requiere de una discusión abierta para lograr ser admitida, sino que a menudo se desliza con facilidad en el pensamiento y es aceptada inadvertidamente. Las sugerencias respecto a nuestro bienestar físico están constantemente entrando a raudales en el pensamiento. Algunas de ellas se propagan deliberadamente para interferir en la misión salvadora y sanadora de la Ciencia Cristiana. Otras, son conclusiones tomadas de las teorías y prácticas

médicas, o solo mera superstición. Cualquiera sea su fuente, dichas sugerencias están a la espera de ser aceptadas inconscientemente.

Es necesario estar mentalmente alerta para no ser influenciado por estas sugerencias. A muchos les ha resultado útil seguir una indicación del *Manual de La Iglesia Madre*. El Estatuto dice en parte: “Será deber de todo miembro de esta Iglesia defenderse a diario de toda sugestión mental agresiva...”<sup>1</sup> y continúa señalando que dichas sugerencias pueden hacernos olvidar o ser negligentes en realizar las buenas obras que la Ciencia Cristiana nos capacita para hacer por los demás.

Defendernos diariamente contra dichas intrusiones mentales, llenando el pensamiento de verdades acerca de la bondad y la naturaleza infinita de Dios, nos permite detectar la sugestión por lo que es. Por más agresiva que pueda parecer la profecía específica de una maldad inminente, no es un hecho por el cual debemos reaccionar, ni significa un síntoma de “algo”. Estos no son más que errores mentales y necesitan ser eliminados del pensamiento. Tenemos que estar alertas para darnos cuenta de que el mal funcionamiento del cuerpo a menudo se manifiesta simplemente como un pensamiento o una imagen mental, quizás instigados por alguna noticia actual, un anuncio o alguien que cuenta sus problemas físicos.

El pensamiento de enfermedad puede que comience así: “Me duele la espalda”. Al reconocer que esto es una sugestión, no una condición verdadera del cuerpo, podemos negarnos a aceptarla en lugar de permitir que continúe desarrollándose en el pensamiento. Podemos tomarnos un momento para comprender que la molestia no es natural, y rechazarla con la convicción de que el dolor no tiene verdad que lo respalde, y no tenemos que aceptarlo como una realidad. Además, podemos darnos cuenta de que la molestia no tiene historia y no es una amenaza de que una enfermedad o sufrimiento continuará o aumentará. Aunque tal vez demande la atención, el dolor o enfermedad realmente no es otra cosa más que una sugestión, y no tiene la realidad y el valor perdurable de la verdad espiritual.

La Biblia explica que Dios hizo todo, y que Él vio todo lo que había hecho y “he aquí que era bueno en gran manera”.<sup>2</sup> Esta es la realidad de nuestro ser ahora y para siempre. Nuestra verdadera identidad, o cuerpo, es espiritual y

bueno, por lo tanto, cualquier cosa desemejante al bien no es un hecho de la existencia, sino una sugestión errónea. Y tenemos la autoridad y la capacidad que Dios nos ha dado para excluirla del pensamiento y de la experiencia.

Basándose en sus descubrimientos espirituales, Mary Baker Eddy escribió: “La transmisión de la enfermedad o de ciertas idiosincrasias de la mente mortal sería imposible si se aprendiera esta gran realidad del ser, a saber, que nada inarmónico puede entrar en el ser, porque la Vida es Dios”.<sup>3</sup> La necesidad básica es estar alerta a que nada inarmónico pueda entrar en el cuerpo (el cual solo manifiesta el estado de pensamiento del individuo), ya sea que la sugestión se manifieste como una tendencia heredada a tener cierta enfermedad, o como algo que se escuchó en una conversación o en las noticias.

En mi práctica sanadora de la Ciencia Cristiana, por lo menos una vez a la semana alguien me dice: “Tengo un dolor” e indica el lugar donde se encuentra ese dolor. La persona que me llama continúa diciendo, “Me debo estar enfermando de...”, y nombra una enfermedad en particular. Hallo que es importante para mí reconocer en ese momento que toda condición discordante de la que me hablan es una sugestión, no un síntoma. Como explica *Ciencia y Salud*: “El acto de describir la enfermedad —sus síntomas, localización y letalidad— no es científico”.<sup>4</sup> Nunca debemos permitir que lo que no es científico entre en nuestro razonamiento.

Puede ser instructivo escuchar a alguien que no sabe nada de las teorías médicas describir lo que siente que es un síntoma de cierta enfermedad. Me ayuda comprender que la enfermedad no es científica, no tiene ninguna norma, y no necesita ser aceptada como una condición de la realidad, por más que las teorías corrientes tal vez la apoyen. Todo indicio o sugestión de desarmonía es ilusión, y tratar la discordancia como a una ilusión capacita al sanador para no permitir que la sugestión asuma el estado de síntoma. De esta forma, se prueba que la Ciencia Cristiana es tan eficaz en prevenir la enfermedad como en curarla.

No siempre es fácil liberarse de las “creencias de enfermedad” una vez que han entrado en el pensamiento e influenciado el cuerpo. Obviamente, es mucho mejor mantenerse vigilante y no admitir esas creencias en primer lugar. Pero ya sea que alguna creencia de enfermedad

esté arraigada o simplemente golpeando a la puerta para que la dejemos entrar, puede ser, y finalmente será, vista por lo que es: una mentira acerca de la creación pura y buena de Dios.

Si bien las creencias de enfermedad pueden ser promovidas por el deseo de sacar provecho vendiendo medicamentos o alguna otra forma de tratamiento, a menudo la motivación es más desinteresada, pero igualmente dañina. Muchas de las advertencias amistosas respecto a pescarse alguna enfermedad se transforman en un medio para perpetuarla. En un artículo corto titulado “El contagio”, la Sra. Eddy señala: “Dejándonos llevar por la corriente popular del pensamiento mortal sin poner en duda la autenticidad de sus conclusiones, hacemos lo que otros hacen, creemos lo que otros creen, y decimos lo que otros dicen. El consentimiento común es contagioso, y hace contagiosa la enfermedad”. El artículo termina diciendo: “Un estado de ánimo pacífico y cristiano es un mejor preventivo contra el contagio que un medicamento o cualquier otro posible método curativo; y el ‘perfecto Amor’ que ‘echa fuera el temor’ es una defensa segura”.<sup>5</sup>

Como muchos lectores de las publicaciones periódicas de la Ciencia Cristiana han experimentado, la mejor defensa es estar habitualmente tan conscientes de la bondad omnipresente de Dios, que instintivamente rechazamos toda sugestión de desarmonía por ser una mentira, en el momento mismo en que intenta ser aceptada por primera vez.

Insistir con firmeza al comienzo del día que en ti no hay nada que pueda responder o corresponder a cualquier sugestión o argumento del error, pone al descubierto las sugestiones tal como son antes de que se fijen en nuestro pensamiento. La forma verdadera y científica de pensar no responde de ninguna manera a las meras sugestiones, sino que las desecha. Y ciertamente no hagas caso de las sugestiones o argumentos falaces diciendo: “Yo soy así”, e identificándote realmente con el error.

Es una alegría saber que podemos detener la enfermedad en cualquier punto de su desarrollo; no tiene por qué seguir un curso predeterminado. Yo misma, y otras personas que conozco, hemos experimentado curaciones instantáneas al reconocer la enfermedad por lo que es: una mentira acerca del estado verdadero de la salud que es normal para la individualidad real de todos. En cierto sentido, toda curación en la Ciencia Cristiana es instantánea, porque ocurre en el instante en que ya no confundimos la sugestión de enfermedad con un hecho.

Cada vez que comprendemos que la perfección es la condición real y eterna de toda la creación, estamos construyendo una consciencia que es inmune a las sugestiones de todo tipo. Al cortar la enfermedad de raíz, o antes, hacemos lugar para que florezca completamente la salud ininterrumpida para nosotros mismos y los demás.

Bea Roegge

---

Publicado originalmente en el número de septiembre de 2009 de *The Christian Science Journal*.

<sup>1</sup> Mary Baker Eddy, *Manual de La Iglesia Madre*, pág. 42.

<sup>2</sup> Génesis 1:31.

<sup>3</sup> Mary Baker Eddy, *Ciencia y Salud con la Llave de las Escrituras*, pág. 228

<sup>4</sup> *Ibid.*, pág. 79

<sup>5</sup> Mary Baker Eddy, *Escritos Misceláneos 1883-1896*, págs. 228-229